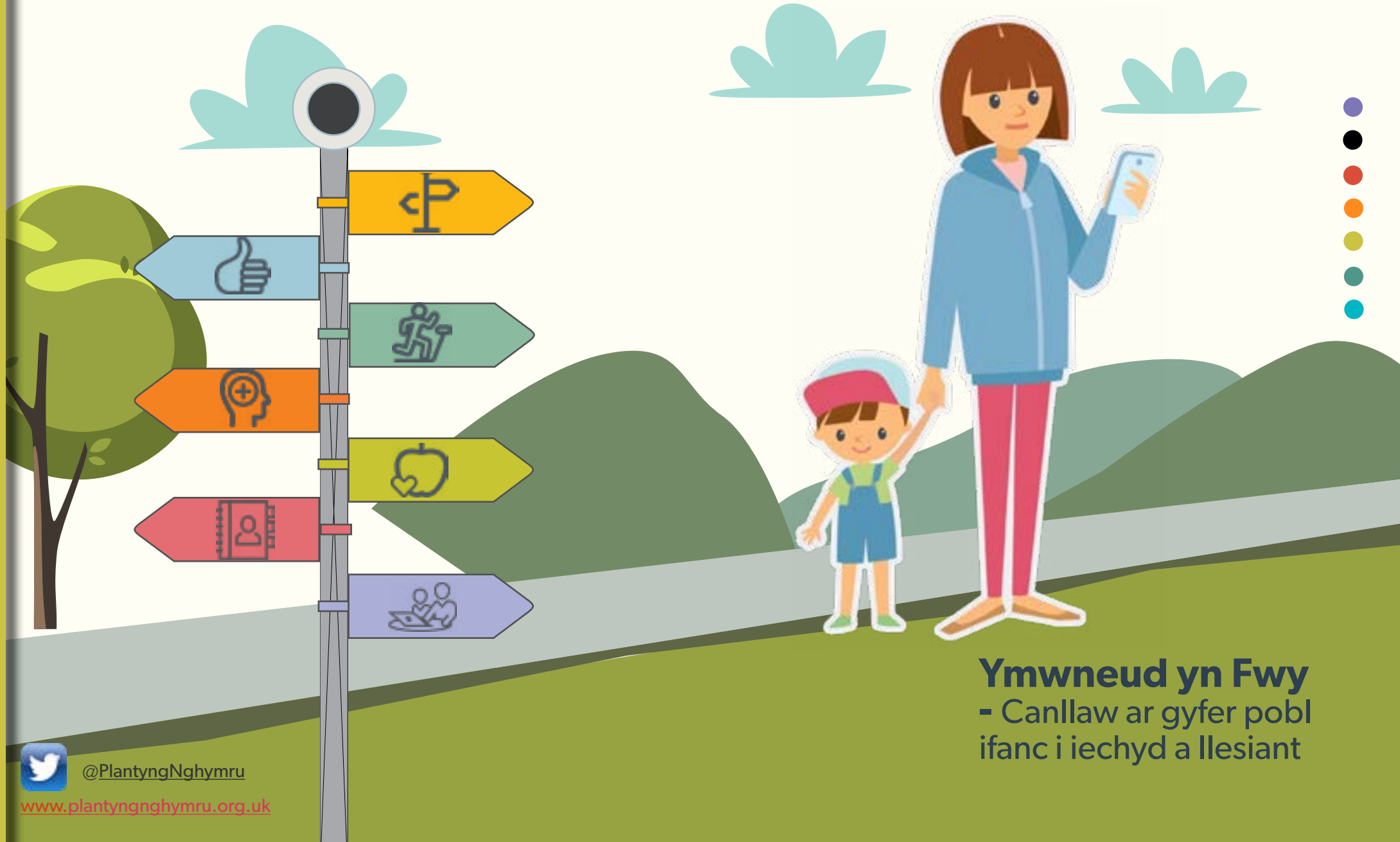




Cadw mewn cysylltiad â'ch teulu



Ymwneud yn Fwy
- Canllaw ar gyfer pobl ifanc i iechyd a llesiant



@PlantyngNghymru

www.plantyngnghymru.org.uk



Ymneud yn Fwy

- Canllaw ar gyfer pobl ifanc i iechyd a llesiant

"Gofynnwch i fi ydw i eisiau gweld fy nheulu, nid dim ond dweud wrthyf fi beth sy'n mynd i ddigwydd. Gadewch i fi roi fy marn."

