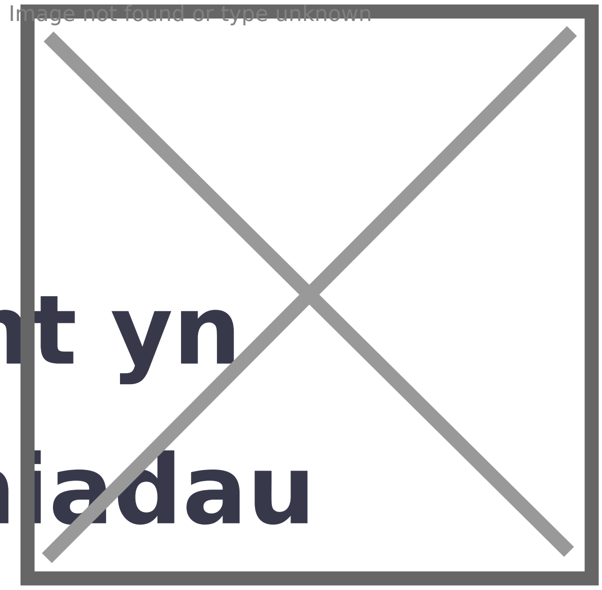

Sut mae plant yn ffurfio ymlyniadau

Cyhoeddwyd gyntaf: 13 Mawrth 2019

Diweddariad olaf: 28 Hydref 2024

Lawrlwythwyd y ddogfen hon o gofalcymdeithasol.cymru ac efallai nid hwn yw'r fersiwn diweddaraf.
Ewch i http://cynnwys.gofalcymdeithasol.cymru/adnoddau-canllawiau/gwella-gofal-a-chymorth/plant-syn-derbyn-gofal/sut-mae-plant-yn-ffurfio-ymlyniadau am y fersiwn diweddaraf.

Dysgwch sut mae plant yn ffurfio ymlyniadau yn eu blynyddoedd cynnar a beth sy'n gallu digwydd petae'r ymlyniadau'n cael eu torri

Cyflwyniad i ymlyniad

Efallai y byddwch wedi clywed pobl yn sôn am wahanol ‘batrymau ymlyniad’ (sicr, osgoi, amwys, anhrefnus).

Mewn gwirionedd, nid yw’r rhan fwyaf o blant yn ffitio’n dwt i’r categorïau hyn ond gallant fod yn fan cychwyn defnyddiol i ddeall sut mae anawsterau ag ymlyniad yn gallu effeithio ar eu hymddygiad.

Dylech chi gofio bod yr ymddygiadau hyn yn anymwybodol. Bydd plant yn defnyddio strategaethau ymdopi sydd wedi gweithio iddyn nhw yn y gorffennol ac mae’n bosibl na fydd o gymorth i chi resymu â nhw.

Mae cysondeb a sefydlogrwydd yn allweddol, a bydd plant yn newid yn araf wrth ddatblygu strategaethau ymdopi newydd.

Ymlyniad Sicr

Bydd perthynas rhwng y plentyn sydd wedi ffurfio ymlyniad sicr a’i brif roddwr gofal (y fam yn aml ond nid bob amser), lle mae’n gwybod ei fod yn ddiogel ac y bydd ei anghenion corfforol ac emosiynol yn cael eu diwallu.

Drwy fod yn rhoddwr gofal ymatebol a chwrdd ag anghenion y plentyn yn gyson, bydd cwlwm yn cael ei ffurfio a bydd y plentyn yn teimlo’n ddiogel. Y ddwy neu dair blynedd cyntaf sydd bwysicaf ar gyfer hyn a bydd yn sylfaen i

ymddygiad cymdeithasol y plentyn yn ystod ei fywyd.

Gall y plentyn fynd i archwilio ei amgylchedd gan wybod ei fod yn gallu dychwelyd i gael cysur a sicrwydd os bydd yn dod yn ofnus neu os bydd arno angen rhywbeth.

Mae plant sydd wedi ffurfio ymlyniadau sicr (‘Rydw i’n iawn, rydych chi’n iawn’) yn fwy tebygol o fod â deallusrwydd emosiynol, sgiliau cymdeithasol da a mwy o allu i wrthsefyll anawsterau.

