

Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol yn y maes Iechyd a Gofal Cymdeithasol

Tachwedd 2023 Fersiwn 1.2

Llawlyfr y Cymhwyster

Fersiwn a Dyddiad	Newid manylion	Adran
1.1 Gorffennaf 2021	Ymrestru ac ardystio adran wedi'i diweddarau	Gofynion canolfannau
1.2 Tachwedd 2023	'triad o namau' newidiadau i 'dyad o namau'	Uned 424, 1.4

Cipolwg ar y cymhwyster

Maes pwnc	Iechyd a Gofal Cymdeithasol
Rhif City & Guilds	8040
Grŵp oedran cymeradwy	18+
Gofynion cofrestru	Dim
Asesu	Cyfuniad o asesiad mewnol ac allanol
Cymeradwyaethau	Mae angen cymeradwyo'r ganolfan a'r cymhwyster
Deunyddiau cefnogi	Llawlyfr y Cymhwyster Pecyn asesu
Ymrestru ac ardystio	Gweler y manylion ar wefan y Consortiwm

Teitl a lefel	Rhif cyfeirnod	Rhif achredu
Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol yn y maes Iechyd a Gofal Cymdeithasol	8040-08	C00/3977/8

Cynnwys

Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol yn y maes Iechyd a Gofal Cymdeithasol	1
Cipolwg ar y cymhwyster	2
Cynnwys	4
1 Cyflwyniad	6
Nodau ac amcanion y pwnc	7
Strwythur	8
Oriau dysgu dan arweiniad (ODA) a chyfanswm yr amser cymhwyso (CAC)	11
2 Gofynion canolfannau	12
Cymeradwyo'r cymhwyster	12
Cofrestru ac ardystio	Error! Bookmark not defined.
Staff canolfannau	13
Gofynion mynediad ymgeiswyr	14
Cyfyngiadau oedran	14
3 Cyflwyno'r cymhwyster	15
Asesu cychwynnol a sefydlu	15
Deunyddiau cefnogi	15
Swyddogion Cyswllt/penodedigion allanol	15
Trefniadau cymedroli asesu mewnol	17
Apêl fewnol	17
Ffactorau sy'n effeithio ar ymgeiswyr unigol	17
Camymddwyn	18
Trefniadau mynediad ac ystyriaeth arbennig	18
4. ASESU	20
Crynodeb o'r dulliau asesu	20
Efelychiad	20
Cyfyngiadau amser	20
Cydnabod dysgu blaenorol (CDB)	20
Dyfarnu'r cymhwyster	20
Cyfleoedd ailsefyll	20
5 Unedau	22
Argaeledd yr unedau	22
Canllawiau ar gyflwyno cynnwys yr unedau	23
Uned 410 Deddfwriaeth, damcaniaethau a modelau ymarferperson-ganolog/plentyn-ganolog	25
Canllawiau cyflwyno	28
Uned 420 Ymarfer proffesiynol	38

	Canllawiau cyflwyno	41
	Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig	41
Uned 421	Arwain cefnogaeth i leihau arferion cyfyngol drwy ddulliau cadarnhaol i gefnogi ymddygiad	42
	Canllawiau cyflwyno	49
	Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig	55
	Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig	55
Uned 422	Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gydag afiechyd meddwl	57
	Canllawiau cyflwyno	66
	Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig	75
	Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig	75
Uned 423	Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gyda dementia	77
	Canllawiau cyflwyno	85
	Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig	88
Uned 424	Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gydag anabledd dysgu a/neu awtistiaeth	89
	Canllawiau cyflwyno	96
	Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig	104
	Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig	104
Uned 425	Arwain ymarfer i blant a phobl ifanc anabl	106
	Canllawiau cyflwyno	116
	Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig	119
	Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig	119
Uned 426	Arwain ymarfer gyda phlant a phobl ifanc sy'n derbyn gofal	121
	Canllawiau cyflwyno	130
	Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig	133
	Deddfwriaeth ac arweiniad	133
Uned 427	Arwain ymarfer gyda theluoedd a gofalwyr	135
	Canllawiau cyflwyno	144
	Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig	146
	Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig	146
Atodiad 1 Cysylltiadau â chymwysterau eraill		148
	Cysylltiadau â chymwysterau eraill	148

1 Cyflwyniad

Mae'r ddogfen hon yn dweud wrthy ch beth mae angen i chi ei wneud er mwyn cyflwyno'r cymhwysterau:

