



Naomi Giltinan

Creu cysur a meithrin cysylltiadau drwy gymorth ar ôl profedigaeth

Effaith ...

- Cynnig man diogel lle y gellir galaru heb ofn na chywilydd
- Mae'r plant yn deall ei bod hi'n dderbyniol ac yn iach chwerthin a rhannu atgofion cadarnhaol
- Datblygodd y gwarchodwr plant sgiliau llythrennedd emosiynol cryfach i gefnogi'r plant drwy heriau yn y dyfodol
- Cafodd ymddiriedaeth rhwng Naomi a'r teuluoedd ei feithrin, sy'n teimlo'n hyderus bod anghenion emosiynol eu plant yn cael eu diwallu

Cefndir

Mae Naomi yn warchodwr plant yn Abertawe ac mae wedi bod yn darparu gofal i blant o oed geni hyd at 12 oed yn ei theulu cartref am 14 o flynyddoedd. Mae'n meithrin amgylchedd tawel, magwrus a chartrefol lle gall y plant ffynnu, gan ganolbwyntio ar ddatblygiad emosiynol y plant a'i dull sy'n ystyriol o ymlyniad a thrawma.

Beth mae'n ei gwneud yn wahanol?

Pan ddioddefodd y plant sy'n cael gofal ganddi farwolaeth eu tad, roedd Naomi yn galaru am golled ei mam, ac roedd yn gallu cydymdeimlo'n llawn â'r plant a rhannu'n agored ei bod yn deall eu poen. Creodd Naomi gymorth personol ac ystyrlon a wnaeth dynnu ar ei phrofiad ei hun o dristwch gan gynnwys:

- trefnodd eirth atgofion a wnaed gan ddefnyddio crysau pêl-droed eu tad i'r plant eu defnyddio fel teganau cysur
- gwnaethant greu blwch cofio gyda'i gilydd ac maent yn rhoi pethau ynddo yn rheolaidd, gan feithrin perthynas barhaus ag atgof eu tad.
- mae'n annog y plant i siarad am eu colled pan fyddant angen gwneud hynny
- mae'n cynnal amrywiaeth eang o adnoddau gan gynnwys cardiau emosiwn a llyfrau sy'n helpu pob plentyn sy'n cael gofal ganddi i ddatblygu'r sgiliau i brosesu teimladau anodd

Mae'r dull hwn sy'n ystyriol o drawma yn cydnabod nad yw galaru yn rhywbeth i'w 'unioni' ond yn rhywbeth i'w gefnogi drwy gysondeb, empathi a gofal gwirioneddol.

Rydym yn byw mewn byd anodd ac os gallaf ei gwneud hi'n haws i'r plant yn fy ngofal fod yn hapus, hoffwn feddwl fy mod i wedi gwneud fy ngwaith