GWYBODAETH AM GWNSELA I RIENI A GOFALWYR

AREA43

BETH YW CWNSELA ANNIBYNNOL MEWN YSGOLION A CHWNSELA YN Y GYMUNED?

Y cyfle i siarad am bethau sy'n peri gofid i blentyn neu berson ifanc, yn gyfrinachol, gyda chwnselydd cymwys.

Bydd yr hyn y siaradir amdano yn dibynnu ar yr unigolyn, ond themâu cyffredin yw straen, teimlo'n isel, perthnasoedd, newid, colled, trallod, a digwyddiadau trawmatig.

Er mwyn sicrhau mynediad hawdd i blant a phobl ifanc, lleolir cwnselwyr ym mhob ysgol uwchradd, ac mae rhai ysgolion cynradd yn eu cynnal. Ar rai achlysuron, gall cwnselwyr hefyd weld plant a phobl ifanc mewn lleoliadau cymunedol neu ar-lein.

BETH MAE CWNSELYDD YN EI WNEUD?

Mae cwnselwyr wedi'u hyfforddi i wrando heb farnu er mwyn helpu pobl i roi trefn ar eu meddyliau a'u teimladau am beth bynnag sy'n eu poeni.

Mae cwnselwyr Area 43 yn gweithio ar sail un-i-un gyda phlant a phobl ifanc hyd at 30 oed a lle bo'n briodol, gallant gynnig sesiwn gyda rhieni neu ofalwyr plant ifanc iawn i ddarparu cymorth ychwanegol.

PWY YW'R CWNSELWYR?

Mae gan dîm o gwnselwyr a goruchwylwyr clinigol Area 43 gymwysterau cwnsela/goruchwylio ffurfiol cydnabyddedig ac maent yn gymwys i weithio gyda phlant a phobl ifanc o fewn canllawiau diogelu.

Mae ein cwnselwyr wedi cymhwyso ar lefel Gradd Cwnsela gyda chymwysterau Cwnsela Plant a Phobl Ifanc Lefel 5 ac mae ganddynt brofiad o gyflwyno cwnsela i blant a phobl ifanc wyneb yn wyneb, ar-lein, a thros y ffôn, yn unol â fframwaith cymwyseddau a moesegol BACP. Fframwaith Cymhwysedd Therapi Ar-lein a Ffôn BACP.

Mae nifer o'n cwnselwyr wedi'u lleoli mewn lleoliadau addysg ar yr un diwrnodau bob wythnos, felly dylent ddod yn wyneb cyfarwydd, ond maent yn gwbl annibynnol o'r ysgolion.

AREA 43

BLE A PHRYD MAE CWNSELA YN DIGWYDD?

Fel arfer, mae ystafell fach, breifat ar gael yn ysgol eich plentyn, ysgol gynradd gwahoddedig, neu yn yr ysgol uwchradd y mae eich plentyn i fod i fynd iddi (ar gyfer disgyblion Blwyddyn 6).

Fel arfer bydd apwyntiadau yn digwydd yn ystod y diwrnod ysgol. Fel arall, yn dibynnu ar amgylchiadau unigol, gall cwnselwyr gwrdd â'ch plentyn ar-lein neu mewn lleoliad cymunedol y tu allan i oriau ysgol.

Mae sesiynau'n para hyd at hanner can munud, a gellir amrywio amserau apwyntiadau fel nad yw amser yn cael ei golli o unrhyw un pwnc neu ei gadw'n gyson lle mae angen i chi gludo'ch plentyn i'r lleoliad.

AREA43

PAM CAEL CWNSELA YN YR YSGOL?

Mae gwasanaeth yn yr ysgol yn dod â chwnsela i blant a phobl ifanc mewn lle cyfarwydd, diogel a sicr. Fel arall, yn dibynnu ar amgylchiadau unigol, gall cwnselwyr gwrdd â'ch plentyn ar-lein neu mewn lleoliad cymunedol y tu allan i oriau ysgol.

Mae gwella iechyd emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc cyn iddyn nhw ddod yn oedolion nid yn unig yn gwneud gwahaniaeth uniongyrchol ar y pryd, ond mae ganddo hefyd y potensial i wella eu cyfleoedd bywyd.

AREA43

PA MOR HIR FYDD Y CWNSELA?

