EMBARGO: 00:01hrs Dydd Mawrth 22ain Hydref 2013

“RYDYCH YN TYFU FYNY YN RHY GYFLYM O LAWER MEWN GOFAL”

Astudiaeth Achos: **Wrth i’r Gronfa Loteri Fawr gyhoeddi arian ar gyfer astudiaeth newydd i wella dyfodol plant a gaiff eu gofalu amdanynt yng Nghymru, mae Spencer Lewis sy’n 26 oed ag o Gaerdydd yn egluro’r sialensiau a wynebodd wrth dyfu fyny mewn gofal a sut y teimla y gall gofal gael ei wella i blant a phobl ifanc yng Nghymru.**

Treuliodd Spencer Lewis ei holl blentyndod mewn gofal statudol. Aeth y gŵr ifanc 26 mlwydd oed i ofal maeth yn fabi yn sgil dibyniaeth cyffuriau ei rieni. Wedi ei wahanu o’i chwaer a’i orfodi i symud o un cartref maeth ag ysgol i’r nesaf, fel plentyn, teimlai ei fod yn cael ei wrthod drwy’r amser a chafodd ei fwlio o ganlyniad i’w sefyllfa. Gadawodd yr ysgol gydag ychydig iawn o gymwysterau ac mae wedi dioddef o iselder am y mwyafrif o’i fywyd.

Fodd bynnag, diolch i gefnogaeth hollbwysig a’i ddewrder a dyfalbarhad ei hun, mae Spencer wedi trawsnewid ei fywyd. Mae wedi ennill amrywiaeth o gymwysterau ac, fel rhan o’i swydd fel Swyddog Datblygu gyda Lleisiau o Ofal, mae’n rhoi ei amser i gefnogi plant eraill sydd mewn gofal sy’n profi profiadau tebyg.

Mae Spencer ymysg y rhai sydd wedi gadael gofal sy’n cefnogi ag yn hysbysu'r astudiaeth newydd a’i hariannwyd gan y Gronfa Loteri Fawr sydd â’r amcan i archwilio a datblygu ffyrdd newydd o drawsnewid er gwell cyfleodd bywyd plant a phobl ifanc mewn gofal dros y ddeng mlynedd nesaf.

“Roeddwn o dan orchymyn gofal o pan oeddwn yn fabi hyd nes yn 18 mlwydd oed,” eglura Spencer.

“Roedd chwe blynedd gyntaf fy mywyd yn sefydlog iawn a bûm yn byw gyda’r un teulu maeth am yr holl gyfnod. Fodd bynnag, cefais fy symud o gwmpas llawer ar oll hynny ac fe gafodd hynny effaith go negyddol arnaf. Roedd hi’n anodd pan oedd fy lleoliadau yn disgyn drwodd. Teimlai fel fy mod yn cael fy ngwrthod drosodd a throsodd.”

Yn ôl Spencer, y sialens fwyaf o dyfu fyny mewn gofal yw’r anawsterau emosiynol amrywiol a chymleth y mae’n rhaid i bobl ifanc eu goddef.

“Dwi’n meddwl fod fy achos i yn anodd iawn oherwydd yr hynaf yr oeddwn yn mynd, y mwyaf o ddealltwriaeth oedd gennyf o’m sefyllfa ac roedd hynny’n gwneud pethau yn llawer iawn anoddach.,” dywedodd.

“Roedd y symud o gwmpas, cael eich gwrthod a ddim yn gwybod pam yn anodd iawn dygymod â nhw. Am amser hir roeddwn i’n beio fy hun. Hefyd, pan oeddech wedi cael lleoliad oedd wedi methu roeddech yn cael eich labelu fel plentyn drwg neu blentyn nad oedd yn gallu cynnal perthnasau. Roedd y label yna yn tueddu i aros gyda chi hyd yn oed os nad oedd yn wir. Weithiau byddech yn treulio penwythnos gyda theulu a byddech byth yn eu gweld eto heb unrhyw eglurhâd am hynny.

Datganiad i’r News

Mwy i ddilyn..... 1 o 3

Ni ellir mesur y niwed hir dymor a wnaeth symud o gwmpas imi. Roeddwn yn aml yn gofyn 'beth sy'n bod efo fi?' Pam nad ydi pobl yn fy hoffi? Pam na alla i wneud ffrindiau? Mae'r holl bethau yna yn mynd trwy eich pen ac mae'r gwir reswm yn rhywbeth na allwch ei reoli."

Mae'r ymchwil diweddaraf yn nodi fod plant sydd mewn gofal yn fwy tebygol na'r plentyn cyffredinol i gael canlyniadau gwael yn cynnwys cyflawniadau addysgol gwael, yn fwy tebygol o gael problemau iechyd meddwl a bod yn rhan o drosedd a chamddefnyddio sylweddau, ac o fod yn ddi-waith neu'n ddigartref. Nid yw hyn yn syndod i Spencer.

