

Byddardod a Chwrsela mewn Ysgolion

Diffiniad: Yn y ddogfen hon mae'r term "byddar" yn cael ei ddefnyddio i gyfeirio at blant sydd â nam bychan, canolig, difrifol neu ddwys ar eu clyw. Mae'n cael ei ddefnyddio i gyfeirio at blant sydd â nam ar y ddwy glust a hefyd sydd â nam ar un glust.

Hefyd, dylai chwrselwyr mewn ysgolion ystyried y cyfarwyddyd hwn wrth ymdrin â phlant sy'n dioddef nam dros dro ar eu clyw.

Amcangyfrifir bod plant a phobl ifanc fyddar 60% yn fwy tebygol o ddioddef problemau iechyd meddwl na phlant eraill.¹

Nid y byddardod ei hun sy'n gyfrifol am y cynnydd yn niferyrachosion o broblemau iechyd emosiynol, ond yn hytrach goblygiadau bod yn fyddar mewn cymdeithas sy'n clywed a'r rhwystrau cyfathrebu sy'n deillio o hynny.

Oherwydd y nifer cynyddol o anawsterau emosiynol ymhlith y boblogaeth fyddar ifanc, mae'n bwysig bod camau'n cael eu cymryd i hybu meddyliau iach ymhlith disgyblion byddar. Argymhellir fod staff ysgolion yn gweithio'n rhagweithiol â disgyblion byddar i sicrhau eu bod yn gyfforddus ac yn hyderus gyda'u byddardod.

Gan fod rhwystrau cyfathrebu'n gallu golygu bod plant byddar yn fwy agored i broblemau iechyd emosiynol, mae'n bwysig hefyd sicrhau bod cymuned yr ysgol yn cynnwys plant a phobl ifanc fyddar. Er enghraifft, dylai'r holl staff a phlant yng nghymuned yr ysgol dderbyn hyfforddiant i'w gwneud yn fwy ymwybodol o fyddardod.

¹ Department of Health (2005), *Mental Health and Deafness: Towards Equity and Access*

Cwrsela plentyn byddar

Yn ogystal â hybu meddyliau iach, mae'n bwysig bod ysgolion yn sicrhau bod ei gwasanaethau chwrsela'n darparu ar gyfer anghenion penodol plant a phobl ifanc fyddar. Drwy wneud hyn, bydd yn ei gwneud yn haws i ddisgyblion byddar ddefnyddio'r gwasanaeth os/pa bryd bynnag fydd ei angen arnynt.

Yn union fel pob plentyn arall, gall plant byddar brofi anawsterau emosiynol am resymau nad ydynt yn gysylltiedig â'u byddardod. Fodd bynnag, mae'n bwysig er hynny bod chwrselwyr yn deall byddardod a'r heriau penodol y mae plant a phobl ifanc fyddar yn gallu eu hwynebu.

Hefyd, mae'n hanfodol bod chwrselwyr ysgol yn deall y gwahanol ddulliau o gyfathrebu'n effeithiol â phlant a phobl ifanc fyddar.

Yn ôl yr amgylchiadau unigol, dylid gofyn am gymorth/cyngor/atgyfeiriad gan y Gwasanaeth Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS).

Rhaid cofio bod pob plentyn byddar yn wahanol a bydd angen cynllunio sesiynau sy'n seiliedig ar

anghenion cyfathrebu penodol y plentyn... ond dyma ychydig o awgrymiadau i'w cadw mewn cof:

1. Sicrhau bod yr amgylchiadau'n briodol

Mae llawer o blant byddar yn dibynnu ar ddarllen gwefusau a defnydd o sain i gyfathrebu. Gall golau gwael wneud darllen gwefusau'n anodd a gall synau/atseiniau allanol effeithio ar y gallu i gyfathrebu. Mae'n bwysig felly sicrhau bod yr ystafell wedi'i goleuon dda a'i bod yn dawel. Efallai y bydd angen tynnu'r llenni neu symud cadeiriau i wneud cyfathrebu'n haws. Hefyd, dylai'r cwrselydd eistedd gyferbyn â'r disgybl byddar.

Cyn i'r sesiwn ddechrau, dylai'r cwrselydd ofyn i'r plentyn/person ifanc byddar a yw golau a threfn yr ystafell yn addas ar ei gyfer.

