

Y Cyfan am Anhwylderau Spectrwm Awtistaidd

Llyfryn i rieni a gofalwyr

Autism Cymru

a Tim Cynnal Plant a
Theulu Ceredigion



Ysgrifennwyd y llyfryn
hwn gan Glenys Jones,
Rita Jordan a Hugh Morgan.
Adolygwyd gan Eryl Bray
a Hugh Morgan.

Cyhoeddwyd yn wreiddiol gan Sefydliad
Iechyd Meddwl yn 2001.

Y cartwnau wedi'u creu gan Simon
Whiteman
Hawlfraint The Mental Health
Foundation

ISBN: 0 901 944 99 8

Ailargraffwyd 2002

Cyflwyniad

Ysgrifennwyd y llyfryn hwn yn enwedig i
rieni, gofalgwyr ac aelodau eraill o'r teulu lle
bo plentyn gydag anhwylder sbectrwem
awtistaidd. Bydd hefyd o ddiddordeb i'r
rheiny sydd ynghlwm yn broffesiynol,
megis athrawon, meddygon teulu,
therapyddion lleferydd ac iaith ac
ymwelyddion iechyd. Yn y llyfryn hwn ceir
gwybodaeth am rai o'r cwestiynau mwyaf
cyffredin, ceir awgrymiadau am
gyhoeddiadau eraill a chyfeiriadau
cymdeithasau defnyddiol a safleoedd gwe
yng Nghymru.

Diolchiadau

Mae Autism Cymru a Tîm Cynnal Plant a
Theulu Ceredigion yn ddiolchgar i Glenys
Jones, Rita Jordan ac i'r sefydliad i Bobl
gydag Anableddau Dysgu am eu caniatad
caeredig i adolygu ac atgynhyrchu'r llyfryn
hwn.



Beth yw Anhwylder Sbectrwm Awtistaidd



Term gweddol newydd yw Anhwylder Sbectrwm Awtistaidd a ddefnyddir i ddisgrifio unigolion sydd ganddynt nodweddion yn gyffredin.

Effeithir arnynt yn eu gallu i:

- ddeall a defnyddio cyfathrebu di-eiriau a geiriol
- dehongli ymddygiad cymdeithasol sydd wedyn yn effeithio ar eu gallu i rymgweithio gyda phlant ac oedolion
- meddwl ac ymddwyn yn hyblyg (h.y. i wybod sut i addasu eu hymddygiad i weddu i sefyllfaoedd penodol)

Gallant hefyd fod yn wahanol iawn i'w gilydd, yn eu galluoedd ac yn eu cryfderau a'u gwendidau.

Disgrifiwyd gwahanol is-grŵp o fewn y sbectrwm, er enghraifft:

- Syndrom Asperger
- Awtistiaeth uchel-weithredol
- Awtistiaeth glasurol
- Syndrom Kanner

Gellir hefyd dweud fod gan blant nodweddion neu gymeriad awtistaidd, er y byddai'n fwy defnyddiol disgrifio plant o'r fath fel rhai sydd ganddynt anhwylder sbectrwm awtistaidd. Nid yw'r term 'tueddiadau awtistiadd' yn gynorthwyol gan ei fod yn awgrymu ansicrwydd yn y diagnosis. Mae'r holl blant yn yr is-grwpiau hyn yn cael anawsterau yn y dair adran a ddisgrifir ar y dudalen gyntaf a chyfeirir at rhain yn gyffredinol fel 'trïawd amhariaeth'.

Mae tystiolaeth – o leiaf mewn rhai achosion, fod eu canfyddiad o synau, golwg, arogl, cyffyrddiad a blas yn wahanol, sydd wedyn yn effeithio ar eu hymateb i'r rhain. Gall plant o bob lefel o allu gael anhwylder sbectrwm awtistiadd a gall ddigwydd gydag anhwylderau eraill (e.e. gyda cholled synhwyrâu, amhariad ar iaith a syndrom Down).

Mae gan bobl gydag anhwylder sbectrwm awtistaidd bersbectif gwahanol ac maent yn gweld y byd yn wahanol i ni. Mae'n bwysig gwerthfawrogi a datblygu eu diddordebau arbennig a pheidio â chanolbwyntio ar geisio eu newid (i fod yn fwy tebyg i ni), rhywbeth fyddai'n anodd iddynt a rhywbeth efallai na fyddent yn ei ddymuno. Rhaid inni geisio 'gwisgo'u sgidie' hwy a cheisio gweld sefyllfaoedd o'u safbwynt hwy. Bydd yn ychwanegu at ein craffter a'n dealltwriaeth ni. Golyga hyn y byddan nhw'n fwy hamddenol yn ein cwmni ni.

Y dair adran yr effeithir arnynt mewn anhwylderau sbectrwm awtistaidd

Cyfathrebu di-eiriau a geiriol

Yn aml nid ydym yn golygu beth ddywedwn ni. Mae plant gydag anhwylder sbectrwm awtistaidd yn gweld hyn yn ddryslyd iawn a gallant ein cymryd o ddiffri. Os dywedwch chi, "Fedri di nôl dy got?" gall eich plentyn ateb "Gallaf", ond gwneud dim am y peth. Gallai cyfarwyddyd gan athro i "Gollyngwch eich dwylo" achosi dryswch llwyr. Pan yn darllen neu gwrandar ar stori, efallai fod gan y plentyn gof arbennig am y manylion ond bod ganddo broblemau'n deall pwynt y stori neu'r prif bwyntiau.

Efallai byddant yn ail-adrodd beth ddywedwch chi (ecolalia) sydd yn ddull i'w helpu i ddarganfod ystyr neu i leihau pryder.

Gall rhai plant brofi gohirio yn dysgu siarad a nid yw rhai'n datblygu llferydd o gwbl. Mae rhai eraill gyda llferydd yn cael anawsterau i ddefnyddio hyn yn effeithiol i gyfathrebu.

Mae'n debygol bydd yn rhaid ichi addysgu'ch plentyn beth yw pwrpas cyfathrebu, dull i gyfathrebu fydd yn gweddu iddyn nhw (defnyddio lluniau, ffotograffau, ystumiau, geiriau llafar neu ar bapur) a sut i gyfathrebu.

Dealltwriaeth cymdeithasol ac ymddygiad cymdeithasol

Bydd gan eich plentyn anhawster deall eich ymddygiad a 'darllen' eich amcanion. Rydym yn datblygu'r ddealltwriaeth yma heb ei ddysgu ac yn ei wneud yn weddol rhwydd.

Dylanwadir ar ein hymddygiad yn fawr gan beth rydyn ni'n feddwl bydd eraill yn ei feddwl amdanon ni. Ond i'r plentyn gydag anhwylder sbectrwm awtistaidd, ni fydd barn pobl eraill yn cael fawr ddim dylanwad a bydd ef/hi yn dweud a gwneud yn union fel mae ef/hi eisiau.

Byddant yn ei chael hi'n anodd i chwarae a chyfathrebu'n effeithiol gyda phlant eraill fydd efallai wedi drysu gan ymddygiad y plentyn ac felly'n ei osgoi neu ei blagio. Bydd raid i chi ac eraill helpu'ch plentyn a phlant eraill i weithio a chwarae gyda'i gilydd yn llwyddiannus.

