

Fframwaith Triniaeth Defnyddio Sylweddau

Sicrhau bod plant a phobl ifanc yn cael y gefnogaeth gywir



Llywodraeth Cymru
Welsh Government



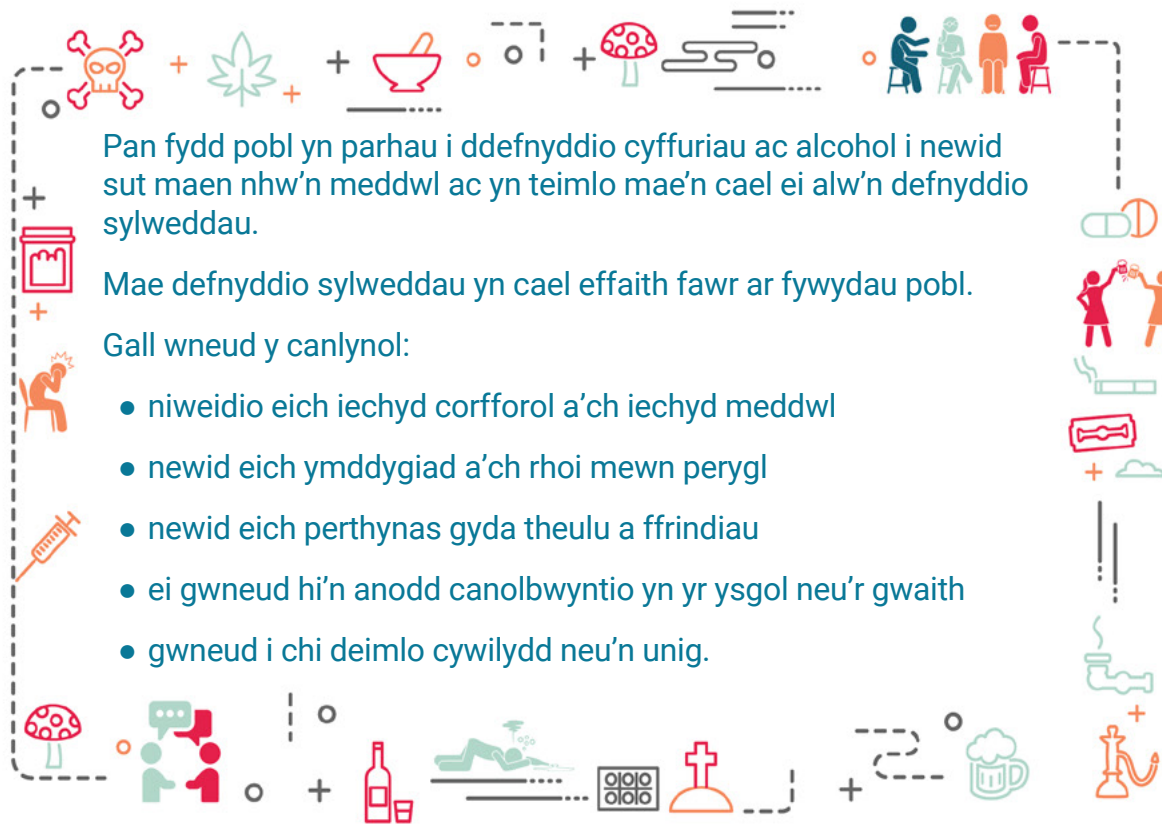
Crynodeb person ifanc

Helo

Mae eich iechyd a'ch lles yn bwysig. Nid yw bod yn iach ym mhob rhan o'ch bywyd yn digwydd ohono ei hun. Mae'n rhywbeth mae'n rhaid i chi weithio arno ac weithiau cael cymorth gydag ef.

Nid yw Llywodraeth Cymru eisiau i unrhyw un gollu cyfleoedd mewn bywyd oherwydd alcohol a chyffuriau.

i Mae cyffur yn golygu unrhyw sylwedd cemegol sy'n achosi newid yn eich corff neu'ch meddwl pan fyddwch chi'n ei fwyta.



Mae rhai pobl ifanc mewn mwy o berygl o ddefnyddio sylweddau nag eraill. Er enghraifft, pobl ifanc sydd:

- â rhiant sy'n camddefnyddio cyffuriau neu alcohol
- â materion iechyd meddwl
- wedi profi gofal
- wedi profi esgeulustod neu gamdriniaeth
- wedi cael eu gwahardd o'r ysgol
- ag anghenion dysgu ychwanegol
- yn droseddwr ifanc.



