

YSTAFELL NEWYDDION Y BOBL

CREU BYD MWY HYGYRCH

YSGRIFENNWDYD GAN SARAH BOWDIDGE



Pam y dylem ni addysgu pobl am anableddau er mwyn creu byd mwy hygyrch

Ar ôl gwyllo Star Wars yn ddiweddar, sylwais fod sawl cymeriad anabl yn y ffilm. Er enghraifft, mae Chewbacca'n cyfathrebu'n ddieirau, ond gall gyfathrebu a ffurfio cyswllt cryf ag eraill er hynny. Mae Yoda'n defnyddio ffon i gerdded, ond gall ddal i ymladd. Fel y dywed Ada Hoffman, awdur y nofelau opera gofod The Outside a The Fallen, yn ei blog: "Mae Darth Vader yn cŵl – ac mae Darth Vader yn ddifrifol anabl. Collodd ei ddwy goes a'i ddwy fraich, ac mae'n oroeswr llosgiadau." Er bod angen mwy o gynrychiolaeth, mae cynifer o rywogaethau amrywiol yn Star Wars, a chânt eu trin yn wahanol ar sail eu moesau, nid eu hymddangosiad. Yn Star Wars, dyw cymeriadau anabl ddim yn cael eu trin yn wahanol o gwbl, ac yn aml, byddan nhw'n wynebu adfyd 'mewn galaeth, yn bell, bell i ffwrdd'.

Dychmygwch pe bai anableddau'n cael eu trafod a'u cydnabod yn agored yn y dyfodol, gyda chynrychiolaeth anabl yn hollol gyffredin. Beth pe bai mwy o addysg am anableddau, ablediaeth, a sut y gallwch chi gefnogi'r gymuned anabl yn weithredol yn hytrach na gofyn "Beth sy'n bod arnoch chi?"

Gwn o brofiad uniongyrchol sut beth yw delio ag ablediaeth a rhagfarn. Dwi'n gyfarwydd â chael pobl yn syllu arnaf, ac mae rhai hyd yn oed wedi fy nilyn ar y stryd. Mae gen i syndrom TAR, sy'n gyflwr prin a nodweddir gan lefelau isel o blatennau yn y gwaed a dim esgyrn radiws yn rhan isaf fy mreichiau, gan olygu fod fy mreichiau'n amlwg o fyr. Cefais fy ysbrydoli gan fy mhrofiadau innau o ablediaeth i gynhyrchu fy rhaglen ddogfen fy hun o'r enw "Speak Don't Stare" – a serennu ynddi. Fe'i gwnes er mwyn annog pobl eraill i holi cwestiynau am anabledd, yn hytrach na dim ond syllu, yn ogystal ag archwilio sut y bydd eraill yn canfod anabledd a sut y gall yr ymatebion hyn effeithio ar fywyd beunyddiol.

Erbyn 2054, hoffwn weld hanes ac addysg anabledd yn cael ei ddysgu i bob oedran. Byddai hyn yn helpu i ddatblygu dealltwriaeth o sut beth yw methu â chael cawod heb gymorth, sefyll heb lewygu, neu'r myrdd problemau sy'n dod yn sgil cael anabledd, nad yw pobl heb anabledd erioed wedi'u hystyried o'r blaen, yn fwy na thebyg.

“dychmygwch fod ar drên a methu â gadael am nad oes ramp ar gael”

Fe wnaeth rhaglen newydd yn yr Almaen roi profiad personol i fyfyrwyr nyrsio o wyneb rhwystrau hygyrchedd, drwy ddefnyddio gogls arbenigol a chwarae rôl. Roedd yr ymarfer yn rhan o sesiwn hyfforddi bedair awr o hyd o'r enw SENSE, a ddefnyddiodd archfarchnad ffug i ddangos sut y gall tasgau beunyddiol fel siopa fod yn heriol iawn i rywun ag anabledd. Ers 2016, mae SENSE wedi hyfforddi 3,200 o fyfyrwyr sy'n dod o amrywiol broffesiynau sy'n ymwneud â'r cyhoedd. Cynlluniwyd y rhaglen gan Patrick Dohmen, sylfaenydd a chadeirydd y Ganolfan Cymhwysedd Hygyrchedd Ewropeaidd, i greu gwell byd ar gyfer ei lysfab, sy'n byw gyda pharlys yr ymennydd. Ar ôl yr hyfforddiant, dywedodd un cyfranogwr: "Un peth yw clywed am rywbeth, ond peth arall yw ei weld a'i deimlo drosoch eich hun."

Os cymerwn ni'r gwaith a wnaeth Patrick Dohman yn yr Almaen, a allen ni ddefnyddio dull tebyg yng Nghymru? Efallai y gellid defnyddio realiti rhithwir i efelychu sut y byddai rhywun â breichiau byrion yn cael traferth cyrraedd eitemau, neu hyd yn oed wisgo cot.

Siaradais â Kat Watkins sy'n gweithio gydag ysgolion yng Nghymru i gynyddu gwybodaeth am Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig dros Hawliau Pobl Anabl (UNCRPD) ymysg dysgwyr

dan nawdd Cwricwlwm Cymru. Ariennir y prosiect gan Lywodraeth Cymru, a chyd-gynhyrchwyd y deunydd o brofiadau byw pobl anabl gan gyn-athro anabl. Y gobaith ar gyfer y dyfodol yw y bydd addysgu pobl ifanc a dysgwyr am UNCRDP yn helpu Cymru i ddod yn llai gwahaniaethol, yn fwy agored i dderbyn, ac yn y pen draw i lunio cymdeithas gyfartal.”

