HAWDD EI DDARLLEN

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Cefnogi Teuluoedd sydd â Rhiant ag Anabledd Dysgu

Cafodd y ddogfen hon ei hysgrifennu gan Brifysgol De Cymru ar ran Llywodraeth Cymru.

Mawrth 2023

Diolch i:

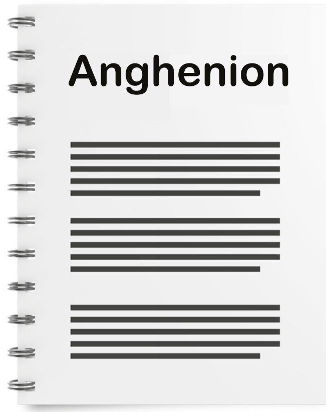
- Ruth Northway
- Michelle Culwick
- Wahida Kent
- Nicky Genders
- Stacey Rees

Daw'r lluniau yn y ddogfen hon o Photosymbols:
www.photosymbols.com/

OGL © Hawlfraint y Goron 2023, Llywodraeth Cymru, WG47204, ISBN digidol 978-1-80535-901-2
Rydym yn croesawu gohebiaeth a galwadau ffôn yn Gymraeg

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Mae Llywodraeth Cymru wedi gofyn i Brifysgol De Cymru ysgrifennu adroddiad.



Mae'r adroddiad yn dweud wrth weithwyr cymdeithasol a gweithwyr proffesiynol eraill sut gallan nhw roi cefnogaeth dda i rieni sydd ag anabledd dysgu.

I ysgrifennu'r adroddiad, fe wnaethon ni wrando ar rieni.

Fe wnaethon ni siarad â gweithwyr proffesiynol a darllen adroddiadau eraill.

Mae'r llyfryn hwn yn esbonio beth sydd yn yr adroddiad.

Mae'n dweud pa gefnogaeth ddylech chi fod yn ei chael.

Pethau pwysig i weithwyr cymdeithasol eu cofio wrth roi cefnogaeth i chi.

Mae'r adroddiad yn dweud y dylai gweithwyr cymdeithasol gofio rhai pethau pwysig wrth roi cefnogaeth i chi, sef:

Mae hawliau gennych chi, eich plant a'ch teulu.

Dylai pob aelod o'ch teulu gael cefnogaeth os yw angen cefnogaeth.

Dylai'r gefnogaeth edrych ar beth gallwch chi ei wneud yn barod – nid dim ond beth sydd angen i chi ei ddysgu.

Dylech chi gael cefnogaeth yn gynnar ar gyfer eich anghenion fel rhiant.

Pwrpas hyn ydy ceisio atal problemau rhag digwydd.

Rhoi cefnogaeth – beth sy’n bwysig?

Mae’r adroddiad yn rhestru 8 o wahanol feysydd cefnogaeth.

1. Adnabod rhieni ag anabledd dysgu

Mae’n bwysig fod gweithwyr proffesiynol yn gwybod os oes gennych chi anabledd dysgu.

Pwrpas hyn ydy gwneud yn siŵr eich bod yn cael y gefnogaeth gywir.

Efallai bod y Tîm Anabledd Dysgu Oedolion yn y Gymuned yn rhoi cefnogaeth i chi yn barod.

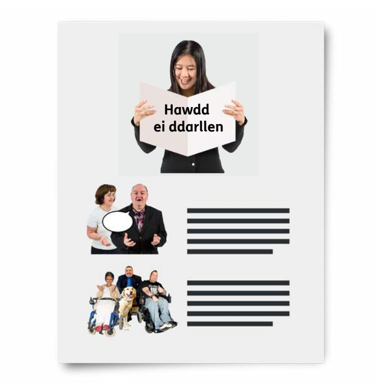
Os nad oes gennych chi gysylltiad â’r Tîm Anabledd Dysgu Oedolion yn y Gymuned, efallai y cewch chi eich cyfeirio atyn nhw.

Efallai y bydd angen iddyn nhw wneud asesiad i weld a oes gennych anabledd dysgu.

Mae’r adroddiad yn dweud mai’r peth pwysig ydy eich bod yn cael cefnogaeth os ydych chi angen hynny.

Ddylech chi ddim gorfod aros nes i chi gael asesiad o anabledd dysgu cyn cael cefnogaeth.

2. Cyfathrebu

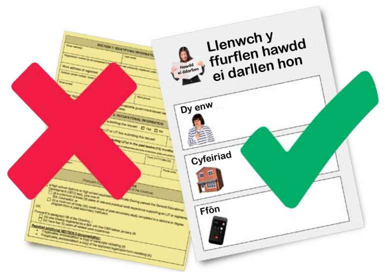


Dylai gweithwyr cymdeithasol ofyn i chi beth ydy’r ffordd orau o gyfathrebu gyda chi.

