

DATBLYGIAD CYMDEITHASOL TRWY MAGWRAETH

Beth yw magwraeth?

Magwraeth yw ffactorau amgylcheddol sydd yn effeithio ar bob unigolyn, gall hyn fod:

- pobl tyfodd lan gyda
- profiadau bywyd
- amgylchedd
- Addysg (Cherry, 2025).

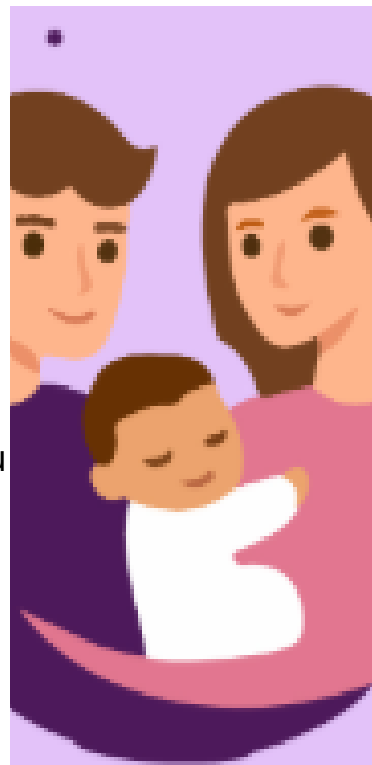
Profais fagwraeth trwy gydol ysgol gynradd ac uwchradd trwy ddilyn damcaniaeth Skinner, mae'r damcaniaeth yma yn cyflyru gweithredol sef dysgu trwy atgyfnerthau (McLeod, 2025) , os oedd yn dda yn ysgol cefais wobr ond os oedd yn ddrwg cefais gosb. Roedd hyn wir wedi helpu datblygiad cymdeithasol ac emosiynol fel unigolyn trwy allu dysgu'r da o'r drwg.

Ymddygiad cymdeithasol

Mae'r ddadl magwraeth yn bwysig iawn i ystyried wrth edrych ar ymddygiad cymdeithasol plant, mae plant yn aml yn edrych lan at sawl modelu rol wahanol pe bai os ydynt yn gwneud pethau da neu wael, gall hyn fod:

- rhieni
- teulu
- ffrindiau (Achwal, 2018).

Mae'r damcaniaeth Bandura sef dysgu trwy wyllo wir yn dangos sut ydy modelau rol gallu effeithio ar ymddygiad cymdeithasol plant ifanc, mae'r damcaniaeth yma gallu cael ei gweld trwy bob cerrig milltir plant ifanc trwy'r plant efelychu y ffordd mae eraill yn gwenu, cerdded ac ymddwyn (Practical psychology, 2021). Model rol i wrth eni hyd at nawr yw fy mam, rydw i yn aml yn efelychu ac edmygu beth ydynt yn gwneud, un enghraifft yw mynd i'r brifysgol, trwy weld fy mam cael profiadau da trwy fynd i'r brifysgol, creu ffrindiau newydd a bod yn fwy hyderus gwnes i efelychu hyn.



Astudiaethau efeilliaid

Magwraeth yn chwarae rhol fwyaf ar ddatblygiad cymdeithasol unigolyn, gweler hyn o ymchwiliadau gyda gefeilliaid unfath, er bod nhw'n rhannu 100% DNA nad ydynt yn aml yn cael personoliaethau neu ymddygiadau cymdeithasol unfath (Biology insights, 2025). Awgrymodd NeuroLaunch editorial team (2025) wrth wneud archwiliad ar niferoedd o ymchwiliadau efeilliaid mae hyd at 50% o efeilliaid unfath yn cymdeithasu, ymddwyn a chael personoliaethau gwahanol. Mae'n debygol fod efeilliaid yn datblygu'n gymdeithasol wahanol o oedran ifanc, mae gefeilliaid sydd yn byw yn yr un ty yn debygol o fyw yn amgylchedd heb ei rhannu trwy cael profiadau gwahanol, ffrindiau gwahanol a hefyd athrawon ysgol wahanol (Lee, 2025).



‘Blood brothers’ yn llyfr gyda thema fawr o magwraeth, dangosir y llyfr yma effeithiau amgylcheddol gwahanol ar efeilliaid, cafodd un efaill ei rhoi mewn i cymdeithas gyda cyfoeth ac felly yn ymddwyn a cymdeithasu yn ffordd dderbyniol ond yr efaill eraill ddim cael ei geni yn amgylchedd cyfoethog ac felly ddim yn ymddwyn a cymdeithasu yn ffordd derbynnol (BBC, 2019).

Cerrig milltir am datblygiad cymdeithasol trwy magwraeth

Cerrig milltir yw sgiliau, ymddygiadau a datblygiadau mae plant yn cyrraedd erbyn oedrannau penodol (NHS, 2024).

1) Un cerrig milltir gymdeithasol trwy fagwraeth am plentynoedd cynnar yw furffio ymlyniad, chwarae gyda theganau penodol ac efelychu ymddygiadau (Cunsolo et al, 2021), plant sydd yn cael ei magu mewn ardaloedd cymdeithasol yn mwy debygol o cael sgiliau cymdeithasol gwell wrth oedi (Schwartz, 2019).

2) Wrth i blant cyrraedd oedran ysgol mae’n ddisgwyliedig fod nhw gallu creu ffrindiau a hefyd magu at ddisgwyliadau a rheolau cymdeithasol (international centre of teaching and learning, 2021). Mae mynegi ysgol yn helpu plant i ddatblygu mewn ffordd effeithiol, gall ysgol helpu gyda hunan- hyder, ymddygiad a safon bywyd plentyn trwy sicrhau fod pob plentyn yn cyrraedd cerrig milltir benodol am ei oed (Parentkind, 2025).

