Therapi galwedigaethol:

Datgloi potensial plant a phobl ifanc

Coleg Brenhinol y Therapyddion Galwedigaethol

Therapi Galwedigaethol
Gwella bywydau
Arbed arian
#GwerthThg

Therapi galwedigaethol:
Datgloi potensial plant a phobl ifanc

Fel cymdeithas rydym eisiau i'n plant:

- **Fyw bywydau llawn a hapus,** gan gymryd rhan yn y gweithgareddau (galwedigaethau) maent eu hangen ac eisiau eu gwneud adref, yn yr ysgol ac wrth chwarae.
- **Gwireddu eu potensial** drwy ddatblygu'r sgiliau a gwytnwch maent eu hangen i gael mynediad i addysg a chyflawni gweithgareddau byw bob dydd fel plant ac fel oedolion.
- **Cymryd rhan fel aelodau gwerthfawr o'u cymuned** beth bynnag yw eu hanghenion corfforol, dysgu a iechyd meddwl.

Eto yn y Deyrnas Unedig **mae mwy o blant yn dechrau yn yr ysgol heb y sgiliau sylfaenol a'r gwytnwch** maent eu hangen i lwyddo mewn addysg a bywyd.[1] Mae plentyndod yn newid gyda phlant yn treulio mwy o amser yn defnyddio technoleg nag yn cymryd rhan mewn chwarae rhydd a gweithgaredd corfforol. Mae mabwysiadu technoleg yn agor plant i fwy o bwysau cymdeithasol a defnyddwyr nag erioed.[2]

Mae llawer yn dadlau ein bod yn awr yn **wynebu epidemig mewn iechyd meddwl plant** gyda thri-chwarter problemau iechyd meddwl wedi sefydlu erbyn 24 oed.[3] Mae gan un ym mhob wyth plentyn[4] 5–19 oed anhwylder iechyd meddwl adnabyddadwy, sy'n effeithio ar eu llesiant, iechyd a llwyddiant mewn plentyndod ac yn nes ymlaen mewn bywyd.

Mae nifer y plant a phobl ifanc gydag anghenion addysgol arbennig ac anableddau yn y Deyrnas Unedig yn cynyddu ac mae'r disgwyliad y dylent gael mynediad i'r un cyfleoedd a phrofiadau â'u cyfoedion wedi ei sefydlu ym mholisi y Deyrnas Unedig.[5,6,7,8] Eto nid yw llawer o bobl ifanc gydag anghenion dysgu a chymorth ychwanegol yn cael cyfle cyfartal a'r gefnogaeth maent ei hangen i gyflawni eu potensial.

Er mwyn i wasanaethau ateb galw cynyddol gan gymdeithas, mae angen mwy o gydweithredu rhwng iechyd, gofal cymdeithasol, addysg a'r sector gwirfoddol. Yn ychwanegol, gwell cydbwysedd o ddarpariaeth ar:

- **lefel gyffredinol** (gwasanaethau a ddarperir i bob plentyn, person ifanc a'u teuluoedd),
- **lefel wedi'i thargedu** (gwasanaethau ar gyfer plant sydd mewn risg o, neu sydd eisoes yn profi anawsterau) ac ar
- **lefel arbenigol** (plant gydag anghenion cymhleth sydd angen dull gweithredu unigol).

Manteisio i'r eithaf ar y gweithlu therapi galwedigaethol

Mae galwedigaeth yn bwysig ar gyfer datblygiad, iechyd a llesiant plant.

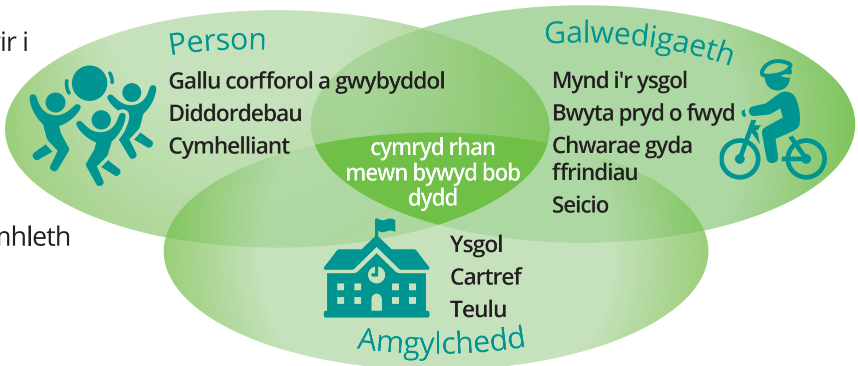
Mae therapyddion galwedigaethol yn galluogi plant a phobl ifanc gydag anghenion corfforol, dysgu ac iechyd meddwl i gymryd rhan ac ymdopi'n llwyddiannus â'r gweithgareddau maent eisiau neu angen eu gwneud adref, yn yr ysgol neu yn y gwaith ac yn ystod eu hamser rhydd. Mae'r sgiliau a'r arbenigedd ganddynt i adnabod y ffactorau personol, tasg ac amgylcheddol sy'n cefnogi neu'n llesteirio datblygiad, cyfranogiad a chyflawniad plant.

Mae Coleg Brenhinol y Therapyddion Galwedigaethol) (RCOT) yn galw am gynllunio gwasanaethau fel y gall plant a phobl ifanc gydag anghenion dysgu a chymorth ychwanegol (yn cynnwys iechyd meddwl) gael mynediad i sgiliau ac arbenigedd therapi galwedigaethol pan maent eu hangen. Bydd hyn yn galw am newid mewn adnoddau o ymyriadau arbenigol tuag at ddulliau gweithredu atal, ymyrraeth cynnar a phartneriaeth.