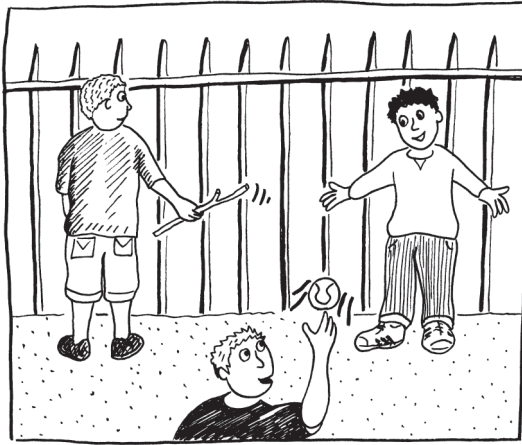
Gall oedolion sydd ddim yn adnabod eich plentyn neu ddim yn deall awtistiaeth, gamddeall eu hymyddgiad a'i weld fel direidi, cysetlyd, neu ddiog, pan, mewn gwirionedd, nid oedd y plentyn yn deall y sefyllfa neu'r dasg neu nid oedd wedi deall amcanion neu hwyliau'r oedolyn yn gywir.

Meddwl ac ymddwyn yn hyblyg yn ôl y sefyllfa

Yn aml nid yw plant gydag anhwylder sbectrwm awtistiad yn chwarae gyda theganau mewn modd confensiynol, ond yn hytrach yn spinio neu fflapio pethau neu'n gwylio rhannu symudol teganau neu beirianwaith am gyfnodau maith gyda diddordeb dwys. Maent yn dueddol o chwarae ar eu pennau eu hunain neu wrth ochr eraill.

Gallant ddynewared rhyw olygfeydd a welsant ac mae plant mwy galluog yn chwarae gyda dychmyg, ond ni fedrant rannu mewn chwarae dychmygol gydag eraill (e.e. gallant chwarae Batman ond ei chael hi'n anodd i chwarae gyda ffrind fel Batman a Robin).

Mae rhai plant yn datblygu diddordeb obsesiynol mewn pwnc neu hobi.



Gallant hefyd ddangos adwaith cryf i newid mewn trefn arferol sydd yn gyfarwydd iddynt neu os newidir rhywbeth maent yn dibynnu arno.

Tueddir cysylltu dysgu gyda'r sefyllfa y'i dysgwyd ynddo ac maent angen help penodol i gyffredinoli sgiliau neu eu haddasu i sefyllfaoedd newydd.

Canfyddiad y synhwyrâu ac ymatebion

O beth ddywedir wrthym gan oedolion gydag anhwylder sbectrwam awtistaidd, mae'n amlwg fod rhai plant yn or-sensitif i rai synau, golygfeydd a defnyddiau.

Mae gan hyn oblygiadau i amgylchedd cartref ac ysgol eich plentyn a gall egluro eu hymateb i newid dillad neu fwyd, a'u hymateb i sŵn.

Yn ychwanegol, efallai na fydd eich plentyn yn cysylltu llygaid yn addas, un ai'n edrych am amser rhy fyr neu'n syllu ar eraill.

Yn y gorffennol, bu ffocws ar addysgu'r plentyn i edrych pan yn cyfathrebu, ond efallai na fydd eich plentyn yn gallu siarad ac edrych arnoch ar yr un pryd.

Problem wedi'i rhannu

Yn naturiol mae mwy nag un person mewn unrhyw gyfathrebu cymdeithasol. Yn aml rydym yn sôn am blentyn gydag anhwylder sbectrw m awtistaidd fel un sydd ganddo amhariad cyfathrebol neu gymdeithasol. Mae hyn yn gamarweiniol ac annheg gan ei fod yn awgrymu mai problem y plentyn yn unig ydyw. Mewn gwirionedd, rhennir yr amhariadau cymdeithasol a chyfathrebol ac mae mwy na hanner yr ateb gennych chi ac eraill. Drwy ddeall perspectif a sgiliau eich plentyn, gallwch newid sut rydych chi'n cyfathrebu a rhoi iddynt y modd i gyfathrebu'n effeithiol ac felly i leihau'r problemau rydych eich dau'n brofi.

Beth yw cryfderau'ch plentyn?

Mae eu cryfderau'n cynnwys eu gallu i:

- ganolbwyntio ar fanylyn neu i weld y byd mewn ffyrdd anarferol (ac yn aml yn gyfoethocach) yn y byd celf, cerddoriaeth a barddoniaeth, er enghraifft
- canolbwyntio am gyfnodau hir ar weithgaredd unigol, os ydyw o ddiddordeb iddynt
- prosesu gwybodaeth gweledol yn well na gwybodaeth a roddir ar lafar yn unig
- rhoi eu sylw cyfan i dasg ac felly cyflawni lefel uchel o sgil neu waith ar dasgau ymhell wedi'r pwynt y byddem ni wedi hen flino arno
- llwyddo, os ydynt yn fwy galluog, mewn meysydd academiaidd nad ydynt yn gofyn am raddfeydd uchel o ddealltwriaeth cymdeithasol a lle defnyddir iaith dechnegol neu fathemategol (e.e. gwyddoniaeth, peirianeg, cerddoriaeth, gwybodaeth technoleg)



Beth yw syndrom Asperger?

Cydnabyddwyd yr is-grŵp hwn o fewn y sbectrwm awtistaidd gan y seiciatrydd Hans Asperger ym 1944. Lorna Wing oedd y person cyntaf i fathu'r term Syndrom Asperger yn y 1980au cynnar.

Fe'i defnyddir i ddisgrifio'r rheiny gydag awtistiaeth sydd ganddynt allu cymhedrol neu uwch a chyda iaith lafar dda, er bod eu gallu i'w defnyddio i gyfathrebu wedi'i effeithio arno. Rhoddwyd y term 'uchel-weithredol' hefyd i'r grŵp yma o unigolion.

Mae rhai gweithwyr proffesiynol yn dadlau bod gwahaniaethau pwysig rhwng y rhai gyda syndrom Asperger a'r rhai a elwir yn 'uchel-weithredol'.

Dywedant fod y rhai gyda syndrom Asperger hefyd yn debygol o fod yn lletchwith, gyda mwy o ddiddordeb cymdeithasol ac yn fwy tebyg o gael diddordebau obsesiynol tra bo'r rhai uchelweithredol wedi cael gohiriad yn natblygiad eu lleferydd a'u hiaith.

Mae eraill yn dadlau nad oes gwahaniaeth rhwng y ddau derm ac y gellir defnyddio un fel y llall.

Diagnosis

Bydd y rhan fwyaf o blant gydag anhwylder sbectrwm awtistaidd wedi datblygu'r cyflwr yn ystod tair blynedd cyntaf eu bywydau.

Mae'n bosibl adnabod a rhoi diagnosis o anhwylder sbectrwm awtistaidd erbyn 18 mis oed ond, yn ymarferol, yn anaml y ceir diagnosis cyn dwy flwydd oed.

