PRIFYSGOL ABERYSTWYTH UNIVERSITY

PROFIADAU NIWEIDIOL MEWN PLENTYNDOD
ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES

Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACEs) a Phlant oedd yn Ffoaduriaid yn y 1930au yn y DU: **Hanes yn Ffurfio'r Dyfodol**

Anita Grosz, Stephanie Homer ac Andrea Hammel (Prifysgol Aberystwyth)
Mehefin 2020

Tabl y Cynnwys:

1. **Crynodeb o'r Adroddiad** **1**
2. **Cyd-destun Hanesyddol** **2**
3. **Profiad o ACEs** **3**
    - Cyn Mudo 3
    - Taith Fudo 4
    - Ar ôl mudo: Cyfnod Cyntaf 4
    - Ar ôl mudo: Tymor Canolig a Hir 5
4. **Ffactorau Ymdopi, Addasu a Gwarchodol** **6**
    - Amgylchedd Ysgol ac Addysg 6
    - Meithrin Perthnasoedd Cryf ag Oedolion 6
    - Cymorth gan Gymheiriaid 7
    - Cyfeiriad a Phwrpas 8
    - Byw Cymunedol 9
    - Profiad Ar y Cyd 11
    - Cyfathrebu Agored 13
5. **Casgliad** **14**

Ôl-nodion **15**

PRIFYSGOL ABERYSTWYTH UNIVERSITY

PROFIADAU NIWEIDIOL MEWN PLENTYNDOD
ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES

ISBN 978-1-78986-154-90

© Prifysgol Aberystwyth a Hyb Cymorth ACE

Gellir atgynhyrchu'r deunydd a gynhwysir yn y ddogfen hon o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored (OGL)
www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/
ar yr amod y caiff ei wneud yn gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol.
Rhaid cydnabod Prifysgol Aberystwyth a Hyb Cymorth ACE.

Prifysgol Aberystwyth a Hyb Cymorth Ace sydd berchen ar hawlfraint y gwaith teipograffyddol, y cynllun a'r cyflwyniad.

Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACEs) a Phlant oedd yn Ffoaduriaid yn y 1930au yn y DU: **Hanes yn Ffurfio'r Dyfodol**

Anita Grosz, Stephanie Homer ac Andrea Hammel (Prifysgol Aberystwyth)
Mehefin 2020

1 Crynodeb o'r Adroddiad

Mewn ymateb i astudiaethau diweddar a thrafodaethau ar y cymorth cymdeithasol a seicolegol sy'n cael ei gynnig i ffoaduriaid ifanc heddiw, bydd yr astudiaeth hon yn ymchwilio i Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACEs) plant oedd yn ffoaduriaid a ddihangodd o Ewrop Natsïaidd i'r DU yn y 1930au hwyr. Ymgartrefodd llawer o'r ffoaduriaid hyn yn y DU ar ôl yr Ail Ryfel Byd ac maent wedi byw yma byth ers hynny. Mae'r garfan hon yn cynnig y cyfle i ni edrych ar ganlyniadau tymor hir profiadau eu plentyndod.

Bydd yr adroddiad hwn yn ystyried effaith yr afleoliad gorfodol hwn ar eu bywydau fel oedolion, yn ogystal ag adnabod y ffactorau gwarchodol a alluogodd y plant hyn i addasu i fywyd yn y DU, a leihaodd, yn eu tro, y tebygolrwydd o ymddygiadau niweidiol tymor hir cysylltiedig ag ACEs. Mae'r astudiaeth hon yn anelu at ddarparu cyd-destun hanesyddol addysgiadol fydd yn cynorthwyo ymchwil cyfoes ac yn gobeithio ffurfio strategaethau'r dyfodol sy'n cael eu datblygu i gynorthwyo ceiswyr lloches ifanc heddiw.

Mae cyfran arwyddocaol o blant oedd yn ffoaduriaid a gyrhaeddodd y DU yn y 1930au (gydag yn ogystal â heb aelodau eraill o'r teulu) wedi cofnodi eu profiadau naill ai mewn cyfweliadau neu yn ysgrifenedig. Bydd yr astudiaeth hon yn manteisio ar y ffynonellau hyn i ymchwilio i effaith ACEs ar y grŵp hwn o blant ac i nodi'r ffactorau gwarchodol a anogodd gydnerthedd yn ystod y cyfnod heriol a ffurfiannol hwn. Mae sawl ffactor sy'n hyrwyddo cydnerthedd wedi cael eu nodi mewn adroddiad diweddar a gyhoeddwyd yn 2020 gan Iechyd Cyhoeddus Cymru: ffactorau unigol (y gallu i feddwl yn gadarnhaol); ffactorau teuluol (ymlyniad cadarnhaol); a ffactorau cymunedol (cyfeillgarwch, ysgol, adnoddau cymunedol da).[1]

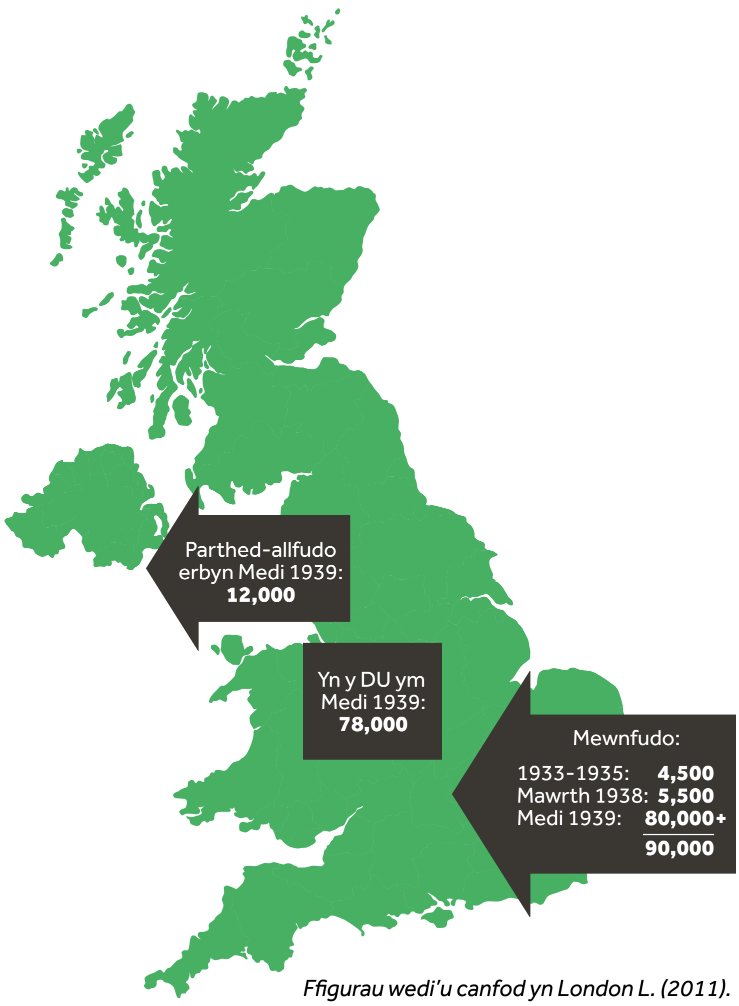
Mae'r adroddiad hwn yn dangos bod sawl ffactor cyffredin a wnaeth wahaniaeth cadarnhaol i'r plant oedd yn ffoaduriaid, er ei bod yn hollbwysig i gofio bod pob profiad yn unigryw. Er enghraifft, mewn amgylchedd addysgiadol, dangosir bod perthnasoedd ag athrawon cefnogol oedd â dealltwriaeth dda o brofiad ffoaduriaid yn galluogi derbyniad gan gymheiriaid. Yn achos plant sy'n ffoaduriaid digwmni, mae ein hymchwil yn cyfeirio at y pwysigrwydd o wahanol fathau o leoliadau i'w dewis gan ystyried oedran, sefyllfa, crefydd a chefndir diwylliannol y plentyn o ffoadur unigol. Cafodd llawer fudd o gysylltiad â ffoaduriaid eraill tra'n canfod eu traed eu hunain yng y gymdeithas Brydeinig, gan fod y cysylltiad hwn wedi helpu i ymladd yn erbyn unigrwydd ac ymddieithriad. Mae ein hymchwil yn dangos bod sefydlogrwydd yn ystod y broses hon o fabwysiadu diwylliant yn bwysig.

Mae ein hastudiaeth hefyd yn awgrymu mai'r canlyniadau mwyaf cadarnhaol mewn lliniaru effeithiau ACEs ymhlith plant o ffoaduriaid yw anelu at "annibyniaeth gyda chymorth" ac agor cyfathrebu ynglŷn â phrofiadau trawmatig. Mae angen rhoi gofodau diogel i ffoaduriaid i drafod eu profiadau ar y pryd yn blant, a hefyd yn ddiweddarach mewn bywyd, yn oedolion. Mae hyn yn cyfeirio at rôl hollbwysig cymorth iechyd meddwl gweithredol, ataliol, hyd yn oed os nad oes unrhyw salwch meddwl gwirioneddol wedi dangos ei hun.

2 Cyd-destun Hanesyddol

Wedi i'r Blaid Natsïaidd gipio grym yn Ionawr 1933 pan gafodd Adolf Hitler ei benodi'n ganghellor yr Almaen, dechreuodd ffoaduriaid o'r Almaen i Brydain gyrraedd mewn niferoedd mawr. Cafodd cyflymder yr allfudo ei yrru yn y bôn gan bolisi'r llywodraeth Natsïaidd.[2] Canfu aelodau o'r wrthblaid wleidyddol, yn ogystal â newyddiadurwyr oedd wedi siarad allan o'r blaen yn erbyn athrawiaeth Natsïaeth, eu hunain mewn sefyllfa beryglus a cheisiodd llawer ddianc. Roedd y rhai nad oedd yn cael eu hystyried yn "Aryaidd" ddim yn cael ymarfer cyfraith na meddygaeth a chawsant eu heithrio o'r gwasanaeth sifil. Cafodd y bygythiad tuag at y boblogaeth Iddewig ei wneud yn amlycach byth ar ôl cymeradwyo Deddfau Nuremberg 1935, lle roedd dinasyddion yn cael eu dosbarthu yn ôl tras, a chafodd y rhai a ystyrid yn Iddewig statws cyfreithiol israddol mewn cymdeithas. Golygai'r fath bolisïau hefyd fod oedolion a phlant o dras Iddewig yn cael eu heithrio rhag y rhan fwyaf o leoedd cyhoeddus fel parciau, sinemâu a phyllau nofio.