Maes	Disgrifiad
Ar gyfer pwy mae'r cymhwyster?	<p>Nod y cymhwyster hwn yw datblygu'r wybodaeth, y ddealltwriaeth, yr ymddygiadau a'r sgiliau sy'n sail i Ymarfer Proffesiynol yn y sector Iechyd a Gofal Cymdeithasol. Mae'r cymhwyster hwn wedi'i ddatblygu mewn cydweithrediad agos â rhanddeiliaid sector allweddol, yn cynnwys Gofal Cymdeithasol Cymru ac Addysg a Gwella Iechyd Cymru (AaGIC).</p> <p>Mae'r cymhwyster yn seiliedig ar ymarfer ac yn asesu gwybodaeth ac ymarfer dysgwyr. Lluniwyd y cymhwyster ar gyfer dysgwyr mewn dysgu seiliedig ar waith, addysg bellach ac addysgu uwch.</p> <p>Mae'r cymhwyster hwn yn cynnig datblygiad i ddysgwyr sydd wedi cwblhau unrhyw un o'r cymwysterau canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none">• Lefel 2 Iechyd a Gofal Cymdeithasol: Ymarfer (Oedolion)• Lefel 3 Iechyd a Gofal Cymdeithasol: Ymarfer (Oedolion)• Lefel 3 Iechyd a Gofal Cymdeithasol: Ymarfer (Plant a Phobl Ifanc).
Beth mae'r cymhwyster yn ei gynnwys?	<p>Bydd y cymhwyster hwn yn galluogi dysgwyr i feithrin y wybodaeth a'r sgiliau sydd eu hangen ar gyfer ymarfer proffesiynol mewn lleoliadau iechyd neu ofal cymdeithasol.</p>
Pa gyfleoedd sydd i ddatblygu?	<p>Mae'r cymhwyster hwn yn galluogi dysgwyr i ddatblygu mewn cyflogaeth neu astudiaethau pellach ar lefel uwch.</p> <p>I gael rhagor o wybodaeth am y gofynion ar gyfer gweithio yn y sector Iechyd a Gofal Cymdeithasol, gan gynnwys swyddi penodol, gweler y 'Fframwaith cymwysterau ar gyfer gofal cymdeithasol a gofal plant rheoledig yng Nghymru' sydd ar gael ar wefan Gofal Cymdeithasol Cymru.</p> <p>https://gofalcymdeithasol.cymru/adnoddau/fframwaith-cymwysterau-ar-gyfer-y-sector-gofal-cymdeithasol-yng-nghymru</p>

Gyda phwy y gwnaethom ddatblygu'r cymhwyster?

Gofal Cymdeithasol Cymru ac Addysg a Gwella Iechyd Cymru a ddatblygodd gynnwys unedau'r cymhwyster hwn ac sy'n berchen arno.

Datblygwyd y cynnwys ar y cyd â'r consortiwm, yn ogystal â rhanddeiliaid, tiwtoriaid ac aseswyr yn y gweithle o bob rhan o'r sector iechyd a gofal cymdeithasol.

Nodau ac amcanion y pwnc

Bydd Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol yn galluogi dysgwyr i feithrin a dangos eu gwybodaeth, dealltwriaeth, ymddygiad, sgiliau ac ymarfer yng nghyd-destun eu llwybr dewisol. Yn arbennig, bydd dysgwyr yn gallu dangos eu bod yn:

- meithrin ac yn cymhwyso gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y llwybr dewisol;
- meithrin a chymhwyso gwybodaeth a dealltwriaeth o ddamcaniaethau, modelau a dulliau gweithredu sy'n gymwys i'r llwybr dewisol;
- meithrin a chymhwyso gwybodaeth a dealltwriaeth o'r ffordd i gynnal a gwella canlyniadau ar gyfer unigolion yn y llwybr dewisol;
- datblygu fel dysgwyr effeithiol ac annibynnol, ac fel meddylwyr beirniadol a myfyriol gyda meddyliau ymchwiliol yng nghyd-destun y llwybr dewisol;
- defnyddio dull ymchwiliol, beirniadol i wahaniaethu rhwng ffeithiau a safbwyntiau; llunio dadleuon a safbwyntiau hyddysg yng nghyd-destun llwybr dewisol mewn lleoliadau/cyd-destunau iechyd a gofal cymdeithasol;
- datblygu hunanymwybyddiaeth er mwyn gwella ymarfer yn y llwybr dewisol;
- datblygu gwybodaeth a dealltwriaeth o ddulliau gweithredu person-ganolog / plentyn-ganolog ar draws amrywiaeth o leoliadau/cyd-destunau
- defnyddio sgiliau llythrennedd, rhifedd a chymhwysedd digidol fel sy'n briodol yn eu swydd.

Strwythur

Er mwyn cyflawni'r cymhwyster **Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol**, rhaid i ddysgwyr ennill cyfanswm o 62 credyd o leiaf.