I blant lle mae eu sgiliau eraill wedi datblygu ar yr oed arferol neu sydd ar flaen eu cyfoedion mewn rhai adrannau (e.e. mathemateg, cywirdeb darllen, cof am ffeithiau) efallai nas adwaenir anhwylder sbectrwm awtistaidd ac felly ni roddir diagnosis tan fo'r plentyn yn mynychu'r ysgol.

Mewn rhai achosion, ni roddir diagnosis nes fod y plant yn 11 neu fwy gan fod staff ac eraill wedi methu ei adnabod.

Ar hyn o bryd mae llawer o oedolion heb ddiagnosis neu a gafodd ddiagnosis o anhwylder sbectrwm awtistaidd pan yn oedolyn.

Dyma'r math o ymddygiad fydd gweithwyr proffesiynol yn edrych amdano pan yn rhoi diagnosis o anhwylder sbectrwm awtistaidd:

- Gohiriad neu ddifyg iaith lafar (ond ddim yn wir am bob plentyn)
- Defnydd anarferol o iaith (e.e. rhagenw o chwith yn dweud 'chi' yn lle 'fi') ecolalia parhaol (h.y. ail-adrodd geiriau eraill tu hwnt i'r oed arferol); 'chwarae' gyda synau
- Anawsterau chwarae gyda phlant eraill
- Cyswllt llygad anaddas gydag eraill
- Gweithgareddau chwarae a diddordebau anarferol
- Methu pwyntio gyda'r bys blaen i gyfathrebu
- Methu rhannu diddordeb gydag eraill
- Ymateb anarferol i synau, golygfeydd a defnyddiau arbennig
- Amharodrwydd i newid gweithdrefnau cyfarwydd

Yn ymarferol, gall diagnosis o anhwylder sbectrwm awtistaidd gael ei roi i rieni gan feddyg plant, seiciatrydd, therapydd lleferydd ac iaith, seicolegydd clinigol neu addysgol, neu feddyg teulu. Efallai bod eraill sy'n gweld y plentyn a'r teulu'n rheolaidd fel staff cyn-ysgol ac athrawon wedi amau bod anhwylder sbectrwm awtistaidd gan y plentyn ac wedi ei anfon ymlaen am asesiad pellach.

Gan nad oes prawf diagnosis pendant, mae'n eitha cyffredin i weithwyr proffesiynol anghytuno gyda'r diagnosis sydd wedi ei roi i blentyn arbennig, sy'n ychwanegu at ofid y rhieni. Mewn rhai ardaloedd ceir polisi lle mai dim ond un grŵp proffesiynol ddylai roi'r diagnosis.

I wneud diagnosis, rhaid gwyllo'r plentyn yn fanwl gartref ac mewn sefyllfaoedd eraill, ynghyd â chael adroddiad da o hanes cynnar y plentyn gan y teulu, am y bechiogrwydd hyd at y dydd presennol. Dylid gwneud archwiliadau eraill i weld a oes gan y plentyn unrhyw anhwylderau ychwanegol (e.e. epilepsi; anabledau dysgu; problemau clywedol neu weledol).

Anawsterau i ddiagnosis

- Nid oes, hyd yma, brawf am anhwylder sbectrwm awtistaidd (e.e. sampl gwaed neu drwy astudio nodweddion corfforol y plentyn)
- Gall anhwylderau plentyndod neu brofiadau effeithio ar gyfathrebu, datblygiad iaith ac ymddygiad cymdeithasol felly gall fod yn anodd i weithwyr proffesiynol benderfynu p'un ai oes gan y plentyn y cyflwr hwn neu ryw gyflwr arall
- Gall fod fawr ddim o brofiad na gwybodaeth gan y gweithwyr proffesiynol (e.e. meddygon teulu, ymwelyddion iechyd, athrawon) ac felly efallai na fyddent yn adnabod yr anhwylder sbectrwm awtistaidd
- Mae gan lawer o blant gydag anhwylder sbectrwm awtistaidd anawsterau eraill (e.e. anableddu dysgu) sy'n gallu drysu diagnosis

Ydy'r diagnosis yn bwysig?

Mae cael diagnosis yn golygu y gellir helpu eich plentyn a'r teulu mewn nifer o ffyrdd pwysig. Bydd yn eich caniatáu i ddarllen llenyddiaeth perthnasol, i siarad gyda rhieni eraill a gweithwyr proffesiynol ac i archwilio mathau defnyddiol o gefnogaeth.

Mae gwybod beth yw'r rhesymau sylfaenol am ymddygiad eich plentyn yn bwysig iawn er mwyn dyfeisio strategaethau i helpu a chefnogi eich plentyn, yn hytrach nag ymateb i, a phendroni ar achosion ymddygiad fel y bo'n digwydd.

Ond mae'n bwysig bod yr anhwylder sbectrwm awtistiadd yn cael ei weld fel un yn unig o'r ffactorau sy'n ymwneud â phenderfynu ar ymddygiad. Bydd y ffactorau eraill fydd yn dylanwadu ar ddatblygiad eich plentyn yn cynnwys ei (ph)ersonoliaeth, yr amgylchedd, nodweddiad teuluol a chryfderau a diddordebau eich plentyn, a bydd rhaid cymryd hyn oll i ystyriaeth.

Sut i ddweud wrth eich plentyn

Rhaid ichi feddwl yn ofalus am sut a phryd fyddwch chi'n trafod y diagnosis gyda'ch plentyn. Bydd y dull yn dibynnu ar lefel eu gallu a bydd rhaid i chi farnu pryd fyddan nhw'n ei gael yn fwyaf cynorthwyol. Mae llyfrau ar gael y gallwch ddefnyddio i egluro'r diagnosis i'ch plentyn a'u brodyr a'u chwiorydd. Gweler tudalen 30 am fanylion.

Pa mor gyffredin yw anhwylderau sbectrwm awtistaidd?

Mae'n anodd gwybod yn union faint o bobl sydd ag anhwylder sbectrwm awtistaidd gan nad yw'n hawdd ei adnabod bob tro ac nid yw rhai wedi cael diagnosis eto.

Fel bo'n gwybodaeth, dealltwriaeth ac ymwybyddiaeth yn cynyddu, mae mwy o blant yn cael eu cydnabod. Mae amcangyfrifon yn awgrymu efallai bod tua 1 ym mhob 200 o bobl gydag anhwylder sbectrwm awtistaidd a bydd gan lawer ohonynt anabledd dysgu hefyd.



Mae rhai gweithwyr proffesiynol yn meddwl fod y nifer o blant sydd â cyflwr yn tyfu. Mae'n anodd asesu hyn gan fod cynydd mewn ymwybyddiaeth a thwf yn y nifer o weithwyr proffesiynol sy'n gallu rhoi diagnosis.

Fodd bynnag, mae'r cynnydd yn niferoedd y plant ifanc ym Mhrydain (a lleoedd eraill) yn digwydd mewn sefyllfaoedd lle bu systemau diagnosis ar gael ers llawer blwyddyn, ac mae hyn yn rhoi rheswm dros geisio darganfod y rhesymau am y fath newid.

Mae tua pedair gwaith yn fwy o fechgyn na merched ag arnynt anhwylder sbectrwm awtistaidd yn y grŵp gydag anabledau dysgu a chredir bod tua deg gwaith yn fwy o fechgyn na merched yn y grŵp uchel weithredol.

