

# 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.