Ymlyniad Osgoi Ansicr

Bydd hyn yn codi pan fydd y prif roddwr gofal (y ffigwr ymlyniad) yn anwybyddu neu’n gwrthod y plentyn pan fydd arno angen rhywbeth neu pan fydd yn chwilio am gysur neu sicrwydd. Mae’n bosibl na fydd y plentyn yn dychwelyd at ei ffigwr ymlyniad pan fydd o dan straen oherwydd ei brofiad o beidio â chael diwallu ei anghenion.

Mae plant sydd ag ymlyniad osgoi (‘Rydw i’n iawn, dydych chi ddim yn iawn’) yn debygol o fod yn hunanddibynnol. Byddant yn debygol o wrthod yn bendant eich ymdrechion i ofalu amdanynt am eu bod wedi dysgu na allant ddibynnu ar oedolion. Dyma pam y bydd nifer o’r plant rydych chi’n gweithio gyda nhw yn ei chael yn anodd gofyn am help neu gefnogaeth a dyma pam y mae’n wirioneddol bwysig i chi ddangos eich gofal amdanynt dro ar ôl tro, hyd yn oed pan fyddant yn ei chael yn anodd derbyn y gofal hwnnw.

Ymlyniad Amwys Ansicr

Os bydd y rhianta'n anghyson iawn (y rhoddwr gofal yn ymatebol weithiau ond weithiau ddim, neu nid yw'n deall anghenion y plentyn neu'n gallu eu diwallu'n gyson), yna bydd plant yn ceisio cael diwallu eu hanghenion ond ni allant fod yn sicr na fyddant yn cael eu gwrthod. Dyma pam y mae'n wirioneddol bwysig i chi ymddwyn mewn ffordd gyson a rhagweladwy wrth ymwneud â'ch pobl ifanc.

Mae plant sydd ag ymlyniad amwys ('Dydw i ddim yn iawn, rydych chi'n iawn') yn debygol o fod ag angen sicrwydd a sylw. Mae arnynt angen i eraill ddangos iddyn nhw eu bod nhw'n iawn a bydd ganddynt ddisgwyliad anymwybodol o fethiant neu o gael eu gadael. Gall hyn olygu y bydd y plant rydych chi'n gweithio gyda nhw yn poeni am roi cynnig ar bethau newydd, neu'n teimlo'n negyddol amdanyn nhw eu hunain.

Ymlyniad Anhrefnus Ansicr

Bydd hyn yn codi pan fydd y rhoddwr gofal, yn hytrach na diwallu anghenion corfforol ac emosiynol y plentyn, yn ymddwyn yn gamdriniol tuag at y plentyn.

Os bydd ymlyniad anhrefnus gan y plentyn ('Dydw i ddim yn iawn, dydych chi ddim yn iawn'), ni fydd yn teimlo'n ddiogel yn ei isymwybod mewn unrhyw gyd-destun. Pan fydd y plentyn mewn sefyllfaoedd sy'n achosi straen, gall deimlo gofid mawr ac ymddwyn mewn ffyrdd rhyfedd. Bydd yn gwneud hyn am ei fod yn profi'r hyn a elwir yn 'ofn heb ateb'. Nid yw'n gwybod beth arall i'w wneud. Dyma pam y mae mor bwysig i'r plentyn deimlo'n ddiogel yn y cartref.

Nid yw plant yn ffitio'n dwt i'r categorïau hyn, ond gallant fod o gymorth i ddeall bod y patrymau ymddygiad a welwn mewn plant (ac oedolion) yn aml yn deillio o'u profiadau o gael eu rhianta pan oeddent yn ifanc iawn.

Adnoddau defnyddiol

Mae Gwybodiadur Datblygiad Cynnar Plant yn cynnwys rhagor am fathau o ymlyniad (Saesneg yn unig)

Hope Attachment – adnoddau am ymlyniad (Saesneg yn unig)

Eisiau eich adborth

Helpwch ni i wella'r Adnodd gweithwyr gofal preswyl i blant drwy gael dweud eich dweud amdano yn ein harolwg pedair cwestiwn byr.