

HELP LLAW

i rieni sydd wedi gwahanu



Grŵp o blant a phobl ifanc sydd â phrofiad o achosion cyfraith teulu yw'r Bwrdd Pobl Ifanc ar gyfer Cyfiawnder Teulu (FJYPB). Maen nhw wedi llunio'r rhestr isod o argymhellion i roi help llaw i rieni i ystyried materion o safbwynt eu plant.

'GWRANDEWCH AR EICH PLENTYN'

Cewch fwy o wybodaeth am FJYPB yn cafcass.gov.uk

1.1

- Cofiwch fod gen i'r hawl i weld fy rheini, y ddau ohonynt, cyn belled ei fod yn ddiogel i mi.

2

- Dw i'n gallu cael perthynas gyda partner fy rhiant arall ac ni fydd hyn yn newid y ffaith mod i'n eich caru chi.

3

- Plŷs wnewch chi drïo cyfathrebu'n dda efo fy rhiant arall oherwydd bydd hyn yn helpu fi. Siaradwch yn gwrtais gyda nhw plŷs.

4

- Cofiwch ddweud wrth fy rhiant arall am fy anghenion a beth sy'n digwydd yn fy mywyd. Ella bydda i angen eu help nhw hefyd.

5

- Peidiwch â dweud pethau cas am fy rhiant arall, yn enwedig os dw i'n gallu clywed pob dim. Cofiwch, dw i'n digwydd clywed eich sgysiau neu'n gallu gweld eich sylwadau ar Facebook, ac ati.

6

- Cofiwch ei fod yn berffaith iawn i mi garu fy rhiant arall a chael perthynas gyda nhw.

7

- Peidiwch â gwneud i mi deimlo'n euog am dreulio amser gyda fy rhiant arall.

8

- Peidiwch â gwneud penderfyniad parhaol am fy mywyd yn seiliedig ar sut rydych yn teimlo rŵan. Meddyliwch am sut rydw i'n teimlo rŵan a sut galla i deimlo yn y dyfodol. Efallai bydd fy nymuniadau yn newid.

9

- Byddwch yn fodlon newid pethau, byddwch yn hyblyg ac yn fodlon cyfaddawdu wrth gytuno ar drefniadau i mi.

10

- Dwi i'n derbyn bod fy rheini ddim yn mynd i wneud pethau yn union yr un ffordd. Rydych chi'n wahanol a dw i'n deall hynny.

11

•Peidiwch ag ymddwyn fel chi sy'n berchen arnaf i a fy eiddo. Gadewch i mi fynd â'r pethau dw i eu hangen gyda fi pan fydda i'n treulio amser gyda fy rhiant arall, fel gwaith ysgol, dillad ymarfer corff, dillad, llyfrau, gemau, fy ffôn, ac ati. Gadewch i mi ddewis y pethau rydw i eisïau mynd gyda fi.

12

•Dywedwch wrthaf i am unrhyw newid i'r trefniadau.

13

•Ceisiwch beidio teimlo'n drist os ydw i'n dewis treulio amser gyda fy ffrindiau yn lle gweld chi. Dw i'n tyfu i fyny!

14

•Cofiwch fod dyddiadau pwysig (penblwyddi, dathliadau, noson rieni, mabolgampau, ac ati) yn bwysig i chi, i mi, ac i fy rhiant arall. Efallai bydda i eisïau rhannu fy amser rhwng y ddau ohonoch ar y dyddiadau hyn.

15

•Cytunwch gyda fy rhiant arall pwy sy'n gyfrifol am y pethau ychwanegol dw i eu hangen, fel sgïdiau ysgol newydd, teithiau ysgol, pres cinio, a thalu am hobïau a gweithgareddau ar ôl yr ysgol. Dydw i ddim eisïau bod yn rhan o'r drafodaeth hon.

16

•Cofiwch, dydw i ddim yn disgwyl i chi na fy rhiant arall fod yn berffaith, felly dydw i ddim eisïau i chi ddisgwyl i fy rhiant arall fod yn bertffaith chwaith. Rhaid derbyn bod pawb yn gwneud camgymeriadau a symud ymlaen.

17

•Gwnewch yn siŵr fy mod i ddim yn methu unrhyw ddigwyddiadau teuluol pwysig. Cytunwch ar gyfaddawd gyda fy rhiant arall i sicrhau bod fi'n gallu ymuno â digwyddiadau.

18

•Peidiwch â stopio fi rhag gweld aelodau o fy nheulu estynedig sy'n bwysig i mi. Gofynnwch i mi sut dw i'n teimlo amdanyn nhw. Peidiwch â chymryd yn ganiataol fy mod i'n teimlo yr un peth â chi.

19

•Peidiwch â gofyn i mi basio negeseuon rhyngoch chi a fy rhiant arall.

20

•Peidiwch â defnyddio fy mherthynas gyda fy rhiant arall yn erbyn fi, na nhw.

21

•Peidiwch â gofyn i mi ddweud celwydd wrth fy rhiant arall neu aelodau eraill o'r teulu.

22

•Peidiwch â gofyn i mi ddweud celwydd wrth weithwyr proffesiynol, na dweud beth rydych chi eisïau fi ddweud.

23

•Peidiwch â gwneud i mi deimlo'n ofnus am leisio fy marn am drefniadau oherwydd bod fi'n ofn cael stŵr neu gael fy nhrin yn wael os ydych chi'n anghytuno.

24

•Cofiwch ella fy mod i eisïau pethau gwahanol i'r hyn mae fy mrawd neu chwaer eisïau.

25

•Peidiwch â phoeni am yr agraiff fydd pobl eraill yn ei gael na beth maen nhw'n feddwl. Fi sy'n bwysig.