

Tîm ANABLEDD CYMHLETH

“Beth sy’n Bwysig”

Mewn

Pwyntiau Siarad

PAM BETH SY'N BWYSIG?

- Proses ddosbarthu digyswllt a dyblygu gwaith.

Hefyd cawsom adborth fod;

- Ein dinasyddion eisiau cael eu gweld yn gynt
- Dim ond unwaith yr oeddent am ddweud pethau
- Roeddent am i ni wrando arnynt a chanolbwyntio ar y problemau o'u safbwynt hwy
- Roeddent am gael ymateb ar unwaith i'w problem

Datblygodd y newid dros 12 mis er mwyn bod yn gyson gyda newidiadau mawr mewn deddfwriaeth, e.e. y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant oedd yn dod i rym yn Ebrill 2016.

SUT RYDYM YN GWNEUD YR HYN SY'N BWYSIG?

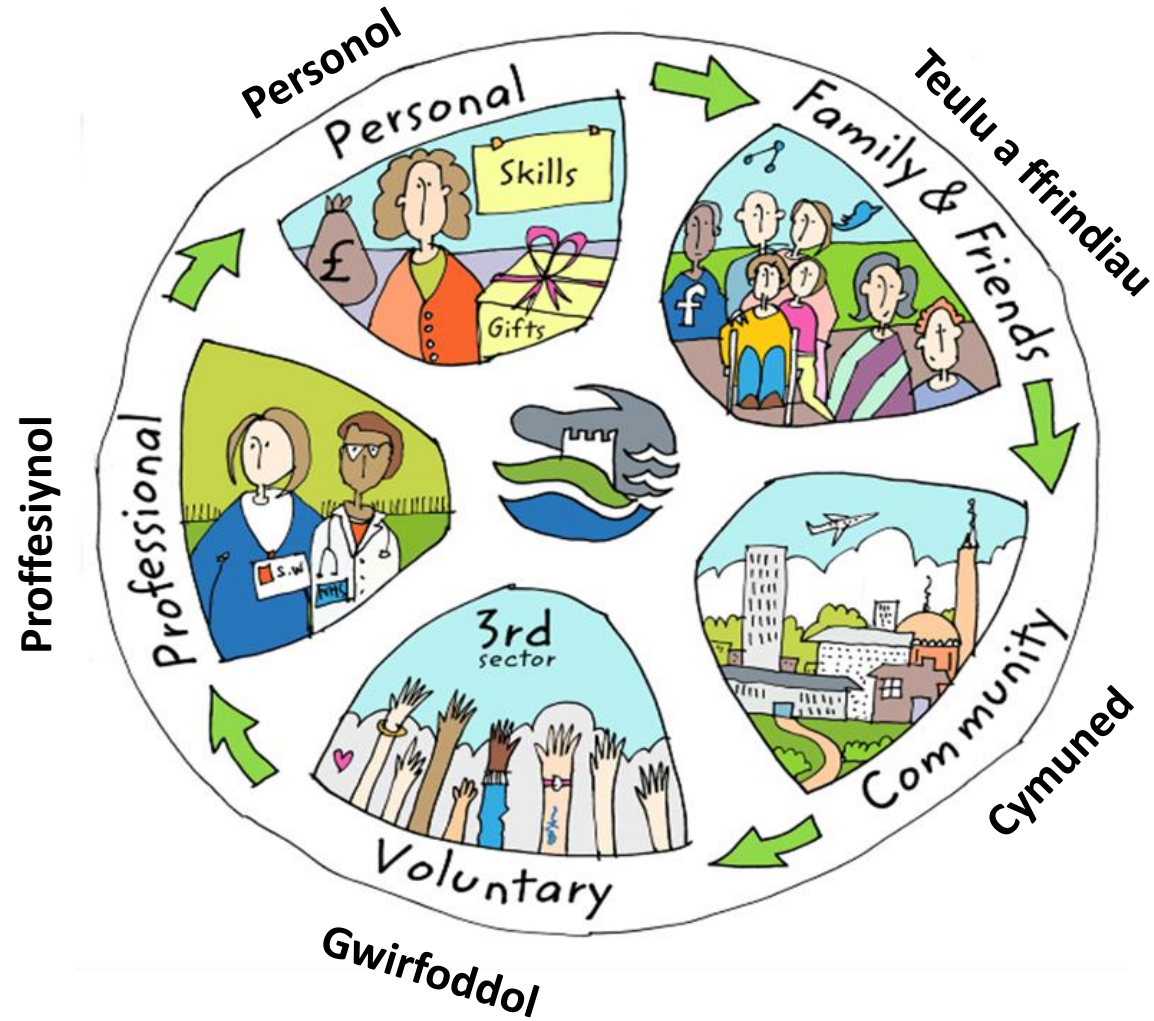
- **CYNHALIWYD SESIWN GYNTAF Y TIMAU ANABLEDD CYMHLETH AR Y CYD AR 6 AWST 2015.
Adolygwyd y gwasanaeth yn Awst 2016**
- **CAIFF LLEOLIAD Y SESIWN EI BENDERFYNU YN DILYN TRAFODAETH GYDA'R DINESYDD**
- **FFURFLEN AMDANOCH CHI/BETH SY'N BWYSIG WEDI EI CHWBLHAU - yn cwrdd â 5 elfen canllawiau asesu'r ddeddf**
- **DINESYDD YN ARWAIN AR ADNABOD A DADANSODDI PROBLEM**
- **CYNGOR, GWYBODAETH AC UNRHYW GYMORTH A RODDIR AR Y DIWRNOD NEU GAIFF EI DDILYN**
- **CYTUNO AR DDEILLIANNAU A'U COFNODI A CHOPI'N CAEL EI ROI I'R PERSON**

