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

Os ydych chi'n gofalu…
Rhowch sylw i fabwysiadu

CANLLAW I BOBL BROFFESIYNOL YM MAES IECHYD A GOFAL

Pan fyddwch yn gofalu am iechyd plentyn sydd wedi ei fabwysiadu, rydych chi'n rhan o adeiladu'r dyfodol disglair mae'r plentyn hwnnw'n ei haeddu.

Mae nifer o blant sydd wedi cael eu mabwysiadu wedi cael profiad o drawma yn gynnar yn eu bywydau, ac fe fydd angen cefnogaeth barhaus a gofalus arnyn nhw er mwyn teimlo'n ddiogel ac er mwyn annog a chynnal eu datblygiad am flynyddoedd i ddod, hyd yn oed ar ôl iddyn nhw ymgartrefu gyda theulu parhaol. Fel gofalwr proffesiynol, mae'r ffordd rydych chi'n gofalu am blentyn sydd wedi ei fabwysiadu – a'i deulu – yn gallu gwneud gwahaniaeth gadarnhaol i'w bywydau.

Mae'r Gwasanaeth Mabwysiadau Cenedlaethol wedi datblygu'r llyfryn gwybodaeth byr hwn fel rhan o'i Fframwaith Cymorth i Fabwysiadu. Ei amcan yw codi ymwybyddiaeth o fabwysiadu ymysg ymarferwyr gofal iechyd er mwyn deall a chefnogi anghenion plant sydd wedi eu mabwysiadu, a'u teuluoedd yn well.

Faint wyddoch chi am fabwysiadu?

Mae mabwysiadu wedi newid yn syweddol dros y 30 mlynedd diwethaf. Yn y gorffennol, dewis y rhieni genedigol oedd rhoi eu plentyn i'w fabwysiadu. Ond, y sefyllfa heddiw yw bod llawer o'r plant a fydd yn cael eu mabwysiadu wedi cael eu tynnu oddi ar eu rhieni genedigol er mwyn gofalu am eu dyfodol a'u llesiant.

Yn 2017-18, roedd 80% o'r plant a fabwysiadwyd yng Nghymru (a oedd yng ngofal yr awdurdodau lleol) rhwng un a phedair blwydd oed ac roedd bron i 18% ohonynt rhwng pum a naw mlwydd oed. Bydd pob un ohonynt wedi profi colled o ryw fath wrth gael eu rhoi mewn i ofal, a bydd y rhan fwyaf hefyd wedi cael eu camdrin a/neu'u hesgeuluso. I nifer o blant gall hyn ddechrau yn y groth. Gall ddod i gysylltiad ag alcohol, sylweddau eraill a chamdrin yn y cartref i gyd gael effaith negyddol ar y babi. Mae yna risg uwch y gall rhai plant sy'n cael eu mabwysiadau hefyd ddioddef o gyflyrau genetig a phroblemau datblygu (gan gynnwys ADHD neu gyflyrau sydd ar y sbectrwm awtisitaeth), ac anhwylderau iechyd meddwl.

Mae hi'n bwysig cydnabod bod profiadau trawma ac ymlyniad cynnar yn gallu effeithio ar blant a oedd mewn gofal a sydd nawr wedi cael eu mabwysiadu. Mewn rhai achosion, gall eu heffeithio am flynyddoedd lawer ar ôl iddyn nhw gael eu mabwysiadu. Gall fod ganddynt anghenion corfforol neu ddatblygiadol penodol yn y meysydd canlynol:

- ffurfio ac ymddiried mewn perthynas
- anawsterau iaith a lleferydd
- anawsterau dysgu
- ymdopi gydag emosiynau cryf
- ymdopi â thrawsnewidiadau
- prosesu synhwyraidd

Beth yw'r heriau mwyaf i deuluoedd sy'n mabwysiadu?

