

# Cynllunio ffyrdd diogel o reoli ymddygiad gyda phlant, pobl ifanc ac oedolion

Y Fframwaith ar gyfer Lleihau Arferion Cyfyngol



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government



Ymgynghoriad ar gyfer pobl ifanc

# Mae Llywodraeth Cymru eisiau i bawb gael cefnogaeth gan wasanaethau, mewn ffordd ddiogel.

Weithiau mae pobl sy'n defnyddio **gwasanaethau** yn ymddwyn mewn ffyrdd a all fod yn heriol neu a allai achosi niwed.

Weithiau mae **darparwyr** yn defnyddio arferion cyfyngol i atal pobl rhag brifo eu hunain neu rhag brifo eraill.



**Rydyn ni eisiau gwybod beth yw eich barn chi.**

Gall **gwasanaethau** gynnwys:

- gofal plant
- addysg
- gofal cymdeithasol
- gofal iechyd
- gofal maeth

Gall **darparwyr** gynnwys:

- awdurdodau lleol
- sefydliadau
- busnesau.

## Beth yw arferion cyfyngol?

Gall arfer cyfyngol fod yn:



**gorfforol** - dal rhywun fel na allant symud



**cemegol** - meddygaeth i dawelu rhywun neu eu gwneud yn gysglyd.



**amgylcheddol** - atal rhywun rhag mynd i leoedd neu fynd ag eitemau i ffwrdd



**mecanyddol** - strapiau neu ddillad



**neilltuaeth** - amser ar ei ben ei hun



**gwahanu tymor hir** - cadw rhywun i ffwrdd oddi wrth eraill.

Rydym am i bobl gael eu parchu. Nid ydym am iddynt gael eu brifo neu deimlo cywilydd.

**Felly, rydym wedi ysgrifennu'r fframwaith hwn. Mae'n cynnwys camau i leihau pa mor aml mae arferion cyfyngol yn cael eu defnyddio. Mae ar gyfer pob darparwr yng Nghymru.**

# Ynglŷn â'r fframwaith

## Nod

Rydym am i ddarparwyr wneud y canlynol:

- defnyddio arferion cyfyngol yn llai aml
- dod o hyd i ffyrdd cadarnhaol o ddelio ag ymddygiad heriol
- rhoi hawliau dynol wrth wraidd cefnogaeth
- cynllunio cefnogaeth o amgylch anghenion unigolyn.

Pan fydd arferion cyfyngol yn cael eu defnyddio, rydym am i ddarparwyr gael cynlluniau a hyfforddiant i gadw pobl yn ddiogel.

## Diben y fframwaith

Rydym am i ddarparwyr ddelio gydag ymddygiad heriol yn well.

Rydyn ni eisiau i bob plentyn, person ifanc ac oedolyn gael yr un parch a gofal, waeth ble maen nhw'n byw.

Rydyn ni eisiau i bawb gael eu hawliau dynol gan gynnwys plant a phobl ifanc.



Nodir **hawliau plant** yng Nghonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (UNCRC).

Nid yw'r fframwaith hwn yn ddeddf newydd, ond rydym yn disgwyl i bob darparwr yng Nghymru ei ddefnyddio.



**A yw nodau a phwrpas y fframwaith yn glir ac yn hawdd eu deall?**

Ydy

Nac ydy

Ddim yn gwybod

Sylwadau



# 1 Hawliau dynol

Mae gan bawb hawliau. Mae hawliau dynol yn perthyn i bob person yn y byd, o'i eni hyd at farwolaeth. Maen nhw'n dechrau gyda thrin pobl ag urddas, tegwch a pharch.

Ni ddylai unrhyw un atal pobl rhag cael eu hawliau.