2. Gwneud cyswllt llygad

Bydd angen i gwrselwyr gwblhau ffurflenni a gwneud nodiadau'n aml yn ystod sesiynau. Er nad yw torri cyswllt llygad o bryd i'w gilydd i wneud nodiadau'n effeithio llawer ar y rhyngweithio â chleient sy'n clywed, gall amharu ar lif y sgwrs â chleient byddar a gall ymddangos yn anghwrtais iddo. Awgrymir felly y dylai'r cwrselydd wneud ei orau i beidio gwneud nodiadau yn ystod y sesiwn. Neu, gallai'r cwrselydd gytuno i gymryd ambell egwyl fer i wneud nodiadau, ond gallai hyn hefyd dorri ar lif y sesiwn.

3. Byddwch yn Weledol

Dylid cofio bod ymagwedd pobl ifanc fyddar at y byd yn unweledol. Felly, gall defnyddio technegau gweledol yn ystod sesiynau, megis arddangosiadau, fideo, siartiau troi a byrddau gwyn fod yn ddefnyddiol.

Fod bynnag, dylai cwrselwyr fod yn ofalus i beidio siarad tra maent yn edrych i ffwrdd neu pan mae'r plentyn/disgybl yn edrych ar ddeunydd gweledol.

4. Cofiwch ei ysgrifennu!

Cofiwch fod darllen gwefusau neu ddehongli iaith Arwyddion Prydain (BSL) yn gallu bod yn flinedig. Gall hyn effeithio ar allu plentyn ifanc byddar i gofio gwybodaeth. Felly, byddai'n fuddiol i ysgrifennu pob cytundeb/gweithred/penderfyniad mewn iaith syml i'r person ifanc ei gadw.

Efallai y bydd hefyd angen ysgrifennu unrhyw air y mae'r cwrselydd/person ifanc yn cael anhawster ei ddeall. Gall y dechneg hon fod yn arbennig o ddefnyddiol yn achos plant byddar nad ydynt yn defnyddio iaith arwyddion, ac sydd heb lawer o iaith lafar.

Fodd bynnag, dylech gofio nad yw'r dull hwn yn briodol yn achos pob plentyn byddar. Bydd rhai plant byddar yn cael anhawster ag iaith ysgrifenedig, ac efallai nad fydd gan rai sy'n defnyddio BSL fel iaith gyntaf ddim neu fawr ddim iaith ysgrifenedig. Mewn achosion o'r fath, gall delweddau gweledol fod yn fwy priodol.

5. A yw therapiâu siarad cyffredin yn briodol i bob plentyn?

Byddyn rhaid i lawer o blant byddar ganolbwyntio'n galed er mwyn dilyn sgysiau llafar maith, felly dylech feddwl am ffyrdd o dorri'r drafodaeth yn wahanol rannau.

Dylid nodi hefyd y gall llythrennedd rhai plant byddar fod yn hwyr yn datblygu ac y gallai disgrifio emosiynau haniaethol fod yn anodd. Felly, byddai'n syniad da i gael papur a phinnau ffelt lliw wrth law, i alluogi'r plant i dynnu lluniau os ydynt yn cael trafferth i fynegi ar lafar y gair neu'r emosiwn maent yn ei deimlo.

6. Gwnewch yn sir bod yr asesiad yn briodol i'r plentyn

Mae'n bwysig eich bod yn sylweddoli na fydd nifer o asesiadau therapiwtig a mesurau safonol yn debygol o roi asesiad priodol o lawer o blant byddar, hyd yn oed ar ôl eu trosi i iaith arwyddion. Gall asesiadau safonol fod yn ddigon yn achos plant ag ymagwedd lafar at ddysgu, ond efallai y bydd angen mabwysiadu ymagwedd fwy agored hefyd i ganfod anghenion therapiwtig. Gall fod yn fuddiol i gysylltu â chorff proffesiynol gyda mwy o brofiad o weithio â phlant byddar.

7. Ystyriwch llythrennedd emosiynol y plentyn

Dylech sylweddoli y gall plant byddar fod wedi profi oedi wrth ddysgu iaith. Mae llawer o blant byddar yn ymwybodol o'u teimladau, ond nid

yw'r eirfa ganddynt i roi 'label' arnynt. Bydd deall ac ystyried teimladau'n cyfrannu at allu plentyn i adnabod eu teimladau eu hunain a rhai pobl eraill, ac mae'n eu helpu i reoli'u hemosiynau hefyd.

