



Gwasanaeth  
**Mabwysiadu** | National  
Cenedlaethol | **Adoption**  
Service

**Achieving More Together**  
**Cyflawni Mwy Gyda'n Gilydd**

**FFRAMWAITH HYFFORDDI A**  
**DATBLYGU WEDI MABWYSIADU**

**Modiwlau**  
**Hyfforddiant**  
**Mabwysiadu Wedi**  
**Cymeradwyaeth**



# Cynnwys

## CYFLWYNIAD

|                                                      |   |
|------------------------------------------------------|---|
| Cefndir a Diben .....                                | 3 |
| I bwy mae'r Modiwlau a sut gellir eu defnyddio ..... | 3 |
| Defnyddio'r Modiwlau .....                           | 4 |
| Nodiadau ychwanegol i ymarferwyr a hyfforddwyr ..... | 5 |

## MODIWLAU

|                                                                                  |    |
|----------------------------------------------------------------------------------|----|
| Problemau Iechyd a Datblygu mewn Plant a gafodd eu mabwysiadu .....              | 7  |
| Damcaniaeth ymlyniad a'i berthnasedd i rianta plant sydd wedi'u mabwysiadu ..... | 7  |
| Cysylltiad: beth rydym yn ei olygu a sut bydd yn hyrwyddo lles fy mhlentyn ..... | 8  |
| Gwaith taith bywyd .....                                                         | 8  |
| Pontio .....                                                                     | 9  |
| Anhwyldeu ar y Sbectwm Alcohol Ffetws .....                                      | 9  |
| Rhianta ein Plant yn eu Harddegau .....                                          | 10 |
| Byw gydag Ymddygiad Heriol .....                                                 | 10 |
| Cyflwyniad Gwrthsefyll Di-drais – Ymddygiad treisgar gan Blentyn i Riant .....   | 11 |
| Gofalu Amdanoch chi eich Hun .....                                               | 11 |
| Y Fframwaith Cyfreithiol .....                                                   | 12 |
| Cymryd rhan – sesiwn i aelodau'r teulu a ffrindiau .....                         | 12 |
| Adnoddau .....                                                                   | 14 |

# Cyflwyniad

## CEFNDIR A DIBEN

Rydym yn gwybod bod dod yn rhiant yn gyffrous, yn werthfawr ac yn hwyl. Hefyd rydym yn gwybod y gall pob rhiant elwa o gael rhagor o wybodaeth a mewnwleidiad i'w helpu ar ei daith. Bydd darpar fabwysiadwyr a mabwysiadwyr posibl wedi cael rhywfaint o hyfforddiant yn ystod y cam asesu a fydd wedi trafod agweddau ar y theori a'r prosesau sy'n sail i fabwysiadu.

Dydy ein dysgu byth yn dod i ben ac mae pobl yn dysgu mewn ffyrdd gwahanol ac wrth gofio hyn, mae'r Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol ar y cyd ag AFA Cymru ac Adoption UK ac mewn ymgynghoriad ag ymarferwyr mabwysiadu a mabwysiadwyr, wedi datblygu nifer o fodiwlau sy'n trafod agweddau allweddol y gobeithiwn y byddant yn ddefnyddiol. Bwriad y rhain yw helpu mabwysiadwyr i blethu dealltwriaeth o beth mae arnyn nhw angen ei wybod a'r sgiliau y mae arnyn nhw angen eu datblygu i greu a pharhau i wella eu perthynas â'u plentyn.

## I BWY MAE'R MODIWLAU A SUT GELLIR EU DEFNYDDIO

Cafodd y modiwlau eu cynllunio'n benodol i fod yn hygyrch yn rhwydd ac mewn fformat y gellir ei addasu at ddefnyddiau amrywiol –

- i'w defnyddio fel rhan o hyfforddiant neu weithdy a gynhelir gan yr asiantaeth, a/neu
- fel rhan o gefnogaeth unigol benodol a gynigir gan ymarferydd mabwysiadu i rieni sy'n mabwysiadu, a/neu
- fel rhywbeth y gall mabwysiadwyr gael mynediad ato eu hunain ar-lein.

Y bwriad yw na chânt eu defnyddio yn unig pan fo pobl yn cael pethau yn anodd, ond pob amser ac rydyn ni'n gobeithio y byddant yn ysbrydoli ac yn bleserus yn ogystal â bod yn addysgiadol.



“Roedd y cyrsiau ar-lein yma ar gael ar adegau oedd yn gyfleus i mi – sy'n berffaith pan fydd eich amserlen ddyddiol yn brysur ac yn aml yn ddidrugaredd”.