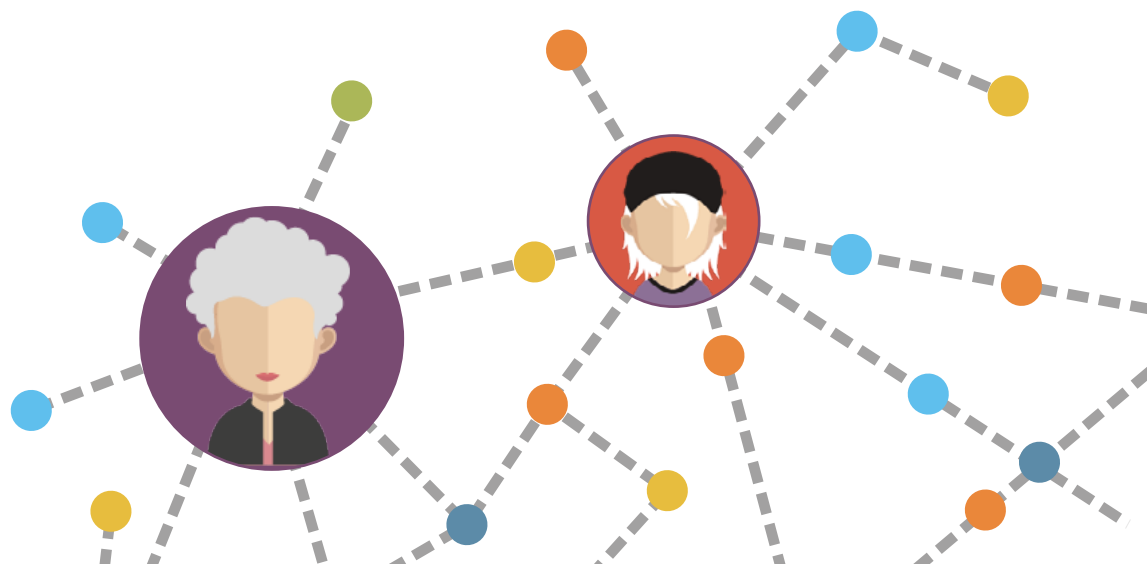
Rhaid i staff amddiffyn hawliau pobl wrth ddelio ag ymddygiad heriol.

## ✓ Dylai arferion cyfyngol:

- fod yn gyfreithlon
- fod ar y lefel isaf sydd ei hangen i atal niwed
- fod yr opsiwn olaf ar ôl rhoi cynnig ar bethau eraill.

## ✗ Ni ddylai arferion cyfyngol:

- ddefnyddio grym diangen
- achosi poen
- achosi embaras
- fod yn amharchus
- gosbi pobl.



## Dylai darparwyr:

- feddu ar bolisi clir ar hawliau dynol a'r gyfraith
- nodi eu hymrwymiad i ddefnyddio arferion cyfyngol yn llai
- gwneud yn siŵr bod yr holl staff yn glir am hyn.



Nodir **hawliau dynol** yn Neddf Hawliau Dynol 1998.



**A yw hyn yn esbonio hawliau dynol a'r angen i ddefnyddio arferion cyfyngol yn llai mewn ffordd glir a defnyddiol?**

Ydy

Nac ydy

Ddim yn gwybod

Sylwadau

## 2 Cefnogaeth ymddygiad cadarnhaol

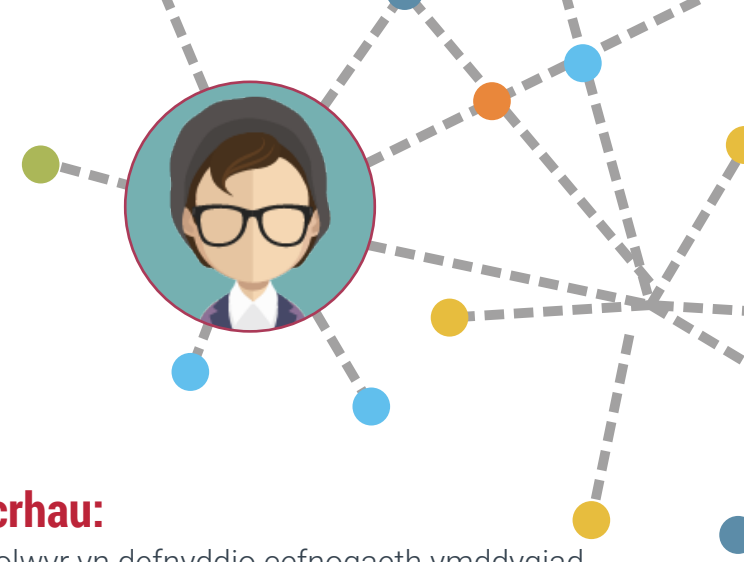
Mae yna ffyrdd o weithio sy'n cefnogi pobl yn well nag arferion cyfyngol. Un o'r rhain yw cefnogaeth ymddygiad cadarnhaol. Mae'n ceisio deall ymddygiad heriol.