Os ydych chi'n blentyn neu'n berson ifanc mewn gofal, mae gennych chi hawl i ddweud beth hoffech chi ei weld yn digwydd pan fydd penderfyniadau'n cael eu gwneud ynghylch pa mor aml rydych chi'n gweld eich teulu biolegol. Gallai hynny gynnwys gweld neu siarad â'ch rhieni biolegol, brodyr a chwiorydd, modryb neu ewythr, cefnder neu gyfnither – unrhyw un sy'n bwysig i chi yn eich bywyd.

Bydd y canllaw yma'n eich helpu i ystyried pwy sy'n bwysig i chi a pha mor aml rydych chi eisiau eu gweld nhw. Bydd yn rhoi gwybodaeth i chi am y gyfraith, eich hawliau, a beth i'w wneud os ydych chi'n anffodlon ar unrhyw benderfyniadau. Rydyn ni'n gwybod bod hwn yn fater pwysig iawn i lawer o blant a phobl ifanc ledled Cymru.



Beth rydyn ni'n ei olygu wrth y gair cyswllt?

Mae cyswllt yn air cyfreithiol y mae oedolion yn aml yn ei ddefnyddio wrth wneud penderfyniadau ynghylch plant a phobl ifanc yn cadw mewn cysylltiad â'u teulu. Gall hynny gynnwys ymweld â'ch teulu, siarad ar y ffôn, ysgrifennu llythyron neu anfon anrhegion neu gardiau. Bydd gennych chi eich cynllun gofal a chymorth eich hun fydd yn dweud pwy byddwch chi'n eu gweld, am faint o amser, a ble a phryd bydd hynny'n digwydd. Dylai nodi hefyd a fydd unrhyw amser gyda'ch teulu yn cael ei oruchwylio. **Mae cyswllt dan oruchwyliaeth yn golygu y bydd person arall yn aros gyda chi pan fyddwch chi'n gweld eich teulu.**

Efallai bydd unrhyw drefniadau i weld eich teulu wedi cael eu cytuno mewn llys teulu pan ddaethoch chi i ofal gyntaf, ond gall y trefniadau hynny gael eu newid dros amser, yn ôl beth sy'n gweithio orau i chi. Dylai eich barn chi gael ei hystyried bob amser yn y llys. Os ydych chi'n ansicr am achosion llys, ac eisiau gwybod mwy, ewch i wefan CAFCASS Cymru yma: <https://gov.wales/cafcass-cymru> Mae CAFCASS Cymru yn sicrhau bod lleisiau plant yn cael eu clywed mewn llysoedd teulu ledled Cymru, fel bod penderfyniadau'n cael eu gwneud er eu lles pennaf.

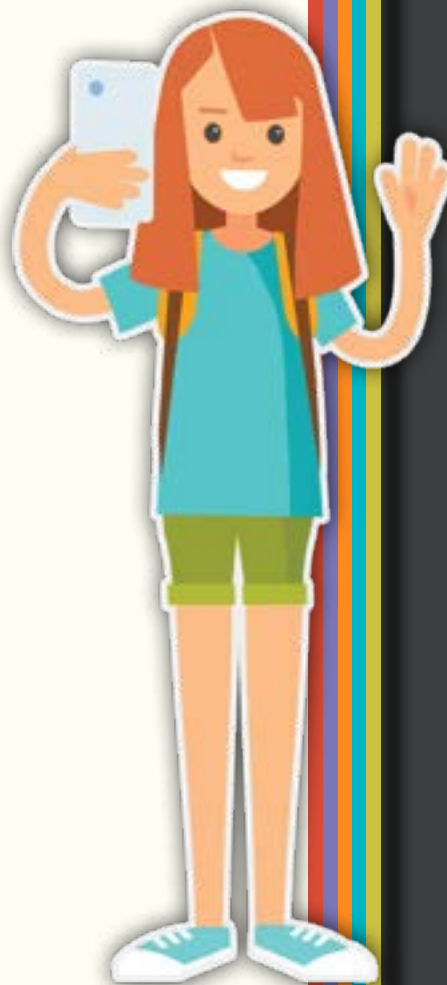
Beth sydd gan y gyfraith i'w ddweud am eich hawl i weld eich teulu?

Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yw'r gyfraith yng Nghymru sy'n dweud wrth y gwasanaethau cymdeithasol sut dylen nhw ofalu am blant a phobl ifanc sydd angen gofal a chymorth. Os ydych chi mewn gofal, bydd gennych chi gynllun gofal a chymorth. Dylai'r cynllun gynnwys adran ar weld eich teulu.

Pan fydd eich gweithiwr cymdeithasol yn gwneud unrhyw gynlluniau am yr hyn fydd yn digwydd, bydd rhaid iddo/iddi ystyried beth sydd orau i chi yn y tymor byr a'r tymor hir. **Mae gennych chi hawl i ddweud sut rydych chi'n teimlo, a bydd hynny'n wybodaeth sy'n helpu eich gweithiwr cymdeithasol.**

Dylai eich gweithiwr cymdeithasol a'ch swyddog adolygu annibynnol ofyn i chi'n rheolaidd sut rydych chi'n teimlo am weld eich teulu. Efallai byddwch chi'n teimlo eich bod chi'n eu gweld nhw'n rhy aml, neu ddim yn ddigon aml, neu efallai eich bod chi am eu gweld nhw mewn lle gwahanol neu wneud rhywbeth gwahanol.

Y Swyddog Adolygu Annibynnol (IRO) yw'r person sydd fel arfer yn cadeirio'r cyfarfod adolygu. Efallai bydd yn ymweld â chi cyn ac ar ôl y cyfarfod.



Efallai bydd y cwestiynau yma'n eich helpu i feddwl am beth hoffech chi ei weld yn digwydd:

- Pwy hoffech chi eu gweld neu siarad â nhw, a pha mor aml?
- Ble fyddai'n lle diogel i chi eu gweld nhw?
- Beth hoffech chi wneud?
- Pwy hoffech chi iddyn nhw fynd gyda chi?
- Sut rydych chi'n meddwl gallech chi deimlo cyn neu ar ôl gweld eich teulu?

Lles pennaf a dymuniadau a theimladau

Efallai eich bod chi wedi clywed y geiriau hyn o'r blaen, ond heb ddeall beth maen nhw'n ei olygu:

Ystyr eich **lles pennaf** yw beth sy'n cael ei ystyried orau i chi yn gyffredinol. Mae rhaid i'ch gweithiwr cymdeithasol, eich gofalwr maeth neu breswyl, a phobl eraill sy'n gofalu amdanoch chi, ystyried beth sydd orau i chi wrth wneud unrhyw benderfyniadau ynghylch gweld eich teulu.

Eich **dymuniadau a'ch teimladau** yw beth rydych chi eisiau ei weld yn digwydd, a sut rydych chi'n teimlo am unrhyw benderfyniadau sy'n cael eu gwneud.

Mae **Dominik** yn 13 ac yn gweld ei Fam bob Sadwrn, gyda'i weithiwr preswyl yn goruchwyllo. Dyw Dominik ddim yn hoffi bod rhywun yn goruchwyllo'i amser gyda'i Fam. Dyw e ddim yn gweld bod 'angen i neb wrando ar ei sgysiau gyda'i Fam'. Mae gweithiwr cymdeithasol Dominik yn dweud bod angen i'w ymddygiad wella, ond yn ôl Dominik mae hi wedi bod yn dweud hynny ers oesoedd a does dim byd byth yn newid, hyd yn oed os bydd e'n gwneud yn dda yn yr ysgol a gartref.

