Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol | National Adoption Service

Achieving More Together

Cyflawni Mwy Gyda'n Gilydd

Fframwaith Datblygu a Hyfforddi Ôl-Mabwysiadu y GMC

Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol | National Adoption Service

- Mae'r deunyddiau hyn wedi'u datblygu ar ran y Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol ar gyfer teuluoedd mabwysiadol
- Eu diben yw i ddarparu adnodd datblygu a dysgu ar gyfer mabwysiadwyr ar ôl lleoli
- Gellir defnyddio'r offer hyn gan grwpiau neu gan unigolion.
- Mae llawer o wybodaeth yn y nodiadau o dan bob sleid felly mae'n bwysig darllen y rhain hefyd gan eu bod yn darparu gymaint mwy o wybodaeth a rhai syniadau defnyddiol o ran darllen pellach.

Materion Iechyd a Datblygiad mewn Plant sydd wedi cael eu mabwysiadu

Deilliannau dysgu

Erbyn diwedd y modiwl hwn, bydd cyfranogwyr wedi: -

- Deall yr hyn a olygir gan ddatblygiad plentyn a sut mae ‘datblygiad arferol’ yn edrych.
- Ystyried yr effaith y gallai trawma ac esgeuluso cynnar ei gael ar ddatblygiad.
- Deall sut i gydnabod oedi mewn meysydd datblygu.
- Nodi rhai syniadau am sut i gefnogi datblygiad plant.

Beth rydyn ni'n ei olygu gyda 'oedi mewn datblygiad'?

Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol | National Adoption Service

YMARFER

Rhestrwch yr holl ffyrdd y gallai datblygiad plentyn gael ei oedi, sut mae'n edrych?

Tystiolaeth o ymchwil

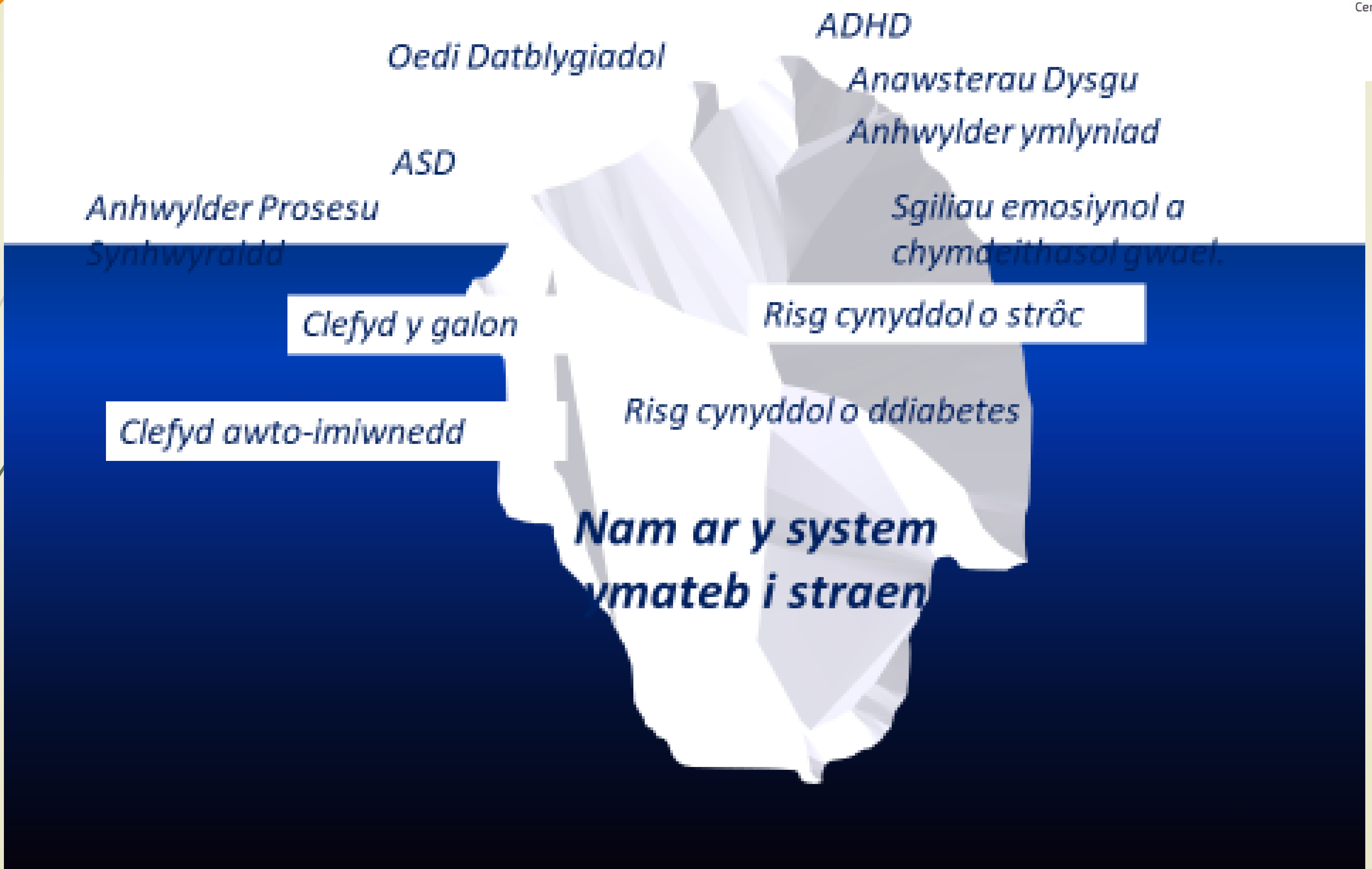
Yn 2014/15 fe wnaeth Prifysgol Caerdydd gynnal astudiaeth carfan o'r holl blant oedd wedi'u mabwysiadu o ofal dros gyfnod o 1 flwyddyn (cyfanswm o 374)

