



'Cariad cudd, bywyd cudd?'

Yr hyn ddywedodd pobl ag
anawsterau dysgu am fod yn
lesbiaidd, yn hoyw, neu'n ddeurywiol

David Abbott, Joyce Howarth & Karen Gyde



Norah Fry Research Centre
University of Bristol
© 2005

David



Mae gan ddynion a merched ag anawsterau dysgu hawl i gael y perthnasau y mae eu heisiau arnyn' nhw (cyhyd â'u bod yn gyfreithlon)



Mae hyn yn golygu ei bod hi'n iawn ffansïo pobl o'r un rhyw – bod yn lesbiaidd, yn hoyw neu'n ddeurywiol.



Mae'n iawn i ffansïo pobl o'r rhyw arall – bod yn heterorywiol.



Mae David Abbott a Joyce Howarth yn ymchwilwyr yng Nghanolfan Ymchwil Norah Fry, Prifysgol Bryste (Bristol). Cawson' nhw sgysrsiau â phobl lesbiaidd, hoyw a deurywiol ag anawsterau dysgu, i gael gwybod am eu bywydau nhw.

Dyma beth a ddywedodd pobl wrthym ni ynghylch bod yn lesbiaidd, yn hoyw neu'n ddeurywiol



Dywedodd pobl eu bod nhw'n dechrau ffansio pobl o'r un rhyw pan oedden' nhw yn eu harddegau cynnar.

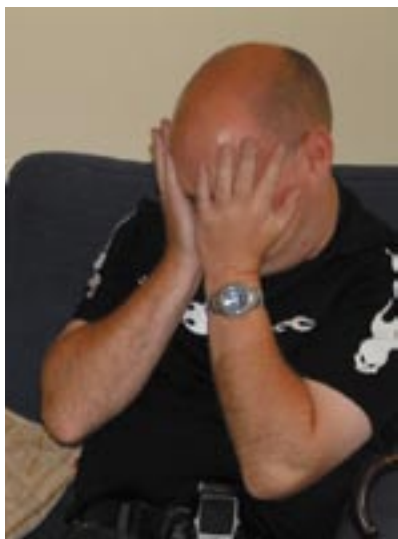


Fyddai pobl ddim yn dweud wrth bawb eu bod nhw'n lesbiaidd, yn hoyw neu'n ddeurywiol. 'Roedd arnyn' nhw ofn beth fyddai pobl yn ei ddweud wrthyn' nhw. 'Roedden' nhw'n poeni y byddai'n rhaid iddyn' nhw adael y lle lle 'roedden' nhw'n byw, neu na fydden' nhw ddim yn cael defnyddio gwasanaethau petaen' nhw'n dweud wrth aelodau staff eu bod nhw'n hoyw.



'Roedd tua hanner y dynion a merched y sgwrsion ni â nhw yn adnabod pobl hoyw eraill.

'Doedd y gweddill ddim yn adnabod neb oedd yn lesbiaidd neu'n hoyw. 'Roedd hyn yn gwneud iddyn' nhw deimlo'n unig ac yn anhapus.



'Roedd bron pawb wedi cael ei fwlio am fod yn lesbiaidd neu'n hoyw. 'Roedd hanner y bobl wedi cael rhywun yn galw enwau arny'n nhw neu yn eu brifo nhw am eu bod nhw'n lesbiaidd neu'n hoyw.

'Roedd y rhan fwyaf o'r bobl y sgwrsion ni â nhw wedi teimlo'n isel iawn rywbryd yn eu bywydau. 'Roedd dau ddyn wedi bod mor anhapus fel eu bod nhw wedi trio eu lladd eu hunain. 'Roedd un ferch yn meddwl llawer am ei lladd ei hun.

Dyma beth a ddywedodd pobl wrthym ni am gariad



'Roedd bron pob un o'r dynion a bron pob un o'r merched wedi cael cariad rywbryd yn ystod eu bywydau. Dim ond ychydig o'r bobl y sgwrsion ni â nhw oedd mewn perthynas erbyn hyn. 'Roedd ar bawb eisiau rhywun i'w garu ac i'w caru nhw'n ôl.



'Doedd rhai pobl ddim wedi cael rhyw â rhywun arall o'r un rhyw. Fe ddywedson' nhw fod arny'n' nhw eisiau cael gwybod sut beth oedd. 'Roedd y rhan fwyaf o'r rhai a oedd wedi cael rhyw wedi ei fwynhau.



'Roedd ar bump o'r bobl eisiau cael plant mewn perthynas hoyw.



Dyweddodd pedwar o'r bobl yma nad oedd ar aelodau staff ac aelodau'r teulu ddim eisiau iddyn' nhw gael plant.

Dyma beth a ddywedodd pobl wrthym ni am gefnogaeth

'Roedd ar bobl ag anawsterau dysgu eisiau i aelodau staff eu cefnogi wrth fod yn lesbiaidd, yn hoyw neu'n ddeurywiol.