Bydd pobl sy'n gwneud penderfyniadau drosoch chi fel arfer yn ceisio cydbwysu eich lles pennaf â'ch dymuniadau a'ch teimladau. Os ydych chi'n anhapus am unrhyw benderfyniadau sy'n cael eu gwneud ac yn teimlo bod eich dymuniadau a'ch teimladau ddim yn cael eu clywed, gallwch chi bob amser siarad ag eiriolydd.

Mae eiriolydd yn gallu siarad ar eich rhan i ddweud wrth eraill beth yw eich dymuniadau a'ch teimladau. Maen nhw hefyd yn gallu helpu i herio unrhyw benderfyniadau dydych chi ddim yn cytuno â nhw.

Beth ydych chi'n meddwl gallai Dominik wneud yn y sefyllfa yma?



Oes gen i hawl i weld fy rheulu neu siarad â nhw?

Does dim hawl awtomatig gennych chi i weld neu siarad â'ch teulu pryd bynnag rydych chi eisïau. Mae rhaid iddo fod yn ddiogel ac er eich lles pennaf.

Mae gennych chi hawl i ddweud beth hoffech chi ei weld yn digwydd. Mae Erthygl 12 o dan Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) yn dweud bod gan blant a phobl ifanc hawl i roi eu barn a chael gwrandawriad pan fydd penderfyniadau'n cael eu gwneud.

Mae Erthygl 8 yn dweud y dylai'r llywodraeth barchu eich hawl i berthnasoedd teuluol.

Mae Erthygl 20 yn dweud y dylech chi dderbyn gofal priodol os na allwch chi fyw gyda'ch teulu eich hun.

Oes gen i hawl i ddweud mod i ddim eisïau cadw mewn cysylltiad â'm teulu?

Oes! Mae gennych chi hawl i ddweud beth hoffech chi ei weld yn digwydd ac i gael gwrandawriad. Os bydd unrhyw amser gyda'ch teulu yn eich gwneud yn anhapus, ceisiwch siarad â rhywun rydych chi'n eu trystio - efallai eich gofalwr maeth, eich gweithiwr cymdeithasol neu eich eiriolydd.

Gweld eich brodyr a'ch chwiorydd mewn gofal

Rydyn ni'n gwybod bod gweld eu brodyr a'u chwiorydd yn rheolaidd yn bwysig iawn i lawer o blant a phobl ifanc.

Efallai eu bod nhw'n byw mewn lle gwahanol i chi - ac efallai eich bod chi eisiau eu gweld nhw'n amlach. **Mae gennych chi hawl i ofyn am hynny.**

Pan fydd penderfyniadau'n cael eu gwneud, bydd oedolion yn ystyried:

- Pa fath o berthynas sydd gennych chi gyda'ch siblingiaid
- Ydy e'n ddiogel
- Ydy e'n eich gwneud chi'n hapus ac ydy e'n gweithio er eich lles pennaf chi a nhw

Beth ddylech chi wneud os ydych chi am weld eich siblingiaid:

- Siarad â'ch rhieni maeth/gofalwyr
- Siarad â'ch IRO yn eich cyfarfod adolygu nesaf (neu cyn hynny os ydych chi eisiau)
- Gweithio gydag eiriolydd sy'n gallu siarad â'ch gweithiwr cymdeithasol



Mae fy mrawd neu fy chwaer wedi cael eu mabwysiadu - oes gen i hawl i'w gweld nhw o hyd?

Os oes gennych chi frodyr neu chwiorydd sydd wedi cael eu mabwysiadu, does gennych chi ddim hawl awtomatig i'w gweld nhw. Pan fydd plant yn cael eu mabwysiadu, rhaid cytuno ar unrhyw fath o gyswllt yn y llys, wrth lunio'r gorchymyn mabwysiadu. Os yw hynny er eich lles pennaf chi a lles pennaf eich brawd neu eich chwaer sy'n cael eu mabwysiadu, gallai cynlluniau gael eu pennu'n gynnar, a gallai hynny gynnwys anfon llythyron.

