



Cyngor Sir
CEREDIGION
County Council

Polisi Drafft
Cefnogaeth Ymddygiad Cadarnhaol
(CYC)
a
Lleihau Ymarfer Cyfyngol (LIYC)



1. Ragarweiniad

Mae'r Polisi hwn yn anelu at ddarparu cyfrif clir a chynhwysfawr o ymrwymiad ac ymagwedd Cyngor Sir Ceredigion i leihau Ymarfer Cyfyngol drwy ddull ataliol rhagweithiol gan ddefnyddio Polisi Cefnogaeth Ymddygiad Cadarnhaol (CYC), a fframwaith person-ganolog arall sy'n rhagweithiol/ac ataliol ac yn seiliedig ar dystiolaeth. Polisi corfforaethol yw hwn i bennu'r safonau ar draws lleoliadau Gofal Cymdeithasol ac Addysg.

Mae lleihau'r defnydd o rym ac atal, yn flaenoriaeth allweddol i Geredigion, yn enwedig ar gyfer ein poblogaethau mwyaf bregus megis plant, pobl ifanc, pobl hŷn, neu bobl sy'n byw gyda anabledau. Gall gormodedd neu ddefnydd amhriodol o rym ac atal gael effaith gorfforol a seicolegol ddifrifol, tanseilio ymddiriedaeth rhwng defnyddwyr gwasanaeth a darparwyr, a rhoi'r awdurdod mewn perygl cyfreithiol ac enw da. Mae datblygu a gweithredu polisi cadarn i leihau ymarferau o'r fath yn hanfodol er mwyn hyrwyddo urddas, diogelu hawliau, a hyrwyddo diwylliant o ddiogelwch a pharch.

Mae'r polisi hwn yn sicrhau bod pob ymagwedd yn cael ei llywio gan ac wedi'i hadeiladu ar egwyddorion cynllunio person-ganolog, cefnogi hawliau dynol, cydgynhyrchu ac ymarfer seiliedig ar dystiolaeth, o fewn cyd-destun y lleoliad gwasanaeth ac mewn ffordd sy'n diogelu'r unigolyn, y rhai y maent yn rhyngweithio â hwy, a'r rhai sy'n darparu gwasanaethau iddynt.

Mae'r fframwaith hwn yn unol â Fframwaith Llywodraeth Cymru ar gyfer Lleihau Ymarferau Cyfyngol.



Reducing Restrictive Practices Framework

A framework to promote measures and practice that will lead to the reduction of restrictive practices in childcare, education, health and social care settings for people of all ages.

2. Egwyddorion y polisi

Mae'r polisi hwn yn seiliedig ar gyfres o egwyddorion clir ac yn seiliedig ar dystiolaeth:

Hawliau Dynol ac Urddas: Rhaid i bob ymyrraeth barchu hawliau dynol sylfaenol ac urddas pob unigolyn.