3) Mae plant wedyn yn oedi i’r glasoed ble fydd yn cyrraedd cerrig milltir fel cael annibyniaeth, cael perthnasoedd mwy dwfn ac ymddygiadau yn newid (Buenafe, 2026), mae datblygiad cymdeithasol wir yn cael ei magu yn eich glasoed trwy cael amgylcheddoedd dewisol, at yr oedran yma mae pobl yn dewis ffrindiau penodol, perthnasoedd teuluol ac cymdeithasoedd ei hun (Landman psychology, 2025).

Datblygiad cymdeithasol trwy magwraeth wrth gweithio gyda ymarferwyr

Mae pob ymarferwyr rydw i wedi mynegi yn ceisio creu perthnasoedd cryf gyda phobl er mwyn gallu rhoi yr help mwyaf effeithiol iddynt, wrth ddechrau ysgol roedd athrawon yn creu perthynas cryf er mwyn helpu hyder fi fel unigolyn i allu mynd ymlaen i greu ffrindiau, chwarae a cymdeithasu yn y dosbarth.



(Aimagenarium, 2021)

Geni fel llechen lan

‘Tabula rasa’ yw hen ddamcaniaeth gan John Locke sydd yn credu fod pob person yn cael ei geni fel llechen lan (Blakely, 2026). Mae’r damcaniaeth yma yn rhoi pwyslais enfawr ar fagwraeth wrth ddatblygu’n gymdeithasol trwy ddweud fod pob unigolyn yn cael ei geni heb unrhyw wybodaeth neu farn ar y byd a bydd yn datblygu ar wybodaeth trwy brofi y byd ei hun (English, 2020). ‘White paper, void of all characters’ (Locke, 1689, p.2). Mae’r tabula rasa yn rhoi sylfaen ar sut mae cymdeithasu yn gweithio er mwyn i blant ifanc gallu datblygu, mae’r damcaniaeth yma’n nodi fod pob unigolyn yn efelychu normau, moesau ac ymddygiadau cymdeithasol sydd yn cysylltu ag eich amgylchedd (Psychology, 2025).

Cymharu llechen lan gyda syniadau pavlov

Tebyg	Gwahanol
Dangos sut fod amgylchedd yn siapo unigolyn fel pavlov defnyddio stimiwladau i ci i cael ateb naturiol (Mcleod, 2024).	Dysgu trwy cysylltu stimiwladau heb ei ysgogi gyda atebion wedi ei hysgogi (Collins, 2018)
Ddau ohonynt yn cefnogi fod magwraeth yw’r pwysicaf am datblygiad cymdeithasol unigolyn (Ludwig, 2025).	Mae gwaith pavlov yn gweithio gyda ci er mwyn cael atebion i cymharu gyda Locke ei gwaith ef ar bodau dynol.
Y ddau wedi creu damcaniaethau sydd wedi cael ei ategu at yn cynharach.	Wedi gwneud ye ymchwil am rhesymau gwahanol, roedd pavlov wedi gwneud ei ymchwil am arbrofi (Ludwig, 2025).

Casgliad

Magwraeth yn ffactor fawr o rhan datblygiad cymdeithasol unigolyn, mae’r damcaniaethau uchod wir yn dangos fod ffactorau amgylcheddol yn effeithio ar pob unigolyn mewn ardaloedd gwahanol ar draws y fyd (Psychology town, 2024). Cefais llawer o magwraeth trwy gydol fy bywyd trwy mynd i’r ysgol, cael ffrindiau gwahanol, cymdeithasu ty allan a chwarae gyda eraill yn ifanc ac dyma pam gweler magwraeth i fod yn bwysig wrth datblygu.

Cyfeirnod

Aarohi Achwal (2018) How Does Nature and Nurture Affect Child Development? (Ar lein) FirstCry Parenting. Ar gael at : <https://parenting.firstcry.com/articles/what-is-the-impact-of-nature-and-nurture-on-child-development/>.

BBC (2019) English Literature / Drama GCSE: Themes: Blood Brothers by Willy Russell (Ar lein) BBC Teach. Ar gael at: <https://www.bbc.co.uk/teach/class-clips-video/articles/zn6kjhv> [Cyrchwyd 7 Feb 2026].

Biology insights (2025) Why Do Identical Twins Help Explain Nature vs. Nurture? (Ar lein) Biology Insights. Ar gael at: <https://biologyinsights.com/why-do-identical-twins-help-explain-nature-vs-nurture/>.

Blakely, S (2026) Tabula Rasa Definition & Origin | Study.com. (Ar lein) study.com. Ar gael at: <https://study.com/academy/lesson/tabula-rasa-overview-blank-slate.html?msockid=15fb7c4dafed61511a476a22aea56090> [Cyrchwyd 9 Feb. 2026].

Buenafe, Y (2026) Chapter 15: Adolescence – Social Emotional Development. (Ar lein) Child Development. Ar gael at: <https://mhcc.pressbooks.pub/childddevelopment/chapter/chapter-15-adolescence-social-emotional-development/> [cyrchwyd 7 Feb 2026].

Care learning (2024) 1.2 Explain the significance of attachment for early development – Care Learning. (Ar lein) Care Learning. Available at: https://carelearning.org.uk/qualifications/level-2-early-years/unit-2-attachment/1-2-explain-the-significance-of-attachment-for-early-development/#google_vignette.

Cherry, K (2025) How Nature vs. Nurture Shapes Who We Become. (Ar lein) Verywell Mind. Ar gael at: <https://www.verywellmind.com/what-is-nature-versus-nurture-2795392>.

Collins, B (2018) pavlov learning theory - Search Videos. (Ar lein) www.bing.com. Ar gael at: <https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?q=pavlov+learning+theory&mid=3DFBE58E1C40BF544C413DFBE58E1C40BF544C41&churl=https://www.youtube.com/channel/UCLHd3GP0SXkf3ztp1QmqObA&FORM=VAMGZC> [Accessed 9 Feb. 2026].