A yw'n well ganddo ef/hi ddefnyddio iaith arwyddion?

Bydd rhai plant byddar yn defnyddio iaith Arwyddion Prydain (BSL) fel iaith gyntaf. Mae BSL yn iaith gwbl wahanol i Gymraeg/Saesneg, ac mae ganddi ei strwythur gramadegol ei hun. Gallant ddefnyddio mathau eraill o arwyddo/cyfathrebu hefyd. Peidiwch â cheisio ymlafnio'ch ffordd drwy sesiwn gwnsela ar eich pen eich hun – defnyddiwch gyfieithydd.

Dylid nodi y bydd llawer o blant byddar yn cael eu dysgu drwy ddulliau llafar yn yr ysgol, ond efallai y byddant yn fwy cyfforddus yn defnyddio iaith arwyddion mewn sefyllfaoedd cymdeithasol. Gofynnwch i'r plentyn pa ddull o gyfathrebu yr hoffai ei ddefnyddio yn ystod y sesiwn.

Dyma rai pwyntiau y dylid eu cadw mewn cof wrth weithio â phlentyn/person ifanc y mae'n well ganddo gyfathrebu drwy iaith arwyddion...

1. Trefnwch i gael cyfieithydd priodol

Mae gwahanol fathau o arwyddo; mae SSE (Sign Supported English), er enghraifft, yn sylfaenol wahanol i BSL. Mae'n bwysig eich bod yn cael cyfieithydd sy'n medru cyfieithu yn y dull cyfathrebu o ddewis y person ifanc.

Dylai cwrselwyr sicrhau hefyd fod y person ifanc yn hapus â'r cyfieithydd a ddewiswyd. Efallai na fydd y person ifanc yn gyfforddus wrth ddibynnu ar weithiwr cymorth cyfathrebu arferol yr ysgol mewn cyddestun chwrsela, ac ni ddylid ei orfodi i wneud hynny. Yn yr un modd, efallai na fydd y person ifanc yn hapus i ddefnyddio cyfieithydd mae'n ei weld yn rheolaidd yn y gymuned. Efallai y bydd eraill yn dymuno defnyddio cyfieithydd maent yn teimlo y gall ymddiried yn ddo, neu efallai y bydd yn well gan eraill ddefnyddio cyfieithydd gwrywaidd/benywaidd.

Yn dilyn sesiwn gwrsela, mae hefyd yn werth chweil gofyn i'r person ifanc a oedd yn teimlo'n gyfforddus â'r cyfieithydd cyn trefnu i'w ddefnyddio eto mewn sesiynau dilynol.

Os yn bosibl, dylid defnyddio cyfieithydd sydd â phrofiad o weithio mewn sesiynau chwrsela.

2. Siaradwch â mi, nid y cyfieithydd

Mae'r cyfieithydd yno i gyfieithu. Dylai cwrselwyr gydnabod presenoldeb y cyfieithydd, ond dylai gadw cyswllt llygad â'r person ifanc byddar wrth siarad ag ef.

3. Cadw'ch olwg ar yr iaith

Mae strwythur a geirfa iaith arwyddion yn wahanol iawn i'r hyn a geir mewn iaith lafar, felly yn aml bydd angen enghreifftiau i wneud synnwyr o gwestiynau penagored. Dylai cwrselwyr fod yn barod i allodod yrystyra cheisio cadw'n glir o gysyniadau haniaethol. Gallai fod yn fuddiol i gwrdd â'r cyfieithydd cyn y sesiwn i drafod y ffordd orau o lunio cwestiynau.

Hefyd, dylech fod yn ymwybodol y gall peth gwybodaeth gael ei "cholli" wrth ei chyfieithu.

4. Deall mynegiant yr wyneb

Mae cyfathrebu drwy iaith arwyddion yn defnyddio mynegiant yr wyneb i gyfleu emosiwn a gwybodaeth ramadegol. Dylai cwrselwyr felly fod yn ofalus iawn wrth ddefnyddio canfyddiad personol ac iaith y corff wrth wneud penderfyniad ar les y client, gan fod perygl i hyn arwain at gamddehongli.

Nid oes ateb hawdd i hyn – gofynnwch am gyngor, dysgwch fwy am iaith arwyddion, a gofynnwch i'r person ifanc sut mae'n teimlo os ydych yn ansicr.