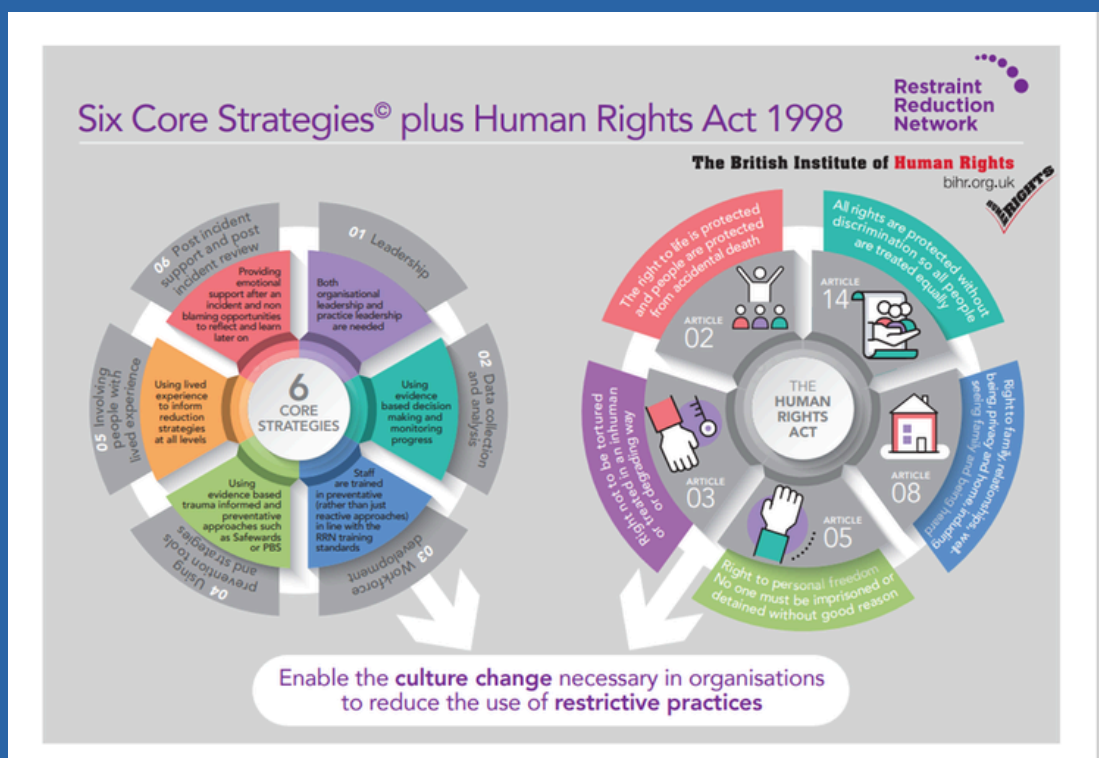
Atal yn Gyntaf: Canolbwyntio ar ymyrryd yn gynnar, dad-escaleiddio, a chefnogaeth ymddygiad cadarnhaol i atal sefyllfaoedd rhag esgorio i'r pwynt lle gellid ystyried defnyddio cyfyngiad.

Yr Opsiwn Lleiaf Cyfyngol: Os oes angen cyfyngu, dylai bob amser fod yr opsiwn lleiaf cyfyngol, am yr amser byrraf posibl, a dim ond pan fo'n gwbl angenrheidiol i atal niwed.

Tryloywder ac Atebolrwydd: Rhaid cofnodi, adolygu a riportio pob defnydd o gyfyngu yn ofalus i'r cyrff goruchwyllo perthnasol e.e. Diogelu, Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC), yr Heddlu.

Cyfranogiad a Chydweithio: Dylai defnyddwyr gwasanaeth, teuluoedd, gofalwyr a gweithwyr proffesiynol gydweithio wrth ddatblygu strategaethau ac amcanion ymddygiad cadarnhaol.

Gwella'n Barhaus: Dylai hyfforddiant rheolaidd, archwilio ac adlewyrchu arwain gwelliant parhaus mewn ymarfer. Mae hyn yn cynnwys Goruchwyliaeth, Gwerthusiadau Blynyddol a Chyfarfodydd Tîm.



3. Hyfforddiant a Datblygu'r Gweithlu

Cyflwynodd Cyngor Sir Ceredigion Gydlynnydd Ymddygiad Cadarnhaol a fydd yn darparu ac yn diweddarau'r cynllun hyfforddi PBS yn ôl yr angen. Mae'r Cynllun Hyfforddi PBS yn amlinellu'r prif ofynion hyfforddi yn seiliedig ar rolau a'u gofynion gweithredol ar draws adrannau'r awdurdod. Gellir dod o hyd i'r ddogfen hon yn Atodiad 2.

Bydd gofynion hyfforddi yn cael eu hadolygu'n flynyddol gan y meysydd gwasanaeth ar y cyd â'r tîm Dysgu a Datblygu, a byddant yn ystyried y meysydd canlynol:

- Gofynion hyfforddi gorfodol ac wedi'u diweddarau'n rheolaidd ar gyfer yr holl staff perthnasol.
- Hyfforddiant a ddatblygir ac a ddarperir yn seiliedig ar y dystiolaeth ddiweddaraf ac arfer gorau.
- Ymgorffori technegau dad-escaleiddio, sgiliau cyfathrebu, a dewisiadau amgen i gyfyngu.
- Cefnogi ymarfer myfyriol, goruchwyliaeth, a dysgu gan gymheiriaid.
- Ymatebol i anghenion amrywiol defnyddwyr gwasanaeth, gan gynnwys y rhai ag awtistiaeth, anableddau dysgu, dementia, iechyd meddwl neu gyflyrau ac/neu anghenion eraill.