- Canfod fod 28% o rieni yn pryderu am oedi mewn datblygiad.
- Roedd 1 o bob 3 bron yn pryderu am ymddygiad eu plentyn
- Cafodd cysgu, bwyta a defnyddio'r tŷ bach hefyd eu crybwyll fel meysydd oedd yn peri pryder.

Profiadau niweidiol yn ystod plentyndod

- Mae plant sydd wedi dioddef pedwar neu fwy o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod bedair gwaith yn fwy tebygol o yfed risg uchel pan yn oedolion, chwe gwaith yn fwy tebygol o fod yn ysmygwyr a 14 gwaith yn fwy tebygol o fod yn rhan o drais yn ystod y flwyddyn ddiwethaf.
- Roedd 47% o blant wedi'u mabwysiadu wedi cael 4 neu fwy o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACE) o'u cymharu â 14% o'r boblogaeth gyffredinol.
- Gall Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod achosi lefelau tocsig o straen a chynyddu'r risg o ymateb i straen â nam rheoleiddio.

Effaith straen tocsig



Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol | National Adoption Service

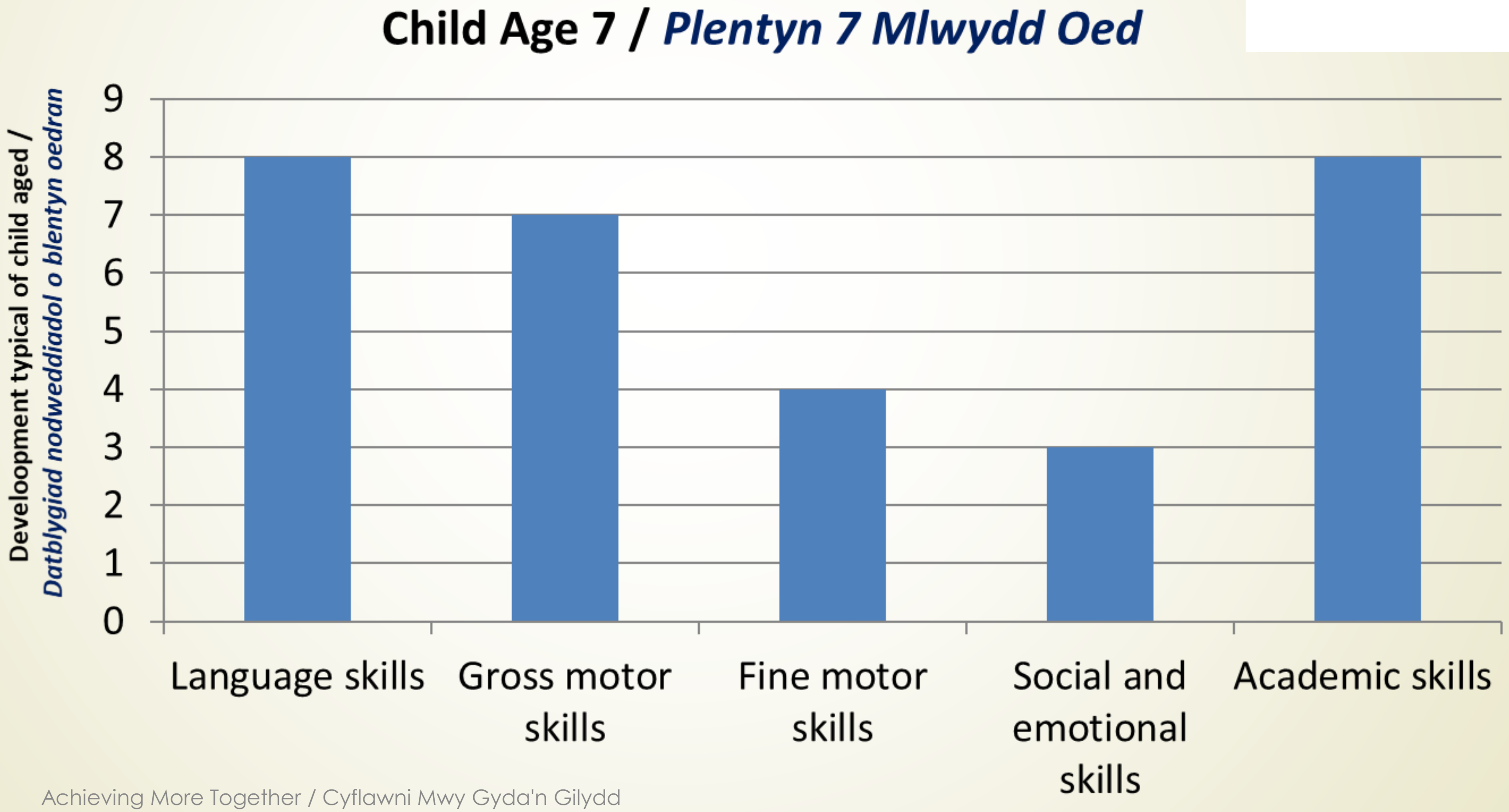
Datblygiad corfforol a cherrig milltir

- Babandod – sgiliau sylfaenol o ran gweld, clywed, blasu, a chyffwrdd yn dod i'r amlwg erbyn chwe mis oed, yn ogystal â'r gallu i godi ei ben ei hun
- 1 mlwydd oed – mae'r rhan fwyaf o blant yn gallu eistedd heb gefnogaeth ac o bosibl yn gallu cropian
- 18 mis – mae symud i fyny grisiau neu drin â gwrthrychau bach, fel creonau, yn amlwg
- 2 flwydd oed – mae plentyn yn datblygu'r gallu i gerdded a dringo/mynd i fyny'r grisiau yn gywir; mae'r rhan fwyaf yn gallu rheoli eu pledren, er efallai nad ydynt yn ymwybodol o hynny
- 3 blwydd oed – mae plentyn gallu bwydo ei hun ac agor neu gau botymau ar ddillad
- 4 mlwydd oed – mae'r gallu i ddefnyddio dyfeisiau fel siswrn a gwisgo ei hun yn dod yn amlwg
- 7 mlwydd oed – mae plant yn gallu chwarae campau sylfaenol, tra bod chwaraeon â threfn yn dod yn fwy priodol erbyn maen nhw'n naw mlwydd oed
- 11 mlwydd oed ymlaen – glasoed yn dechrau ac yn parhau am nifer o flynyddoedd

