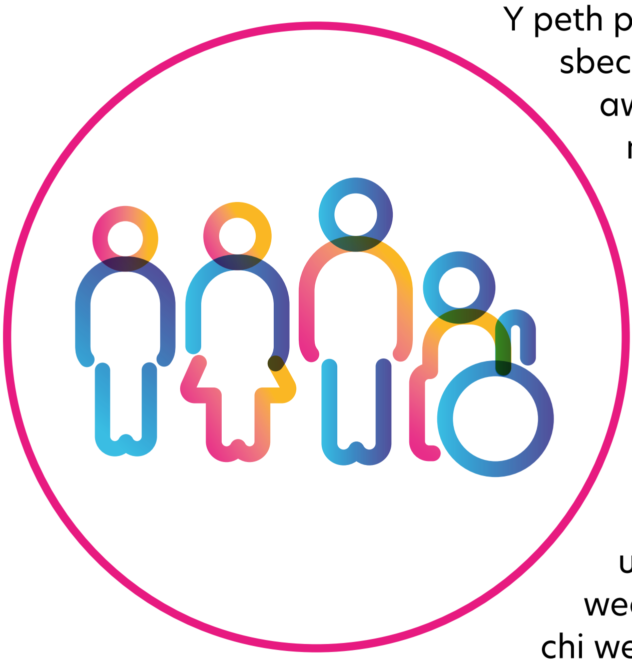
# Beth yw awtistiaeth?

National Autistic Society Cymru

**Mae awtistiaeth yn wahaniaeth datblygiadol yn yr ymennydd. Mae'n effeithio ar y ffordd y mae person yn rhyngweithio â'r byd o'i gwmpas ac yn ei ddeall.**

Dydyn ni dal ddim yn gwybod yn union beth sy'n achosi i rai pobl fod yn awtistig ac nid pobl eraill. Does dim 'gwella' ar gyfer awtistiaeth, ac mae'r syniad o iachâd yn aml yn peri gofid mawr i bobl ar y sbectrwm awtistiaeth a'u teuluoedd, a allai weld awtistiaeth fel rhan fawr o'u hunaniaeth eu hunain neu hunaniaeth eu hanwyliaid.

Mae awtistiaeth yn anabledd gydol oes, felly bydd plant awtistig yn dod yn oedolion awtistig. Mae llawer o oedolion awtistig yn datblygu strategaethau sy'n eu helpu i ryngweithio ag eraill ac i fyw bywyd annibynnol. Efallai y bydd gan eraill anghenion cymorth cymhleth iawn ac y bydd angen oes o gefnogaeth arbenigol arnynt.



Y peth pwysicaf i bobl ei wybod yw bod pawb ar y sbectrwm awtistiaeth yn wahanol. Er bod pobl awtistig yn rhannu rhai anawsterau cyffredin, mae profiad pob person o awtistiaeth yn gwbl unigryw. Mae gan rai pobl anawsterau synhwyraidd, ond efallai na fydd gan bobl eraill. Mae gan tua 40% o bobl ar y sbectrwm awtistiaeth anabledd dysgu hefyd, a allai ddod â'i heriau ei hun neu ddwysáu'r heriau a ddaw yn sgil awtistiaeth y person hwnnw.

Mae'n bwysig iawn trin pobl awtistig fel unigolion. Yn ôl y dywediad – 'os ydych chi wedi cwrdd ag un person ag awtistiaeth, rydych chi wedi cwrdd ag un person ag awtistiaeth'.

**Ewch i'n gwefan i gael rhagor o wybodaeth ar 'beth yw awtistiaeth?'.**