Achosion anhwylderau sbectrwm awtistaidd

Ydy o'n etifeddedig?

Mae ffactorau genetig (etifeddol) yn bwysig. Mae sawl genyn sy'n gweithredu gyda'i gilydd ac yn arwain at awtistiaeth, ond nid yw'n hysbys eto pa rai yw'r rhain. Mae'n debygol fod y genynnau'n rhyngweithio gyda'r amgylchedd i ddechrau'r cyflwr.

Ydy ffactorau amgylcheddol yn berthnasol?

Mae llawer o sbardunau'n cael eu hastudio er nad oes un wedi'i ddilysu'n wyddonol. Mae'r rhain yn cynnwys salwch mewn beichiogrwydd, salwch plentyndod, anoddefgarwch at fwyd ac ymateb i bigiad. Yn aml mae'n anodd datrys gwir achosion oddi wrth ddigwyddiadau (megis brechiad) sy'n cyd-ddigwydd ar yr un pryd ag y mae anawsterau'r plentyn yn dod yn fwyaf amlwg.

Ydy e'n cael ei achosi gan salwch neu niwed i'r ymennydd?

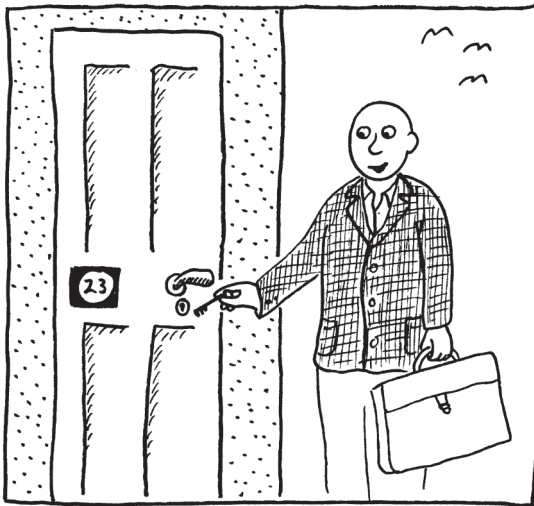
Mae'n debygol fod ymennydd y rhai gydag anhwylder sbectrwm awtistaidd yn gweithio'n wahanol i ymennydd y rhai sydd heb y cyflwr, er gall hyn fod yn fater o raddfa yn hytrach na gwahaniaeth llwyr. Mae astudiaethau ar yr ymennydd sy'n defnyddio technegau sganio wedi rhoi canlyniadau cymysg ac weithiau rhai anghyson. Mae peth ymchwil yn awgrymu bod rhannau o'r ymennydd yn fwy neu'n llai na'r arfer a bod maint y pen yn fwy yn y plant sy'n uchel-weithredol. Mae astudiaethau ar y gweill i ddarganfod pa rannau o'r ymennydd a ddefnyddir i dasgau arbennig er mwyn penderfynu a yw'r rhai gydag anhwylder sbectrwm awtistaidd yn defnyddio adrannau gwahanol o'u hymennydd i weithgareddau penodol, yn wahanol i'r rhai heb y cyflwr.

Ydy plant yn tyfu allan o'u anhwylder sbectrwm awtistaidd?

Bu honiadau fod rhai plant wedi gwella'n llwyr ac nad yw'r anhwylder sbectrwm awtistaidd yn amlwg dim mwy, ond mae astudiaethau tymor-hir yn awgrymu y bydd y mwyafrif yn parhau i brofi rhai nodweddion yn gysylltiedig ag anhwylder sbectrwm awtistaidd drwy gydol eu hoes.

Fel mae plant yn tyfu'n hŷn, mae eu dealltwriaeth a'u defnydd o ymddygiad cyfathrebol a chymdeithasol addas yn cynyddu a'u sgiliau'n gwella drwy addysg addas a chefnogaeth.

Mae'r datblygiad yn parhau drwy eu bywyd fel oedolion, fel bod anhwylder sbectrwm awtistaidd yn llawer anos i'w ddarganfod na phan roeddent yn iau.



Mae rhai oedolion yn byw'n annibynnol, mae gan rai bartner a phlant a gwaith, yn aml mewn swyddi na sy'n gofyn am lefel uchel o ddealltwriaeth cymdeithasol. Gall eraill fyw ar eu pennau eu hunain, yn hanner annibynnol, gyda chefnogaeth gan eu teuluoedd neu wasanaethau.

Bydd llawer yn parhau i fyw gyda'u teuluoedd neu mewn amgylchedd byw cefnogol ac yn mynychu ystod o gyfleusterau addysgol, gwaith a hamdden. Nid ydynt yn cael eu diogelu rhag problemau iechyd meddwl eraill allai ddatblygu, megis iselder ysbryd, a byddant angen help addas gyda'r anawsterau hyn fel y dont yn amlwg.

Rhaid cofio bod yr oedolion sy'n gwneud yn dda efallai yn dioddef o straen cynnal eu 'cydymffurfiad' a byddant angen cefnogaeth a help i ddatblygu strategaethau ymdopi.

All meddyginiaeth helpu?

Nid oes cyffuriau'n arbennig ar gyfer awtistiaeth.

Mae nifer o oedolion wedi dweud am fuddiannau cymryd meddyginiaeth mewn dosau bach, i leihau pryder. Mae hyn yn eu galluogi i weithredu mewn byd cymdeithasol dryslyd a phryderus. Fel gydag unrhyw feddyginiaeth, mae'n bwysig eich bod yn gywybod beth yw'r sgîl-ffeithiau a'u monitro'n ofalus iawn.

Gellir rhoi gormod o feddyginiaeth a'i gamddefnyddio fel dull i reoli ymddygiad, yn aml gyda sgîl-ffeithiau tymor-byr a hir-dymor difrifol (e.e. colli neu ennill pwysau, problemau sinws, anhwylder cwsig, cyfog a chryndodau) felly mae rhaid bod yn ofalus iawn a dylid defnyddio dulliau amgen i leihau pryder a rheoli ymddygiad yn y lle cyntaf cyn defnyddio meddyginiaeth.

All deiet helpu?

Mae tystiolaeth gynyddol bod y ffordd mae rhai plant sydd ag anhwylder sbectrwm awtistaidd yn treulio'u bwyd yn y stumog a'r coluddyn yn wahanol. Gall sylweddau y dylid eu hysgarthu fynd i lif y gwaed ac effeithio ar ymddygiad.

Mae'n bosibl fod cynnyrch llefrith (casein) neu wenith (gluten), i rai plant, yn sbardun i rai o'r ymddygiadau a welir. Y bwydydd eraill all effeithio ar ymddygiad yw bananas, ffrwyth citraidd, lliwiau mewn bwyd a chadwolion.

Nid oes digon o dystiolaeth eto i wybod pa blant ellid eu helpu drwy newid deiet a gall glynu wrth ddeiet fod yn anodd iawn. Gall fod peryglon hefyd, i rai plant sydd â deiet gyfyngedig yn barod oherwydd bod ganddynt hoff-bethau a chas-bethau.

Mae'n bwysig iawn trafod unrhyw benderfyniad i newid deiet eich plentyn gyda'ch meddyg teulu neu gyda deietegydd proffesiynol.

