Ysgol Gwaith Taith Bywyd

Sut i ddefnyddio'r deunyddiau Taith Bywyd i siarad â'ch plentyn (Brodzinsky, 2011).

PWYSIG
Mae oedran a datblygiad pob plentyn yn wahanol. Canllaw eang yw hwn.



Llythyr Nes Ymlaen – 11 – 18+

Ar hyn o bryd dylai plentyn fod yn ymwybodol o'i stori drwy sgyrsiau gartref, yn ei lyfr Stori Bywyd, Blwch cof, albwm lluniau, gwasanaeth bocs llythyrau neu gyswllt uniongyrchol. Ni ddylai unrhyw beth fod yn newydd annisgwyl i'r plentyn. Proses dros nifer o flynyddoedd yw gwaith Taith Bywyd ac nid digwyddiad. Yn y glasoed mae chwilio naturiol am hunan ac mae'n rhaid i berson ifanc ddod o hyd i agweddau integredig ar y ddau deulu i'w hunaniaethau sy'n dod i'r amlwg. Mae'n bwysig felly nad yw teulu genedigol y person ifanc yn cael ei siarad amdano mewn ffordd ddifrïol. Nid yw hyn yn golygu y dylech chi gilio oddi wrth yr agweddau anodd, ond cadw'r wybodaeth yn niwtral, cytbwys a ffeithiol. A chofiwch fod yn amyneddgar. Dilyswch a chefnogwch eich person ifanc drwy gydol y cyfnod. Mae dealltwriaeth dda o rianta therapiwtig priodol i oedran yn bwysig ar hyn o bryd er mwyn cadw'r cyfathrebu i lifo. Yn 18 oed gall plentyn gael mynediad at ei gofnodion er y bydd gan y mabwysiadwr gopi o Adroddiad Mabwysiadu'r Plentyn, y Dystysgrif Geni wreiddiol a gwybodaeth arall a roddwyd iddynt adeg y mabwysiadu.

Llyfr Stori Bywyd a Llythyr Nes Ymlaen - 9 oed – 11

Yn y cyfnod hwn dylai rhiant mabwysiadol wneud ei hun yn gyfarwydd â bywyd diweddarach y plentyn. Felly os yw plentyn yn gofyn unrhyw gwestiynau gall y rhiant ateb hyn mewn ffordd briodol i'w oedran.. Felly erbyn i'r plentyn ddarllen ei lythyr bywyd diweddarach NI ddylai unrhyw beth fod yn syndod iddo gan fod y rhieni mabwysiadol wedi ateb cwestiynau a siarad am rai o'r themâu anodd o fewn y llyfr a'r llythyr. Y peth pwysicaf yw bod y sgyrsiau hyn yn digwydd a bod y plentyn wedi'i ddilysu. Mae angen siarad am deulu geni'r plentyn mewn ffordd niwtral, fel nad yw yw plentyn yn teimlo bai na chywilydd am y pethau sydd wedi digwydd iddo. Mae dealltwriaeth dda o rianta therapiwtig priodol i oedran yn bwysig ar hyn o bryd er mwyn cadw'r cyfathrebu i lifo.

Llyfr Stori Bywyd a straeon Cyfochrog 0 – 11 oed

Gall plentyn sy'n iau na 5 edrych ar y lluniau a gall rhieni sy'n mabwysiadu ddechrau cyflwyno drwy bob dydd sgyrsiau iaith mabwysiadu fel beth yw mabwysiadu a rhieni geni. Mae dealltwriaeth briodol i oedran o addysg rhyw yn bwysig ar hyn o bryd er mwyn deall hyn. Er enghraifft, 'mae mam geni a thad geni yn gwneud babi. Mae'r babi'n cael ei gario yn wterws neu bol y fam enedigol.' Mae straeon cyfochrog/Trosiadol sy'n straeon symlach am fywyd eich plentyn hefyd yn ddefnyddiol ar hyn o bryd. Dylai llyfr straeon bywyd ysgrifenedig da gynnwys y gwahanol safbwyntiau a'r esboniadau, felly mae'r llyfr yn heneiddio gyda'r plentyn. Bydd plentyn tua 5 - 8 oed yng nghyfnod egoganolog datblygu a bydd yn edrych ar y llyfr o ran 'Ble ydw i?' Felly mae lluniau a lluniau'n bwysig. Maen nhw hefyd yn dechrau deall eu bod wedi colli teulu arall drwy ennill un teulu. Yn 6 – 8 oed mae dealltwriaeth o gysylltiad biolegol yn dechrau, hynny yw sut maen nhw'n gysylltiedig â'r bobl o'u cwmpas. Os oes angen mae gwaith taith bywyd therapiwtig yn gallu dechrau o tua 7 oed ymlaen. Cyn yr oedran hwn gofalwyr y plentyn sy'n allweddol i'r plentyn wrth i'r plentyn ddeall ei stori mabwysiadu. Tua 9 mlynedd mae plentyn yn dechrau deall gwahanol safbwyntiau ac mae rhesymeg yn datblygu felly bydd yn gallu dechrau deall y problemau a brofodd ei rieni genedigol.

