

Beth yw cyfryngu teuluol?

Os ydych chi'n gwahanu neu'n ysgaru, mae cyfryngu teuluol yn eich helpu i ddatrys eich anghydfodau - heb fod angen mynd i ffioedd cyfreithiol uchel neu fynd drwy frwydr hirfaith yn y llys.

Mae cyfryngwyr teuluol proffesiynol yn eich helpu i benderfynu beth sy'n digwydd ar ôl i chi wahanu. Ni fyddant yn ceisio eich annog chi a'ch cyn-bartner i fynd yn ôl at eich gilydd. Fe allant helpu hefyd pan fyddwch wedi gwahanu ers tro a bod angen i chi ddatrys rhywbeth.

Bydd cyfryngwr yn gwrando arnoch chi a'ch cyn-bartner yn esbonio eich pryderon a'ch barn i'ch gilydd a bydd yn eich helpu chi'ch dau i ddod i gytundeb.

Mae cyfryngu yn gweithio drwy helpu pobl i ddod o hyd i atebion ymarferol sy'n teimlo'n deg.

Gall rhai pobl na allant fforddio gwasanaethau cyfryngu eu cael am ddim drwy'r cynllun 'cymorth cyfreithiol'.

Beth yw'r manteision?

Cyfryngu teuluol:

- mae'n rhoi **mwyo lais** i chi o ran beth sy'n digwydd. Barnwr fydd yn gwneud y penderfyniadau yn y llys. Yn achos cyfryngu, chi a'r parti arall fydd yn gwneud y penderfyniadau.
- mae'n **llai o straen**, gyda llai o wrthdaro rhyngoch chi a'ch partner. Os oes gennych chi blant mae'n llai o ofid iddyn nhw. Gall helpu i ddod o hyd i ffyrdd i bawb dan sylw gyd-dynnu'n well yn y dyfodol.
- mae'n gwella cyfathrebu ac yn eich **helpu i roi trefn ar eich dyfodol**.
- gellir adolygu trefniadau a'u newid os byddwch chi'ch dau'n cytuno - e.e. os bydd eich sefyllfa'n newid, a phan fydd eich plant yn mynd yn hŷn a'u hanghenion yn amrywio.
- mae'n **haws i'r plant** pan fydd rhieni'n cydweithredu ac mae'n eu helpu i barhau i gynnal perthnasau teuluol pwysig.
- mae'n **gyflymach, yn rhatach** ac yn ffordd well o ddatrys anghydfodau na brwydrau hirfaith yn y llys – gan eich helpu i frwr ati â gweddill eich bywyd mor gyflym â phosibl.

Beth mae cyfryngwyr teuluol yn ei wneud?

Mae cyfryngwyr teuluol wedi'u hyfforddi i weithio gyda phobl y mae eu perthynas wedi chwalu. Maent yn dod o gefndiroedd proffesiynol, fel y gyfraith a gofal iechyd.

Bydd cyfryngwyr yn dod o hyd i atebion y gall y ddau ohonoch chi gytuno arnynt. Bydd cyfryngwr yn gofyn cwestiynau i ddeall eich sefyllfa. Yn wahanol i fynd i'r llys, chi fydd yn rheoli'r sefyllfa o hyd. Ni all neb eich gorfodi i wneud rhywbeth nad ydych chi am ei wneud. Mae'r trafodaethau'n gyfrinachol.

Mae gan blant yr hawl i gael perthynas â'r ddau riant (cyhyd a bod hynny'n ddiogel) a'u hanghenion nhw sydd bwysicaf. Mae rhai cyfryngwyr wedi'u hyfforddi i gynnwys plant mewn trafodaethau ond dim ond os ydych chi, eich cyn-bartner a'r plentyn yn cytuno i hynny.

Y cyfarfod cyntaf neu'r Cyfarfod Asesu a Gwybodaeth am Gyfryngu (MIAM)?