Sut gall rhieni helpu?



Rhaid eich sicrhau nad achoswyd yr anhwylder sbectrwm awtistaidd gan rywbeth wnaethoch, neu na wnaethoch chi neu unrhyw aelod o'r teulu. Yn wir, rydych chi a'ch teulu mewn sefyllfa bwysig i helpu'ch plentyn gany byddwch chi'n treulio mwy o amser gyda'r plentyn na neb arall.

Mae natur cefnogaeth a chariad gan eu rhieni ac aelodau eraill y teulu yn hanfodol bwysig i unrhyw blentyn. Mae sut mae'ch plentyn yn cael ei ofalu amdano, ei ddeall, ei werthfawrogi a'i reoli o fewn y teulu yn hollbwysig.

Mae gweld awtistiaeth fel un agwedd yn unig o'ch plentyn, yn hytrach na'r brif nodwedd, yn bwysig. Mae gan eich plentyn yr un gofynion corfforol ac emosiynol ag unrhyw blentyn arall yn y teulu (e.e. cael cariad; sylw; bwyd; cymeradwyaeth; a pharch at eu diddordebau a'u sgiliau). Fodd bynnag, efallai bydd rhaid i chi addasu eich dulliau yn y ffordd rydych chi'n dangos eich cariad a'ch consýrn, i weddu gydag anghenion a pherspectif y plentyn.

Er efallai nad ydych wedi clywed am awtistiaeth o'r blaen, mae gennych lawer o'r sgiliau angenrheidiol i helpu eich plentyn yn barod. Byddwch yn datblygu'r sgiliau ychwanegol sydd eu hangen ar eich plentyn yn gyflym, tra'n gwyllo sut mae ef/hi yn ymateb i sefyllfaedd, newid pethau sy'n achosi anawsterau iddo/iddi a helpu'ch plentyn i ddatblygu sgiliau.

Fodd bynnag, oherwydd bod eich plentyn chi'n wahanol i blant eraill mewn rhai ffyrdd, dylech gael cyngor i ddatblygu strategaethau fydd yn gweithio gyda'ch plentyn chi. Nid oes un dull penodol sy'n gweithio i bob plentyn a rhaid i chi ddewis ffyrdd fydd yn gweddu gyda bywyd teuluol ac yn gweddu i'ch steil bersonol chi.

Gellir rhannu eich syniadau gyda rhieni eraill a chyd a'r gweithwyr proffesiynol rydych chi'n gyfarfod. Mae llawer o rieni'n elwa o berthyn i grŵp cefnogi rhieni. Gallwch ofyn yn eich llyfrgell gyhoeddus neu gysylltu ag Autism Cymru neu Chymdeithas Genedlaethol Awtistiaeth am grwpiau lleol.

Mewn llawer ardal o Brydain, mae gweithdai a rhaglenni'n cael eu sefydlu yn benodol ar gyfer rhieni i ddarparu cyngor a gwybodaeth. Mae'r rhain yn canolbwyntio ar ddatblygu cyfathrebu, deall ymddygiad, datblygu sylw, sgiliau gwaith a chwarae. Gall eich cymdeithas awtistiaeth leol, ymwelydd iechyd, awdurdod neu ymddiriedolaeth iechyd neu adran addysg fod yn fannau cychwyn i ddarganfod mwy am rhain.

Plant cyn-ysgol

Mae'n bwysig eich bod chi a'ch teulu'n cael gwybodaeth yn gynnar er mwyn gwneud synnwyr o sut mae'ch plentyn yn ymddwyn ac er mwyn helpu'ch plentyn i ddeall eraill ac i gyfathrebu. Dylai'r wybodaeth a'r cyngor yma ddilyn yn syth ar ôl y diagnosis.

Er bod cymaint o gyhoeddusrwydd am wahanol ymyrraethau, ni cheir un dull penodol yn fwyaf effeithiol na'r lleill, er bod tystiolaeth bod ymyrraeth gynnar, gweithio ar gyfathrebu a chael rhieni i chwarae eu rhan yn fuddiannol.



Blaenoriaethau i helpu eich plentyn

- Creu amgylchedd ddiogel, rhagweladwy, strwythurol
- Dysgu dull o gyfathrebu i'ch plentyn er mwyn ateb ei (g)ofynion
- Rheoli ei (h)ymddygiad drwy roi cyfarwyddiadau ac awgrymiadau i ddangos iddo/i beth i'w wneud yn hytrach na beth i beidio wneud
- Darganfod ffyrdd i gael hwyl (e.e. chwarae reslo; gyda cherddoriaeth; neu gyfrifiadur)

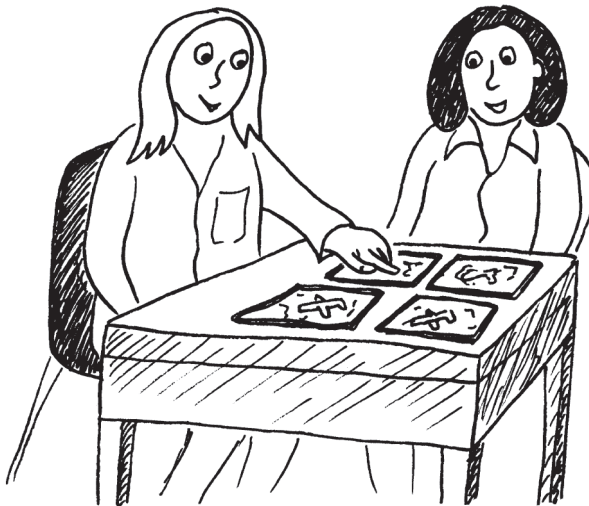
Pan yn cyfathrebu gyda'ch plentyn mae'n bwysig:

- dweud enw'ch plentyn yn gyntaf cyn rhoi'r cyfarwyddyd
- siarad mewn brawddegau byrion gan ddefnyddio geiriau allweddol a defnyddio lluniau, ffotograffau neu ystumiau i roi clwbiau pellach am beth rydych chi eisiau (e.e. nôl dy got, tynn dy siwmpwr)
- rhoi digon o amser i ymateb
- defnyddio llais a modd llonydd a thawel i leihau pryder eich plentyn
- cynnig dewisiadau pendant (hwn neu honna) i osgoi gwrthdrawiad (e.e. wyt ti isio'r tren neu'r llyfr?)
- defnyddio cymhellion i annog eich plentyn i wneud beth rydych chi eisiau, ond ceisiwch wneud rhain yn ganlyniadau naturiol (e.e. os wisgi di dy got fe awn ni i'r siglenni)
- tynnu ei sylw at weithgaredd arall pan fo'n anhapus
- rhoi syniad clir o beth sy'n mynd i ddigwydd yn ystod y dydd gan ddefnyddio siartau llun neu restrau i'w atgoffa
- rhoi rhybudd os yw rhywbeth yn mynd i orffen neu newid (e.e. un gân arall ac yna diffodd y golau)

Sut gall ysgolion helpu?

Efallai bod eich plentyn yn mynychu ysgol prif-ffrwd gyffredin neu uned arbennig neu ysgol i blant gydag anabledau dysgu neu awtistiaeth.

