

Ymchwiliad i Fil Awtistiaeth (Cymru) - Crynodeb o grwpiau ffocws

2018

Ymchwiliad i Fil Awtistiaeth (Cymru) Crynodeb o grwpiau ffocws

Y cefndir

Mae'r adroddiad hwn yn crynhoi canfyddiadau'r grwpiau ffocws a gynhaliwyd fel rhan o ymchwiliad y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon i Fil Awtistiaeth (Cymru). Mae'r canfyddiadau'n seiliedig ar ddeg grŵp ffocws a gyfarfu yn Nyserth, Bronllys, y Drenewydd, Pen-y-bont ar Ogwr, Glynebwy, Caerdydd, Abertawe a Wrecsam. Mae cyfraniadau gan unigolion na allent fod yn bresennol yn y grwpiau ffocws hefyd wedi'u cynnwys.

Trefnwyd y sesiynau drwy sefydliadau sy'n cefnogi oedolion ag anhwylder sbectrwm awtistiaeth (ASD) a'u teuluoedd, yn ogystal â thrwy grwpiau cymorth lleol. Crynhowyd barn y 95 a gymerodd ran o dan themâu allweddol. Gall nodiadau o sesiynau unigol fod ar gael ar gais.

Trafododd y cyfranogwyr eu barn am y gwasanaethau a'r gefnogaeth sydd ar gael iddynt, y prif broblemau y maent yn eu hwynebu a'u syniadau o ran newidiadau a fyddai'n gwneud gwahaniaeth iddynt.

Diben y canfyddiadau hyn yw cynorthwyo'r Pwyllgor i benderfynu i ba raddau y bydd Bil Awtistiaeth (Cymru) yn darparu ar gyfer diwallu anghenion plant ac oedolion ag Anhwylder Sbectrwm Awtistiaeth yng Nghymru.



Crynodeb o'r Themâu Allweddol:

Pa gymorth neu wasanaethau sy'n gweithio'n dda?

Dim Cymorth

Teimlai nifer o bobl o fewn pob grŵp nad oeddent yn cael unrhyw gefnogaeth o gwbl.

"Rwy'n talu am help yn y cartref, ond dim ond 2 awr yr wythnos y gallaf ei fforddio. Nid oes gennyf gefnogaeth arall. Dim mewnbwn teuluol. Dim gofalwr na phartner. Dim mewnbwn gan y Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig (IAS). Dim gwasanaethau cymdeithasol; Dim gobaith" Prosiect Grymuso Menywod Awtistig (AWEP), Dyserth

"Mae digon o gefnogaeth ... ond mae'n bytiog iawn - does dim rhwydweithio. Rwy' wedi fy nadrithio. Ar ôl 6/7 mlynedd, rwyf wedi rhoi'r gorau i geisio cyfathrebu - dwi wedi rhoi'r ffidil yn y to wrth geisio cael cymorth dro ar ôl tro. Ond mae fy mab yn dal i ddioddef!" AWEP, Dyserth

O'r rhai a rannodd brofiadau cadarnhaol, roedd yr atebion yn anghyson i raddau helaeth, hyd yn oed o fewn yr un grŵp. Disgrifiodd rhai bod ganddynt brofiad cadarnhaol gyda gweithwyr proffesiynol unigol fel Meddyg Teulu, Deintydd, Athro neu Weithiwr Cymdeithasol ond teimlwyd bod y rhain yn eithriadau o fewn eu proffesiwn. Disgrifiodd unigolion eraill eu bod wedi cael cymorth fel taliadau uniongyrchol, therapi lleferydd ac iaith, cynghori, budd-daliadau a Gweithiwr Allweddol Awtistiaeth, ond eto roedd hyn yn anghyson.

Mae'r themâu cyffredin a gododd yn cynnwys:

Y Trydydd Sector

Dywedodd chwech o'r grwpiau eu bod wedi cael y gefnogaeth orau drwy'r Trydydd Sector. Dywedodd cyfranogwyr o'r mudiad Cysylltiadau Sbectrwm Awtistiaeth, fod y ganolfan yn cynnig cefnogaeth wyneb yn wyneb a chefnogaeth gymdeithasol bwysig iddynt, ac mai dyma'r unig ffordd iddyn nhw fynd i'r dref. I rieni, grwpiau cefnogi yn aml yw'r unig ffynhonnell i gael gwybodaeth a chymorth, ac mae nifer yn cynnig sesiynau teuluol hefyd. Nodwyd hefyd bod elusennau sy'n cynnig seibiannau mewn cartrefi gwyliau, ac offer arbenigol, yn enghraifft o'r gefnogaeth orau y gellir ei chael.

