**Cwmni Buddiant Cymunedol Teulu a Therapi (CIC)**

**RACHEL BUTT**

Mae Teulu a Thherapi yn gwmni buddiant cymunedol sydd wedi'i leoli ym Mrondy, ac mae'n cynnig cyngor yn y Cwmtawe Clwstwr am oddeutu chwe blynedd. Mae Teulu a Thherapi yn caru bod yn rhan o'r Ward Fwrthdro. Mae'n llehydydd a chymhellol iawn.

Mae cyfarfod bob pythefnos gyda'r holl wasanaethau eraill yn y Clwstwr Cwmtawe lle y trafodir achosion a all elwa o gymorth pellach neu o un o'r gwasanaethau eraill yn cymryd rhan gyda chyfoedion er mwyn cael cymorth neu gyngor ar sut i gyfeirio'r cleientiaid hyn ymlaen, neu sut i gael mwy o wybodaeth iddynt. Mae hyn yn caniatáu gwasanaeth ehangach ac ymholiadog, sy'n wirioneddol unigryw i'r Ward Harluxus hwn.

**Pwy maen nhw'n ei weld**

Gall teulu a therapi weithio gyda phobl o dair oed neu hwyrach. Mae ganddynt therapyddion chwarae arbenigol fyddai'n gweithio gyda phlant oed rhwng tair a deg oed. Mae gennych ystafell arbenigol wedi'i threfnu lle gall plant fynegi eu hunain a'u emociau a phopeth a fuant wedi mynd drwyddo, trwy gyfrwng chwarae. Cynhelir pob plentyn am o leiaf 15 wythnos gyda'r therapydd i roi digon o amser iddynt agor a gallu gweithio gyda'r therapydd.

Mae yna therapyddion ieuenctid arbenigol sy'n gallu gweithio gyda phawb o 10 i 17 oed. Maent yn fwy yn defnyddio dull therapi siarad ond mae ganynt hefyd weithgareddau arbenigol a hyd yn oed chwarae y gallant ei drosglwyddo er mwyn i'r person ifanc allu mynegi eu hunain yn ôl eu hanghenion ac ymdrin â phopeth sydd ei angen arnynt, wedi'i addasu iddynt.

Mae unrhyw un sydd 18 oed neu'n hŷn yn gweld un o'r therapyddion oedolion. Maent i gyd yn dod â chefndiroedd gwahanol iawn a specilweithiau gwahanol iawn felly gallant addasu'r profiad i'r cleient i sicrhau eu bod yn derbyn y gefnogaeth orau bosib.

**Cyfeiriadau**

Mae'r cyfeiriadau'n amrywiol ac yn eithaf gwahanol yn lefelau'r trawma, felly ynghyd â'r prif therapydd, mae rhaglen leoliad myfyrwyr hefyd er mwyn caniatáu i fyfyrwyr gradd Meistr weithio gyda'r cleifion sydd â thrawma yn y lefel is. Mae'n caniatáu i lawer mwy o gleifion ledled y clwstwr cael eu gweld.

Mae cyfeiriadau yn dod o lawer o ffynonellau gwahanol o fewn y clwstwr, GPs, gweithwyr lles a'r tîm anghenion cymhleth er enghraifft. Mae'r llwybr cyfeirio hwn yn mynd y ffordd arall hefyd a gellir cyfeirio cleifion gan deulu a thechnegau i'r tîm anghenion cymhleth os ystyrir y byddai'n elwa o gefnogaeth mwy arbenigol, gyda chyffuriau neu gamdriniaeth gartref.

**Astudiaeth Achos**

Cyfeirwyd cleient oedd yn frwydro â galar. Roedd y cyfeiriad yn rhoi manylion cyfyng iawn. Ar ôl asesu, rhoddwyd y cleient gyda therapydd mwy cymwys, yn y sesiwn gyntaf, datgelodd fod yn camddefnyddio meddyginiaethau presgripsiwn. Gyda chaniatâd y cleient, gwnaed cyfeiriad at Narcotics Anonymous (NA) ac fe'u cefnogwyd trwy'r gaethiwed.

Ar ôl i'r claf weithio trwy'r materion hyn, derbyniwyd nhw yn syth yn ôl i'r cyngor i weithio trwy'r profiadau emosiynol o'r plentyndod a arweiniodd at yr orffennol ac yn y lle roedd yn cychwyn ar eu bywyd. Mae'r claf bellach yn rheoli eu meddyginiaeth eu hunain heb unrhyw dystiolaeth o gamddefnydd o feddyginiaethau presgripsiwn. Maen nhw wedi mynd yn ôl i waith, maen nhw mewn safle emosiynol llawer mwy sefydlog, a mae bywyd teuluol wedi gwella. Maen nhw wedi cael eu bywyd yn ôl ar y trywydd.