Gellir cyflawni hyn drwy fabwysiadu fframwaith o **ymyriadau cyffredinol, wedi'u targedu ac arbenigol** sydd yn: [9]

- Sicrhau y caiff adnoddau therapi galwedigaethol **eu defnyddio'n ddoeth;**
- Ymestyn **cyrraedd y proffesiwn** a sicrhau fod y nifer fwyaf bosibl o blant yn cael budd therapi galwedigaethol;
- **Meithrin gallu** ymysg eraill i ddynodi a chefnogi plant a phobl ifanc gydag anghenion iechyd meddwl anghenion dysgu ychwanegol ac anableddau (SEND) ac i wybod pryd i atgyfeirio am fwy o help arbenigol; ac
- **Atal problemau rhag gwaethygu,** gan olygu fod llai o blant a phobl ifanc angen gwasanaethau arbenigol mwy costus ac y gall rhai gyda'r anghenion mwyaf cymhleth gael mynediad i therapi galwedigaethol pan maent ei angen.

Diagram model PEO [10]



DEILLIANT

Paratoi plant a phobl ifanc i fyw bywydau llawn a hapus

SUT

1 Sefydlu cyfleoedd i hyrwyddo iechyd corfforol a meddwl yn nhrefn a gweithgareddau dyddiol plant

Mae bron un ym mhob tri plentyn yn dechrau yn yr ysgol heb y wybodaeth a sgiliau sylfaenol maent eu hangen ar gyfer dysgu.[11] Os na chaiff y bylchau hyn mewn sgiliau ei trin, gall anghydraddoldeb barhau a thyfu drwy gydol bywyd plentyn.

Mae buddsoddi mewn datblygiad corfforol, gwybyddol ac emosiynol plant drwy sefydlu cyfleoedd datblygu mewn trefn bob dydd yn sicrhau fod plant yn barod ar gyfer yr ysgol ac yn cynyddu eu rhagolygon i'r eithaf ar gyfer bywyd hapus ac iach.

Mae gan therapyddion galwedigaethol yr wybodaeth a'r sgiliau i hyrwyddo amgylcheddau, perthnasoedd a gweithgareddau sy'n meithrin datblygiad a llesiant pob plentyn a pherson ifanc. Mae **ymyriadau cyffredinol** a gynigir gan therapyddion galwedigaethol yn cynnwys darpariaeth hyfforddiant, mentora, gwybodaeth a llenyddiaeth i sicrhau y gall rhieni, gofalwyr a'r gweithlu plant gefnogi plant a phobl ifanc i ddatblygu'r sgiliau a'r gwytnwch maent eu hangen i wireddu eu potensial.

Mae newid mewn adnoddau therapi galwedigaethol i ganolbwyntio ar hyrwyddo iechyd ac atal yn sicrhau y caiff cyfleoedd i hyrwyddo iechyd corfforol a iechyd meddwl eu sefydlu ym mhob agwedd o fywyd plentyn neu berson ifanc, gan wneud y gorau o'u datblygiad, iechyd a llesiant.

> *Wrth fy modd gyda'r sesiwn. Cymaint o help i ddeall y rhesymeg tu cefn i ddysgu ysgrifennu a syniadau gwych i ymarfer sgiliau echddygol manwl*
>
> **Rhiant**

> *Roedd y tîm therapi galwedigaethol yn dda am wrando ble'r ydym arni mewn ysgol a deall beth oedd ei angen. Rydym ar yr un donfedd a chawsom drafodaethau cyffrous am gefnogi sgiliau ysgrifennu pob plentyn.*
>
> **Athrawes Feithrin**

Enghraifft Gwasanaeth: NHS Tayside

Gweithdai Cyn-ysgol

Mae newidiadau yn natur chwarae yn golygu nad oes gan rai plant y sgiliau echddygol sylfaenol maent eu hangen i drin tŵls ac offer, tebyg i bensil, pan fyddant yn dechrau yn yr ysgol.

Lansiodd therapyddion galwedigaethol yn NHS Tayside gynllun i drin y pryder hwn a gostwng nifer yr atgyfeiriadau i therapi galwedigaethol unwaith mae plant yn cyrraedd ysgol.

Mae gweithdai **'Little Scribblers'** mewn gosodiadau meithrin yn ffordd o gynnwys staff, rhieni a gofalwyr mewn dysgu plant. Mewn gweithdai hwyliog a rhyngweithiol, mae therapyddion galwedigaethol yn esbonio datblygiad sgiliau cyn-ysgrifennu ac yn dangos amrywiaeth o weithgareddau y gall rhieni, gofalwyr a staff meithrin eu defnyddio i helpu plant i ddatblygu'r sgiliau echddygol sydd eu hangen ar gyfer ysgrifennu iddynt ddechrau yn yr ysgol.

EFFAITH

Mae mabwysiadu dull cyffredinol wedi bod yn ddefnydd cost-effeithlon o arbenigedd therapi galwedigaethol. Cynhaliwyd gweithdai mewn naw gosodiad meithrin, gyda chost staff o £149 y gweithdy.

Hyd yma mae rhieni/gofalwyr **79** plentyn wedi mynychu gweithdai Little Scribblers a **70** plentyn arall wedi manteisio'n anuniongyrchol o'r wybodaeth gynyddol o sgiliau cyn-ysgrifennu ymysg staff meithrinfeydd.

Enghraifft o Wasanaeth: Gorllewin Belfast

Hybiau llesiant ysgol

Mae therapyddion galwedigaethol yng Ngholeg Cyfun St Louise yng Ngorllewin Belfast yn cymryd dull gweithredu newydd i gefnogi iechyd meddwl myfyrwyr. Mae eu rhaglen ataliol ysgol-gyfan yn cynnwys cefnogi athrawon i gyflwyno sesiynau ymlacio ac ymwybyddiaeth ofalgar a rhoi gwybodaeth a chyngor i helpu myfyrwyr i drin eu llesiant eu hunain.