Yn ystod y cyfnod hwn, parhaodd y DU i gyfyngu ar y nifer o fewnfudwyr oedd yn cael caniatâd i gael mynediad. Yn gynnar yn 1938 roedd amcangyfrif o 10,000 o ffoaduriaid Iddewig o Ewrop Gyfandirol yn byw ym Mhrydain.[3] Cynyddodd y nifer hwn yn arwyddocaol ar ôl cyfeddiant Awstria ym Mawrth 1938 a rhannau o Tsiecoslofacia ym Medi 1938. Cynyddodd ymhellach ar ôl y cyfalafanau treisgar yn Nhachwedd 1938 ledled yr Almaen ac Awstria. Nid oes niferoedd pendant ar gyfer pob grŵp ond gwyddom, er enghraifft, y canfu 30,850 o Iddewon o Awstria loches ym Mhrydain erbyn Medi 1939, pan gychwynnodd y rhyfel.[4] Ymhlith y newydd-ddyfodiaid roedd y seicdreiddiwr o Fiena, Sigmund Freud a gyrhaeddodd yn Llundain ar 6 Mehefin 1938 gydag unarddeg aelod o'i deulu. I'r rhai llai adnabyddus nid oedd hi'n hawdd i gael mynediad, ac roedd meini prawf llym. Nid oedd y polisi mewnfudo Prydeing yn or hael, ond rhwng 1933 a chychwyn y rhyfel ym Medi 1939, cafodd tua 90,000 o ffoaduriaid o Ganolbarth Ewrop fynediad i'r DU, tua 80,000 ohonynt yn cael eu hadnabod yn Iddewig.[5] Un achos arbennig oedd dyfodiad 10,000 ffoaduriaid o blant digwmni rhwng Rhagfyr 1938 a Medi 1939, a gyrhaeddodd ar beth fyddai'n cael ei adnabod yn ddiweddarach fel y Kindertransport. Penderfynodd y llywodraeth Brydeinig i dderbyn plant digwmni yn unig trwy'r cyllun hwn, er gwaetha'r ffaith fod y mwyafrif ohonynt wedi byw gyda'u rhieni ac aelodau eraill o'u teuluoedd cyn iddynt ddianc. Mae'r rhesymau dros y penderfyniad hwn gan lywodraeth y DU yn cael eu trafod yn eang: chwaraeodd ofnau am effaith negyddol ar y farchnad lafur yn y DU, a'r gost uwch o gynorthwyo rhagor o ffoaduriaid pe byddai oedolion yn cael mynediad hefyd, ran ym mhenderfyniad y llywodraeth, fel y gwnaeth pryderon am ddiogelwch, ac o bosibl gwrth-semitiaeth gref yn y gymdeithas Brydeinig.



Ffigurau wedi'u canfod yn London L. (2011).
Credyd delwedd: Siem van Limpt (2020)

3 Profiad o ACEs

Wynebai pob plentyn oedd yn ffoadur a ddeuai i'r DU yn y 1930au hwyr lawer o heriau ac roedd rhaid iddynt ddelio â gwlad, iaith a diwylliant newydd. Roedd rhaid i blant digwmni oedd yn ffoaduriaid ymdopi â'r her o gyftathrebu â gwarcheidwaid newydd a chwmpasoedd dieithr heb gymorth aelodau teuluoedd. Mae effaith seicolegol gwahanu oddi wrth rieni ac afleoliad corfforol wedi cael eu harchwilio gan sawl ysgolhaig sy'n nodi nad oedd "adroddiadau o wlychu gwely, hunllefau a rhedeg i ffwrdd yn anghyffredin". Dioddefodd nifer o blant oedd yn ffoaduriaid broblemau iechyd meddwl ac mae adroddiadau o rai a gymerodd eu bywydau eu hunain.[6] O'r rhai oedd yn ffodus i ddianc gyda brodyr a chwiorydd (tua 31%), cafodd llawer eu gwahanu ar ôl cyrraedd y DU a achosodd drawma ychwanegol.

Wynebai plant oedd yn ffoaduriaid yn y 1930au ofid ychwanegol pan, ar gychwyn y rhyfel, y tarfwyd ar ohebu â'r teulu oedd ar ôl ar y Cyfandir ac, mewn rhai achosion, a ddaeth i ben yn llwyr. Wynebai rhai plant ysgytwad corfforol ychwanegol gydag afleoliad dro ar ôl tro: cafodd nifer eu gorfodi i symud allan o Lundain neu ddinasoedd mawr eraill, a bu'n rhaid i eraill symud i leoliadau maeth neu hostel. Profodd rhai o'r rhai hŷn – y rheiny dros 16 oed – drawma ychwanegol pan gawsant eu caethiwo fel "gelynion estron" yn 1940.

Roedd tua hanner miliwn o geiswyr na chafodd fynediad.[7] Bu farw llawer oedd yn methu â dianc yn yr Holocost.

Cyn mudo

Adroddodd y mwyafrif o gyn-ffoaduriaid yn blant brofiadau trawmatig cyn mudo. Dylanwadodd deddfau gwrth-semitaidd a pholisïau caethiwus ar eu profiadau o fywyd pob dydd yn y byd mawr ac anogodd eraill i ymddwyn mewn dull ymosodol a rhagfarnllyd tuag atynt. Profodd llawer drais neu roeddent yn dystion i ddigwyddiadau treisgar. Mae profiad y gyfalafan yn Nhachwedd 1938 yn cael ei gofio'n fyw. Mae un ferch yn disgrifio'r arswyd a deimlodd hi a'i chwaer pan dorrodd ciwed dreisgar i mewn i'w thŷ:

> *"Neidion ni i mewn i'r car a swatio gyda'n gilydd yn y cefn. Alla i ddim dweud pa mor hir yr arhoson ni yn ein cuddfan; roedd yn ymddangos fel llawer awr o grynu gan oerni a phanig. Dw i'n gwybod mai beth brofais i yno, yn naw oed, oedd yr ofn mwyaf i mi ei adnabod erioed."*[8]

Mae merch arall yn disgrifio sut y teimlai hi ar ôl darganfod ei thad wedi ei anafu:

> *""[D]yma ei ddillad, y cwbl yn diferu o waed. [...] Roedd hyn ychydig ddyddiau cyn fy 8fed pen-blwydd a dw i'n meddwl mai dyma sioc fwyaf fy mywyd oedd wedi fy nharo hyd at hynny. [...] Dw i'n cofio mynd yn ôl i fy ngwely, gorwedd ar wastad fy nghefn ac edrych ar y nenfwd ac roedd popeth yn wag. Wyddoch chi roedd fel petai, mae'n anodd esbonio, dw i'n gwybod yn union sut roeddwn i'n teimlo – fel pe bawn i yno ond roedd yn ddiddymdra. [...] Roeddwn i'n ymwybodol iawn, felly ni fyddai 'dideimlad' yn gywir. Roedd popeth, fy holl synhwyrau yn effro, ond doedd dim byd y gallwn i wneud"*[9]

Adroddodd y mwyafrif o ffoaduriaid yn blant fod eu haddysg wedi cael ei darfu a'u bod wedi colli eu cylchoedd cyfeillgarwch. Cafodd sefyllfaoedd o straen yn y cartref eu profi gan bawb yn ystod y cyfnod cyn mudo. Roedd rhai o'r plant a ddeuai'n ddiweddarach yn blant digwmni oedd yn ffoaduriaid wedi cael eu gwahanu oddi wrth eu rhieni yn eu gwledydd brodorol. Profodd Ellen Davis, a ailymgartrefodd ger Abertawe, yr afleoliad ailadroddol hwn cyn ei dihangfa i'r DU hyd yn oed pan gafodd ei lleoli mewn cartref plant amddifaid ar ôl i'w theulu ddod yn ddigartref a diymgeledd oherwydd erledigaeth.[10]

Taith Fudo

Roedd llawer o deithiau mudo rhwng Canolbarth Ewrop a'r DU yn gymharol gyflym (tri diwrnod) ac yn cael eu cymryd yn bennaf ar drên a fferi. Cafodd plant oedd yn ffoaduriaid oedd yn cyrraedd y DU gyda'u rhieni eu cynnwys yn fisa'r prif geisydd ac heb eu cyfrif ar wahân ar y pryd. O'r plant digwmni hynny ar un o'r Kindertransports, mae rhai, fel Eli Fachler, yn cofio eu rhyddhad ar allu gadael yr Almaen Natsïaidd ar ôl: "llithrodd y trên dros ffin yr Iseldiroedd [...] ac roedd y gri o lawenydd gan bawb yno, y fath ymdeimlad o ryddhad, yn ddigymell, anorchfygol. Wna i byth ei anghofio".[11] Gwelodd rhai y daith fel antur hyd yn oed. Fodd bynnag, roedd llawer o rai eraill oedd yn teimlo dan fygythiad gan warchodwyr y ffiniau a swyddogion mewnfudo. Nid pob plentyn oedd â phrofiad blaenorol o deithio. Mae Ellen Davis yn disgrifio ei bod erioed wedi gweld gorsaf na thrên cyn iddi adael.[12] Mae achosion lle roedd plant wedi mynd trwy sawl ailaddasiad cyn cyrraedd yn y DU. Un enghraifft o'r math hwn o daith fudo yw profiad Judith Kerr, oedd i ddod yn awdur llyfrau plant Prydeinig llwyddiannus: ffodd hi gydai'i rhieni a'i brawd yn gyntaf i'r Swistir, wedyn i Ffrainc, ac yn y pen draw i'r DU, roedd pob un o'r lleoedd ymgartrefu dros dro yn gofyn am ailaddasiad anodd gan rieni yn ogystal â phlant y teulu. Pob tro roedd rhaid i Kerr addasu i ysgol newydd a dysgu iaith newydd.

Ar ôl mudo: Cyfnod Cyntaf

Prin fod neb o'r plant oedd yn ffoaduriaid yn barod am eu mudo na'u cyrhaeddiad. Ychydig iawn a siaradai unrhyw Saesneg, oedd â llawer o wybodaeth am y wlad oedd yn eu croesawu, nac yn deall beth fyddai'n digwydd iddynt ar ôl iddynt gyrraedd. Yn gyffredinol, mae'r mwyafrif llethol yn disgrifio teimlo sioc ddiwylliannol gwlad wahanol gydag arferion a thraddodiadau gwahanol a iaith wahanol. O'r rheiny nad oedd yn byw gyda pherthnasau neu ffrindiau neu ffoaduriaid eraill o'r Cyfandir ar ôl iddynt gyrraedd, ar y gwahaniaethau mewn arferion ynglŷn â bwyd y gwnaed sylwadau amlaf, fel yr oedd gwahaniaethau mewn hinsawdd a thai.

> ***"Cefais i fy ngwahanu oddi wrth fy mrodyr. Dw i ddim yn gwybod beth ddigwyddodd iddyn nhw. Ar yr orsaf reilffordd yn Harwich cefais i fy nghyfarfod gan ŵr bonheddig main oedd yn brifathro. Doeddwn i ddim yn siarad Saesneg a doedd e ddim yn siarad Almaeneg. Roedd y cwbl yn cael ei wneud gydag ystumiau. Hanner awr yn ddiweddarach roeddwn i yn yr ysgol, yn gwisgo ffurfwisg ysgol, fel y bechgyn eraill, wedi drysu'n lân."[13]***

Ychydig o ymdrech gafodd ei wneud i helpu'r ffoaduriaid ifanc i ailaddasu i'w hamgylchiadau newydd. Yn ogystal â'r ACEs a brofwyd cyn mudo, profodd bron pawb ACEs ar ôl mudo.

Mae afiechydon corfforol yn cael eu disgrifio'n aml. Roedd problemau iechyd meddwl yn cael eu trafod yn llai cyffredin yn y 1930au a'r 1940au ond nid yw hyn yn golygu nad oeddent yn cael eu cydnabod, ac roeddent yn cael effaith ar blant yn ogystal ag oedolion. Cafodd un o'r plant oedd yn ffoadur mewn hostel yn Llundain ei leoli yno oherwydd bod ei ddau riant yn dioddef o broblemau iechyd meddwl.[14]

Wrth edrych yn ôl at eu blynyddoedd cynnar, mae rhai plant digwmni oedd yn ffoaduriaid yn disgrifio sut y gwnaethant weld neu brofi camdriniaeth gorfforol a rhywiol: mae un plentyn yn disgrifio plant eraill oedd yn ffoaduriaid yn ei chartref plant yn cael eu curo gan weithiwr cymorth, a oedd yn yr achos hwn hefyd yn ffoadur o Ewrop Gyfandirol.[15] Mae rhai yn disgrifio camdriniaeth emosiynol a chorfforol gan rieni maeth anaddas.[16] Mae un ferch ddigwmni oedd yn ffoadur yn disgrifio cael ei cham-drin yn rhywiol gan ei thad maeth.[17] O ystyried bod y plant oedd yn ffoaduriaid gynt yn y 1930au o genhedlaeth oedd wedi arfer llai â bod yn agored am brofiadau personol negyddol, mae'n rhaid i ni dderbyn bod yr ACEs hyn wedi cael eu profi gan ragor o blant oedd yn ffoaduriaid ac nad yw enghreifftiau o gamdriniaeth yn gyfyngedig i'r achosion ar gael, a gofnodwyd.