Y cam cyntaf yw mynd i gyfarfod gyda'r cyfryngwr er mwyn i chi gael rhagor o wybodaeth am gyfryngu a gweld a yw'n addas i chi. Yn gyffredinol, gelwir hyn yn 'Cyfarfod Asesu a Gwybodaeth am Gyfryngu' (MIAM) neu'n 'gyfarfod cyntaf'. Gallwch fynd gyda'ch cyn-bartner, neu gallwch weld y cyfryngwr ar wahân os byddai'n well gennych.

Mae'r cyfryngwr hefyd wedi'i hyfforddi i'ch helpu i ddod o hyd i wasanaethau cymorth a help eraill os bydd arnoch eu hangen.



Pryd ddylwn i fynd i MIAM?

Y peth gorau fyddai cysylltu â chyfryngwr cyn gynted ag y byddwch chi a'ch cyn-bartner yn penderfynu gwahanu a bydd angen help arnoch i roi trefn ar bethau - gorau po gyntaf cyn i'r materion droi'n broblemau mawr. Nid oes angen i chi weld cyfreithiwr gyntaf ond os byddwch chi, dylai ddweud wrthy'ch chi am gyfryngu.

Hyd yn oed os ydych chi wedi gwahanu ers tro neu os yw eich achos eisoes wedi mynd i'r llys, gall cyfryngu helpu i ddatrys unrhyw anghydfodau sydd rhyngoch o hyd.

Yn ôl y gyfraith, mae'n rhaid i chi ystyried a all cyfryngu eich helpu chi cyn i chi fynd ag achos i'r llys. Mae hyn yn golygu bod angen i chi fynd i MIAM oni fydd amgylchiadau arbennig yn berthnasol, h.y. os bydd eich achos yn cynnwys cam-drin neu drais domestig.

Beth sy'n digwydd pan af i weld cyfryngwr teuluol?

Ar ôl y MIAM, os byddwch chi i gyd yn cytuno i roi cynnig ar gyfryngu, bydd angen i chi fynd i sesiynau cyfryngu (1-2 awr yr un fel arfer). Bydd hyd a nifer y sesiynau'n dibynnu ar eich sefyllfa.

Pan fyddwch chi wedi dod i gytundeb, bydd y cyfryngwr yn ei ysgrifennu mewn 'Memorandwm Cyd-ddealltwriaeth' fel bod pawb yn eglur ynghylch yr hyn y penderfynwyd arno.

Gall llys wneud cytundebau a gaiff eu llunio mewn sesiwn gyfryngu yn gyfreithlon gyfrwymol os byddwch chi a'ch cyn-bartner yn cytuno i hynny. Bydd hyn yn ddefnyddiol weithiau os bwriedir i'r trefniadau bara am gyfnod o amser, fel taliadau cynhaliaeth plant, neu os bydd angen rhywbeth ychydig yn fwy ffurfiol i'ch helpu i gadw at eich cytundeb. Bydd rhai pobl sy'n cael sesiynau cyfryngu yn cael budd o gymorth cyfreithiol i'w cynghori. Gall cymorth cyfreithiol fod ar gael i helpu i dalu am hyn.

Beth os na fydd pethau'n mynd yn ôl y bwriad ar ôl hynny?

Os bydd y sefyllfa'n newid ac na fydd y trefniadau'n gweithio, gallwch fynd yn ôl at y cyfryngwr. Os bydd angen, gallwch gytuno i newid y Memorandwm Cyd-ddealltwriaeth.

Yw cyfryngu teuluol yn addas i bawb?

Mae cyfryngu teuluol yn gweithio i'r rhan fwyaf o bobl. Yn y MIAM, bydd y cyfryngwr yn siarad â chi am b'un a fydd cyfryngu'n gweithio i chi ac yn dweud wrthyh chi am opsiynau eraill a allai osgoi'r rheidrwydd o fynd i'r llys, er enghraifft negodi gyda chyfreithiwr neu gyfraith gydweithredol.

Beth os ydwi i am fynd i'r llys?