Mae rhai adnoddau da ar gael ar-lein sy'n esbonio hyn. Dyma rai o'n ffefrynnau

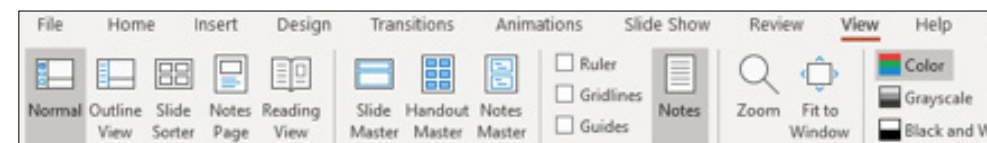
- Harvard University Child Development Centre – mae ganddyn nhw gyfres o fideos, a llenyddiaeth arall am ddatblygiad yr ymennydd, a'r hyn y maen nhw'n ei alw'n Rhyngweithiadau Cyflwyno a Dychwelyd.
- Mae fideo Brain Builders NSPCC yn dda ac ar gael ar-lein. Mae'n cynnig esboniad clir o ran sut mae'r ymennydd yn cael ei adeiladu drwy brofiadau blynyddoedd cynnar a rhyngweithiadau cymdeithasol. Mae'n trafod yr angen i hybu datblygiad iach plant sef yr hyn yr ydym yn gobeithio y bydd canlyniad eich penderfyniad i fabwysiadu. Mae hefyd yn trafod straen gwenwynig - rhywbeth y byddwn yn cyfeirio ato eto.

[www.nspcc.org.uk/.../children-in-care/infant-mental-health](http://www.nspcc.org.uk/.../children-in-care/infant-mental-health)

## DEFNYDDIO'R MODIWLAU

Mae nodiadau hirfaith gyfochr â phob cyflwyniad power point, gyda chysylltiadau a dolenni at adnoddau eraill, syniadau ymarferol, ac awgrymiadau ar gyfer darllen pellach a ffyrdd o gyflawni newidiadau cadarnhaol.

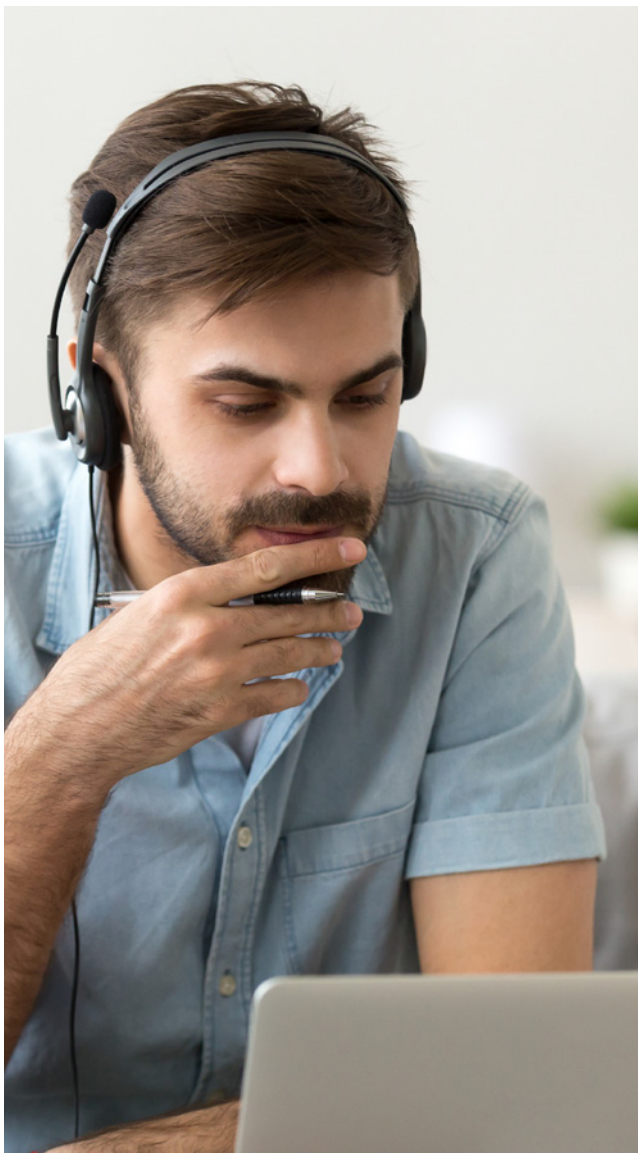
Er enghraifft, yn y modiwl Ymlyniad, mae dolenn at fideo Brain Builders yr NSPCC fel y gwelwch yn y llun sgrin isod.



I weld y nodiadau sy'n dod â'r sleidiau, ewch i **View tab** ac wedyn **Notes Page** – gweler y diagram uchod.

Hoffem ddatblygu'r adnoddau hyn yn barhaus gydag ymchwil ddiweddar, gwybodaeth arbenigol a graffeg i sicrhau eu bod yn aros yn berthnasol a chyfredol ac yn parhau i adlewyrchu'r wybodaeth a'r cymorth y mae eu hangen ar deuluoedd.

Gobeithiwn y mwynhewch!



## NODIADAU YCHWANEGOL OS MAI YMARFERYDD NEU HYFFORDDWR SY'N DEFNYDDIO'R ADNODDAU HYN YDYCH

Mae'r holl asiantaethau yng Nghymru yn cynnig y cyfle i rieni sy'n mabwysiadu fynychu sesiynau hyfforddi grŵp parhaus. Mae'n nod hanfodol, wrth i rieni ddod ynghyd ac yn rhannu profiadau, gallant barhau i gynnig cefnogaeth i'w gilydd wrth iddynt adnabod materion ac anghenion cyffredin. Mae hyn yn fantais i ymgeiswyr i fabwysiadu a bydd llawer ohonynt yn aros mewn cysylltiad â'r bobl maent yn cwrdd â nhw ar hyd y daith. Mae llawer o fudd mewn amgylchedd grŵp â chymorth ac mae'n un y bydd asiantaethau yn ei hyrwyddo gan y bydd teuluoedd sy'n mabwysiadu yn aml yn dweud eu bod yn teimlo'n ynysig pan gaiff plentyn ei leoli gyda nhw.