Pan fydd staff yn deall pam mae pobl yn ymddwyn yn y ffordd maen nhw'n gwneud, mae'n eu helpu i gynllunio cefnogaeth yn well. Mae gwell cefnogaeth yn gwella bywydau.

### Mae cymorth ymddygiad cadarnhaol:

- yn trin pobl ag urddas a pharch
- yn rhoi'r person yn gyntaf ac wrth wraidd y gefnogaeth
- yn cynnwys pobl wrth wneud penderfyniadau ac ysgrifennu eu cynlluniau cefnogi
- yn cynnwys asesiadau ac offer i ddeall ymddygiad
- yn helpu darparwyr i gynllunio gwell gofal a chefnogaeth
- yn dysgu sgiliau ac ymddygiad newydd
- yn osgoi defnyddio cosb
- yn osgoi defnyddio arferion cyfyngol.

**i** Mae **cynlluniau cefnogi** yn nodi'r cymorth mae pobl yn ei gael a beth sy'n digwydd os oes ymddygiad heriol.



### Dylai darparwyr sicrhau:

- bod arweinwyr a rheolwyr yn defnyddio cefnogaeth ymddygiad cadarnhaol
- bod staff yn cael hyfforddiant mewn cefnogi ymddygiad cadarnhaol
- bod canllawiau ar gyfer gwirio cynlluniau pobl.

**?** A yw hyn yn egluro cefnogaeth ymddygiad cadarnhaol mewn ffordd glir a defnyddiol?

Ydy

Nac ydy

Ddim yn gwybod

Sylwadau

# 3 Sut i leihau'r defnydd o arferion cyfyngol

Rydym am weld llai o ddefnydd o arferion cyfyngol.

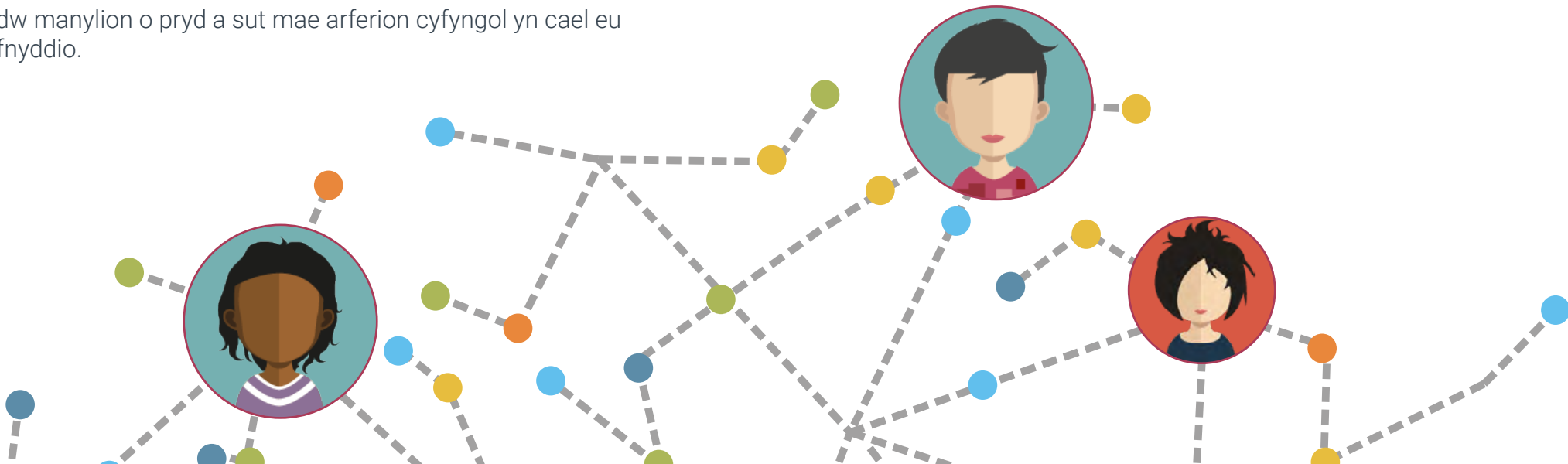
Gall arweinwyr, rheolwyr a staff weithio gyda'i gilydd i wneud hyn.