Cunsolo, S., Richardson, D. a Vrolijk, M (2021) How empathizing develops and affects well-being throughout childhood. (Ar lein) Ar gael at: <https://www.unicef.org/innocenti/media/5071/file/UNICEF-How-Emphasizing-Develops-Affects-Well-being-Childhood-2021.pdf>.

English, A (2020) Tabula Rasa (Definition + Psychology). (Ar lein) Practical Psychology. Ar gael at: <https://practicalpie.com/tabula-rasa/>.

Landman psychology (2025) Social Development in Adolescents: Peer Influence, Identity Formation, and Emotional Growth - landman-psychology.com. (Ar lein) WordPress. Ar gael at: <https://landman-psychology.com/social-development-in-adolescents-peer-influence-identity-formation-and-emotional-growth/>.

Lee, S (2025) Understanding Nonshared Environment. (Ar lein) Numberanalytics.com. Ar gael at: <https://www.numberanalytics.com/blog/ultimate-guide-nonshared-environment> [Accessed 5 Feb. 2026].

Ludwig, D (2025). Pavlov – Classical Conditioning. (Ar lein) Pressbooks.pub. Available at: <https://isu.pressbooks.pub/thuff/chapter/pavlov-classical-conditioning-david-ludwig/>.

McLeod, S (2025) Operant conditioning: What it is, how it works, and examples. (Ar lein) Simply Psychology. Ar gael at: <https://www.simplypsychology.org/operant-conditioning.html>.

National Society for the Prevention of Cruelty to Children (2021) Attachment and child development. (Ar lein) NSPCC Learning. Ar gael at: <https://learning.nspcc.org.uk/child-health-development/attachment-early-years>.

NeuroLaunch editorial team (2025) Identical Twins and Personality: Examining Similarities and Differences. (Ar lein) NeuroLaunch.com. Ar gael at: https://neurolaunch.com/do-identical-twins-have-the-same-personality/#google_vignette.

NHS (2024) Milestones (Ar lein) cambspborochildrenshealth.nhs.uk. Ar gael at: <https://cambspborochildrenshealth.nhs.uk/child-development-and-growing-up/milestones/>.

Parentkind (2025) Supporting your child's social development in school. (Ar lein) Parentkind. Ar gael at: <https://www.parentkind.org.uk/about-us/news-and-blogs/blog/supporting-your-childs-social-development-in-school>.

Practical psychology (2021) bandura experiment - Search Videos. (Ar lein) www.bing.com. Ar gael at: https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?q=bandura+experiment&&mid=D902292698FDC005F5D2D902292698FDC005F5D2&churl=https://www.youtube.com/channel/UCir93b_ftqInEaDpsWYbo_g&FORM=VRDGAR [Accessed 4 Feb. 2026].

Psychology (2025) Tabula Rasa. (Ar lein) A Simplified Psychology Guide. Ar gael at: https://psychology.tips/tabula-rasa/#google_vignette [Accessed 9 Feb. 2026].

Psychology town (2024) Diversity in Environmental Perception Across Different Settings • Psychology Town. (Ar lein) Psychology Town. Ar gael at: <https://psychology.town/environmental/diversity-environmental-perception-settings/> [Accessed 10 Feb. 2026].

Schwartz, I. (2019) Early Childhood Environments. [online] Vanderbilt.edu. Ar gael at: <https://iris.peabody.vanderbilt.edu/module/env/cresource/q1/p01/>.

Teacher training (2025) Middle Childhood and Social Skills Development – International Centre for Education & Training. (Ar lein) Icetonline.com. Ar gael at: <https://icetonline.com/montessori-articles-2/middle-childhood-and-social-skills-development/>.

WJEC (2019) WJEC (Ar lein) Wjec.co.uk. Ar gael at: https://resource.download.wjec.co.uk/vtc/2018-19/hsc18-19_6-8/_multi-lang/unit02/01-supporting-attachment-and-resilience-for-3-7-year-olds.html?lang=Cy [Accessed 10 Feb. 2026].

Ymlyniad ar datblygiad emosiynol

Beth yw ymlyniad?

Nododd psychology today (2025) fod ymlyniad yn berthynas cryf emosiynol i un person penodol yn eich bywyd. Mae'r tair blwydd gyntaf o fywyd babi yw'r pwysicaf i greu ymlyniad er mwyn siapio ei datblygiad emosiynol, cymdeithasol a gwybyddol (Care learning, 2024). Furfais i ymlyniadau cryf wrth eni gyda mam a thad, credaf hyn oherwydd cefais ddiogelwch, fwyd a chariad wrth y ddau ohonynt.

Pam ydy cael ymlyniad yn pwysig ar eich datblygiad emosiynol?

Mae'n pwysig i greu ymlyniadau cryf i sicrhau fod pob person yn gallu:

- Teimlo'n diogel
- teimlo'n hapus
- Creu perthnasoedd cryf
- Chysur am ei dyfodol (WJEC, 2019)



Dangosir damcaniaeth bowlby pwysigrwydd o cael ymlyniad yn oedrannau cynnar yn bywyd gyda mam (Mindowl, 2025). Nododd (McLeod, 2025) fod cael perthynas da ac presennol gyda mam yn pwysig ar gyfer datblygu'n iach yn emosiynol. Mae astudiaethau pellach bowlby yn cysylltu diffyg ymlyniad cynnar gyda mam i trosedd, peformiad gwaeth yn ysgol ac emosiynau gwael cryf:

- Gwaith ymchwil bowlby ar 44 troseddwr ac 44 di-troseddwr, 17/44 or troseddwr ddim wedi cael ymlyniad cynnar gyda mam i cymharu a 2/44 di-troseddwr dim wedi, gall hyn rhoi awgrym cryf fod diffyg ymlyniad gyda mam yw rhesm bod pobl yn troseddu yn y dyfodol (Tutor2U, 2022).