Yn 2017-18, ymgymghorodd Adoption UK gyda thros 200 o deuluoedd yng Nghymru sydd wedi mabwysiadu. Dywedodd nifer ohonynt y bydden nhw'n hoffi pe bai ymarferwyr ar draws y meysydd gofal cynradd ac eilradd, gan gynnwys CAMHS, yn dod ddeall mwy am yr heriau y maen nhw'n eu hwynebu, yn enwedig:

- cefnogaeth y garfan broffesiynnol wrth ddefnyddio enw dewisol y plentyn, a chydnabyddiaeth o'r hyn sydd orau i'r plentyn ac i'r teulu sydd wedi ei fabwysiadu wrth wneud hynny;
- annog pobl broffesiynnol i siarad am fabwysiadu fel ffordd arall o fwynhau bywyd teuluol, a phwysigrwydd defnyddio'r geiriau cywir – rhieni genedigol, mam enedigol, tad genedigol nid mam go iawn, tad go iawn;
- effaith andwyol ar deuluoedd sy'n gorfod ail adrodd eu hanes i bobl broffesiynol, ac adrodd gwybodaeth hysbys am hanes feddygol eu teuluoedd;
- effaith mae trawma mewn plentyndod – gan gynnwys cam-drin neu esgeulustod – yn ei gael ar les corfforol ac emosiynol, neu ar ymddygiad, plant a phobl ifanc. Yn aml, mae hyn yn dod i'r amlwg yn ystod cyfnodau trawsnewidiol allweddol megis newid ysgol neu'r glasoed;
- effaith ymlyniad gwan neu doredig a goblygiadau hynny ar bob perthynas arall, yn enwedig wrth ffurfio perthnasoedd newydd;
- problemau iechyd penodol, gan gynnwys Syndrom Alcohol y Ffoetws (FAS), Anhwylder Syndrom Alcohol y Ffoetws (FASD), cysylltiad â sylweddau cyn-geni a Syndrom Ymataliad Ôl-geni (NAS), cyflyrau Genetic Etifeddol, ac Oediad Datblygiad Cyffredinol (GDD). Gall diagnosis cywir a chynnar o'r rhain sicrhau fod y plentyn yn cael cynhaliaeth trwy gydol ei fywyd.
- cael mynediad at ddulliau therapiwtig sy'n cael eu cydnabod fel rhai effeithiol mewn teuluoedd sy'n mabwysiadu, gan gynnwys Ymateb Di-drais (NVR), Theraplay a Seicotherapi Datblygiad Deuol (DDP).

Am wybodaeth bellach ar drawma, therapïau a phroblemau iechyd, darllenwch ein hadrannau Gwybodaeth Fanwl.

Sut gallwch chi gefnogi plentyn sydd wedi ei fabwysiadu, a'i deulu?

Mewn ymgynghoriad gyda theuluoedd mabwysiadol, mae'r Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol wedi nodi meysydd lle y gall pobl broffesiynnol sydd ym maes gofal ac iechyd, fel chi, gyfrannu yn gadarnhaol tuag at les plant a phobl ifanc sydd wedi eu mabwysiadu, a'u teuluoedd, drwy:

- gydnabod y gall effeithiau profiadau trawmatig cynnar barhau y tu hwnt i'r cyfnod pan gânt eu mabwysiadu;
- flaenoriaethu anghenion plant mabwysiadol am gymorth pellach;
- deall bod defnydd iaith wrth fabwysiadu yn gymhleth gyda goblygiadau ar gyfer hunaniaeth bersonol, a bod yn sensitif i ddymuniadau rhieni ynghylch sut y maen nhw a'u plentyn/plant yn cael eu hadnabod;
- benderfynu ar lwybrau cytun y bydd plant mabwysiadol yn eu ddilyn er mwyn derbyn gwasanaethau therapiwtig a seicoleg i ddiwallu eu anghenion lles corfforol ac emosiynol;
- ddarparu gwybodaeth glir ynglyn â'r gwasanaethau sydd ar gael i deuluoedd mabwysiadol a sut i gael mynediad iddyn nhw.

