Pobl ifanc rhwng 16 a 24 yw'r grŵp oed mwyaf unig

Pobl ifanc rhwng 16 a 24 oed yw'r grŵp oed mwyaf unig, yn ôl canlyniadau arolwg diweddar.

Cynhaliodd rhaglen *All in the Mind,* BBC Radio 4, Arbrawf Unigrwydd *('The Loneliness Experiment')*, yr arolwg fwyaf sydd wedi ei chynnal hyd yma i mewn i bwnc unigrwydd. Cymerodd dros 55,000 o bobl 16 mlwydd oed a hŷn ran yn yr arolwg.

Roedd canlyniadau'r arolwg yn dangos fod pobl ifanc rhwng 16 a 24 yn profi unigrwydd yn amlach nag unrhyw grŵp arall. Roedd 40% o'r sawl a ymatebodd yn dweud eu bod wedi teimlo'n unig yn aml neu'n aml iawn, gydag ond 29% o bobl rhwng 65 a 74, a 27% o bobl dros 75, yn dweud yr un peth.

Darllen rhagor : Iechyd Meddwl Cymru a BBC *(Saesneg)*

- GWYBODAETH: Unigrwydd
- BLOG: 'Unigrwydd' – Lowri Cêt