

# Gall iaith fod yn bwerus tu hwnt

**Rydym yn dymuno i Lywodraeth Cymru a rhanddeiliaid allweddol fabwysiadu newid o ran yr iaith a ddefnyddir er mwyn lleihau stigma ymhlith pobl sy'n defnyddio sylweddau.**



## Pam bod iaith yn bwysig?

Gall yr iaith a ddefnyddir wrth siarad am neu gyfeirio at bobl sy'n defnyddio sylweddau gael effaith arwyddocaol ar y ffordd y maent yn gweld eu hunain a'r ffordd y mae eraill yn eu gweld hefyd. Defnyddir termau niferus yn y maes defnyddio sylweddau, a thu hwnt, a ystyrir yn rhai sy'n barnu, sy'n foesolgar, yn greulon ac sy'n achosi stigma, a'r math olaf yn aml yw'r prif rai sy'n gwrthio pobl sy'n defnyddio cyffuriau i'r cyrion, a'r rhai sy'n cael eu heffeithio gan ymddygiad o'r fath.

Yn aml, bydd pobl sy'n defnyddio sylweddau yn gallu bod yn destun estroneiddio, a chael eu diffinio gan eu hymddygiad, fel arfer gan y geiriau a'r iaith a ddefnyddir gan eraill i'w disgrifio nhw a'u gweithredoedd. Mae'r ffaith eu bod yn bobl sydd â'u personoliaethau a'u sgiliau eu hunain, a'u bod yn aml yn rhywun arbennig rhywun, yn tueddu i fynd ar goll yn y sgwrs ymhlith y cyhoedd a'r cyfryngau.

## Beth mae'r dystiolaeth yn ei awgrymu?

Gall iaith amhriodol, creulon ac sy'n barnu, ac sy'n aml yn seiliedig ar gredoau anghywir ac anghymesur, barhau ofn a stigma. Yr olaf yn aml sy'n rhwystr arwyddocaol i bobl sy'n cael eu heffeithio gan ddefnyddio sylweddau rhag estyn allan a cheisio cymorth.[1,2] Yn ogystal, gall hyn arwain at bobl sy'n defnyddio sylweddau yn ymddieithrio ymhellach wrth ffrindiau, teulu a chymdeithas, ac mae hyn yn gallu effeithio ar berthnasoedd a gwanhau eu rhwydwaith cymorth cymdeithasol, sydd yn aml yn rhan sylfaenol o gyfalaf adfer,[3] ond gall arwain at ymddygiad peryglus ganddynt sy'n gallu cynyddu'r risg o ddiodef niwed arwyddocaol, gan gynnwys marwolaeth.

Gall defnyddio iaith a'r stigma sy'n deillio o hyn weithio i'r gwrthwyneb hefyd. Gall arwain at bobl yn dymuno ymbellhau oddi wrth bobl sy'n defnyddio sylweddau, yn ogystal â chreu ymdeimlad o ofn a dicter tuag at boblogaeth sydd eisoes yn agored i niwed ac ar gyrion ein cymdeithas.[2] Gall iaith gael dylanwad negyddol ar argraffiadau darparwyr gofal iechyd o bobl sy'n defnyddio sylweddau hefyd, gan gael effaith ddilynol ar y gofal a'r driniaeth y maent yn ei darparu.[4]

Nid yw hyn yn ymwneud yn unig â'r effaith y gall stigma ei gael ar bobl sy'n defnyddio sylweddau. Gall gael effaith niweidiol ar eu hanwyliaid hefyd, ac ar eraill sy'n gofidio amdanynt. Mae Adfam, elusen genedlaethol sy'n mynd i'r afael ag effeithiau negyddol cyffuriau ac alcohol ar aelodau teuluol a ffrindiau, yn dweud bod 2 filiwn o bobl arall sy'n gofidio am rywun wedi profi stigma ac wedi cael eu barnu o ganlyniad i ddefnyddio rhywun arall o gyffuriau.[5]