Mae Canolfan Gyfreithiol y Plant wedi bod yn gweithio gyda'r Gwasanaeth Mabwysiadu Cenedlaethol i greu ffeithlen newydd ar gyfer plant a phobl ifanc, i esbonio sut mae'r gyfraith yn gweithio pan fydd penderfyniadau'n cael eu gwneud am weld eich brodyr a'ch chwiorydd.

Gallwch chi ddarllen y ffeithlen yn Gymraeg a Saesneg yma:

<https://childrenslegalcentre.wales/contact-and-what-it-means-for-you/>

Beth yw'r pethau da am gyswllt da?

"Mae'n hwyl ac rydw i'n ei fwynhau"

"Rydw i'n deall o ble des i a stori fy nheulu"

"Roeddwn i'n teimlo'n hapusach ac yn fwy cartrefol yn fy lleoliad"

"Roedd yn bwysig cadw'r cwlwm teuluol, rwy'n credu bod hynny'n bwysig yn y tymor hir achos fydda i ddim mewn gofal am byth"

"Dim ond bod mewn cysylltiad â'm teulu a gweld fy nheulu'n rheolaidd"

"Roeddwn i eisiau teimlo mod i'n rhan o'r teulu a gwybod beth oedd yn digwydd, sut roedd pobl yn dod ymlaen, a dweud wrthyn nhw sut roeddwn i'n dod ymlaen"

"Cyfle i fod yn esiampl i'm brodyr a'm chwiorydd ifancach"

"Gwneud pethau braf gyda'm teulu"



Angen rhywun i siarad â nhw?

Os ydych chi'n anfodlon ar unrhyw gynlluniau i weld eich teulu ac eisiau i rywbeth newid, gallwch chi siarad â'ch gweithiwr cymdeithasol, eich gofalwr maeth neu eich IRO a dweud wrthyn nhw sut rydych chi'n teimlo.

Fel arfer bydd eich cyfarfodydd adolygu'n cael eu cynnal bob 6 mis, ac mae'r cyfarfod hwnnw'n gyfle i chi ddweud beth rydych chi eisiau ei weld yn digwydd.

Oes angen help arnoch chi i ddweud wrth eich gweithiwr cymdeithasol neu eich IRO sut rydych chi'n teimlo? Mae eiriolydd yn rhywun sy'n gallu eich cefnogi i wneud hynny. Gallwch chi ddarganfod sut mae cael eiriolydd trwy fynd www.meiccymru.org neu ffonio 080880 23456.

Elusen yw Lleisiau o Ofal/Voices from Care Cymru sy'n cefnogi pobl ifanc sydd mewn gofal. Gallwch chi gysylltu a nhw i gael gwybodaeth a chyngor ar 02920 451431 neu fynd i'w gwefan www.vfcc.org.uk



Cyngor gan bobl ifanc sydd â phrofiad o ofal

“Daliwch ati i ddweud wrth bobl, daliwch ati i sôn am y peth wrth eich gweithiwr cymdeithasol, eich gofalwr maeth ac unrhyw un sy'n barod i wrando”

“Defnyddiwch eiriolydd i sicrhau bod eich barn yn cael ei chlywed”

“Defnyddiwch yr holiaduron gewch chi cyn eich adolygiad”

“Os oedd cyswllt yn cael ei ganslo neu os oedd Dad yn hwyr, byddwn i'n teimlo mor grac a thrist, byddai'n sbwyllo gweddill y diwrnod. Dwi'n credu bod e'n bwysig dweud beth ych chi eisiau ei weld yn digwydd, ac os dyw hynny ddim yn digwydd, mae'n iawn. Ddylai gweld eich teulu ddim bod yn rhywbeth sy'n gwneud chi'n anhapus”

“Ysgrifennwch lythyr a dweud beth rydych chi eisiau”

“Gofalwch eich bod chi'n sôn am y peth mewn adolygiadau”

“Roeddwn i wastod yn teimlo mod i yn y canol, rhwng Mam a'r gofalwr maeth, rydw i'n credu dylai pobl ifanc eraill gael gwybod, os ydyn nhw'n teimlo fel'na, nad dim ond nhw sydd yn y sefyllfa yna!”