Ar ôl mudo: Tymor Canolig a Hir

O'r plant hynny oedd yn ffoaduriaid a gyrhaeddodd heb gwmni, cafodd y mwyafrif eu lleoli mewn teulu maeth. Roedd rhaid dod o hyd i tua 10,000 o leoliadau rhwng Rhagfyr 1938 a Medi 1939. Golygai hyn mai ychydig iawn o wirio naill ai rhieni maeth neu leoliadau cymunedol a ddigwyddodd, ac ni chafodd y lleoliadau a'r plant oedd yn ffoaduriaid eu paru yn unol â meini prawf cefndiroedd crefyddol, disgwyliadau addysgol, nac unrhyw feini prawf eraill. Rhoddwyd ychydig neu ddim hyfforddiant o gwbl i rieni maeth neu'r gweithwyr cymorth ar gyfer cyrhaeddiad y plant oedd yn aml wedi dioddef trawma. Amrywiai'r canlyniad o'r rheiny oedd yn barod i ddysgu ac addasu, i'r rheiny nad oedd yn gallu cyrraedd lleiafswm dealltwriaeth rhwng gofalwyr/gwracheidwaid a'r plant oedd yn ffoaduriaid. Nid oedd llawer o'r lleoliadau'n parhau'n hir, a symudai'r plant oedd yn ffoaduriaid yn aml o un lleoliad neu osodiad i'r llall mewn mater o wythnosau neu fisoedd. Roedd hyn yn aml yn arwain at aildrawmateiddio'r plant a chafodd effaith negyddol ar ofalwyr hefyd.

> *"Pan gyrhaeddon ni roedd hi'n lotri. Roedd pobl yn ein dewis ni. Dim ond dros dro roedd hyn i fod. Dw i'n cofio popeth yn bod mor ddieithr. Roedd hi'n filain o oer. Doeddwn i erioed wedi bod yn y tŷ o'r blaen. Dechreuais i lefain. [...] Doedden nhw ddim yn gwybod beth i'w wneud gyda mi. Ond goroeson ni. Cafodd fy chwaer iau a minnau ein gwahanu. Roedd hi'n anhapus iawn yno. Pan roedd hi'n 14 aeth hi i Lundain at fy chwaer hŷn"*[18]

Mewn gosodiad teuluol, roedd rhaid ystyried brodyr a chwiorydd maeth hefyd. Cymerodd deulu'r brodyr Attenborough adnabyddus, David a Richard, ddwy ferch oedd yn ffoaduriaid o'r Almaen, a siaradai'r diweddar Richard Attenborough yn emosiynol yn aml am sut y paratodd eu rhieni hwy am eu dyfodiad a sut y datblygon nhw uniad cariadus iawn a barhaodd am oes. Ond, mewn llawer o achosion, roedd perthnasoedd siblingiaid yn llai cytûn. Mae Ann Chadwick yn ysgrifennu am gof ei mam o ddyfodiad ei chwaer faeth newydd:

> *"Mae hi'n amlygu mai fi yn hytrach na Suzie a gafodd ei thrawmateiddio gan ein dyfodiad ynghyd, a chyn gynted ag yr ailddechreuais i wlychu'r gwely a dangos stranciau o genfigen a symptomau ymgilio, roedd rhaid iddi geisio cymorth gan y Clinig Cyfarwyddyd Plant i'm helpu i ailaddasu. Nid yw'n syndod. Roedd y ddwy ohonom wedi bod yn unig blant, yn cael ein haddoli a'n difetha gan ein rhieni yn eu tro [...]. Roedden ni'n ymladd hefyd."*[19]

Yn ffodus, roedd gan y fam faeth y profiad a'r adnoddau i geisio cyfarwyddyd, ond yn aml nid hyn oedd yn digwydd, a achosai drawma ar y ddwy ochr ac a gyfrannodd at brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod i'r plant oedd yn ffoaduriaid fel tyndra teuluol, colled ychwanegol o berthnasoedd, a gwahanu ac afleoli ychwanegol.

Mae'r mwyafrif o'r rhai oedd yn ffoaduriaid yn blant yn mynegi llawer o ddiolchgarwch at y pobl Prydeinig a hwylusodd eu hailgartrefu gan ei fod wedi achub eu bywydau, ond dros y blynyddoedd mae llawer wedi canfod y gofod i siarad am effaith negyddol eu ffoi ac ailymgartrefu ansefydlog ar eu hiechyd meddyliol a chorfforol. Mae rhai yn disgrifio sut y dangosodd yr anawsterau hyn eu hunain yn ystod eu plentyndod: "Doedd yr athrawon ddim yn gwybod sut i ddelio â ni. Unwaith eto [...] roedden ni'n ddryslyd iawn wrth gwrs"[20] Mewn achosion eraill, mae plant oedd yn ffoaduriaid gynt yn cydnabod yr effaith dymor hir y cafodd eu ACEs ar eu hiechyd corfforol a meddyliol:

> *"Ydych chi'n meddwl bod eich profiadau wedi cael effaith arnoch chi yn seicolegol? Ydw. Am amser maith roeddwn i'n dioddef gyda phryder yn y broses a dw i'n cael adegau pan nad ydw i'n teimlo mor dda. Does dim diwrnod nad ydw i'n meddwl am hyn."*[21]

4 Ffactorau Ymdopi, Addasu a Gwarchodol

Er iddynt ddioddef nifer o ACEs yn eu bywydau cynnar, llwyddodd y rhan fwyaf o blant oedd yn ffoaduriaid yn y 1930au i fyw bywydau cynhyrchiol. Yma, byddwn yn archwilio beth gafodd effaith gadarnhaol ar fywydau'r ffoaduriaid a beth, felly, mae modd eu hystyried i fod yn ffactorau gwarchodol neu strategaethau ymdopi.

Amgylchedd Ysgol ac Addysg

Yn y naratifau a ddarparwyd gan blant o Natsïaeth, myfyrir ar amser plentyn yn yr ysgol – a'r amrywiol berthnasoedd a gafodd eu hadeiladu yn yr amgylchedd addysgol hwn – yn aml. Mae storïau personol yn ogystal ag astudiaethau diweddar yn dangos sut mae gan ysgolion (gan gynnwys ysgolion gwladwriaeth, ysgolion preswyl preifat ac ysgolion yn benodol ar gyfer ffoaduriaid) y potensial i fod yn amgylcheddau cefnogol; cynigiant sefydlogrwydd ac ymdeimlad o normalrwydd, gan helpu'r plentyn sy'n ffoadur i ymgartrefu i fywyd mewn gwlad newydd. Gan archwilio llesiant seicolegol plant sy'n ffoaduriaid, mae Deveci yn awgrymu: "Mae ysgol neu goleg yn cynnig amgylchedd strwythuredig lle gallant ddechrau'r broses o ailadeiladu eu bywydau. Mae amser a dreulir mewn lleoliad dosbarth, yn canolbwyntio ar addysg yng nghwmni cyfoedion, yn helpu i adfer ymdeimlad o normalrwydd i fywyd pob dydd".[22]

Mae amgylchedd ysgol yn gallu bod yn fuddiol i blentyn sy'n ffoadur mewn sawl ffordd. Gan siarad yn ymarferol, mae ysgolion yn galluogi'r ffoadur i ymgodymu â iaith a diwylliant newydd, gan gynorthwyo eu haddasiad i'r wlad sy'n eu croesawu, ac o ganlyniad yn lleihau eu hymdeimlad o ymddieithriad neu ddryswch. Eto i gyd, mae agwedd gymdeithasol yr amgylchedd addysgol hwn wedi profi i fod yr un mor, os nad yn fwy, buddiol. Mae astudiaeth Hek 2005 o blant sydd wedi dod yn ddiweddar i'r DU, yn awgrymu sut yr adnabu plant oedd yn ffoaduriaid mewn dwy ysgol yn y DU agwedd gadarnhaol athrawon, ffrindiau, a chymorth cyfoedion fel agweddau pwysig yn eu haddasiad i'r wlad sy'n eu croesawu.[23] Mae buddion cymdeithasol ac ymarferol amgylchedd addysgol – meithrin perthnasoedd cryf gydag oedolion a chyfoedion, a'r datblygu sgiliau, sy'n darparu cyfeiriad a phwrpas i'r ffoadur – gellir dadlau yn lleihau effaith negyddol, tymor hir ACEs.

Meithrin Perthynas Gref gydag Oedolion

I blentyn sy'n cyrraedd yn ddigwmni yn y DU, mae perthynas sefydlog gydag oedolyn yn gallu darparu ymdeimlad o ddiogelwch: "y negeseuon mwyaf cyson o ymchwil a phrofiad yw beth sy'n gwneud y gwahaniaeth yn ystod y daith anodd hon yw gofal, caredigrwydd, tosturi a chymorth oedolyn dibynadwy".[24] Yn ddealladwy felly, mae athrawon – fel oedolion mae'r plant yn eu gweld pob dydd ac sydd, mewn llawer o achosion, yn cynorthwyo'r plentyn gyda'u brwydrau cyntaf a'u haddasiad i iaith a gwlad newydd – yn gallu dod yn ffigurau bugeiliol pwysig, ac nid addysgwyr yn unig. Mae'r Kindertransportee Gideon Behrendt, er enghraifft yn disgrifio sut yr edrychai ef a'i gyfoedion ar eu hathro tŷ, oedd hefyd yn ffoadur o Hamburg, fel: "tad, ffrind, addysgwyr a chôrfeistr ar yr un pryd. Roedd pob un ohonon ni'n caru Mr Model yn ddwfn. Gwnaeth i ni anghofio ein briwiau a chreithiau o 'draw yno' a galluogodd ni i ymgartrefu i ryw fath o fywyd normal".[25] Fel mae adroddiad Behrendt yn awgrymu, cymerai oedolion mewn amgylcheddau addysgol lawer o rolau cynorthwyol. Mae'r rolau hyn, fel yr awgryma Gilligan (1999), yn cynnwys: rhoddwr gofal, gweithiwr cymdeithasol, eiriolwr, cynghorwr a mentor.[26] Mae cyfweliadau gyda ac atgofion a ysgrifennwyd gan blant oedd yn ffoaduriaid rhag Natsïaeth yn rhoi llun o'r rolau cynorthwyol amrywiol a gymerwyd gan athrawon. Mewn un adroddiad, mae Kurt Fuchel yn esbonio sut y gweithredai ei brifathro fel cyfryngwr ac eiriolwr diogel ar ôl iddo ddiweddu mewn ysgarmes gyda mab ei rieni maeth: "Aethon nhw â mi i weld prifathro'r ysgol, a siaradodd â mi a siaradodd i'w tawelu, a dweud wrthyn nhw beth roeddwn i'n siwr o fod yn ei deimlo."[27]

I lawer o blant oedd yn ffoaduriaid, gwnaeth y perthasoedd a adeiladon nhw gydag athrawon dibynadwy a chefnogol argraff ddofn ar eu bywydau eu hunain fel oedolion a chawsant eu trysori ar hyd eu hoes. Mae Vera Gissing yn esbonio sut, yn y Birkdale Central School a fynychodd hi am gyfnod byr:

> *"y person pwysicaf i mi yno oedd Mr. Hughes, y prifathro. Cymerodd e ddiddordeb arbennig ynof i, ac er mai am un flwyddyn yn unig roeddwn i yno, daethon ni'n ffrindiau, a throais ato am gyngor ar sawl mater pwysig. Cadwon ni mewn cysylltiad am weddill ei oes"*[28]

Mae rol amrywiol yr athrawon a adroddir yn yr atgofion a chyfweliadau hyn yn datgelu sut y cynigion nhw gymorth emosiynol, cyngor ymarferol ac anogaeth. Mae perthynas gadarnhaol gydag oedolyn yn gallu cryfhau cydnerthedd y plentyn sy'n ffoadur, sydd wedi cael ei ddiffinio fel "y gallu i oresgyn a gwella o heriau mewn bywyd, fel profi ACEs".[29] Mae'r cyfeillgarwch hirhoedlog hwn sy'n cael ei ddisgrifio gan Vera Gissing, er enghraifft, yn debygol o fod wedi rhoi cymorth iddi hi yn bell i mewn i'w bywyd fel oedolyn ac mae'n berthynas roedd hi'n gallu dibynnu arni.