Y gofyniad sylfaenol o ran oriau dysgu dan arweiniad ar gyfer y cymhwyster hwn yw 280.

Er mwyn cyflawni **Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol (Arwain cymorth ar gyfer lleihau ymarfer cyfyngol drwy ddulliau cadarnhaol ar gyfer ymddygiad)**, mae'n rhaid i ddysgwyr ennill

- O leiaf **63** credyd o'r grŵp Gorfodol.

Rhif yr Uned	Teitl yr Uned	OD A	Gwerth credyd
Grŵp gorfodol			
410	Deddfwriaeth, damcaniaethau a modelau o ymarfer person-ganolog / plentyn-ganolog	115	22
420	Ymarfer proffesiynol	20	6
421	Arwain cefnogaeth i leihau arferion cyfyngol drwy ddulliau cadarnhaol i gefnogi ymddygiad	150	35

Er mwyn cyflawni **Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol (Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gydag afiechyd meddwl)** mae'n rhaid i ddysgwyr ennill

- O leiaf **62** credyd o'r grŵp Gorfodol.

Rhif yr Uned	Teitl yr Uned	OD A	Gwerth credyd
Grŵp gorfodol			
410	Deddfwriaeth, damcaniaethau a modelau o ymarfer person-ganolog / plentyn-ganolog	115	22
420	Ymarfer proffesiynol	20	6
422	Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gydag afiechyd meddwl	174	34

Er mwyn cyflawni **Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol (Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gyda dementia)**, mae'n rhaid i ddysgwyr ennill

- O leiaf **65** credyd o'r grŵp Gorfodol.

Rhif yr Uned	Teitl yr Uned	OD A	Gwerth credyd
Grŵp gorfodol			
410	Deddfwriaeth, damcaniaethau a modelau o ymarfer person-ganolog / plentyn-ganolog	115	22
420	Ymarfer proffesiynol	20	6
423	Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gyda dementia	187	37

Er mwyn cyflawni **Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol (Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gydag anabledd dysgu/awtistiaeth)** mae'n rhaid i ddysgwyr ennill

- O leiaf **65** credyd o'r grŵp Gorfodol.

Rhif yr Uned	Teitl yr Uned	OD A	Gwerth credyd
Grŵp gorfodol			
410	Deddfwriaeth, damcaniaethau a modelau o ymarfer person-ganolog / plentyn-ganolog	115	22
420	Ymarfer proffesiynol	20	6
424	Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gydag anabledd dysgu/awtistiaeth	210	37

Er mwyn cyflawni **Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol (Arwain ymarfer ar gyfer plant a phobl ifanc anabl)** mae'n rhaid i ddysgwyr ennill

- O leiaf **63** credyd o'r grŵp Gorfodol.

Rhif yr Uned	Teitl yr Uned	OD A	Gwerth credyd
Grŵp gorfodol			
410	Deddfwriaeth, damcaniaethau a modelau o ymarfer person-ganolog / plentyn-ganolog	115	22
420	Ymarfer proffesiynol	20	6
425	Arwain ymarfer ar gyfer plant a phobl ifanc anabl	149	35

Er mwyn cyflawni **Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol (Arwain ymarfer ar gyfer plant a phobl ifanc sy'n derbyn gofal)** mae'n rhaid i ddysgwyr ennill

- O leiaf **62** credyd o'r grŵp Gorfodol.

Grŵp gorfodol	Grŵp gorfodol	OD A	Gwerth credyd
Rhif yr Uned			
410	Deddfwriaeth, damcaniaethau a modelau o ymarfer person-ganolog / plentyn-ganolog	115	22
420	Ymarfer proffesiynol	20	6
426	Arwain ymarfer ar gyfer plant a phobl ifanc sy'n derbyn gofal	145	34

Er mwyn cyflawni **Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol (Arwain ymarfer gyda theuluoedd/gofalwyr)** mae'n rhaid i ddysgwyr ennill

- O leiaf **65** credyd o'r grŵp Gorfodol.

Grŵp gorfodol	Grŵp gorfodol	OD A	Gwerth credyd
Rhif yr Uned			
410	Deddfwriaeth, damcaniaethau a modelau o ymarfer person-ganolog / plentyn-ganolog	115	22
420	Ymarfer proffesiynol	20	6
427	Arwain ymarfer gyda theuluoedd a gofalwyr	145	37

Oriau dysgu dan arweiniad (ODA) a chyfanswm yr amser cymhwyso (CAC)

Mae Oriau Dysgu Dan Arweiniad (ODA) yn rhoi syniad i ganolfannau o faint o amser dysgu ac asesu *dan oruchwyliaeth* sydd ei angen i gyflwyno'r uned a gellir eu defnyddio at bwrpasau cynllunio.