Cymharu gwaith Bowlby gyda Mary Ainsworth

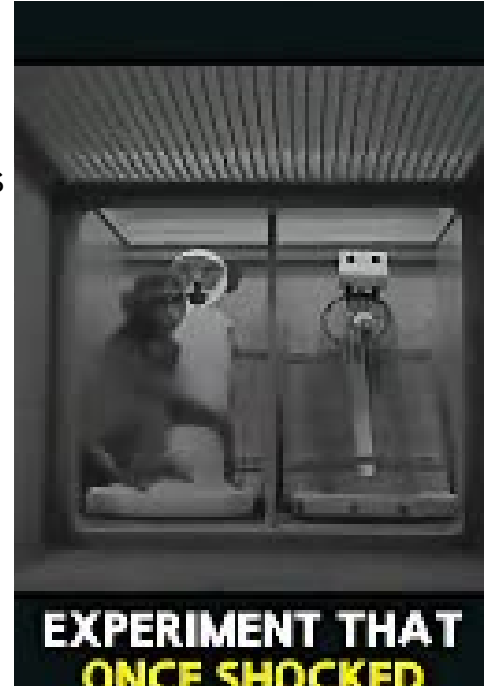
Tebyg	Gwahanol
Y ddau ohonynt yn pwysleisio pwysigrwydd o cael ymlyniad cynnar yn bywyd (McLeod, 2025).	Yn awgrymu nad yw mam yw'r ymlyniad pwysicaf, mae'r unigolyn sydd yn gwneud iddynt mwyaf diogel (Evans, 2026).
Y ddau yn credu fod ymlyniad cynnar yn effeithio ar pobl yn cynharach yn fywyd ((Thompson, 2016).	Ainsworth credu plant yn cael mwy nag un ymlyniad.
Ainsworth wedi ategu at gwaith bowlby am fam fod yn ymlyniad.	Ainsworth yn gwneud ymchwiliadau strwythuredig, ddim astudiaethsasus achos (Head, 2025).

Cerrig milltir am datblygiad emosiynol gyda ymlyniad da a gwael

	Ymlyniad da	Ymlyniad gwael
Plentynoedd cynnar	Yn blwyddynoedd cynnar bywyd dyled plant gyda ymlyniadau da gallu mynegi emosiynau yn ffordd priodol, fel gwenu os yw’n hapus a crio os yw’n teimlo’n drist (McGarvie, 2024).	Os nad yw unigolyn yn furffio ymlyniad yn blynyddoedd cynnar fywyd gall plant ifanc gweld yn anodd i mynegi teimladau a gall nhw defnyddio ei teimladau yn amhriodol trwy gydol bywyd (NeuroLaunch editorial team, 2024).
Oedran ysgol	Erbyn blynyddoedd ysgol bydd plant gyda ymlyniadau da gallu datblygu ar ei hyder a hunan- barch, bydd hyn yn buddianol iawn trwy gydol bywyd er mwyn gallu teimlo’n sefydlog a hapus gyda’i hun yn y dyfodol , yn ystod ysgol roedd fy hyder wedi datblygu cymaint ac hyn gallu fod o ymlyniad cynnar gyda rhieni.	Os nad yw unigolyn wedi furffio ymlyniad da erbyn blynyddoedd ysgol gall y plant cael problemau gyda ymddiriaeth gan nad yw’n wedi gallu ymddirio mewn unigolyn cyn ysgol, gall hyn bod yn gwendid wrth ceisio creu perthnasoedd (Hansen, 2025).
Glasoed	Wrth symud ymlaen i’r glaseod os bydd yn cael ymlyniadau da yn ifanc byddch yn cael mwy o empathi ac deallusrwydd cymdeithasol wrth oedi, bydd hyn yn felly parhau trwy gydol bywyd (London school of childcare studies, 2024).	Ar y llaw arall os na fydd plentyn yn cael ymlyniad da bydd yn cael llai o annibyniaeth, gall hyn fod am na fydd wedi cael y siawns i profi annibyniaeth neu peidio (NHS, 2026).

Astudiaethau Harry Harlow

Mae'r astudiaeth Harry Harlow yn arwyddocaol wrth edrych ar effeithiau ymlyniad gyda mam neu unigolyn sy'n cynnig cysur ar ddatblygiad emosiynol unigolyn (Julie, 2025). Roedd Harlow yn astudio mwnciod i weld os oedd mwnciod yn mynd am fwyd neu ddiogelwch a pob tro roedd y mwnciod yn mynd am y fam sydd yn cynnig diogelwch ac ymlyniad (Association for Psychological Science, 2018). I ategu at hyn astudiaethodd Harlow unigrwydd ar mwnciod a sut ydy ddim cael perthynas ac ymlyniad yn effeithio arnynt, darganfyddodd roedd y mwnciod heb ymlyniad yn cael gorbryder, ymddygiad annormal a hefyd problemau seicolegol (McLeod, 2023). Rydw i'n credu fod astudiaeth Harlow yn arwyddocaol wrth edrych ar effeithiau ar ddatblygiad emosiynol heb gael ymlyniad.