"Heb y lle diogel hwnnw, ni allwn ddod i'r dref." Y mudiad Cysylltiadau Sbectrwm Awtistiaeth, Caerdydd

"Pe na bai am y Grŵp Cymorth, byddai'r gwyliau haf 6 wythnos yn fy ngwneud i'n benwan" Grŵp Cymorth Pen-y-bont ar Ogwr

"Yn aml, mae'r gefnogaeth a gaf gan elusennau yn well na'r cymorth statudol a gaf" Grŵp Cymorth y Drenewydd

"Mae'r unig gefnogaeth a gaf ym Mlaenau Gwent i'w gael gan brosiect One Life" One Life, Glynebwy

"Mae grwpiau Cymorth Rhieni, yn ogystal â sesiynau teuluol, ar gael yn Createasmile," AWEF, Dyserth

Ysgolion

Disgrifiodd pump o'r grwpiau eu bod hefyd wedi cael cefnogaeth dda gan ysgolion, yn enwedig y rheini a oedd yn benodol ar gyfer plant ag anhwylder sbectrwm awtistiaeth neu Anghenion Addysgol Arbennig. Fodd bynnag, roedd y lleoedd ar gael yn yr ysgolion hyn yn gyfyngedig, a disgrifiodd y rhieni restrau aros hir neu orfodaeth i fynd i'r llys i sicrhau lle. Roedd y profiadau cadarnhaol yn yr ysgol brif ffrwd a nodwyd yn cynnwys cymorth un i un, a rhai athrawon unigol yn meddu ar ddealltwriaeth dda o'r cyflwr. Fodd bynnag, fel y disgrifir yn ddiweddarach yn yr adran ar broblemau, mae profiadau negyddol yn gorbwyso hyn i raddau helaeth.

"O ran cymorth gan yr ysgol - dealltwriaeth dda o anghenion unigol plentyn a rhoddwyd ystyriaeth i anhwylder sbectrwm awtistiaeth (ychydig iawn o ysgolion yn unig)", AWEF, Dyserth

"Cefnogaeth ragorol o ran y Sylfaen Adnoddau Dysgu Penodol ASD yn yr ysgol," One Life, Glynebwy

Y Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig (IAS)

Disgrifiodd dau grŵp sut yr oeddent wedi cael cymorth gan y Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig:

"Mae ein grŵp yn cael cefnogaeth gan yr IAS, ond dim ond oherwydd fy mod yn aelod o'r pwyllgor llywio ASD, a dyna sut y cyflwynwyd fi iddo" One Life, Glynebwy

"Mae'r IAS wedi gwneud gwrthiau o'm rhan i. Gyda'i gymorth (yn ogystal â chymorth fy ngweithiwr cymorth nad yw'n ymgysylltu'n ddigonol) rwyf wedi gallu dechrau mynd allan ar ôl i fy mhryder fy atal, ac mae wedi fy helpu i ddeall fy niagnosis fy hun. Ni fyddwn yn gallu dod i ben, oni bai am y Gwasanaeth." Bronllys

Beth yw'r prif broblemau rydych chi'n eu cael?

Diagnosis

Trafododd pob grŵp faterion yn ymwneud â'r broses ddiagnostig a'i heffaith ddilynol ar rannau eraill o'u bywyd gan gynnwys addysg, iechyd meddwl a mynediad at gefnogaeth. Roedd y materion a godwyd yn cynnwys diagnosis hwyr, neu ddim diagnosis, rhestrau aros hir i gael diagnosis (3 blynedd), cam-ddiagnosis ac ysgolion neu feddygon teulu yn aneglur ynghylch sut i gyfeirio ar gyfer cael diagnosis. "Collais ddegawdau o'm bywyd heb wybod pam." Cysylltiadau Sbectrwm Awtistiaeth

"Pe bawn wedi cael diagnosis yn gynharach, ni fyddwn wedi cael y problemau a gefais." Cysylltiadau Sbectrwm Awtistiaeth, Caerdydd

"Dim mynediad at ddiagnosis ac oedi gormodol – h.y. yn methu ag asesu am hyd at 3 blynedd, yna am hyd at 5 mlynedd yna hyd at 7 mlynedd, ac yna'n gwrthod rhoi diagnosis" AWEF, Dyserth

"Cymerodd ddwy flynedd i gael diagnosis gan arbenigwr, chwe mis i aros am adroddiad a dau fis i aros am ddatganiad swyddogol." Grŵp Cymorth Awtistiaeth Tsieineaidd, Abertawe

"Dim diagnosis felly ni roddwyd dim cefnogaeth" One Life, Glynebwy

"Rwy'n teimlo bod gweithwyr proffesiynol wedi ceisio peidio â rhoi diagnosis i fy merch i osgoi rhoi straen ychwanegol ar y gwasanaeth." Bronllys

Ysgolion

Roedd teimladau o rwystredigaeth ynghylch ysgolion prif ffrwd a'u diffyg dealltwriaeth, eu diffyg gwybodaeth a'u diffyg darpariaeth ar gyfer plant ag anhwylderau'r sbectrwm awtistiaeth yn flaenllaw yn sgysiau'r mwyafrif o grwpiau. Trafododd rhieni sut roedd eu plant yn aml yn cael eu hanfon adref o'r ysgol, a oedd yn gwneud pethau'n anodd iddynt hwy fel rhieni i weithio, ac i'w plant gael addysg lawn. Dywedwyd bod cymorthyddion dosbarth a gyflogir i roi cymorth dau i un neu un i un na chawsant hyfforddiant ar sut i gefnogi plant ag anhwylderau'r sbectrwm awtistiaeth, a'u bod yn aml yn cefnogi mwy nag un plentyn ar y tro, a oedd yn effeithio ar hyblygrwydd y gefnogaeth.