Hefyd mae paratoi mewn grŵp yn hwyluso trafod themâu a materion sydd yn aml yn annatod ar gyfer dysgu oedolion. Dylai unrhyw asiantaeth sy'n cynnig hyfforddiant eisoes yn gyfarwydd â'r ffordd y bydd oedolion yn dysgu ac yn cynllunio eu cyflwyniad yn unol â hynny.

Nid yw hyfforddi mewn grŵp yr unig ddull i bobl ddysgu a datblygu, ac mae disgwyl y bydd cyfleoedd ac arweiniad arall i rieni i gynorthwyo gyda'u dysgu a'u datblygiad parhaus. Mae'r egwyddorion sy'n tanategu fframwaith y Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol yn cydnabod hyn. Felly gall unigolyn gael mynediad at y datblygiad hwn o adnoddau ar-lein yn ogystal â chael ei gyflwyno gan ymarferydd i hyrwyddo myfyrio a dysgu parhaus.

## CYFLWYNO

Mae'n syniad da bod cyrsiau'n cael eu cynnal gan ddau berson, naill ai gan hyfforddwr annibynnol ac/neu gan Weithiwr Cymdeithasol mabwysiadu ac/neu riant profiadol sy'n mabwysiadu. Mae hyn o fudd penodol pan fydd themâu emosiynol yn dod i'r amlwg yn y sesiwn sy'n cael effaith ar rywun sy'n mynychu; gall un hwylusydd gynnig cymorth unigol, tra bod ei gydweithiwr yn parhau â'r deunydd hyfforddi. Nid oes disgwyl y bydd hwyluswyr yn gymwys i hyfforddi ond o leiaf mae disgwyl y bydd gan yr hyfforddwyr y sgiliau angenrheidiol i reoli grŵp a'u bod yn hollol hyddysg mewn themâu mabwysiadu.

Cafodd y Modiwlau eu datblygu i ymgorffori egwyddorion dysgu i oedolion. Maent yn cynnwys amrywiaeth o ddulliau dysgu er mwyn caniatáu am arddulliau dysgu unigol gyda phwyslais ar gyfranogi a myfyrio.

Hefyd dylai hyfforddwyr fod wedi ymrwymo i gydraddoldeb ac amrywiaeth mewn hyfforddiant ac yn sicrhau bod y cwrs yn gynhwysol i bob un sy'n cymryd rhan trwy gynllunio ar gyfer unrhyw rwystrau ffisegol, iaith, diwylliannol a rhyw. Bydd cyrsiau'n gweithio'n well pan gânt eu cynllunio i gymryd i ystyriaeth ymrwymadau teithio a gwaith yr ymgeiswyr, adeg y dydd, gofal plant ayyb.

Modiwlau



## Problemau Iechyd a Datblygu mewn Plant a gafodd eu mabwysiadu

Bydd y rhan fwyaf o blant a roddwyd i'w mabwysiadu wedi cael profiadau cynnar a fyddai wedi effeithio'n niweidiol ar eu hiechyd a'u datblygiad. Nod y cwrs byr hwn yw rhoi trosolwg eang heb jargon i rieni sy'n mabwysiadu o sut olwg y bydd ar datblygiad wedi'i oedi. Mae'n bosibl y bydd y wybodaeth hon yn eich helpu i benderfynu a yw eich plentyn yn dangos arwyddion problem tymor byr y gellir ei goresgyn dros amser o fewn eich teulu neu sydd angen mwy o asesu a chymorth penodol.

Mae'r materion iechyd a datblygu mewn plant a gafodd eu mabwysiadu yn faes anferth sy'n tanategu'r modiwlau hyfforddi eraill ynghyd ag ymlyniad. Er ein bod yn ymwybodol y gallwn ond darparu cyflwyniad ar y cam hwn ac mewn cwrs mor fyr, rydym hefyd wedi darparu cyfeiriadau i ddeunyddiau ac adnoddau amrywiol eraill y gallech chi eu gweld yn ddefnyddiol. Gellir dod o hyd i'r rhain drwy gydol yr adrannau sleidiau a nodiadau ac rydym wedi cynnwys rhai isod:

### Nodau'r modiwl yw helpu rhieni sy'n mabwysiadu i:

- Ddeall beth yw ystyr datblygiad plant a sut olwg sydd ar 'ddatblygiad arferol'
- Ystyried effaith trawma ac esgeuluso cynnar a'r effeithiau ar ddatblygiad
- Deall sut i adnabod oedi mewn meysydd datblygu
- Ystyried rhai syniadau ynglŷn â sut i gefnogi datblygiad plant.