Ffig. 1

Cymorth gan Gymheiriaid

Mae naratifau ffoaduriaid yn dangos nad y berthynas gydag oedolion mewn amgylchedd addysgol yn unig sy'n gallu gweithredu fel ffactor diogelu ac o ganlyniad yn lleihau'r risgiau iechyd a lles ar ôl mudo sy'n gysylltiedig ag ACEs. Yn wir, mae dealltwriaeth ymhlith, a derbyniad gan, blant eraill yn ffactor hanfodol yn addasiad y plentyn i wlad newydd. Mae agwedd gymdeithasol amgylchedd ysgol, o gymysgu a chwarae gyda phlant o'r un oed, yn gallu cael ei weld o fudd i ddatblygiad seicolegol a chymdeithasol plant: "ataliodd y cymorth cymdeithasol a gafwyd o gyfeillgarwch ynysu cymdeithasol ac unigrwydd a rhoddodd ymdeimlad o berthyn i blant, yn enwedig yn yr ysgol".[30] Mae Henry Ebner yn siarad am yr unigrwydd a deimlai yn ystod gwyliau ysgol gan fod ei ysgol ffoaduriaid yn cynnig cyfle iddo gymdeithasu gydag eraill o'i oed: "Roeddwn i'n unig dim ond yn y gwyliau oherwydd nad oedd gen i ffrindiau yn y gwyliau. [...] Roedd ychydig iawn o rai ifanc, felly roeddwn i'n teimlo'n unig oherwydd nad oedd unrhyw blant o fy oed i yno y gallwn i wneud pethau gyda nhw".[31]

I ffoaduriaid ifanc eraill, fodd bynnag, cynyddodd digwyddiadau lle na chawsant eu derbyn deimladau oedd yn bodoli'n barod o ymddiethriad ac anobaith yn ogystal ag atgofion difrifolach o ddigwyddiadau blaenorol o ddieithrio a rhagfarn a brofwyd cyn mudo. Mae profiad Eva Fige yn dangos sut mae amgylchedd addysgol anghynorthwyol ac anghydymdeimladol yn gallu bod yn niweidiol:

> ***"pan ddechreuais i yn yr ysgol daeth hynny'n broblem oherwydd fi oedd yr unig blentyn estron yn y dosbarth. Roedd y math hwn o agwedd senoffobaidd gan y staff, nid y plant yn unig. Yn amlwg dw i'n meddwl pan gychwynnodd y rhyfel bydden nhw'n dweud 'Jawohl, Heil Hitler!' a phethau felly wrthych chi oherwydd nad oedden nhw'n gwybod y gwahaniaeth a doeddwn i ddim chwaith. [...] Ond canfyddais i hefyd fod y merched yn eitha cas ataf i yn achlysurol. [...] Roeddwn i'n cael fy eithrio trwy'r amser"***[32]

Mae Eva yn mynd yn ei blaen i ddisgrifio ei dechreuad yn yr ysgol newydd: "Roedd fy niwrnod cyntaf yn yr ysgol yn drychineb, oherwydd ces i fy ngollwng yn yr ystafell ddosbarth yma gydag athro a ddywedodd: 'Allwch chi ysgrifennu eich enw?' Erbyn yr adeg hon roeddwn i'n gallu deall beth oedd yn cael ei ddweud wrthyf i ond doeddwn i ddim wedi datrys sut i ateb yn ôl eto, doedd yr hyder ddim gen i i'w wneud eto".Mae Eva yn disgrifio sut "doedd fy ychydig dymhorau cyntaf yn yr ysgol gynradd Seisnig ddim yn hapus iawn oherwydd fy mod i'n teimlo fel rhywun o'r tu allan i raddau helaeth.

Roeddwn i'n cael fy nhrin fel un. Roeddwn i'n eithaf unig". Mae'n dod yn glir wrth edrych ar adroddiadau ffoaduriaid fod llawer o bobl Prydeinig – plant ac athrawon fel ei gilydd – yn anwybodus yn aml am gefndir y ffoaduriaid a'r rheswm am eu ffoedigaeth i'r DU. Yn enwedig ar ôl i'r rhyfel gael ei datgan ym Medi 1939, roedd ffoaduriaid yn cael eu gweld fel y gelyn Almaenig, er i lawer fod wedi gadael yr Almaen am gael eu gweld yn gyntaf a blaenaf fel Iddewon, nid Almaenwyr. Arweiniodd y diffyg deallwriaeth hwn at lawer o ddigwyddiadau annifyr yn yr ysgol ac eithrio gan gyfoedion.

Felly heb syndod efallai, darparodd ysgolion ffoaduriaid amgylchedd llawer mwy cadarnhaol gan fod dealltwriaeth o'r profiadau gofidus y gallai'r plant (ac aelodau'r staff) fod wedi wynebu ar y cyfandir cyn eu hallfudiad. Mae cyfweliadau â phlant oedd yn ffoaduriaid yn tystio i'r buddion a ddarparwyd gan amgylchedd addysgol lle mae ffoaduriaid yn cael eu haddysgu gyda'i gilydd, a'r anfantais bosibl o'r plentyn yn unig fyfyriwr sy'n ffoadur. Yn fwyaf hanfodol, fodd bynnag, mae'r angen am ymwybyddiaeth helaethach ymhlith staff a myfyrwyr o'r anawsterau a wynebwyd gan ffoaduriaid cyn ac ar ôl mudo.

Mae'n ymddangos bod lefel uwch o ddealltwriaeth, yn codi o brofiad ar y cyd, ymhlith y plant a addysgwyd mewn ysgolion ffoaduriaid. Darparodd yr ysgolion hyn amgylchedd mwy tosturiol a derbyngar. Mae Henry Ebner yn disgrifio cael ei ddysgu ochr yn ochr ag eraill oedd wedi dianc rhag Trydydd Reich Hitler: "Mi dybiaf eu bod wedi eu niweidio a'u bod yn oriog a'u bod yn hawdd i'w cynhyrfu [...]. Gadewch i ni ei ddweud y ffordd yna: doedd hi ddim yn amlwg i mi, er fod rhywun yn sylweddoli bod llawer o'r plant hyn wedi dioddef caledi, cryn galedi". Yn yr un modd wrth esbonio'r ddealltwriaeth hon nad oedd yn cael ei hyngan ymhlith y rheiny oedd wedi wynebu profiadau niweidiol tebyg, cymharodd Eva Hayman ei hymweliad ag ysgol ffoaduriaid Tsiecaidd ei chwaer Vera, Hinton Hall, â'i sefyllfa hi ei hun: "Roeddwn i gyda phobl oedd â'r un problemau. [...] yn fy ysgol i ac wedyn yn yr ysbyty fi oedd yr estrones – doedden nhw ddim yn gallu deall fy nheimladau hyd yn oed pe bawn i'n ceisio esbonio. Yn Hinton Hall roedd pobl yn gwybod".[33]

Yn yr un modd, mae'r cyfweliad a roddwyd gan yr Arglwydd (Claus) Moser, a ddaeth i Brydain yn 1936 gyda'i rieni, yn dangos bod amgylchedd yr un mor gynorthwyol yn gallu cael ei ganfod mewn amgylchedd ysgol breswyl, nid o angenrheidrwydd ysgol ar gyfer ffoaduriaid – er ei fod yn esbonio sut "yr oedd mewn gwirionedd llawer o blant oedd yn ffoaduriaid yn Ysgol Frensham Heights, ac roedd hynny'n hyfryd". Mae'r Arglwydd Moser yn siarad yn uchel am ei amser yn yr ysgol hon:

> ***"Roeddwn i'n hiraethu am gartref, ond roeddwn i'n gwella mwyfwy. Roedd hon yn ysgol oedd yn dangos i mi y gallai perthnasoedd rhwng athrawon a disgyblion fod yn gyfeillgar, nad oedd rhaid iddyn nhw fod yn hierarchaidd ac unbenaethol. [...] Roedd hynny'n ddewis da iawn, iawn. Roedd gen i brifathro rhyfeddol. [...] yn bendant dechreuodd hapusrwydd i mi yn Frensham, baswn i'n dweud. Ysgol hyfryd, da iawn gyda phlant oedd yn ffoaduriaid, cydymdeimladol iawn, a daeth pob un ohonon ni blant oedd yn ffoaduriaid yn ffrindiau. Ddaethon ni ddim yn glic, ond roedd gennym ni broblemau cyffredin. Roeddwn i'n lwcus iawn, iawn mewn gwirionedd."***[34]

Mae adroddiad yr Arglwydd Moser yn awgrymu awyrgylch o ddiogelwch ac undod yn yr ysgol breswyl hon, na chafodd ei frawd, a aeth i ysgol fonedd Dulwich. Teimlai pe byddai unrhyw wahaniaethu a bwlio o'r plant oedd yn ffoaduriaid yn Frensham, byddai'r prifathro wedi ei atal: "I mi, dechreuodd adnabyddiaeth o oddefgarwch ac o ddealltwriaeth ac o 'barhau i fyw' a phethau felly yma yn yr ysgol."[35]

Cyfeiriad a Phwrpas

Fel y noda Fazel et al. (2005), mae gan ysgolion ac athrawon effeithiol y gallu i "hyrwyddo cydnerthedd mewn plant sy'n ffoaduriaid wrth ddod yn ganolbwynt ar gyfer datblygiad addysgol, cymdeithasol ac emosiynol".[36] Arfogodd addysg y ffoaduriaid ei hun hwy â'r sgiliau iaith newydd a chynigiodd gyfle i'r

plant ganfod eu traed yn y wlad oedd yn eu croesawu. Gwelir hyn, yn ei dro, yn gwella cydnerthedd y ffoaduriaid, gan roi ymdeimlad o bwrpas, gweithrediad a chyfeiriad iddynt. Mae'r cyn-Kindertransportee a seicotherapydd Ruth Barnett yn esbonio, "wrth i ymlyniad â gofalwyr a pherthnasoedd newydd ddatblygu, bu iddynt brofi cyflawniadau yn yr ysgol, sgiliau, a derbyniad gan eu cymheiriaid. Adferodd hyn eu hunanhyder a rhoi ymdeimlad o 'weithrediad' iddynt, o annibyniaeth ac o gael effaith ar eu byd newydd. Roedd hyn yn therapiwtig a gellid ei ystyried yn gam cyntaf at 'barodrwydd' i fynd i'r afael a'r gorffennol".[37]

Mae addysg a chyrhaeddiad academaidd yn chwarae rôl arwyddocaol mewn adeiladu cydnerthedd gan fod y rhain gellid dadlau yn cyfrannu at "lefel arbennig o hunanhyder, ymddiriedaeth, ymdeimlad o gyflawni a gweithrediad" sy'n "angenrheidiol[] ar gyfer 'parodrwydd' i fynd i'r afael â thrawma ffrwynedig".[38] Mae un Kindertransportee, Ursula Gilbert, yn ystyried ei chyflawniadau addysgol yn rhywbeth i'w werthfawrogi: "Llwyddais i astudio felly mae gen i rywbeth y gallaf ddweud fy mod yn falch ohono".[39] Mae'r balchder a hunan-barch sy'n dod o gyrhaeddiad addysgol yn debygol o leihau canlyniadau negyddol ACEs yn ogystal â chynnal y rheiny a allai wynebu gofid yn ddiweddarach yn eu bywyd.