AMDANOCH CHI

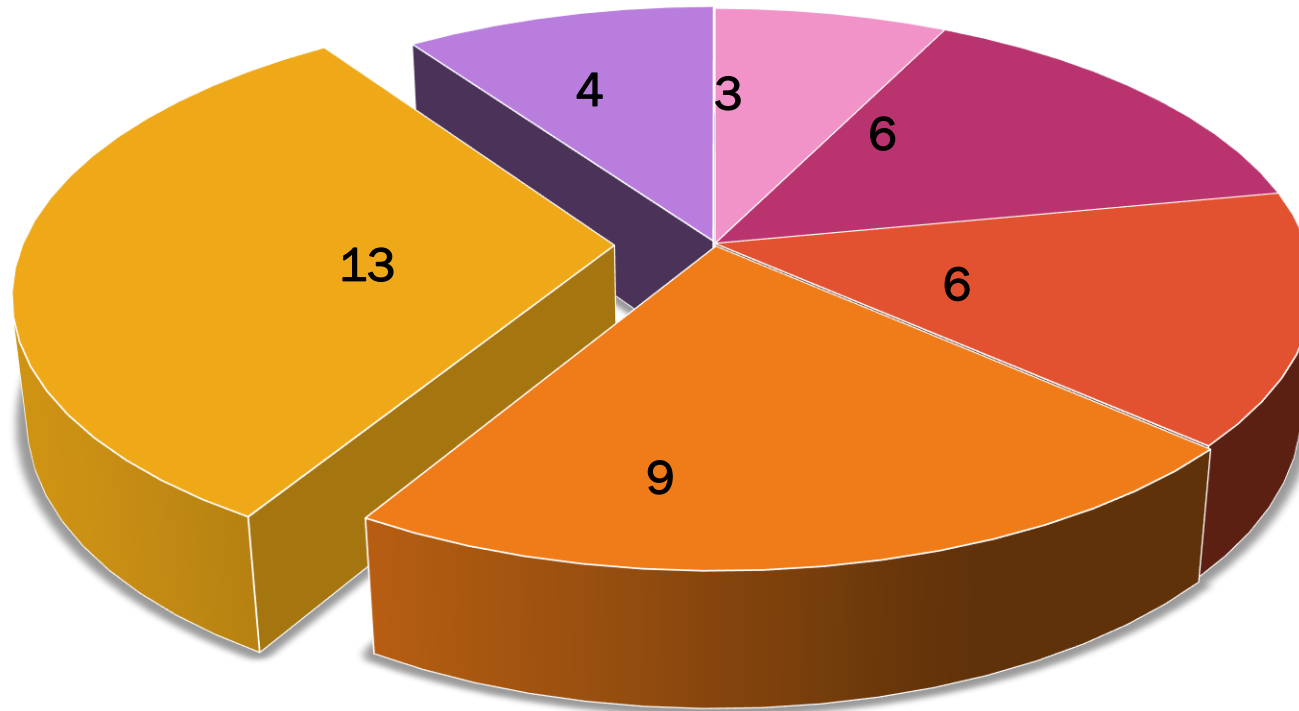
Tudalen 1

Amdanoch Chi	Dyddiad
Teitl:	
Enw:	
Cyfeiriad:	
Dyddiad Geni:	
Rhif Ffôn:	
Enw cyswllt / Perthynas Agosaf:	
Eich perthynas gyda'r perthynas agosaf:	
Cyfeiriad:	
Rhif ffôn:	
Enw a chyfeiriad eich Meddyg Teulu:	
Rhif ffôn:	
Ydych chi erioed wedi cael diagnosis neu wedi eich asesu am fod ag anabledd dysgu	
Gweithwyr proffesiynol eraill / Asiantaethau sy'n ymwneud â chi: -	
Gwybodaeth am atgyfeiriad	
Dyddiad y derbyniwyd yr atgyfeiriad:	
Pwy wnaeth yr atgyfeiriad: -	
Manylion Cyswllt:	