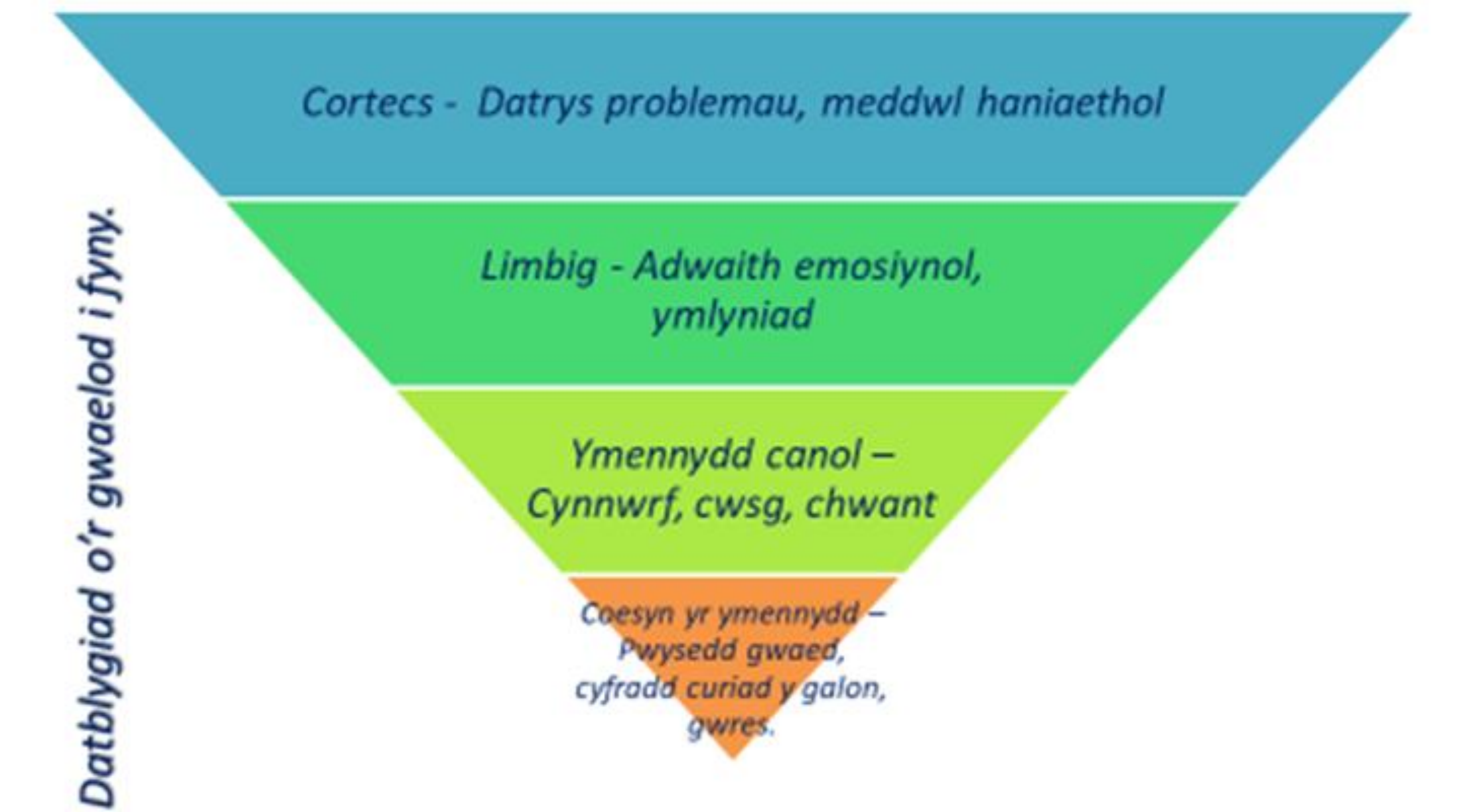
Datblygiad Pigog

- Yn aml, mae plant sydd wedi profi trawma yn fuan yn dangos proffil ‘pigog’ o gerrig milltir. Maen nhw’n fedrus mewn rhai meysydd, ar y targed mewn eraill ac yn profi oedi mewn rhai.
- Mae’r datblygiad anwastad hwn yn awgrymu fod yr achosion yn gymhleth a gallai fod o ganlyniad i drawma cyn yr enedigaeth ac ar ôl genedigaeth.
- Mae llencyndod yn amser pan fo llawer o newidiadau yn digwydd i’r corff a’r ymennydd a gallai oedi datblygiadol ddod yn fwy amlwg bryd hynny.

Enghraifft


Child Age 7 / Plentyn 7 Mlwydd Oed
Develoopment typical of child aged /
Datblygiad nodweddiadol o blentyn oedran
9
8
7
6
5
4
3
2
1
0
Language skills
Gross motor skills
Fine motor skills
Social and emotional skills
Academic skills