Mae'r polisi a'r ddarpariaeth o fewn awdurdodau addysg lleol yn amrywiol ac mae anghenion penodol addysgol y plant hyn yn wahanol, felly mae asesiad manwl o'r plentyn unigol yn hanfodol i benderfynu pa ysgol sydd fwyaf addas.



Cydnabyddir fod gan y rhan fwyaf o blant o fewn yr ysgol anghenion ychwanegol neu wahanol i'w cyfoedion a dylai pob un ohonynt gael Cynllun Addysg Unigol.

Efallai bydd angen mwy o gefnogaeth ar rai plant, sydd ddim yn cael ei ddarparu fel arfer o fewn adnoddau'r ysgol, ac efallai bydd rhaid cael asesiad statudol ffurfiol, yn arwain at Ddatganiad neu Gofnod Anghenion, fydd yn nodi eu prif anghenion a'r ddarpariaeth i ddiwallu hyn.

Y camau tebygol i Ddatganiad neu Gofnod anghenion fyddai:

- Byddai athro eich plentyn yn gyntaf yn trafod yr angen am asesiad statudol gyda chydlynnydd addysg arbennig yr ysgol (SENCo) a chithau, fel arfer yn ystod adolygiad yr ysgol o ddatblygiad eich plentyn
- Byddai gweithwyr proffesiynol eraill wedi bod wrthi'n asesu eich plentyn ac yn cynllunio rhaglenni a byddai eu barn hwy wedi'i ofyn amdano
- Os yw pawb yn gytŷn y byddai asesiad ffurfiol yn ddefnyddiol, anfonir cais i'r awdurdod addysg yn nodi'r rhesymau am hyn
- Os cytunir ar hyn, byddai'ch plentyn yn cael ei (h)asesu ac ysgrifennid adroddiadau gan ystod o weithwyr proffesiynol (e.e. staff addysgu, swyddog meddygol yr ysgol, seicolegydd addysgol, therapydd lleferydd ac iaith) a gennych chi
- Ar sail yr adroddiadau hyn, gwneir argymhellion ar sut i ateb gofynion eich plentyn o fewn yr ysgol neu ysgol wahanol
- Ysgrifennir rhain mewn Datganiad neu Gofnod Anghenion
- Weithiau dechreuir ar y broses asesu cyn pump oed pan fydd gweithiwr proffesiynol sydd mewn cysylltiad â'r teulu yn cynnig hyn i'r awdurdod addysg

Am wybodaeth bellach ynglŷn â gwahanol datganiad, gweler adran Mivhael Imperato ar www.awares.org

Dylai fod yn bosibl i staff yr ysgol ddiwallu anghenion eich plentyn, ym mha ysgol bynnag fydd e/hi, mewn cydweithrediad â chi a gweithwyr proffesiynol eraill.

Bydd raid i'r staff gael gwybodaeth am oblygiadau anhwylderau sbectrwm awtistaidd ar gyfer addysgu a dysgu a bod yn barod i addasu amgylchedd yr ysgol a sut y cyflwynir y cwricwlwm er mwyn i'r lleoliad lwyddo.

Bydd angen sylw arbennig ar rai agweddau o fywyd ysgol a'r cwricwlwm, pa bynnag fath o ysgol a beth bynnag yw natur anawsterau'r plentyn. Os nad yw'r staff yn ymwybodol o'r ffyrdd y mae'r plentyn wedi'i effeithio arno, yna gellid gweld y plentyn fel drwg, diog neu anufudd.

Efallai byddai'n ddefnyddiol rhannu peth o'r deunydd yn y llyfryn hwn gydag athro'ch plentyn. Ym mhob ysgol mae athro a elwir yn Gydlynedd Addysg Arbennig (SENCo) sy'n gyfrifol am sicrhau fod plant gydag anghenion addysgol arbennig yn derbyn cefnogaeth addas yn yr ysgol. Gall ysgolion hefyd gysylltu â'r gwasanaeth seicoleg addysgol am gyngor.

Mae nifer o gyhoeddiadau wedi'u hysgrifennu i roi canllaw i staff addysgu ar sut y gallant weithio er y gorau gyda phlentyn gydag anhwylder sbectrwm awtistaidd. Rhoddir manylion am rhain yng nghefn y llyfryn hwn.

Ymyrraethau a dulliau presennol i ddelio gydag anhwylderau sbectrwm awtistaidd

Ni phrofwyd fod unrhyw ymyrraeth benodol yn fwy effeithiol na'r lleill.

Mae ysgolion a gwasanaethau ym Mhrydain yn aml yn defnyddio nifer o wahanol ddulliau, yn adlewyrchu amrywiaeth y plant o fewn y sbectrwm a'r sgiliau a'r ardaloedd o ddatblygiad sydd angen delio â nhw.

Mae rhieni angen gwybodaeth am y syniadau a'r ymarfer sydd tu ôl i'r dulliau amrywiol ac hefyd y dystiolaeth i'w cefnogi. Yn ychwanegol, rhaid iddynt ystyried yr effaith bosibl ar eu plentyn a'r teulu wrth ddilyn dull arbennig. Rhoddir isod ddisgrifiad byr o rai o'r dulliau a ddefnyddir ym Mhrydain. Mae llawer o ysgolion hefyd wedi datblygu eu dulliau eu hunain, yn aml yn defnyddio'r un egwyddorion â'r dulliau hyn.

(Dadansoddiad Ymddygiad Cymwysedig) ABA

Defnyddiwyd dulliau ymddygiadol ers sawl blwyddyn i addysgu sgiliau newydd ac i newid ymddygiad plant gydag anhwylderau sbectrwm awtistaidd.

Yn ddiweddar, datblygwyd nifer o raglenni ymyrraeth dwys gan ddefnyddio dull ymddygiadol systematig, a sonnir amdano'n aml fel dadansoddiad ymddygiad cymwysedig (ABA).

Y dull ABA mwyaf cyffredin yw'r un a ddatblygwyd gan Lovaas. Yn y rhaglenni hyn cyflwynir sbardun (h.y. tasg sydd angen ymateb) a rhoi canlyniad atgyfnerthol bob tro fydd y plentyn yn ymateb yn gywir (e.e. fferins, canmoliaeth lafar neu gofleidio).

Y dair brif elfen o raglen ymyrraeth ddwys yw:

- defnydd systematig o dechnegau ymddygiadol
- cyfarwyddyd uniongyrchol dwys gan therapydd, fel arfer un-wrth-un (yn aml am leiafswm o 20 awr yr wythnos)
- hyfforddiant helaeth i rieni fel eu bod yn gallu darparu oriau ychwanegol o ymyrraeth

Mae gan rai ymchwilwyr amheuon ynghylch honiadau Lovaas am lwyddiant y dull hwn ac mae angen mwy o ymchwil.

Mae llawer o weithwyr proffesiynol ym Mhrydain yn amheus o'r dulliau a ddefnyddir yn ABA, yn enwedig ym maes cyfathrebu a datblygiad iaith.