'Roedd ar un dyn hoyw eisiau dweud wrth aelodau staff "Os nad ydych chi'n fodlon ar bwy ydw i, dywedwch hynny. 'Dw i ddim yn mynd i newid pwy ydw i er mwyn eich plesio chi. Hen dro, ewch ati i'm hoffi am bwy ydw i, neu ewch i chwilio am waith arall."



Hefyd, sgwrsiodd Joyce a David ag aelodau staff ynghylch gweithio â phobl lesbiaidd a hoyw ag anawsterau dysgu.



'Roedd rhai aelodau staff yn gwneud gwaith da iawn wrth gefnogi pobl ag anawsterau dysgu a oedd hefyd yn lesbiaidd neu'n hoyw.



'Roedd y rhan fwyaf o aelodau staff yn aros i rywun ag anawsterau dysgu ofyn am addysg rywiol. Neu 'roedd aelodau staff yn aros i rywun ag anawsterau dysgu ddweud wrthyn' nhw ei bod/fod yn lesbiaidd neu'n hoyw.



'Doedd aelodau staff ddim yn meddwl mai eu gwaith nhw oedd holi pobl ag anawsterau dysgu am ba gefnogaeth oedd ei heisiau arnyn' nhw o ran rhyw a pherthnasau.



'Roedd rhai aelodau staff yn poeni am weithio gyda phobl ag anawsterau dysgu sy'n lesbiaidd neu'n hoyw.

'Roedd aelodau staff yn poeni a oedden' nhw'n gwybod digon ac am beth fyddai mamau a thadau pobl yn ei ddweud.



Dywedodd rhai aelodau staff na wydden' nhw ddim a fyddai'r rheolwyr yn eu cefnogi ai peidio wrth weithio gyda lesbiaid a dynion hoyw ag anawsterau dysgu.

Dyma beth a ddywedodd pobl wrthym ni am ragfarn



'Rhagfarn' yw meddwl yn isel o bobl, neu eu trin yn wael, dim ond achos eu bod nhw'n wahanol i chi.



Dywedodd y rhan fwyaf o aelodau staff ei bod hi'n iawn i bobl fod yn hoyw. 'Roedd ychydig o aelodau staff nad oedden' nhw ddim yn hoffi bod pobl yn hoyw. Enw hyn yw 'homoffobia'.



'Roedd bron pawb o'r aelodau staff yn meddwl nad oedd y bobl ag anawsterau dysgu 'roedden nhw'n gweithio gyda nhw ddim yn ffansio neb ond pobl o'r rhyw arall (eu bod nhw'n heterorywiol). 'Doedden' nhw ddim yn disgwyl y byddai pobl yn lesbiaidd neu'n hoyw.



Sgwrsiodd Joyce a David ag aelodau staff lesbiaidd, hoyw a deurywiol hefyd. 'Roedd yr aelodau staff yma wedi dweud wrth y rhan fwyaf o aelodau eraill y staff lle roedden' nhw'n gweithio eu bod yn hoyw.



Yn aml, 'doedd aelodau staff ddim yn dweud wrth bobl ag anawsterau dysgu eu bod yn hoyw. 'Roedd hyn achos eu bod nhw'n poeni y gallai rhai pobl ag anawsterau dysgu alw enwau arnyn nhw. Hefyd 'roedden' nhw'n poeni am beth allai mamau a thadau pobl ddweud.

Beth allwch chi ei wneud?

Mae 'na bethau y gallwch chi eu gwneud i wneud bywyd yn haws i bobl lesbiaidd, hoyw a deurywiol ag anawsterau dysgu.



Meddyliwch am y bobl hoyw 'dych chi wedi'u gweld ar y teledu neu am sêr y byd pop. Meddyliwch am y pethau da amdany'n nhw. Soniwch am y pethau da â phobl eraill ag anawsterau dysgu ac ag aelodau staff, a soniwch am y ffaith eu bod nhw'n lesbiaidd neu'n hoyw.

Bydd hyn yn help i ddangos nad oes ots gennych fod pobl yn hoyw, ac fe allai helpu rhywun arall i sgwrsio â chi am ei theimladau hi/ei deimladau ef.



Os clywch bobl yn galw enwau ar bobl eraill achos eu bod nhw'n hoyw, dywedwch nad ydych chi ddim yn hoffi hynny. Mae'n brifo cael pobl yn galw enwau arnoch.



Gofynnwch i'ch grŵp lleol o Bobl yn Gyntaf (People First), neu i aelodau staff, am gael dysgu am y ffaith bod pawb yn gyfartal.

Gofynnwch iddyn' nhw gynnwys pethau am lesbiaid, am ddynion hoyw ac am bobl ddeurywiol.



Yn y lleoedd lle 'dych chi'n mynd yn ystod y dydd, a oes 'na luniau o lesbiaid neu ddynion hoyw?