Datblygiad emosiynol trwy ymlyniad da a drwg wrth gweithio gyda ymarferwyr a polisiau

Mae plant gydag ymlyniadau da yn fwy tebygol i fod yn hyderus, mwy agored ac ymwybodol i ei anghenion personol, felly wrth weithio gydag ymarferwyr gwahanol os yw'n drist neu'n grac gall helpu rheoli hyn yn well trwy weithio gyda'i gilydd (National Society for the Prevention of Cruelty to Children, 2021). Rydw i'n gweld fy hun i fod yn unigolyn eithaf hyderus sydd gallu rheoleiddio a gweithredu fy nheimpladau gyda ymarferwyr eraill er mwyn helpu iechyd a lles fy hun, wrth cael ymlyniadau da trwy gydol bywyd hyn wedi helpu gyda hyder i allu gwneud y pethau yma yn gyfforddus. Nad yw pob unigolyn yn cael ymlyniadau da o oedran ifanc ac gall hyn tueddu yn plant yn ymddwyn yn gwael a cael emosiynau wael, gall hyn fod yn anodd wrth weithio gyda ymarferwyr gan nad yw'r plant yma yn fodlon ymgysylltu'n effeithiol er mwyn nhw cael y gofal mwyaf priodol (Owston et al, 2024).

- Cwricwlwm i Cymru 2022= hyn yn deddfwriaeth sydd yn weithio'n agos gyda datblygiad emosiynol plant ifanc ar draws Cymru trwy gweithio ar rheoli emosiynau yn ifanc, deall eich emosiynau personol ac datblygu ar perthnasoedd iach (Llywodraeth Cymru, 2024). Felly mae'r deddfwriaeth yma yn helpu pobl sydd heb cael ymlyniad i gallu datblygu'n emosiynol gywir.

Casgliad

Ymlyniad yn ffactor fawr sydd gallu effeithio ar datblygiad emosiynol unigolyn, wrth profi ymlyniadau iach wrth oedran ifanc rydw i'n credu fod hyn wir wedi effeithio ar fy datblygiad emosiynol wrth huneiddio. Wrth edrych ar astudiaethau penodol gweler fod ddim cael ymlyniadau o oedran ifanc gallu effeithio ar plant mewn sawl ffordd negyddol fel emosiynau gwael, dim hunan-barch ac ddim hyder, gall yr effeithiau yma parhau hyd at oedolaeth (Coombes, 2025).

Cyfeirnod

Association for Psychological Science (2018) Harlow's classic studies revealed the importance of maternal contact (Ar lein) Association for Psychological Science. Ar gael at:

<https://www.psychologicalscience.org/publications/observer/obsonline/harlows-classic-studies-revealed-the-importance-of-maternal-contact.html>.

Coombes, D (2025) The Effects of Attachment Issues on Mental Health and Self-Esteem (Ar lein) Pinnacle Therapy. Ar gael at: <https://pinnacletherapy.co.uk/the-effects-of-attachment-issues-on-mental-health-and-self-esteem/>.

Hansen, R (2025) How Childhood Trauma Affects Trust in Relationships (And How to Heal) (Ar lein) Relief for the Strong. Ar gael at:

<https://www.thrivewelltherapy.com/post/how-childhood-trauma-affects-trust-in-relationships-and-how-to-heal>.

Head, C (2025) 3.4.1 Ainsworth's 'Strange Situation' | AQA A Level Psychology Revision Notes 2017 (Ar lein) Save My Exams. Ar gael at:

<https://www.savemyexams.com/a-level/psychology/aqa/17/revision-notes/3-attachment/3-4-types-of-attachment/3-4-1-ainsworths-strange-situation/>.

Julie (2025) Life and Legacy of Psychologist Harry Harlow (Ar lein) Dr. Philip G. Zimbardo. Ar gael at: <https://www.zimbardo.com/life-and-legacy-of-psychologist-harry-harlow/>.

London school of childcare studies (2024) The key stages of empathy development in children. - London School of Childcare Studies (Ar lein) London School of Childcare Studies. Ar gael at: <https://childcarestudies.co.uk/blog/the-key-stages-of-empathy-development-in-children/>.

McGarvie, S (2024) Attachment theory, Bowlby's stages & attachment styles (Ar lein) Positive Psychology. Ar gael at: <https://positivepsychology.com/attachment-theory/>.

McLeod, S (2023) Harry Harlow Theory & Rhesus Monkey Experiments in Psychology (Ar lein) Simply Psychology. Ar gael at: <https://www.simplypsychology.org/harlow-monkey.html>.

McLeod, S (2025) Mary Ainsworth: Strange Situation Experiment & Attachment Theory (Ar lein) Simply Psychology. Ar gael at: <https://www.simplypsychology.org/mary-ainsworth.html>.

MindOwl (2025) Breaking Down John Bowlby's Attachment Theory - MindOwl. [online] MindOwl. Ar gael at: <https://mindowl.org/breaking-down-john-bowlbys-attachment-theory/>.

National Society for the Prevention of Cruelty to Children (2021) Attachment and child development (Ar lein) NSPCC Learning. Ar gael at: <https://learning.nspcc.org.uk/child-health-development/attachment-early-years>.

NeuroLaunch editorial team (2024) Insecure Attachment in Child Development: Causes, Types, and Impact (Ar lein) NeuroLaunch.com. Ar gael at: <https://neurolaunch.com/what-is-insecure-attachment-in-child-development/>.

NHS (2026) Encouraging independence in young people (Ar lein) cambspborochildrenshealth.nhs.uk. Ar gael at: <https://cambspborochildrenshealth.nhs.uk/child-development-and-growing-up/encouraging-independence-in-young-people/>.

Owston, L, Jones, A and Stanley, Y (2024) Maintaining quality early years provision in the face of workforce challenges – Ofsted: early years (Ar lein) earlyyears.blog.gov.uk. Ar gael at: <https://earlyyears.blog.gov.uk/2024/05/13/maintaining-quality-early-years-provision-in-the-face-of-workforce-challenges/>.

Thompson, R (2016) Early Attachment and Later Development Reframing the Questions (Ar lein) Ar gael at: <https://sedlpubs.faculty.ucdavis.edu/wp-content/uploads/sites/192/2020/04/ThompsonAttachHdbk.pdf>.

