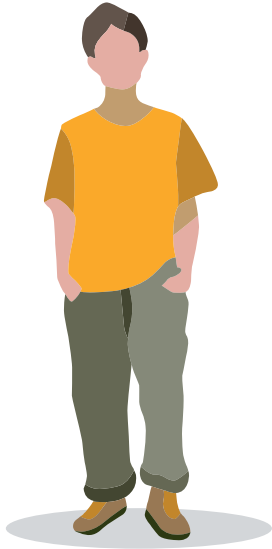


## 03 **Rôl teuluoedd wrth ddatblygu a gweithredu cynlluniau PBS**

Gwerth arbennig o bwysig i Gefnogaeth Ymddygiad Cadarnhaol (PBS) yw cydgynhyrchu; dylai'r person a'i deulu ymwneud â phob elfen o'r asesiad a'r cynllun PBS. Mae hyn yn hanfodol i sicrhau mai'r cynllun yw'r cynrychioliad gorau posibl o bwy yw'r person a beth sy'n bwysig iddo, a bod y strategaethau yn realistig ac yn gweddu'n dda i bawb sy'n ymwneud â gofal a chymorth y person.



Mae ymwneud gan y teulu a gweithio'n dda mewn partneriaeth rhwng pawb sydd â rôl ym mywyd y person yn hanfodol er mwyn gwella ansawdd y cymorth ac i sicrhau'r deilliannau gorau i'r person.



## Rhwydd hynt trwy ddechrau da

Y cynlluniau PBS mwyaf effeithiol yw'r rheiny sydd wir yn adlewyrchu pwy yw'r person hwn; ei gryfderau, ei ddyheadau; beth sy'n bwysicaf iddo. Fel teulu, rydych chi'n deall ac yn caru'ch perthynas yn well na neb arall ac, felly, dylai ymarferwyr PBS da eich galluogi i chwarae rhan hanfodol wrth sicrhau bod hyn yn cael ei ddal a'i rannu.

Oherwydd prif nod PBS yw gwella ansawdd bywyd a lles y person, bydd teuluoedd yn chwarae rhan enfawr yn cynorthwyo'r person i gyfleu sut olwg sydd ar fywyd o werth iddo.

## Cydgynhyrchu cynlluniau PBS

Caiff cynlluniau PBS eu llywio a'u datblygu yn dilyn asesiad. Rhan ganolog o'r broses asesu yw amlygu'r digwyddiadau a'r sefyllfaoedd sy'n anodd i'r person, a'r mathau o ymddygiadau y gall eu defnyddio i gyfleu hyn. Hefyd, dylai'r asesiad geisio cynorthwyo pawb i werthfawrogi beth mae'r person yn ceisio'i gyflawni wrth arddangos yr ymddygiadau hyn. Deallir hyn trwy siarad â'r bobl hynny sy'n adnabod y person yn dda ac arsylwi'n ofalus sut mae'r person yn rhyngweithio â'i amgylchedd.

Mae nifer o ffactorau yn chwarae rhan yn y ffordd y mae'r person yn rhyngweithio â'i amgylchedd a theuluoedd yw'r ffynhonnell wybodaeth orau. Mae hanes a phrofiadau bywyd person yn llywio pwy ydyw ac mae angen cynnwys a rhannu'r rhain, i osgoi risg colli cliwiau pwysig am yr hyn sy'n gweithio, neu beidio, i'r person hwn.

Gall nifer fawr o ymddygiadau anodd, neu ymddygiadau a all beri pryder, fod yn perthyn i anghenion iechyd sylfaenol a heb eu bodloni. Yn aml bydd pobl ag anableddau dysgu ac awtistiaeth yn ei chael hi'n anodd cael cymorth da gan nad ydynt efallai'n gallu manteisio ar ofal iechyd prif ffrwd heb addasiadau rhesymol sylweddol. Weithiau, gall plant ac oedolion ag anableddau dysgu neu awtistiaeth ei chael hi'n anodd cyfleu poen neu anghysur mewn ffordd y gall eraill ei deall. Yn aml, felly, bydd angen i deuluoedd weithio'n agos gyda meddygon teulu a gweithwyr iechyd proffesiynol eraill i sicrhau eu bod yn gallu eirioli o blaid triniaeth briodol ac addasiadau rhesymol. Mae'n bwysig cynorthwyo teuluoedd er mwyn i'w



Lleisiau gael eu clywed pan fyddant yn esbonio wrth weithwyr iechyd proffesiynol sut mae eu perthynas yn mynegi poen neu anghysur.