Gall myfyrwyr sydd angen mwy o gefnogaeth ar gyfer eu hiechyd meddwl gael mynediad i grŵp therapi galwedigaethol neu ymyriadau unigol megis rheoli pryder a chynyddu hunan-barch.

EFFAITH

Mae ymyrraeth gynnar yn atal problemau iechyd meddwl rhag gwaethygu fel y gall myfyrwyr ymgysylltu'n well yn y cwricwlwm a chyflawni eu potensial personol ac addysgol.

Dull gweithredu wedi'i dargedu

DEILLIANT

Paratoi plant a phobl ifanc i gyflawni eu potensial

SUT

2 Datblygu partneriaethau i feithrin gallu cymunedol a mynd i'r afael yn gynnar ag anghenion

Mae nifer y plant gyda anghenion addysgol arbennig ac anableddau (SEND) ac anghenion iechyd meddwl yn cynyddu ac mae gormod o blant yn gorfod aros yn rhy hir i gael mynediad i'r gefnogaeth maent ei hangen i wireddu eu potensial.

Mae plant a phobl ifanc angen cefnogaeth amserol a phriodol yn seiliedig ar angen yn hytrach na diagnosis.[5,7,12] Mae gan ymyrryd yn gynnar gyda phlant a phobl ifanc y mae datblygiad eu hiechyd meddwl, corfforol neu wybyddol mewn risg fanteision ar gyfer plant a phobl ifanc, eu teuluoedd a chymdeithas yn gyffredinol.[13]

Mae therapyddion galwedigaethol yn defnyddio **ymyriadau wedi'u targedu**, a gaiff yn aml eu cyflwyno mewn partneriaeth gyda eraill, i gynyddu datblygiad, iechyd a llesiant plant a phobl ifanc y mae eu deilliannau mewn risg. Mae **ymyriadau wedi'u targedu yn cynnwys** grwpiau neu weithdai ar gyfer pobl ifanc, teuluoedd a gweithwyr proffesiynol ac addasu gweithgareddau, deunyddiau ac amgylcheddau i alluogi pobl ifanc i gymryd rhan a chyflawni. Gall ymyriadau wedi'u targedu atal anawsterau rhag gwaethygu a gall ostwng yr angen am gefnogaeth arbenigol, ddwysach yn y dyfodol.

Mae cymryd dull gweithredu partneriaeth yn ymestyn cyrraedd therapi galwedigaethol i fwy o blant, pobl ifanc a theuluoedd drwy feithrin gallu eraill i ddynodi a rhoi cefnogaeth i'r rhai sydd ei angen. Mae'n hanfodol **sicrhau fod gan bartneriaid fynediad i therapydd galwedigaethol** pan aiff anghenion plentyn neu berson ifanc tu hwnt i'w lefel eu hunain o gymhwysedd a hyfforddiant.

Enghraifft Gwasanaeth: Ymddiriedolaeth Sefydliad GIG Royal Free

Gwasanaeth Ysgol Prif Ffrwd

Ers 2013 mae therapyddion galwedigaethol yn Camden wedi mabwysiadu model darpariaeth gwasanaeth Partnering for Change[14], gan feithrin gallu athrawon mewn ysgolion prif ffrwd i adnabod a chefnogi plant sy'n ei chael yn anodd cyflawni eu potensial personol ac addysgol. Mae dulliau ymyrraeth yn cynnwys darparu hyfforddiant mewn swydd, cyd-addysgu, modelu strategaethau ar gyfer plant gydag anghenion corfforol, sefydliadol a synhwyraidd a sefydlu grwpiau ymyrryd i ddatblygu sgiliau symud ac annibyniaeth plant.

Mae defnyddio model gwasanaeth seiliedig ar ysgolion yn galluogi therapyddion galwedigaethol i gyflwyno ymyriadau amserol, hygyrch ac ymatebol i anghenion a blaenoriaethau pob ysgol.

EFFAITH

Mae gan **10%** o blant Camden yn awr fynediad i therapi galwedigaethol yn eu hysgolion. Mae nifer yr atgyfeiriadau i'r gwasanaeth therapi galwedigaethol wedi gostwng, gan awgrymu drwy ymyrraeth gynnar y gall mwy o blant gael mynediad i'r cwricwlwm a chymryd rhan gyda'u cyfoedion. Fel canlyniad, gall plant sydd angen mewnbwn therapi galwedigaethol arbenigol ac unigol gael mynediad yn gyflymach.

> *Mae'r effaith yn ehangach na gwaith un-i-un ac yn gyson. Mae'n cefnogi gweithio ysgol gyfan.*
> **Athro**

Stori Josh

Sylwodd athrawes Josh ei fod yn osgoi gweithgareddau pen bwrdd fel ysgrifennu, crefftau a gweithgareddau adeiladu yn ei ddosbarth derbyn. Gofynnodd i'r therapydd galwedigaethol am gyngor.

Yn dilyn asesiad o sgiliau echddygol manwl Josh, fe wnaeth y therapydd galwedigaethol gynghori'r cymhorthydd ystafell ddosbarth i addasu gweithgareddau, er enghraifft drwy ddarparu gwahanol offer ysgrifennu a sisyrnau.

Fe wnaeth y therapydd galwedigaethol helpu'r athro i sefydlu grŵp ymyrraeth ar gyfer Josh a rhai o'i gyfoedion yn canolbwyntio ar sgiliau cyn-ysgrifennu ac echddygol manwl. Rhoddodd gyngor ar sut i raddio gweithgareddau fel bod Josh yn datblygu ei sgiliau echddygol manwl a'i hyder.