Gwybodaeth Fanwl: effeithiau posib trawma mewn plentyndod cynnar

Efallai y bydd gan blentyn sydd wedi profi trawma yn gynnar yn ei fywyd broblemau iechyd meddwl neu emosiynol sy'n deillio o'r profiadau cynnar hyn. Efallai na fydd blynyddoedd cynnar y plentyn na'i hanes deuluol yn gwbl hysbys, felly mae hi'n bwysig gweithio gyda theuluoedd mabwysiadol er mwyn cael gwybodaeth gyflawn o'r sefyllfa ac er mwyn cynnig gwasanaethau ymdopi addas.

Lles corfforol
Bydd y mwyafrif o blant sy'n barod i gael eu mabwysiadu wedi dod drwy'r system ofal ac wedi cael eu brechiadau imiwneiddio ac fe fydd unrhyw broblemau iechyd wedi cael sylw cyn iddyn nhw gael eu mabwysiadu. Serch hynny, efallai bydd ganddynt broblemau iechyd dwys a pharhaol e.e problemau deintyddol, problemau golwg / clyw neu broblemau tyfu oherwydd esgeulustod yn ystod eu bywydau cynnar a hefyd dylid ystyried a wnaethant golli apwyntiadau iechyd cyn iddyn nhw fynd i mewn i ofal.

Lles emosiynol
Mae plant yn arbennig mewn peryg o ddioddef trawma sy'n achosi problemau ymddygiadol, emosiynol, meddyliol a chorfforol, oherwydd bod eu hymennydd yn datblygu mor gyflym. Bydd plentyn sydd wedi cael profiad trawmatig yn gynnar yn ei fywyd o bosib yn ymateb yn gyflym iawn pan mae dan bwysau, wrth glywed sŵn uchel neu os bydd yn mewn sefyllfa anghyfforddus. Bydd ymateb nodweddiadol 'ymladd' neu 'ffoi' yn dilyn. Er mwyn lleddfu ar drallod y plentyn, ceisiwch sicrhau ymateb tawel a chalonogol.

Effaith ymlyniad gwan neu doredig
Pan na fydd gan blentyn ymlyniad cryf at ei riant, efallai na fydd wedi dysgu sut i'w reoli ei hun na'i emosiynau mewn ffordd gadarnhaol. Yn aml, bydd yn llai gwydn a bydd yn cymryd yn hirach i'w adfer ei hun ar ôl cael ofn neu pan fydd wedi ypsetio. Gall hyn gael effaith ar bob perthynas mae'n ffurfio.

Ymlyniad seicolegol yw'r cwlwm emosiynol sydd fel arfer yn ffurfio rhwng plentyn a'i ofalwr, sy'n ffurfio sail ei ddatblygiad cymdeithasol, emosiynol a gwybyddol. Yn aml mae effaith ymlyniad aflwyddiannus ar ymdeimlad o hunan werth y plentyn a'i allu i ffurfio perthynas gyda gofalwyr, yn gallu achosi heriau sylweddol i rieni sy'n mabwysiadu, yn ogystal ag athrawon, pobl broffesiynol ym maes iechyd a gofal, neu unrhyw oedolyn y daw ar ei draws.

Ymddygiad
Yn aml, mae teuluoedd mabwysiadol yn ei gweld hi'n anodd rheoli emosiynau ac ymddygiad sy'n gysylltiedig â thrawma cynnar. Efallai bydd angen cefnogaeth ar y plentyn gan oedolyn y mae'n ymddiried ynddo mewn cyfnod o newid, er enghraifft wrth ddechrau ysgol neu'r glasoed – rhywun sy'n deall y pethau y mae'n ei weld yn anodd a sy'n gallu ei helpu i reoli ei ymddygiad, a thrwy hynny ei baratoi ar gyfer pennod nesa'r dasg sydd o'i flaen.

Gwybodaeth Fanwl: Adnabod a gwneud diagnosis o broblemau iechyd

Mae plant sydd wedi dioddef trawma yn dioddef problemau iechyd corfforol penodol. Er bod y pethau hyn yn ffurfio rhan o hanes y plentyn sydd wedi ei fabwysiadu, mae hi'n bwysig cofio na ddylai'r pethau hyn fod yn 'label' arno, ac na ddylent chwaith ei stigmateiddio. Fel hyn, rhoddir cefnogaeth i'r uned deuluol yn hytrach na'i bod yn cael ei niweidio'n bellach.