Mae sesiynau cwnsela fel arfer yn para hyd at 50 munud, yn dibynnu ar oedran a rhychwant sylw'r plentyn neu'r person ifanc. Mae Area 43 yn cynnig 6 – 8 sesiwn, ond caiff hyn yn ei adolygu'n rheolaidd rhwng y plentyn neu'r person ifanc, y cwnselydd a goruchwyliwr y cwnselydd.

Er mwyn rhoi amser i brosesu ac ymarfer strategaethau cymorth a ddysgwyd mewn cwnsela, gofynnwn i chi aros o leiaf 8 wythnos cyn gofyn am gwnsela eto.

AREA 43

HAWL

Mae Area 43 yn hyrwyddo erthyglau CCUHP (1989) yn ein hymarfer trwy ein hethos sy'n ffocysu ar blant a phobl ifanc, cefnogi hunan-atgyfeirio i'r gwasanaeth cwnsela, a, lle bo'n briodol, rhoi ymreolaeth.

Mae ein hymarferwyr yn asesu cymhwysedd Gillick ac yn defnyddio canllawiau Fraser i gydbwyso'r gofyniad i sicrhau diogelwch plant a phobl ifanc â'n rhwymedigaeth i wrando ar lais y plentyn neu'r person ifanc. Yn gyffredinol, nid yw pobl ifanc oed ysgol uwchradd yn debygol o fod angen cytundeb ysgrifenedig rhieni ar gyfer cwnsela, er mai plant oed ysgol gynradd fydd yn gwneud hynny amlaf.

Byddwn bob amser yn annog plentyn i ddweud wrth ei rieni neu ofalwyr am y penderfyniadau y mae'n eu gwneud. Os nad ydynt am wneud hyn, byddwn yn archwilio pam ac, os yw'n briodol, yn trafod ffyrdd i'w helpu i hysbysu eu rhieni neu ofalwyr, ond y plentyn neu'r person ifanc fydd yn dewis y penderfyniad hwn bob amser.

Hyd yn oed os yw'r person ifanc wedi rhoi gwybod i'w rieni ei fod yn dymuno cael cwnsela pan fydd ei rieni'n anghytuno â'i benderfyniad, gall cwnsela barhau o hyd os yw'r plentyn wedi'i asesu'n gymwys yn ôl asesiad Gillick yn unol ag Erthygl 12 o UNCRC.

Os nad yw ein cwnselwyr yn meddwl bod plentyn yn gymwys yn ôl Gillick neu os oes anghysondebau yn eu dealltwriaeth, byddwn yn ceisio caniatâd eu rhieni neu ofalwyr cyn symud ymlaen.

BETH OS BYDD FY MHLENTYN YN GWRTHOD CAEL CWNSELA?

Mae'r penderfyniad ynghylch a ddylid derbyn y cynnig o gwnsela ai peidio yn gwbl wirfoddol i blant a phobl ifanc, yn union fel y byddai ar gyfer oedolyn.

AREA43

A YDYW'N GYFRINACHOL?

Un o nodweddion allweddol ein gwasanaeth yw bod y wybodaeth a drafodir yn y sesiwn gwnsela yn cael ei thrin yn gyfrinachol.

Mae cwnsela yn adeg pan mae'n iawn siarad am bryderon heb ofni iddynt gael eu trafod yn rhywle arall. Mae hyn yn cynnwys peidio â rhannu'r gwaith gyda rhieni neu ofalwyr oni bai bod y plentyn neu'r person ifanc yn gofyn am hyn neu'n rhoi caniatâd.

Deallwn y gall hyn fod yn anodd i rieni a gofalwyr ei dderbyn ar brydiau, ond mae sicrhau cyfrinachedd yn hanfodol ar gyfer sefydlu ymddiriedaeth fel bod plant a phobl ifanc yn teimlo'n ddigon hyderus i siarad yn agored ac yn rhydd am yr hyn sydd angen iddynt ei wneud.

Er hynny, os yw'n ymddangos bod unrhyw blentyn neu berson ifanc mewn perygl o niwed sylweddol, gall fod yn briodol ceisio cymorth gan sefydliadau eraill (gan gynnwys yr ysgol, os yw'n briodol) i'w cadw'n ddiogel. Byddai'r cwnselydd yn ceisio trafod hyn yn gyntaf gyda'r plentyn neu'r person ifanc dan sylw.

Mae pob cwnselydd yn cael goruchwyliaeth glinigol o'u gwaith gyda phobl ifanc i sicrhau ansawdd eu hymarfer. Mae'r broses hon yn gwbl ddienw; ni fydd enw'r plentyn neu'r person ifanc yn cael ei adnabod.