Camau o ddatblygiad yr ymennydd

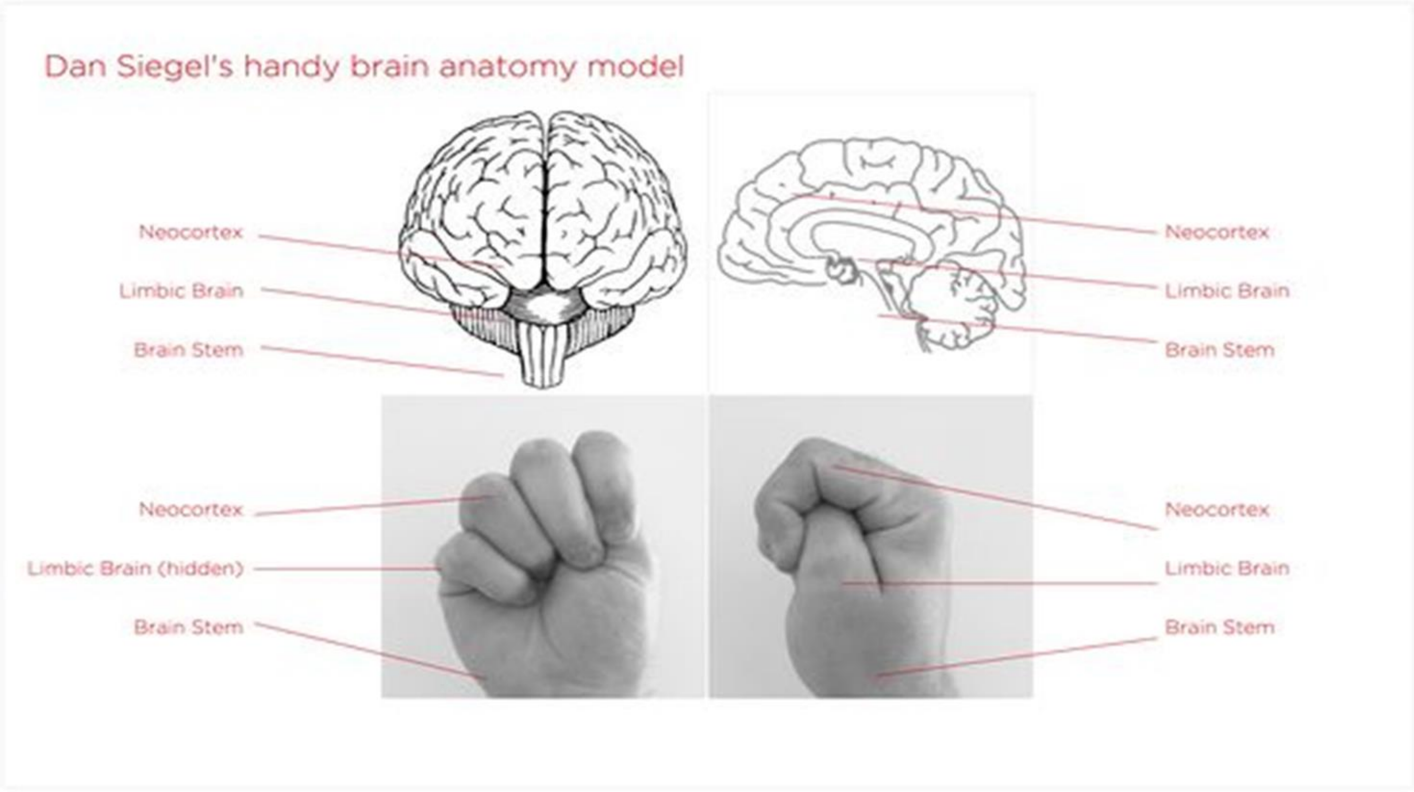


Amygdala

- Canolfan ofn yr ymennydd
- Yn ddwfn yn llabed yr arlais ger canol yr ymennydd.
- Rhan o’r system limbig
