



**Bwrdd Rhaglen Genedlaethol:
Iechyd Meddyliol
National Programme Board:
Mental Health**

RHAGLEN GENEDLAETHOL IECHYD MEDDWL

**NEWYDDLLEN 4
Chwefror 2011**

Y mis hwn, rydym yn cyflwyno Rob Pickford, Cyfarwyddwr Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru, Llywodraeth Cynulliad Cymru ac Ewan Hilton ein haelod o Gynghrair Iechyd Meddwl Cymru.

Bydd ein Gweithdy Bwrdd Rhaglen nesaf yn rhoi sylw i faterion Cydraddoldeb ac Amrywiaeth mewn iechyd meddwl. Cyn hynny, mae'r newyddlen hon yn cynnwys erthygl a gyflwynwyd i ni gan Gadeirydd Grŵp Gwaith a Gorchwyl Gweinidogol y Gymraeg mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol, Dr Elin Walker-Jones. Mae'n tynnu sylw at sut y gall materion ieithyddol fod yn angen clinigol yn hytrach na dewis i ddefnyddwyr gwasanaethau iechyd meddwl.

Rydym yn croesawu unrhyw adborth gennych chi. E-bostiwch eich sylwadau at kathryn.parramore@wales.nhs.uk

CYFARFOD Â'R BWRDD RHAGLEN

Rob Pickford, Cyfarwyddwr Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru, Llywodraeth Cynulliad Cymru

Cychwynnais fy ngyrfa fel gweithiwr cymdeithasol yng nghymoedd y Rhondda ac rwyf wedi gweithio ar draws yr ystod o wasanaethau cymdeithasol mewn amrywiaeth o swyddi gweithredol a rheolaeth strategol yn cynnwys datblygu staff, gwasanaethau anabledd ac amddiffyn plant. Ymhlith fy swyddi uwch mewn llywodraeth leol mae rheoli gwasanaethau cymdeithasol yn y Rhondda a gwasanaethau oedolion i Gyngor Bwrdeistref Sirol Pen-y-bont ar Ogwr.



Ymunais â Llywodraeth Cynulliad Cymru yn 2002 gan gymryd cyfrifoldeb dros arwain y gwaith o greu Arolygiaeth Safonau Gofal Cymru a gweithredu'r Ddeddf Safonau Gofal. Cefais fy mhenodi yn Brif Arolygydd Gwasanaethau Cymdeithasol, gan arwain Arolygiaeth Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru wrth iddi gael ei chreu ym mis Ebrill 2007. Ym mis Awst 2009, cychwynnais ar fy swydd fel Cyfarwyddwr Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru.

Cefais fy mhenodi i'r Bwrdd Rhaglen ym mis Mehefin 2010, ac rwyf yn falch o gael cadeirio'r Is Grŵp Dementia a gafodd ei orchymyn gan y Gweinidog i fynd â'r pedwar Cynllun Gweithredu Dementia yn eu blaenau yng Nghymru.

Ewan Hilton, Aelod o Gynghrair Iechyd Meddwl Cymru



Rwyf yn Gyfarwyddwr Gweithredol yr elusen iechyd meddwl Gofal. Sefydlwyd yr elusen un mlynedd ar hugain yn ôl i ddarparu gwasanaethau cefnogol a thai i bobl sy'n cael eu hail gartrefu ar ôl gofal sefydliadol hir. Yr enw gwreiddiol oedd Ymddiriedolaeth Tai Gofal ac roedd yn gweithredu ym Mwrdeistref Sirol Pen-y-bont ar Ogwr yn unig i ddechrau. Ond bellach, mae'r elusen yn gweithredu ledled Cymru gan ddarparu gwasanaethau tai, digartrefedd, cyflogaeth a hyfforddiant ar draws Cymru.

Cyn ymuno â Gofal Cymru, gweithiais am chwe blynedd fel Pennaeth Gwasanaethau Cymunedol yng Nghymdeithas Tai Abertawe lle'r oeddwn yn gyfrifol am reoli, datblygu a sicrhau cydymffurfiaeth reoleiddiol ystod o wasanaethau cefnogol a thai yn cynnwys ystod eang o wasanaethau iechyd meddwl.

Cychwynnais fy ngyrfa fel cynghorydd hawliau tai a lles gwirfoddol a threuliais sawl blwyddyn yn gweithio fel gweithiwr cefnogol, yn bennaf â phobl ifanc yn gadael gofal.