AREA 43

DIOGELU

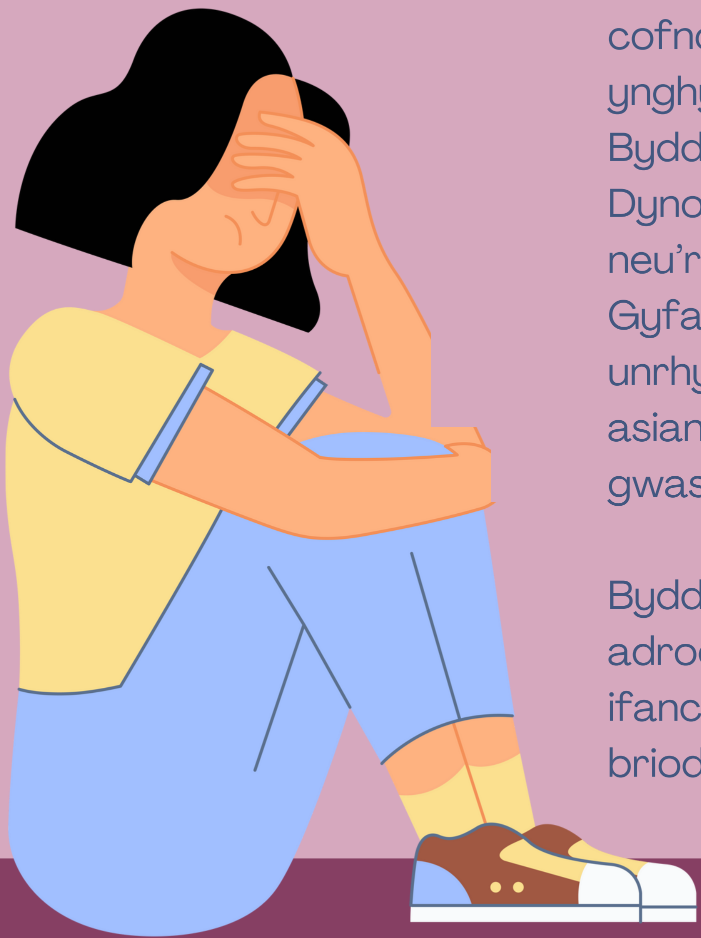
Rydym yn cydweithio â phlant a phobl ifanc, timau bugeiliol, a darparwyr gwasanaethau eraill i ddatblygu gwasanaeth sy'n gosod diogelu, asiantaeth, a llesiant wrth galon ei ddarpariaeth.

Mae ein gwasanaethau cwnsela'n ategu Deddf Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Plant, Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 Llywodraeth EM (2006), Strategaeth Law yn Llaw at Iechyd Meddwl (2012) Llywodraeth Cymru, a Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (2015). Felly, rydym yn cymryd ein cyfrifoldebau i gadw plant a phobl ifanc yn ddiogel o ddifrif.

Mae diogelu yn golygu amddiffyn pobl rhag niwed, gan gynnwys niwed corfforol, emosiynol, rhywiol ac ariannol ac esgeulustod. Rhaid i gwnselwyr adnabod arwyddion a symptomau cam-drin a gweithredu ar unrhyw bryderon, yn seiliedig ar gyfrifoldebau cyfreithiol a osodwyd ar lefel awdurdod lleol, gan Ddeddf Plant (1989) a Deddf Addysg (2002).

AREA 43

DIOGELU



Mae cwnselwyr Area 43 yn dilyn Fframwaith Moesegol BACP ac mae'n ofynnol iddynt wneud cofnod o unrhyw amheuon neu bryderon ynghylch diogelu pob plentyn a pherson ifanc. Byddant yn gweithio gyda'r Arweinydd Diogelu Dynodedig (DSL) yn lleoliad addysg y plentyn neu'r person ifanc (os yw'n berthnasol) a DSL neu Gyfarwyddwr Clinigol Area 43 i ddwyn ymlaen unrhyw adrodd am bryderon diogelu i asiantaethau eraill megis yr heddlu a gwasanaethau cymdeithasol.

Byddai'r cwnselydd yn ceisio trafod yr angen i adrodd am bryderon gyda'r plentyn neu'r person ifanc a gellir cysylltu â rhieni neu ofalwyr lle bo'n briodol ac yn ddiogel i wneud hynny.

AREA 43

A FEDRAF GEFNOGI'R GWAITH CWNSELA?

