Chwaraewyr yn gwawdio pêl-droediwr am ei iselder : BBC

David Cox

Mae pêl-droediwr wedi disgrifio sut y bu i gyd-chwaraewyr a chefnogwyr ei wawdio wedi iddo siarad yn gyhoeddus am ei broblemau iechyd meddwl.

Dywedodd David Cox, sy'n chwarae i Cowdenbeath iddo gael ei alw'n *'psycho.'*

Mae David Cox wedi galw ar awdurdodau'r gêm i weithredu ar y gamdriniaeth yn yr un modd ag y byddent yn gweithredu yn erbyn hiliaeth.

Dywedodd David Cox iddo gael ei gam-drin gan gefnogwyr pêl-droed a chyd-weithwyr wedi iddo ddatgelu ei fod wedi hunan-niweidio a cheisio cymryd ei fywyd. Dywedodd hefyd fod gwrthwynebwyr wedi defnyddio ei iselder i danseilio ei ymdrechion yn ystod gemau ar y cae.

Cred y pêl-droediwr y dylai'r un ymdrech fynd i'r afael â'r stigma sydd ynghlwm wrth iechyd meddwl, ag sydd i herio materion cymdeithasol eraill, megis hiliaeth a rhagfarn.

"Dw'i wedi bod drwy gyfnod gwaethaf fy mywyd, ac mae cael pobl yn gwneud jôc o'r peth, ac i feddwl ei fod yn iawn i ysgwyd

eich llaw ar ddiwedd y gêm ac anghofio am y peth, dyw hynny ddim yn iawn.” [cyfieithiad]

Darllen rhagor : BBC *(Saesneg)*

- Iselder
- Hunan-niweidio
- Teimladau Hunanladdol