



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Caerdydd a'r Fro
Cardiff and Vale
University Health Board

CYPF
Children, Young People
& Family Health Services



PPIT
Gwasanaethau Plant, Pobl
Ifanc ac Iechyd Teuluol

CALDS



GADPG

Child and Adolescent
Learning Disability Service

Gwasanaeth Anabledd
Dysgu Plant a'r Glasoed

Rydym yn dîm iechyd amlddisgyblaethol sy'n gweithio gydag Iechyd, Addysg, Gofal Cymdeithasol a'r trydydd sector i gefnogi plant a phobl ifanc ag Anabledd Dysgu.

Rydym yn cefnogi teuluoedd plant ag Anabledd Dysgu sydd ag anghenion emosiynol, ymddygiadol neu ddatblygiadol.

Rydym yn gweithio gyda phlant sydd angen cymorth ychwanegol mewn meysydd fel deall eu hymddygiad, datblygu sgiliau (e.e. mynd i'r toiled, cwsg), helpu i leihau gofid a deall sut maent yn rheoleiddio, a chael gafael ar ofal iechyd ac ati.

Rydym yn gweithio gan ddefnyddio Fframwaith Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol (PBS).

Beth yw Anabledd Dysgu?

Mae Anabledd Dysgu yn effeithio ar y ffordd y mae plentyn yn dysgu ac yn datblygu sgiliau.

Fel arfer, mae angen cymorth ychwanegol ar blentyn ag Anabledd Dysgu i ddysgu sut i wneud pethau. Ac os bydd yn dysgu sut i wneud rhywbeth mewn un amgylchedd, efallai y bydd yn ei chael hi'n anodd newid y sgiliau hynny i un arall, fel rhwng y cartref a'r ysgol. Felly mae'n gyffredin clywed yr ysgol yn dweud y gall plentyn wneud rhywbeth nad yw'n gallu ei wneud gartref.

Fel arfer, bydd angen help ar blentyn ag Anabledd Dysgu i reoli sefyllfaoedd newydd gan na fydd hyn yn rhywbeth y bydd wedi'i ymarfer o'r blaen.



A fydd fy mhlentyn yn 'dal i fyny'?

Mae'n debyg y dywedwyd wrthyich fod gan eich plentyn oedi datblygiadol pan oedd yn fach. Weithiau, mae plant yn gallu datblygu a 'dal i fyny' â phlant eraill o'u hoedran ond yn y rhan fwyaf o achosion, mae oedi datblygiadol byd-eang neu Anabledd Dysgu yn para gydol oes.



Fodd bynnag, gall plant ag Anabledd Dysgu ddysgu sgiliau gyda chefnogaeth ychwanegol a byw bywyd hapus a gwerthfawr. Mae llawer o bobl ag Anabledd Dysgu yn mynd i'r coleg, yn cael swydd ac yn meithrin cyfeillgarwch a chydberthnasau ystyrlon.



Pam mae gan fy mhlentyn Anabledd Dysgu?

Nid yw bob amser yn glir pam fod gan blentyn Anabledd Dysgu ond mae rhai rhesymau hysbys.

Efallai bod ganddo syndrom genetig. Syndrom Down yw'r un mwyaf adnabyddus ond mae miloedd o wahanol fathau eraill o gyflyrau genetig - nid oes gan y rhan fwyaf ohonynt hyd yn oed enwau eto.

Efallai bod plentyn wedi profi genedigaeth drawmatig neu gynamserol a effeithiodd ar ddatblygiad ei ymennydd. Enghraifft o hyn yw Parlys yr Ymennydd.

Yn llai cyffredin, efallai ei fod wedi bod yn agored i sylwedd neu heb dderbyn digon o gynhaliaeth wrth ddatblygu yn y groth. Enghraifft o hyn yw Syndrom Alcohol y Ffetws.

Mae'r rhan fwyaf o blant yn cael eu geni ag Anabledd Dysgu ond weithiau maen nhw'n ei gael yn ddiweddarach ac efallai eu bod wedi profi niwed i'w hymennydd yn gynnar yn ystod plentyndod, er enghraifft o lid yr ymennydd neu'r frech goch.



Datblygu

Efallai y byddwn yn asesu eich plentyn i ddarganfod ei lefel ddatblygiadol.

Mae hyn yn ein helpu i ddeall pa sgiliau y gallwn ddisgwyl i'ch plentyn eu dysgu.

Cwsg

Rydym yn gweithio gyda chi i ddeall patrwm cysgu eich plentyn a rhoi cyngor ar sut i wella ei gwsg.

Rheoleiddio

Yn aml, mae angen cymorth ychwanegol ar blant ag Anabledd Dysgu i reoleiddio eu hegni, eu synhwyrau a'u hemosiynau. Efallai y byddwn yn asesu anghenion eich plentyn ac yn cynnig awgrymiadau ar yr hyn a allai ei helpu i deimlo wedi'i reoleiddio ac wedi'i gynnwys.