Syndrom Alcohol y Ffoetws (FAS) ac Anhwylder Syndrom Alcohol y Ffoetws (FASD)
Os daw'r babi i gysylltiad ag alcohol yn y groth, efallai y bydd e'n dangos arwyddion o FAS neu FASD. Mae'r rhain yn cynnwys priodoleddau corfforol (maint pen llai, tyfiant gwan, nodweddion nodedig ar y wyneb), problemau iechyd corfforol (problemau golwg a chlyw), a phroblemau niwrodatblygiadol (anawsterau dysgu, awtistiaeth, ADHD). Gall deiagnosis cynnar o FAS ac FASD sicrhau fod y plentyn yn derbyn cefnogaeth trwy gydol ei fywyd.

Sylweddau Cyn-geni a Syndrom Ymataliad Newydd-anedig (NAS)
Mae'r rhan fwyaf o gyffuriau sy'n cael eu camddefnyddio megis opioidau, amffetaminau, mariwana a nicotin yn gallu treiddio trwy'r brych yn ddidrafferth. Os ydy babi yn dod i gysylltiad â chyffuriau yn y groth, gall ddangos amrywiaeth o symptomau yn sgil dod oddi ar gyffuriau. Gelwir hyn yn Syndrom Ymataliad Newydd-Anedig (NAS). Mae symptomau yn cynnwys (ond ddim yn gyfyngedig i) cryndodau, sensitifedd, aflonyddwch wrth gysgu, atgyrch gorfywiog, anawsterau bwydo a phroblemau gastroberfeddol. Yn ogystal â NAS, gall cysylltiad â chyffuriau yn y groth effeithio twf hir dymor y ffetws a datblygiad yr ymennydd gan gynnwys namau geni, ffitiau, oediad yn natblygiad y plentyn ac anableddau dysgu.

Oediad Datblygiad Byd-Eang (GDD)
Efallai bydd plentyn sydd wedi dioddef trawma neu esgeulustod yn cymryd yn hirach i gyrraedd cerrig milltir arbennig yn ei ddatblygiad ac efallai na fydd rhai byth yn eu cyflawni'n llawn. Gall y rhain gynnwys cerdded, siarad, dysgu, cymdeithasu a datblygu ymatebion emosiynol. Gall GDD hefyd amlygu ei hun os ydy'r fam enedigol wedi bod yn sâl neu wedi defnyddio sylweddau yn ystod ei beichiogrwydd, os oedd prinder o ocsigen yn ystod yr enedigaeth, oherwydd genynnau etifeddol, neu salwch yn ystod plentyndod (er enghraifft llid yr ymennydd).

Gwybodaeth Fanwl: dulliau magu plant ac ymdriniaethau therapiwtig

Mae magu plant yn her i bob rhiant, ond gall magu plant sydd wedi cael dechreuad anodd i'w bywydau fod yn fwy heriol fyth. Mae'n bwysig deall beth sy'n llywio ymddygiad y plentyn, yn hytrach nag ymateb i'r ymddygiad yn unig. Mae magu plant mewn dull therapiwtig yn cynorthwyo plant i deimlo'n fwy diogel ac yn fwy gwydn, gan ganolbwyntio ar y rhyngweithio sy'n digwydd rhwng y plant a'u gofalwyr ac felly helpu adeiladu ymddiriedaeth a hunan-werth, wrth reoli teimladau ac ymddygiad. Mae sawl dull therapiwtig ar gael y gallai fod yn ddefnyddiol neu'n gefnogol i rieni. Mae'r rhain yn cynnwys ond nid ydynt yn gyfyngedig i'r enghreifftiau canlynol.

