GWASANAETH LLWYBR TEULUOL

MDFT

BARNARDO'S

Mae Gwasanaeth Llwybr Teuluol Casnewydd a Chaerdydd yn darparu Therapi Teulu Aml-Dimensiwn (MDFT) fel rhan o'i prawf clinigol cyntaf yn y DU.

Mae MDFT yn helpu pobl ifanc i oresgyn heriau camddefnyddio sylweddau ac sydd mewn perygl o ymddygiad troseddol.

Beth yw Therapi Teuluol Amlddimensiwn?

Mae MDFT yn gweithio gyda'r teulu cyfan, i geisio cryfhau perthnasoedd, mynd i'r afael â heriau, a chreu dyfodol mwy cadarnhaol.

BARNARDO'S CYMRU

SUT MAE'N GWEITHIO?

Os byddwch chi'n cytuno i gymryd rhan yn y treial clinigol ac yn cael eich dewis ar gyfer y rhaglen, byddwch chi'n cwrdd â therapydd MDFT cyfeillgar a fydd yn gweithio i'ch deall chi a'ch teulu.

Yn ystod eich sesiynau, gallwch chi siarad gyda'ch gilydd fel grŵp neu gyfarfod yn unigol. Nid ar fai y mae'r sylw; ond ar wrando, deall a chydweithio fel tîm.

- **Ar gyfer pobl ifanc:** Rydyn ni'n eich helpu i ganfod beth sy'n digwydd, gwneud synnwyr o'ch meddyliau a'ch teimladau, a chynllunio ar gyfer dyfodol mwy cadarnhaol.
- **Ar gyfer rheini a gofalwyr:** Rydyn ni'n eich cefnogi i gryfhau eich perthynas â'ch plentyn a dod o hyd i ffyrdd o fagu plant yn hyderus, hyd yn oed yn ystod cyfnodau anodd.
- **Ar gyfer y teulu:** Gyda'n gilydd, byddwn ni'n datblygu dulliau cyfathrebu gwell ac yn datrys problemau fel bod llai o straen yn y cartref a bod mwy o gysylltiad rhwng pobl â'i gilydd.
- **Ar gyfer bywyd y tu allan i'r cartref:** Rydyn ni'n sicrhau bod pobl ifanc yn cael cymorth ym mhob agwedd ar eu bywydau, gan gynnwys eu cymuned, eu hysgol, rhyngweithio cymdeithasol, a gwasanaethau eraill.

BARNARDO'S CYMRU

PRYD A BLE RYDYN NI'N CYFARFOD?

Bydd eich therapydd yn treulio llawer o amser yn dod i'ch adnabod chi a'ch teulu. Maen nhw'n gobeithio ennyn eich ymddiriedaeth a deall eich stori, eich gobeithion a'ch brwydrau.

Efallai y byddan nhw'n trefnu i'ch gweld chi neu eich rhieni/gofalwyr ychydig o weithiau'r wythnos. Byddan nhw’n ffonio ac yn anfon negeseuon yn rheolaidd.

Weithiau, byddwn ni’n trefnu cyfarfodydd teuluol mewn canolfan therapi neu ganolfan gymunedol ond byddwn hefyd yn cwrdd â chi
gartref, allan yn y gymuned, ar-lein neu'n eich cefnogi yn rhai o'ch cyfarfodydd pwysig, er enghraifft
yn yr ysgol.

ALL HYN WEITHIO YMA YN Y DEYRNAS UNEDIG?

Mae MDFT wedi cymryd rhan mewn astudiaethau ymchwil yn UDA ac ar draws Ewrop. Mae'r astudiaethau h yn yn dangos:

- Mae 93% o bobl ifanc yn cwblhau'r therapi.

- Mae pobl ifanc yn gwneud newidiadau cadarnhaol, fel cadw allan o drwbl neu ennill cymwysterau yn yr ysgol.

Prifysgol Caint sy’n arwain y treial clinigol yn y DU i werthuso pa mor effeithiol fydd yma.

BARNARDO'S CYMRU

MDFT

Contact Us

Newport Civic Centre
Godfrey Road
Newport
NP20 4PR

Ely Family Centre
87A Grand Avenue
Cardiff
Caerdydd
CF5 4LE

07593 685617

Team Manager
Laurie.Gallagher@barnardos.org.uk
familyroute@barnardos.org.uk

---

www.barnardos.org.uk/get-support/services/newport-family-route

---