Yn ôl y gyfraith, mae'n rhaid i chi ystyried a all cyfryngu eich helpu chi cyn i chi fynd ag achos i'r llys. Gall barnwr atal eich achos hyd nes bydd hyn wedi digwydd.

Bydd angen i chi ddangos i'r llys:

- a) eich bod wedi bod i MIAM i gael gwybodaeth am gyfryngu neu
- b) nad oes angen i chi wneud hyn oherwydd amgylchiadau arbennig a restrir yn adran 11 o ffurflen C100

Mae amgylchiadau arbennig yn cynnwys achosion o drais domestig neu gam-drin plant, nad ydynt o bosibl yn addas ar gyfer cyfryngu – gall y cyfryngwr roi cyngor i chi ar hyn yn y MIAM neu'r cyfarfod cyntaf. Neu, os oes gennych chi dystiolaeth o drais domestig neu gam-drin plant efallai na fydd angen i chi fynd i MIAM a gallech gael cymorth cyfreithiol i dalu am gyfreithiwr i'ch helpu i ddod â'ch achos i'r llys.

A fydd rhaid i ni dalu am gyfryngu?

Os ydych chi ar incwm isel ac yn gallu cael Cymorth Cyfreithiol yna bydd y cyfarfod gwybodaeth (MIAM) a'r sesiynau cyfryngu am ddim. Gallech gael cymorth ariannol i dalu am gyngor cyfreithiol ar gyfer cyfryngu os teimlwch fod arnoch ei angen.

**STOP CYNTAF:
CYFRYNGU TEULUOL**

Os yw un ohonoch yn gymwys i gael Cymorth Cyfreithiol ond nid yw'r llall yn gymwys, bydd y ddau ohonoch yn gallu cael cyfarfod gwybodaeth a'r sesiwn cyfryngu cyntaf am ddim.

Hyd yn oed os na allwch chi hawlio cymorth cyfreithiol, gallech arbed arian o hyd drwy roi cynnig ar gyfryngu yn gyntaf, yn hytrach na mynd yn syth at gyfreithiwr.

Rhagor o wybodaeth

I weld a allwch gael gwasanaeth cyfryngu am ddim gyda chymorth cyfreithiol defnyddiwch yr Adnodd Gwirio Cymorth Cyfreithiol yn www.gov.uk/check-legal-aid neu ffoniwch y gwasanaeth Cyngor Cyfreithiol Sifil ar 0345 345 4 345, o ddydd Llun i ddydd Gwener, rhwng 9.00am ac 8.00pm, dydd Sadwrn rhwng 9.00am a 12.30pm.

I gael gwybodaeth am gyfryngu teuluol a manylion cyswllt ar gyfer cyfryngwyr teuluol cymwys lleol, ewch i:

- www.familymediationcouncil.org.uk

I gael canllawiau mwy cyffredinol am ddod â pherthynas i ben, ewch i:

- www.sortingoutseparation.org.uk
- www.advicenow.org.uk/topics/ neu
- www.citizensadvice.org.uk

Manylion cyswllt lleol

Mae'r daflen hon wedi'i pharatoi gan y Weinyddiaeth Cyfiawnder ar y cyd â'r Cyngor Cyfryngu Teulu, CARM, ProtocolIT a Kerf. Cyfryngu Teuluol y Weinyddiaeth Cyfiawnder – DL – FML100 (04.14)



Llywodraeth EM



Cyfryngu teuluol

Datrys anghydfodau teuluol heb fynd drwy'r llys



Mae cyfryngu teuluol yn helpu os yw eich perthynas wedi chwalu a bod angen i chi roi trefn ar faterion ymarferol fel:

- Trefniadau ar gyfer plant – ble maent yn mynd i fyw a phryd y byddwch yn eu gweld
- Taliadau cynhaliaeth plant
- Rhannu cyllid (e.e. tŷ, cynilion, pensiwn)
- Delio ag unrhyw ddyledion.