- Rhan gyntefig iawn o’r ymennydd

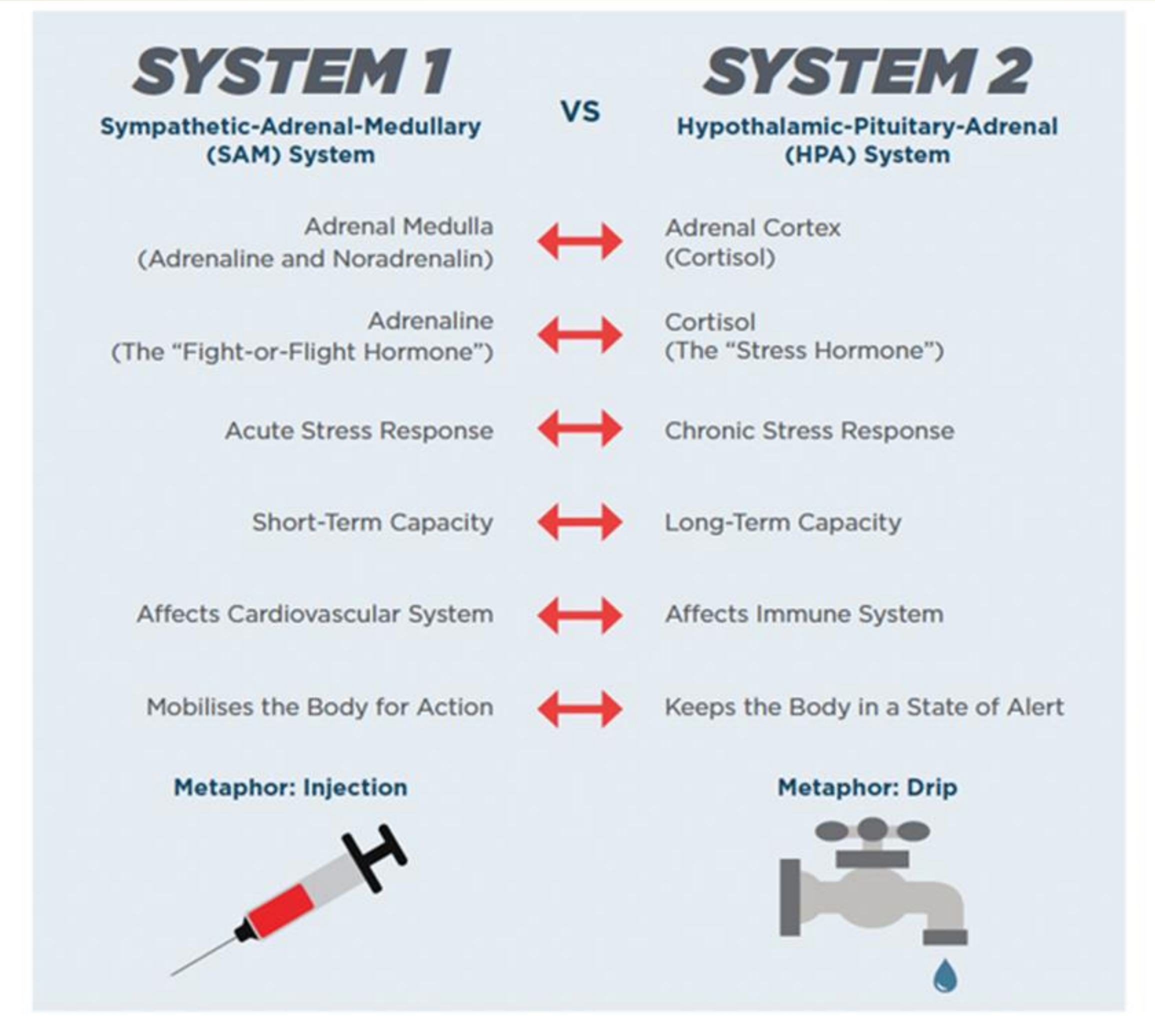
Dan Siegel

Model Llaw o’r Ymennydd



Systemau straen

Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol | National Adoption Service