Roedd y trafodaethau'n ymwneud â'r gefnogaeth a gynigir mewn unedau neu ysgolion anhwylder sbectrwm awtistiaeth penodol ar gyfer plant ag anghenion dysgu yn gadarnhaol i raddau helaeth. Roedd y lleoedd hyn yn aml yn anodd cael gafael arnynt, fodd bynnag, gan mai ychydig ohonynt a oedd ar gael neu oherwydd nad oedd darpariaeth ysgol ar gyfer ASD yn y sir. Disgrifiodd rhai rhieni sut oeddent wedi

gorfod mynd â'r awdurdod lleol i'r llys er mwyn ennill lle, hyd yn oed pan oedd anghenion eu plentyn yn ddifrifol. Dim ond dwy awr y dydd yr oedd plentyn rhiant arall yn cael ei gynnig fel dewis arall i aros mewn addysg brif ffrwd.

Teimlwyd hefyd bod diffyg cefnogaeth benodol o ran ASD mewn ysgolion prif lif. Er enghraifft, teimlwyd bod plant ag IQ uchel yn angen mwy cymorth emosiynol a chymdeithasol yn ysgol prif lif heb orfod symud i ysgol arall.

Disgrifiodd oedolion ag ASD hefyd nifer o achosion o gael eu bwlio pan oeddent yn yr ysgol, gan blant eraill nad oedd ganddynt ymwybyddiaeth o Awtistiaeth.

"Fel athro, roedd gen i blant ag anghenion arbennig yn fy nosbarthiadau a oedd heb gael diagnosis, a doeddwn i ddim yn gwybod sut i'w helpu." AWEP, Dyserth

"Mae'r Bwlch rhwng yr ysgol prif ffrwd a'r ysgol anghenion arbennig yn rhy eang - mae ein plant yn ffitio yn y canol yn aml iawn" Grŵp Cefnogi Pen-y-bont ar Ogwr

"Mae'r llwybr gofal bob amser drwy'r ysgolion ar hyn o bryd, a dywedir wrthyf bob amser bod "popeth yn iawn". Grŵp cefnogi Tsieineaidd, Abertawe

"Roedd yr ysgol yn anfon fy mab adref o hyd am ymddygiad gwael, ond mae ganddo hawl i gael addysg" One Life, Glynebwy

"Gall bwlio fod yn broblem wael i "Blant Normal" ond mae'n waeth os ydych chi'n wahanol. Gall athrawon fod yn galed ar blant os yw eu meddwl yn wahanol" One Life, Glynebwy

Rhwystrau i gael gafael ar Gefnogaeth / Gwasanaethau

Trafododd mwyafrif y grwpiau'r rhwystrau i gael gafael ar gefnogaeth a gwasanaethau sy'n bodoli ar hyn o bryd. Teimlwyd bod diffyg gwybodaeth glir ynghylch pa gefnogaeth a gwasanaethau a oedd ar gael, ac weithiau, hyd yn oed, bod camddealltwriaeth o ran hawl teuluoedd i gael cymorth. Felly, teimlwyd hefyd bod diffyg eiriolwyr i helpu rhieni a phobl ag ASD i ddeall pa gefnogaeth sydd ei hangen arnynt ac i gael mynediad ati.

"Y rhiant sy'n gorfod ceisio datrys hynny, ac mae'n waith blinedig" One Life, Glynebwy

"Mae'r system yn ddryslyd iawn" One Life, Glynebwy

"Does neb yn dweud wrthyf beth yw'ch hawliau chi, ac yn y cyfamser rydych chi'n ymdrechu'n emosiynol ac yn ariannol" Grwp Cefnogi Y Drenewydd

Unwaith y byddant yn gwybod pa wasanaethau a chefnogaeth y dylent eu cael, disgrifiodd pob grŵp y modd yr oeddent yn gorfod 'brwydro' i gael mynediad atynt.

"Mae'n frwydr i gael yr hyn y gallwch chi, ac nid yw hynny'n llawer hyd yn oed - mae'r cyfan yn ddigon i roi straen mawr arnoch" Grŵp Cymorth y Drenewydd

"Yn brwydro'n gyson am gefnogaeth, neu i sicrhau bod cefnogaeth yn parhau" One Life, Glynabwy

"Mae'n bosib na allai rhieni eraill ymdopi â'r frwydr gyson hon" Grŵp Cymorth Pen-y-Bont ar Ogwr

Trafodwyd hefyd sut roedd methiant yn aml i wneud darpariaethau neu addasiadau i gefnogi pobl ag anhwylderau'r sbectrwm awtistiaeth i gael mynediad at wasanaethau.