Ynglŷn â'r fframwaith

Bydd y fframwaith hwn yn helpu i sicrhau bod pobl ifanc yn cael y gefnogaeth gywir, gan y gwasanaethau cywir, ar yr adeg cywir!

Er mwyn ein helpu i ysgrifennu'r fframwaith hwn fe wnaethom ni'r canlynol:

- sefydlu grŵp o weithwyr proffesiynol
- edrych ar adroddiadau a darllen astudiaethau achos
- casglu tystiolaeth
- cynnal digwyddiadau a gweithdai
- siarad â gweithwyr proffesiynol sy'n darparu ac yn rhedeg gwasanaethau
- siarad ag academyddion prifysgol
- siarad gyda phlant a phobl ifanc.

Fe wnaethom siarad â llawer o weithwyr proffesiynol a chytuno ar 3 argymhelliad i wella gwasanaethau ledled Cymru. Mae'r fframwaith hwn yn dibynnu ar y 3 pheth hyn yn digwydd.

1

Mae'r holl wasanaethau i blant a phobl ifanc (hyd at 25 mlwydd oed) ar agor, ar gael ac yn gallu gwneud y newidiadau cywir i ddiwallu eu hanghenion.

2

Cael un offeryn asesu electronig ar gyfer pob gwasanaeth fel bod gwybodaeth yn cael ei chasglu a'i rhannu'n well.

3

Cael gwasanaethau arbennig sy'n camu i mewn yn gynnar i gefnogi pobl ifanc 15-25 mlwydd oed sy'n agored i niwed ac sydd fwyaf mewn perygl.

Mae'r fframwaith hwn ar gyfer pawb sy'n gweithio yn y canlynol:



y system cyfiawnder troseddol.



gwasanaethau gofal cymdeithasol



gwasanaethau iechyd



Yr Iaith Gymraeg

Mae'r fframwaith hwn yn cefnogi'r Gymraeg. Mae'n helpu i sicrhau bod gwasanaethau ar gael yn Gymraeg a bod staff yn gallu gwella eu sgiliau Cymraeg.

1. Estyn allan a chamu i mewn

Allgymorth ac ymgysylltu â phobl ifanc

Rydym ni am sicrhau bod pobl ifanc yn gwybod am yr effeithiau y gall cyffuriau ac alcohol eu cael ar eu bywydau. Rydym ni am iddyn nhw feddu ar y sgiliau bywyd a'r addysg iawn fel y gallant wneud y dewisiadau cywir.

Gall ymgyrchoedd cyfryngau mawr weithio, ond gallant hefyd wneud i bobl ifanc deimlo ofn neu gwilydd.

Rydym ni am ddefnyddio rhaglenni a phrosiectau sy'n targedu'r hyn sydd ei angen ar bobl ifanc. Dylen nhw wneud y canlynol:

- egluro beth yw defnyddio sylweddau a'r niwed y gall ei gael ar fywyd
- hyrwyddo agweddau cadarnhaol tuag at yr ysgol, perthnasoedd, sgiliau a bywyd.

Dylent gynnwys gwybodaeth a phrofiadau pobl ifanc eraill.

Defnyddio'r rhyngrwyd

Gellir defnyddio technoleg ddigidol, cyfryngau cymdeithasol a llwyfannau ar-lein eraill i ymgysylltu â phobl ifanc a chynnig cefnogaeth iddyn nhw. Mae'r math hwn o gefnogaeth yn helpu pobl ifanc sydd eisiau aros yn anhysbys neu sy'n methu cyrchu gwasanaethau eraill.

Atal – camu i mewn yn gynnar i helpu pobl ifanc

Mae llawer o wasanaethau yn camu i mewn yn gynnar i atal pobl ifanc rhag defnyddio cyffuriau ac alcohol. Rydym ni hefyd eisiau gwasanaethau i gefnogi pobl ifanc sy'n defnyddio cyffuriau ac alcohol a'u helpu i leihau'r hyn maen nhw'n ei wneud neu hyd yn oed stopio. Bydd hyn yn helpu i leihau'r niwed ac yn arwain at lai o bobl angen cymorth gan wasanaethau arbennig yn ddiweddarach mewn bywyd.