Medrwch, a chroesawn hyn. Mae ein profiad yn dangos mai'r peth mwyaf defnyddiol y gall rhiant ei wneud yw dangos derbyniad o gwnsela fel gweithgaredd arferol a defnyddiol, i ddangos diddordeb os yw eu plentyn yn dymuno siarad amdano, ond i beidio â phwyso arno os nad yw'n gwneud hynny.

Rydym yn cydnabod nad yw hon yn dasg hawdd a'i bod yn gwbl naturiol i rieni deimlo'n bryderus am yr hyn sy'n cael ei ddweud yn y sesiynau. Ein gobaith bob amser yw y bydd siarad â cwnselydd yn arwain at fod yn fwy agored gyda rhieni a theuluoedd, efallai y bydd angen i chi ganiatáu ychydig o amser i hyn ddigwydd.

Ar gyfer plant ifanc iawn, mae ein cwnselwyr yn aml yn gallu cynnig sesiwn gymorth gyda rhiant, gofalwr neu aelod o staff cymorth yr ysgol a all fod yn ddefnyddiol i helpu'r plentyn i roi strategaethau ymdopi ar waith.

OS YW FY MHLENTYN AM WELD CWNSELYDD A YW HYNNY'N GOLYGU FY MOD WEDI METHU FEL RHIANT?

Yn bendant ddim! Rydyn ni i gyd yn profi achlysuron pan fydd hi'n teimlo'n anodd siarad â'r rhai sydd agosaf atom ni am bethau sy'n ein poeni. Yn aml gall hyn fod oherwydd nad ydym am boeni'r rhai yr ydym yn eu caru fwyaf, neu oherwydd ein bod am help i feddwl am bethau gyda rhywun y tu allan i'r teulu.

Ni fydd y Cwnselydd yn eich beirniadu chi na'ch plentyn, ond yn ceisio eu helpu i ddod o hyd i'w ffordd trwy beth bynnag sy'n eu poeni.

SUT MAE ATGYFEIRIADAU I'R GWASANAETH CWNSELA YN CAEL EU GWNEUD?

Mae ein hethos sy'n ffocysu ar blant a phobl ifanc yn annog hunangyfeirio i'r gwasanaeth cwnsela, gan alluogi ymreolaeth. Gall rhieni, gofalwyr, staff addysg, meddygon teulu ac asiantaethau eraill i gyd atgyfeirio at y gwasanaeth gan ddefnyddio'r un ffurflen gofrestru.

Mae'n bwysig siarad â'ch plentyn cyn cwblhau cofrestriad oherwydd mae'n rhaid iddo fod eisiau mynychu a deall y broses gwnsela er mwyn iddo fod yn llwyddiannus.

SUT MAE ATGYFEIRIADAU I'R GWASANAETH CWNSELA YN CAEL EU GWNEUD?

Mae ein cymorth ar gael yn hawdd ac wedi'i deilwra gan gwnselwyr i ddiwallu'n briodol anghenion plant a phobl ifanc sy'n adlewyrchu eu hoedran, dewis iaith, lefel dealltwriaeth a'u dewis o lwyfan ymgysylltu.

Mae cwnselwyr yn esbonio manteision a chyfyngiadau cwnsela mewn cyfarfod asesu ac yn egluro cyfrinachedd a diogelu. Mae hefyd yn gyfle i'r cwnselydd a'r cleient benderfynu a yw cwnsela'n briodol ac archwilio natur eu hanawsterau. Gall perthnasoedd cwnsela alluogi plant a phobl ifanc i deimlo eu bod wedi'u grymuso a'u cefnogi i gael mynediad at wasanaethau arbenigol ychwanegol a bydd ein cwnselwyr yn cefnogi'r trawsnewidiadau hynny ac yn gwneud atgyfeiriadau neu gyfeirio fel y bo'n briodol.

SGANIWCH neu GLICIWCH ar y cod QR ar gyfer eich ardal i gyrchu'r ffurflen gofrestru