Mae Gofal yn aelod gweithgar o Gynghrair Iechyd Meddwl Cymru, cynghrair o sefydliadau iechyd meddwl a lles trydydd sector cenedlaethol. Mae'r trydydd sector yn chwarae rôl sy'n dod yn fwy a mwy hanfodol yng nghynllunio, dylunio a darparu gwasanaethau iechyd meddwl a lles yng Nghymru ac mae ystod, gwybodaeth a phrofiad aelodaeth y Gynghrair, ynghyd â llais defnyddwyr cryf yn sicrhau bod y Gynghrair yn llais grymus dros newid a gwella gwasanaethau iechyd meddwl a lles yng Nghymru.

Rwyf yn falch o gael cynrychioli'r Gynghrair ar y Bwrdd Rhaglen ac edrychaf ymlaen at weld tystiolaeth gadarn o welliannau go iawn i brofiadau defnyddwyr gwasanaethau iechyd meddwl wrth i'r Bwrdd symud yn ei flaen.

Y DIWEDDARAF AR AELODAETH Y BWRDD RHAGLEN

Yn dilyn ymddeoliad Kate-Elis Williams o'r GIG yn niwedd Ionawr, bydd Julian Baker yn ymuno â'r Tîm Rhaglen fel yr Arweinydd Cyllid newydd.

Roedd Julian yn Gyfarwyddwr Cyllid yn Ymddiriedolaeth Gogledd Morgannwg yn flaenorol, ac yn fwy diweddar yn Gyfarwyddwr y Rhaglen Cydwasanaethau yn Llywodraeth Cynulliad Cymru.

Hoffem ddiolch i Kate am ei chyfraniad gwirioneddol werthfawr i'r Bwrdd Rhaglen ers iddo gael ei sefydlu a dymunwn bob lwc iddi i'r dyfodol wrth iddi gychwyn ar y cyfnod newydd hwn yn ei bywyd.

BETH SYDD AR EIN HAGENDA?

Ym mis Ionawr, fe wnaethom ni ystyried:

- **Cynyddu Mynediad at Therapiau Seicolegol (IAPT)**
Cyflwyniad gan Gyd Gadeiryddion Grŵp IAPT Cymru i roi gwybod i ni am y gwaith a wnaed cyn lansio'r ymgynghoriad ar 3 Chwefror 2011.
- **Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc (GIMPPI)**
Gan fod cylch gwaith y Bwrdd Rhaglen wedi cael ei ddiwygio i gynnwys GIMPPI, cawsom ddiweddariad ar waith Grŵp Gweithredu Darparu Busnes Pawb Llywodraeth Cynulliad Cymru, sy'n cael ei gadeirio gan Joanna Jordan.
- **Cynhadledd Defnyddwyr a Gofalwyr**
Adroddiad manwl ar y digwyddiad a gynhaliwyd ar 5 Tachwedd 2010, fel y nodwyd yn newyddlen mis Rhagfyr.
- **Gwasanaethau Diogel a Dementia**
Adroddiadau gan ddau is-grŵp y Bwrdd Rhaglen yn tynnu sylw at gynnydd wrth fynd â'r Cynlluniau Gweithredu yn eu blaenau.

PRIF ERTHYGL

laith: Mater o angen clinigol, nid dewis

Mae Tasglu'r Gymraeg mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol, sy'n cael ei gadeirio gan y Dirprwy Weinidog, Mrs Gwenda Thomas, wedi bod yn ystyried sut i fodloni anghenion defnyddwyr gwasanaeth iechyd meddwl o ran y Gymraeg. Comisiynodd Mrs Thomas Grŵp Gwaith a Gorchwyl i archwilio'r materion hyn yn fwy manwl. Byddant yn cyflwyno eu darganfyddiadau a'u hargymhellion i'r Tasglu ar ddiwedd y flwyddyn.

Cadeirydd y Grŵp Gwaith a Gorchwyl yw Dr Elin Walker-Jones, Seicolegydd Clinigol Ymgynghorol ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr. Mae Dr Jones wedi ysgrifennu'r erthygl ganlynol gyda Dr Enlli Thomas, Darlithydd yn yr Ysgol Addysg ac aelod creiddiol o'r Ganolfan Ddwieithrwydd ym Mhrifysgol Bangor.

Mae'r ddwy awdures yn enwog am eu cyfraniad i ddeall materion dwieithrwydd ac maent yn cydweithio i ysgrifennu adroddiad mwy manwl i Lywodraeth Cynulliad Cymru. Yn garedig iawn, cyfrannwyd ein prif erthygl fel cyflwyniad i'r maes hwn.