Gofid

Ni all llawer o blant ag Anabledd Dysgu ddweud wrthym beth sy'n eu cynhyrfu a gallant fynd yn ofidus iawn. Rydyn ni'n ceisio darganfod sut i'w helpu i deimlo wedi ymlacio.

Ymddygiad

Mae yna reswm dros ymddygiad bob amser. Rydym yn ceisio deall pam mae plentyn yn gwneud yr ymddygiad hwn.

Datblygu Sgiliau

Yn aml, mae ymddygiad yn ffordd o ddiwallu angen. Efallai y byddwn yn rhoi cyngor ar sut i ddysgu gwahanol sgiliau i blant er mwyn cael yr hyn sydd ei angen arnynt.

**Beth rydyn ni'n ei
wneud**

Galwedigaethau

Rydym yn edrych ar sut mae plentyn yn treulio ei amser, pa weithgareddau, strwythur a threfn sydd eu hangen arno, y mae eu heisiau neu y mae'n rhaid iddo ei wneud i wella ei lesiant emosiynol a chorfforol.

Eich Llesiant

Rydym yn cydnabod y gall rhianta plentyn ag Anabledd Dysgu fod yn llawn llawenydd unigryw a heriau unigryw hefyd. Gallwn eich cefnogi i feddwl am eich llesiant eich hun.

Cyswllt Iechyd

Byddwn yn gwneud cynllun gyda chi i geisio cefnogi eich plentyn i gael mynediad at ofal iechyd e.e. profion gwaed neu apwyntiadau ysbyty

Mynd i'r toiled

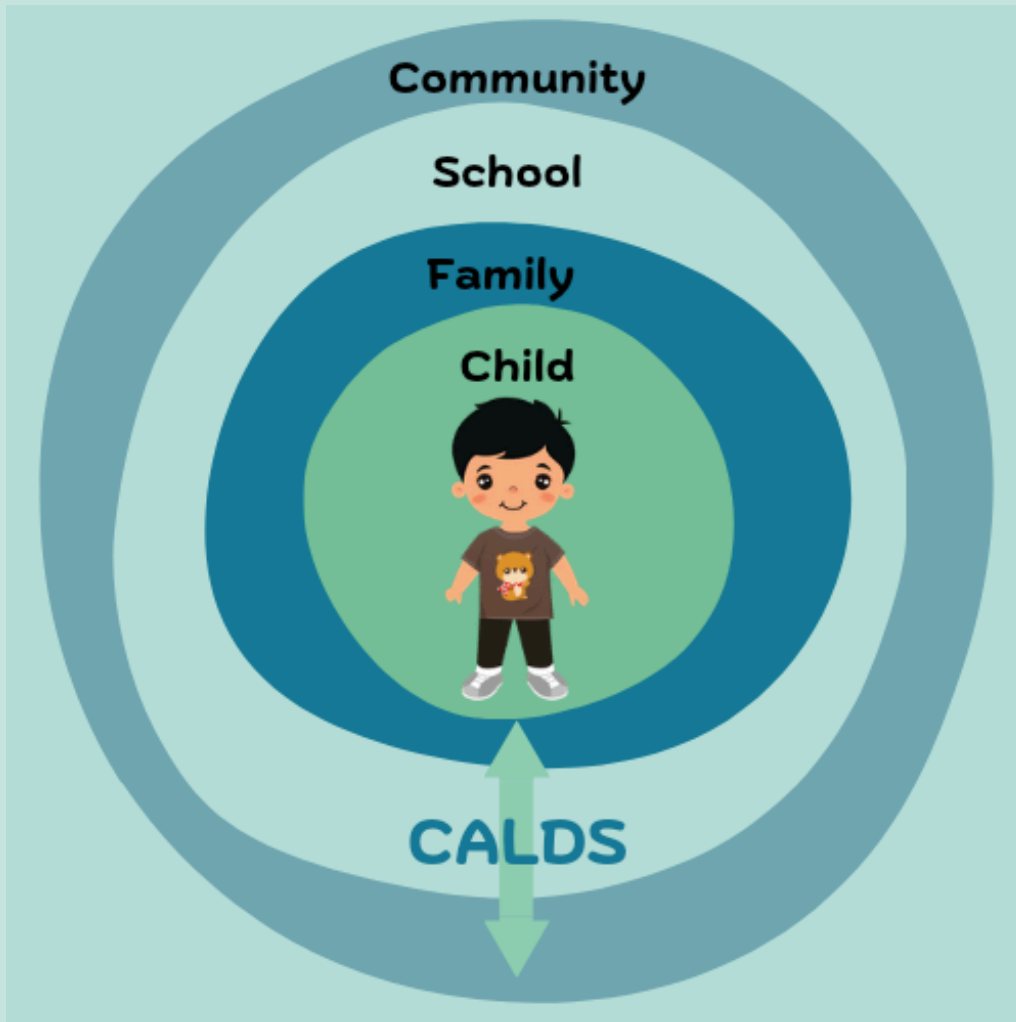
Rydym yn gweithio gyda chi i ddeall galluoedd toiled eich plentyn a rhoi cyngor i'w gefnogi i ddysgu sut i ddefnyddio'r toiled.