Dylai'r gefnogaeth hon fod yn gadarnhaol a pheidio â barnu pobl ifanc. Dylai gynnwys y canlynol:

- cefnogaeth ar gyfer addysg
- cyngor ar iechyd a lles
- cymorth ar gyfer iechyd meddwl
- cyngor ar dai
- cyngor ar iechyd rhywiol a pherthnasoedd
- hyfforddiant gwydnwch
- sgiliau bywyd a mwy.

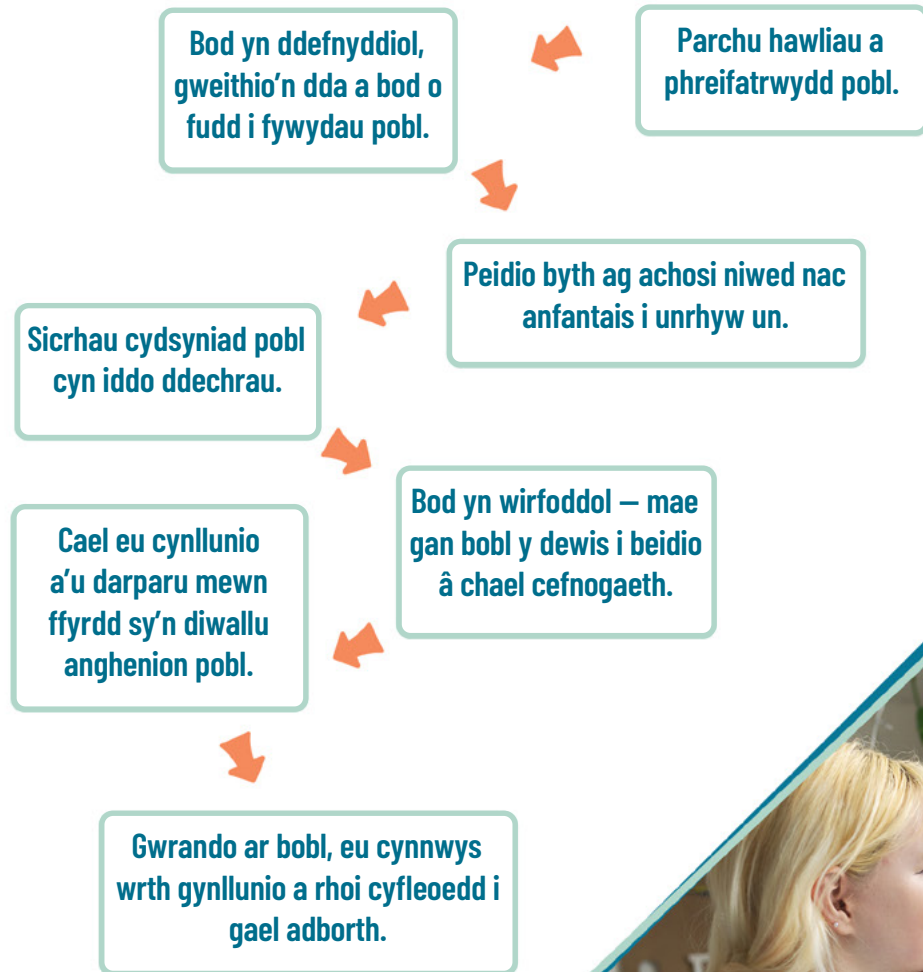
Dylai hefyd gynnwys amrywiaeth o wasanaethau cymunedol, chwaraeon a gweithgareddau.

Bydd gwasanaethau arbenigol ar gael i bobl ifanc sydd eu hangen.



Safonau

Dylai pob gwasanaeth cymorth fodloni'r canlynol:



Canolfan Fonitro Ewropeaidd ar gyfer Cyffuriau a Dibyniaeth ar Gyffuriau (EMCDDA)



Rhaid i bob rhaglen neu brosiect sy'n ymgysylltu â phobl ifanc fodloni'r canlynol:



Gweithio gyda'n gilydd

Pan fydd gwasanaethau'n gweithio gyda'i gilydd, gallant gynnig gwell cefnogaeth i bobl ifanc. Gallant eu helpu gyda llawer o wahanol faterion yn eu bywydau a gwella eu dyfodol.

Mae llawer o wasanaethau eisoes yn gwneud hyn — er enghraifft mae ysgolion yn aml yn gweithio gyda gwasanaethau ieuencid, gwasanaethau gofal cymdeithasol a gwasanaethau iechyd.