Mae gweithdai ymarferol, efelychiadau a dysgu ar sail senarios yn effeithiol ar gyfer meithrin hyder a chymhwysedd staff. Yn ogystal, mae cefnogaeth barhaus a dadbryfiadau ar ôl digwyddiadau yn helpu staff i brosesu digwyddiadau ac i ddysgu mewn modd adeiladol.



4. Cynllunio Person-ganolog a Chymorth Ymddygiad Cadarnhaol

Er mwyn lleihau'r risg o orfod defnyddio cyfyngu, dylai pob defnyddiwr gwasanaeth gael cynllun cefnogaeth personol sy'n rhagweithiol, yn seiliedig ar gryfderau, ac wedi'i ddatblygu ar y cyd â hwy a'u cylch cefnogaeth. Dylai cynlluniau gynnwys:

- Gwybodaeth glir am arddull gyfathrebu'r unigolyn, eu sbardunau, eu hoffterau a'u strategaethau tawelu.
- Arwyddion rhybudd cynnar a'r ymyriadau a ffefrir, fel y cytunwyd.
- Cofnodi'r hyn sy'n gweithio'n dda i atal esgoriad.
- Cynlluniau ar gyfer cynnwys teulu, gofalwyr ac eiriolwyr lle bo'n briodol.

Gall polisi Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol (CYC) fod yn hynod effeithiol, gan ganolbwyntio ar ddeall y rhesymau y tu ôl i ymddygiadau sy'n heriol, dysgu sgiliau amgen, a chreu amgylcheddau cefnogol. Bydd Cynllunio Person-ganolog hefyd yn ystyried dewis iaith, ac yn cyd-fynd â'r fframwaith 'Mwy na geiriau'.



5. Cynnwys Defnyddwyr Gwasanaeth a Theuluoedd

Mae cyfranogiad gweithredol pobl sy'n defnyddio gwasanaethau yn hanfodol. Mae hyn yn cynnwys:

- Cydgynhyrchu polisïau, gweithdrefnau a deunyddiau hyfforddi.
- Mekanweithiau adborth rheolaidd (arolygon, grwpiau ffocws, prosesau cwyno).
- Gwybodaeth hygyrch am hawliau, sut i godi pryderon, a sut mae cyfyngu yn cael ei fonitro.

Dylid cadw teuluoedd ac eiriolwyr yn wybodus ac yn rhan o'r broses, yn enwedig pan nad yw unigolion yn gallu cynrychioli eu hunain. Gall cyfathrebu agored atal camddealltwriaethau ac adeiladu ymddiriedaeth. Bydd hyn yn cael ei gyflawni drwy ddarparu gwybodaeth i bob defnyddiwr gwasanaeth, ynghyd â gwybodaeth am sut i gyflwyno canmoliaeth, pryder a/neu gŵyn.

Wrth ddatblygu polisïau a gweithdrefnau, dylid ystyried defnyddio grwpiau rhanddeiliaid allweddol a defnyddwyr gwasanaeth.

Gellir dod o hyd i ragor o wybodaeth drwy ddefnyddio Polisi Ymgysylltu a Chyfranogi Cyngor Sir Ceredigion, sydd ar gael ar Ceri Net.



6. Monitro, Archwilio a Dysgu

Mae system fonitro gadarn ar waith sy'n sicrhau'r meysydd allweddol canlynol:

- Caiff pob digwyddiad o gyfyngu, gan gynnwys patrymau neu dueddiadau yn ôl gwasanaeth, lleoliad, staff neu unigolyn, ei gofnodi a'i ymchwilio drwy System Rheoli Digwyddiadau'r Cyngor.
- Sicrhau bod MARF-au yn cael eu cyflwyno yn unol â Gweithdrefnau Diogelu Cymru Gyfan.
- Dylai data gwasanaeth ddarparu cyfleoedd dysgu a meysydd i'w gwella drwy oruchwyliaeth, cyfarfodydd tîm ac arfarnu blynyddol.
- Caiff adroddiadau digwyddiadau misol eu cyflwyno'n rheolaidd i uwch arweinwyr, byrddau diogelu ac, lle bo'n briodol, i'r cyhoedd.
- Cymharu perfformiad yn erbyn awdurdodau lleol eraill a safonau cenedlaethol.

