

Iaith Cyson

Datganiad Cyfarfod



Mae gan bawb gyfrifoldeb dros atal hunanladdiad yng Nghymru ac mae'n gofyn am ddulliau effeithiol ac integredig yn y gymuned.

Mae iaith yn adlewyrchu ein hagweddau ac yn dylanwadu ar agweddau pobl eraill. At ddibenion y cyfarfod hwn a gwaith parhaus i atal hunanladdiad a hunan-niwed **rydym yn annog** pobl i ddefnyddio iaith briodol a chyson gan gydnabod bod hunanladdiad yn drasiedi i bawb dan sylw ac yn achos gofid i lawer o bobl.

Mae'r ymadrodd 'cyflawni hunanladdiad' yn cyfeirio at gyfnod pan ystyriwyd bod hunanladdiad yn bechod neu'n drosedd. Ym 1961, cafodd hunanladdiad ei ddad-droseddoli yn y DU. Yn lle dweud 'cyflawni hunanladdiad' **rydym yn eich annog** i ddefnyddio'r ymadrodd 'marw trwy hunanladdiad' neu 'farwolaeth trwy hunanladdiad'.

Mae 'ymdrechion llwyddiannus neu aflwyddiannus' yn cael eu hystyried yn ddewisiadau iaith gwael gan eu bod yn awgrymu cyflawniad neu rywbeth cadarnhaol er gwaethaf y canlyniadau trasig. Yn lle dweud 'ymgais lwyddiannus' **rydym yn eich annog** i ddefnyddio'r ymadrodd 'marwolaeth trwy hunanladdiad' ac yn lle dweud 'ymgais aflwyddiannus' dywedwch 'ymgais at hunanladdiad'.

Nid yw siarad am hunanladdiad a gofyn cwestiynau amdano yn cynyddu'r risg o hunanladdiad. Fodd bynnag, rydym yn cydnabod y gall darparu gwybodaeth fanwl gan gynnwys dull a lleoliadau a ddefnyddir yn aml gynyddu risg. Mae'n bwysig parchu cyfrinachedd y rhai sydd â phrofiad bywyd ac rydym yn cydnabod y gallai rhannu gwybodaeth fanwl arwain at adnabod unigolion. **Gofynnwn i chi beidio â rhannu gwybodaeth fanwl** oni bai ei bod yn gwbl angenrheidiol.

Mae'n bwysig i helpu i dorri'r stigma sy'n gysylltiedig â hunanladdiad, felly **rydym yn eich annog** i ddefnyddio'r ymadrodd 'person sy'n byw gyda meddyliau neu ymddygiad hunanladdol' yn lle dweud 'person gyda syniadaeth hunanladdol'.

Rydym yn cydnabod yr effaith y gall hunanladdiad ei chael ar unigolion ac **rydym yn eich annog** i fod yn ymwybodol o'ch hunanofal eich hun a cheisio cymorth pan fo angen.

Tîm Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed Cymru

NHSWCH Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed sshp.cymru@wales.nhs.uk