Therapi Bywyd Dyddiol (DLT)

Dull yw hwn wedi'i seilio ar weithgaredd dyddiol erobig a chyfyngedig, sgiliau helpu'ch hunan, drilio ymatebion a rhai celfyddydau (yn enwedig cerddoriaeth) a gychwynnwyd yn Siapan (Kitahara, 1984) ac a ddatblygwyd ymhellach yn America mewn ysgol yn Boston. Dyma'r dull sydd wedi cael effaith ym Mhrydain. Ar hyn o bryd mae dwy ysgol wedi'u sefydlu ym Mhrydain yn dilyn yr egwyddorion hyn, un yn fwy uniongyrchol a'r llal yng nghyd-destun sawl dull. Mae ysgolion eraill ym Mhrydain wedi cymryd elfennau o DLT a'u hymgorffori yn eu cwricwlwm nhw. Mae ymarfer erobig dyddiol, fel modd o leihau straen ac ymddygiad heriol, wedi'i gefnogi gan ymchwil. Nid yw DLT wedi'i werthuso eto.

Dulliau rhyngweithiol

Datblygwyd nifer o ddulliau rhyngweithiol ym Mhrydain, yn cynnwys rhyngweithio dwys (Hewett a Nind, 1998) wedi'i seilio ar gyfathrebu di-eiriau cynnar ac mae Christie wedi datblygu rhyngweithio cerddorol (Christie et al, 1992). Mae'r rhain yn canolbwyntio ar ddatblygu perthynas rhwng y plentyn a'r oedolyn sy'n sail i ddatblygu cyfathrebu a dealltwriaeth cymdeithasol.

Mae dau ddull hefyd o Ogledd America sydd wedi dylanwadu ar ymarfer ym Mhrydain. Un yw'r dull Option (Kaufman, 1976) sy'n ddull dwys iawn, gyda'r plentyn yn arwain, ac sy'n seiliedig yn y cartref.

Y dull arall yw dull Hanen (Girolametto a Greenberg, 1986). Datblygwyd hwn ar gyfer therapyddion lleferydd ac iaith i'w ddefnyddio gyda rhieni gyda phlant ag iaith ddryslud, ond mae wedi'i addasu ar gyfer plant gydag anhwylderau sbectrwm awtistaidd.

Mewn dwy raglen ym Mhrydain; defnyddiwyd y fformad o ddefnyddio sesiynau gyda rhieni wedi'u recordio ar fideo, fel modd o annog arolwg ar eu dull o ryngweithio gyda'u plant. Sefydlwyd un o'r rhaglenni hyn gan Gymdeithas Genedlaethol Awtistiaeth y rhaglen Aderyn Cynnar. Datblygwyd y llall gan dîm datblygu plant yng ngogledd ddwyrain Lloegr ac mae'n cael ei werthuso ar hyn o bryd o fewn i Gymru.

System Cyfathrebu Cyfnewid Llun (PECS)

Datblygwyd PECS yn yr UDA gan Bondy a Frost (1994). Dysgir y plentyn i roi llun i berson arall i'w gyfnewid am beth mae ef/hi eisiau. Canolbwyntir ar annog y plentyn i ddynwared cyfathrebu a gall arwain at gael y plentyn i ddefnyddio brawddegau i wneud sylwadau yn ogystal ag i wneud cais.

Dengys ymchwil fod plant sy'n defnyddio'r system yn aml yn dechrau defnyddio lleferydd. Mae PECS yn ennill ei blwy ym Mhrydain drwy gyrsiau hyfforddiant a grwpiau rhanbarthol.

Triniaeth ac Addysg Plant gydag Awtistiaeth ac Anabledd Cyfathrebu (TEACCH)

Mae TEACCH yn ddull wedi'i seilio ar egwyddorion addysg strwythurol gyda'r amcan o ddarparu plentyn gydag amgylchedd gefnogol gan ddefnyddio cryfderau gweledol y plentyn a delio gyda'u hangen i ddeal beth a ddisgwylir ganddynt mewn sefyllfa arbennig (Schopler a Mesibov, 1995). Mae gan TEACCH ei dechnegau asesu ei hun sy'n cydnabod sgiliau cynyddol ac sy'n helpu gwneud y dull yn un cadarnhaol a llwyddiannus, oherwydd gellir gweld datblygiad. Mae Cymdeithas Genedlaethol Awtistiaeth wedi mabwysiadu llawer o syniadau TEACCH a'u hymgorffori yn ei ddull addasedig Strwythur, Cadarnhaol, Empathi, Dysgu, Cysylltiadau (SPELL).

Nodweddion gwasanaeth da i blant gydag anhwylderau sbectwm awtistaidd

- Ymyrraeth 'arbenigol' gynnar
- Bod rhieni a gofalwyr yn chwarae eu rhan
- Rhaglen yn canolbwyntio ar gyfathrebu, heb boeni am allu ieithyddol y plentyn
- Rhaglen yn cynnwys rhyngweithio cymdeithasol a sgiliau chwarae
- Mynediad i gwricwlwm academiaidd mewn ffyrdd sydd ddim yn dibynnu ar sgiliau cymdeithasol neu gyfathrebol
- Dull i reoli ymddygiad, sy'n cynnwys asesu pwrpas ymddygiad ac addysgu ffordd wahanol dderbyniol i gael yr un canlyniad

Ble mae help?

Iechyd

Efallai mai'r gweithwyr proffesiynol yn y maes iechyd fydd y cyntaf i glywed am eich pryderon e.e. eich meddyg teulu neu ymwelydd iechyd ac felly mae ganddynt rôl bwysig yn gwrando arnoch a gweithredu.

Gallant anfon eich plentyn i gael therapi ac ymyrraethau arbenigol, yn enwedig yn y blynyddoedd cyn-ysgol. Er enghraifft, gellir eich rhoi mewn cysylltiad â therapydd lleferydd ac iaith, fydd fel arfer yn gweithio ar gyfathrebu di-eiriau.

Efallai bydd ar eich plentyn angen (a gall dderbyn) therapi unigol un-wrth-un gan therapydd lleferydd ac iaith, ond fel arfer, mae'n fwy buddiol os yw'r rhan fwyaf o waith y therapydd gyda'r bobl sydd mewn cyswllt dyddiol â'ch plentyn (e.e. chi'ch hunan; yr athro dosbarth; neu gynorthwy-ydd cefnogol y dosbarth).

Rôl y therapydd fydd asesu, dyfeisio a monitro'r rhaglen a gweithredu fel ymgynghorydd i chi a gweithwyr proffesiynol perthnasol eraill.

Gwasanaethau cymdeithasol

Gall y gwasanaethau cymdeithasol ddarparu gofal seibiant neu dymor-byr neu ddarparu cyfeillion i'ch plentyn ac asesu angen y teulu am wasanaethau cefnogol eraill. Mae'n anodd gadael eich plentyn gyda rhywun arall, ond weithiau bydd angen seibiant arnoch, a chyfle i gael amser gyda'ch partner ac unrhyw blant eraill.

Gellir darparu gofal seibiant gan deulu arall sy'n gymwysedig ac wedi'i hyfforddi a/neu mewn uned. Gallwch sicrhau yn gyntaf os ydych chi'n hapus gyda'r ffordd y rhoddir y gofal a siarad am anghenion eich plentyn.