EFFAITH

Mae sefydlu gweithgareddau echddygol manwl i drefn ddyddiol Josh yn golygu fod ganddo gyfleoedd lluosog i ymarfer a meistroli'r sgiliau echddygol mae eu hangen ar gyfer addysgu a gweithgareddau gofalu am ei hunan megis gwisgo a bwyta.

Mae athrawes Josh yn deall sut y gall addasu a graddio gweithgareddau i wella ei berfformiad a chyfranogiad mewn dysgu a gofalu am ei hunan.

Mae plant eraill yn manteisio o allu'r athrawes i:

- adnabod ac asesu anawsterau echddygol manwl
- gweithredu strategaethau'n gyflym i atal bylchau mewn sgiliau rhag tyfu.

DEILLIANT

Paratoi plant a phobl ifanc i gyflawni eu potensial.

SUT

3 Gweithio ar draws ffiniau gwasanaeth traddodiadol i drin iechyd corfforol a meddyliol

Mae gormod o blant a phobl ifanc yn aros yn rhy hir am wasanaethau a chefnogaeth. Er bod cysylltiad clir rhwng iechyd corfforol a iechyd meddwl,[15] mae gwasanaethau yn aml yn cael eu trefnu a'u darparu ar wahân ac mae trothwyon uchel ar gyfer atgyfeirio yn golygu nad yw plant a phobl ifanc yn aml yn medru cael mynediad i wasanaethau iechyd meddwl nes eu bod yn cyrraedd pwynt argyfwng. Gall oedi wrth gael mynediad i gefnogaeth achosi problemau i waethygu gan olygu fod angen ymyriadau mwy dwys a chostus a chynyddu'r risg o ddeiliannau iechyd a llesiant gwael.

Mae plant a phobl ifanc gyda SEND a chyflyrau iechyd corfforol mewn risg neilltuol[16] o broblemau iechyd meddwl. Mae'r risgiau hyn ar eu huchaf pan mae pobl ifanc yn symud o un ysgol neu osodiad i un arall[17] ac yn ystod y trawsnewid i fywyd fel oedolyn.

Gall symptomau corfforaethol anesboniadwy gael sail mewn iechyd meddwl gwael,[18] a gall rhai problemau iechyd meddwl fod yn ganlyniad anhwylder corfforol neu niwro-ddatblygiadol heb ei ddiagnosio. Efallai nad yw ymyriadau yn effeithlon nes y bydd anghenion corfforol ac emosiynol y plentyn neu berson ifanc wedi eu hadnabod a'u trin.

I gefnogi iechyd meddyliol a chorfforol plant mewn modd effeithlon, mae angen i therapyddion galwedigaethol eistedd o fewn strwythurau gwasanaeth sy'n eu galluogi i weithio mewn modd holistig, gan baratoi plant gyda'r sgiliau a'r gwytnwch i dyfu a pharatoi ar gyfer bywyd fel oedolion.

Gall therapyddion galwedigaethol weithio mewn ffordd fwy effeithlon a syml oherwydd eu bod yn gweithio ar draws iechyd, addysg a gofal cymdeithasol a bod ganddynt yr wybodaeth a'r sgiliau i drin iechyd corfforol a meddyliol. Mae therapyddion galwedigaethol hefyd yn hyrwyddo iechyd a llesiant[19] drwy godi ymwybyddiaeth a hyrwyddo mabwysiadu galwedigaethau iach gydol oes.

Enghraifft o Wasanaeth: Cyngor Swydd Dyfnaint

Gwasanaeth Cynhwysiant Addysg

Mae Cyngor Swydd Dyfnaint yn cyflogi therapydd galwedigaethol fel Cynghorydd Llesiant Addysgol[20] ynghyd â gweithiwr cymdeithasol ac athro, gan gefnogi plant sydd mewn risg o gael eu hallgau a rhai sy'n cael anhawster i gael mynediad i addysg llawn-amser am resymau meddygol neu iechyd meddwl tebyg i flinder cronig neu bryder.

Mae'r therapydd galwedigaethol yn gweithio gyda swyddogion cynhwysiant awdurdodau lleol a gwasanaethau iechyd, gan gynnal ymweliadau cartref, casglu gwybodaeth a mynychu cyfarfodydd Tîm o Amgylch y Teulu i ddeall y rhwystrau a'r gefnogaeth sy'n atal neu alluogi presenoldeb ysgol plentyn.

Stori Ben

Mae Ben yn ddisgybl blwyddyn naw gyda syndrom dilyn cyfergyd wedi effeithio ar ei gof, ei hwyliau a'i egni. Fel arfer mae symptomau yn datrys ar ôl ychydig fisoedd, ond roedd Ben wedi bod i ffwrdd o'r ysgol am bron i flwyddyn cyn iddo gael ei atgyfeirio at y therapydd galwedigaethol sy'n gweithio fel Cynghorydd Llesiant Addysg.

Roedd rhieni Ben yn bryderus iawn. Roeddent yn meddwl nad oedd yn ddigon da i fynd i'r ysgol ac wedi gwneud cais iddo gael ei leoli mewn darpariaeth addysgol arall.

Y nod oedd i Ben ddychwelyd i addysg prif ffrwd lle medrai ailgysylltu gyda'i gyfoedion a lle roedd yn fwy tebygol o gyflawni ei botensial academaidd. Bu'r therapydd galwedigaethol yn gweithio gyda Ben, ei rieni, athrawon ac eraill i ddynodi strategaethau i'w alluogi i bontio'n ôl i addysg prif ffrwd. Roedd strategaethau yn cynnwys amserlen wedi ei haddasu ac atgoffwyr gweledol i helpu gyda threfniadaeth. Fe wnaeth y therapydd galwedigaethol hefyd helpu i feithrin hyder rhieni drwy eu cefnogi i ddatblygu egni Ben a chyflwyno mwy o strwythur i'w drefn bob dydd. Cafodd cynllun ailintegreiddio mewn camau ei ddatblygu a'i gytuno gyda Ben, ei rieni ac athrawon.