"Anhawster i gael gafael ar wasanaethau iechyd - yn cael fy rhyddhau o ofal y clinig dro ar ôl tro oherwydd na allaf drefnu a dod i apwyntiadau. Nid oes neb yn meddwl am wirio pam nad wyf yn bresennol ar gyfer clinig" AWEF, Dyserth

"Mae ASD yn anabledd cyfathrebu a chymdeithasol, ond gwrthodir cefnogaeth i ni oherwydd na allwn gyfathrebu ynglŷn â'n hanghenion. Mae hwn yn gylch dieflig!" AWEF, Dyserth

"Mae'r feddygfa wedi newid y drefn, fel eich bod yn gweld meddyg teulu gwahanol bob tro y byddwch chi'n dod i apwyntiad - a hynny heb unrhyw ddarpariaeth ar gyfer pobl ag ASD sy'n cael anhawster gyda newid" Grŵp Trawsbleidiol, Wrecsam

"Gwelais gyfyngiadau o ran cefnogaeth gan y sector iechyd, h.y. ni allaf gael asesiad lleferydd synhwyraidd neu bragmatig oherwydd "nid yw'n berthnasol" neu "nid ydym yn darparu hwn". AWEF, Dyserth

"Nid ydym erioed wedi cael cefnogaeth gan y Meddyg Teulu na'r Ymwelydd Iechyd i ddweud y gwir. Mae hynny oherwydd bod ein merch bob amser yn strancio pan fyddwn yn ceisio mynd â hi at y meddyg, mae'r meddyg yn gwrthod helpu neu'n gwrthod ymweld â hi gartref. Nid yw wedi gweld meddyg am ei hiechyd ers ei bod hi'n 2 1/2 - mae hi nawr yn 6 mlwydd oed. Ni all gael archwiliad llygaid, ni all gael archwiliadau ar ei chlyw na'i hiechyd meddwl na chorfforol. Mae'n ymddangos nad oes dim help i'w gael gyda phlenty'n Awtistig o ran gwiriadau rheolaidd." Unigolyn, Abertawe

Roedd y materion eraill a drafodwyd yn cynnwys rhwystrau i gael mynediad at gefnogaeth:

✦ Mae'r meini prawf ar gyfer cael cymorth yn rhy gul

"Anawsterau yn cael eu hanwybyddu oherwydd bod yr unigolyn wedi'i ddynodi'n ddeallus. Wedi'i ddisgrifio fel person gweithredol, ond nid yw'n gweithredu o gwbl" AWEF, Dyserth

"Hunangyfeirio at y Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig newydd - anfonwyd ffurflen T1 tudalen ataf drwy e-bost, yn hytrach na chymryd fy manylion fel y'u darparwyd ar fy ffurflen atgyfeirio. Cyn i mi allu llenwi'r ffurflen fawr, cefais e-bost arall i ddweud "Nid IAS yw'r gwasanaeth ar eich cyfer". Felly, ble y dylwn i droi rŵan tybed?" AWEF, Dyserth

✦ Rhestrau aros hir

"Mae'r amser aros yn rhy hir rhwng un apwyntiad a'r apwyntiad nesaf. Rwy'n teimlo ar goll wrth aros a heb wybod sut i helpu fy mhlentyn." Grŵp Cymorth Awtistiaeth Tsieineaidd, Abertawe

✦ Diffyg gweithwyr cymdeithasol

"Dywedwyd wrthyf gan y Cyngor nad yw 'Awtistiaeth yn flaenoriaeth' felly ni chaiff gweithiwr cymdeithasol ei ddynodi yn gyflym iawn" One Life, Glynebwy

✦ Dim cyllid hirdymor

"Mae ansicrwydd i'r darparwr gwasanaeth yn golygu ansicrwydd i'r defnyddiwr gwasanaeth ac i rywun ag ASD, dyma'r peth gwaethaf erioed. Mae'n ein gwneud yn fwy pryderus. Mae'r system yn ein gwneud ni'n sâl!" Cysylltiadau Sbectrwm Awtistiaeth, Caerdydd

Gwasanaethau Pontio / Gwasanaethau oedolion

Trafododd y rhan fwyaf o'r grwpiau hefyd y diffyg cefnogaeth sydd ar gael ar gyfer trosglwyddo rhwng gwasanaethau plant a gwasanaethau oedolion, rhwng yr ysgol a'r coleg neu rhwng gwahanol grwpiau blwyddyn. Roedd y naid o wasanaethau plant i wasanaethau oedolion hefyd yn bryder arbennig, a nodwyd bod cefnogaeth yn dod i ben yn aml ar ôl 18 mlwydd oed, 21 mlwydd oed neu 25 mlwydd oed.

"Nid yw gwasanaethau oedolion yn bodoli - aeth fy mab o gael cefnogaeth 2:1 yn yr ysgol i gael dim cefnogaeth ar ôl 19-20 mlwydd oed. Mae fel pe baent yn dweud 'Rydych chi wedi cael eich gwella!' Mae'n rhoi straen enfawr ar y teulu" Grŵp Trawsbleidiol ar Awtistiaeth, Wrecsam

"Mae angen gwneud rhywbeth i gau'r bwlch rhwng gwasanaethau plant a gwasanaethau oedolion." Cysylltiadau Sbectrwm Awtistiaeth, Caerdydd

"Mae gwasanaethau'n cael eu torri ar ôl 25 mlwydd oed, ac mae anghysondeb o ran gwasanaethau - nid oes cydnabyddiaeth bod Awtistiaeth yn gyflwr parhaol." Grŵp Trawsbleidiol ar Awtistiaeth, Wrecsam

"Cyn gynted ag y trodd yn 18 mlwydd oed, nid oedd ganddynt ddiddordeb ynddo" One Life, Glynebwy