Dylai gwasanaethau cymorth fod ar gael lle mae pobl ifanc:

- prosiectau allgymorth stryd
- clybiau nos, gwyliau a digwyddiadau
- meddygfeydd a gwasanaethau iechyd eraill
- parciau ac ardaloedd hamdden
- hosteli neu lety â chymorth
- campfeydd a chanolfannau hamdden.



Cefnogi pobl ifanc yn y ffyrdd cywir

Mae llawer o bobl, o gefndiroedd, diwylliannau a chredoau gwahanol yn byw yng Nghymru. Mae'n bwysig bod pawb yn cael eu trin â pharch ac yn cael cefnogaeth sy'n diwallu eu hanghenion.

Mae hyn yn cynnwys anghenion:

- **pobl ifanc Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig**
- **pobl ifanc LHDTC+**
- **pobl ifanc sydd mewn perygl o fynd i mewn i ofal.**

Dylai gwasanaethau barchu gwahaniaethau diwylliannol, anghenion ieithyddol a meithrin ymddiriedaeth gyda chymunedau. Dylent ddeall pa mor anodd y gall fod i rai pobl ifanc ofyn am gymorth a gwybod sut i'w cysylltu â gwasanaethau eraill.

Dylai cymorth fod ar gael mewn:

- ysgolion, colegau a phrifysgolion
- canolfannau cymunedol a chlybiau ieuencid
- grwpiau dynion, grwpiau merched a lleoliadau rhyw-benodol.

Cadw pobl ifanc yn ddiogel

Llinellau cyffuriau

Mae rhai gangiau troseddol yn defnyddio pobl ifanc i symud, storio a gwerthu cyffuriau ledled y DU. Gelwir hyn yn 'llinellau cyffuriau'.

Mae angen i wasanaethau adnabod arwyddion bod pobl ifanc mewn perygl o bosibl, fel:

- colli llawer o amser ysgol
- mynd ar goll o'u cartref neu deulu
- mynd allan o'r ardal yn aml
- bod â llawer o arian na allant ei esbonio
- cael llawer o bethau newydd fel colur, dillad neu ffonau symudol
- cael llawer o negeseuon testun neu alwadau ffôn.

Pobl ifanc sydd mewn perygl o fod yn ddigartref

Mae pobl ifanc sy'n ddigartref, sydd mewn perygl o fod yn ddigartref, neu sy'n sofffa-syrffio yn aml yn defnyddio cyffuriau neu alcohol i ymdopi. Dylai gwasanaethau weithio gyda'i gilydd a'u cefnogi i ddod o hyd i dai, meithrin perthnasoedd iach, meithrin gwydnwch a sgiliau bywyd eraill.

Cysylltu â gwasanaethau arbenigol

Dylai pobl ifanc gael cymorth gan wasanaethau arbenigol pan fyddan nhw ei angen cyn gynted â phosibl. Dylai gweithwyr proffesiynol allu sylwi pan fydd angen help ychwanegol ar rywun.

Mae angen rhannu gwybodaeth ar yr adeg cywir, yn y ffyrdd cywir.



2. Asesiadau a chynllunio gofal

Asesiadau

I weithio allan beth sydd ei angen ar bobl ifanc — mae gwasanaethau'n gwneud asesiad. Mae'r asesiad yn edrych ar bob rhan o fywyd y person ifanc i weld lle maen nhw angen cymorth.

Bydd yr adnodd asesu ar-lein newydd ar gyfer Cymru yn ei gwneud yn haws i wasanaethau gasglu a rhannu gwybodaeth.

Dylai pobl ifanc fod yn rhan o benderfyniadau a dylai'r asesiad gynnwys:

- beth maen nhw'n ei wneud a ble maen nhw'n mynd
- pa weithgareddau maen nhw'n ymwneud â nhw
- pwy sydd yn eu bywydau a phwy sy'n dylanwadu arnynt
- beth maen nhw'n ei wybod am gyffuriau, alcohol a'r risgiau
- pa sylweddau maen nhw'n eu defnyddio, sut maen nhw'n eu defnyddio, a ble maen nhw'n eu cael
- sut maen nhw'n gweld eu bywyd a'u dyfodol
- beth yw eu nodau
- pa gefnogaeth maen nhw'n gobeithio ei chael.

Ar ôl yr asesiad, dylai'r cymorth ddechrau cyn gynted â phosibl.