Yn ddiddorol, yn enwedig yng ngyd-destun Kindertransport, gellir sylwi ar dwf parthed addysg ar ôl trawma, lle mae eu ACEs yn ymddangos eu bod wedi cael effaith gadarnhaol a sbarduno nifer o'r plant hynny ymlaen i lwyddo'n academaidd. Rhagorodd nifer rhyfeddol o blant oedd yn ffoaduriaid yn eu haddysg, gan dderbyn ysgoloriaethau a symud ymlaen i brifysgol. Yn ôl yr Arolwg AJR Kindertransport, cyflawnodd tua 22% ryw fath o addysg uwch.[40] Mae tysytiolaeth felly i awgrymu y gallai profiadau niweidiol annog cydnerthedd addysgol, wedi'i ddiffinio fel "cyflawni mewn ysgolion, er gwaethaf amgylchiadau anodd".[41] Enillodd y Kindertransportee, Martha Blend, er enghraifft le mewn ysgol ramadeg lle rhagorodd hi yn ei phynciau ac enillodd wobr hyd yn oed am adrodd barddoniaeth.[42] Gwnaeth hi'n dda yn ei Thystysgrif Ysgol Uwch ac enillodd ragoriaeth mewn Llenyddiaeth Saesneg, dyfarnwyd Ysgoloriaeth Gwladwriaeth ac ysgoloriaeth Ryng-golegol iddi, ac aeth i astudio yng Ngholeg Queen Mary.[43] Mae hi'n dweud: "Roeddwn i wedi cyflawni cymaint yn erbyn pob anfantais" ac mae hi'n rhoi clod i'w rhieni maeth cefnogol, tra'n crybwyll hefyd nifer o athrawon oedd yn annog ac yn ofalgar.[44] Rhoddwyd lle i Kindertransportee arall, Hannah Steinberg, mewn ysgol breifat i ferched tra'n byw gydag un o'i ffrindiau o'r ysgol. Rhoddodd hyn y sylfaen iddi barhau â'i haddysg prifysgol ac yn pen draw daeth hi'n seicoffarmacolegydd o fri.[45]

Ar ôl y blynyddoedd cyntaf o ddod i arfer â bywyd mewn gwlad newydd a mynd trwy'r broses o fabwysiadu diwylliant, mae llawer o blant sy'n ffoaduriaid yn ymddangos i geisio ymdeimlad o bwrpas a rheolaeth dros eu dyfodol. Mynychodd nifer fawr o blant oedd yn ffoaduriaid rhag Natsïaeth gyrsiau nos, gan ddysgu sgiliau ymarferol, hyfforddi mewn proffesiwn fel nyrsio, neu gyfrannu mewn rhyw ffordd arall at ymdrech y rhyfel. Yn ddiddorol, i rai plant oedd yn ffoaduriaid, roedd y cyfle i ddysgu proffesiwn ymarferol ac i ymarfer rhywfaint o annibyniaeth dros eu dyfodol yn bwysicach na'r sefydlogrwydd oedd yn cael ei gynnig gan deulu maeth gofalgar. I Lisa Golabek Roberts, canfod lle a phwrpas oedd ei blaenoriaeth. Er bod ei gwarcheidwaid yn "garedig iawn" ati, rhedodd hi i ffwrdd ac "ymbiliais i ar y Gwasanaeth Teuluol Iddewig i fy helpu i ddysgu proffesiwn. Rhoddon nhw fi mewn hostel ac es i i weithio mewn ffatri. Fy math i o waith oedd gwneud hetiau, gwneud dillad, llaw fer a theipio".[46] Yn dilyn hyn, dyfarnwyd ysgoloriaeth pedair blynedd iddi astudio yn yr Academi Gerdd Frenhinol. Felly, mae addysg mewn amgylchedd ysgol yn ogystal â mireinio sgiliau ymarferol yn meithrin ymdeimlad o gyflawni, balchder ac annibyniaeth yn y ffoadur, gan eu gwneud yn fwy cydnerth a rhoi'r hyder iddynt gymryd y camau nesaf at fod yn oedolion.

Byw Cymunedol

Roedd y math o leoli plant digwmni oedd yn ffoaduriaid yn 1939 yn ystyriaeth wleidyddol a logistaidd cyn cychwyn y cynllun Kindertransport. Cafodd teuluoedd maeth unigol yn ogystal â lleoliadau cymunedol eu hystyried, ond penderfynodd y Mudiad Plant ar Ffo (RCM), y corff anllywodraethol oedd yn gyfrifol am y cynllun, mai'r dull gorau i'r plant oedd yn ffoaduriaid heb gartref parhaol oedd trwy ofal maeth.[47]

Roedd yn well gan lawer o blant oedd yn ffoaduriaid fyw gydag aelodau'r teulu ond yn aml nid oedd hyn

yn bosibl. O'r rheiny oedd yn cyrraedd ar Kindertransport roedd rhaid i'r mwyafrif adael eu rhieni ar ôl ar y Cyfandir. Mewn rhai achosion, llwyddodd y rhieni i ddianc i'r DU cyn dechrau'r Ail Ryfel Byd, eto i gyd nid yw hyn yn golygu bod aelodau teulu wedi gallu byw gyda'i gilydd. Roedd William Dieneman, a ffodd o Berlin yn naw oed gyda'i chwaer, yn y sefyllfa lwcus o weld ei rieni'n cyrraedd yn y DU ychydig fisoedd ar ôl iddyn nhw gyrraedd. Fodd bynnag, cynigiwyd lle iddo mewn ysgol breswyl, tra chafodd ei chwaer ei dynodi i leoliad gwahanol ac nid oedd y rhieni yn gallu creu cartref iddynt i gyd oherwydd cyfyngiadau perthynol i'r rhyfel, ac am resymau economaidd hefyd.

Mae'r canllawiau a ddosberthir gan Uchel Gomisiwn y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Ffoaduriaid (UNHCR, 1994) yn pwysleisio'r pwysigrwydd o ofal parhaus, cariadus ac sy'n meithrin. Mae'n awgrymu y dylai plant gael eu lleoli yng "nghyd-destun y teulu a'r gymuned" a dylai pob ymdrech gael ei gwneud "i leoli plant mewn teuluoedd maeth neu grwpiau o, gefndir ethnig, diwylliant, ieithyddol a chrefyddol tebyg" (UNHCR, 1994, erthygl 20). Fodd bynnag, o dan yr amgylchiadau dan bwysau amser a diffyg cyllid yn 1939 ac yn ystod y rhyfel, ni ellid gwirio na sicrhau'r meini prawf hyn i rieni maeth gan Bwyllgor y Ffoaduriaid.

Mae canllawiau diweddar yn cydnabod bod gan bob plentyn anghenion lleoli gwahanol ac "i rai plant gofal teulu fydd y dewis gorau tra i eraill gallai gofal grŵp fod yn fwy priodol".[48] Mae'r astudiaeth o naratifau ffoaduriaid yn dangos y gallai natur y lleoliadau hyn amrywio'n arwyddocaol ac roedd buddion yn ogystal ag anfanteision i sefyllfaoedd a mathau o lety penodol. Cafodd Kindertransportees yn aml nifer o leoliadau (cartrefi maeth, hostelau neu wersylloedd) cyn dod yn oedolion. Ymddangosai lleoliad gyda theulu maeth yn fwy llwyddiannus mewn sefyllfaoedd lle daeth y plentyn yn integredig i, a chael ei drin fel un o'r teulu, ac roedd eu hanghenion a buddiannau yn cael eu hystyried yn bwysig. I lawer nid dyma oedd y gwir.

Cafodd ei awgrymu y bydd "[] rhieni maeth llwyddiannus [...] yn deall ymddygiad plentyn 'o lens wedi'i lunio gan drawma yn hytrach na beth sydd yn union o flaen eu hwynebau.' Ymhellach, mae cael 'sgwrs agored,' gan gydnabod angen y plentyn i gael ei ddeall a'i garu,' a bod yn 'llysgennad' i'r plentyn yn y gymuned yn hanfodol i helpu'r plentyn i integreiddio i'w gartref maeth a chymuned"[49] Mae un oedd yn ffoadur yn blentyn, Lore Robinson, yn myfyrio ar ei lleoliad maeth llwyddiannus ac ar sut yr atebodd ei gwarcheidwaid ei hangenion emosiynol, ymarferol a chorfforol:

> ***"Deuthum i Gaergrawnt ac roedd y tŷ hwn yn rhyfeddol. [...] Ac roedden nhw'n meddwl roedd gwerth fy addysgu i, yn ffodus i mi, a chadwon nhw fi a'm hanfon i'r ysgol. [...] Roeddwn i'n ferch fabwysiedig mewn ffordd. A gwnes i beth allwn i i ddiolch iddyn nhw. [...] Roedden nhw, mewn ffordd, yn rhieni i mi ac yn dat-cu a mam-gu i fy mhlant. Rhyfeddol."[50]***

Esboniodd plentyn arall sut y cyfathrebodd e ar y dechrau trwy ieithoedd oedd â rhai cysylltiadau cyffredin, gan ei helpu i addasu a chael ei ddeall. Gwnaeth sgiliau magu plant ei dad maeth hi'n bosibl iddo a mab y teulu gyd-dynnu a dod yn ffrindiau gydol oes.

Yn hollbwysig, mae'n rhaid gwerthfawrogi nad oes gan yr holl ffoaduriaid yr un problemau neu anghenion – nid ydynt o reidrwydd yn grŵp cydryw, hyd yn oed os ydynt yn tarddu o'r un wlad.[51] Yr unig amod sy'n gallu cael ei warantu o gael ei rannu yw fod pob un ohonynt wedi colli cartref a dod i Brydain heb eu teuluoedd. Felly, i rai plant gallai maethu mewn amgylchedd cartref fod yn ddelfrydol,ond i eraill gallai fod yn fwy niweidiol a pheidio â gwella'r trawmâu. Mewn rhai achosion, cafodd Kindertransportees fudd o gymysgedd neu newid o fath o lety. Teimlai un ferch 11 oed, er enghraifft, fod aros mewn grŵp ar y dechrau ar gyrraedd Lloegr yn fudd arwyddocaol iddi hi cyn iddi gael ei lleoli mewn cartref maeth ac wedyn yn y pen draw cael ei lleoli mewn cartref grŵp gyda ffoaduriaid eraill.