Diffyg gwybodaeth a dealltwriaeth broffesiynol

Roedd y rhan fwyaf o grwpiau yn teimlo bod diffyg dealltwriaeth am ASD hyd yn oed ymhlith gweithwyr proffesiynol fel athrawon, gweithwyr cymdeithasol, seicolegwyr addysgol, staff y cyngor a deintyddion. Disgrifiodd y cyfranogwyr achosion lle cawsant eu cyfeirio at gymorth amhriodol, neu y rhoddwyd asesiadau anghywir iddynt. Dywedasant hefyd fod diffyg dealltwriaeth ynghylch y gwahaniaethau rhwng achosion o awtistiaeth mewn gwrywod / menywod, a mathau ehangach y cyflwr, fel Osgoi Gofynion Patholegol (PDA). Roedd rhieni'n teimlo bod ganddynt ddealltwriaeth well o'r cyflwr weithiau ond yn aml nid oedd gweithwyr proffesiynol yn eu credu.

"Mae'r heddlu'n trin dioddefwyr yn wael - nid ydynt yn atgyfeirio at arbenigwyr i gael gwybodaeth am fod yn agored i niwed, ac nid ydynt yn dilyn Canllawiau Porth yr Eiriolwr ar sut i gael y dystiolaeth orau gan berson awtistig" AWEP, Dyserth

"Mae'n amlwg nad yw'r bobl sydd i fod i ddeall yn deall" Cysylltiadau Sbectrwm Awtistiaeth, Caerdydd

"Rhieni a gofalwyr a ddylai arwain yn hyn o beth, a dylid gwrandao arnynt. Ond fel rhieni rydym yn cael ein hanwybyddu." Grŵp cefnogi Pen-y-bont ar Ogwr

"Nid oedd gan y gweithiwr iechyd proffesiynol yn fy nhribiwnlys ar gyfer Lwfans Plant ddealltwriaeth o anhwylder sbectrwm awtistiaeth" Grŵp Cymorth y Drenewydd

"Fe wnaeth fy Meddyg Teulu edrych arnaf a dywedodd "Nid oes gennych awtistiaeth" pan ofynnais am gael fy asesu." Bronllys

"Nid oedd fy Meddyg yn gwybod at bwy i fy atgyfeirio pan ofynnais am Ddiagnosis Awtistiaeth." Bronllys

Diffyg Ymwybyddiaeth Gyhoeddus

Disgrifiodd y rhan fwyaf o grwpiau fod diffyg ymwybyddiaeth gyffredinol o anhwylderau'r sbectrwm awtistiaeth ymhlith y cyhoedd, gydag un yn dweud nad oedd pobl yn deall ei sbectrwm o anhwylderau, a phobl yn aml yn tanbriso gallu pobl ag ASD. Roedd rhai yn teimlo bod stigma'n gysylltiedig ag ASD.

"Mae diffyg ymwybyddiaeth ynghylch Awtistiaeth ar brydiau, sy'n rhwystredig iawn. Mae fel wal na allwch dorri drwyddi." Grŵp Cefnogi awtistiaeth Tsieineaidd

"Mae pobl yn dweud nad yw fy mhlentyn yn edrych yn awtistig" One Life, Glynebwy

"Mae pobl yn tanbriso gallu plentyn i gyflawni pan fydd gan y plentyn awtistiaeth" One Life, Glynebwy

"Bydd 80/90% o bobl yn siarad â'm merch ond mae 10% yn edrych i ffwrdd." Bronllys

"Anwybodaeth gyffredinol am Awtistiaeth, a'r stigma, yr unigedd a'r camddealltwriaeth gan gymdeithas yn gyffredinol." Bronllys

"Anwybodaeth anhygoel ymhlith cymheiriaid, perthnasau a staff. Hefyd, mae diffyg gwybodaeth (wedi'i symleiddio) am Awtistiaeth a'i sbectrwm o anhwylderau, ac mae llawer o leoedd (banciau a meddygfeydd yn arbennig) â diffyg adnoddau i ymdrin â phobl ag Awtistiaeth." Bronllys

Ariannol

Trafododd rhai o'r grwpiau sut y gallai cael cyflogaeth fod yn anodd i bobl ag ASD oherwydd nad oes dim cefnogaeth i'w gael i ddod o hyd i gyflogaeth, a llai o opsiynau. Disgrifiodd rhai hefyd anhawster gyda'r system fudd-daliadau oherwydd nad oedd ganddynt ddim cymorth i lenwi'r ffurflenni, a'u bod yn anghymwys i gael Taliad Annibyniaeth Personol neu Lwfans Cyflogaeth a Chymorth. Problem arall oedd na chât tystiolaeth feddygol a oedd dros dair oed ei derbyn yn aml, er bod ASD yn gyflwr gydol oes.

Disgrifiodd y rhieni sut oeddent ar eu colled yn ariannol oherwydd nad oeddent yn gallu gweithio amser llawn, ac roedd rhai yn sôn sut roedd Lwfans Gofalwyr yn llai na'r Lwfans Chwilio am Waith.

