**Astudiaeth Achos G-PIMHS – Ionawr-Mawrth 2024**

Ymyrraeth seicotherapi rhiant-baban.

Mae’r rhieni yn eu 30au ac mae gan y ddau blant o berthnasoedd blaenorol. Cafodd eu babi ei eni'n gynamserol yn dilyn beichiogrwydd anodd. Mae gan y fam ddiabetes a chafodd drafferth gyda'i hiechyd ei hun yn ystod beichiogrwydd a disgrifiodd synhwyro bod rhywbeth o'i le ar ei babi a gafodd ei eni ar ôl 26 wythnos o feichiogrwydd ac yna treuliodd amser yn yr Uned Gofal Dwys Newyddenedigol. Rhuthrwyd y fam hefyd i ofal dwys gan bod ei horganau yn methu. Unwaith yr oedd hi'n iach ac yn gallu ei weld, roedd y fam yn cael trafferth gyda theimladau o fethiant gan nad oedd wedi ei gario am y tymor llawn.

Dilynodd cyfnod hir o ymweld â babi yn yr ysbyty ac yn poeni am ei iechyd; roedd ganddo dwll yn ei galon a chlefyd yr ysgyfaint ac roedd yn cael trafferth anadlu. Dywedodd ei fam ‘bu bron inni ei golli cymaint o weithiau’. Ar ôl 10 wythnos, daeth adref ond roedd yn aml yn sâl, ar ocsigen ac yn cysgu llawer. Roedd edrych ar ei ôl yn teimlo’n ‘ddi-baid’.

Yn 9 mis oed, atgyfeiriwyd y fam a'r babi gan yr ymwelydd iechyd at y Gwasanaeth Iechyd Meddwl Rhiant-Babanod am gymorth. Roedd y fam yn cael trafferth gyda phryder ynghylch bwydo’r babi a heb deimlo fel eu bod wedi bondio; roedd ganddi bryder aruthrol y byddai'n tagu ac yn marw pe bai'n bwydo solidau ac felly'n bwydo bwydydd meddal iddo'n bennaf. Roedd hi'n cael trafferth mynd ag ef i grwpiau rhag ofn iddo fynd yn sâl a theimlai, o'i gymharu â phlant eraill, ei fod ar ei hôl hi yn ei ddatblygiad.

Rhoddodd therapydd PIMHS le i'r fam rannu ei theimladau a phrosesu ei phrofiadau. Siaradodd am y beichiogrwydd, genedigaeth a phrofiad yn yr Uned Gofal Dwys Newyddenedigol yn ogystal â'r pryderon parhaus am iechyd y babi. Roedd y sesiynau hefyd yn caniatáu lle i’r fam a’r babi chwarae ac i’r fam adnabod datblygiad y babi.

Cefnogwyd y fam a'r babi gan y Tîm Blynyddoedd Cynnar gyda bwydo ac roedd y therapydd yn bresennol ar rai adegau bwyd i dawelu meddwl ac annog. Roedd y fam yn gallu gwneud cysylltiadau rhwng ei hofn o’r babi yn marw yn ei wythnosau/misoedd cyntaf a'i hofn ohono'n tagu. Roedd y fam hefyd yn gallu bod yn onest am deimladau anodd am faint haws oedd ei bywyd cyn iddo gael ei eni. Roedd ei anghenion yn uchel ac roedd yn cael effaith arnynt hwy i gyd.

Dros amser, lleihaodd pryder y fam, ffynnodd y babi ac roedd yn effro am gyfnodau hirach gan ddangos Anna ei frwdfrydedd dros bethau newydd. Ychydig fisoedd i mewn i'r sesiynau therapi rheolaidd, roedd angen llawdriniaeth fawr ar y galon ar y babi. Roedd y fam, yn ddealladwy, yn bryderus iawn ac yn gallu mynegi'r teimladau hyn mewn therapi. Helpodd y therapydd hi i feddwl am sut brofiad y gallai fod yn yr ysbyty a phethau a allai helpu’r babi i deimlo’n fwy diogel a chyfarwydd.

Ar ôl llawdriniaeth lwyddiannus, parhaodd y babi i ffynnu a chwrdd â cherrig milltir datblygiadol. Dechreuodd y fam fwynhau chwarae gydag ef gan fynd ag ef i sawl lle. Roedd hi’n gallu siarad am sut oedd blwyddyn gyntaf ei fywyd wedi effeithio ar y teulu, cydnabod y cynnydd a wnaed a dechrau cynllunio ar gyfer y dyfodol. Roedd hi'n gallu dweud pryd roedd hi'n teimlo ei bod am i'r therapi rhiant-baban ddod i ben, a phan ddaeth y therapi i ben, roedd ei hagwedd llawer mwy cadarnhaol.