System nerfol

	Parasympathetig (gorffwys a threulio)	**Sympathetig (ymladd a ffoi)**
Llygaid	Cyfyngu ar gannwyll y llygaid	Ymledu canwyll y llygaid
Calon	Curo'n fwy araf	Curo'n gyflymach a chryfach
Ysgyfaint	Cyfyngu'r llwybrau anadlu (anadlu'n fas)	Ymlacio'r llwybrau anadlu (yn eich galluogi i anadlu'n ddyfnach ac yn arafach)
Treuliad	Sbarduno treuliad	Llesteirio treuliad
Cyhyrau	Lleihau llif y gwaed i gyhyrau'r coesau a'r breichiau	Cynyddu llif y gwaed i gyhyrau'r coesau a'r breichiau.

DATBLYGIADYR YMENNYDD

Cyn geni	Ffurfio a chreu arbenigedd celloedd yr ymennydd, ffurfio madruddyn y cefn.	Yn cael ei effeithio gan straen yn ystod beichiogrwydd, defnydd cyffuriau ac alcohol gan y fam.
0-3 mlwydd oed	Cysylltiadau'n cael eu ffurfio a'r system limbig yn aeddfedu. Atgofion yn cael eu gwneud.	Yn cael ei effeithio gan doriadau i ymlyniad, cam-drin a gofal esgeulus (straen tocsig)
3 a mwy	Rhai cysylltiadau'n datblygu'n gryf ac eraill yn cael eu colli.	Yn cael ei effeithio gan doriadau i ymlyniad a gofal.
Cyn llencyndod	Cynnydd twf yn y llabed flaen lle mae rheolaeth cymhelliad a rhesymu'n gorwedd	Cyfle i adeiladu cysylltiadau newydd a datblygu rheolaeth cymhelliad
Llencyndod	Mae cysylltiadau nad ydynt wedi cael eu defnyddio yn cael eu colli ac yn cynyddu mewn mater gwyn. Llabedau blaen yw'r olaf i ddatblygu i'w ffurf oedolyn.	Cyfle i adeiladu cysylltiadau newydd.

Pethau defnyddiol eraill i wybod

- Mae'n haws dysgu rhai sgiliau ar gamau datblygu penodol nag eraill (e.e. iaith yn ifanc)
- Pan fydd sgil newydd yn cael ei ymarfer bydd yn cael ei fewnblannu ac yn dod yn arferiad neu'n gof
- Gall straen fod yn ddefnyddiol mewn ffrwydradau bach ond yn docsig os yw'n para'n rhy hir neu'n cael ei ail-adrodd yn rhy aml
- Mae pryder yn nodwedd gyffredin iawn mewn plant sydd wedi dioddef straen tocsig / trawma cynnar. Hefyd mae ganddo gysylltiad agos ag Anhwylder y Sbectrwm Awstistiaeth (ASD) ac Anhwylder Diffyg Canolbwyntio a Gorfywiogrwydd

Gwahaniaethau Prosesu Synhwyraidd

Hyper (gor) sensitif

- Ofn uchder
- Ddim yn hoffi profiadau cyffwrdd ee torri ewinedd, chwarae budr, torri gwallt
- Ddim yn hoffi synau cryf a sydyn
- Yn osgoi offer cae chwarae (siglen a sleid)

Hypo (tan) sensitif

- Ymddangos nad oes ganddo ofn neu nad yw'n teimlo poen
- Yn ceisio cyfleoedd symud neu gyffwrdd (gwingo, ysgwyd, rhedeg o gwmpas, pwyso ar gyfoedion)
- Rhoi pethau yn ei geg neu eu cnoi
- Sylw gwaed i'r amgylchedd neu bobl sydd o gwmpas

Cynllunio Symudiadau (praxis)