EFFAITH

Mae Ben wedi ailddechrau ar ei rôl fel myfyriwr. Mae'n llai ynysig ac yn cyflawni cerrig milltir academaidd.

Gall rhieni Ben yn awr ystyried dychwelyd i'r gwaith gan fod cynllun yn ei lle i'w gefnogi i ddychwelyd i addysg lawn-amser.

Cost cyllido lleoliad addysgol arall	**£18,000 y flwyddyn**
Cost flynyddol gyfartalog addysg uwchradd brif ffrwd	**£5,000**
Mewnbwn therapi galwedigaethol	**19 awr ar £43 yr awr = £817**

Mae buddsoddiad o £817 wedi golygu arbedion cost posibl o £13,000 y flwyddyn.

Dull gweithredu arbenigol

DEILLIANT

Paratoi plant i gymryd rhan fel aelodau gwerthfawr o'u cymuned beth bynnag eu hanghenion corfforol, dysgu a iechyd meddwl.

SUT

4 Defnyddio dull gweithredu seiliedig ar gryfderau sy'n meithrin hunan-reoli ac annibyniaeth

Mae galw cynyddol am wasanaethau iechyd arbenigol yn golygu nad yw'n bosibl mwyach i roi mewnbwn uniongyrchol, arbenigol ar gyfer pob plentyn neu berson ifanc. Ymhellach, gall modelau traddodiadol o ddarpariaeth hyrwyddo dibyniaeth ar wasanaethau fydd yn effeithio ar sut mae pobl yn defnyddio'r gwasanaeth iechyd a gwasanaethau cymdeithasol yn y dyfodol.

Bydd rhai plant gydag anghenion neu amgylchiadau cymhleth yn manteisio o gyfnod o ymyrraeth arbenigol uniongyrchol i drin angen neilltuol. Bydd eraill angen mewnbwn arbenigol i fonitro ac addasu ymyriadau wrth i anghenion cymhleth y plentyn neu berson ifanc newid. Fodd bynnag, y nod yw hyrwyddo annibyniaeth a hunan-reoli yn hytrach na dibyniaeth ar wasanaethau arbenigol.

Mae therapyddion galwedigaethol yn mabwysiadu dull gweithredu seiliedig ar asedau,[21] gan weithio gydag unigolion a'u teuluoedd i ddatblygu eu sgiliau wrth reoli eu hanghenion galwedigaethol eu hunain. Mae cydweithredu rhwng y therapydd galwedigaethol, teuluoedd ac eraill sy'n ymwneud â gofal y plentyn neu berson ifanc yn hanfodol.

Mae therapyddion galwedigaethol yn cynnig ymyriadau arbenigol gyda'r nod o ddatblygu annibyniaeth a hunan-reoli yn hytrach na dibyniaeth ar wasanaethau arbenigol. Mae gan y ffactorau hyn ddylanwad hollbwysig ar y ffordd y mae pobl a theuluoedd yn cael mynediad i'r gwasanaeth iechyd a gwasanaethau cymdeithasol gydol oes.

Enghraifft gwasanaeth: Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

Neonatal Intensive Care Unit
Mae uned gofal dwys newydd-enedigol (NICU) Abertawe yn un o bump gwasanaeth yn y Deyrnas Unedig sy'n cynnwys Gofal Integredig i Deuluoedd.

Mae'r therapydd galwedigaethol yn gweithio gyda rhieni i'w galluogi i leoli a thrin eu baban er mwyn hwyluso eu datblygiad corfforol, emosiynol a gwybyddol. Mae'r therapydd galwedigaethol hefyd yn helpu rhieni i ddatblygu ymlyniadau cadarn i'w baban drwy eu galluogi gyda magu eu plentyn tra byddant yn yr uned.

Mae rhieni babanod mewn NICU mewn risg uwch o anhwylder straen. Mae therapi galwedigaethol yn gostwng y risg o broblemau iechyd meddwl amenedigol ymysg mamau a phartneriaid drwy feithrin eu sgiliau a'u hunaneffeithlonrwydd fel rhieni.

EFFAITH

Drwy fabwysiadu'r model Gofal Integredig i Deuluoedd a gweithio gyda rhieni i'w galluogi i arwain wrth ofalu am eu baban cynamserol neu wael, mae therapi galwedigaethol wedi helpu i ostwng hyd cyfartalog arhosiad ar uned NICU gan 9 diwrnod.

Mae rhieni a gafodd fynediad i therapi galwedigaethol yn teimlo'n fwy hyderus yn eu gallu i ofalu am eu baban tra maent mewn uned NICU ac wedyn adref.

Stori Immogyn a Klowis

Cafodd Immogyn ei geni drwy doriad Ceseraidd ar ôl esgor hir a chafodd ataliad y galon yn fuan ar ôl genedigaeth. Treuliodd bum diwrnod mewn gofal dwys ond cafodd wedyn rai trawiadau sylweddol. Dywedwyd wrth y rhieni fod risg i ddatblygiad Immogyn a'i chanlyniadau hirdymor fel canlyniad i niwed i'r ymennydd.