## Damcaniaeth ymlyniad a'i berthnasedd i rianta plant sydd wedi'u mabwysiadu

Mae ymlyniad yn faes astudio enfawr ac rydym yn cydnabod arwyddocâd hyn ar gyfer plant a gaiff eu mabwysiadu. Byddwch eisoes wedi cael rhywfaint o hyfforddiant ar hyn yn ystod eich proses asesu. Rydym yn awgrymu ei fod bob amser yn werth chweil ail ymweld a myfrio ar beth rydych chi wedi'i ddysgu i'ch helpu i ddeall ymhellach pam mae eich plentyn yn ymddwyn yn y ffordd mae'n ei gwneud.

Bydd y modiwl hwn yn eich helpu i feddwl am beth sydd ei angen ar gyfer datblygiad iach mewn plentyn a sut mae torri ar draws y datblygiad hwn yn effeithio ar y plentyn a'i allu i ffurfio perthnasoedd. Bydd hyn hefyd yn edrych ar ffyrdd i'ch helpu i ddeall a dehongli ymddygiad eich plentyn er mwyn i chi adolygu ac addasu eich ymagwedd rhianta er mwyn bodloni anghenion eich plentyn.

Hefyd gall dealltwriaeth o drawma ymlyniad a datblygiad eich helpu i weld sut gall hyn effeithio arnoch chi, eich hun, fel rhiant. Mae'n bosibl y bydd yn ddefnyddiol mynd i weld y Modiwl ar 'Gofalu amdanoch chi eich hun' yn y cyd-destun hwn.

### Nodau'r modiwl yw helpu rhieni sy'n mabwysiadu i:

- Feddwl am beth yw ystyr Damcaniaeth Ymlyniad
- Ystyried sut y gall damcaniaeth ymlyniad ein helpu i ddeall sut mae ymennydd plentyn yn datblygu
- Deall pam mae hyn yn bwysig i ddatblygiad ac ymddygiad plant nes ymlaen
- Defnyddio gwybodaeth a dealltwriaeth i adeiladu perthnasoedd gyda'u plentyn.

## Cysylltiad: beth rydym yn ei olygu a sut bydd yn hyrwyddo lles fy mhlentyn

Mae plant yn datblygu synnwyr o bwy ydyn nhw o'u genedigaeth. Mae'r hunaniaeth hon wedi'u hadeiladu ar eu perthnasoedd gydag aelodau'r teulu, oedolion a phlant eraill, ffrindiau ac aelodau o'u cymuned. I ddatblygu ymdeimlad sicr o hunaniaeth, mae angen i blant dyfu i fyny mewn amgylchedd lle roeddent yn teimlo cariad ac yn ddiogel a lle mae eu teulu yn gwybod am eu cefndir a'u hanes personol.

Ar gyfer plentyn sydd wedi'i fabwysiadu, bydd wedi cael profiad o wahanu a cholli pobl arwyddocaol yn ei fywyd. Mae'n bosibl na fydd arwyddocâd hyn yn amlwg pan fydd yn ifanc ac ag angen sicrwydd lleoliad mabwysiadu, fodd bynnag mae ei ymdeimlad o hunaniaeth sy'n datblygu yn dod yn fwy sylweddol wrth iddo fynd i mewn i flynyddoedd ei arddegau ac mae hyn yn hanfodol ar gyfer ei les yn gyffredinol. Bydd penderfyniadau a wneir pan fydd plentyn yn ifanc ac yn setlo i mewn i'r teulu yn hynod arwyddocaol ar gyfer ei ymdeimlad parhaus o bwy yw ef.

Bydd y modiwl hwn yn helpu mabwysiadwyr i ddeall rôl hanfodol cysylltiad o ran hyrwyddo lles plentyn. Mae'n cydnabod cymhlethdodau sy'n gysylltiedig â'r effaith ar rieni a phlant. Bydd yn helpu mabwysiadwyr i feddwl am ffyrdd cadarnhaol y gallant gynnal cysylltiad ystyrlon ar gyfer eu plentyn yn y perthnasoedd hynny sy'n arwyddocaol drwy gydol ei oes.

### Nodau'r modiwl yw helpu rhieni sy'n mabwysiadu i:

- Ddeall bod cysylltiad yn llesol ac yn helpu gyda datblygu hunaniaeth a datblygiad emosiynol
- Gwerthfawrogi sut gall cysylltiad helpu'r plentyn sy'n datblygu deimlo bod ei deulu genedigol a'i deulu sy'n mabwysiadu i gyd yn rhannau derbyniol o'i hunaniaeth
- Derbyn yr angen i fod yn agored gyda'ch plentyn
- Derbyn a deall bod cysylltiad yn rhan sylweddol o daith ei fywyd.

## Gwaith Taith Bywyd ar gyfer Mabwysiadwyr

Mae angen i bob plentyn nad yw ei deulu biolegol yn gallu gofalu amdano, ddeall ei hanes teuluol a'i daith unigryw. Mae gwaith taith bywyd wedi ei lunio i helpu plentyn i allu deall ei orffennol a'i sefyllfa bresennol er mwyn ei helpu i symud ymlaen i'r dyfodol. Dylai gwaith taith bywyd ategu hunaniaeth plentyn, hyrwyddo hunan-barch, helpu i roi ymdeimlad o berthyn i'r plentyn, a gwella ei les a'i iechyd meddwl.