POWYS

GORLLEWIN CYMRU

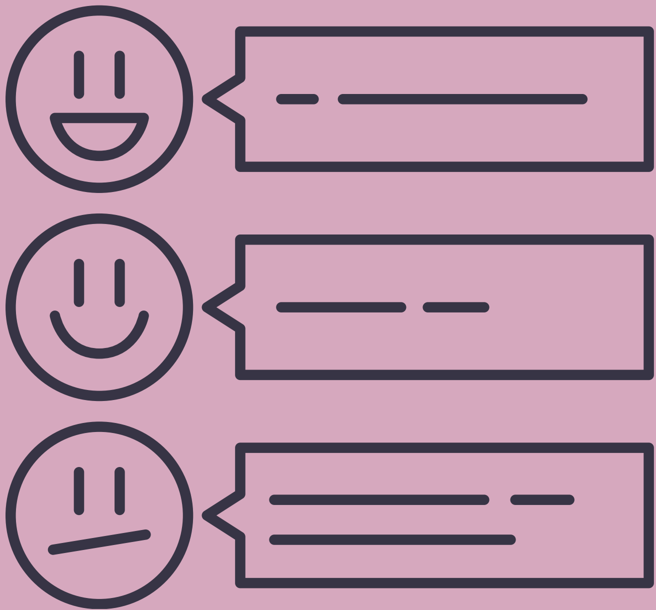
AREA 43

GWEITHDREFNAU DIOGELU DATA

Mae ffurflen gofrestru ar-lein Area 43 yn bodloni system rheoli cleientiaid ddiogel sy’n cydymffurfio â’r GDPR (Lamplight). Mae’r data sydd gennym yn cynnwys manylion personol a gwybodaeth ddemograffig yn ogystal â nodiadau sesiwn ffeithiol, cryno ac mae’n dilyn canllawiau gan Lywodraeth Cymru ar reoli atgyfeiriadau.

Rydym yn defnyddio contract syml (gan gynnwys fersiwn hygyrch) sy'n nodi lefel y cyfrinachedd. Mae Deddf Hawliau Dynol 1998 yn rhoi’r hawl i bob unigolyn gael parch at ei fywyd preifat a theuluol. Mae hyn yn cynnwys cael unrhyw wybodaeth bersonol a gedwir yn gyfrinachol yn unol â Deddf Diogelu Data 1998 a GDPR 2018. Er hynny, nid yw’r hawl hon yn absoliwt a gellir ei diystyru os oes angen, megis ar gyfer pryder diogelu.

MONITRO ANSAWDD A GWERTHUSO GWASANAETHAU



Mae monitro a gwerthuso yn hanfodol i gynnal arferion gorau a darpariaeth o ansawdd. Felly, rydym yn dadansoddi canlyniadau trallod seicolegol ac yn casglu adborth ansoddol, dienw trwy ffurflenni gwerthuso electronig trwy'r system rheoli cleientiaid, gan ymgorffori adborth wrth ddylunio gwasanaethau.

Rydym yn gweithio ar y cyd â lleoliadau addysg i gynnal grwpiau ffocws gyda phlant, pobl ifanc, rhieni, gofalwyr a staff addysg (fel y bo'n briodol) i gael cipolwg ar eu canfyddiadau o ddatblygiad y gwasanaeth, ac i fwydo i mewn i'r dull systemau ehangach, gan sicrhau darpariaeth a arweinir gan bobl ifanc sy'n bodloni anghenion plant a phobl ifanc.

AREA43

CANMOLIAETHAU A CHWYNION

Gwerthfawrogwn eich adborth a byddem wrth ein bodd yn clywed eich awgrymiadau neu ganmoliaeth am Area 43.

Rhag ofn ein bod wedi methu, rhannwch eich pryderon gyda ni yn agored, fel y gallwn wneud y cywiriadau angenrheidiol a gwella ein gwasanaethau. Eich boddhad chi a'ch plentyn yw ein blaenoriaeth, ac rydym yn cymryd unrhyw gwynion neu faterion o ddifrif. Mae hyn yn ein helpu i ddeall a gwasanaethu ein cleientiaid yn well. I gyflwyno tysteb, rhannu awgrym, neu wneud cwyn ffurfiol, anfonwch e-bost atom yn counselling@area43.co.uk.

BETH OS OES ANGEN HELP ARNA I NAWR?

- **Papyrus - HOPELINEUK**
  Rhadffon **0800 068 41 41**
- **Samaritans 116 123**
- **ChildLine 0800 1111**
- Anfonwch neges destun **SHOUT** i **85258** 24/7 cymorth testun argyfwng www.giveusashout.org
- **C.A.L.L.** Llinell Gymorth Iechyd Meddwl **0800 132737** neu anfonwch neges destun **HELP** i **81066**

AREA 43

counselling@area43.co.uk

area43.co.uk

01239 614 566

Area 43 / Depot
35 Pendre
Aberteifi ¦ Cardigan
SA43 1JS

Rhif Elusen I Charity No: 1181959