Cyfanswm yr Amser Cymhwyso (CAC) yw cyfanswm yr amser, mewn oriau, y disgwylir i ddysgwyr ei dreulio er mwyn ennill cymhwyster. Mae'n cynnwys oriau dysgu dan arweiniad (a restrir ar wahân) ac oriau a dreulir yn paratoi, yn astudio ac yn cyflawni rhai gweithgareddau asesu ffurfiannol.

Mae fformiwla sy'n cyfateb i werth y CAC wedi'i rannu â 10 yn cael ei defnyddio i gyfrifo'r credyd.

Nodir yr isafswm CAC gofynnol ar gyfer y cymhwyster hwn isod.

Cymhwyster	CAC
Lefel 4 Ymarfer Proffesiynol yn y maes Iechyd a Gofal Cymdeithasol	620

2 Gofynion canolfannau

Cymeradwyo'r cymhwyster

Bydd angen cymeradwyo canolfannau a chymhwyster ar gyfer y cymhwyster hwn. Bydd hyn yn cynnwys asesiad desg.

Er mwyn cymeradwyo canolfan, rhaid i sefydliad allu bodloni'r meini prawf cymeradwyo canolfannau. Mae'r dogfennau canlynol yn rhoi manylion sut i gael cymeradwyaeth am y cymhwyster hwn:

- Llawlyfr Gweinyddu (Cyflwyniad i weithio gyda City & Guilds a CBAC)
- Ein Gofynion Sicrhau Ansawdd
- Model Sicrhau Ansawdd

Cynghorir darpar ganolfannau i geisio cymeradwyaeth canolfan a chymhwyster, fel sy'n briodol, cyn dechrau cyflwyno'r cymhwyster.

Mae'r Consortiwm yn anelu at gyhoeddi'r penderfyniad ynghylch cymeradwyo'r ganolfan a'r cymhwyster o fewn 30 diwrnod gwaith ar ôl i'r cais gael ei gyflwyno, gan arwain at bedwar canlyniad posibl:

- Cymeradwyo'r ganolfan a'r cymhwyster
- Cymeradwyo'r ganolfan a'r cymhwyster yn amodol ar gynllun gweithredu
- Ymatal rhag cymeradwyo'r ganolfan a'r cymhwyster yn amodol ar gynllun gweithredu
- Gwrthod cymeradwyo'r ganolfan a'r cymhwyster.

Tybir bod y ganolfan a'r cymhwyster wedi cael eu cymeradwyo pan fydd City & Guilds yn anfon cadarnhad ysgrifenedig o'r statws i'r ganolfan, ac nid cyn hynny.

Bydd yn ofynnol i ganolfannau wneud cais am gymeradwyaeth ar gyfer y cymhwyster hwn a bodloni'r gofynion penodol i ganolfannau a amlinellir yn y ddogfen hon mewn perthynas â staff cyflwyno a chymhwysedd aseswyr. Bydd y gofynion hyn yn cael eu harchwilio a'u monitro fel rhan o'r broses cymeradwyo cymhwysterau a'r broses o fonitro'r cymhwysterau hyn yn barhaus.

Ymrestru ac ardystio

Mae dysgwyr ar gyfer y cymhwyster hwn yn cael eu cofrestru ar Pro Platform i gefnogi'r elfen asesu allanol. Mae Pro Platform yn galluogi canolfannau i gofrestru ar sail 'mewn ac allan' hy gallwch gofrestru ar unrhyw amser ac mewn unrhyw niferoedd yn ystod y flwyddyn.

Ni ddylid cofrestru dysgwyr am y cymhwyster hwn ar Walled Garden.

Mae mynediad i Pro Platform yn cael ei ddarparu i ganolfannau ar ôl derbyn cymeradwyaeth am y cymhwyster hwn. Mae canllawiau ar gael o dan y tab 'Welsh Qualifications' yn yr adran 'Support Materials' i ddarparu cymorth i ganolfannau cwblhau cofrestru, fesul dysgwyr unigol neu fesul grŵp.

Bydd dysgwyr yn cael eu tystysgrifo drwy Walled Garden.

Staff canolfannau

Gofynion aseswyr

Yr aseswr mewnol fydd yn gyfrifol am lunio'r farn asesu derfynol ar gyfer y tasgau a asesir yn fewnol o fewn y cymhwyster.

