Niwrowahaniaeth Cymru
Cyngor Rhieni a Gofalwyr

Neurodivergence Wales
Parents & Carers Advice

Adnabod Beth sy'n Achosi Ymddygiad Gofidus gan ddefnyddio Siart ABieC

Er mwyn adnabod sbardunau a phwrpas ymddygiad gofidus yn gywir, bydd angen i chi gofnodi ymddygiad gan ddefnyddio siart ABieC:

www.niwrowahaniaethcymru/rhieni-a-gofalwyr/siart-abiec
www.niwrowahaniaethcymru/rhieni-a-gofalwyr/defnyddio-siart-abiec

Edrychwch ar y siart ABieC yr ydych chi wedi ei gwblhau, i edrych am batrymau cyffredin yn yr Adran Rhagflaenydd (beth sy'n digwydd cyn yr ymddygiad). Gallwch ddefnyddio'r tabl isod i ystyried y prif faterion a all fod yn achosi ymddygiad heriol mewn plentyn ag ASD.

Cyfathrebu - a wnaeth y plentyn ddeall? A yw'r plentyn wedi camddeall?
Arferion - a fu newid yn y drefn? A yw'r plentyn wedi cael help i wybod y drefn?
Rhyngweithio - a fu camddealltwriaeth cymdeithasol? A yw'r plentyn yn deall beth mae disgwyl iddo ei wneud?
Synhwyrau - materion synhwyraidd – a oes cynnydd / newid mewn ysgogiadau synhwyraidd?
Dychymyg - a oes disgwyl i'r plentyn ddefnyddio ei ddychymyg neu fod yn greadigol?
Goddrychedd - ydych chi'n tybio bod y plentyn yn ymddwyn yn heriol yn fwriadol? Ydych chi'n ymateb gan dybio hynny?

Yn aml, mae'r ymddygiad yr ydych yn ei weld yn 'swyddogaethol', sy'n golygu bod pwrpas i'r ymddygiad. Gall ymddygiad â phwrpas clir gynnwys rhedeg i ffwrdd er mwyn symud o sefyllfa llawn straen, ymosod yn llafar er mwyn atal rhywun rhag siarad, neu gloi ei hun i ffwrdd i osgoi pethau. Trwy adnabod y sbardun neu'r anhawster sylfaenol ac yna dileu'r sbardun neu roi cymorth, byddwch yn atal yr ymddygiad rhag digwydd.

Enghraifft

Yr Ymddygiad Penodol: Sgrechian yn yr archfarchnad.

Y rhesymau posibl / anawsterau sylfaenol:

Cyfathrebu - “Ni allaf ddeall pa mor hir yr ydym yn mynd i fod yma. Rwy’n teimlo’n bryderus, ond nid wyf yn deall y teimladau hyn ac ni allaf ddweud wrth unrhyw un am y peth.”
Arferion - “Fel arfer rydym yn mynd adref yn syth, nid wyf yn hoffi pethau’n newid. A yw hyn yn golygu nad ydym yn mynd adref o gwbl?
Rhyngweithio - “Nid wyf yn deall beth wyt yn ei ddisgwyl oddi wrthyf — beth wyf i fod ei wneud?”
Synhwyrau - “Mae goleuadau llachar, silffoedd prysur, arogleuon cryf a llawer o bobl. Ni allaf ymdopi â hyn i gyd.”
Dychymyg - “Rwyt ti wedi gofyn i mi ddewis yr hyn y byddai dad yn ei hoffi i de…ni allaf ddyfalu ac nid wyf yn gwybod beth wyt eisiau i mi ei ddweud.”
Goddrychedd - “Rwyt yn cadw dweud wrthyf i beidio bod yn wirion, nid wyf yn bod yn wirion, mae ofn arna i.”

Yn yr enghraifft uchod, mae sbardunau clir ar gyfer yr ymddygiad yn ymwneud â diffyg dealltwriaeth y plentyn.

Dylech nawr edrych ar eich siart ABieC a gweld a allwch ddod o hyd i sbardunau tebyg, neu ofyn i weithiwr proffesiynol eich helpu.

Os yw ymddygiad y plentyn yn briodol, hyd yn oed os yw’n annymunol (er enghraifft mynd yn bryderus yn ymwneud â newid i’r drefn) ni ddylech geisio newid yr ymddygiad, ond yn hytrach newid yr amgylchedd (gallech roi cynnig ar gynllunwyr lluniau, neu gyfrif i lawr). Os mai materion synhwyraidd yw achos yr ymddygiad annymunol, newid yr amgylchedd fydd y ffordd ymlaen (siopa mewn mannau tawelach neu ar adegau tawelach o’r dydd efallai).