Os nad oes, soniwch wrth bobl eraill ynghylch rhoi rhai i fyny.

'Does dim rhaid ichi ddweud wrth bobl eraill eich bod chi'n lesbiaidd, yn hoyw neu'n ddeurywiol.

Os oes arnoch chi eisiau sôn wrth rywun, meddyliwch am sôn wrth rywun y gallwch chi ymddiried ynddo/ynddi – rhywun 'dych chi'n dod ymlaen yn dda gyda ef/hi.

Hefyd, gallwch gysylltu ag unrhyw rai o'r mudiadau ar y tudalen nesaf i sgwrsio am fod yn lesbiaidd, yn hoyw neu'n ddeurywiol.

Mae'r crynodeb hwn yn dod o gynllun ymchwil o'r enw, 'Cariad cudd, bywyd cudd? Edrych ar berthnasau un-rhyw i bobl ag anawsterau dysgu' gan David Abbott a Joyce Howarth yng Nghanolfan Ymchwil Norah Fry, Prifysgol Bryste (Bristol). Daeth yr arian ar gyfer y cynllun o'r Gronfa Loteri Fawr a chafodd y cynllun ei weithredu mewn partneriaeth rhwng Canolfan Ymchwil Norah Fry, Prifysgol Bryste, Ymddiriedolaeth Terrence Higgins a REGARD.

Bu David a Joyce yn cyfweld ag 20 o ddynion a merched ag anawsterau dysgu a oedd yn eu gweld eu hunain fel pobl lesbiaidd, hoyw neu ddeurywiol, o bob rhan o'r Deyrnas Gyfunol. Hefyd buon' nhw'n cyfweld â 71 o aelodau staff gwahanol wasanaethau.

Cafodd lun y clawr ei dynnu gan Jill Rutherford. Actor o'r Misfits Theatre Company ym Mryste yw'r dyn yn y llun. Bu actorion eraill mor garedig â gwirfoddoli i ymddangos yn rhai o'r lluniau eraill. Karen Gyde yn Norah Fry a luniodd gynllun a gosodiad y crynodeb. Yr adroddiad llawn ar yr ymchwil hwn yw, **'Secret loves, hidden lives? Exploring issues for people with learning difficulties who are gay, lesbian or bisexual'** ('Cariad cudd, bywyd cudd? Archwilio pynciau o bwys i bobl ag anawsterau dysgu sy'n lesbiaidd, yn hoyw neu'n ddeurywiol'), gan David Abbott a Joyce Howarth. Cafodd ei gyhoeddi gan The Policy Press ac mae ar gael gan Marston Book Services ar ffôn **01235 465500**; e-bost direct.orders@marston.co.uk Cewch grynodedb o'r adroddiad ar www.bristol.ac.uk/norahfry

Mudiadau defnyddiol

- Mae'r *London Lesbian and Gay Switchboard* (Switsfwrdd Lesbiaid a Hoywon Llundain) yn agored ddydd a nos ac mae ganddo fanylion switsfyrddau eraill ym mhob rhan o'r Deyrnas Gyfunol, ffôn: **020 7837 7324** ac ar www.llgs.org.uk
- Gall Ymddiriedolaeth Terrence Higgins roi cyngor a chefnogaeth ar HIV ac iechyd rhywiol. Ei gwefan yw www.tht.org.uk Mae gan THT Cymru ddwy swyddfa; un yng Nghaerdydd **029 2066 6465** ac un yn Abertawe **01792 477 540**.
- Mae REGARD yn fudiad ar gyfer pobl ag anabledau sy'n lesbiaidd, yn hoyw, yn ddeurywiol neu'n drawsrywiol, ym mhob rhan o'r Deyrnas Gyfunol. Ar hyn o bryd maen nhw'n cynnig gwasanaeth ffrind drwy'r post a gwasanaeth cyfeillio. E-bost: regard@dircon.co.uk a gwelwch y wefan ar www.regard.org.uk
- Mae Stonewall yn fudiad sy'n ymgyrchu dros hawliau cyfartal ar gyfer hoywon, lesbiaid a phobl ddeurywiol. Mae ganddo fanc gwybodaeth ar sawl pwnc, gan gynnwys trais a throseddau casineb, dod allan/mas, a digwyddiadau balchder hoyw (lle mae niferodd mawr o hoywon yn cyfarfod). Mae gan Stonewall Cymru ddwy swyddfa; un yng Nghaerdydd **029 2023 7744** e-bost alison.parken@stonewall.org.uk ac un ym Mangor **01248 370 082**, e-bost jenny.poster@stonewall.org.uk a gweler ei wefan ar www.stonewall.org.uk

Norah Fry Research Centre, University of Bristol,  **0 1 1 7 3 3 1 0 9 8 7**

d.abbott@bristol.ac.uk