5. Gweithio â'r cyfieithydd

Gall perthynas waith dda â chyfieithydd helpu i sicrhau bod y sesiwn yn mynd rhagddi'n ddidrafferth. Os oes modd gallai fod yn fuddiol i gwrdd â'r cyfieithydd cyn y sesiwn i drafod y fformat y bwriedir ei ddefnyddio ac arddull y chwrsela.

Os nad ydych wedi gweithio â chyfieithydd o'r blaen, mae'n bwysig cofio efallai y bydd yn rhaid i chi dreiddio'n ddwfn i'r iaith sy'n cael ei ddefnyddio i ganfod ystyr dyfnach – bydd y cyfieithydd yn rhoi'r cyfieithiad gorau o'r hyn y mae cwrselydd/client yn dymuno'i gyfleu, ond hyd yn oed wedyn efallai y bydd angen eglurhad pellach ar y client.

Dylech hefyd fod yn barod i ailadrodd neu aralleirio brawddegau ar gyfer y cyfieithydd os bydd yn gofyn.

Dylid meddwl am les y cyfieithydd hefyd. Fodd bynnag, byddwch yn ofalus pan fyddwch yn

siarad â'r cyfieithydd ar ôl y sesiwn – mae perygl i'r disgybl feddwl eich bod yn siarad amdano.

Deall eich cyfyngiadau a gofyn am gymorth!

Mewn byd perffaith, byddai plant byddar yn derbyn gwasanaeth cwrselwyr sy'n wybodus am fyddardod a diwylliant byddar, yn ogystal â bod yn ymwybodol o'r heriau arbennig maent yn eu hwynebu. Er enghraifft, ni fydd rhai plant yn teimlo'n fyddar nac yn clywed. Nid yw hyn yn bosibl bob amser, ond y peth pwysig yw bod cwrselwyr yn barod i ddysgu am fyddardod a chymryd camau i sicrhau bod gwasanaethau'n gwbl hygyrch. Os yw eich gwybodaeth yn brin, efallai y byddai'n werth i chi gysylltu â'r ysgol/Athro Plant Byddar yr Awdurdod Addysg Lleoli drafod y gwahanol rwystrau y gall plant byddar eu profi. Cewch hefyd fwy o fanylion am fyddardod yn www.ndcs.org.uk

Adnoddau eraill

- Mae **Cymdeithas Genedlaethol y Plant Byddar (NDCS)** wedi cynhyrchu cyhoeddiad *Healthy Minds*, y gall gweithwyr proffesiynol ei ddefnyddio i hybu lles emosiynol plant byddar 10 i 18 oed. Mae'r pecyn adnoddau hefyd yn helpu i sicrhau bod plant a phobl ifanc fyddar yn alluog i wynebu'r her o fod yn fyddar mewn byd sy'n clywed.

Mae'r NDCS hefyd wedi cyhoeddi *What are you feeling?*, arweiniad i ddysgu llythrennedd emosiynol.

Am ragor o wybodaeth, gallwch ffonio llinell gymorth y NDCS ar 0808 800 8880.

- **RNID** – www.rnid.org.uk, 0808 808 0123 neu 0808 808 9000 (testun)
- **Mairian Corker** (1994), *Counselling: The Deaf Challenge*
- **BSMHD** – Cymdeithas Iechyd Meddwl a Byddardod Prydain
- Mae **Coleg Brenhinol y Seiciatryddion** wedi cyfieithu taflenni Mental Health and Growing Up i laith Arwyddion Prydain, ac maent ar gael ar eu gwefan yn: www.rcpsych.ac.uk/mentalhealthinfo/mentalhealthandgrowingup.aspx
- Mae **Sign Health** yn elusen a sefydlwyd i fod o gymorth ag anghenion pobl fyddar yn y gymuned, gan ganolbwyntio ar ofal iechyd meddwl a chorfforol. Am ragor o wybodaeth, ewch i www.signhealth.org.uk
- Mae gan wefan **Deaf Info** fwy o wybodaeth am iechyd meddwl, byddardod a'r gwasanaethau arbennig sydd ar gael i gynorthwyo pobl fyddarsy'n profi trallod meddwl, www.deafinfo.org.uk
- Mae'r **Society for Mental Health and Deafness** yn fudiad byd-eang sy'n hyrwyddo iechyd meddwl positif pobl fyddar yn Ewrop. Am ragor o wybodaeth, ewch i www.esmhd.org/eu