> ***"Yn Llundain cafodd llawer o blant eu cyfarfod yn unigol. Ond y grŵp hwn roeddwn i'n perthyn iddo, cawson ni ein cymryd i ffwrdd fel grŵp ac arhoson ni y tu allan i Lundain am wythnos ar gyfer rhyw fath o ddod i arfer. [...] Roedd e fel hostel ieuenctid. [...] Roedd hi'n braf i fod gyda'n gilydd gyda'r grŵp yno."[52]***

Yn y cartref maeth, fodd bynnag, roedd hi'n "ofidus ac ynysig" ac, yn dilyn hyn, cafodd ei chymryd i gartref grŵp lle mae hi'n cofio "teimlo'n fwy cartrefol yno oherwydd bod pobl yn deall am y cefndiroedd gwahanol."[53]

Un o ganlyniadau'r ymchwil ar ffoaduriaid o dan oed rhag Natsïaeth sy'n peri syndod yw'r sylweddoliad fod yn well gan lawer o'r rhai hŷn fyw mewn lleoliadau cymunedol yn hytrach na phrofi gofal agosach teulu maeth. Roedd hyn i raddau helaeth oherwydd yr anawsterau a grëwyd gan wahanol gefndiroedd crefyddol a diwylliannol a chamddealltwriaethau o ganlyniad rhwng teuluoedd maeth a phlant oedd yn ffoaduriaid. Mae'r dyfyniad canlynol yn dangos yr achos lle mae plentyn o ffoadur yn cael ei leoli mewn teulu sy'n glynu'n gaeth at draddodiad crefyddol nad oedd y plentyn wedi arfer ag ef: "Roedd y gŵr yn fy meirniadu llawer. Er enghraifft, yn dweud wrthyf i 'Rwyt ti fel anifail – fel ceffyl … ti'n gwybod sy'n eistedd ac yn bwyta brecwast ac heb ddweud gweddi a dwyt ti byth yn gweddïo, ayb.' Roeddwn i'n siarad â'r forwyn Wyddelig oherwydd bod ganddi hi fwy o ddiddordeb ynof i. Doeddwn i ddim yn deall ymddygiad eu plant. Cwynais i fy nhad. Yn fuan wedyn cefais i fy nghymryd i hostel yn Willesden Lane. Yno roeddwn i'n eitha hapus. Ond cawson ni ein bomio allan. Cefais i fy lleoli wedyn mewn hostel arall. Doedd hi ddim yn cael ei rhedeg gystal. Gwnes i ffrindiau da"[54] Yn amlwg roedd roedd hi'n well gan y plentyn hwn o ffoadur leoliad cymunedol yr hostel.

Wrth archwilio naratifau cyfweliad ac ysgrifenedig a ddarparwyd gan y grŵp hwn o ffoaduriaid, rydym yn gweld hefyd sut yr achosodd symud mynych rhwng lleoliadau (yn enwedig teuluoedd maeth) gyffro ychwanegol ac roedd yn niweidiol i ymdeimlad y plentyn o sefydlogrwydd a hunaniaeth, yn ogystal â tharfu ar ei addysg. Mae sefydlogrwydd lleoliad, ar y llaw arall, yn hyrwyddo datblygiad cadarnhaol y plant.[55] Dywedodd un oedd yn ffoadur yn blentyn ei bod hi'n dal y record am aros mewn un lle (5 mlynedd) – cartref maeth grŵp gyda ffoaduriaid eraill ar ôl gadael cartref maeth teuluol. Ond sylweddolai hi fod hyn yn anghyffredin a chydnabu: "[roedd] llawer o blant yn cael eu symud o gwmpas ac yn y blaen, os nad oeth pethau'n gweithio."[56]

I fod mewn gwlad heb iaith, diwylliant na ffrindiau cyfarwydd, mae lleoliad diogel yn dod yn bwysicach fel cyfle i ddod yn gyfarwydd, meithrin diwylliant a datblygu sylfaen sicr. Roedd rhaid i rai plant oedd yn ffoaduriaid fyw gyda theimladau o ddiffyg gwreiddiau ac ymdeimlad o fod "yn un arall" hyd yn oedd yn ddiweddarach mewn bywyd, a allai fod wedi deillio o'r symudiad mynych hwn rhwng lleoliadau. Yn wir, mae un ffoadur yn disgrifio'i fywyd "fel jig-so â llawer o ddarnau".[57]

Profiad Ar y Cyd

Cafodd hostelau neu gartrefi grŵp eu sefydlu i letya plant: nad oedd wedi cael eu dewis ar gyfer lleoliad maeth, nad oedd ganddynt noddwr penodol, neu oedd yn cael eu hystyried yn rhy hen ar gyfer lleoliad teuluol (a'u bod yn hŷn na 14 ac felly y tu hwnt i'r oed ysgol). Yn ogystal, roedd gan rai sefydliadau neu grwpiau, fel y Youth Aliya a Bunce Court School, ddiddordeb mewn cadw'r plant roeddent yn eu noddi mewn grwpiau. Er enghraifft, sefydlodd yr Youth Aliyah wersylloedd hyfforddi o gwmpas y wlad, o'r enw *Hachsharas*, lle byddai'r plant yn cael eu hyfforddi a'u paratoi ar gyfer allfudo i Balesteina. Ymsefydlodd un grŵp *Hachshara* o'r fath yng Nghastell Gwrych, Abergele, Gogledd Cymru, yn 1939 gyda 200 o Kindertransportees.[58]

Ffig. 2

Canfu llawer o blant hŷn gymorth amhrisiadwy gan ffoaduriaid eraill mewn lleoliad hostel, roedd ymdeimlad o brofiad ar y cyd a theimlad o fod "yn yr un cwch". Mae'r hanesydd Anthony Grenville yn dadlau y gallai hostelau ddarparu "amgylchedd hapus lle datblygodd ysbryd cymunedol cefnogol".[59] Gallai lleoliad mewn hostel neu leoliad grŵp fod wedi arafu'r addasu i iaith a bywyd Prydeinig, ond i lawer gwnaeth y trawsnewidiad yn haws.[60] Mewn lleoliad grŵp neu hostel, gallai'r iaith a oedd yn cael ei siarad fod yn un gryfaf y grŵp, fel Almaeneg.

Dewisodd Lisa Golabek Roberts, Kindertransportee 13 oed, adael ei chartref maeth lle teimlai ei bod hi'n ddiogel ac yn cael ei bwydo ond "dymunai fod gydag eraill tebyg iddi"[61] a symudodd i fyw mewn hostel yn Llundain.

> *"Edrychodd hi o gwmpas y bwrdd ar y lleill a gwelodd ei thristwch ei hun wedi ei adlewyrchu yn eu hwynebau. Roeddent yn rhannu pryder ofnadwy. Roedd hi'n rhyfedd, meddyliai hi, sut roedd bod gydag eraill tebyg iddi hithau yn gwneud ofnau yn haws i'w dioddef. Roedd yn rhan o bwysau'r unigrwydd mawr roedd hi wedi ei deimlo ers iddi gyrraedd Lloegr yn codi."*[62]

I'r rheiny mewn lleoliad hostel, roedd dealltwriaeth nad oedd yn cael ei lefaru gyda'i gilydd yn seiliedig ar brofiad trawmatig ar y cyd. Mae llawer o astudiaethau ar ffoaduriaid ifanc yn awgrymu bod buddion iddynt o gynnal cysylltiadau â'u cymunedau eu hunain a bod hynny'n eu galluogi i gynnal ymdeimlad o hunaniaeth, adeiladau hunan-barch a hyder ac ymladd yn erbyn teimladau o fod yn ynysig.[63] Canfu astudiaeth Fazel et al. (2012) pan fo plant sy'n ffoaduriaid yn byw a chymdeithasu ochr yn ochr â phobl o'r un grŵp ethnig, mae hyn yn darparu gwarchodaeth seicolegol.[64]

Flynyddoedd yn ddiweddarach yn ystod Aduniad Kindertransport yn 1993, myfyriodd un Kindertransportee ar effaith lesol dymor hir bod mewn cymuned/amgylchedd grŵp:

> *"Dw i'n teimlo'n agos iawn at bobl y gwnes i gyfarfod â nhw yn 1939 ar Hachshara, lle roedden ni'n gweithio gyda'n gilydd. A dw i wedi cadw cyfeillgarwch gyda nhw a cheisio cynnal cysylltiadau gyda nhw. A dw i'n teimlo'n eithaf cryf am hynny."*[65]

Camodd llawer o'r ffoaduriaid ifanc oedd yn byw mewn hostelau gyda ffoaduriaid eraill i fyd gwaith y tu allan ac integreiddio'n dda i gymdeithas Brydeinig yn ystod y dydd. Mae rhai o'r adroddiadau yn myfyrio ar natur gadarnhaol gweithio gyda'r Saeson mewn swydd, er yr oedi, neu fod wedi colli'r cyfle am dderbyn addysg bellach. Mae llawer o sylwadau cadarnhaol am yr amgylchedd gwaith: "Roedd y pobl roedden ni'n gweithio gyda nhw mor garedig a mor ddymunol"[66] a "ces i swydd fel ysgrifenyddes. [...] Roeddwn i'n cyd-dynnu'n dda â phawb"[67]

Galluogodd y cyfuniad o sylfaen ddiwylliannol sicr a phrofiad ar y cyd pan mewn cysylltiad â ffoaduriaid eraill o gefndir tebyg, a'r cysylltiad dyddiol gyda gwaith, cymeriadau a gwerthoedd Prydeinig y ffoaduriaid hyn i gael eu cysylltu â'u cefndir cyfandirol eu hunain ac ar yr un pryd sefydlu bywyd newydd annibynnol fel oedolion ym Mhrydain.

Ymddangosai byw mewn amgylchedd grŵp fel cam naturiol i mewn i fyd ehangach gwaith yn ogystal ag addysg bellach wedi'i seilio ar sgiliau. Ysgrifennod un gwarcheidwad at fechgyn 14 ac 16 oed tra'u bod mewn *Hachshara*: "Dw i'n cydymdeimlo'n llwyr â'ch dymuniad i chwilio am swydd go iawn yn awr",[68] ac ar ôl hynny gadawodd y ddau fachgen gwaith ffermio i fynychu Coleg Loughborough i ddysgu crefft. Os nad oedd rhywun yn gallu dilyn addysg, roedd cyflogaeth yn hanfodol. Dywedodd Kindertransportee arall a gyrhaeddodd yn y pen draw mewn hostel a gwnaeth ffrindiau da,"roedd hi wastad yn gwestiwn wyddoch chi, mynd i sefyll ar eich dwy droed eich hun, yn ennill eich bywoliaeth."[69]

Mae cyfarfod ag eraill a rannodd brofiad ffoaduriaid yn cael ei ddisgrifio yn eithriadol o bwysig gan lawer. Yn yr ychydig enghreifftiau lle sylweddolodd sefydliadau ffoaduriaid Prydeinig hyn a rhoi cyfleusterau at ddefnydd ffoaduriaid i'w galluogi i gyfarfod a chymdeithasu gydag eraill o gefndir tebyg, cynyddodd hyn les y cyfranogwyr:

> *"Dw i'n golygu'r Crynwyr oedd o gymorth eithriadol i'r ffoaduriaid – yn enwedig yn Guildford. Er enghraifft, [...] llogon nhw neuadd a'i rhoi at ddefnydd y ffoaduriaid a galw eu hunain yn Glwb Rhyngwladol. Roedden nhw'n cyfarfod pob dydd Sul, i chwarae cardiau, Tarok, bridge, a gemau eraill ac roedden nhw'n cael lluniaeth. Fy nhad oedd cadeirydd cyntaf y Clwb Rhyngwaldol hwn fel y'i gelwid."*[70]

Gan ddefnyddio'r hyder a fagwyd trwy brofiadau ar y cyd, canfu llawer o blant oedd yn ffoaduriaid yr hyder i gyfrannu at y gymdeithas ehangach. Mae Ellen Davis yn disgrifio bod yn rhan o Gyngor Ieuenctid Abertawe fel profiad trawsnewidiol wrth iddi wneud ffrindiau y tu allan i'w chylch cymdeithasol blaenorol:

> *"Tra'n rhan o'r Clwb Ieuenctid Iddewig, cefais i fy ethol i gynrychioli'r Clwb yng Nghyngor Ieuenctid Abertawe oherwydd fy mod i wedi dysgu llaw fer a theipio oedd yn cael ei ystyried yn angenrheidiol ar gyfer ysgrifenyddes. Y diwrnod yr ymunais i â'r Cyngor oedd diwrnod mwyaf lwcus fy mywyd"*[71]

Cyfathrebu Agored

Ni ddaeth storïau bywyd llawer o'r cyn-ffoaduriaid a ffodd i'r DU yn y 1930au i'r amlwg am lawer o flynyddoedd ar ôl diwedd yr Ail Ryfel Byd. Ni archwiliodd ymchwil academaidd fywydau'r ffoaduriaid llai amlwg hyd yn hwyr yn yr 20fed ganrif ac mae'r pwnc wedi ennill rhagor o sylw cyhoeddus dim ond o ddechrau'r 21fed ganrif.