Cafodd Immogyn ei hatgyfeirio at y therapydd galwedigaethol a esboniodd am ddatblygiad yr ymennydd a phwysigrwydd lleoli ac ysgogi Immogyn i hybu ei hiechyd a'i chynnydd. Cefnogodd y therapydd galwedigaethol y rhieni i annog amser bola ac awgrymu ffyrdd y gallent annog ei datblygiad drwy leoli a chwarae.

EFFAITH

Dywedodd Klowis, ei mam: "Fydden ni ddim wedi gwybod beth i'w wneud heb weld y therapydd galwedigaethol. Rhoddodd sicrwydd ein bod yn gwneud y pethau iawn oedd yn wirioneddol bwysig ar ôl popeth yr aethom drwyddynt. Roedd yn realistig ac onest am gynnydd Immogyn a gwnaeth ein hatgyfeirio at wasanaethau eraill pan welodd yr angen. Roedd amseriad y mewnbwn yn hanfodol. Roedd yn anodd oherwydd fod cymaint yn digwydd yn y dyddiau cynnar ond fe wnaeth y therapydd galwedigaethol ein helpu i ddeall yr hyn y gallem ac y dylem ei wneud. Dydyn ni ddim angen cymaint o fewnbwn nawr, ond gwyddom y gallwn gysylltu â'r therapydd os oes angen i ni. Allwn ni ddim diolch digon iddi."

DEILLIANT

Paratoi plant i gymryd rhan fel aelodau gwerthfawr o'u cymuned beth bynnag eu hanghenion corfforol, dysgu a iechyd meddwl.

SUT

5 Rhagweld y newid yn anghenion plant, pobl ifanc a'u gofalwyr i hwyluso trosiannau cadarnhaol

Mae plant a phobl ifanc gyda SEND ac anghenion iechyd meddwl yn profi mwy o drosiannu rhwng gwasanaethau a gosodiadau na'u cyfoedion ac yn cael yr amserau hollbwysig hyn yn fwy o her.[22]

Mae goblygiadau[23] i drosiant llwyddiannus i fywyd fel oedolyn ar gyfer profiadau, cyfleoedd bywyd a defnydd pobl ifanc o adnoddau iechyd a gofal cymdeithasol fel oedolion. Er bod deddfwriaeth wedi ymestyn fframweithiau ar gyfer pobl ifanc gyda SEND hyd at 25 oed,[6,7] fel arfer caiff gwasanaethau iechyd eu comisiynu ar gyfer pobl ifanc hyd at 18 oed. Felly gall pobl ifanc gael anhawster yn cael mynediad i therapi galwedigaethol i gefnogi trosiannu llwyddiannus i fywyd fel oedolyn.

Mae gan therapyddion galwedigaethol y sgiliau a'r arbenigedd i alluogi pobl i gymryd rhan yn y galwedigaethau sy'n bwysig iddynt gydol oes. Mae cydweithio rhwng iechyd, addysg, gofal cymdeithasol ac asiantaethau eraill ac ymgyfraniad plant, pobl ifanc a theuluoedd [24,25,26] wrth wneud penderfyniadau yn hanfodol i sicrhau fod trosiannu yn amserol a chydlynol.

Mae therapyddion galwedigaethol yn galluogi trosiant effeithlon drwy weithio ar draws asiantaethau a chymryd dull gweithredu rhagweld, sy'n canolbwyntio ar y person. Mae hyn yn sicrhau y caiff anghenion ac amgylchiadau penodol plant, pobl ifanc a theuluoedd eu dynodi, ac y gweithredir cynlluniau, ymyriadau ac addasiadau priodol i ddiwallu eu hanghenion ar unwaith a hefyd yn y tymor hirach.

Stori Laura - Cyngor Bwrdeistref Warrington

Mae Laura yn dair oed ac mae ganddi syndrom CHARGE (cyflwr genynnol cymhleth) ac mae wedi treulio bron ei holl fywyd yn yr ysbyty. Roedd ymweliadau dyddiol yn ddrud yn ariannol ac yn emosiynol i'w mam ac yn ei gwneud yn amhosibl iddi gadw bywyd teuluol ar gyfer chwaer fawr Laura. Roedd y risg o chwalfa deuluol yn uchel.

Diffyg tŷ addas oedd y prif rwystr oedd yn atal Laura rhag dod adref o'r ysbyty. Gwnaed atgyfeiriad i therapyddion galwedigaethol yng Nghyngor Bwrdeistref Sirol Warrington a weithiodd yn agos gyda'r tîm meddygol a therapi yn Ysbyty Alder Hey i gefnogi rhyddhau Laura.

Dynododd therapyddion galwedigaethol dŷ yn agos at rwydweithiau cymorth y fam y gellid ei addasu i ddiwallu anghenion cyfredol a dyfodol Laura. Fe wnaethant yr achos am ariannu addasiadau mawr a sicrhau y darparwyd offer i ddiwallu anghenion galwedigaethol a nyrsio Laura.

Bu therapyddion galwedigaethol yn gweithio'n agos gyda mam, chwaer a thaid a nain Laura i sicrhau y byddai'r tŷ yn gweithio iddynt fel teulu. Fe wnaethant hefyd gyfeirio'r fam at asiantaethau a allai helpu gyda chyllid a budd-daliadau ac maent wedi atgyfeirio chwaer Laura am gymorth fel Gofalwr Ifanc.

EFFAITH

Nawr y cafodd anghenion tai y teulu eu trin, mae cynllun ar gyfer rhyddhau Laura o'r ysbyty mewn camau yn ei le. Mae'n costio tua £1000 y diwrnod i gadw Laura yn yr ysbyty. **Mae budd dynol hwyluso ei rhyddhau o ysbyty yn anfesuradwy.**

Stori Tobin

Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Meddwl Birmingham a Solihull

Mae awtistiaeth gan Tobin, 15 oed, ac roedd wedi bod allan o'r ysbyty am dros chwe mis pan gafodd ei atgyfeirio at y therapydd galwedigaethol yn SOLAR, y gwasanaeth iechyd meddwl i blant a glasoed yn Solihull. Roedd patrymau ac arferion cysgu Tobin yn wael, nid oedd yn defnyddio ei amser yn gynhyrchiol ac roedd wedi dod yn ynysig yn gymdeithasol.