## Mae angen i arweinwyr a rheolwyr wneud y canlynol:

- lleihau arferion cyfyngol
- nodi beth sy'n cael ei ystyried fel arfer cyfyngol a beth nad yw'n cael ei ystyried felly
- meddu ar bolisiau, canllawiau a chynlluniau i gefnogi hyn
- gael hyfforddiant ar gyfer staff
- gwirio eu gwaith a gwybod beth sy'n digwydd
- bod â systemau gwell i gasglu gwybodaeth
- bod ag un prif berson i reoli arfer cyfyngol
- bod â rheolau i reoli risgiau a chadw pobl yn ddiogel
- cadw manylion o pryd a sut mae arferion cyfyngol yn cael eu defnyddio.

## Mae angen i staff:

- wybod ein bod yn ceisio defnyddio llai o arferion cyfyngol
- deall pam mae hyn yn bwysig
- cael hyfforddiant mewn cefnogi ymddygiad cadarnhaol
- deall ymddygiad heriol
- deall hawliau dynol
- rhoi pobl wrth wraidd popeth maen nhw'n ei wneud
- sicrhau bod cynlluniau personol pobl yn gyfredol
- sicrhau bod cynlluniau personol yn cynnwys yr hyn a fydd yn digwydd os bydd ymddygiad heriol
- parchu pobl a'u trin yn deg
- cynnwys pobl mewn penderfyniadau
- camu i mewn yn gynnar i atal ymddygiad rhag gwaethygu
- gwrandao ar yr hyn sy'n bwysig i bobl.



## Dylai plant a phobl ifanc:

- gael yr holl wybodaeth sydd ei hangen arnynt
- gael eu cynnwys mewn penderfyniadau
- wybod y gallant gael **eiriolwr** os oes angen. Mae hyn yn cynnwys eiriolwyr iechyd meddwl.

## Dylai'r holl ddarparwyr:

- siarad â phobl sydd wedi profi arferion cyfyngol
- siarad â staff sy'n wynebu ymddygiad heriol
- siarad â staff sydd wedi defnyddio arferion cyfyngol
- dysgu gwersi o siarad â phobl
- gweithio i leihau faint o ymddygiad heriol maen nhw'n ei weld
- parhau i wirio eu bod yn defnyddio arferion cyfyngol llai a llai.

Gall ymddygiad heriol ac ataliaeth fod yn straen ac achosi pryder. Mae'n bwysig bod pawb yn cael cefnogaeth wedyn, gan gynnwys y bobl sy'n ei weld yn digwydd.