Tutor2U (2022) Bowlby's Theory of Maternal Deprivation (Ar lein) Tutor2u. Ar gael at: <https://www.tutor2u.net/psychology/reference/bowlbys-theory-of-maternal-deprivation>.

Welsh Government (2024) Curriculum for Wales: framework | GOV.WALES (Ar lein) GOV.WALES. Ar gael at: <https://www.gov.wales/curriculum-wales-framework>.

CYFFURIAU A DATBLYGIAD CORFFFOROL

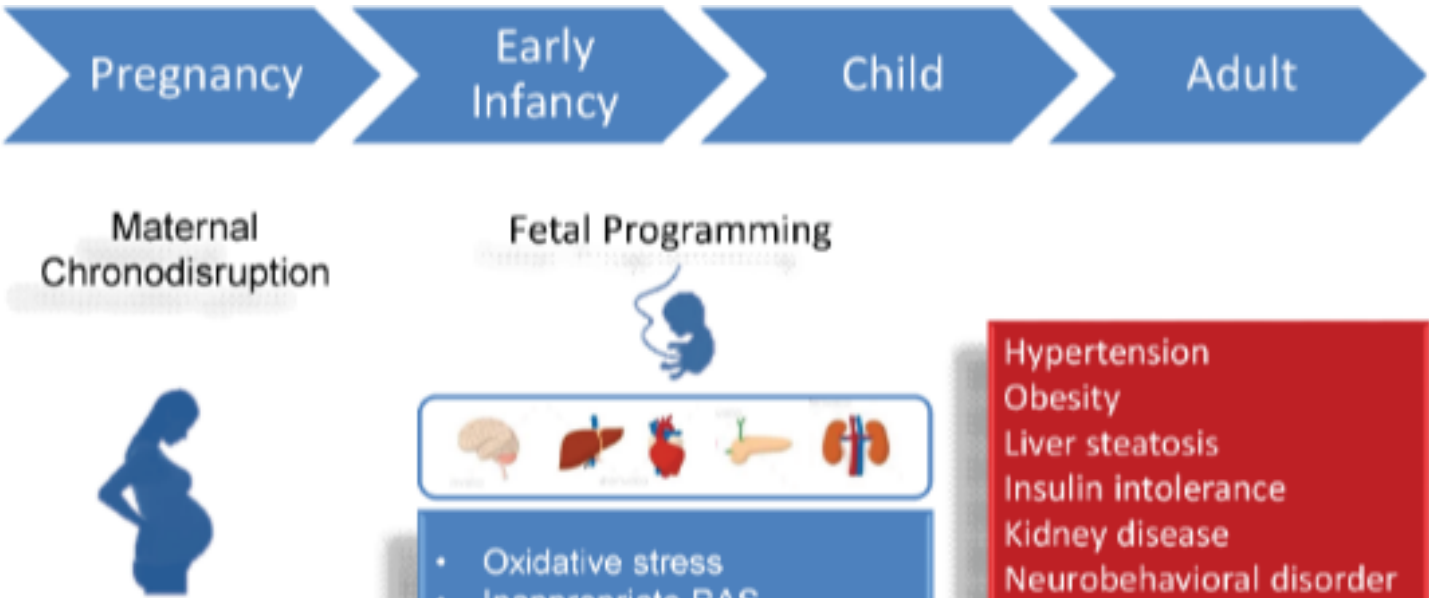
Beth mae'n effeithio?

Cyffuriau yw sylweddau cemegol sydd yn effeithio ar brosesau corfforol a seicolegol (Llywodraeth Awstralia, 2019). Mae hyd at 50% o fenywod beichiog sydd wedi cymryd cyffuriau yn ystod beichiogrwydd wedi rhoi problemau datblygiadol corfforol i'r babi (Petrakos, 2025). Gelwir cymryd cyffuriau yn ystod beichiogrwydd teratogen, hyn yw asiant sydd gallu effeithio ar ddatblygiad babi o effeithiau bach hyd at farwolaeth (Evans, 2025). Mae yna sawl fath o gyffur sydd yn effeithio ar ddatblygiad babi, hyn yw:

- Cyffuriau cyfreithlon= alcohol a sigarets (NHS inform,2023).
- Cyffuriau anghyfreithlon= mwg drwg, cocen a heroin (Fox, 2025).

Damcaniaeth rhaglennu ffetws

Gan bwy?	Athro David Barker
Beth ydy'n credu?	Credodd Barker fod yr adeg cyn geni yn cyfnod rhaglennu ble bydd unrhyw pethau gwael fel cyffuriau yn gallu effeithio'n corfforol ymhellach ymlaen yn bywyd (Keller, 2020).
Sut gall cyffuriau effeithio?	Nododd embryology education (2025) fod syniadau Barker yn dangos fod cyffuriau gallu achosi afiechydon, pwysau gwael a problemau i'r calon.



Sut ydy cyffuriau gallu effeithio ar ffetws?

Nododd Ifager (2020) fod pob math o gyffur yn cael effaith gwahanol ar fetws, ac mae pob fetws yn cael ei effeithio’n gwahanol hyd yn oed os oedd yn cael yr un nifer. Un effaith sylweddol gall cyffuriau creu yw oediadau datblygiadol, gall hyn fod yn maint y babi, faint yr ymennydd a faint yr ysgyfaint, gall y pethau yma cael ei datblygu ar ol genedigaeth trwy help doctorion a nyrsiau (Chen et al., 2024). Gall cyffuriau hefyd effeithio ar unigolyn trwy rhoi problemau gyda strwythur ymennydd, hyn yn rhoi siawns uchel o babi datblygu anawsterau ddysgu, awtistiaeth neu ddyslecsia (BNS institute, 2023). Yn olaf mae plant sydd wedi bod yn agored i cyffuriau fel fetws yn gweld yn anodd i fyw ar ol genidigaeth gan nad ydynt yn cael yr un cyffuriau rhagor, hyn yn rhoi tyniadau i’r babi, hyn yw ble bydd plentyn yn cael cipiadau, bod yn sal ac yn crio yn ton uchel am amser hir (NHS, 2023).