Mae'n rhaid i Aseswyr y cymhwyster hwn wneud y canlynol:

- bod yn alwedigaethol gymwys o fewn llwybr penodol y cymhwyster maent yn ei asesu – golyga hyn bod yn rhaid i bob aseswr allu cyflawni'r gofynion llawn yn yr unedau cymhwysedd y mae'n eu hasesu. Ystyr cymhwysedd galwedigaethol yw eu bod hefyd yn alwedigaethol wybodus
- cynnal eu cymhwysedd galwedigaethol drwy ddysgu a datblygu proffesiynol parhaus y gellir eu dangos yn glir
- meddu ar D32/33 neu A1 NEU fod yn gweithio tuag at y cymwysterau A1 newydd e.e. City & Guilds 6317 megis:
 - 6317-31 Lefel 3 Dyfarniad mewn Asesu Cymhwysedd yn yr Amgylchedd Gwaith neu
 - 6317-33 Lefel 3 Tystysgrif mewn Asesu Cyflawniad Galwedigaethol neu
 - cymhwyster cyfatebol/amgen addas wrth asesu perfformiad yn y gwaith. Rhaid cytuno ar hyn ymlaen llaw gyda swyddog sicrhau ansawdd allanol y ganolfan.

Lle y bo gan aseswyr hen gymwysterau aseswr, rhaid iddyn nhw ddangos eu bod yn asesu'n unol â safonau asesu cyfredol neu gymhwyster cyfatebol/amgen addas arall ar gyfer asesu perfformiad yn y gwaith. Rhaid cytuno ar hyn ymlaen llaw gyda Swyddog Sicrhau Ansawdd Allanol y ganolfan.

Mae City & Guilds hefyd yn derbyn cymwysterau aseswr eraill a achredir yn genedlaethol. Ceir rhestr lawn o'r rhain ar dudalen we'r cymhwyster.

Lle y bo aseswr yn gweithio tuag at ennill cymwysterau aseswr, rhaid bod trefniant cydlofnodi ar waith gan aseswr cymwysedig o'r un maes galwedigaethol neu faes galwedigaethol cysylltiedig.

Swyddogion sicrhau ansawdd mewnol

Rhaid i'r rheini sy'n cyflawni'r rôl sicrhau ansawdd mewnol fod yn alwedigaethol wybodus a meddu ar y sgiliau sydd eu hangen i wneud penderfyniadau sicrhau ansawdd.

Mae'r gofynion cymhwyso ar gyfer swyddog sicrhau ansawdd mewnol ar gyfer cymwysterau seiliedig ar gymhwysedd fel a ganlyn. Rhaid bod y swyddog sicrhau ansawdd mewnol:

- yn meddu ar y cymwysterau Sicrhau Ansawdd cyfredol, neu fod yn gweithio tuag at eu hennill, e.e.
 - Lefel 4 Dyfarniad ar gyfer Sicrhau Ansawdd Prosesau ac Arferion Asesu yn Fewnol neu
 - Lefel 4 Tystysgrif mewn Arwain Gwaith Sicrhau Ansawdd Prosesau ac Ymarfer Asesu yn Fewnol neu
 - Feddu ar uned D34 neu Ddyfarniad Gwirwyr V1.

Lle bo swyddog sicrhau ansawdd mewnol yn gweithio tuag at ennill cymhwyster swyddog sicrhau ansawdd mewnol, rhaid bod trefniant cydlofnodi ar waith gan swyddog sicrhau ansawdd mewnol cymwysedig o'r un maes galwedigaethol neu faes galwedigaethol cysylltiedig.

Y cyd-destun Cymreig

O ran unigolion nad ydynt wedi ymgymryd â gweithgareddau asesu yng Nghymru o'r blaen, awgrymir y byddai meddu ar ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o'r Gymraeg a diwylliant, polisiâu a chyd-destun Cymru yn fuddiol i'w cefnogi wrth ymgymryd â'u rolau.

Datblygiad proffesiynol parhaus

Disgwylir i ganolfannau gynorthwyo eu staff i sicrhau bod eu gwybodaeth a'u cymhwysedd yn y maes galwedigaethol ac o ran arfer gorau wrth gyflwyno, mentora, hyfforddi, asesu a sicrhau ansawdd yn gyfredol a'u bod yn ystyried unrhyw ddatblygiadau cenedlaethol neu ddeddfwriaethol.

Gofynion mynediad ymgeiswyr

Nid yw City & Guilds yn pennu unrhyw ofynion cofrestru ychwanegol ar gyfer y cymhwyster hwn. Fodd bynnag, rhaid i ganolfannau sicrhau bod gan ymgeiswyr y potensial i ennill y cymwysterau'n llwyddiannus, a'u bod yn cael y cyfle i wneud hynny.

