

Lles

Dyletswydd a Phenderfyniad (4)

Roedd y blog blaenorol yn cynnig y gallai darparwyr gofal iechyd gysylltu'n ddyfnach â'r cyhoedd drwy gymryd golwg ehangach ar yr hyn sy'n bwysig iddynt. Ategir y safbwynt hwn gan y pwyslais ar les yn nogfennau Llywodraeth Cymru a'r strategaeth iechyd leol. Er enghraifft, mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn gosod allan y bwriad o "sicrhau dull gweithredu sy'n seiliedig ar weithio mewn partneriaeth â phobl, rhoi llais cryfach a mwy o reolaeth i bobl dros eu bywydau, a nerthu pobl i wireddu eu lles eu hunain gyda'r lefel briodol o ofal a chefnogaeth." Mae'r bwriad hwn yn tynnu sylw at nifer o'r ffactorau y mae ymchwil wedi dangos yn gyson eu bod yn gysylltiedig â lles. Y rhain yw ymdeimlad o alluogedd a rheolaeth, a phwysigrwydd perthnasoedd cefnogol.

Mae degawdau o ymchwil yn pwyntio bys at amrywiaeth o ffactorau lles eraill sy'n ategu cyfraniad at les galluogedd a pherthnasoedd. Mae'r ymchwil hon wedi'i hymgorffori o fewn Anghenion Dynoliaeth. Rhestr yw Anghenion Dynoliaeth o ffactorau a ystyrir yn hanfodol i les emosiynol. Mae'r rhain wedi'u crynodebu isod.

Diogelwch: ymdeimlad o gael 'tiriogaeth' ddiogel o'n cwmpas fel bod modd i ni arwain ein bywydau heb ofn diangen a mwynhau preifatrwydd pryd bynnag y bo angen.

Ewyllys: Ymdeimlad o ymreolaeth a rheolaeth dros ein bywydau.

Sylw: ei dderbyn gan eraill yn ogystal â'i roi.

Cysylltiad emosiynol ag eraill: cyfeillgarwch, agosatrwdd.

Cysylltiad â'r gymuned ehangach: bod yn rhan o rywbeth sydd y tu hwnt/yn fwy na ni'n hunain.

Ymdeimlad o statws: gwybod bod gennym le gwerthfawr ym mhob un o'r gwahanol grwpiau cymdeithasol yr ydym yn perthyn iddynt.

Ymdeimlad o allu a chyflawniad: sy'n sicrhau nad ydym yn dioddef o 'hunan-barch isel'.

Ymdeimlad o ystyr a phwrpas: sy'n deillio o gael ein ymestyn yn feddyliol a/neu'n gorfforol.



Yn ychwanegol at y ffactorau emosiynol uchod, mae'n amlwg bod anghenion corfforol pwysig am fwyd, dŵr, cynhesrwydd, lloches, a chyfanrwydd ein cyrff. Nid yw Care Aims mewn unrhyw ffordd yn tanseilio gwerth yr anghenion corfforol hyn. Mewn sefyllfaoedd iechyd aciwt, y rhain fel arfer yw'r rhai mwyaf perthnasol i bobl. Fodd bynnag, mae'r fframwaith yn tynnu sylw at yr angen i ymgorffori'r agweddau lles ffisegol hyn yng nghyd-destun yr ystod lawn o ffactorau sy'n caniatáu i bobl fyw yn dda. Wrth wneud hynny, mae'n cydnabod nad y gwrthwyneb i salwch yn unig yw iechyd. Gall pobl sydd â'r un deilliannau corfforol brofi gwahanol ansoddau bywyd, fel y gall pobl sydd â'u hiechyd dan fygythiad.

Mae'r uchod yn awgrymu bod niwed rhagweladwy a/neu effaith anhwylderau/namau corfforol yn cael eu cyfryngu'n rhannol gan y graddau y maent yn effeithio ar ffactorau sy'n gysylltiedig â lles emosiynol. Mae hyn yn debygol o amrywio o berson i berson. Er enghraifft, yn achos un person, gallai niwed i'w pen-glin gael mân effaith ar eu lles, wrth iddo leihau eu hymdeimlad o gysylltiad yn sgil eu hatal rhag cwrdd â ffrindiau. I un arall, gallai gael effaith drychinebus gan ddifetha eu hymdeimlad o statws drwy eu hatal rhag gwireddu breuddwyd oes o chwarae rygbi dros Gymru. Agwedd allweddol o ymdriniaeth Care Aims yw nad yw'n bosibl dod i farn ynghylch effaith/niwed rhagweladwy heb ystyried lles ehangach. Archwilir y pwnc hwn yn llawnach yn y blog nesaf.