Cerrig milltir datblygiadol corfforol am unigolyn sydd wedi cael cyffuriau

0-5 mis	Gallu rheoli y pen ac ceisio gwthio ei hun lan, hyn yn hwyr os yw wedi cael ei creu mewn amgylchedd o cyffuriau (Rodheim, 2026).
5 mis-1 blwydd oed	Plentyn dechrau cropian, y cyffuriau yn arafhau ar sgiliau motor ac felly na bydd gallu cropian yn cynnar neu gallu cadw cydbwysedd (NHS , 2022).
1 blwydd oed- 6 blwydd oed	Gallu defnyddio offer fel pensiliau a siswrn, cyffuriau yn effeithio ar y gallu i gafeal yn cryf (Mcilroy, 2019).
6 blwydd oed- 12 blwydd oed	Gwneud chwaraeon a gweithgareddau, ond or cyffuriau gall teimlo blinder ac salwch yn cyflym (Lee, 2024)
12 blwydd oed- 18 blwydd oed	Nofio, beicio ac ymarfer corff, gallu cael llai cyd-drefniant ac amseroedd isel.

Effeithiau heroin yn penodol ar datblygiad corfforol

Nododd Waismenn (2023) fod heroin yw un or cyffuriau gwaethaf am datblygiad corfforol plentyn. Mae plant heroin yn aml cael ei geni yn bwysau isel, gall hyn cryfhau y siawns o cael heintiau ac afiechydon (The Raleigh House, 2025). Mae yna awgrymiadau cryf fod niferoedd uchel o plant sydd wedi cael rhiant cymryd heroin yn ystod beichiogrwydd yn farw, gall hyn digwydd ar unrhyw adeg or beichiogrwydd, fel ffetws neu ar ol geni (American Academy of Pediatrics, 2024). Wrth gwylio stori grayson, gweler fod ef wedi profi amgylchedd cyn beichiogi gyda heroin o'i gwmpas, cafodd ei eni gyda tyniadau eithaf gwael ond trwy help y doctorion cafodd amnewidiadau sydd wedi helpu ef i fyw, mae grayson yn parhau i cael archwiliadau pellach gyda'r doctorion i gweld os oedd yn cyrraedd ei cerrig milltir am ei oed (Gray, 2017).



Cymharu damcaniaeth rhaglennu ffetws gyda damcaniaeth teterology

I gymharu gyda damcaniaeth Barker, mae damcaniaeth Wilson yn edrych ar sawl ffactor sydd gallu effeithio ar ddatblygiad corfforol fel nicotin, cyffuriau ac amgylcheddau gwenwynig (Evans, 2025). Yn debyg i ddamcaniaeth Baker, nododd (Johnston, 2022) fod cyffuriau yn effeithio ar datblygiad corfforol fetws trwy gwneud y corff yn gwan, niweidio meinweoedd priodol ac arafu datblygiad organau. Wrth gwylio llawer o fideos gweler fod babi's sydd wedi cael cyffuriau fel fetws yn gweld yn anodd i sefydlu ar ol genedigaeth mwyaf gan dyna ble bydd rhaid iddynt datblygu am ei hunan dim or corff ei fam a cytunodd y ddau damcaniaeth gyda hyn.

Datblygiad corfforol cysylltiedig a cyffuriau wrth gweithio gyda ymarferwyr a polisïau



Plant sydd wedi cael cyffuriau yn y ffetws yn aml yn gweithio'n agos gyda llawer o ymarferwyr er mwyn cael y help gorau a gallwn i datblygu'n corfforol gywir.

- Therapydd ffisio= Gall therapydd ffisio helpu babi trwy asesu ei anghenion corfforol a teilwra plan er mwyn sicrhau fod y babi yn gallu cyrraedd ei potential llawn yn corfforol trwy datblygu'n gywir (NHS, 2025).
- Doctorion a nyrsïau= yn danfon babannod i ofal newydd-anedig ble bydd pob babi yn cael gofal arwyddocaol wedi'u teilwra yn penodol am y babi yna, bydd y ddau yn helpu trwy rhoi cymorth a sylw i pob anghenion babi (NHS UK, 2020).

- Programmau ymyrraeth cynnar= Gall y program yma sicrhau fod menywod beichiog yn cael ei scrinio trwy gydol ei beichiogaeth i sicrhau fod y babi'n datblygu'n corfforol gywir, os gweler anawsterau bydd nhw gallu gwneud cyfeiriad i cael help pellach ar ol genidigaeth (Casey Family Programs, 2023).

Casgliad

I crynhoi, gall cyffyrïau effeithio ar datblygiad fetws mewn sawl ffordd gwahanolond yn enwedig yn corfforol. Rydw i'n credu fod cymryd unrhyw fath o cyffur hyd yn oed ysgmygu ac alcohol yn gwael am babi ac gall fod yn hunanol iawn i'w wneud hyn os oedd yn gwybod yr effeithiau. Nododd NHS (2023) fod yna sawl ffordd i cael help yn gynnar oes oedd wedi cymryd cyffyrïau yn ystod beichiogrwydd ac mae'n hanfodol i cymryd y help mor gynnar a sy'n phosib.

Cyfeirnod

BNS institute (2023) How Drugs Affect Fetal Development • BNS Institute (Ar lein) BNS Institute. Ar gael at: <https://bns.institute/maternal-health-nursing/how-drugs-affect-fetal-development/>.