Nodi risgiau

Dylid defnyddio'r asesiad i ddarganfod p'un a yw'r person ifanc:

- wedi profi hanes o ddefnyddio cyffuriau
- wedi gorddosio yn y gorffennol
- yn dioddef o broblemau iechyd meddwl eraill
- yn ymwneud â throsedd neu ymddygiad peryglus arall.

i Mae **Fframwaith Cymru Gwybodus am Drawma newydd**. Mae'n helpu gwasanaethau i fod yn fwy ymwybodol o sut mae trawma yn effeithio ar fywydau pobl. Dylai'r asesiad gynnwys gwybodaeth am unrhyw drawma mae pobl ifanc wedi'i profi.



Caniatâd

Gall pobl ifanc o dan 16 mlwydd oed roi eu caniatâd i dderbyn gofal iechyd. Gallant benderfynu yn erbyn triniaeth. Ond gall gweithwyr proffesiynol ddefnyddio'r prawf Gillick i wirio a ydynt yn gallu gwneud penderfyniadau drostyn nhw eu hunain.

Rhaid i bobl ifanc dros 16 mlwydd oed fod yn rhan o bob penderfyniad am eu gofal iechyd. Gallant gydsynio'n gyfreithiol i dderbyn gofal iechyd neu hefyd benderfynu peidio â chymryd triniaeth.

Maen nhw'n cael eu diogelu gan y Ddeddf Galluedd Meddyliol (MCA). Mae hyn yn golygu bod gweithwyr proffesiynol yn

penderfynu p'un a ydyn nhw'n gallu gwneud penderfyniadau.

Caniatâd rhieni

Dylai rhieni wybod am unrhyw driniaeth neu gynllun a rhoi caniatâd. Ond os nad yw person ifanc eisiau i'w rhieni wybod, yna dylid parchu eu dymuniadau, cyhyd â'i fod yn ddiogel.

Cynllunio gofal

Ar ôl yr asesiad, bydd y person ifanc yn cael **gweithiwr allweddol**, mae hwn yn rhywun sydd yno iddyn nhw ac y gallant ymddiried ynddo. Bydd y gweithiwr allweddol:

- yn eu cynnwys wrth gynllunio eu gofal
- yn eu helpu i ddatblygu eu cynllun gofal
- yn sicrhau bod pawb yn gwybod y rhan maen nhw'n ei chwarae wrth gefnogi'r person ifanc
- yn sicrhau bod y cynllun yn cynnwys gwybodaeth am y gwahanol wasanaethau dan sylw a'r driniaeth.

Dylai'r cynllun gofal gael ei wirio a'i ddiweddarau'n rheolaidd. Bydd hyn yn cadw llygad am unrhyw risgiau newydd ac yn sicrhau bod cefnogaeth yn dal i ddiwallu anghenion y person ifanc. Bydd hefyd yn rhoi cyfle i ddatlu pan fydd person ifanc yn cyrraedd ei nodau.



3. Lleihau niwed

Mae atal niwed parhaol i iechyd person ifanc neu eu cadw'n fyw yn flaenoriaeth. Mae yna lawer o bolisiâu a rhaglenni sy'n ceisio lleihau risg a niwed cyffuriau ac alcohol.

Bydd gweithwyr proffesiynol mewn gwasanaethau arbenigol yn gweithio gyda'r person ifanc i benderfynu pa raglenni triniaeth sydd orau iddyn nhw. Byddant hefyd yn sicrhau eu bod nhw'n cael eu cysylltu ag ystod o wasanaethau sy'n helpu pob rhan o'u bywyd.

4. Triniaethau

Mae llawer o wahanol fathau o driniaethau a therapiâu a all helpu i leihau defnyddio sylweddau. Gallant gynnwys pob math o ddulliau gwahanol, mewn gwahanol leoliadau, gyda lefelau gwahanol o weithwyr proffesiynol medrus. Dylai pobl ifanc fod yn rhan o ddewis beth sy'n iawn iddyn nhw.

5. Defnyddio meddyginiaethau

Weithiau mae angen cyffuriau meddygol ar bobl ifanc i'w helpu i leihau neu roi'r gorau i ddefnyddio cyffuriau ac alcohol. Mae hyn bob amser yn cael ei ddefnyddio gyda chymorth arall gan wasanaethau gan gynnwys gwasanaethau addysg, gwasanaethau cymdeithasol, gwasanaethau iechyd meddwl.