Dylid ymgorffori dysgu o ddad-escaleiddio llwyddiannus a digwyddiadau cyfyngu mewn ymarfer parhaus. Mae adolygu gan gymheiriaid, sesiynau ymarfer myfyriol, a thrafodaethau achos yn meithrin diwylliant o dryloywder a gwelliant parhaus.



7. Ystyriaethau Moesegol a Chyfreithiol

Rhaid i bob math o gyfyngu gydymffurfio â'r gyfraith a chodau moesegol. Dylai staff fod yn ymwybodol y gall defnyddio cyfyngiad yn amhriodol gyfateb i ymosod, esgeulustod neu gam-drin, a gall arwain at oblygiadau chyfreithiol i unigolion ac i'r awdurdod. Bydd eiriolaeth annibynnol ar gael i unigolion sy'n destun cyfyngu.

Cyfeiriwch at Atodiad 2 ar gyfer y fframweithiau Cyfreithiol a Rheoleiddiol.

8. Lleihau ac Dileu Cyfyngu: Gosod Nodau Uchelgeisiol

Prif bwrpas y polisiau hyn yw lleihau'r defnydd o gyfyngu flwyddyn ar ôl blwyddyn ac mae'n cynnwys:

- Dim goddefgarwch o gwbl ar gyfer cyfyngu yn y safle gorwedd neu wyneb i lawr.
- Dileu cyfyngu ar gyfer pob unigolyn gan gynnwys plant a phobl ifanc.
- Adolygiad rheolaidd o bob digwyddiad i sicrhau bod pob dewis amgen wedi'i ystyried a'i ddefnyddio.
- Dathlu straeon llwyddiant, rhannu dysgu ac arfer da.

9. Casgliad

Mae polisi lleihau cyfyngu yn angenrheidiol yn foesegol ac yn ymarferol i Gyngor Sir Ceredigion. Trwy gofleidio dulliau ataliol, cefnogaeth sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, dysgu parhaus a llywodraethu cadarn, gallwn ddiogelu hawliau, gwella canlyniadau, a gosod safon ar gyfer gofal tosturiol a dynol yn ein cymuned.

Atodiad 1 Trawsolwg o'r Cynllun Hyfforddi

Rolau o fewn y sefydliad	Enghreifftiau o rolau o fewn y sefydliad	Gofyniad Hyfforddi Cymhwysedd Craidd Arfaethedig	Hyfforddiant rhyng-gysylltiedig i'w ystyried ochr yn ochr â'r cymhwysedd craidd	Sut y bydd yr hyfforddiant yn cael ei ddarparu
<p>Cyswllt Uniongyrchol</p>	<p>Llesiant Gydol Oes</p> <ul style="list-style-type: none"> Gwasanaeth Anabledd Arbenigol (Pob aelod o staff) Preswyl i Oedolion (Staff Lefel 2) Llety Diogel i Blant (Pob aelod o staff) <p>Addysg</p> <ul style="list-style-type: none"> Cynorthwywyr Addysgu Athrawon Staff Pastoral 	<ul style="list-style-type: none"> Fframwaith Dysgu Ar-lein, PBS i gynnwys dulliau rhagweithiol. Lleihau ymarferau cyfyngol Deall swyddogaethau ymddygiad Gofal Person-ganolog DoLS Lefel 1 a 2 PBS / PBM* Hunan-wytnwch, hunanfyfrio a dadfryfiadau. Hunan-ofal a mynediad at lesiant fel unigolyn ac fel tîm 	<ul style="list-style-type: none"> Wedi'i hysbysu gan drawma Hyfforddiant dementia (Fframwaith Rhanbarthol) Hyfforddiant e-ddysgu gorfodol Cyflwyniad i Awtistiaeth e.e. Diogelu ac MCA 	<ul style="list-style-type: none"> Realiti Rhithwir (VR) mewnol a modiwlau e-ddysgu newydd yn cael eu darparu. Darparwyr allanol ar gyfer hyfforddiant arbenigol. Fframwaith ymsefydlu a chymhwysedd CGMC / QCF Lefel 2 a 3