Casey Family Programs (2023) Prenatal Substance Exposure (Ar lein) Casey Family Programs. Ar gael at: <https://www.casey.org/prenatal-substance-exposure-interventions/>.

Chen, V.C-H, Lee, CT-C, Wu, S-I and Gossop, M (2024) Neurobehavioral disorders among children born to mothers exposed to illicit substances during pregnancy. BMC Medicine, 22(1). doi:<https://doi.org/10.1186/s12916-024-03762-9>.

Embryology education (2025) Abnormal Development - Developmental Origins of Health and Disease - Embryology (Ar lein) Unsw.edu.au. Ar gael at: https://embryology.med.unsw.edu.au/embryology/index.php/Abnormal_Development_-_Developmental_Origins_of_Health_and_Disease.

Fox, R (2025) Understanding Illegal Drugs in the UK: Effects, Risks (Ar lein) Fox Therapy. Ar agel at: <https://www.foxtherapy.co.uk/understanding-illegal-drugs> (Cyrchwyd 15 Chwe 2026).

Gray, S (2017) how heroin affects a baby - Search Videos (Ar lein) www.bing.com. Ar gael at: https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?q=how+heroin+affects+a+baby&&mid=34B548A4C094255D6FB434B548A4C094255D6FB4&churl=https://www.youtube.com/channel/UClbJ_LLbR4_PEyрма_BZW1w&FORM=VRDGAR (Cyrchwyd 4 Chwe 2026).

Johnston, F (2022) Tetralogy of Fallot | Cyanotic Heart Disease | Geeky Medics (Ar lein) geekymedics.com. Ar gael at: <https://geekymedics.com/tetralogy-of-fallot/>.

Keller, C (2020). Fetal Programming | The Embryo Project Encyclopedia (Ar lein) embryo.asu.edu. Ar gael at: <https://embryo.asu.edu/pages/fetal-programming>.

Lee, B (2024) 6-year-old Developmental Milestones Checklist (Ar lein) SplashLearn Blog – Educational Resources for Parents, Teachers & Kids. Ar gael at: <https://www.splashlearn.com/blog/six-year-old-developmental-milestones/>.

Ifager (2020) How Do Drugs Affect a Baby's Development During Pregnancy? (Ar lein) Samaritan Health Services. Ar gael at: <https://samhealth.org/news/how-do-drugs-affect-babys-development-during-pregnancy/>.

Llywodraeth Awstralia (2019) What are drugs? [online] Australian Government Department of Health, Disability and Ageing. Ar gael at: <https://www.health.gov.au/topics/drugs/about-drugs/what-are-drugs?language=en>.

McIlroy, T (2019) A Guide to Physical Development in Early Childhood (Ar lein) Empowered Parents. Ar gael at: <https://empoweredparents.co/physical-development-in-early-childhood/>.

NHS (2023) Neonatal Abstinence Syndrome (Ar lein) Neonatal Network South East. Ar gael at: <https://neonatalnetworkssoutheast.nhs.uk/professionals/guidelines/tvw-guidelines/neonatal-abstinence-syndrome/>.

NHS (2025) Caring for a baby with drug withdrawal symptoms Information for patients, relatives and carers Caring with pride (Ar lein) Ar gael at: <https://www.yorkhospitals.nhs.uk/seecmsfile/?id=3986>.

NHS Inform (2023) Taking Drugs in Pregnancy (Ar lein) www.nhsinform.scot. Ar gael at: <https://www.nhsinform.scot/ready-steady-baby/pregnancy/looking-after-yourself-and-your-baby/taking-drugs-in-pregnancy>.

NHS UK (2020) Special care: ill or premature babies. [online] nhs.uk. Ar gael at: <https://www.nhs.uk/pregnancy/labour-and-birth/special-care-ill-or-premature-babies/>.

Petrakos, K (2025a) Nearly 12,600 babies born addicted to drugs in England since 2014 (Ar lein) Metro. Ar gael at: <https://metro.co.uk/2025/01/23/nearly-12-600-babies-born-addicted-drugs-england-since-2014-22367292/>.

Rodheim, E (2026) When do babies roll over? A timeline and development guide (Ar lein) [Huckleberrycare.com](http://huckleberrycare.com). Ar gael at: <https://huckleberrycare.com/blog/when-does-a-baby-start-to-roll-over>.

Ross, E.J, Graham, DL, Money, KM and Stanwood, GD (2015) Developmental Consequences of Fetal Exposure to Drugs: What We Know and What We Still Must Learn. *Neuropsychopharmacology*, 40(1), pp.61–87.
doi:<https://doi.org/10.1038/npp.2014.147>.

Science insights (2025) Prenatal Exposure to Drugs and the Effects on Brain Development (Ar lein) ScienceInsights. Ar gael at: <https://scienceinsights.org/prenatal-exposure-to-drugs-and-the-effects-on-brain-development/> (Cyrchwyd 17 Chwe 2026).

The Raleigh House (2025) How Opioids Affect Babies | The Raleigh House (Ar lein) The Raleigh House. Ar gael at: <https://www.theraleighhouse.com/treatments/opioid-addiction/opioids-babies> (Cyrchwyd 4 Chwe 2026).

The Royal womens hospital (2016) Using heroin during pregnancy and breastfeeding -September 2021 About heroin (Ar lein) Ar gael at: <https://www.thewomens.org.au/images/uploads/fact-sheets/Heroin-2021.pdf> (Cyrchwyd 4 Chwe 2026).

Waismann, C (2023) Babies Born with NOWS : What to Expect and How to Help (Ar lein) WAISMANN METHOD®. Ar gael at: <https://www.opiates.com/opiates-blog/babies-born-with-nows> (Cyrchwyd 3 Chwe 2026).