OLWYN ADNODDAU



Deilliannau o Bwyntiau Siarad



- Amherthnasol
- Atgyfeiriad ar gyfer ABAS
- Atgyfeiriad i'r Tîm ar y Cyd ar gyfer Dosbarthiad
- Darn neu waith Byr Dymor /Clinig 2
- Cyfeirio at wasanaethau eraill
- Eraill

Y Sgwrs

.....dim ond sgwrs ydyw...

Canolbwyntiwch ar yr hyn sy'n bwysig i'r unigolyn, eu **hamgylchiadau** a'r **deilliannau** sy'n bwysig iddynt.

Cofiwch mai nhw yw'r arbenigwyr

Yr iaith maent yn ei dewis

Canolbwyntiwch ar **rinweddau** a **chryfderau**'r unigolyn a'r rhai o fewn y gymuned o'u cwmpas.

Ewch ati i ymchwilio i'r **perygion** a goresgyn y **rhwystrau**

Astudiaeth Achos

- Mae'r astudiaeth achos hwn yn pwysleisio un sesiwn benodol a oedd yn ein tyb ni yn llwyddiant. Cadarnhaodd i ni y gall dulliau gwahanol ddod â deilliannau gwahanol iawn i'n sefydliadau. Yn bwysicach na hynny dangosodd yr enghraifft hon ddeilliannau personol clir i'r dinesydd. Dywedodd y sawl adawodd ein sesiwn eu bod yn teimlo'n llawer hapusach a gobeithiol na phan ddaethant i mewn.
- Roedd Mr W yn ddyn ifanc gydag Awtistiaeth Gweithredu Lefel Uchel. Mae'n byw gyda'i fam. Mae hi hefyd yn gofalu am eu brawd sydd â phroblem iechyd meddwl hirdymor.
- Roedd Ms W yn holi pa gymorth oedd ar gael ac yn mynegi pryderon am iechyd meddwl ei mab. Roedd yr atgyfeiriad yn nodi ei fod yn profi "meddyliau am hunanladdiad, iselder, trafferthion rheoli tymer a materion yn ymwneud â gorbryder. Roedd Ms W eisoes wedi bod at y gwasanaethau iechyd meddwl a gofal cynradd i geisio cael cymorth i'w mab ond nid oedd wedi cael llawer o lwyddiant.

Arweinir gan ddinesydd a gofalwr yn hytrach na thrwy ddulliau cyfarwyddol.

cwestiynau wedi eu gosod yn ofalus.

Rydym yn dechrau'r sesiynau drwy weithredu egwyddorion dilysu a gwrando'n weithredol ar y dinesydd a'r gofalwyr.

Siaradom a gwrando ar Mr W, gan gydnabod ei broblemau a'i brofiadau. Roeddem yn caniatáu iddo archwilio ei deimladau a rhannu ei ganfyddiad o'r hyn oedd y broblem. Aethom ati i wrando ar ei brofiad o awtistiaeth.

Daeth yn emosiynol ac roedd yn gallu dweud wrthym fod ei awtistiaeth yn gwneud bywyd yn anodd bob dydd. "Rwy'n mynd yn flin gyda phobl a sefyllfaoedd - rwy'n ei gael yn anghywir ac mae hynny'n fy ngwneud yn isel. Alla i ddim mynd allan, dyw'r byd ddim yn gwneud unrhyw synnwyr i mi! Ni all neb fy helpu i! Does neb yn fy neall i! Weithiau rwy'n teimlo fel nad wyf eisiau bod yma".

Arweiniodd hyn ei fam a ninnau i archwilio'r manteision a'r anfanteision o roi ei hun drwy hyn e.e. mynd i weithio mewn amgylchedd mor brysur gyda phwysau amser, ceisio rhoi egwyl i'r gofalwr, pwysau mewnol ei hun i 'fod yn normal'

Cytunodd Mr W i fynychu adolygiad gwaith gyda phersbectif ffres ac i beidio â rhoi ei hun o dan bwysau i barhau yn y lleoliad hwn. Cynigiwyd eiriolwr hyfforddi swydd i roi cymorth unwaith.