Mae gan deuluoedd gyfoeth o wybodaeth i'w rhannu gydag eraill ynghylch sut mae'r person yn cyfathrebu, beth sy'n caniatáu am amgylchedd cyfforddus, pa fath o ryngweithio sy'n gwneud i'r person deimlo'n fwyaf diogel a thawel ei feddwl, ynghyd â sut gellir cynorthwyo'r person i wneud y pethau sy'n bwysig i'w les. Hefyd, bydd teuluoedd yn chwarae rhan hanfodol wrth ddangos i eraill sut i ddarparu'r cymorth gorau posibl i'w perthynas. Dylent ymwneud â hyfforddi staff i weithio gyda'u perthnasau.

Hefyd, bydd teuluoedd yn chwarae rhan hanfodol wrth ddangos i eraill sut i ddarparu'r cymorth gorau posibl i'w perthynas.

### Y person sy'n cael ei gefnogi

Mae PBS yn cadw'r person sy'n cael ei gefnogi yn ganolog i bob penderfyniad. Profiadau bywyd y person, a'r hyn sy'n well ganddo, sy'n llywio'r gefnogaeth, ac mae'r dull yn gyfannol.

### Aelodau'r teulu

- Arbenigwyr trwy brofiad ar eu hanwyliaid
- Hawl i ymwneud â phenderfyniadau a sut y cânt eu cefnogi
- Gallant gydgyhyrchu'r atebion gorau i greu amgylcheddau trugarog, cefnogol
- Angen cefnogaeth arnynt ac angen gwranddo ar eu lleisiau



Mae teuluoedd  
yn ganolog  
i'r broses o  
werthuso p'un  
a yw'r cynllun  
yn gweithio, a  
phryd ac a oes  
angen gwneud  
newidiadau

## Gwerthuso beth sy'n gweithio

---

Mae o'r pwys mwyaf bod cynlluniau PBS yn ddogfennau byw, sy'n cael eu diweddarau a'u diwygio i adlewyrchu newidiadau i'r person. Mae teuluoedd yn ganolog i'r broses o werthuso p'un a yw'r cynllun yn gweithio, a phryd ac a oes angen gwneud newidiadau. Mae hyn yn sicrhau bod y cymorth yn hyblyg a'i fod yn parhau gydol oes. Dylai cynlluniau PBS gynnwys deilliannau sy'n gallu cael eu gwerthuso'n glir a'u hadolygu a'u monitro'n barhaus.

Yn aml, nid yw pobl o'r tu allan i gartref y person a'r teulu yn deall sut beth yw 'cerdded yn eu hesgidiau' a gweld pethau o safbwynt y person. Bydd barn teulu ynghylch p'un a yw'r cynllun a'r strategaethau'n 'gweddu' yn dda i'w sefyllfa yn helpu pawb i fod â disgwyliadau clir a realistig.

## Rhagor o wybodaeth

---

I gael cymorth cyffredinol lleol i deuluoedd a gofalwyr, cysylltwch â **Fforwm Cymru Gyfan:**

[www.allwalesforum.org.uk](http://www.allwalesforum.org.uk)

I gael cymorth ag ymddygiad sy'n herio, cysylltwch â'r **Challenging Behaviour Foundation:**

[www.challengingbehaviour.org.uk](http://www.challengingbehaviour.org.uk)

Gweler y ddogfen *Adnoddau Ychwanegol* am ragor o wybodaeth.

### **Bild**

Birmingham Research Park,  
97 Vincent Drive,  
Edgbaston,  
Birmingham,  
B15 2SQ.

[enquiries@bild.org.uk](mailto:enquiries@bild.org.uk)

[www.bild.org.uk](http://www.bild.org.uk)