Rolau o fewn y sefydliad	Enghreifftiau o rolau o fewn y sefydliad	Gofyniad Hyfforddi Cymhwysedd Craidd Arfaethedig	Hyfforddiant rhyng-gysylltiedig i'w ystyried ochr yn ochr â'r cymhwysedd craidd	Sut y bydd yr hyfforddiant yn cael ei ddarparu
Arweinwyr ymarfer	<p>Llesiant Gydol Oes Staff Lefel 3 ar draws y timau uchod</p> <p>Addysg Tîm Arweinyddiaeth Uwch (TAU) Cydlynwyr Anghenion Dysgu Ychwanegol (CADY) Pennaeth cynhwysiant/ymddygiad/bwrsarol gan gynnwys gweithwyr proffesiynol Diogelu Ysgol</p>	<p>Fel uchod a'r canlynol yn ychwanegol:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adolygu dogfennau e.e. cynlluniau gofal a chymorth canolbwyntiedig ar y person, asesiadau risg • Adrodd digwyddiadau drwy'r System Rheoli Digwyddiadau. • Hyfforddi a goruchwyllo staff. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fel uchod 	<ul style="list-style-type: none"> • VR mewnol a modiwlau e-ddysgu newydd yn cael eu darparu. • Darparwyr allanol ar gyfer hyfforddiant arbenigol. • Fframwaith ymsefydlu a chymhwysedd • CGMC / QCF Lefel 2 a 3
Arbenigwr ymddygiad lefel uwch	<p>Llesiant Gydol Oes</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rheolwyr Cofrestredig ac Uwch Reolwyr Cynorthwyol ar draws y Gwasanaethau <p>Addysg</p> <ul style="list-style-type: none"> • Key members of ALN and Behaviour services 	<p>Fel a amlinellwyd yn yr uchod i gyd a'r canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Archwiliad mewn gwasanaeth ac adolygiad o ddogfennau a gweithrediad y cynlluniau canolbwyntiedig ar y person, gan gynnwys asesiadau risg • Dal a chyflwyno data • Sut i weithio mewn dull Tîm Amlasiantaethol (cydweithredol) wrth gefnogi staff i leihau a rheoli risg 	<ul style="list-style-type: none"> • Fel uchod • Rhaglen Rheolwyr Ceredigion 	<ul style="list-style-type: none"> • Fel uchod a'r hyfforddiant ychwanegol canlynol: • Lefel 4 a 5 QCF Iechyd a Gofal Cymdeithasol • Ystyriaeth o gynnwys y cymwysterau canlynol lle bo'n berthnasol e.e. • Tystysgrif BTEC mewn Lleihau Ymarferion Cyfyngol a/neu • Ddiploma Arweinyddiaeth Ymarfer BTEC mewn Lleihau Ymarferion Cyfyngol

Rolau o fewn y sefydliad	Enghreifftiau o rolau o fewn y sefydliad	Gofyniad Hyfforddi Cymhwysedd Craidd Arfaethedig	Hyfforddiant rhyng-gysylltiedig i'w ystyried ochr yn ochr â'r cymhwysedd craidd	Sut y bydd yr hyfforddiant yn cael ei ddarparu
<p>Arweinwyr Uwch</p>	<p>Llesiant Gydol Oes</p> <ul style="list-style-type: none"> • Awyddog Arweiniol Corfforaethol Gweithredol • Swyddogion Arweiniol Corfforaethol • Rhwolvyr Corfforaethol • Rheolvyr Tim <p>Addysg</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fel uchod 	<p>Popeth uchod a'r canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adolygiad Strategol o arferion • Adolygu'r data ac yn dadansoddi'r dueddiadau a'r dadansoddiadau ol-ddigwyddiad • Adolygiad o'r fframwaith a'r cynllun hyfforddi 	<p>Fel uchod ac yn alinio â gofynion rheoleiddiol a statudol e.e. RISCA ac ESTYN.</p>	

* Bydd hyfforddiant PBS/PBM yn cael ei gytuno yn unol â'r fframweithiau caffael

Atodiad 2

Mae'r set ganlynol o ddeddfwriaeth a pholisiâu wedi cyfrannu at ac wedi'u hystyried wrth ddatblygu'r Polisi Lleihau Ymarferion Cyfyngol, ac felly, wedi'u hystyried wrth gynhyrchu'r polisi hwn.