Felly pam fod addysg anabledd mor bwysig? Mae nifer anhygoel – dau o bob tri (67%) – o’r cyhoedd ym Mhrydain yn cyfaddef eu bod nhw’n teimlo’n anghyfforddus wrth siarad â phobl anabl, yn ôl ymchwil gan Scope yn 2014. Dywedodd dwy ran o dair (66%) o’r rhai a holwyd y bydden nhw’n bryderus wrth siarad am anabledd o flaen person anabl, gyda llawer yn gofidio y bydden nhw’n dweud rhywbeth anaddas neu’n defnyddio term sarhaus ar ddamwain. Dywedodd llawer y byddai dod i adnabod rhywun anabl (33%), neu gael cyngor gan bobl anabl (28%), yn gwneud iddyn nhw deimlo’n fwy hyderus wrth gwrdd â rhywun anabl.

“Dychmygwch pe bai anableddau’n cael eu trafod a’u cydnabod yn agored yn y dyfodol, gyda chynrychiolaeth anabl yn hollol gyffredin”

Cytunodd Bethany Handley, Swyddog Cyfathrebu yn Diverse Cymru, gan ddweud: “Mae angen i ni glywed lleisiau a phrofiadau pobl anabl yn y parth cyhoeddus.” Byddai hynny’n galluogi pobl heb anableddau i gael gwell dealltwriaeth o’r anawsterau beunyddiol y mae’n rhaid i bobl ag anableddau’u hwynebu, fel methu â chyrraedd y silf uchaf, gorfod dibynnu ar gymorth wrth ddefnyddio trafndiaeth gyhoeddus a methu â defnyddio toiledau anabl am nad ydyn nhw wedi bod yn gweithio ers wythnosau. Dychmygwch fod ar drên a methu â gadael am nad oes ramp ar gael, Rhaid i bobl anabl feddwl ymlaen yn barhaus, drwy’r amser. Ydy’r caffi hwn yn hygyrch? Pa feddyginiaethau neu offer sydd angen i mi fynd gyda mi os ydw i’n mynd allan drwy’r dydd?

Bydd un o bob tri (30%) o bobl anabl yng Nghymru’n wynebu tybiaethau a barn am eu hanabledd neu am yr hyn y gallan nhw ei wneud ac mae un o bob tri (29%) o bobl anabl yng Nghymru wedi wynebu cael eu hastu neu ddioddef pobl yn ddiamynedd gyda nhw, yn ôl arolwg gan Scope yn 2022. Meddai Anabledd Cymru: “Ym myd addysg, rydyn ni’n cael adroddiadau gan bobl fod eu plentyn yn cael ei fwlio yn yr ysgol oherwydd eu nam, sy’n deillio’n aml o ddiffyg dealltwriaeth gan fyfyrwyr nad ydyn nhw’n anabl. Efallai y teimlant fod myfyriwr anabl yn derbyn mantais annheg, fel amser ychwanegol mewn arholiadau. Rydyn ni o’r farn y bydd dealltwriaeth yn cynyddu wrth gynyddu sgysiau ynghylch anabledd mewn ysgolion, gan arwain at brofiadau llai negyddol i blant anabl.”

Drwy addysgu pob oedran am hawliau a chynhwysiant anabledd, rwyf innau wir yn credu y gallwn wella agweddau at bobl anabl a chreu byd mwy hygyrch. Gyda chynnydd mor rhagorol mewn technoleg, efallai y gallai Cymru ymgorffori’r gwaith a wnaed yn yr Almaen i alluogi i aelodau nad ydynt yn anabl mewn cymdeithas i gydymdeimlo â phob ag anableddau, yn ogystal â gwrando ar eu straeon a’u trafferthion. Ond, dyw hi ddim yn ofynnol i chi rannu eich stori fel person anabl, ac i bobl heb anableddau, hoffwn eich annog i wneud eich gwaith ymchwil eich hun gan ddefnyddio ffynonellau dibynadwy. Mae pobl anabl dan lygad y cyhoedd drwy’r amser, nawr yn fwy nag erioed. Fel y dywed Bethany Bale o Disability Rights UK: “Mae’n gyfrifoldeb ar bawb i ddileu’r rhwystrau hynny er mwyn i ni oll gymryd rhan yn gyfartal mewn cymdeithas.”

Dolenni

<https://www.ada-hoffmann.com/2019/07/28/disability-in-star-wars/#:~:text=His%20costume%20%E2%80%93%20the%20black%20mask,quadruple%20amputee%20and%20burn%20survivor>

<https://www.solutionsjournalism.org/stories/in-germany-how-to-teach-empathy-for-the-disabled>

<https://www.scope.org.uk/media/press-releases/brits-feel-uncomfortable-with-disabled-people/>

<https://www.scope.org.uk/campaigns/research-policy/attitudes-towards-disabled-people/>

<https://www.scope.org.uk/about-us/social-model-of-disability/#:~:text=The%20social%20model%20of%20disability%20is%20a%20way%20of%20viewing,by%20their%20impairment%20or%20difference>

GALWAD



CREATIVITY IN THE UK



Cymru Greadigol
Creative Wales

Cynhyrchir GALWAD can Casgliad Cymru a'i gomisiynu gan Cymru Creadigol fel rhan o 'UNBOXED: Creadigrwydd yn y DU'.