"Mae cyd-gynhyrchu yn galluogi dinasyddion a gweithwyr proffesiynol i rannu grym a gweithio ynghyd mewn partneriaeth gyfartal".

Yna aethom ati i drafod ei gryfderau, y pethau roedd yn eu mwynhau ac yn teimlo'n angerddol yn eu cylch. Gwelsom newid yn ei bresenoldeb corfforol ac emosiynol, bywiogodd ac roedd yn llawn cyffro am y pethau hyn.

Siaradom am hynny gydag ef a'i wneud yn ymwybodol o'r newid hwn ynddo. Aethom ati i drafod gydag ef a allai dreulio mwy o amser yn ymwneud â'r gweithgareddau hyn oedd yn amlwg yn gwneud iddo deimlo'n dda ac a oedd yn credu y byddai hyn yn gwella ei fywyd neu'r ffordd yr ystyriai ei fywyd. O hyn roeddem yn gallu cyd-gynhyrchu cynllun gyda Mr W, oedd yn cydnabod ac wedi dod yn hyderus yn y ffaith ei fod ef, mewn gwirionedd, yn arbenigwr yn ei fywyd ei hun a bod ganddo lawer i'w gyfrannu tuag at ei ddeilliannau ei hun o ran lles.

Disgrifiodd Mr W sut yr hoffai gyfathrebu gyda phobl ar-lein, drwy gemau ar-lein, ond heb y pwysau o gyfarfod pobl. Soniodd fod y cyfryngau cymdeithasol yn arf defnyddiol i gyfathrebu gydag eraill heb y pwysau cymdeithasol. Rhannodd ei farn gyda ni ar wleidyddiaeth, materion y byd a materion cymdeithasol yr hoffai siarad amdanynt a'i fod wedi cael y trafodaethau hyn gyda phobl ar-lein ynglŷn â sut nad ydi bywyd ar adegau yn gwneud dim synnwyr iddo. Dywedodd ei fod wedi ei synnu ei hun a'i fam wrth iddo ddechrau datblygu ei syniadau ei hun ynglŷn â sut i wneud gwelliannau.

Fe ddefnyddiom feddylfryd y 'ffon hud' i annog darlunio cadarnhaol, a thechnegau eraill i ganolbwyntio datrysiadau ar gryfderau yn hytrach na gwendidau.

Deilliannau - Ysgrifennu cynllun o gamau gweithredu yr oedd Mr W am eu blaenoriaethu

- Adolygu lleoliad gwaith gyda chymorth hyfforddwr swydd a phenderfynu a oedd werth yr elfen seicolegol
- Meddwl am sefydlu clwb hapchwarae lleol neu opsiwn tebyg.
- Ystyried dechrau Blog ar-lein, i fynegi ei safbwyntiau a'i feddyliau am fywyd a sut y mae bod yn Awtistig yn effeithio ar ei ddealltwriaeth o'r byd o'i gwmpas.
- Asesiad gofalwyr ar gyfer Mrs W ac i edrych am grŵp cefnogi.
- Cytunwyd i gwrdd eto ymhen 6 mis i weld pa gynnydd a wnaed ac adolygu amcanion
- I ymweld â meddyg teulu o bosib i drafod materion gorbryder a'r opsiynau posib o ran triniaeth os yw'r symptom yn parhau

Ar y dechrau, fe allai fod wedi bod yn anodd mabwysiadau ffordd newydd o weithio.

Roedd y newid o'n dulliau holistaidd traddodiadol yn ymwneud â ffordd newydd o feddwl am sut yr ydym yn cefnogi pobl.

Mae wedi dod yn amlwg fod cwrdd *mewn gwirionedd* â'u hanghenion a'r hyn sy'n bwysig iddynt, nid yr hyn y cred gwasanaethau/ gweithwyr proffesiynol y maent angen cymorth yn ei gylch, yn ddilys iawn a gall ynddo'i hun sbarduno deilliannau cadarnhaol ar gyfer newid i'w dinesydd.

Mae hefyd wedi ei brofi i ni fod sicrhau deilliannau da i'r unigolyn hefyd yn cael effaith gadarnhaol ar y gweithwyr proffesiynol sy'n rhan o hyn, gan greu synnwyr o gyflawni rhywbeth a 'swydd wedi ei gwneud yn dda'.