- Cod Ymarfer Anghenion Addysgol Arbennig Cymru (Llywodraeth Cymru, 2004).
- Deddf Gallu Meddyliol, 2005.
- Deddf Cydraddoldeb, 2010.
- Dyletswydd Sector Cyhoeddus, Deddf Cydraddoldeb 2010 (DC 2010) s149.
- Gyda'n Gilydd dros Iechyd Meddwl (Llywodraeth Cymru, 2012).
- Ymyrraeth Ddiogel ac Effeithiol – Defnyddio Grym Rhesymol ac Archwilio am Arfau (Canllawiau Llywodraeth Cymru, 2013).
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014.
- Cod Ymarfer Rhan 4 (Bodloni Anghenion), Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 (Llywodraeth Cymru, 2015).
- Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl Cyfrol 1: Cyflwyniad a Throsolwg (Llywodraeth Cymru, 2016).
- Deddf Iechyd Meddwl 1983: Cod Ymarfer Cymru (Llywodraeth Cymru, 2016).
- Deddf Unedau Iechyd Meddwl (Defnyddio Grym) 2018.
- Rhaglen Anabledd Dysgu – Gwella Bywydau (Llywodraeth Cymru, 2018a).
- Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl Cyfrol 5: Trin Achosion Unigol i Amddiffyn Plant mewn Perygl (Llywodraeth Cymru, 2018).
- Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl Cyfrol 6: Trin Achosion Unigol i Amddiffyn Oedolion mewn Perygl (Llywodraeth Cymru, 2018).
- Cynllun Gweithredu Dementia ar gyfer Cymru (Llywodraeth Cymru, 2018).
- Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018.
- Cod Anghenion Dysgu Ychwanegol.
- Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016.
- Canllawiau Statudol i ddarparwyr gwasanaethau ac unigolion cyfrifol ar gyflawni safonau gwasanaeth ar gyfer: Gwasanaethau cartrefi gofal; Gwasanaethau cymorth cartref; Gwasanaethau llety diogel; a gwasanaethau canolfan deuluol breswyl. Mae'r canllawiau statudol hyn yn ymwneud â Rhannau 3 i 20 o'r Rheoliadau Gwasanaethau Rheoleiddiedig (Darparwyr Gwasanaethau ac Unigolion Cyfrifol) (Cymru) 2017, fel y'u diwygiwyd (Llywodraeth Cymru, 2019).

- Rheoliadau Gwasanaethau Maethu Awdurdodau Lleol (Cymru) 2018 a'r Cod Ymarfer cysylltiedig.
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn
- Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau.
- Rheoliadau Adrodd Anafiadau, Clefydau a Digwyddiadau Peryglus 2013.

Nid yw hon yn rhestr gynhwysfawr, a bydd y Gyfarwyddiaeth yn sicrhau ei bod yn cydymffurfio â phob gofyniad statudol sy'n gymwys iddi drwy ddeddfwriaeth a chanllawiau.

Dylid cyfeirio at y polisiâu a'r gweithdrefnau canlynol ochr yn ochr â'r polisi hwn:

- Gallu Meddyliol a DoLS
- Rheoli ac adolygu adroddiadau digwyddiadau
- Diogelu
- Chwythu'r chwiban
- Gwrth-fwlio a Gweithdrefnau Atal Bwlio

Cydsyniad a gallu

Cydsyniad yw'r egwyddor bod yn rhaid i berson roi caniatâd cyn iddynt dderbyn unrhyw fath o ofal meddygol, triniaeth, archwiliad neu ymyrraeth.

Er mwyn i gydsyniad fod yn ddilys, rhaid iddo fod yn wirfoddol ac yn wybodus, ac mae'n rhaid i'r person sy'n rhoi'r cydsyniad feddu ar y gallu i wneud y penderfyniad hwnnw ar y pryd, hynny yw, yn benodol i'r amser a'r penderfyniad.