Mae rhai ymchwilwyr wedi dadlau bod hyn oherwydd y ffaith nad oedd y rhai oedd yn ffoaduriaid yn blant yn dymuno siarad am eu profiad ac roeddent yn canolbwyntio ar adeiladu eu bywydau yn hytrach na myfyrio ar y gorffennol. Mewn llawer o achosion, ychydig iawn o gyfathrebu oedd am y digwyddiadau hyn yn y gorffennol hyd yn oed o fewn teuluoedd. Pan ofynnwyd os oedd y plentyn o ffoadur wedi holi ei rhieni am y digwyddiad arswydus yn ymwneud â'i thad yn cael ei guro, dywedodd hi "[Na,] oherwydd fy mod i'n sylweddoli nad oedden nhw'n dymuno siarad amdano, felly parchais eu hangen am hynny [...] Doedd hi ddim hyd at flynyddoedd, blynyddoedd a blynyddoedd yn ddiweddarch. Bu farw fy mam fach yn 1970 ac roedd fy nhad, wnaeth fyw hyd ei fod yn 97, yn arfer dod i ymweld â ni am yn ail flwyddyn yma, ac wedyn y gwnaethon ni siarad a siarad a a siarad."[72]

Mae rhai cyn-ffoaduriaid yn blant yn teimlo'n gryf iawn bod angen i'w plant ddysgu am eu profiadau cynnar mewn plentyndod, hyd yn oed os yw'r rhain yn cynnwys atgofion poenus:

> *"Mae pawb yn ceisio fy ngwarchod rhag canfod beth ddigwyddodd mewn gwirionedd. [...] Dw i'n cael fy ngwahodd i siarad â phlant ysgol weithiau [... a] dw i'n dweud wrthyn nhw, 'os gwelwch chi'n dda pan fyddwch chi'n rhieni, dywedwch bopeth wrth eich plant, oherwydd mae beth rydych chi'n ei ddychmygu'n waeth weithiau'"*[73]

> *"Dw i'n credu o ddifrif bod ceisio gwarchod eich plant trwy beidio â dweud popeth wrthyn nhw yn beth ofnadwy. Mae'n gwneud iddyn nhw ddychmygu pethau a allai fod ym waeth na realiti."*[74]

Byddai hyn yn pwyntio at yr angen i meithrin cyfathrebu agored o fewn teuluoedd, ond hefyd o fewn cymunedau, a'r gymdeithas ehangach.

5 Casgliad: Dysgu o'r Gorffennol ar gyfer y Dyfodol

Mae ein hymchwil wedi dangos y profodd ffoaduriaid rhag Natsïaeth ystod o ACEs cyn, yn ystod ac ar ôl eu ffoedigaeth i'r DU. Nid yw hyn yn syndod. Fodd bynnag, mae archwilio profiadau'r plant hyn oedd yn ffoaduriaid ar ôl mudo yn rhoi dirnadaeth ddadlennol i ni o agweddau o'u bywydau a wnaeth wahaniaeth cadarnhaol ac a leihaodd y tebygolrwydd o aildrawmateiddio neu effeithiau tymor hir ACEs. Felly, mae edrych ar blant oedd yn ffoaduriaid y gorffennol yn ein galluogi i wneud awgrymiadau ar gyfer y dyfodol: rydym wedi gallu ymchwilio i ddeunydd hanesyddol a hanesion bywyd a dysgu am brofiadau ffoaduriaid oedd yn blant 80 mlynedd yn ôl. Mae'r ddealltwriaeth newydd hon yn gallu ffurfio cymorth ceiswyr lloches heddiw.

Mae sawl ffactor cyffredin a wnaeth wahaniaeth cadarnhaol i'r plant oedd yn ffoaduriaid, er ei bod yn hollbwysig i gofio bod pob profiad yn unigryw. Mewn lleoliad addysgol, bydd gan staff addysgu cefnogol sydd â dealltwriaeth o brofiad y ffoadur gyfle mwy i feithrin derbyniad gan gymheiriaid y plant. Dylai ymwybyddiaeth o sefyllfa'r ffoadur ifanc gael ei annog a'i ddatblygu mewn oedolion yn ogystal â phlant.

> *"Roedd [y plant ysgol] i gyd yn garedig iawn. Roedden nhw wedi cael gwybod pwy oedden ni. Roedd tua thri o blant [ffoaduriaid] a gyrhaeddodd yr ysgol a helpon nhw ni gymaint ag y gallent."*[75]

Lle'n bosibl, helpodd cysylltiad â ffoaduriaid eraill i ymladd yn erbyn bod yn ynysig ac ymddieithriad. Helpodd hyn y ffoaduriaid ifanc i sefydlu sylfaen sicr a gwneud cynlluniau ar gyfer y dyfodol.

I blant digwmni sy'n ffoaduriaid mae'n ymddangos yn bwysig bod ystod o ddewisiadau lleoliad yn cael ei gynnig a bod gofal yn cael ei gymryd i ganfod lleoliad unigol neu gymunedol addas, gan gymryd oedran a chrefydd i ystyriaeth, yn ogystal ag amgylchiadau unigol, diwylliannol ac eraill. Cafodd llawer o'r plant oedd yn ffoaduriaid o'r 1930au fudd o gysylltiad â ffoaduriaid eraill tra'n cael eu cynnwys hefyd mewn gweithgareddau hamdden a gwaith eu gwlad newydd. Mae canfod cydbwysedd rhwng cysylltu â'u cefndir a throchi i'r wlad newydd trwy waith yn ymddangos i fod o fudd i lawer o blant sy'n ffoaduriaid. Mae rhai elfennau sy'n aros yn ddigyfnewid (cysylltiad â'u bywyd yn y gorffenol ar y cyfandir trwy ffoaduriaid eraill mewn lleoliad hostel, neu gysylltiad trwy grefydd) yn helpu i ddarparu sefydlogrwydd yn ystod y broses o feithrin diwylliant.

Mae ein hastudiaeth yn awgrymu bod rhaglen "annibyniaeth â chymorth" yn gweithio orau i ffoaduriaid ifanc – pa un a gyrhaeddon nhw gyda neu heb gymorth teulu. Mae hyn yn gallu cael ei weld mewn perthynas ag addysg, cymorth byw unigol a chymunedol, ac mewn perthynas ag amgylcheddau gwaith. Mae'n bwysig i ffoaduriaid ifanc ddatblygu ymdeimlad o bwrpas ac annibyniaeth, a sefydlu ffyrdd o wneud gwahaniaeth i'w diwylliant newydd trwy ganfod eu lle eu hunain yn eu cymdeithas newydd.

Ffig. 3

Mae'n cael ei gydnabod yn awr y gallai plant sy'n ffoaduriaid gael anawsterau i fod yn agored am eu teimladau neu rannu eu profiadau, yn enwedig tra'n dechrau sefydlu bywyd newydd yn y DU. Mae'n bwysig hefyd nad yw y gofid a brofir gan y plant sy'n ffoaduriaid ac anallu i fynegi hyn neu ei rannu gyda dieithriaid yn cael ei ystyried yn anaferol a'i fod yn rhan o'r broses o dyfu. Serch hynny, mae'n bwysig fod lle diogel ar gyfer mynegi'r fath deimladau yn cael ei greu a bod cymorth iechyd meddwl yn cael ei roi. Gyda budd synnwyr trannoeth, rydym yn gallu dysgu beth oedd ar goll yn achos plant oedd yn ffoaduriaid rhag Natsïaeth: nid oedd digon o gymorth i drafod a myfyrio ar eu profiadau yn gynnar yn eu bywydau, ac nid oedd lle ar gyfer cyfathrebu agored am drawma ac ACEs o fewn teuluoedd a chymunedau.

Ôl-nodion

1 Wood S, Ford K, Hardcastle K, et al. Adverse Childhood Experiences in child refugee and asylum seeking populations, *Public Health Wales,* 2020 (p.3).

2 Grenville A. *Jewish Refugees from Germany and Austria in Britain 1933-1970*. London: Vallentine Mitchell, 2010 (p.1).

3 London L. *Whitehall and the Jews, 1933-1948: British Immigration Policy, Jewish Refugees and the Holocaust*. Cambridge: Cambridge University Press, 2003 (pp. 42, 56, 59).

4 Grenville A. *Jewish Refugees*, pp.3, 9.

5 London L. *Whitehall and the Jews*, p.11f.

6 Gann, C. *Das Schicksal der Eva Mosbacher und ihrer Eltern*. Erfurt: Landeszeentrale für politische Bildung Thüringen, 2013.

7 Karpf A. Immigration and asylum: We've been here before. *The Guardian* (8 June 2002). Available from: https://www.theguardian.com/uk/2002/jun/08/immigration.immigrationandpublicservices, accessed 18th May 2020.

8 David R. *Child of Our Time*. London: IB Tauris, 2003 (p.59).

9 Green B. Interview with Bea Green. *British Museum Sound & Moving Image Archive: Oral History Section*. Reference #C1641/5 (22nd November 2012).

10 Davis E. *Kerry's Children.* Bridgend: Seren, 2004 (pp.32-36).

11 Fachler E. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview #103 (4th September 2005). Available at The Wiener Holocaust Library.

12 Davis E. *Kerry's Children*, p.46.

13 Fachler E. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview #103 (4th September 2005).

14 Koschland B. Tylers Green Papers – The Unique Archives of a War-time Hostel. In Refugee Archives: Theory and Practice. Ed. by Hammel A, Grenville Amsterdam: Editions Rodopi B.V., 2008 (p.166).

15 David R. *Child of Our Time* (2003).

16 Zürndorfer H. *The Ninth of November*. London: Quartet Books, 1983.

17 https://www.thejc.com/lifestyle/family/susi-bechhofer-1.443118, accessed 20th May 2020.

18 Goldberg G. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview #51 (18th March 2004).

19 Chadwick A. *Suzie. The Little Girl who Changed our Lives*. Cambridge: Keystage Arts and Heritage Company, 2012.

20 Flesch E. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview #137 (8th November 2006).

21 Ginsburg I. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive*. Interview #63 (8th June 2004).

22 Deveci, Y. Trying to understand: promoting the psychosocial well-being of separated refugee children. *Journal of Social Work Practice: Psychotherapeutic Approaches in Health, Welfare and the Community*. 2012; 26(3): 367-383 (374).

23 Hek R. The role of education (2005), pp.157-171.

24 Deveci Y. Psychotherapeutic Responses or some words from his source, p.375.

25 Behrendt G. In *I Came Alone: The Stories of the Kindertransports*. Ed. by Leverton B and Lowensohn S. Lewes: The Book Guild, 1990 (p.31).