Er enghraifft, efallai eich bod chi eisiau cael gwybodaeth hawdd ei darllen, negeseuon testun i’ch atgoffa, neu wybodaeth sain.

Dylen nhw ofyn i chi beth ydy eich barn chi am bethau.

Dylen nhw ofyn i chi oes yna bethau rydych chi eisiau eu dweud.



Ddylen nhw ddim defnyddio geiriau anodd os oes modd.

Os oes rhaid iddyn nhw ddefnyddio geiriau anodd, dylen nhw esbonio ei ystyr i chi.

Dylen nhw holi ydych chi wedi deall gwybodaeth.

Dylen nhw holi allwch chi gofio gwybodaeth.

Mae’n iawn dweud os dydych chi ddim yn deall neu ddim yn cofio.

3. Eiriolwyr annibynnol

Mae eiriolwr annibynnol yn rhywun sy'n gallu eich helpu i ddweud beth rydych chi eisiau a beth rydych chi angen.

Os ydy hyn yn anodd i chi, gallan nhw siarad gyda chi i weld beth rydych chi eisiau a beth rydych chi angen.

Yna, gallan nhw siarad ar eich rhan.

Gall eiriolwr annibynnol eich helpu i ddeall pethau.

Er enghraifft, gallan nhw eich helpu i ddeall eich hawliau.

Dylai fod gan yr eiriolwr brofiad o gefnogi pobl ag anableddau dysgu.

Dylai hefyd ddeall polisïau a deddfau sy'n ymwneud â phlant.

Dylai gweithwyr cymdeithasol ddweud wrthych chi sut i gael eiriolwr annibynnol.

Dylen nhw wneud hyn cyn gynted â phosib.

Y rheswm am hyn ydy er mwyn i'r eiriolwr allu dod i'ch adnabod chi a'ch teulu, a'ch cefnogi chi.

4. Asesu

Efallai y bydd angen i weithwyr cymdeithasol asesu sut rydych chi'n gofalu am eich plant.

Dylen nhw gymryd amser i ddod i'ch adnabod chi cyn iddyn nhw wneud hyn.

Dylai'r person sy'n gwneud yr asesiad fod â phrofiad o weithio gyda phobl ag anableddau dysgu.

Dylen nhw siarad gyda chi am yr asesiad a chytuno gyda chi sut i wneud yr asesiad.

Dylen nhw esbonio i chi beth ydy ei ystyr, a rhoi copi i chi.

Dylai'r asesiad edrych ar beth gallwch chi ei wneud a pha gefnogaeth rydych chi'n ei chael yn barod.

Dylai'r asesiad edrych hefyd ar ba gefnogaeth rydych chi angen.

Dylai'r person sy'n gwneud yr asesiad ofyn beth sy'n bwysig i chi.

Weithiau, efallai y bydd angen i wahanol weithwyr proffesiynol wneud gwahanol asesiadau.

Os bydd hyn yn digwydd, dylen nhw weithio gyda'i gilydd.

5. Cynllunio a rhoi cefnogaeth

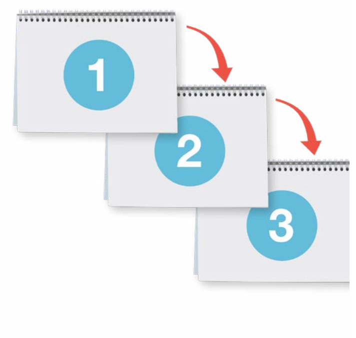
Dylai eich cynllun cefnogi edrych ar beth gallwch chi ei wneud a pha gefnogaeth rydych chi’n ei chael yn barod.

Dylai’r cynllun gael ei esbonio i chi.

Dylai gael ei ysgrifennu mewn ffordd y gallwch chi ei deall.

Gall eiriolwr annibynnol eich helpu gyda hyn.

Efallai y bydd angen i chi ddysgu gwneud pethau newydd.



Dylai hyn gael ei esbonio fel camau hawdd.

Dylech gael cymorth i ddysgu yn y ffordd sy’n addas i chi.

Efallai fod angen i chi wneud rhai pethau neu newidiadau.

Efallai y bydd angen gwneud y rhain erbyn dyddiad penodol.

Dylai hyn gael ei esbonio i chi.

Dylech chi gael gwybod beth fydd yn digwydd os na fydd pethau’n newid.

6. Cefnogaeth os byddwch chi'n mynd i'r llys

Weithiau, bydd llys yn penderfynu pwy ddylai ofalu am eich plant.