Mae'r modiwl hwn yn rhoi cyfle i archwilio egwyddorion gwaith taith Bywyd gyda dolenni clir i'r pecyn cymorth wedi'u cynhyrchu gan y Gwasanaeth Mabwysiadau Cenedlaethol (NAS) ac sydd ar gael ar eu gwefan. Mae'n cynnwys awgrymiadau ymarferol y gellir eu defnyddio gyda phlant i'w helpu i ddeall eu stori.

### Nodau'r modiwl yw helpu rhieni sy'n mabwysiadu i:

- Ddeall beth yw Gwaith Taith Bywyd a pham mae hyn yn bwysig
- Gwerthfawrogi'r prif negeseuon y mae angen i'r plant eu deall o'r gwaith hwn
- Ystyried y bobl orau i helpu gyda hyn a beth fydd eu prif gyfrifoldebau
- Archwilio ystod o offer sydd i'w gweld o fewn pecyn cymorth yr NAS.

"Rhoddodd gyngor ac arweiniad defnyddiol ac ymarferol iawn a fydd yn amhrisiadwy yn ystod y 18 mlynedd nesaf a mwy."

"Helpodd fi o ran mireinio gwybodaeth am daith bywyd fy mhlentyn a rhoddodd syniadau newydd i mi o ran sut i gadw'r wybodaeth i lifo."

"Roedd hwn yn gwrs Taith Bywyd bendigedig. Rwy'n teimlo y bydd hwn yn fy helpu wrth rannu gwybodaeth gyda'r plant. O'r blaen ro'n i'n pryderu ynghylch sut i wneud hyn, nawr dw i'n teimlo fy mod i wedi cael fy mharatoi yn well."

## Pontio

Gall pontio ar gyfer plant a fabwysiedir bob amser fod yn anodd gan eu bod yn gweld newid yn anodd am bob math o resymau. Mae'n bwysig bod teuluoedd yn deall hyn er mwyn meddwl am ffyrdd ymarferol ac emosiynol y gallant helpu eu plentyn orau.

Pan fyddwn yn siarad am bontio gallem olygu plentyn yn dechrau'r ysgol, yn symud dosbarth, yn symud i ysgol uwchradd neu gallai olygu deffro, mynd i'r gwely, codi o'r bwrdd cinio, gorffen llyfr neu ffilm... mae pob un o'r enghreifftiau bach hyn o bontio yn arwyddocaol. Mae'r modiwl hwn yn eich helpu i fyfyrio ar y pontio hwn a sut gall yr ansicrwydd y mae'r rhain yn ei sbarduno lethu plentyn. Fel rhieni mae'n bwysig eich bod yn gallu adnabod y sbardunau hyn fel y gallwch helpu eich plentyn i ymddiried a theimlo'n ddiogel yn ei berthnasoedd ac felly cynyddu ei wydnwch a'i hyder ar y newidiadau mawr sydd o'i flaen.

### Nodau'r modiwl yw helpu rhieni sy'n mabwysiadu i:

- Ystyried anghenion penodol plant sydd wedi cael profiad o ansicrwydd wrth fod yn rhan o bontio
- Myfyrto ar eu profiad eu hunain o bontio
- Ystyried eu rôl wrth fod yn ganolfan sicr i blentyn a'i gefnogi wrth reoleiddio ei emosiynau
- Dysgu rhywfaint o awgrymiadau i helpu plant gyda phontio.

## Anhwylderau ar y Sbectrwm Alcohol Ffetws

Mae gan lawer o blant a gaiff eu mabwysiadu gefndir o'r fam yn camddefnyddio alcohol. Mae corff gwybodaeth cynyddol sy'n cydnabod effaith hyn ar yr ymennydd sy'n datblygu a sut mae hyn yn effeithio ar ddatblygiad y plentyn. Mae hwn yn llun sy'n dod i'r amlwg ac fel rhieni sy'n mabwysiadu bydd angen i chi geisio cymorth mwy arbenigol os ydych yn credu bod hyn yn broblem i'ch plentyn.

Gall y modiwl hwn ddelio'n fras yn unig â'r ffactorau gwaelodol fel cyflwyniad byr i'r maes cymhleth hwn. Cafodd ei baratoi gyda chymorth Ymgynghorwyr Meddygol Mabwysiadu yng Nghymru.

### Nodau'r modiwl yw helpu rhieni sy'n mabwysiadu i:

- Gael dealltwriaeth gyffredinol ar FASD
- Bod yn gallu barnu'n fwy hyderus pan fyddai'n briodol ceisio asesiad FASD ar gyfer eich plentyn
- Ystyried beth fydd yn ei olygu o bosibl i'ch teulu a'ch arddull rhianta os bydd FASD ar eich plentyn
- Gwybod i ble i fynd i gael rhagor o wybodaeth a chyngor.

## Rhianta ein Plant yn eu Harddegau

Mae blynyddoedd yr ardegau yn adeg newid mawr. Bydd y modiwl hwn yn eich helpu i ddeall goblygiadau hanes eich plentyn ar y cam hanfodol hwn, datblygiad penodol yr ymennydd ar y cam hwn o'i fywyd a sut mae ei olwg ar y byd a pherthnasoedd yn newid. Mae hyn yn golygu eu bod yn ymateb mewn ffyrdd gwahanol, o bosibl yn camddehongli ciwiau cymdeithasol, yn dangos ymddygiad iau ac angen sicrwydd emosiynol sylweddol. Fodd bynnag mae hyn hefyd yn amser cyfleodd mawr i chi a'ch plentyn i ddatblygu sgiliau a gwydnwch newydd ac i gryfhau eich perthynas.