Nid yw'r math hwn o driniaeth yn cael ei rhoi i bobl ifanc yn aml iawn. Pan fydd yn digwydd, bydd gweithwyr proffesiynol yn sicrhau bod y person ifanc yn cael ei fonitro, bod ei gofnodion wedi'u diweddarau a'i fod yn ddiogel rhag niwed.

Bydd pobl ifanc a'u teuluoedd yn cael yr holl wybodaeth maen nhw ei hangen i wneud penderfyniadau a chydsynio i driniaeth.



6. Symud i wasanaethau oedolion

Nid yw dod yn oedolyn yn ddigwyddiad sy'n digwydd ar y diwrnod y byddwch chi'n troi'n 18 mlwydd oed. Mae gan bob person ifanc anghenion gwahanol, ac rydym ni am iddyn nhw symud o wasanaethau plant i wasanaethau oedolion pan fyddan nhw'n barod, os yn bosibl.

Dylai **pobl ifanc o dan 18 mlwydd oed** gael eu cefnogaeth gan wasanaethau plant neu bobl ifanc.

Os ydynt yn **18 i 24 mlwydd oed**, dylid defnyddio'r asesiad i benderfynu a ydynt yn cael cymorth gan bobl ifanc neu wasanaethau oedolion.

Dylai pobl ifanc:

- gymryd rhan mewn penderfyniadau ynghylch pryd y byddant yn symud gwasanaethau
- cael gweithiwr allweddol sy'n aros gyda nhw wrth iddyn nhw symud
- cael cyfleoedd i ymweld â gwasanaethau oedolion fel eu bod nhw'n gwybod beth i'w ddisgwyl
- cwrdd â'r tîm newydd o weithwyr proffesiynol a fydd yn eu cefnogi
- rhoi adborth ar y symud a sut maen nhw'n teimlo.

7. Gorffen triniaeth

Mae pobl ifanc sy'n cwblhau eu triniaeth yn fwy tebygol o brofi dyfodol gwell.

Tynnu'n ôl a stopio triniaeth

Weithiau mae pobl ifanc yn tynnu'n ôl o driniaeth. Os yw person ifanc yn dechrau colli apwyntiadau, yna mae'n bwysig gwneud gwaith dilynol a darganfod pam. Ar ôl 8-wythnos, mae'n cael ei farcio fel ymadawriad heb ei gynllunio o gefnogaeth.

Os byddant yn dod yn ôl i ofyn am help, dylai gwasanaethau eu gweld cyn gynted â phosibl.

Dylai gwasanaethau wneud asesiad newydd sy'n edrych ar y rhesymau pam y gwnaethant dynnu'n ôl a sut y gellid ei osgoi yn y dyfodol.

Gorffen cefnogaeth

Dylai'r amser pan fydd triniaeth yn dod i ben fod yn rhan o'r cynllun gofal. Mae hyn yn helpu pawb i wybod beth sy'n digwydd a phryd. Hyd yn oed ar ôl iddyn nhw orffen, dylai pobl ifanc gael yr holl wybodaeth maen nhw ei hangen am Gadw mewn Cysylltiad (KiT) fel y gallant gyrraedd gwasanaethau cymorth os byddan nhw angen gwneud hynny yn y dyfodol.



Y gweithlu

Mae sicrhau bod y bobl iawn yn gweithio mewn gwasanaethau yn gwneud gwahaniaeth mawr i fywydau pobl ifanc.

Rydym ni am i'r gweithlu gael digon o staff sydd wedi'u hyfforddi'n dda ar bob lefel. Rydym ni am iddyn nhw ddatblygu eu sgiliau a'u gwybodaeth fel y gallant gefnogi pobl ifanc yn y ffyrdd cywir.

Mae hyfforddiant ar gael i staff ar draws pob rhanbarth yng Nghymru, gan gynnwys hyfforddiant i wneud y canlynol:

- gwella gwybodaeth a dealltwriaeth staff o gyffuriau ac alcohol
- helpu staff i nodi pobl ifanc sydd mewn perygl
- datblygu sgiliau fel y gall staff gefnogi pobl ifanc yn y ffyrdd cywir
- helpu staff i ddatblygu eu sgiliau iaith Gymraeg.

Mae'r hyfforddiant hwn hefyd yn helpu staff i ddeall y cysylltiad rhwng defnyddio sylweddau a'r niwed mae'n ei achosi.

Diolch am ddarllen hwn

Gallwch ddarllen y fframwaith llawn yma:

www.llyw.cymru/gwasanaethau-defnyddio-sylweddau-i-blant-phobl-ifanc