Materion amrywiaeth mewn Iechyd Meddwl: Sut mae Anghenion Ieithyddol a Diwylliannol Siaradwyr Cymraeg yn Gofyn am Ystyriaeth Arbennig

Dr Elin Walker Jones a Dr Enlli Thomas

Mae'n bwysig ystyried ffactorau diwylliannol ac ieithyddol mewn gwasanaethau iechyd meddwl oherwydd deddfwriaeth fel Deddf yr Iaith Gymraeg (1993) a hefyd oherwydd ei fod yn arfer da. Er mwyn cael arferion effeithiol, diogel, mae gofyn darparu gwasanaethau gofal iechyd dwyieithog i osgoi cam ddiagnosis, triniaeth a gofal amhriodol a niwed i ddefnyddwyr y gwasanaeth.

Pam Cymraeg? - maen nhw i gyd yn siarad Saesneg p'run bynnag

Ni ddylai'r ffaith bod y mwyafrif o siaradwyr Cymraeg yn siarad Saesneg guddio'r angen i ddatblygu gwasanaethau dwyieithog. Yng Nghymru, mae gennym ddwy iaith swyddogol, ac mae gwrthod darparu gwasanaeth Cymraeg i siaradwyr Cymraeg yn eu gwlad eu hunain yn anghyfiawn.

Yn ail, nid yw rhai pobl yn rhugl yn Saesneg. Mae pedwar grŵp bregus wedi cael eu dynodi, yn cynnwys plant, pobl ag anawsterau iechyd meddwl, pobl ag anabledd dysgu a phobl hŷn, oherwydd mae'n bosibl nad yw rhai o'r defnyddwyr gwasanaeth hyn yn rhugl.

Mae'n bosibl y bydd pobl eraill yn gallu siarad am lawer o bethau yn Saesneg, ond er mwyn mynd at wraidd eu pryderon go iawn, bydd arnynt angen gwasanaeth Cymraeg. Mae'n bosibl y byddant yn rhugl yn Saesneg, ond bydd angen mynegi eu teimladau dyfnaf yn Gymraeg.

Anghenion penodol defnyddwyr gwasanaeth dwyieithog mewn iechyd meddwl

Mae asesiadau a therapi iechyd meddwl yn dibynnu ar wrando a siarad. Mewn iechyd meddwl, mae iaith yn therapi. Mae arnom angen ei gwneud yn hawdd i ddefnyddwyr y gwasanaeth fynegi eu hunain yn y ffordd orau bosibl. Os byddwn yn cyfyngu defnyddwyr gwasanaeth i ddefnyddio dim ond un iaith, pan maent mewn gwirionedd yn siarad dwy, mae'n bosibl na fyddant yn gallu mynegi ond rhai agweddau ohonynt eu hunain. O'r herwydd, mae'n bosibl na fydd eu hanawsterau'n cael eu hasesu'n gywir, ac mae'n bosibl y byddant yn cael y driniaeth anghywir. Efallai na fydd pobl yn gallu dod o hyd i'r gair iawn yn eu hail iaith, neu efallai y byddant yn colli eu gallu i fynegi eu hunain yn eu hail iaith os bydd ganddynt seicosis neu ddementia er enghraifft. Os yw person wedi dioddef digwyddiad trawmatig, bydd arnynt angen gallu siarad amdano yn yr iaith y digwyddodd y trawma. Weithiau, mae'n bosibl y bydd ar bobl eisiau siarad yn eu hail iaith os yw'r pwnc yn boenus neu'n annifyr, ond efallai y byddant yn dymuno troi'n ôl at eu hiaith gyntaf pan fyddant yn gyfforddus er mwyn gallu trafod pethau'n llawn. Mae therapi dwyieithog yn

galluogi defnyddiwr y gwasanaeth i ddefnyddio p'run bynnag iaith y mae arno ei angen yn ystod y therapi.

Goblygiadau i wasanaethau – beth sydd arnom angen ei wneud

- **Dynodi anghenion ieithyddol defnyddwyr y gwasanaeth.**

Mae arnom angen gwybod pa iaith mae pobl yn ei defnyddio yn eu bywydau bob dydd fel y gallwn ddarparu therapi iddynt yn yr iaith briodol heb iddynt orfod gwneud cais arbennig amdano. Cyfrifoldeb y gwasanaeth yw darparu gwasanaeth priodol bob amser. Nid cyfrifoldeb defnyddwyr y gwasanaeth yw gofyn am ddarpariaeth ddwyieithog. Mae defnyddwyr y gwasanaeth yn fregus yn barod, am eu bod yn ddefnyddwyr y gwasanaeth. Mae rhoi'r cyfrifoldeb iddynt o wneud cais arbennig am wasanaeth Cymraeg yn annheg, a gall wneud eu problemau'n waeth. Nid yw siaradwyr Cymraeg yn hoffi gofyn am wasanaethau Cymraeg - nid ydynt yn hoffi gwneud ffwdan.