**i Eiriolwr** - rhywun ar eich ochr chi sy'n sicrhau bod pobl yn eich clywed chi.



**A yw hyn yn esbonio sut i leihau'r defnydd o arferion cyfyngol mewn ffordd glir a defnyddiol?**

Ydy

Nac ydy

Ddim yn gwybod

Sylwadau

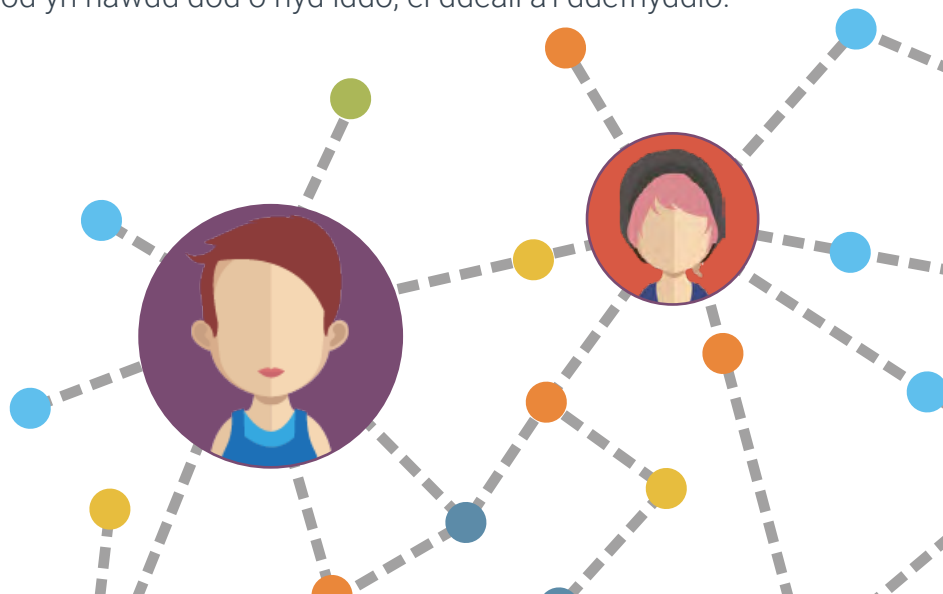


# 4 Sut i ddefnyddio arferion cyfyngol

**Rhaid bod gan ddarparwyr gynlluniau a pholisïau ar gyfer defnyddio arferion cyfyngol.**

## Rhaid i'r polisi:

- gynnwys hawliau dynol a'r gyfraith
- esbonio pryd i ddefnyddio arferion cyfyngol
- esbonio sut i ddefnyddio arferion cyfyngol
- esbonio'r angen am wiriadau meddygol
- gynnwys asesiadau risg tân
- esbonio'r hyn mae angen i staff ei ystyried
- ei gwneud yn glir nad yw'n dderbyniol bygwth pobl
- esbonio'r angen i gofnodi unrhyw arfer cyfyngol
- bod yn hawdd dod o hyd iddo, ei ddeall a'i ddefnyddio.



## Cynllunio arferion cyfyngol

Dylai pobl wybod beth fydd yn digwydd os yw eu hymddygiad yn heriol. Dylai hyn fod yn eu cynllun personol.

Dim ond arferion cyfyngol y cytunwyd arnynt yng nghynllun personol rhywun y gellir eu defnyddio. Os ydyn nhw'n defnyddio rhywbeth arall, mae angen i ddarparwyr wirio beth ddigwyddodd a pham.

Dim ond mewn sefyllfaoedd difrifol iawn y gellir defnyddio ataliaeth wyneb i lawr. Ni ddylai ddigwydd oni bai y cytunwyd ar hyn yng nghynllun rhywun.

**? A yw hyn yn esbonio sut i ddefnyddio arferion cyfyngol mewn ffordd glir a defnyddiol?**

Ydy      Nac ydy      Ddim yn gwybod

Sylwadau



# Ychydig mwy o gwestiynau

Mae'r Gymraeg yn bwysig. Rydyn ni am i bobl gael cyfleoedd i ddefnyddio'r Gymraeg. Rydyn ni'n trin y Gymraeg yr un peth â'r Saesneg.

? **Ydych chi'n meddwl y bydd y fframwaith hwn yn effeithio ar yr iaith Gymraeg?**

Ydw      Nac ydw      Ddim yn gwybod

? **Sut ydych chi'n meddwl y bydd hyn yn effeithio ar bobl â nodweddion gwarchoddedig?**

**i** Y **nodweddion gwarchoddedig** yw: oedran, anabledd, rhywedd, priodas, beichiogrwydd, hil, crefydd, rhyw a chyfeiriadedd rhywiol.


? **Unrhyw sylwadau pellach?**


Yn gadarnhaol      Yn negyddol      Ddim yn gwybod

## Diolch am ddarllen hwn.

Anfonwch eich atebion i:

 [takingsocialcareforward.SymudGofalCymdeithasolYmlaen@gov.wales](mailto:takingsocialcareforward.SymudGofalCymdeithasolYmlaen@gov.wales)

 Sam Clutton  
Gwasanaethau Cymdeithasol ac Integreiddio  
Llywodraeth Cymru  
Parc Cathays  
Caerdydd CF10 3NQ.

 erbyn 06 Ionawr 2020