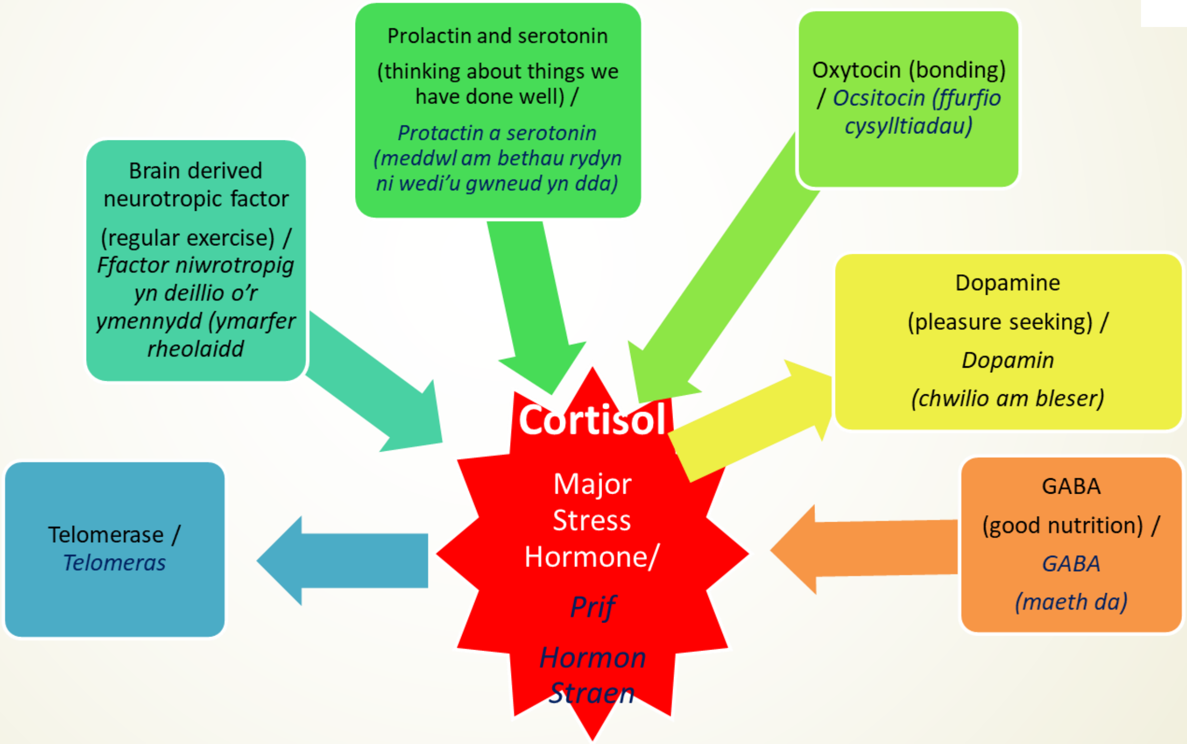
- Ymddangos yn drwsgl
- Anhawster yn creu syniadau symud
- Anhawster wrth gynllunio a chyflawni symudiadau newydd

Osgo gwael

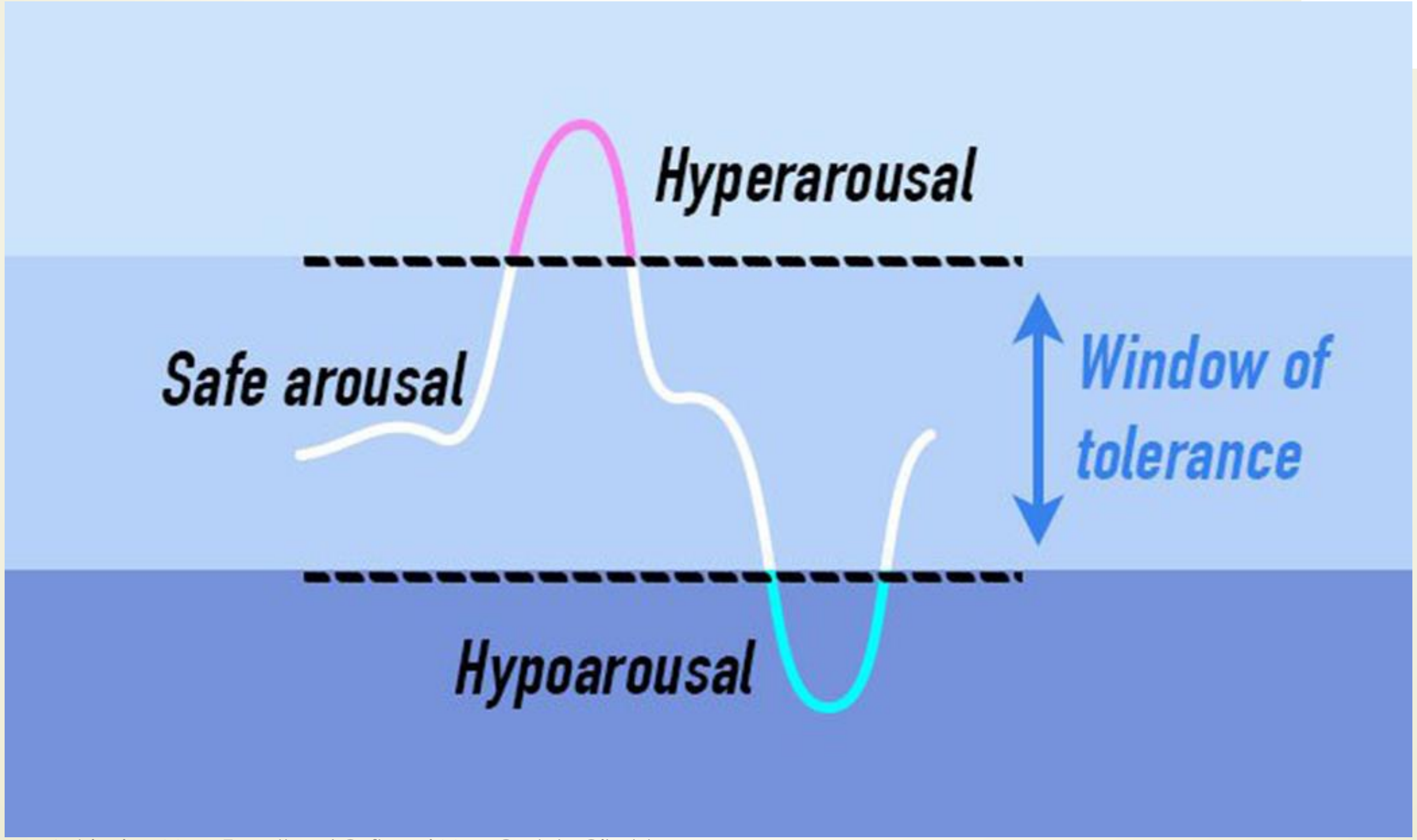
- Gwargrymu wrth y ddesg
- Gwingo/anhawster eistedd mewn un safle am gyfnod estynedig o amser
- Effaith ar sgiliau pêl a chydlynu symudiadau
- Cydbwysedd gwael