26 Gilligan R. Enhancing the resilience of children and young people in public care by mentoring their talents and interest. *Child and Family Social Work*. 1999; 4: 187-196.

27 Fuchel K. In Harris MJ and Oppenheimer D. *Into the Arms of Strangers: Stories of the Kindertransport*. London: Bloomsbury, 2000 (p.201).

28 Gissing V. *Pearls of Childhood*. London: Robson Books, 2003 (p.78).

29 Wood S, Ford K, Hardcastle K, et al. *Adverse Childhood Experiences in child refugee and asylum seeking populations*, Public Health Wales (2020).

30 Mohamed S & Thomas M. The mental health and psychological well-being of refugee children and young people: an exploration of risk, resilience and protective factors. *Educational Psychology in Practice: theory, research and practice in educational psychology*. 2017; 33(3): 249-263 (256).

31 Ebner H. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview # 147 (6th February 2007).

32 Figes E. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview # 94 (18th March 2005).

33 Gissing. *Pearls*, p.89.

34 Moser, Claus (Baron Moser). Interview conducted by Dr Bea Lewkowicz in 2001 for the Continental Britons Archive, part of bealewkowiczarchives.com, accessed 1st June 2020.

35 *Ibid.*

36 Fazel M, Wheeler J, Danesh J. Prevalence of serious mental disorder in 7000 refugees resettled in western countries: A systematic review. *The Lancet*. 2005; 365: 1309-1314.

37 Barnett R. Therapeutic Aspects of Working Through the Trauma of the Kindertransport Experience. In *The Kindertransport to Britain 1938/39: New Perspectives: Yearbook of the Research Centre for German and Austrian Exile Studies*. Ed. by Hammel A and Lewkowicz B. 2012; 13: 157-171 (164).

38 *Ibid.*, p.166.

39 Gilbert U. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview #129 (30th August 2006).

40 AJR Kindertransport Survey. *AJR*. Available from: https://ajr.org.uk/kindertransport-survey/, accessed 22nd May 2020.

41 Poulou M. Social resilience within a social and emotional learning framework: The perceptions of teachers in Greece. *Emotional and Behavioural Difficulties*. 2007; 12: 91-104 (p.92).

42 Blend M. *A Child Alone*. London: Vallentine Mitchell, 1995 (p.92).

43 *Ibid.*, pp.140-43.

44 *Ibid.*, p.142.

45 Professor Hannah Steinberg: Psychopharmacologist who arrived on the Kindertransport and unlocked the secrets of Drinamyl, better known as purple hearts. *The Times.* 25th February 2020 (p.34).

46 Golabek Roberts L. In *I Came Alone, Came Alone: The Stories of the Kindertransports*. Eds. Leverton B and Lowensohn S. Lewes: The Book Guild, 1990 (p.123-124).

47 Baumel-Schwartz J. *Never Look Back: The Jewish Refugee Children in Great Britain, 1938-1945*. West Lafayette: Purdue University Press, 2012 (p.112).

48 Hek R. Using Foster Placements for the Care and Resettlement of Unaccompanied Children. In *Working with Unaccompanied Asylum Seeking Children: Issues for Policy and Practice.* Ed. by Ravi KS, Kohl FM. Hampshire: Palgrave Macmillan, 2007 (p.111).

49 Crea TM, Lopez A, Hason RG, et al. Unaccompanied immigrant children in long term foster care: Identifying needs and best practices from a child welfare perspective. *Children and Youth Services Review*. 2018; 92: 56-65 (p.59).

50 Robinson L. Interview with Lore Robinson. *British Museum Sound & Moving Image Archive: Oral History Section*. Reference #1641/3 (11th November 2001).

51 Hek R. The role of education in the settlement of young refugees in the UK: The experiences of young refugees. *Practice*. 2005; 17(3): 157-151 (p.158).

52 Pearson S. Interview with Suzanna Pearson. *British Museum Sound & Moving Image Archive: Oral History Section*. Reference #C900/14585/01-02 C1 (1999).

53 Pearson S. Interview (1999).

54 Gilbert U. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview #145 (28th January 2007).

55 Crea T, Lopez A, Taylor T, and Underwood D. Unaccompanied migrant children in the United States: Predictors of placement stability in long term foster care. *Children and Youth Services Review*. 2017; 73: 93-99.

56 Pearson S. Interview (1999).

57 Schwiening R, David R. Conversation between Ruth Schwiening and Ruth David. *British Museum Sound & Moving Image Archive: Oral History Section*. Reference #1500/1029 (8th May 2013) [quote by Ruth Schwiening].

58 Kinder castle saved from "perilous" state after 20-year campaign. *The Jewish News*. 19th June 2018. Available from: https://jewishnews.timesofisrael.com/kinder-castle-saved-from-perilous-state-after-20-year-campaign/, accessed 25th May 2020.

59 Grenville A. The Kindertransports: An Introduction. In *The Kindertransport to Britain 1938/39: New Perspectives: Yearbook of the Research Centre for German and Austrian Exile Studies*. Ed. by Hammel A and Lewkowicz B. 2012; 13:1 -14(10).

60 Baumel-Schwartz J. Never Look Back, p.123.

61 Golabek M, Cohen L. *The Children of Willesden Lane*. New York: Grand Central Publishing, 2002 (p.58).

62 *Ibid.*, p.78.

63 Hek R. The role of education (2005), pp.157-171.

64 Fazel M, et al. Mental health of displaced and refugee children resettled in high-income countries: Risk and protective factors. *The Lancet*. 2012; 379: 266-282.

65 Grosz H. Transcript of Oral History by Hanus Grosz. 14th November 1993. Private collection (p.15).

66 Ginsburg I. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview #63 (8th June 2004).

67 Goldman M. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview #111 (29th November 2005).

68 Bowes-Lyon L. Private correspondence to Hanus Grosz"(18th December 1940). Private collection Grosz family.

69 Gilbert U. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview #145 (29th January 2007).

70 Ebner H. Refugee Voices: *The AJR Audio-Visual Testimony Archive. Interview #* 147 (6th February 2007).

71 Davis,E, *Kerry's Children*, p.75.

72 Green B. Interview (2012).

73 *Ibid.*

74 Green B. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview #123 (12th June 2006).

75 Grenville J. *Refugee Voices: The AJR Audio-Visual Testimony Archive.* Interview #150 (19th March 2007).

Cydnabyddiaeth am y lluniau:

Clawr blaen: Llun o William ac Ursula Dieneman ym Merlin, 1934. Casgliad Preifat Rachel Dieneman.
Llun Wilsonovo nádraží, Prague o'r gyfres „Stuke after Sebalds Austerlitz" ©Karen Stuke

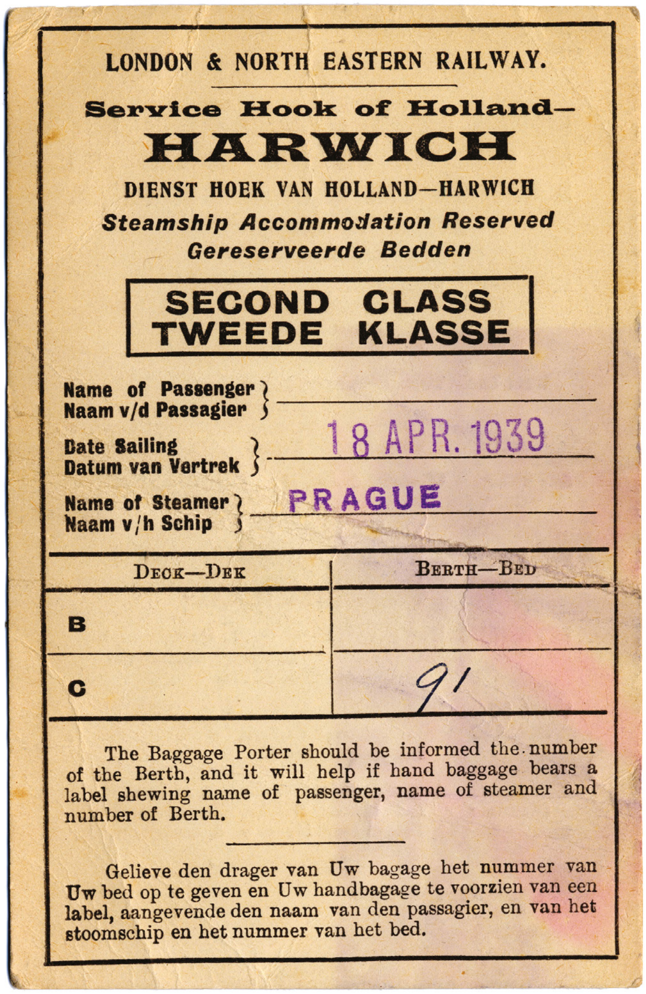
Ffig.1 Llun Mehefin 1939. Ffoaduriaid benywaidd (8-17 oed) O'r Almaen, Awstria a Tsiecoslofacia gyda Metron, Hilda Joseph & staff, yn ogystal â Mr (Y Brawd) Segolov o'r Grand Order Sons of Jacob yn agoriad Cartref addasedig Ysbyty Ymadfer Wyberlye Ladies yn Burgess Hill, Gorllewin Sussex. Caniatâd gan Lesley Urbach.

Ffig.2 Llun 1939. Kindertransportee Tsiecaidd Karel Gross (13 oed) yn gweithio ar fferm yn Warborough ar ôl cyrraedd Lloegr. Casgliad Preifat Grosz.

Ffig.3 Llun William Dieneman matricwleiddio Prifysgol 1947. Casgliad Preifat Rachel Dieneman.

Ffig. 4 18fed Ebrill 1939. Tocyn Kindertransportee Karel Gross ar y Llong Baced Prague o'r Hook of Holland i Harwich. Casgliad Preifat Grosz.

Clawr cefn: Llun Wilsonovo nádraží, Prague o'r gyfres „Stuke after Sebalds Austerlitz" ©Karen Stuke
Llun 23ain Hydref 2008. Syr Nicholas Winton gyda Kindertransportees Syr Alf Dubs a'r Arglwyddes Milena Grenfell- Baines mewn derbyniad yng Nghastell Devin, Bratislava, Slofacia ar gyfer EM Y Frehines Elizabeth II. Caniatâd gan Ymddiriedolaeth Goffa Syr Nicholas Winton.


LONDON & NORTH EASTERN RAILWAY.

Service Hook of Holland–
HARWICH
DIENST HOEK VAN HOLLAND—HARWICH
Steamship Accommodation Reserved
Gereserveerde Bedden

SECOND CLASS
TWEEDE KLASSE

Name of Passenger / Naam v/d Passagier:
Date Sailing / Datum van Vertrek: 18 APR. 1939
Name of Steamer / Naam v/h Schip: PRAGUE

Deck—Dek	Berth—Bed
B	
C	91

The Baggage Porter should be informed the number of the Berth, and it will help if hand baggage bears a label shewing name of passenger, name of steamer and number of Berth.

Gelieve den drager van Uw bagage het nummer van Uw bed op te geven en Uw handbagage te voorzien van een label, aangevende den naam van den passagier, en van het stoomschip en het nummer van het bed.

Ffig. 4

PRIFYSGOL ABERYSTWYTH UNIVERSITY

PROFIADAU NIWEIDIOL MEWN PLENTYNDOD
ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES

Dr Andrea Hammel
Cyfarwyddwr, Canolfan Astudio Symudedd Pobl (CASP)
Adeilad High Owen
Prifysgol Aberystwyth
Aberystwyth
SY23 3DY

Ebost : a.hammel@aber.ac.uk