<input checked="" type="checkbox"/> USE	<input type="checkbox"/> DON'T USE
Person who uses drugs	Drug user
Person with non-problematic drug use	Recreational, casual, or experimental users
Person with drug dependence, person with problematic drug use, person with substance use disorder; person who uses drugs (when use is not problematic)	Addict; drug/substance abuser; junkie; dope head, pothead, smack head, crackhead etc.; druggie; stoner
Substance use disorder; problematic drug use	Drug habit
Has a X use disorder	Addicted to X
Abstinent; person who has stopped using drugs	Clean
Actively uses drugs; positive for substance use	Dirty (as in "dirty screen")
Respond, program, address, manage	Fight, counter, combat drugs and other combatant language
Safe consumption facility	Fix rooms
Person in recovery, person in long-term recovery	Former addicts; reformed addict
Person who injects drugs	Injecting drug user
Opioid substitution therapy	Opioid replacement therapy

*Y Comisiwn Byd-eang ar Bolisi Cyffuriau yn amlinellu y gall defnyddio iaith well helpu i newid tybiaethau ynghylch defnyddio sylweddau a phobl sy'n defnyddio sylweddau.[6]*

## Pam nawr?

Ceir bwlch yn y maes defnyddio sylweddau yng Nghymru dros gefnogi'r defnydd o iaith briodol pharchus tuag at bobl sy'n defnyddio sylweddau. Dros y ddegawd ddiwethaf, rhoddwyd ffocws ar ddatblygu adnoddau a dylanwadu ar newid iaith tuag at ddull gweithredu rhoi pobl yn gyntaf mewn meysydd amrywiol, gan gynnwys iechyd meddwl [7], gamblo [8] a defnyddio sylweddau [9], i enwi rhai yn unig. Fodd bynnag, mae lle i wella o hyd ac am ddiwygiadau o fewn cyrff statudol, gwasanaethau trin a'r cyfryngau, i fabwysiadu dull gweithredu rhoi pobl yn gyntaf sy'n adlewyrchu pobl mewn ffordd well yn gyffredinol, yn ogystal â lleihau'r defnydd o iaith sy'n achosi stigma gymaint ag y bo modd, a'i herio.

Mae is-adrannau perthnasol o fewn cyrff statudol, gan gynnwys Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru (ICC) yn defnyddio terminoleg fel 'camddefnyddio' o hyd, o fewn teitlau eu hunedau perthnasol ond hefyd, o fewn dogfennau a pholisïau. [10,11] Ond ceir consensws y gall y gair 'camddefnyddio' gael ei "ystyried fel gair sy'n achosi stigma neu sy'n ddifriol tuag at bobl sydd â phroblem gyda sylweddau, gan ei fod yn hyrwyddo'r syniad bod y math hynny o ddefnydd yn hollol wahanol i ddefnydd pobl arall o'r un sylwedd, nad yw wastad yn wir".[9] Mae'n bryd symud i ffwrdd o dermau fel camddefnyddio, gan ddangos arweinyddiaeth er mwyn helpu i ddylanwadu ar newid yn yr iaith a ddefnyddir, a'r meddylfryd o ganlyniad i hyn, sy'n ymwneud â defnyddio sylweddau a phobl sy'n defnyddio sylweddau, sy'n gallu helpu i leihau'r stigma sy'n gallu cael effaith mor ddamniol.

Yn rhy aml, bydd penawdau, a hyd yn oed pobl sy'n gwneud sylwadau mewn darnau o'r fath, yn defnyddio iaith ddifriol, megis 'rhywun sy'n gaeth i gyffuriau' a 'sombi', sy'n parhau stigma cymdeithasol ynghylch defnyddio sylweddau.[12,13,14,15] O ystyried cyrhaeddiad eang y cyfryngau, ein nod yw y bydd newidiadau a wnaethpwyd gan Lywodraeth Cymru ac ICC, a defnyddio dogfennau megis y rhai a ddatblygwyd gan Scottish Families Affected by Alcohol and Drugs, mewn partneriaeth ag Adfam, o'r enw 'Reporting of Substance Media Toolkit',[16] yn dylanwadu ar newid o ran y ffordd yr ystyrir pobl sy'n defnyddio sylweddau ac sy'n cael eu heffeithio gan sylweddau.