Ymateb Di-drais (NVR)
Yn aml fe fydd plant sydd wedi cael profiad trawmatig yn gynnar yn eu bywydau yn dioddef problemau ymddygiadol. Mae NVR yn ddull a ddatblygwyd yn arbennig er mwyn ymateb yn effeithiol i ymddygiad ymosodol, treisgar, hunan-ddinistriol ac ymddygiad ble mae plentyn yn trio rheoli'r sefyllfa neu berson. Mae'n cael ei ddefnyddio yn effeithiol gyda phobl ifanc pryderus lle mae eu hanhwylder gorfodaeth obsesiynol yn rheoli'r teulu, neu bobl ifanc sy'n ynysu eu hunain yn gymdeithasol.

Theraplay®
I blant sydd wedi dioddef profiad trawmatig, mae'n bosib y byddant yn dioddef o ddiffyg hunan-werth ac yn arddangos agwedd negyddol tuag at ffurfio perthynas. Mae Theraplay® yn therapi ar gyfer plant a theuluoedd er mwyn adeiladu a gwella ymlyniad, hunan-werth, ymddiriedaeth mewn eraill a chreu cysylltiadau hapus. Mae'r therapi wedi ei seilio ar batrymau'r rhyngweithio naturiol sy'n digwydd rhwng rhiant a phlentyn ac mae'n bersonol, corfforol ac yn hwyl. Gall sesiynau Theraplay® greu cysylltiad gweithredol ac emosiynol rhwng y plentyn a'r rhiant, a helpu plentyn sydd wedi cael ei fabwysiadu i weld ffurfio perthynas mewn ffordd gadarnhaol a chalonogol.

Seicotherapi Datblygu Deuol (DDP)
Gall y seicotherapi hwn fod yn arbennig o effeithiol gan ei fod wedi datblygu yn uniongyrchol fel ffordd o ryngweithiad ar gyfer plant sydd wedi profi trawma emosiynol, o ganlyniad i gamdrin difrifol o fewn y berthynas gyda'r gofalydd yn gynnar yn eu bywydau. Prif ddiben DDP yw cynorthwyo plant i ddatblygu'r gallu i gadw a chynnal perthynas sydd wedi ei seilio ar ymlyniad gyda rhieni a gofalwyr. Mae'n ysyried perthynas rhiant a phlentyn yn un bwysig iawn ac yn defnyddio'r 'deuad' hyn fel sail ar gyfer gwelliant.

Cefnogaeth bellach

Mae'r Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol yn sefydliad arloesol a chydweithredol. Fe'i cefnogir gan Lywodraeth Cymru, ac mae'n dod â'r holl awdurdodau lleol ac asiantaethau mabwysiadu gwirfoddol yng Nghymru ynghyd. Ei nod yw gwella gwasanaethau cefnogol i'r holl deuluoedd mabwysiadol.

Rydym yn darparu gwybodaeth ddefnyddiol i bawb sy'n ymwneud â mabwysiadu – gan gynnwys teuluoedd mabwysiadol, pobl sydd efallai'n ystyried mabwysiadu, a phobl broffesiynnol sy'n cynnig gwasanaeth i deuluoedd mabwysiadol.

Gallwch ddod o hyd i fwy o wybodaeth, gan gynnwys ymchwil ac astudiaethau achos ar anghenion plant sy'n cael eu mabwysiadu ar ein gwefan: www.adoptcymru.com

Ffynonellau gwybodaeth eraill a all fod o ddiddordeb:

Anghenion addysgol arbennig neu anableddau
www.snapcymru.org

Anhwylder y Sbectrwm Awtistiaeth
www.autism.org.uk

Theori Ymlyniad
https://fosteringandadoption.rip.org.uk/topics/attachment-theory-research/

Anhwylder Diffyg Canolbwyntio a Gorfywiogrwydd
www.youngminds.org.uk

Syndrom Alcohol y Ffetws
www.nofas-uk.org

Anhwylder Prosesu Synhwyraidd
www.sensory-processing-disorder.com

Anhwylder Herio Gwrthryfelgar
www.lanc.org.uk/related-conditions/oppositional-defiant-disorder