Hormonau a straen

Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol | National Adoption Service



Gall chwarae gynyddu’r ffenestr rheoliad



Beth allwch chi ei wneud gartref

Rhianta YMATEBOL yn hytrach na RHAGWEITHIOL.

Model Sylfaen Ddiogel

Ar gael – gwneud yn siŵr bod digon o amser i'r berthynas rhiant – plentyn hyd yn oed os yw'r amser hwnnw'n cael ei dreulio'n gwneud gweithgareddau diflas fel y gallech eu gwneud gyda phlentyn llawer iau.

Sensitif – bod yn ymwybodol o ba gyfnod datblygiadol mae'r plentyn ynddo ac ymateb i hynny yn hytrach nag oedran y plentyn.

Derbyn – na all y plentyn helpu ymddwyn fel plentyn gymaint ieuengach ar adegau ac a'u bod o bosibl yn profi'r byd mewn ffordd wahanol

Cydweithredu – canfod ffyrdd i'r plentyn fod yn effeithiol a chymwys sydd yn briodol i'r datblygiad yn hytrach nag oedran. Eu helpu i gael y deiet synhwyraidd maen nhw ei angen.

Aelodaeth – Creu synnwyr o aelodaeth yn y grŵp teulu a gwreiddiau yng ngwreiddiau'r teulu.

Beth allwch chi ei wneud i helpu eich plentyn yn yr ysgol?

Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol | National Adoption Service

Children's education in Wales is divided into four sections or stages.

Primary school		Secondary school	
1	2	3	4
The Foundation Phase caters for children aged between 3 and 7.	Key Stage 2 is from 7 to 11 years.	Key Stage 3 is from 11 to 14 years.	Key Stage 4 takes learners to the age of 16.

This guide describes the curriculum as it applies to children in secondary schools aged between 11 and 14 in Key Stage 3.

You can find information about the other phases of your child's learning at **www.gov.wales/educationandskills**

Beth allwch chi ei wneud yn yr ysgol

- Bod yn ymwybodol fod cwricwlwm yr ysgol yn seiliedig ar oedran cronolegol y plentyn ac nid ar eu cam datblygiadol.
- Sicrhau fod staff yr ysgol yn ymwybodol o ymlyniad ac yn ymwybodol o effaith Profiadau Niweidiol yn Ystod Plentyndod ac anawsterau ymlyniad ar blant.
- Cyfathrebu'n effeithiol gyda staff yr ysgol a'u helpu i feddwl am ba addasiadau y gallent eu gwneud i helpu eich plentyn i fanteisio ar y cwricwlwm.

Siarad am fabwysiadu mewn ffyrdd sy’n briodol i gam datblygu

Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol | National Adoption Service

- Wrth i blant dyfu’n hŷn mae eu gallu i ddeall syniadau cymhleth yn datblygu drwy nifer o gamau.
- Pan fyddwn ni’n siarad am fabwysiadu gyda’n plant mae angen i ni fod yn ymwybodol ym mha gam maen nhw.
- Os oes achos o oedi datblygiadol gallai hyn effeithio ar pryd maen nhw’n gallu derbyn y

Datblygiad cymdeithasol ac emosiynol

Oedran	Dylanwad mawr ar ddatblygiad cymdeithasol ac emosiynol
0-5	Rhieni
5 - 10	Yr ysgol ac athrawon yn benodol, oedolion eraill y tu allan i'r ysgol.
11 ymlaen	Grŵp cyfoedion ac oedolion eraill yn yr ysgol a thu allan i'r ysgol

Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol | National Adoption Service

- Mae'r cwrs hwn yn rhan o gyfres a ddatblygwyd gan y Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol i gefnogi mabwysiadwyr ar ôl iddynt gael eu cymeradwyo.
- Gellir dod o hyd i'r rhain ar wefan y Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol.
- Siaradwch gyda'ch tîm cefnogi mabwysiadu am ragor o wybodaeth