## Beth mae Barod wedi ei wneud a beth yw ein camau nesaf?

Tan yr adeg yr ysgrifennwyd hwn, mae Barod wedi cynnal archwiliad mewnol i adolygu a diwygio darnau amrywiol o lenyddiaeth, gan gynnwys cynnwys ar ein gwefan ac yn ein polisïau mewnol, er mwyn cydymffurfio â'n hymrwymiad i ddefnyddio iaith lai foesolgar ac sy'n achosi stigma. Rydym hefyd wedi ymrwmo i sicrhau bod ein cynnwys yn y dyfodol, gan gynnwys sgysiau bob dydd, adnoddau, cyfryngau cymdeithasol a sylwadau sy'n gysylltiedig â'r cyfryngau, yn cyd-fynd ag iaith sy'n cynrychioli lefel uchel o urddas a pharch tuag at bobl sy'n defnyddio sylweddau ac sy'n cael eu heffeithio gan sylweddau.

Yn ystod 2024, byddwn yn cynnal ymarfer ymgynghori helaeth gyda phobl sydd â phrofiad o ddefnyddio sylweddau, er mwyn cael dealltwriaeth well o'r defnydd o iaith benodol a fydd yn helpu i greu geirfa terminoleg dwyieithog, wedi'i gyd-gynhyrchu. O ganlyniad, ein nod yw y bydd y ddogfen hon yn cynrychioli safbwyntiau pobl sydd â phrofiad o ddefnyddio sylweddau, yn ogystal â helpu i wella cyfathrebu a dealltwriaeth ar y cyd o effaith iaith a ddefnyddir yn ystod sgysiau bob dydd ar draws y maes defnyddio sylweddau, ac ymhlith y cyhoedd, yng Nghymru.

## Beth ydym yn ei ddymuno?

- Rydym yn galw ar gyrff statudol, gan gynnwys Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru, i newid enw eu hunedau camddefnyddio sylweddau yn unedau 'defnyddio sylweddau'.
- Cyrff statudol i adolygu a diwygio polisïau, strategaethau, fframweithiau ac adroddiadau sy'n bodoli eisoes ynghylch eu defnydd o'r gair 'camddefnyddio' a'i newid i 'ddefnyddio', gan fabwysiadu'r newid hwn mewn terminoleg ar gyfer dogfennau yn y dyfodol.
- Llywodraeth Cymru i lobïo gydag Aelodau'r Senedd i fabwysiadu newid o ran yr iaith a ddefnyddir wrth drafod defnyddio sylweddau mewn fforymau cyhoeddus ac i arwain trwy esiampl trwy'r iaith person yn gyntaf a fabwysiadir.
- Ar ôl ei datblygu, Llywodraeth Cymru i gymeradwyo geirfa terminoleg ddwyieithog Barod, a gyd-gynhyrchwyd, a bod ei chynnwys yn cael ei fabwysiadu gan randdeiliaid amrywiol wrth gyfathrebu ynghylch defnyddio sylweddau.

## Cyfeiriadau

1. Hadland, S., et al. (2018) [Stigma associated with medication treatment for young adults with opioid use disorder: a case series](#)
2. Yang, L. et al. (2018) [Stigma and substance use disorders: an international phenomenon](#)
3. Faces and Voices of Recovery (2019) [Recovery Capital: Its Role in Sustaining Recovery](#)
4. Ashford, R. (2018) [Biased labels: An experimental study of language and stigma among individuals in recovery and health professionals](#)
5. Adfam (2020) [One in Three: Adfam's Manifesto for 2020 and beyond](#)
6. Global Commission on Drug Policy (2017) [The World Drug Perception Problem: Countering Prejudices about people who use drugs](#)
7. Mind. [Media guidelines: Talking about mental health](#)
8. GambleAware (2022) [Guidance on stigmatising language and gambling harms published in new review -](#)
9. Scottish Drugs Forum (2020) [Moving Beyond 'People-First' Language: A glossary of contested terms in substance use](#)
10. [Welsh Government Substance Misuse Treatment](#)
11. [Public Health Wales - Substance Misuse - Drugs & Alcohol](#)
12. BBC News (2024) [Wales drug use rooms could save addicts' lives - claim](#)
13. BBC News (2024) - [Former crack addict describes his struggle to get clean](#)
14. Daily Mail Online (2024) - [UEFA advise thousands of England fans to book hotels in zombie drug addicts street for Euro 2024, despite the area being branded 'the most dangerous slum in Germany](#)
15. BBC News (2018) [Living life as a 'zombie' on Spice](#)
16. Scottish Families Affected by Alcohol and Drugs. [Reporting of Substance Media Toolkit](#)