Mae'n aml yn ddefnyddiol i'r teulu i gynllunio a cheisio cael gofal seibiant yn rheolaidd mewn awyrgylch lle mae'r staff neu deulu arall yn adnabod y plentyn, yn hytrach nag aros am argyfwng pan efallai na fydd y ddarpariaeth yn ddelfrydol ac ni fydd y plentyn na'r teulu'n gallu gwneud y gorau o'r cyfle.

Bydd gweithwyr proffesiynol yn y gwasanaethau cymdeithasol efallai yn ymwneud â chael lwfansiau ariannol i'ch plentyn (e.e. Lwfans Byw yr Anabl). Gallwch hefyd holi gan eich asiantaeth budd-dâl lleol neu'r Ganolfan Gyngori.

Sefydliadau gwirfoddol

Mae nifer o elusennau awtistiaeth yn gweithredu yng Nghymru, yn cynnwys yr ekusen Gymreig genedlaethol Autism Cymru, y Gymdeithas Awtistiaeth Genedlaethol, ac elusennau lleol fel Gymdeithas Awtistiaeth Gwent. Ceir cyfeiriadau a gwefannau defnyddiol ar dudalen 33 o'r llyfryn hwn.

Canlyniad

Mae'n gwybodaeth am, a'n dealltwriaeth o, anhwylderau sbectrwm awtistaidd yn tyfu'n gyson. Mae llawer o ffyrdd effeithiol wedi'u datblygu i helpu'r plant hyn i reoli eu pryderon ac i wneud y mwyaf o'u cryfderau a'u diddordebau. Mae'n bwysig ein bod yn gwerthfawrogi'r anawsterau sydd gan y plant o ran deall a byw yn ein byd. Rhaid inni addasu ein gofynion a newid yr amgylchedd rydym yn ei greu i'w galluogi i weithredu'n hapus a llwyddiannus.

Darllen ychwanegol

I rieni a gweithwyr proffesiynol

Attwood, T (1997) **Asperger's syndrome: a guide for parents and professionals**, London: Jessica Kingsley

Howlin, P (1998) **Children with autism and Asperger's syndrome**, London: Wiley

Leicestershire City Council and Leicestershire County Council (1998) **Autism: how to help your young child**, London: NAS

Mental Health Foundation (2001) **Learning Disabilities The Fundamental Facts**, London, The Mental Health Foundation

Morgan, H, Jones, G and Jones, R (2001) **A Guide for Children with Autistic Spectrum Disorders for Commissioners and Providers**, London, The Mental Health Foundation

Peeters, T and Gillberg, C (1999) **Autism: medical and educational aspects**, London: Whurr Publishers

Wing, L (1996) **The autistic spectrum**, London: Constable

I athrawon

Cumine, V Leach, J and Stevenson, G (1998) **Asperger's syndrome: a practical guide for teachers**, London: Fulton

Jordan, R and Powell, S (1995) **Understanding and teaching children with autism**, Chichester: Wiley

Jordan, R and Jones, G (1999) **Meeting the needs of children with an autistic spectrum disorder**, London: David Fulton

Leicestershire City Council and Leicestershire County Council (1998) **Asperger's syndrome: practical strategies for the classroom**, London: NAS

I'r plentyn neu frodyr a chwiorydd y plentyn

Davies, J (1995) **Children with autism: a booklet for brothers and sisters**

Davies, J (1995) **Children with Asperger's syndrome: a booklet for brothers and sisters**

both available from the Early Years Centre, 272 Longdale Lane, Ravenshead, Nottinghamshire, NG15 9AH

Ar ddulliau cyfredol

Jordan, R, Jones, G and Murray, D (1998) **Educational interventions for children with autism: a literature review of recent and current research**, Sudbury: DfEE publications, Report 77

Bondy, A and Frost, L (1994) The Delaware autistic program, in SL Harris and JS Handleman (Eds.) **Preschool education programs for children with autism**, Austin: Pro-Ed

Christie, P, Newson, E, Newson, J and Prevezer, W (1992) An interactive approach to language and communication for non-speaking children, in D. Lane and A. Miller (Eds.) **Child and adolescent therapy**, Open University Press

Girolametto, LE and Greenberg, J (1986) Developing dialogue skills: the Hanen early language parent program, **Seminars in speech and language**, 7, 4, 367-82

Hewett, D and Nind, M (1998) **Interaction in action**, London: Fulton

Kaufman, B (1976) **To love is to be happy with**, London: Souvenir Press

Kitahara, K (1984) **Daily Life Therapy**, Volumes 1, 2 and 3 Boston, MA: Nimrod Press

Lovaas, OI (1987) Behavioral treatment and normal intellectual and educational functioning in autistic children, **Survival of Consulting and Clinical Psychology**, 55, 3-9

Schopler, E and Mesibov, G (1995) Structured teaching in the TEACCH approach, in E. Schopler and G. Mesibov (Eds.) **Learning and cognition in autism**, New York: Plenum Press

Rhifau Ffôn Defnyddiol - Ceredigion

Tîm Cynhaliath Teuluoedd (Tîm Anabledd Plant)	01970 627016
Gwasanaeth Asesiad a Diagnostig	01970 635726
Gwasanaeth Therapi Lleferydd	01239 612214
Adran Addysg Anghenion Arbennig	01970 633622
Tîm Anableddau Dysgu Cymunedol	01545 572735
SNAP Cymru	01545 571538
DASH	01545 570951
Gweithiwr Datblygu Awtistiaeth Ceredigion (Oedolion)	01970 630049
Awtistiaeth Cymru	01970 625256
Y Gymdeithas Awtistiaeth Genedlaethol	01792 815915

Gwefannau Defnyddiol

Adnodd Awtistiaeth Cymru Gyfan
Connect Awtistiaeth
Autism Cymru
Y Gymdeithas Awtistiaeth Genedlaethol
Y Sefydliad i Bobl gydag Anableddau Dysgu

www.awares.org
www.autismconnect.org
www.autismcymru.org
www.nas.org.uk
www.learningdisabilities.org.uk

Cyhoeddwr gwreiddiol y llyfryn hwn, y Sefydliad Iechyd Meddwl, yw'r brif elusen ym Mhrydain sy'n gweithio dros anghenion pobl gyda phroblemau iechyd meddwl a phobl gydag anableddau dysgu. Ein bwriad yw gwella bywydau pobl, lleihau stigma ynghylch y problemau a i hybu dealltwriaeth. Rydym yn ariannu ymchwil a chynorthwyo datblygu gwasanaethau cymunedol. Rydym yn darparu gwybodaeth ar gyfer y cyhoedd a gweithwyr proffesiynol yn y byd iechyd a gofal cymdeithasol. Bwriadwn wneud y mwyaf o arbenigedd ac adnoddau drwy greu partneriaethau rhyngom ni ac eraill yn cynnwys defnyddwyr y gwasanaethau, y Llywodraeth, gwasanaethau iechyd a chymdeithasol. Ers Hydref 1998, mae gwaith y Sefydliad gyda phobl ag anableddau dysgu wedi ei gynnal dan yr enw, y Sefydliad i Bobl gydag Anableddau Dysgu. Mae'n parhau i fod yn rhan o'r Sefydliad Iechyd Meddwl.