"Cefais fy nisgrifio fel bod yn 'araf' gan rai pobl yn yr ysgol. Ond doeddwn i ddim yn araf, roedd gen i gryn gymaint o bethau ar fy mhlât na ddylai unrhyw blentyn oed ysgol orfod delio â nhw." mae'n egluro

"Byddwn yn cwestiynu a oedd gwerth mewn gwneud ffrindiau os byddwn yn cael fy symud ymlaen eto. Oeddwn i'n mynd i gael fy ngwrthod gan deulu arall? Dydi'r rhain ddim yn gwestiynau y dylai bachgen ifanc fod yn eu gofyn. Mae ceisio canolbwyntio yn yr ysgol gyda'r holl bethau hyn yn mynd trwy eich meddwl yn dasg anodd. Yn anffodus oherwydd fy mod yn symud o gwmpas gymaint ag oherwydd pethau eraill a oedd yn mynd ymlaen yn fy mywyd, gadawais yr ysgol gydag un TGAU sydd, yn ôl y son, yr hyn a'i disgwylir gan rywun yn fy sefyllfa i. Roedd ysgol yn anodd iawn, yn arbennig y blynyddoedd olaf gan fod yn rhaid imi gychwyn eto mewn ysgol newydd.

Wrth imi fynd yn hŷn, roedd y plant yn fwy cas a byddant yn dweud pethau cas iawn. Roeddynt yn gwybod yn iawn pa fotymau i'w gwthio. Byddai rhai yn dweud pethau fel 'does dim rhyfedd nad oedd dy fam dy eisiau di'. Aeth pethau mor ddrwg mewn un ysgol nes imi dorri fy lleoliad gyda'r gofalwr yr oeddwn yn byw gydag ar y pryd er mwyn imi allu symud ysgol. Does dim syndod imi gael y graddau a gefais pan adawais yr ysgol a dweud y gwir."

O'r astudiaeth, mae'r Gronfa Loteri Fawr yn gofyn i ymchwilwyr ddatblygu dau opsiwn ar gyfer prosiect peilot potensial gwerth hyd at £5 miliwn dros 10 mlynedd a all wella'n ddramatig canlyniadau a'r cyfleoedd bywyd sy'n gysylltiedig â phlant mewn gofal yng Nghymru.

"Yr hyn a fyddwn wedi hoffi ei weld pan oeddwn i mewn gofal oedd mwy o sefydlogrwydd o ran ble'r oeddwn yn byw. Erbyn imi fod yn 16 oed teimlwn fel fy mod yn cael fy nghosbi a fy mod yn ryw fath o droseddwr," dywedodd Spencer.

Yn y dyfodol, hoffai Spencer weld mwy o grwpiau ar gyfer pobl ifanc mewn gofal sydd ar gyfer cymdeithasu a chael hwyl

"Rydych yn tyfu i fyny yn rhy gyflym o lawer mewn gofal a dydych chi ddim yn cael gymaint â hynny o hwyl," dywedodd.

"Mae cysondeb, sefydlogrwydd, gwaith grŵp a mentora yn ffactorau pwysig. Dylai fod llawer mwy o gynghorwyr perthnasau yn rhan o'r broses i roi arweiniad ar wneud ffrindiau a chynnal perthnasau. Pan fyddwch yn tyfu i fyny mewn gofal mae'n bosibl y byddwch angen cefnogaeth ychwanegol gyda'r materion hynny. Mae hefyd yn bwysig i genfogi plant wrth iddynt baratoi i adael gofal. Roeddwn yn dioddef o iselder pan adawais ac fe aeth yn waeth ag yn waeth ag yn fwy dwys wrth imi fynd yn hŷn.

Yn bersonol rwy'n credu fod darparu cefnogaeth cyfoedion yn gweithio a derbyn y gefnogaeth yn gyson a rheolaidd. Byddai grwpiau cefnogaeth o gymorth ac rwyf i wedi cael budd o'r rhain yn hwyrach ymlaen yn fy mywyd. Mae'n rhoi hwb i hyder pobl sydd mewn gofal. Rwy'n credu y dylai pobl sy'n gadael gofal hefyd greu mwy o gysylltiadau a mentora pobl sydd mewn gofal ar hyn o bryd.

Mwy i ddilyn 2 o 3

Gallai gofalwyr maeth hefyd fentora'r rhai sy'n gadael gofal ac sy'n byw yn y gymuned i'w helpu gyda materion dydd i ddydd ag i fod yn gefn iddynt."