### Nodau'r modiwl yw helpu rhieni sy'n mabwysiadu i:

- Ddysgu am ddatblygiad ymennydd plant yn eu harddegau, y glasoed a'r effaith ar ymddygiad
- Archwilio rhai sgiliau cyfathrebu y gellir eu defnyddio i gynnal perthnasoedd
- Deall mwy am bwysigrwydd hunaniaeth, datblygiad cymdeithasol a chyflwyniad yn y glasoed
- Ystyriwch gysylltiad gydag aelodau'r teulu biolegol a phwysigrwydd gwaith stori bywyd perthnasol. Deall rhagor am arwyddocâd y cyfryngau cymdeithasol ar gyfer plant yn eu harddegau a gafodd eu mabwysiadu.

## Byw gydag Ymddygiad Heriol

Nid yw mabwysiadu heb ei heriau ac yn aml mae'r rhain gymaint i'r plentyn ag y maent ar eich gyfer chi fel rhieni. Yr heriau hyn sydd yn aml yn adlewyrchu anghenion y plentyn nas bodlonir a chânt eu dangos yn eu hymddygiad. Mae'n hanfodol eich bod chi fel rhieni yn gallu dehongli beth yw'r anghenion hyn er mwyn deall sut i ymateb orau.

Mae'r modiwl yn addas i bob rhiant, yn enwedig y rhai sydd â phlant iau sy'n awyddus i ddeall unrhyw ymddygiad sy'n dod i'r amlwg y maent yn pryderu amdanynt.

Gall byw gyda phlentyn sydd wedi'i fabwysiadu fod yn brofiad ynysig ac rydym yn eich annog i geisio cymorth priodol gan eich rhwydwaith er mwyn eich helpu i fod y rhiant gorau y gallwch chi fod.

### Nodau'r modiwl yw helpu rhieni sy'n mabwysiadu i:

- Ystyried sut maent yn diffinio ymddygiad heriol
- Myfyrio ar anghenion nas bodlonwyd y tu ôl i ymddygiad heriol
- Adnabod ystod o strategaethau er mwyn mynd i'r afael ag ymddygiad heriol.

## Cyflwyniad i Wrthsefyll Di-drais (NVR) – Ymddygiad treisgar gan Blentyn i Riant

Mae ymddygiad treisgar gan Blentyn i Riant yn rhywbeth a gydnabyddir fwyfwy yn y blynyddoedd diwethaf. Caiff hyn ei adlewyrchu yn y llu o alwadau i'r Llinellau Cymorth a'i godi fel ffactor pwysig o amharu ar fabwysiadu. Os bydd mabwysiadwyr yn profi hyn mae'n bwysig eu bod yn ceisio cyngor a chymorth cyn gynted ag y bo modd.

Mae'r modiwl hwn yn gyflwyniad byr i ymagwedd benodol ar ymateb i drais gan Blentyn i Riant sydd â sail mewn tystiolaeth ac sydd wedi derbyn canlyniadau cadarnhaol. Nid ddylid gweld bod hyn yn cymryd lle y sesiynau hyfforddi manylach a gynhelir gan Brojectau Partneriaeth y'i seilir arnynt. Crëwyd y modiwl hwn gan ymarferydd achrededig yn NVR.

Bydd y modiwl hwn yn helpu mabwysiadwyr i ystyried y materion niwroffisiolegol sy'n waelodol i ymddygiad ymosodol a threisgar gwaelodol mewn plant a mabwysiedir. Bydd yn cyflwyno ystod o strategaethau Gwrthsefyll Di-drais ymarferol ac yn esbonio rôl hanfodol y bobl hynny sy'n cefnogi teuluoedd mewn rolau proffesiynol ac fel aelodau teulu neu ffrindiau.

### Nodau'r modiwl yw helpu rhieni sy'n mabwysiadu i:

- Gynyddu eu dealltwriaeth o pam y mae'n bosibl i blant sydd wedi dioddef trawma ddangos ymddygiad ymosodol a threisgar
- Ystyried sut mae'r ymennydd yn gweithio a sut mae hyn yn effeithio ar ddatblygiad ac ymddygiad plentyn
- Adnabod ble mae Gwrthsefyll Di-drais yn ffitio ochr yn ochr ag ymyriadau therapiwtig eraill
- Deall yr angen i addasu eu hymddygiad a'u cyfathrebu eu hunain er mwyn dylanwadu rhai eich plentyn.

