Rhwydwaith Maethu

Taflen Ffeithiau Llinell Faethu Cymru
Meibion a merched gofalwyr maeth

Rhagymadrodd

Mae maethu'n cynnwys y teulu cyfan ac fe all gael effaith gadarnhaol ar bawb sydd ar yr aelwyd. Mae gan feibion a merched gofalwyr maeth rôl hanfodol o groesawu plant wedi'u maethu i mewn i'w cartref, ac felly mae'n bwysig cydnabod a pharchu'u cyfraniad hanfodol tuag at faethu.

Mae meibion a merched gofalwyr maeth yn blant yn anad dim arall. Mae arnynt angen cefnogaeth a magwrfa gan eu rhieni, yn union fel plant mewn teulu nad yw'n maethu. Yn wahanol i blant mewn teulu nad yw'n maethu, maent yn rhannu'u rhieni, eu cartref a'u bywyd teuluol ehangach â phlant a all fynd a dod. Nid yw hi byth yn briodol gosod disgwyliadau neu gyfrifoldebau oedolion ar blant a phobl ifanc.

Cred Y Rhwydwaith Maethu y dylai meibion a merched gofalwyr maeth gael eu gwerthfawrogi a'u cydnabod yn iawn am y rôl sydd ganddynt mewn maethu; y dylid ymgynghori â nhw ac y dylid eu cynnwys mewn penderfyniadau sy'n effeithio arnynt; ac y dylid darparu gwasanaethau cymorth priodol iddynt sy'n hybu'u lles meddyliol a chorfforol. Pan fo fframwaith cadarnhaol a phriodol o gymorth ar waith ar gyfer meibion a merched gofalwyr maeth, mae lleoliadau'n fwy llwyddiannus ac yn llai tebygol o chwalu.

Mae maethu'n fater teuluol

Bydd dod yn ofalwr maeth yn cael effaith enfawr ar bawb sy'n byw gartref, ac mae ar bawb ar yr aelwyd angen bod wedi'i ymrwymo i faethu.

Dylai asesu a hyfforddiant cyn cymeradwyo gynnwys y teulu cyfan, nid dim ond y rhieni. Wrth faethu, mae angen i benderfyniadau am leoliadau fod yn benderfyniadau gan y teulu. Lle mae meibion a merched yn rhan o wneud penderfyniadau, mae yna fwy o gyfle i'r lleoliad fod yn llwyddiannus.

Mae gan lawer o wasanaethau maethu eu grwpiau cymorth eu hunain ac maent yn darparu hyfforddiant a chyngor i feibion a merched.

Yr heriau a'r penblethau a wynebir yn aml gan feibion a merched

Gall maethu fod yn werth chweil ac yn bositif iawn i feibion a merched. Fodd bynnag, fe all hefyd fod yn heriol mewn nifer o ffyrdd.

Ymdopi ag ymddygiad anodd a heriol

Mae'n rhaid i feibion a merched rannu'u rhieni, eu teganau a'u cyfeillion, yn ogystal ag ymdopi weithiau ag ymddygiad anodd a heriol. Er gwaethaf yr anawsterau hyn, fe ddywed llawer fod bod yn rhan o deulu maeth wedi cael effaith gadarnhaol arnynt, ac wedi'u helpu nhw i ddeall eraill yn well.

Mae meibion a merched wedi dweud wrthym:
'Mae o'n malu fy mhethau'
'Mae hi'n cuddio bwyd ac ni all ddefnyddio'r toiled. Weithiau, mae hi'n gwneud i fy mam lefain'
'Petawn i yn ymddwyn fel 'na, fe gawn fy nghosbi. Dydi o ddim yn deg'
'Fe wnaeth o fy mrifo i'
'Maen' nhw'n dweud pethau wrthyf sy'n fy ngwneud yn anghyfforddus neu'n ofnus'
'Dywedodd hi fy mod i wedi'i brifo hi'

Bydd siarad â'ch plant i'w helpu nhw i ddeall pam mae plentyn wedi gorfod dod i fyw gyda chi, a pham mae arnynt angen eich cymorth, yn helpu. Gallwch:

- Eu helpu nhw i ddeall digon am gefndir y plentyn i wneud synnwyr o'u hymddygiad a pham rydych yn ymateb yn wahanol i ymddygiad y plentyn hwnnw nag i ymddygiad eich mab neu'ch merch eich hun.
- Pennwch reolau sylfaenol, megis cadw popeth sy'n bwysig ichi yn eich ystafell wely ac na chaiff neb fynd i ystafell wely rhywun arall oni bai y rhoddir caniatâd.
- Peidiwch byth â derbyn risgiau neu niwed fyddai'n annerbyniol i blant mewn teulu nad yw'n maethu. Siaradwch ar unwaith â'ch gweithiwr cymdeithasol os oes gennych bryderon.
- Sicrhewch fod gan feibion a merched oedolyn y tu allan i'r teulu y gallant siarad ag ef/hi. Oherwydd cyfrinachedd, cytunwch ar hyn o flaen llaw â'ch asiantaeth faethu.
- Cytunwch ar 'stori' ar gyfer amseroedd y mae'n rhaid i'ch mab neu'ch merch ateb cwestiynau gan bobl y tu allan i'r teulu ynglŷn â phlant yn mynd a dod.
- Byddwch yn ymwybodol y gellir gwneud honiadau yn erbyn meibion a merched, nid dim ond yn erbyn eu rhieni. Sicrhewch fod gennych strategaeth gymorth ar waith rhag ofn i hyn ddigwydd.
- Darllenwch Bennod 11: Beth Amdanom Ni? yn y llyfr Gofalu Diogelach, a gyhoeddir gan Y Rhwydwaith Maethu. Mae'r bennod hon yn canolbwyntio ar faethu a gofal diogelach o safbwynt pwysig meibion a merched gofalwyr maeth.

Bywyd teuluol a pherthynas â rhieni

Dywedodd meibion a merched wrthym:
'Mae o'n cael y sylw i gyd'
'Dwi ddim yn gwybod beth i'w ddweud pan fo cyfeillion yn gofyn cwestiynau'
'Rwy'n casáu'r rheolau 'gofalu diogelach'. Mae'n ein hatal ni rhag bod yn deulu normal'

‘Mae’n rhy swnllyd i wneud gwaith cartref, ac nid oes gan neb amser i fy helpu’

Gallwch:

- Cydnabod eu hymdrech. Meddyliwch am roi tystysgrif iddynt, nodyn o ddiolch neu arian poced ychwanegol i gydnabod y pethau na fyddai disgwyl i blentyn o deulu nad yw’n maethu eu gwneud.
- Diogelwch amser gyda phob mab neu ferch i wneud pethau ar eich pen eich hunain. Gellir gwneud hyn hawsaf pan fo gan blentyn wedi’i faethu gysylltiad, neu pan fo wedi mynd i’w wely neu pan fo’n gwneud gweithgareddau. Mae’n dda hefyd neilltuo ychydig o funudau bob diwrnod ar gyfer amser personol gyda phob plentyn ar yr aelwyd.
- Eglurwch pam mae pob un o’r rheolau gofalu diogelach yn bwysig. Gofynnwch beth mae’r mab neu’r ferch yn ei golli fwyaf (er enghraifft, amser adrodd stori yn y gwely), a thrafod ffyrdd o newid hynny gan gadw pawb yn ddiogel.

Sut y gall gweithwyr cymdeithasol ac asiantaethau maethu gynorthwyo meibion a merched

Dywed meibion a merched wrthym:
‘Pan ddaw’r gweithiwr cymdeithasol, mae’n rhaid imi fynd i fyny’r grisiau’
‘Mae’r gweithiwr cymdeithasol yn wastad yn dod pan fyddaf yn cael te neu amser gyda fy rhieni’
‘Fe ddeuthum adref a chanfod mabwysiadwyr yn ein tŷ. Dyna’r peth cyntaf imi wybod ei fod o’n cael ei fabwysiadu’
‘Y ni oedd ei theulu go iawn cyntaf hi. Rwy’n ofnus drosti ac yn gofidio ynglŷn â’r syniad o beidio â’i gweld hi eto.’

Mae ar wasanaethau maethu angen cydnabod rôl hanfodol meibion a merched yn y gorchwyl maethu, gan gydnabod yr effeithiau a chynnig cymorth. Mae iechyd a lles meddyliol meibion a merched o bwysigrwydd cyfartal ag iechyd a lles meddyliol plant wedi’u maethu. Bydd o gymorth os gwnewch:

- Rhoi tystysgrifau a nodiadau diolch i feibion a merched i gydnabod ffyrdd y maent wedi cyfrannu at faethu.
- Meddyliwch am drefn ac arferion meibion a merched pan ydych yn cynllunio ymweliadau neu’n trefnu cyfarfodydd.
- Bob mis Hydref, mae’r Rhwydwaith Maethu yn cynnal Mis Meibion a Merched: Dathlu’r Teulu Maeth, ymgyrch drwy’r Deyrnas Unedig i gyd i ddathlu cyfraniad sylweddol plant gofalwyr maeth tuag at ofal maeth llwyddiannus. Canfyddwch fwy o wybodaeth yma.
- Ystyriwch sefydlu grŵp cefnogaeth gan gymheiriaid. Mae mynychu grwpiau cefnogaeth gan gymheiriaid yn eu galluogi nhw i gael cymorth emosiynol, i ennill cyfeillion, ac i gymryd rhan mewn nifer o weithgareddau lle maent yn cael hwyl neu’n dysgu pethau newydd. Gall grwpiau cefnogaeth gan gymheiriaid ar gyfer meibion a merched gofalwyr maeth ddarparu amgylchedd

cyfforddus a diogel i drafod materion maethu. I gael mwy o fanylion ynglŷn â sut y gallwch wneud hyn, anfonwch e-bost at maria.boffey@fostering.net.

- Gwnewch amser i weld y meibion a'r merched ar eu pen eu hunain. Defnyddiwch yr amser i wirio sut maent yn ymdopi â lleoliad ac i nodi unrhyw bryderon y gall fod ganddynt.
- Os ydych yn anfon cardiau pen-blwydd a chardiau Nadolig at y plentyn sy'n cael ei faethu, anfonwch gardiau at y meibion a'r merched yn ogystal.
- Defnyddiwch adnoddau'r Rhwydwaith Maethu i gynnal hyfforddiant cyn cymeradwyo i feibion a merched, ac i'w cynnwys nhw yn yr asesiad o'r teulu.
- Cofiwch fod ar feibion a merched angen cymaint o amddiffyniad a chael cynifer o hawliau â phlant wedi'u maethu.
- Cofiwch gynnwys meibion a merched mewn cynlluniau ar gyfer dyfodol y plentyn sy'n cael ei faethu. Rhowch gymorth iddynt ddod i ddeall pan fo plentyn yn gadael eu teulu, naill ai fel symudiad wedi'i gynllunio neu os bydd lleoliad yn chwalu. Dangoswch i'r teulu sut i wneud blychau cof ac albwm lluniau. Helpwch y teulu i feddwl am ffyrdd o wneud terfyniadau da.

Negeseuon allweddol

1. Gall anghofio am feibion a merched arwain at chwalu lleoliadau, teuluoedd yn rhoi'r gorau i faethu ac anawsterau hirdymor i'r meibion a'r merched.
2. Canfyddwch ffyrdd o gydnabod ac o ddathlu rôl meibion a merched o fewn y teulu maeth.
3. Mae cyfathrebu da yn rhan allweddol o oresgyn unrhyw her.
    - O ran plant, cadwch ddyddiadur neu gwnewch nodyn o'r pethau da a drwg am fod yn fab neu'n ferch mewn teulu sy'n maethu. Bydd ei ddangos i'ch rhieni yn eu helpu nhw i ddeall sut mae maethu'n effeithio arnoch chi. Bydd hyn yn eu helpu i wneud newidiadau i roi sylw i bethau rydych yn eu canfod yn anodd.
    - O ran rhieni, blaenoriaethwch a diogelwch amser gyda'ch mab neu'ch merch. Cydnabyddwch eu rôl gyda gwneud plentyn sydd wedi'i faethu yn rhan o'ch teulu. Gwrandewch arnynt a chymerwch o ddifri' unrhyw heriau y gall maethu greu iddynt.
    - O ran gweithwyr cymdeithasol ac asiantaethau maethu, atgoffwch eich hun yn barhaus fod maethu'n weithgaredd i'r teulu. Cadwch mewn cof bob amser anghenion y teulu maethu cyfan. Cyfathrebwch â'r rhieni, a hefyd gyda'r meibion a'r merched.
4. Ystyriwch anghenion penodol meibion a merched gofalwyr sy'n berthnasau, ni waeth p'un a ydynt yn ofalwyr maeth wedi'u cymeradwyo ai peidio. Er y bydd rhai o'r problemau'n gyffelyb, mae yna wahaniaethau sylweddol i feibion a merched gofalwyr sy'n berthnasau a all, er enghraifft, gael cefnder yn dod i fyw atynt, yn hytrach na dieithryn. Rhoddir sylw i'r gwahaniaethau hyn yn y daflen ffeithiau am Ofal Maeth gan Berthynas.

Rhagor o Adnoddau

Mae'r Rhwydwaith Maethu yn darparu adnoddau cynhwysfawr ar gyfer y teulu cyfan.

