



## Sut mae Mencap yn cefnogi pobl i wneud penderfyniadau?

Mae Mencap yn credu bod gan bob person yr hawl i wneud dewisiadau sy'n rhoi cymaint o reolaeth â phosibl iddyn nhw dros eu bywydau.

O ran y bobl rydyn ni'n eu cefnogi sydd ddim yn gallu cyfathrebu eu hoffterau a'u dewisiadau, mae'n bwysig ein bod yn gweithio gyda chi i'w helpu i wneud dewisiadau a phenderfyniadau ynglŷn â'u bywydau.

### Deddf Galluedd Meddyliol 2005

Mae pobl yn gwneud dewisiadau a phenderfyniadau bob dydd ond mae ar rai angen mwy o gymorth nag eraill. Mae'r hawl i bobl wneud eu penderfyniadau eu hunain yn cael ei amlinellu yn Neddf Galluedd Meddyliol 2005. Rydyn ni'n defnyddio'r ddeddf hon i wneud yn siŵr ein bod yn gwneud ein gorau ar gyfer y bobl rydyn ni'n eu cefnogi; dylai'r ddogfen hon eich helpu i ddeall mwy am y ffordd y mae'n gweithio.

#### Beth yw'r Ddeddf Galluedd Meddyliol?

Galluedd meddyliol yw gallu'r person i wneud penderfyniadau drosto'i hun. Dywedir bod y bobl na all wneud penderfyniadau drostyn nhw eu hunain â 'diffyg galluedd'. Gallai hyn fod oherwydd cyflwr gydol oes fel anabledd dysgu neu gallai fod yn fyr dymor, er enghraifft, rhywun sy'n dioddef dros dro o salwch meddwl.

Mae galluedd yn wahanol ar gyfer gwahanol bethau; gallai person gael galluedd i wneud penderfyniadau syml, megis beth i'w wisgo bob dydd ond sydd â diffyg galluedd i wneud penderfyniadau mwy cymhleth, megis sut i reoli eu cyllid. Er mwyn penderfynu a oes gan rywun y galluedd ai peidio, mae'n rhaid asesu eu galluedd; gall hyn fod yn broses ffurfiol neu anffurfiol gan ddibynnu pa mor fawr yw'r penderfyniad.

Mae'r Ddeddf Galluedd Meddyliol yn edrych ar y ffordd y mae penderfyniadau'n cael eu gwneud ar gyfer oedolion ac mae'n berthnasol i bawb yng Nghymru a Lloegr sydd dros 16 oed.

Mae'r Ddeddf Galluedd Meddyliol wedi'i seilio ar bum egwyddor allweddol:

1. Mae hawl gan bob oedolyn wneud penderfyniadau drosto'i hun. Rhaid cymryd yn ganiataol y gall pobl wneud eu penderfyniadau eu hunain os nad oes asesiad fel arall wedi'i wneud.
2. Mae hawl gan bob oedolyn gael cefnogaeth i wneud ei benderfyniad ei hun. Mae'n rhaid i hyn gael ei wneud mewn ffyrdd y mae'n ei ddeall megis gyda lluniau neu fyrdau stori, neu wybodaeth hawdd ei deall, ayyb.
3. Mae hawl gan bob oedolyn wneud penderfyniadau a allai ymddangos yn annoeth neu'n rhyfedd i bobl eraill.
4. Os yw person â diffyg galluedd, mae'n rhaid i unrhyw benderfyniad a wneir ar ei ran fod er budd pennaf y person.
5. Os yw person â diffyg galluedd, mae'n rhaid i unrhyw benderfyniad a wneir ar ei ran fod y dewis lleiaf cyfyngus i'w hawliau a'i ryddid.

Mae'r gyfraith yn dweud bod yn rhaid i ni dybio bod gan y bobl rydyn ni'n eu cefnogi y galluedd i wneud eu penderfyniadau eu hunain os nad yw wedi'i brofi na allan nhw wneud hyn yn dilyn asesiad galluedd. Mae'n rhaid i ni hefyd sicrhau bod pobl yn cael y cymorth sydd ei angen arny'n nhw i wneud penderfyniadau drostytyn nhw eu hunain. Trwy weithio gyda'n gilydd, gallwn gytuno pa gymorth sydd ei angen ar yr aelod o'ch teulu neu'ch ffrind a sut y gallwn ni roi'r cymorth hwn yn y ffordd mwyaf effeithiol.

Gall rhagor o wybodaeth am y Ddeddf Galluedd Meddyliol gael ei rhannu â chi gan y rheolwyr sy'n goruchwylio'r gwasanaeth, neu gellir dod o hyd iddi ym: <https://www.mencap.org.uk/advice-and-support/mental-capacity-act>

Sut mae hyn yn gweithio yn Mencap?

### **Astudiaeth achos 1 – asesu galluedd**

Mae James wedi bod mewn cryn dipyn o boen yn ei glun ers peth amser ac mae bellach yn effeithio ar ei symudedd ac ansawdd ei fywyd. Nid oes gan James y galluedd i benderfynu drosto'i hun sut y gallai hyn gael ei drin yn effeithiol. Mae ei feddyg teulu yn ei atgyfeirio at lawfeddyg orthopedig ymgynghorol i gael ei farn broffesiynol. Penderfyna'r gweithiwr proffesiynol meddygol hwn argymell gosod clun cwbl newydd. Gwahoddir y teulu i gyfarfod budd pennaf James i drafod eu syniadau a gwrando ar yr hyn mae'r llawfeddyg yn ei argymell fel

y driniaeth orau bosibl ar ei gyfer. Ystyrir pob un o'r syniadau, gan gynnwys ei hanes meddygol blaenorol, cyfraniad gan weithwyr proffesiynol parafeddygol, timau cefnogi a'r teulu. Mae James yn cael ei gynnwys yn y cyfarfod hwn i glywed a chael eglurhad mewn ffyrdd y gall geisio deall yr hyn sy'n cael ei benderfynu er budd pennaf iddo.

### **Astudiaeth achos 2 – newidiadau dros dro mewn galluedd**

Cafodd Seema ei diagnosio â dementia, sydd yn y cyfnodau cynnar ac sy'n effeithio ar ei chof. Fel arfer mae Seema yn dal yn gallu gwneud penderfyniadau ar ei phen ei hun ond mae adegau pryd y bydd ei galluedd i wneud hynny yn gyfyngedig. Pan fydd angen gwneud penderfyniadau mawr bydd asesiadau ffurfiol neu anffurfiol yn cael eu gwneud er mwyn deall pa gefnogaeth fydd ei angen ar Seema i'w helpu i wneud y penderfyniad.

### **Astudiaeth achos 3 – ennill/adennill galluedd**

Mae gan Louisa asesiad galluedd sy'n dweud nad oes ganddi'r galluedd i ddeall ei chyllid o ddydd i ddydd. Mae'r tîm sy'n ei chefnogi yn hyderus y byddai ei galluedd yn cynyddu gyda dysgu a'r gefnogaeth gywir. Maen nhw'n dewis dulliau i ddysgu mwy am arian i Louisa mewn ffordd sy'n hawdd ei deall ganddi. Yn dilyn dysgu'r medrau hyn mae dealltwriaeth Louisa yn cynyddu ac mae asesiad galluedd newydd yn cadarnhau nad oes angen cymaint o gefnogaeth barhaus arni ac y gall ddod yn fwy annibynnol gyda'i chyllid ei hun yn y dyfodol.