Ers iddo adael gofal mae Spencer wedi rhoi ei hun drwy'r coleg i ennill y cymwysterau na chafodd yn yr ysgol ac mae nawr yn edrych i astudio cymwyster gyda'r Brifysgol Agored mewn Gofal Iechyd a Chymdeithaseg. Dros y flwyddyn ddiwethaf, mae hefyd wedi bod yn gweithio fel Swyddog Datblygu i Leisiau o Ofal, yn cefnogi plant a phobl ifanc sy'n mynd trwy'r un profiadau.

"Rwy'n teimlo fod gennyf ddyletswydd gofal cryf i'r plant a'r bobl ifanc yr wyf yn gweithio â nhw, yn enwedig gan fy mod wedi bod trwy'r holl system fy hun," mae'n egluro.

"Pan fydd pobl yn siarad â mi, mae nhw'n sylweddoli fy mod yn llawer mwy na dim ond gweithiwr arall. Rwy'n rhywun sydd wedi bod yna ac rwy'n deall. Mae'n gysur i nifer ohonynt. Mae fy holl fywyd yn awr wedi ei seilio ar helpu eraill sy'n profi'r un pethau. Rwy'n ceisio eu cysuro fod ganddyn nhw'r pŵer i wneud newidiadau positif yn eu bywydau a gwireddu eu gwir botensial."

Diwedd//

Swyddfa Wasg Cronfa Loteri Fawr– Oswyn Hughes: 02920 678 207

Cyswllt Tu Allan i Oriau Swyddfa: 07760 171 431

Dilynwch y Gronfa ar Twitter: www.twitter.com/biglotterywales

Dewch o hyd ini ar Facebook: www.facebook.com/biglotteryfundwales

Llinell Ymholiadau Cyhoeddus: 0300 123 0735 **Ffôn testun: 0845 6021 659**

Mae manylion llawn am raglenni ariannu a dyfarniadau grant y Gronfa Loteri Fawr ar gael ar y wefan**:**

www.cronfaloterifawr.org.uk

Nodiadau i Olygyddion

- Sefydlwyd **Lleisiau o Ofal** yn 1990 i helpu pobl ifanc sydd mewn gofal neu wedi bod mewn gofal yng Nghymru. Yr hyn sy'n eu gwneud yn unigryw yw'r ffaith fod y sefydliad yn cael ei redeg gan bobl sydd â phrofiad o'r system ofal eu hunain. Eu hamcan yw creu cyfleoedd i bob person ifanc sydd mewn gofal neu wedi bod mewn gofal yng Nghymru ac i sicrhau y gallont ddweud eu dweud ar y materion sydd o wir bwysigrwydd iddynt. Amcan yr elsuen yw gwella lles emosiynol, addysgol a chorfforol pobl ifanc yng Nghymru sydd mewn neu wedi bod mewn gofal.
- Gan weithio mewn partneriaeth ag arbenigwyr yn y maes o **Brifysgolion Caerdydd** ag **Abertawe,** mae **Plant yng Nghnyrmu**, elsuen sydd â'r nod o hyrwyddo lles plant, pobl ifanc a'u teuluoedd yng Nghymru, wedi ei gyhoeddi fel y partner allweddol gan y **Gronfa Lopteri Fawr (Y Gronfa)** i gyflwyno astudiaeth newydd arloesol a all drawsnewid cyfleoedd bywyd plant mewn gofal yng Nghymru.
- Yng Nghymru mae'r Gronfa Loteri Fawr yn dosbarthu bron £100,000 y diwrnod mewn arian y Loteri Genedlaethol ar gyfer achosion da, sy'n golygu, ynghyd â dosbarthwyr eraill y Loteri, bod y rhan fwyaf o bobl ar draws Cymru o fewn ychydig filltiroedd i brosiect a ariennir gan y Loteri.
- Mae'r Gronfa Loteri Fawr, dosbarthwr mwyaf y Loteri Genedlaethol ar gyfer achosion da, wedi bod yn dosbarthu grantiau i feysydd addysg a'r amgylchedd ac achosion elusennol ers iddi ddod i fodolaeth ym mis Mehefin 2004. Fe'i sefydlwyd gan Senedd y DU ar 1 Rhagfyr 2006.
- Ers i'r Loteri Genedlaethol ddechrau ym 1994, mae 28c o bob punt sy'n cael ei gwario gan y cyhoedd wedi mynd i achosion da. O ganlyniad i hyn mae dros £30 biliwn wedi'i godi a mwy na 400,000 o grantiau wedi'u dyfarnu ar draws meysydd y celfyddydau, chwaraeon, treftadaeth, elusennau, iechyd, addysg a'r amgylchedd.

Diwedd//
Cyhoeddwyd: 22/10/2013
WPN 13-09-03