"Rwyf wir eisiau cael swydd. Os byddwn yn dychwelyd i gyflogaeth ac yn dod yn drethdalwr, byddwn yn aelod o gymdeithas unwaith yn rhagor. Ond mae angen help arnaf i fynd allan o'r system." Cysylltiadau Sbectrwm Awtistiaeth, Caerdydd

"Mae amgylcheddau gweithio, yn anfwriadol rwy'n gobeithio, yn tueddu i fod braidd yn elyniaethus tuag at y rhai ag ASD. I mi'n bersonol, mae materion fel cael fy ngorfodi i weithio mewn amgylchedd corfforol anghyfforddus, fel swyddfeydd cynllun agored (goblygiadau tacit - rhaid cydymffurfio, neu adael y swydd), ac ymdrin yn ddyddiol â diffyg manylder ac eglurder o ran pobl niwro-nodweddiadol yn anodd." Unigolyn, y Drenewydd

Diffyg cydgysylltu rhwng gwasanaethau

Roedd rhai grwpiau yn teimlo'n rhwystredig am y diffyg cyfathrebu a geir rhwng gwasanaethau, a bod angen cynnal nifer o gyfarfodydd i ailadrodd yr un wybodaeth i wahanol wasanaethau.

"Gwrthodwyd fy nghais i hunangyfeirio i'r Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig oherwydd nad ydyn nhw'n 'ymyrryd mewn argyfwng', ond nid oedd hyn yn sbardun i gyfeirio at y gwasanaethau cymdeithasol nac unrhyw gefnogaeth arall. Onid oes darpariaeth ddiogelu os gwelir fy 'normal' i fel 'argyfwng?' "AWEF, Dyserth

"Bydd y gwasanaethau iechyd yn dweud wrthy ch y dylech gael cymorth penodol gan y Gwasanaethau Cymdeithasol ond bydd y Gwasanaethau Cymdeithasol yn dweud 'Ni ddylent fod wedi dweud hynny wrthy ch'" Y Drenewydd

Diffyg cefnogaeth i deuluoedd

Roedd y diffyg cefnogaeth sydd ar gael i deuluoedd ac effaith hynny yn fater a drafodwyd yn y rhan fwyaf o grwpiau. Roedd y prif broblemau yn cynnwys nad oedd cefnogaeth ar ôl cael diagnosis, i helpu teuluoedd i ymgysylltu â diagnosis, ac nad oes dim man cyfeirio amlwg at gefnogaeth neu wasanaethau, a bod yn rhaid brwydro'n gyson am wasanaethau meddir. Roedd diffyg seibiant hefyd yn broblem gyffredin, hyd yn oed pan nodwyd angen, ac roedd hyn yn arbennig o anodd yn ystod gwyliau'r ysgol. Disgrifiodd rhieni sy'n cefnogi plant sydd bellach yn oedolion sut na chawsant ddim amser iddyn nhw eu hunain yn ystod yr wythnos oherwydd nad oedd eu plant yn cael gwasanaeth gweithiwr cymorth.

"Rydw i ar goll, ac rwyf o dan straen mawr" Cymorth Awtistiaeth Tseiniaidd, Abertawe

"Yn ystod gwyliau'r haf rwy'n tynnu gwallt fy mhen" Powys

Yn aml roedd diffyg ymddiriedaeth yn y gwasanaethau cymdeithasol, ac roedd rhieni yn disgrifio sut y cawsant wybodaeth anghyson am y ffordd orau i gefnogi eu plant. Maent hefyd yn disgrifio sut na chynigir cefnogaeth oni bai eu bod yn dweud na allant ymdopi. Mae hynny'n rhywbeth nad yw rhieni am ei gyfaddef.

"Ni fydd rhiant byth yn dweud 'Ni allaf ymdopi' oherwydd mae ganddynt ofn y system ofal yn wirioneddol" Grŵp Cefnogi Pen-y-bont ar Ogwr

Mater arall a drafodwyd gan rai grwpiau oedd sut roedd gwasanaethau'n aml yn methu â diogelu teuluoedd rhag y trais y maent yn ei wynebu. Disgrifiodd un rhiant sut y cafodd ei galw i'r ysgol i gasglu ei mab gan nad oedd pedwar aelod o staff yn gallu ei atal. Pan gyrhaeddodd hi, rhoddasant ei mab yn y car a dalwyd y drws ar gau nes ei bod hi'n gallu dechrau gyrru adre - heb ystyried sut y byddai'n gallu mynd adref yn ddiogel. Disgrifiodd rhiant arall sut y dywedwyd wrthi eu bod yn lwcus na orfu i'w mab aros yn hwy na dau fis am apwyntiad ar gyfer ei ewin a oedd yn tyfu i'r byw'n ddifrifol ar fawd droed - er ei bod hi'n wynebu trais yn ei chartref oherwydd y boen yr oedd ei mab yn ei ddiodef.

"Mae olion brathu dros fy mraich i gyd, ac roedd yn rhaid i mi gloi fy hun yn fy ystafell yn y nos i gadw'n ddiogel. Dyma sut mae unigolion ag ASD yn cyfathrebu - mae nhw am i chi deimlo'r boen y maent hwy ynddo, er mwyn ei gyfleu i chi." Grŵp Cefnogi Pen-y-bont ar Ogwr

"Fe wnaethant fy ffonio i wirio a oeddwn wedi cyrraedd adref yn iawn - wn i ddim sut y llwyddais i beidio â chael fy lladd" Grŵp Cefnogi Pen-y-bont ar Ogwr

"Ni fydd neb byth yn siarad am y trais" Grŵp Cefnogi Pen-y-bont ar Ogwr

Disgrifiodd grwpiau sut roedd y diffyg cymorth hwn yn arwain yn aml at broblemau fel tor-priodas, a'i fod yn cael effaith negyddol ar iechyd meddwl rhieni.