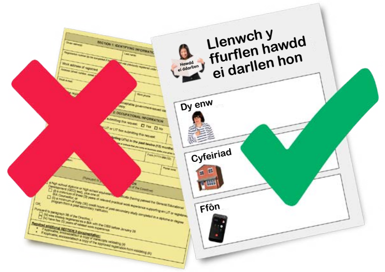
Os bydd hyn yn digwydd, dylech chi gael amser a chefnogaeth i baratoi ar gyfer hyn.

Gall eiriolwr annibynnol eich helpu.

Dylech chi gael cyfreithiwr hefyd.

Dylech chi gael esboniad o beth fydd yn digwydd yn y llys.

Dylech chi gael cefnogaeth i benderfynu beth rydych chi eisiau ei ddweud wrth y llys.



Efallai y bydd llysoedd yn defnyddio geiriau dydych chi ddim yn eu deall.

Dylech chi gael esboniad o'r geiriau hyn.

Efallai y gall y llys newid y ffordd y maen nhw'n gwneud pethau er mwyn eich helpu chi.

Pan fydd y llys yn penderfynu beth fydd yn digwydd, dylech chi gael esboniad o hyn.

Dylech chi gael gwybod beth fydd ystyr hyn i chi, ac i'ch plant.

7. Gweithio gyda'n gilydd

Efallai y bydd angen i chi gael cefnogaeth gan wahanol weithwyr proffesiynol.

Pwrpas hyn ydy gwneud yn siŵr eich bod yn cael y gefnogaeth orau.

Dylai'r gweithwyr proffesiynol weithio gyda'i gilydd i'ch cefnogi chi.

Efallai y bydd angen i chi gael cefnogaeth gan y Tîm Anabledd Dysgu Oedolion yn y Gymuned.

Efallai y bydd angen i'ch plant gael cefnogaeth gan y Tîm Plant.

Dylai'r timau hyn weithio gyda'i gilydd.

Efallai y bydd angen i chi gael cefnogaeth gan wahanol wasanaethau, fel gwaith cymdeithasol, iechyd ac ysgolion.

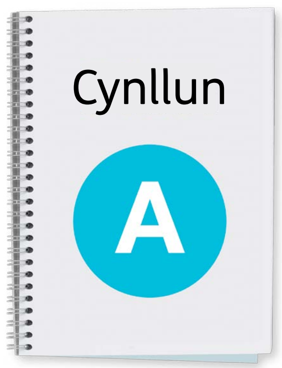
Dylai'r gwahanol wasanaethau weithio gyda'i gilydd.

Weithiau, bydd gweithiwr cymdeithasol yn gadael ei swydd.

Os bydd hyn yn digwydd, dylech chi gael gwybod bod eich gweithiwr cymdeithasol yn gadael a phwy ydy eich gweithiwr cymdeithasol newydd.

Os na fyddwch chi'n cael gweithiwr cymdeithasol newydd, dylech chi gael gwybod pwy ddylech chi gysylltu â nhw os ydych chi angen cefnogaeth.

8. Gwasanaethau Cymdeithasol



Dylai'r gwasanaethau cymdeithasol gael cynllun o sut byddan nhw'n gweithio gyda gwasanaethau eraill i gefnogi rhieni sydd ag anableddau dysgu a'u teuluoedd.

Dylai'r cynllun ddweud pwy fydd yn darparu cefnogaeth.

Dylai ddweud hefyd sut mae eiriolaeth annibynnol yn cael ei darparu.

Dylai gweithwyr cymdeithasol gael hyfforddiant ar gefnogi rhieni sydd ag anabledd dysgu.

Dylai hyn gynnwys sut i gyfathrebu'n glir.

Dylai hyn eu helpu i ddarparu cefnogaeth dda ac i ddiwallu anghenion rhieni ag anableddau dysgu a'u teuluoedd.

Efallai y bydd angen i'r gwasanaethau cymdeithasol asesu sut mae rhieni ag anableddau dysgu yn gofalu am eu plant.

Dylai'r asesiadau hyn gael eu cynnal gan rywun sydd â phrofiad o gefnogi pobl ag anableddau dysgu.

Dylai'r gwasanaethau cymdeithasol sicrhau bod ganddyn nhw staff sy'n gwybod sut i gefnogi pobl ag anableddau dysgu.

Gall y staff yma helpu staff eraill i roi cefnogaeth well.

Gwybodaeth arall

Mae gwybodaeth ar gael ar-lein i'ch helpu chi i ofalu am eich plant.

Mae gwybodaeth ar gael hefyd i'ch helpu chi i ddeall pethau fel y gyfraith a'ch hawliau.

Mae rhestr o'r wybodaeth ar gael yma. (insert link)

Os ydych chi eisiau edrych ar yr adroddiad llawn sydd wedi cael ei ysgrifennu ar gyfer gweithwyr cymdeithasol, mae ar gael yma: (insert link)