Gellir cofrestru ar gyfer y cymhwyster drwy'r Ardd Furiog (Walled Garden) – gweler gwefan y Consortiwm am ragor o fanylion.

Cyfyngiadau oedran

Ni all y Consortiwm dderbyn unrhyw gofrestriadau ar gyfer ymgeiswyr dan 18 oed gan nad yw'r cymhwyster hwn wedi'i gymeradwyo ar gyfer rhai dan 18 oed.

3 Cyflwyno'r cymhwyster

Asesu cychwynnol a sefydlu

Dylid cynnal asesiad cychwynnol o bob dysgwr cyn dechrau ei raglen er mwyn nodi:

- p'un a oes gan y dysgwr unrhyw anghenion penodol o ran hyfforddiant,
- unrhyw gefnogaeth ac arweiniad y gall fod ei angen arno wrth weithio tuag at ennill y cymhwyster,
- unrhyw unedau y mae eisoes wedi'u cwblhau, neu gredyd y mae wedi'i gronni sy'n berthnasol i'r cymwysterau,
- y math a'r lefel briodol o gymhwyster.

Argymhellir y dylai canolfannau gynnig rhaglen sefydlu fel bod y dysgwr yn deall gofynion y cymhwyster, ei gyfrifoldebau fel dysgwr, a chyfrifoldebau'r ganolfan yn llawn. Gall y wybodaeth hon gael ei chofnodi ar gontract dysgu.

Deunyddiau cefnogi

Mae'r adnoddau canlynol ar gael ar gyfer y cymhwyster hwn:

Disgrifiad	Sut i gael mynediad
Pecyn asesu	Gwefan y Consortiwm

Swyddogion Cyswllt/penodedigion allanol

Swyddogion Cyswllt/Penodedigion yw'r termau a ddefnyddir gan y Consortiwm i gyfeirio at unigolion a benodir gan City & Guilds neu CBAC i gyflawni rolau penodol ar eu rhan, er enghraifft swyddogion sicrhau ansawdd allanol neu aseswyr allanol.

Mae gan y Consortiwm feini prawf er mwyn sicrhau bod pob swyddog cyswllt/penodai yn meddu ar y wybodaeth/profiad a'r sgiliau galwedigaethol cywir i gyflawni'r rôl benodol.

Bydd y Consortiwm yn sicrhau bod pob swyddog cyswllt/penodai sy'n cyflawni rôl sicrhau ansawdd ym meysydd cymeradwyo canolfannau, cymeradwyo cymwysterau a gwneud penderfyniadau asesu wedi'i hyfforddi, yn meddu ar y cymwysterau priodol ac yn gymwys yn alwedigaethol. Rhaid mynychu hyfforddiant a digwyddiadau safoni.

Mae staff y Consortiwm yn rheoli perfformiad pob swyddog cyswllt/penodai. Os nodir pryderon am unigolyn, bydd pob partner Consortiwm yn cymryd camau cywirol a fyddai'n gallu cynnwys camau gwella a monitro agos neu, mewn rhai achosion, gall problemau o ran ansawdd perfformiad arwain at derfynu contract Corff Dyfarnu gyda'r swyddog cyswllt/penodai.

Aseswyr allanol

Ar gyfer y cymhwyster hwn, caiff cronfa o aseswyr allanol eu recriwtio gan City & Guilds a fydd yn cynnal yr asesiad allanol ac yn gwneud y penderfyniad asesu ar gyfer pob ymgeisydd sy'n cwblhau elfen asesiad allanol y cymhwyster hwn. Mae'n rhaid i'r gronfa hon o aseswyr:

- bod yn alwedigaethol gymwys o fewn llwybr penodol y cymhwyster maent yn ei asesu – golyga hyn bod yn rhaid i bob aseswr allu cyflawni'r gofynion llawn yn yr unedau cymhwysedd y mae'n eu hasesu. Ystyr cymhwysedd galwedigaethol yw eu bod hefyd yn alwedigaethol wybodus.
- cynnal eu cymhwysedd galwedigaethol drwy ddysgu a datblygu proffesiynol parhaus y gellir eu dangos yn glir.
- meddu ar D32/33 neu A1 NEU fod yn gweithio tuag at y cymwysterau A1 newydd e.e. City & Guilds 6317 megis:
 - 6317-31 Lefel 3 Dyfarniad mewn Asesu Cymhwysedd yn yr Amgylchedd Gwaith neu
 - 6317-33 Lefel 3 Tystysgrif mewn Asesu Cyflawniad Galwedigaethol neu
 - cymhwyster cyfatebol/amgen addas wrth asesu perfformiad yn y gwaith. Rhaid cytuno ar hyn ymlaen llaw gyda swyddog sicrhau ansawdd allanol y ganolfan.er mwyn sicrhau eu bod yn meddu ar y sgiliau cywir a'r cymhwysedd galwedigaethol i allu cyflwyno barn asesu ddilys, sy'n briodol i lefel y cymhwyster hwn.