Ar ôl trafod glanweithdra, cwsg a threfn ddyddiol gyda'r therapydd galwedigaethol, fe wnaeth patrymau cysgu Tobin wella gyda mwy o strwythur. Fe wnaeth y therapydd galwedigaethol annog Tobin i feddwl beth fedrai ei wneud nesaf. Roedd ganddo ddiddordeb mewn bod yn fecanic ond nid oedd ganddo y cymwysterau roedd eu hangen mewn mathemateg na Saesneg i gael mynediad i gwrs hyfforddiant neu brentisiaeth.

Bu'r therapydd galwedigaethol yn gweithio gyda Swyddog Cyflogadwyedd ac Addysg yr awdurdod lleol a ddynododd gwers pontio a Hyfforddydd Teithio'r Awdurdod Lleol i feithrin hyder Tobin mewn defnyddio trafnidiaeth gyhoeddus fel y gallai gael mynediad i'r cwrs.

EFFAITH

Mae Tobin yn cael digon o gwsg, yn gofalu am ei lanweithdra personol ac yn fwy annibynnol wrth drin ei drefn ddyddiol. Mae'n cael mynediad i'r cwrs trosiant ac yn gweithio tuag at gymwysterau mewn mathemateg a Saesneg.

Mae gan Tobin a'i rieni bellach obaith a chynllun ar gyfer ei ddyfodol fel oedolyn.

Therapi galwedigaethol:
Datgloi potensial plant a phobl ifanc

DEILLIANT Therapi galwedigaethol yn paratoi plant a phobl ifanc i:		SUT Er mwyn cyflawni hyn, dylai gwasanaethau ddefnyddio arbenigedd therapi galwedigaethol i:	
Cymryd rhan fel aelodau gwerthfawr o'u cymuned beth bynnag eu hanghenion corfforol, dysgu ac iechyd meddwl.	**ARBENIGOL**	Rhagweld y newid yn anghenion plant, pobl ifanc a'u gofalwyr i hwyluso pontio cadarnhaol	5
		Defnyddio dull gweithredu seiliedig ar gryfder sy'n meithrin hunan-reoli ac annibyniaeth	4
Gwireddu eu potensial drwy ddatblygu'r sgiliau a'r gwytnwch maent eu hangen i gael mynediad i addysg a chyflawni gweithgareddau byw bob dydd fel plant ac oedolion.	**WEDI'I DARGEDU**	Gweithio ar draws ffiniau gwasanaeth traddodiadol i drin iechyd corfforol a meddwl.	3
		Datblygu partneriaethau i feithrin gallu cymunedol a thrin anghenion yn gynnar.	2
Arwain bywydau llawn a hapus - cymryd rhan yn y gweithgareddau (galwedigaethau) maent eu hangen a'u heisiau i wneud adref, yn yr ysgol ac wrth chwarae	**CYFFREDINOL**	Ymsefydlu cyfleoedd i hyrwyddo iechyd corfforol a iechyd meddwl i drefn a gweithgareddau dyddiol plant.	1

Mae'r rhestr lawn o gyfeiriadau ar gyfer yr adroddiad hwn ar gael yn ***www.rcot.co.uk/ilsm***

Mwy o wybodaeth: www.rcot.co.uk/ilsm

Coleg Brenhinol y Therapyddion Galwedigaethol

Therapi Galwedigaethol
Gwella bywydau
Arbed arian
#GwerthThg

Mae Coleg Brenhinol Therapyddion Galwedigaethol yn elusen wedi cofrestru yn Lloegr a Chymru (Rhif 275119) ac yn yr Alban (Rhif SCO39573) a chwmni wedi cofrestru yn Lloegr (Rhif 1347374)

Therapi galwedigaethol:
Datgloi potensial plant a phobl ifanc

Cyfeiriadau

[1] National Association of Head Teachers (2017) School Ready? A survey of school leaders by NAHT and Family and Childcare Trust. Ar gael yn: https://www.naht.org.uk/news-and-opinion/press-room/no-clear-government-plan-on-recruitment-and-retention-say-school-leaders/children-are-less-ready-for-school-than-five-years-ago-say-school-leaders/

[2] The Social Issues Research Centre (2008) Childhood and family life: Socio-demographic changes. Ar gael yn: https://dera.ioe.ac.uk/7413/12/Appendix-G_SIRC-report.pdf

[3] Mental Health Task force (2016) The Five Year Forward View for Mental Health. Ar gael yn: https://www.england.nhs.uk/wp-content/uploads/2016/02/Mental-Health-Taskforce-FYFV-final.pdf

[4.] NHS Digital (2017) Mental Health of Children and Young People in England, 2017 Summary of key findings. London: Health and Social Care Information Centre. Ar gael yn https://files.digital.nhs.uk/9B/6F123E/MHCYP%202017%20Summary.pdf

[5] Northern Ireland Assembly (2016) The Special Educational Needs and Disability (2016 Act) (Commencement No. 1) Order (Northern Ireland) 2016 Statutory rules of Northern Ireland 327 (C.23) 2016. London: The Stationery Office. Ar gael yn: https://www.legislation.gov.uk/nia/2016/8

[6] Llywodraeth Cymru (2018) Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a Thribiwnlys Addysg (Cymru). Llundain. Y Llyfrfa. Ar gael yn: https://gov.wales/additional-learning-needs-and-education-tribunal-wales-act

