FY STORI GAN MW

Rwy’n awyddus i weld newidiadau neu welliannau yn y system iechyd meddwl oherwydd, fel unigolyn sydd ag anghenion amrywiol, cefais fy siomi’n barhaus ac ni chafodd fy anghenion eu bodloni. Cefais fy niystyru gan wasanaethau megis CAMHS, ac fe wnaethant fy ngorfodi i wneud pethau a oedd yn gwneud i mi deimlo’n anghyfforddus. Nid oeddent yn gwrando arnaf... roeddwn yn teimlo’n annilys bob tro’r oeddwn yn mynychu eu sesiynau, a arweiniodd at ddirywiad yn fy iechyd meddwl... pan gyrhaeddais 18 mlwydd oed, fe wnaethant fy rhyddhau o ofal y gwasanaeth heb unrhyw gyfnod pontio ar ôl iddynt addo hynny...

Rwyf eisiau gwneud newidiadau fel y gall pobl ifanc deimlo fel eu bod yn cael gwrandawiad, er gwaethaf unrhyw anghenion ychwanegol, a’u bod yn cael eu cefnogi’n briodol i wella eu hiechyd meddwl. Os yw hynny’n golygu dulliau gwahanol ar gyfer pobl wahanol, yna dylid gwneud hynny. Rwyf wirioneddol yn credu bod angen gwella systemau iechyd meddwl cyn gynted â phosibl gan ychwanegu ymyriadau eraill i’w cefnogi. Rwyf eisiau bod yn rhan o newid a fydd yn cael effaith enfawr.