"Yn ddefnyddiol iawn yn nhermau adeiladu ymwybyddiaeth a dod o hyd i strategaeth. Hefyd helpodd y cwrs i adeiladu mwy o agwedd 'gallaf ei wneud'"

## Gofalu Amdanoch chi eich Hun

Rydym yn gwybod y gall byw gyda phlant sydd wedi dioddef trawma gael effaith ar les rhiant mewn llawer o ffyrdd sydd yn aml yn peri syndod. Fel rhiant sensitif, cymwys mae'n bosibl i fabwysiadu amsugno trawma'r plentyn a bydd hyn yn effeithio ar ei (g) allu i feddwl yn glir ac ymddwyn yn y ffordd y byddai'n dymuno. Mae'n bosibl y bydd y plentyn yn gwrthsefyll ymdrechion i'w garu ac mae'n bosibl y bydd ymdrechion i adeiladu ymddiriedaeth fod yn flinderus. Mae'n bwysig bod mabwysiadwyr yn aros yn ddigon cryf i helpu eu plant ac edrych ar ffyrdd o atal hyn rhag mynd yn llethol.

Mae'r modiwl hwn yn helpu rhieni mabwysiadol i ddeall y gall teimladau anodd fod yn normal a hefyd, trwy anwybyddu eu hanghenion eu hunain nad ydynt yn helpu deinamig y teulu a'r sefyllfa i'r plentyn.. Wrth gydnabod yr angen i ofalu amdanynt eu hunain, gallant barhau fel y rhiant gorau posibl.

### Nodau'r modiwl yw helpu rhieni sy'n mabwysiadu i:

- Feddwl am sut y gall byw gyda phlentyn sydd wedi'i fabwysiadu effeithio ar eich lles mewn ffyrdd syfrdanol
- Deall beth yw ystyr 'Trawma Eilaidd' a 'Gofal wedi'i Flocio' a sut mae hunanymwybyddiaeth yn bwysig iawn
- Cydnabod a yw hyn yn broblem i chi neu i aelodau eich teulu
- Ystyried ffyrdd o ofalu amdanoch chi eich hun.

## Y Fframwaith Cyfreithiol ar gyfer darpar-rieni sy'n mabwysiadu a rhieni sy'n mabwysiadu

Mabwysiadu yw un o'r meysydd a reoleiddir fwyaf o ran Gofal Cymdeithasol ac yn aml mae'n llethol ac yn frawychus i rieni sy'n mabwysiadu feddwl am yr holl agweddau cyfreithiol ar bob cam o'r broses mabwysiadu.

Mae'r modiwl hwn yn seiliedig ar wybodaeth y gellir dod o hyd iddi yn y Fframwaith Cyfreithiol ar gyfer Mabwysiadu: Mae'r Canllaw i Ddarpar Rieni sy'n Mabwysiadu yn ymdrin â phob cam o'r daith i fod yn deulu. Ni ddylid gweld y modiwl hwn neu'r Canllaw fel rhywbeth i gymryd lle cyngor cyfreithiol gan gyfreithiwr cymwys pe bai'r angen yn codi.

### Nodau'r modiwl yw helpu rhieni sy'n mabwysiadu i:

- Ddeall y system am adolygu ac ymweld â phlentyn yn eich teulu
- Deall diffiniad Cyfrifoldeb Rhiant
- Gwybod sut i wneud cais am Orchymyn Mabwysiadu
- Bod yn gyfarwydd â'ch hawl i wasanaethau cymorth mabwysiadu
- Deall y fframwaith cyfreithiol ar gyfer cyswllt ar ôl mabwysiadu.

## Cymryd rhan – sesiwn i aelodau'r teulu a ffrindiau

Bydd y penderfyniad i fabwysiadu yn effeithio ar deulu a rhwydwaith cymdeithasol cyfan mabwysiadwyr. Byddant wedi eu clywed yn siarad am fabwysiadu ers amser hir ac maent wedi rhannu'r daith, gan aros yn eiddgar i'r aelod newydd o'r teulu gyrraedd. Yn aml bydd eich teulu a'ch ffrindiau eisiau chwarae rôl sylweddol gyda'ch plentyn wrth iddynt gofleidio eu hunaniaeth newydd fel mam-gu neu dad-cu, modryb, cefnder ayyb. Mae angen eu cymorth arnoch chi hefyd.

Dylunnir y modiwl i helpu eich teulu a'ch rhwydwaith cymorth ddeall ychydig bach o'r daith rydych wedi bod arni i gyrraedd y cam hwn ym mywyd eich teulu. Fodd bynnag hefyd, ac yn bwysicaf oll bydd yn eu helpu i ddeall taith y plentyn hyd yn hyn. Bydd y ddealltwriaeth hon yn esbonio pam y'ch cyngorwyd i rianta'r plentyn yn y ffordd rydych chi'n ei wneud, ond hefyd i'w helpu i ddeall sut y gallant eich helpu chi a'ch plentyn i setlo i mewn a dod yn rhan o'r teulu.

Gallwch chi fel y rhiant sy'n mabwysiadu ddefnyddio'r modiwl hwn fel adnodd i'ch helpu i esbonio hyn oll i aelodau rhwydwaith eich teulu. Fel arall, gallwch eu cyfeirio i ble y gallant gael mynediad at hyn eu hunain.