[7] GB Parliament (2014) Children and Families Act. 'Llundain: Y Llyfrfa. Ar gael yn http://www.legislation.gov.uk/ukpga/2014/6/pdfs/ukpga_20140006_en.pdf

[8] Scottish Government (2017) Supporting Children's Learning: Statutory Guidance on the Education (Additional Support for Learning) Scotland Act 2004 (as amended) Code of Practice (Third Edition). Ar gael yma: https://www.gov.scot/publications/supporting-childrens-learning-statutory-guidance-education-additional-support-learning-scotland/

[9] Hutton, E, Tuppeny, S, Hasselbusch, A. (2016) Making a case for universal and targeted children's occupational therapy in the United Kingdom. British Journal of Occupational Therapy Volume: 79 issue: 7, 450-453. Ar gael yn: https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0308022615618218

[10] Law M, Cooper B, Strong S, Stewart D, Rigby P, Letts L (1996) The Person Environment Occupation Model: A transactive approach to occupational performance. Canadian Journal of Occupational Therapy. 63(1),9-23.

[11] Public Health England (2015) Improving school readiness creating a better start for London. London: The Stationery Office. Ar gael yn: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/459828/School_readiness_10_Sep_15.pdf

[12] Scottish Government (2016) Ready to Act - A transformational plan for Children and young people, their parents, carers and families who require support from allied health professionals (AHPs). Edinburgh: Scottish Government. Ar gael yn: https://www.gov.scot/publications/ready-act-transformational-plan-children-young-people-parents-carers-families/

[13] Early Intervention Foundation (2018) Realising the potential of early intervention. London: Early Intervention Foundation. Ar gael yn: https://www.eif.org.uk/report/realising-the-potential-of-early-intervention

[14] Can Child. Partnering for Change web page. Ar gael yn: https://canchild.ca/en/research-in-practice/current-studies/partnering-for-change accessed 31.07.19

[15] Department of Health and Department for Education (2017) Transforming Children and Young People's Mental Health Provision: a Green Paper. London: The Stationery Office. Ar gael yn: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/664855/Transforming_children_and_young_people_s_mental_health_provision.pdf

[16] NHS Digital (2017) Mental Health of Children and Young People in England, 2017 [PAS]. London: Health and Social Care Information Centre. Ar gael yn https://digital.nhs.uk/data-and-information/publications/statistical/mental-health-of-children-and-young-people-in-england/2017/2017

[17] Allcock, A (2018) ESSS Outline: Mental health of young people with learning disabilities in transition. Glasgow: Iriss. Ar gael yn: https://doi.org/10.31583/esss.20181217

[18] The Kings Fund. The connection between mental and physical health web page. Ar gael yn: https://www.kingsfund.org.uk/projects/time-think-differently/trends-disease-and-disability-mental-physical-health accessed 31.07.19

[19] Cabinet Office and Department of Health and Social Care (2019) Advancing our health: prevention in the 2020s (Consultation). London: The Department for Health and Social Care. Ar gael yn: https://www.gov.uk/government/consultations/advancing-our-health-prevention-in-the-2020s

[20] Devon County Council. Education Inclusion Service (Maintained Schools, Academies and Free Schools) web page. Ar gael yn: https://services.pinpointdevon.co.uk/kb5/devon/services/service.page?id=DXCCIY9csHo. Accessed 31.07.19

[21] NHS Health Scotland (2011) Asset based approaches to health improvement. Edinburgh: NHS Health Scotland. Ar gael yn: http://www.healthscotland.com/documents/5535.aspx

[22] National Association of Special Educational Needs (nasen) (2014) Transition A quick guide to supporting the needs of pupils and their families when moving between educational settings. Tammworth: nasen. Ar gael yn: http://www.nasen.org.uk/resources/resources.transition.html

[23] Scottish Government (2016) A transformational plan for children and young people, their parents, carers and families who require support from allied health professionals (AHPs). Edinburgh: Scottish Government. Ar gael yn: https://www.gov.scot/binaries/content/documents/govscot/publications/strategy-plan/2016/01/ready-act-transformational-plan-children-young-people-parents-carers-families/documents/00492486-pdf/00492486-pdf/govscot%3Adocument/00492486.pdf

[24] NHS England (2018) Quick Guide: Commissioning for transition to adult services for young people with Special Educational Needs and Disability (SEND). London: NHS England. Ar gael yn: https://www.england.nhs.uk/wp-content/uploads/2018/07/send-quick-guide-commissioning-transition-adult-services.pdf

[25] Hildigunnur Anna Hall (2019) Transitions of young people with service and care needs between child and adult services in Scotland. Edinburgh: The Scottish Parliament. Ar gael yn https://sp-bpr-en-prod-cdnep.azureedge.net/published/2019/3/29/Transitions-of-young-people-with-service-and-care-needs-between-child-and-adult-services-in-Scotland/SB%2019-15.pdf

[26] Together for children and young people (2015) Good transition guidance a seamless transition from child and adolescent to adult mental health services. Wales: Together for children and young people. Ar gael yma: http://www.goodpractice.wales/SharedFiles/Download.aspx?pageid=185&mid=326&fileid=751

Mwy o wybodaeth: www.rcot.co.uk/ilsm

Mae Coleg Brenhinol Therapyddion Galwedigaethol yn elusen wedi cofrestru yn Lloegr a Chymru (Rhif 275119) ac yn yr Alban (Rhif SCO39573) a chwmni wedi cofrestru yn Lloegr (Rhif 1347374)

Coleg Brenhinol y Therapyddion Galwedigaethol

Therapi Galwedigaethol
Gwella bywydau
Arbed arian
#GwerthThg