Ar gyfer meibion a merched a/neu rieni a/neu weithwyr cymdeithasol:
Peidiwch ag anghofio amdanaf i: canllaw i ddatblygu grŵp cefnogaeth gan gymheiriaid ar gyfer meibion a merched gofalwyr maeth, Y Rhwydwaith Maethu

Y Sgiliau i Faethu, Sesiwn Saith. Dyma hyfforddiant cyn cymeradwyo ar gyfer meibion a merched. Mae'r sesiwn hwn yn darparu deunyddiau arbenigol i'w defnyddio gyda meibion a merched. Mae'r fersiwn newydd yn cynnwys cyfeiriadau at gyfryngau cymdeithasol yn y gwahanol weithgareddau, ac mae'n annog meibion a merched i ystyried eu profiadau eu hunain mewn perthynas â phrofiadau plant a phobl ifanc sydd wedi'u maethu. Mae'n cynnig mwy o hyblygrwydd ynglŷn â sut a pha bryd i gyflwyno'r gweithgareddau ac mae hefyd yn amlygu materion a gweithgareddau ar gyfer meibion a merched i 'fynd â nhw adref' i'w trafod â'u rhiant/rhieni.

Mis Meibion a Merched: Dathlu'r Teulu Maeth. Cynhelir hyn ym mis Hydref. Gall aelodau'r Rhwydwaith Maethu lawrlwytho adnoddau, fel llythyrau diolch a thystysgrifau
thefosteringnetwork.org.uk/get-involved/championing-fostering/sons-and-daughters-month

Ar gyfer rhieni a/neu weithwyr cymdeithasol:
Stori Dylan: Sut brofiad yw bod yn fab neu'n ferch i ofalwr maeth? Steve Killick a Maria Boffey, Y Rhwydwaith Maethu, 2013.

Sut y gall Y Rhwydwaith Maethu helpu

Mae'r Rhwydwaith Maethu yn cynnig cyngor, gwybodaeth a chymorth. Mae ein harbenigedd a'n gwybodaeth yn wastad yn gyfoes ac ar gael drwy'n llinellau cymorth, cyhoeddiadau, hyfforddiant a gwasanaethau ymgynghori hanfodol i aelodau.

Cyngor
Llinell Faethu Cymru
Ffoniwch ni ar 0800 316 7664 o 9.30yb - 12.30yp rhwng dydd Llun a dydd Gwener. Os ydych yn ffonio y tu allan i'r amser hwn, gadewch neges, os gwelwch yn dda, ac fe wna rhywun eich ffonio yn ôl cyn gynted â phosibl.

Gallwch anfon e-bost atom neu ysgrifennu atom yn:
Fosterlinewales@fostering.net
Y Rhwydwaith Maethu
1, Pentir Caspian, Stryd Pierhead
Bae Caerdydd CF10 4DQ.

Cymorth ac Adnoddau
Mae ein gwefan yn ffynhonnell hanfodol o wybodaeth, tra bod ein cymuned ar-lein yn dod â gofalwyr maeth ynghyd am gefnogaeth a chyngor gan gymheiriaid. Gallwch

fewngofnodi i rannu'ch profiad a chael cyngor gan ofalwyr maeth eraill. Mae ein cymuned ar-lein yn fan diogel a sicr i drafod materion gofal maeth.
thefosteringnetwork.org.uk

Hyfforddiant a Gwasanaeth Ymgynghori
Lle bynnag rydych yn eich gyrfa faethu, fel gofalwr maeth, gweithiwr cymdeithasol neu reolwr, mae gan Y Rhwydwaith Maethu ystod o hyfforddiant wedi'i gynllunio i ddiwallu'ch anghenion datblygu.

I gael mwy o wybodaeth, cysylltwch â'n rheolwr dysgu a datblygu, Sarah Mobedji, yn sarah.mobedji@fostering.net.

Ynglŷn â'r Rhwydwaith Maethu
Y Rhwydwaith Maethu yw prif elusen faethu'r Deyrnas Unedig, sy'n dod â phawb ynghyd sy'n gysylltiedig â bywydau plant wedi'u maethu i wneud gofal maeth y gorau un y gall fod.

Cysylltwch â
I ganfod mwy o wybodaeth am ein gwaith yng Nghymru, cysylltwch, os gwelwch yn dda, â:
Y Rhwydwaith Maethu
1, Pentir Caspian, Stryd Pierhead
Bae Caerdydd CF10 4DQ.

Ffôn: 029 2044 0940
E-bost: wales@fostering.net
Gwefan: thefosteringnetwork.org.uk

/thefosteringnetwork @fosteringnet

© Y Rhwydwaith Maethu 2017