### Nodau'r modiwl yw helpu'r teulu ehangach a rhwydwaith ffrindiau'r rhieni mabwysiadol:

- Gael y cyfle i gael atebion i unrhyw gwestiynau sydd ganddynt o bosibl
- Deall y broses mabwysiadu yn well
- Ystyried anghenion plant sy'n cael eu mabwysiadu a sut mae'r rhain yn cael eu hadlewyrchu yn eu hymddygiad o bosibl
- Ystyried beth mae mabwysiadu yn ei olygu i chi i gyd fel rhwydwaith teulu a ffrindiau ehangach.



# Adnoddau

## Clipiau fideo/Ffilmiau

Clip Wyneb Llonydd

<https://www.youtube.com/watch?v=apzXGEbZht0>

Clip Sarah Naish parthed cam-drin/rhianta therapiwtig

<https://www.youtube.com/watch?v=Y-oWUZNhEXo>

Adnoddau Bryan Post ar <https://postinstitute.com>

Clip Dan Siegel "Hand Model of Brain" o youtube

<https://www.youtube.com/watch?v=gm9CIJ74Oxw>

Cyflwyniad Helen Oakwater "Lack of truth telling" o youtube

<https://www.youtube.com/watch?v=D2EX3G1-XOs>

Podlediad BBC The Adoption

## Films:

Film Thunderbird "My Life as a Courgette"

Ffilm Disney Pixar "Inside Out"

Film Youtube: 'Removed'

<https://www.youtube.com/watch?v=lOeQUwdAjE0>

Instant Family

## Llyfrau:

### Datblygiad ac Ymlyniad Plant

Nurturing Attachments (2008) gan Kim Golding

Building the Bonds of Attachment (2006)

gan Daniel A Hughes

What Every Parent Needs to Know (2007) gan Margot Sunderland

Blame My Brain (2013) Nicola Morgan

Attachment in Common Sense and Doodles (2013) gan Miriam Silver

Attachment Trauma and Resilience (2002) gan Kate Cairns

### Storïau

Holding on and Hanging in gan Lorna Miles

No Matter What gan Sally Donovan

An Adoption Diary (2006) gan Maria James

Adoption Conversations (2008 a 2010) Renee Wolfs

## Rhianta'n therapiwtig

Therapeutic Parenting in a Nutshell (2016) gan Sarah Naish

The A-Z of Therapeutic Parenting gan Sarah Naish

Brain Based Parenting (2012) gan Dan Hughes a Jonathan Baylin

From Fear to Love (2010) gan Bryan Post

Parenting with Theraplay (2017) gan Vivien Norris a Helen Rodwell

The unofficial guide to adoptive parenting (2014) gan Sally Donovan

## Materion Ysgol

Louise Bomber 2007 Inside I'm Hurting

Adoption UK (2017) Getting it Right for every child – guide for parents and separate guide for practitioners

## Syndrom Alcohol ar y Ffoetws ac Anhwylder ar y Sbectwm

Foetal Alcohol Spectrum Disorder: Parenting a child with an invisible disability gan Julie Brown a Mary Mather

### **Ar gyfer Teulu a Ffrindiau**

Related by Adoption gan Heidi Argent

Can I tell you about Adoption (2013) gan Anne Braff  
Brodzinsky

### **Adnoddau ar gyfer gweithio ar Deimladau gyda phlant**

The Bear Cards Feelings [www.qcards.com.au](http://www.qcards.com.au)

Feelings Flashcards Todd Parr

Inside Out Box of Mixed Emotions

### **Llyfrau i'w darllen gyda phlant:**

Nid oes unrhyw restr gynhwysfawr ar fabwysiadu i blant. Rydym wedi rhestru detholiad ac yn awgrymu eich bod yn chwilio am ragor gan rai o'r awduron hyn.

- The Huge Bag of Worries gan Virginia Ironside
- Owl Babies gan Martin Waddell
- The Family Book gan Todd Parr
- How are you feeling today? Gan Molly Potter
- Nothing gan Mick Inkpen
- Maybe Days gan Jennifer Wilgocki a Marcia Kahn Wright
- Silly Billy gan Antony Browne
- The great big book of feelings gan Mary Hoffman a Ros Asquith
- I am too absolutely small for school gan Lauren Child
- How to take the grr out of anger gan Elisabeth Verdick a Marjorie Lisovskis
- Stories for feelings for children gan Hilary Hawkes
- A Nifflenoo called Never mind gan Margot Sunderland
- The day the sea went out and never came back gan Margot Sunderland
- The frog who longed for the Moon to smile gan Margot Sunderland
- How Hattie hated kindness gan Margot Sunderland (a theitlau eraill)
- Rosie Rudey and the very annoying parent gan Sarah Naish a Rosie Jefferies
- William Wobbly and the very bad day gan Sarah Naish a Rosie Jefferies
- Charlie Chatty and the wiggly worry worm gan Sarah Naish and Rosie Jefferies
- Sophie Spikey has a very big problem gan Sarah Naish a Rosie Jefferies
- The Family Fairies gan Rosemary Lucas

## Gweithio mewn Partneriaeth



Tîm Canolog y Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol

c/o Cyngor Dinas Caerdydd

Ystafell 409 Neuadd y Sir

Glanfa'r Iwerydd

Caerdydd CF10 4UW

F: 029 2087 3927

E: [contact@adoptcymru.com](mailto:contact@adoptcymru.com)

[www.adoptcymru.com](http://www.adoptcymru.com)