Ydych chi wedi gweld gwelliant o ran gwasanaethau / cymorth yn ystod y ddwy flynedd ddiwethaf?

Teimlai'r mwyafrif o bobl ym mhob grŵp nad oeddent wedi gweld gwelliant o ran gwasanaethau, ac roedd y rhan fwyaf o'r materion a drafodwyd yn y sesiynau wedi digwydd yn ystod y cyfnod hwnnw. Codwyd pryderon bod y Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig (IAS) yn fwy o wasanaeth cyfeirio a chefnogaeth ar-lein yn hytrach na'i fod yn cynnig y cymorth ymarferol y mae pobl ei eisiau. Teimlwyd hefyd nad oedd y Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig wedi hysbysebu ei wasanaethau'n ddigon eang.

Nododd rhai cyfranogwyr profiadau cadarnhaol o'r Gwasanaeth Awtistiaeth Integredig a theimlent ei fod wedi gwneud gwahaniaeth i'w bywyd yn yr amser hwn.

Pa newidiadau a fyddai'n gwneud gwahaniaeth i'ch bywyd chi?

Ar ôl rhoi eu barn am y gwasanaethau a'r gefnogaeth bresennol sydd ar gael i bobl ag ASD a'u teuluoedd, gofynnwyd i'r cyfranogwyr roi eu syniadau ar gyfer gwelliannau. Rhoddodd y cyfranogwyr amrywiaeth o syniadau yn ymwneud â beth fyddai'n gwella gwasanaethau yn gyffredinol, yn ogystal â syniadau o ran pa gymorth a fyddai'n eu helpu hwy o ddydd i ddydd. Oherwydd ehangder yr atebion, rydym wedi cyflwyno'r syniadau ar ffurf pwyntiau bwled, ac wedi'u crynhoi o dan themâu allweddol:

Hyfforddiant

- ✦ Rhagor o hyfforddiant ar gyfer gweithwyr proffesiynol sy'n cefnogi pobl ag anhwylder sbectrwm awtistiaeth e.e. athrawon, staff meddygol, gweithwyr cymdeithasol, deintyddion, a bod yr hyfforddiant hwnnw'n cael ei fesur
- ✦ Yr hyfforddiant i gynnwys nodi'r gwahaniaeth rhwng achosion gwrywaidd / benywaidd a amlygir
- ✦ Hyfforddiant gorfodol a pharhaus ar anhwylder sbectrwm awtistiaeth fel rhan o hyfforddiant athrawon

Diagnosis

- ✦ Yn gyflymach ac yn gynharach
- ✦ Llwybrau cliriach
- ✦ I gael cefnogaeth yn gynt ar ôl cael diagnosis
- ✦ Sgrinio awtomatig ar gyfer y rheini a gaiff ddiagnosis o bryder neu iselder ysbryd
- ✦ Ni ddylid diystyru diagnosis preifat

Ysgol

- ✦ Rhagor o gydgysylltu o ran athrawon cyflenwi
 - ✦ Rhagor o ddealltwriaeth gan athrawon
 - ✦ Grwpiau meithrin ac ymwybyddiaeth ofalgar
-

- ✦ Hyfforddiant penodol ar awtistiaeth mewn ysgolion o ran achosion gwrywaidd / benywaidd a amlygir
- ✦ Amgylchedd yr ysgol i gefnogi anghenion synhwyraidd (ardaloedd tawel)
- ✦ Y Gweinidog neu Estyn i weithredu ar unwaith os yw awdurdod addysg lleol wedi methu ag addysgu plentyn sydd wedi colli addysg am gyfanswm o 15 diwrnod mewn blwyddyn academaidd.
- ✦ Cefnogaeth un i un i olygu hynny'n llythrennol - ei fod yn rhan o arolwg Estyn o ysgolion
- ✦ Gwersi ymwybyddiaeth o awtistiaeth i blant
- ✦ Gwersi a gaiff eu cyflwyno mewn modd cyfeillgar i awtistiaeth
- ✦ Cefnogaeth waeth beth fo'r diagnosis

Rhagor o gymorth i deuluoedd

- ✦ Rhagor o adnoddau ar gael o ran gwasanaethau ysbaid
- ✦ Cwnsela i'r teulu ar ôl cael diagnosis
- ✦ Cyswllt rheolaidd gan weithwyr proffesiynol
- ✦ Rhieni i gael eu credu, ac nid eu beirniadu

Gwybodaeth glir

- ✦ Gwell cyfeirio at y gwasanaethau sydd ar gael
- ✦ Cydnabod hawliau heb i riant orfod brwydro amdanynt
- ✦ Rhoi gwybodaeth wyneb yn wyneb am gefnogaeth a gwasanaethau sydd ar gael.

Eiriolwyr

- ✦ Rhagor o eiriolwyr
- ✦ Awdurdodi pobl i ymdrin ag eiriolwyr, pŵer atwrnai ac ati

Cefnogaeth gymdeithasol

- ✦ Grwpiau cefnogaeth gan gymheiriaid o ran awtistiaeth, grwpiau ôl-ddiagnostig, clybiau ieuencid a chlybiau gwyliau.