Mae'r termau'n cael eu hegluro isod:

Gwirfoddol – Rhaid i'r penderfyniad i gytuno neu beidio â chytuno i ymyrraeth gael ei wneud gan y person ei hun ac ni ddylai gael ei ddylanwadu gan bwysau gan weithwyr proffesiynol, ffrindiau neu deulu.

Wybodus – Rhaid rhoi'r holl wybodaeth berthnasol i'r person am yr hyn sydd ynghlwm, gan gynnwys unrhyw ddewisiadau amgen rhesymol.

Cynhwysedd meddyliol – Rhaid i'r person allu rhoi cydsyniad, sy'n golygu ei fod yn deall yr wybodaeth a roddir iddo, yn ystyried ac yn pwysu a mesur yr wybodaeth honno (gan fod yn ymwybodol o fanteision ac anfanteision y penderfyniad), ac yn defnyddio'r ddealltwriaeth honno i wneud penderfyniad gwybodus.

Atal a gallu meddyliol

Lle mae unigolyn â gallu yn gwrthwynebu trefniadau ar gyfer eu gofal a/neu eu triniaeth, yna dim ond yn gyfreithlon y gellir gweithredu unrhyw ymyrraeth gyfyngol sy'n effeithiol yn amddifadu person o'i ryddid ac sy'n cael ei gweithredu heb ei gydsyniad, pan fo'r person yn destun cadw o dan y Ddeddf Iechyd Meddwl, neu pan gaiff y weithred ei chymeradwyo gan lys.

Lle mae person wedi'i asesu fel un nad oes ganddo'r gallu i gytuno i ymyrraeth gyfyngol: Gall Adrannau 5 a 6 o Ddeddf Gallu Meddyliol ganiatáu gweithredoedd atal, ar yr amod bod yr atal hwnnw er lles gorau'r unigolyn i osgoi niwed, ac mae'n rhaid i faint yr atal a ddefnyddir fod yn gymesur.

Lle mae'r atal hwn yn arwain at amddifadu'r unigolyn o'i ryddid, dylid sicrhau bod hyn wedi'i awdurdodi'n gyfreithlon yn gyntaf naill ai drwy gadw o dan y Ddeddf Iechyd Meddwl neu drwy awdurdodiad Diogelu Rhyddid (DoLS).

Bydd angen awdurdodiad DoLS lle nad yw'r unigolyn yn gallu rhoi caniatâd dilys i'r trefniadau ar gyfer eu gofal a/neu eu triniaeth ac mae'n cael gofal mewn amgylchiadau sy'n cyfateb i amddifadedd o'u rhyddid — fel arfer cânt eu nodi gan fod yr unigolyn o dan oruchwyliaeth neu reolaeth barhaus ac nid yn rhydd yn yr ystyr nad ydynt yn rhydd i adael.

Mae'r defnydd cyfreithlon a moesegol o bob ffurf ar ymyriadau cyfyngol yn mynnu bod:

- Ni ddylid byth defnyddio ymyriadau cyfyngol i gosbi neu i gynhyrfu gyda'r bwriad unig o achosi poen, dioddefaint neu warth.
- Rhaid bod posibilrwydd gwirioneddol o niwed i'r unigolyn neu i staff, y cyhoedd neu eraill os na wneir unrhyw gamau gweithredu.
- Rhaid i natur y technegau a ddefnyddir i gyfyngu ar unigolyn fod yn rhesymol o fewn yr amgylchiadau ac yn gymesur â'r tebygolrwydd o niwed a difrifoldeb y niwed hwnnw.
- Ni ddylid gorfodi unrhyw gyfyngiad am gyfnod hirach nag sy'n gwbl angenrheidiol.
- Rhaid i ba ymyriadau cyfyngol a ddefnyddir, pam eu bod wedi'u defnyddio a'r canlyniadau gael eu harchwilio a'u monitro, a rhaid i'r broses fod yn agored ac yn dryloyw.

Os hoffech i mi ei fformatio ar gyfer adroddiad neu gynnwys polisi, gallaf wneud hynny hefyd!