Sarah Ryan
Gweithiwr Cymdeithasol Taith Bywyd
Mawrth 2022

Ysgol Gwaith Taith Bywyd

Archebwch i gefnogi'r sgyrsiau Taith Bywyd ochr yn ochr â deunyddiau Taith Bywyd y plentyn.



11 – 18 Oed

- Patina (Track) gan Jason Reynolds.
- A sea of stars gan Kate Maryon.
- Snow foal gan Susanna Bailey
- My brother Booh has ADHD gan Susan Yarney
- Dara Palmers Major Drama gan Emma Shevah (Mabwysiadu o wlad arall)
- Bravely Being Me - Brilliant Stories of Adopted People Sam Langley-Swain

9 – 11 Oed

- Morris and a big bag of worries gan Jill Seeney
- The huge bag of worries gan Virginia Ironside.
- All birds have anxiety gan Kathy Hoopman (llyfr ffeithiol am orbryder)
- Your fantastic elastic brain gan JoAnn Deak a Sarah Ackerley. (Llyfr ffeithiol)
- Sputniks guide to life on earth gan Frank Cotterell-Boyce.
- The child of dreams gan Irina Brignull. (Y thema yw tadau anhysbys)
- Paddington bear stories gan Michael Bond.
- The Last Firefox gan Lee Newbery (Llyfr antur am fachgen gyda dau dad)
- Oli and the pink bicycle gan Catherine Jackson (am Syndrom Alcohol Ffoetwsol)
- Long Way Home gan Michael Morpurgo

0-9 oed

- Blanket bears gan Samuel Langley-Swain ac Ashlee Spink.
- We Belong Together gan Todd Parr
- Delly Duck – Pam na allai hwyaden fach aros gyda'i fam enedigol gan Holly Marlow a Suzy Garland.
- Love makes a family gan Sophie Beer.
- The rescue party (Tales from Percy's park) gan Nick Butterworth.
- The Most Precious Present in the World gan Becky Edwards
- Nutmeg Gets Adopted gan Judith Foxon
- Elfa and the Box of Memories gan Michelle Bell.
- The Teazlers' Baby Bunny gan Susan Bagnall (Cymraeg a Saesneg)
- Picnic in the park gan Joe Griffiths a Tony Pilgrim.

Sarah Ryan
Gweithiwr Cymdeithasol Taith Bywyd
Mawrth 2022

Ysgol Gwaith Taith Bywyd

Deunyddiau a chyhoeddiadau eraill i gefnogi rhieni plant mabwysiedig.

Dim ond sampl o lyfrau yw hwn mae llawer mwy i'w harchwilio.

Sarah Ryan
Gweithiwr Cymdeithasol Taith Bywyd
Mawrth 2022



11 – 18 + Oed

- Courageous Parents - Becoming a good anchor for your children/ Haim Omer
- My name is Why/ Lemm Sissay
- The Unofficial gide to Therapeutic Parenting (the teenage years)/ Sally Donovan
- Family wanted Stories from adopters/birth families and adoptees/Sara Holloway
- Blame my brain – The amazing teenage brain revealed/ Nicola Morgan
- Life Story work for children who are fostered or adopted/ Katie Wench and Lesley Naylor

Gwefannau ac Adnoddau YouTube defnyddiol

- Adnoddau (beaconhouse.org.uk)
- Gwasanaethau Plant a Phobl Ifanc | Connect Cymru
- Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol - Hafan (adoptcymru.com))
- Amdanom Ni | Safe Hands Thinking Minds
- Gwaith Stori Bywyd Therapiwtig - Rhannu Bywydau/Rhannu Straeon: Richard Rose – YouTube
- Dr Karen Treisman – YouTube
- Good relationships are the key to healing trauma | Karen Treisman | TEDxWarwickSalon – YouTube
- Oprah Winfrey & Dr. Bruce Perry in Conversation | SXSW EDU 2021 - YouTube

0 – 11 Oed

- A - Z of Therapeutic Parenting gan Sarah Naish
- Adopting a Brother or Sister gan Heidi Argent
- Adoption at the Movies / Addison Cooper
- Attaching through Love, Hugs and Play / Deborah D. Gray
- Attachment Handbook for Foster Care and Adoption / Gillian Schofield a Mary Beek
- Bruised Before Birth Parenting Children Exposed to Parental Substance Abuse/ Joan McNamara
- Bubble Wrapped Children gan Helen Oakwater
- Building the Bonds of Attachment/ Daniel Hughes
- Nurturing Attachments,Supporting children who are fostered & Adopted/ Kim S Golding
- Parenting the Theraplay Way - trauma through a child's eyes/ Peter Levine
- Parenting with Theraplay/ Vivien Norris/Helen Rodwell