Lle y bo aseswr yn gweithio tuag at ennill cymwysterau aseswr, rhaid bod trefniant cydlofnodi ar waith gan aseswr cymhwysedig o'r un maes galwedigaethol neu faes galwedigaethol cysylltiedig.

Bydd pob aseswr allanol yn mynd drwy'r hyfforddiant cychwynnol hwn ar y dull asesu. Bydd aseswyr allanol yn destun prosesau safoni a samplu arweiniol. Cynhelir digwyddiadau hyfforddi a safoni blynyddol gyda'r holl aseswyr.

Bydd aseswyr arweiniol yn cefnogi'r broses o recriwtio a hyfforddi aseswyr newydd, gan ddefnyddio enghreifftiau o arfer gorau a darparu cefnogaeth ar gyfer gweithgareddau asesu.

Bydd y Consortiwm yn sicrhau bod digon o swyddogion cyswllt/penodedigion dwyieithog yn cael eu recriwtio er mwyn diwallu anghenion canolfannau a dysgwyr cyfrwng Cymraeg. Bydd y lefel o weithgarwch sicrhau ansawdd yn gyson rhwng y Gymraeg a'r Saesneg. Darperir ar gyfer monitro a safoni yn y ddwy iaith.

Bydd yr holl swyddogion cyswllt/penodedigion yr ystyrir eu bod yn cymryd rhan mewn gweithgarwch a reoleiddir yn destun gwiriad gan y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd a byddan nhw'n cael sesiwn frifffio ar ddiogelu cyn ymweld â chanolfan.

Swyddogion sicrhau ansawdd allanol

Rhaid i'r rhai sy'n cyflawni rôl sicrhau ansawdd allanol fod yn alwedigaethol wybodus a meddu ar y sgiliau sydd eu hangen i wneud penderfyniadau sicrhau ansawdd.

Bod y Consortiwm yn ei gwneud yn ofynnol i Swyddogion Cyswllt/penodedigion feddu ar gymhwyster sicrhau ansawdd allanol, sef naill ai:

D35 - Gwirio'r Broses Asesu'n Allanol (D35) neu V2 - Lefel 4 Tystysgrif mewn Sicrhau Ansawdd y Broses Asesu yn Allanol (V2)

Lefel 4 Sicrhau Ansawdd Prosesau ac Ymarfer Asesu yn Allanol.

Bydd Swyddogion Cyswllt/penodedigion yn gweithio tuag at ennill y cymhwyster sicrhau ansawdd allanol cyfredol (TAQA) neu byddant eisoes wedi'i ennill, neu byddant yn meddu ar hen gymhwyster fel V2/D35.

Lle y bo swyddog sicrhau ansawdd allanol yn gweithio tuag at fodloni'r gofynion ar gyfer swyddogion sicrhau ansawdd allanol, rhaid bod trefniant cydlofnodi ar waith gan swyddog sicrhau ansawdd allanol arall o'r un maes galwedigaethol neu faes galwedigaethol cysylltiedig.

Trefniadau cymedroli asesu mewnol

Mae prosesau sicrhau ansawdd allanol ar waith i gadarnhau dilysrwydd a dibynadwyedd safbwyntiau a phrosesau asesu mewnol sy'n cael eu cyflwyno a'u dilyn gan staff canolfannau, fel sy'n briodol i'r cymhwyster hwn.

Bydd y safbwyntiau a phrosesau asesu mewnol yn destun samplu a gwaith monitro seiliedig ar risg gan swyddogion sicrhau ansawdd allanol er mwyn sicrhau bod penderfyniadau asesu canolfannau yn gyson ac yn ddilys. Cyflawnir gweithgareddau sicrhau ansawdd gan swyddogion cyswllt asesu cymwys a hyfforddedig sy'n meddu ar y cymwysterau priodol. Ym mhob achos o samplu'r safbwyntiau a phrosesau asesu mewnol at bwrpasau sicrhau ansawdd, rhoddir adborth ysgrifenedig ffurfiol gan City & Guilds.

Bydd y Consortiwm yn ymchwilio i unrhyw achos sylweddol o ddiffyg cydymffurfio neu unrhyw bryder a ddaw'n amlwg wrth fonitro'n allanol. O ganlyniad i'r gweithgarwch hwn, gellir gweithredu a/neu osod sancsiynau priodol. Mewn rhai achosion gall ymchwiliadau arwain at ddadymrestru'r ganolfan neu'r canolfannau dan sylw.