Rydym yn Gweithio gyda Phentref eich Plentyn



Rydym yn gweithio gyda'r bobl sy'n cefnogi eich plentyn a'ch person ifanc. Mae hyn yn cynnwys chi'ch hun, lechyd, Gwasanaethau Cymdeithasol, Asiantaethau Cymorth ac Ysgol.

Rydym yn cymryd rhan am gyfnod o amser i asesu beth sydd ei angen ar eich plentyn ac i ddatblygu cynllun gyda chi – fel y person/pobl sy'n adnabod eich plentyn orau. Gallai'r cynllun hwn gynnwys newidiadau i'w gwneud i amgylchedd eich plentyn, canllawiau ar sut i gyfleu pethau gyda'ch plentyn neu sut i strwythuro ei amser. Byddwn yn rhoi cyngor ar sut i wneud y newidiadau hyn.



Pwy sydd yn y tîm?

Seicolegwyr Clinigol a Gweithwyr Iechyd

Meddwl Graddedig sy'n cefnogi llesiant emosiynol, dealltwriaeth o ddatblygiad ac ymddygiadau sy'n peri pryder.



Nyrsys Anableded Dysgu sy'n cefnogi gydag ymyriadau iechyd, ymddygiad, mynd i'r toiled a chwsg

Ymarferydd PBS sy'n helpu i ddeall ymddygiadau sy'n peri pryder a dulliau ymddygiad cadarnhaol



Seiciatrydd Plant Ymgynghorol sy'n cefnogi gyda llesiant emosiynol ac iechyd meddwl

Therapydd Galwedigaethol sy'n cefnogi gyda rheoleiddio a galwedigaeth



Ymddygiadau sy'n Peri Pryder

Gwelir ymddygiadau sy'n peri pryder yn gyffredin mewn plant ag Anabledd Dysgu. Dyma'n aml eu prif ffordd o gyfleu eu hanghenion. Gallai ymddygiad gynnwys pethau fel brifo pobl eraill neu eu hunain. Mae'n effeithio ar ansawdd eu bywyd gan y gall gyfyngu ar yr hyn y gallant ei wneud ac i ble y gallant fynd yn ddiogel. Mae hefyd yn effeithio ar lesiant y rhai o'u cwmpas!

Mae'n bwysig cofio bod pob ymddygiad yn digwydd am reswm, fel arfer dyma'r ffordd fwyaf effeithiol sydd gan blentyn i sicrhau bod ei anghenion yn cael eu diwallu.

Rydw i'n dy daro di pan rydw i eisiau fy ipad, rwy'ti'n rhoi'r ipad i fi'
'Rwy'n dangos fy organau cenhedlu mewn archfarchnad, rwy'ti'n caniatáu i fi adael yn gyflym'

'Rwy'n taenu fy maw ym mhobman, rydyn ni'n cael amser un i un braf ar unwaith tra byddi di'n fy nglanhau i'

'Mae taro fy hun ar fy wyneb yn gwneud i'm poen dannedd ddiflannu am ychydig'

Beth yw PBS? (Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol)



Mae Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol, neu PBS, yn fframwaith sy'n canolbwyntio ar y person a all gefnogi pobl ag amrywiaeth o anghenion gwahanol i fyw bywyd sy'n ystyrlon ac o werth iddyn nhw. Wrth wraidd Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol mae'r ddealltwriaeth bod gan bob ymddygiad ystyr.

Pan fydd plant yn ymddwyn mewn ffordd sy'n peri pryder, maen nhw'n cyfleu yn y ffordd fwyaf effeithiol sydd ganddyn nhw nad yw rhywbeth yn iawn iddyn nhw.

Dysgu mwy am PBS



bild

Mae adnodd Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol i Deuluoedd Unwaith i Gymru wedi'i gynllunio i uwchsgilio a grymuso teuluoedd ledled Cymru. Teuluoedd yw'r arbenigwyr ar eu hanwyliaid ac maent yn bartneriaid allweddol o ran darparu'r gofal a'r gefnogaeth sydd eu hangen arnynt. Mae'r adnodd hwn ar gael i deuluoedd sy'n cefnogi unigolion ag anabledd dysgu trwy gydol eu hoes.

Chwiliwch am 'PBS Unwaith i Gymru' am ragor o wybodaeth