- ✦ Dynodi Cyfaill i roi 'cymorth cymdeithasol', neu sefydlu grwpiau cymdeithasol
- ✦ Gweithgareddau mwy cynhwysol, er enghraifft, dosbarthiadau ymarfer corff

Cyflogaeth

- ✦ Cymhorthdal i gyflogwyr sy'n cyflogi pobl ag ASD
- ✦ Cymorth i gael mynediad at gyflogaeth neu addysg uwch
- ✦ Rhagor o gefnogaeth yn y byd gwaith
- ✦ Profiad gwaith
- ✦ Rhagor o gydnabyddiaeth i dalentau na wyddys amdanynt eto

Trosglwyddo

- ✦ Rhagor o gefnogaeth wrth drosglwyddo
- ✦ Cymorth trosglwyddo i ddechrau yn gynt

Rhagor o ymwybyddiaeth o anhwylder sbectrwm awtistiaeth

- ✦ Codi ymwybyddiaeth ymhlith y cyhoedd
- ✦ Gwasanaethau i fod yn fwy hygyrch drwy wneud addasiadau ar gyfer pobl ag anhwylder sbectrwm awtistiaeth (e.e. amseroedd tawel mewn banciau, staff cyfeillgar i Awtistiaeth mewn ysbytai, deintyddfeydd, siopau stryd fawr, archfarchnadoedd)

Gwasanaethau Integredig

- ✦ Siop un stop (iechyd, addysg, gwasanaethau cymdeithasol)
 - ✦ Cyfathrebu rhyngasiantaethol
 - ✦ Cyfathrebu traws-sirol
 - ✦ Llyfr y gellir ei gario gyda chi wrth gael pob gwasanaeth, sy'n cadw cofnod o'r hyn y mae pob gwasanaeth yn ei wneud.
-

Cymorth ymarferol

- ✦ Rhagor o gefnogaeth ymarferol yn hytrach na dim ond cyngor neu gyfeirio
- ✦ Cymorth i lenwi ffurflenni

Gwell mynediad at gefnogaeth

- ✦ Rhagor o fynediad at gŵn therapi, a chŵn awtistiaeth i gael yr un hawliau â chŵn tywys
- ✦ Mannau Diogel o ran Awtistiaeth mewn trefi
- ✦ Mynediad at therapïau cyfeillgar i Awtistiaeth; e.e. Therapi DBT, Therapi Synhwyrdd, cerddoriaeth, Therapi Celf a phecynnau cymorth iechyd meddwl / argyfwng.
- ✦ Mynediad at iaith arwyddion, AAC, Makaton, system PECS a ffyrdd eraill o gyfathrebu.
- ✦ Cefnogaeth, p'un a oes gan unigolyn anghenion iechyd meddwl neu anghenion dysgu ynghyd ag awtistiaeth ai peidio.
- ✦ Rhagor o wasanaethau oedolion
- ✦ Rhagor o fynediad at gludiant priodol
- ✦ Cymorth cyfreithiol
- ✦ Gwasanaethau i fod yn gyson, ac i gael eu hariannu am yr hirdymor

Atodiad

Fformat

Gofynnwyd y cwestiynau canlynol i'r rhai a oedd yn cymryd rhan:

- ✦ Pa wasanaethau / gefnogaeth sy'n gweithio'n dda?
- ✦ Beth yw'r prif broblemau rydych chi'n eu cael?
- ✦ Ydych chi wedi gweld unrhyw welliant o ran gwasanaethau / cymorth yn y ddwy flynedd ddiwethaf?
- ✦ Pa newidiadau fyddai'n gwneud gwahaniaeth i'ch bywyd chi

Rhoddwyd darnau bach o bapur i'r cyfranogwyr ysgrifennu eu hatebion, ac yna rhoddwyd cyfle i drafod gyda gweddill y grŵp. Dywedwyd wrthynt y gallent ysgrifennu cymaint neu gyn lleied ag y dymunent, ac nad oedd yn rhaid iddynt ateb pob cwestiwn.

Y rhai a oedd yn cymryd rhan yn y Grwpiau Ffocws

1. Oedolion sy'n cael cymorth gan Gysylltiadau Sbectwm Awtistiaeth, Caerdydd
2. Grŵp Cymorth Rhieni, y Gymdeithas Awtistiaeth Genedlaethol, Pen-y-bont ar Ogwr
3. Aelodau'r Prosiect Grymuso Menywod Awtistig, Dyserth (tri grŵp)
4. Grŵp Cymorth Rhieni Tsieineaidd yng Nghymru, Abertawe
5. Y Grŵp Trawsbleidiol ar Awtistiaeth, Wrecsam
6. Aelodau o grŵp Cymorth Facebook i Rieni, y Drenewydd
7. Grŵp Cymorth Awtistiaeth *One Life*, Glynebwy
8. Oedolion sy'n cael cymorth gan Wasanaeth Awtistiaeth Integredig Powys a rhieni a wahoddwyd drwy Gymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Powys (PAVO), Bronllys
9. Rhiant, Abertawe
10. Oedolyn ag anhwylder sbectwm awtistiaeth, y Drenewydd