Byddai'n gwneud pethau'n haws pe byddem yn arfer rhoi gwybodaeth am iaith y defnyddiwr gwasanaeth gyda'i enw/henw, cyfeiriad, dyddiad geni, rhif ysbyty ac ati. Felly, byddai'r wybodaeth yn cyrraedd y bobl briodol, a byddai gwasanaethau'n cael eu darparu i bobl yn eu dewis iaith/ieithoedd, a hynny o'r dechrau, heb fod angen trafodaethau hir neu orfodi pobl i wneud cais arbennig.

- **Ymwybyddiaeth iaith**

Mae ar yr holl staff angen hyfforddiant rheolaidd a thrylwyr mewn ymwybyddiaeth iaith, pa bynnag ieithoedd maen nhw'n ei siarad yn barod. Mae'n bosibl y bydd rhai aelodau o staff yn fwy ymwybodol o iaith nag eraill, felly bydd angen addasu'r cynnwys i fodloni anghenion penodol staff.

- **Cynllunio gweithlu.**

Mae arnom angen canfod pa ieithoedd y mae staff yn eu siarad er mwyn gallu cynllunio gwasanaethau. Mae ar bob tîm angen o leiaf un siaradwr Cymraeg, gallai hyn amrywio yn dibynnu ar anghenion cymuned. Mae'n bosibl y bydd angen gwneud trefniadau i fenthyg staff dwyieithog o dimau cyfagos pan nad oes siaradwr Cymraeg mewn tîm penodol.

Mewn rhai ardaloedd lle mae llawer o siaradwyr Cymraeg, ceir enghreifftiau o arfer da pan mae gwasanaethau wedi esblygu'n organig mewn ymateb i anghenion lleol. Mae arnom angen sicrhau y gall rhannau eraill o Gymru ddatblygu gwasanaethau tebyg, fel y gall pawb yng Nghymru gael mynediad at wasanaethau dwyieithog priodol sydd ddim yn dibynnu ar ble mae'r defnyddwyr gwasanaeth yn byw.

- **Hyfforddiant**

Mae arnom angen dysgu staff i siarad Cymraeg, ac mae arnom angen denu siaradwyr Cymraeg i weithio yn y gwasanaeth iechyd. Mewn iechyd meddwl, mae arnom angen datblygu hyfforddiant proffesiynol drwy gyfrwng y Gymraeg fel bod staff yn hyderus i allu darparu therapi yn Gymraeg. Mae angen i ni wneud mwy o ymchwil i'r materion hyn hefyd.

Safonau – ein gweledigaeth i'r dyfodol

Bydd yn anodd cael gweithlu dwyieithog sy'n gallu bodloni anghenion yr holl ddefnyddwyr gwasanaeth yn llawn ar bob lefel, yn enwedig yn nyddiau toriadau ariannol. Fodd bynnag, mae'n bwysig gosod safonau, oherwydd os na wnawn ni, bydd gennym ddisgwyliadau isel, a fydd dim byd yn newid. Mae arnom angen sicrhau fod pobl yn gallu cael mynediad at wasanaeth dwyieithog effeithiol a theg ble bynnag y bônt yng Nghymru. Wedi'r cyfan, mae dwyieithrwydd yn normal: mae'r rhan fwyaf o bobl yn y byd yn siarad mwy nag un iaith!

Digwyddiadau i ddod:

- 1 Mawrth 2011 – Cynhadledd Ymagwedd Rhaglen Ofal
Stadiwm Swalec, Caerdydd

I gael manylion am y digwyddiadau hyn, cysylltwch â Lisa Brody yn NLIAH lisa.brody@wales.nhs.uk

Ymgynghoriadau i'w nodi:

- **Ymgynghoriad Strategaeth Grantiau Swyddfa Archwilio Cymru**
Gellir cael rhagor o wybodaeth gan waoqrants@wao.gov.uk
- **Rheoliadau i gael eu gwneud dan lechyd Meddwl Cymru (Mesur)**
Gellir cael rhagor o wybodaeth am y gyfres o ddigwyddiadau yn ystod mis Mawrth gan mentalhealthandvulnerablegroups@wales.gsi.gov.uk

MANYLION CYSWLLT

Siân Richards, Cyfarwyddwr Rhaglen
Ffôn: 02920 335981
sian.richards3@wales.nhs.uk.

Julian Baker, Arweinydd Cyllid
Ffôn: 02920 335981
julian.baker@wales.nhs.uk

Kathryn Parramore, Rheolwr Rhaglen
Ffôn: 02920 335983
kathryn.parramore@wales.nhs.uk.

Shane Mills, Rheolwr Caffael
Ffôn: 01874 712644
shane.mills@wales.nhs.uk.



**Bwrdd Rhaglen Genedlaethol:
Iechyd Meddyliol
National Programme Board:
Mental Health**