I gael rhagor o wybodaeth am y broses fonitro allanol, gweler y Llawlyfr Gweinyddu (Cyflwyniad i weithio gyda City & Guilds a CBAC) sydd ar gael ar wefan y Consortiwm yn www.dysguiechydagofal.cymru

Apêl fewnol

Dylai canolfannau fod wedi rhoi proses fewnol ar waith er mwyn i ddysgwyr apelio yn erbyn y ffordd y bydd asesiadau'n cael eu marcio'n fewnol. Rhaid i'r broses fewnol gynnwys rhoi gwybod i ddysgwyr am y canlyniadau mae'r ganolfan wedi'u rhoi ar gyfer elfennau a asesir yn fewnol, gan y bydd angen y rhain arnyn nhw i benderfynu a ydyn nhw am apelio ai peidio.

Ffactorau sy'n effeithio ar ymgeiswyr unigol

Os bydd gwaith yn cael ei golli, dylid rhoi gwybod i City & Guilds yn syth am ddyddiad colli'r gwaith, sut digwyddodd hyn, a phwy oedd yn gyfrifol am ei golli. Dylai canolfannau ddefnyddio ffurflen y CGC, JCQ/LCW, i roi gwybod i Wasanaethau Cwsmeriaid City & Guilds am yr amgylchiadau.

Mae'n bosibl y bydd angen sylw unigol ar ymgeiswyr sy'n symud o un ganolfan i ganolfan arall yn ystod y cwrs. Mae'r camau gweithredu posibl yn dibynnu ar yr adeg pan mae'r dysgwr yn symud. Dylai canolfannau gysylltu â City & Guilds cyn gynted â phosibl i ofyn am gyngor ar drefniadau priodol mewn achosion unigol.

Camymddwyn

Gweler nodiadau canllaw City & Guilds, *Managing cases of suspected malpractice in examinations and assessments*. Mae'r ddogfen hon yn nodi'r gweithdrefnau i'w dilyn er mwyn adnabod achosion o gamymddwyn gan ddysgwyr a/neu staff canolfan a rhoi gwybod amdanynt, a'r camau y gall City & Guilds eu cymryd ar ôl hynny. Mae'r ddogfen yn cynnwys enghreifftiau o gamymddwyn gan ddysgwyr a chanolfannau ac yn esbonio cyfrifoldebau staff canolfannau i roi gwybod am achosion o gamymddwyn gwirioneddol neu gamymddwyn a amheuir. Gall canolfannau gael gafael ar y ddogfen hon ar wefan City & Guilds.

Nodir enghreifftiau o gamymddwyn gan ddysgwyr isod (sylwer nad yw'r rhestr hon yn gynhwysfawr):

- ffugio tystiolaeth asesu neu ddogfennau canlyniadau
- llên-ladrad o unrhyw fath
- cydgynllwynio ag eraill
- copïo gwaith ymgeisydd arall (gan gynnwys defnyddio TGCh er mwyn helpu i wneud hynny), neu ganiatáu i waith gael ei gopïo
- dinistrio gwaith rhywun arall yn fwriadol
- datganiadau dilysrwydd anwir mewn perthynas ag asesiadau
- personadu.

Mae gweithredu fel hyn yn gyfystyr â chamymddwyn, a bydd cosb (e.e. diarddel o'r asesiad) am wneud hyn.

Gweler y ffurflen yn y ddogfen *Managing cases of suspected malpractice in examinations and assessments*.

Trefniadau mynediad ac ystyriaeth arbennig

Ystyr trefniadau mynediad yw addasiadau sy'n galluogi ymgeiswyr ag anabledau, anghenion addysgol arbennig ac anafiadau dros dro i ymgymryd â'r asesiad a dangos eu sgiliau a'u gwybodaeth heb newid gofynion yr asesiad. Rhaid i'r trefniadau hyn gael eu gwneud cyn i asesiad gael ei gynnal.

Cyfrifoldeb y ganolfan yw sicrhau ar ddechrau rhaglen ddysgu y bydd ymgeiswyr yn cael cyfle i fodloni gofynion y cymhwyster.

Gweler *Access Arrangements, Reasonable Adjustments and Special Consideration* (Trefniadau Mynediad, Addasiadau Rhesymol ac Ystyriaeth Arbennig - yn Gymraeg ar wefan CBAC) y Cydgyngor Cymwysterau ac Access arrangements - when and how applications need to be made to City & Guilds, am ragor o wybodaeth. Mae'r rhain ar gael ar wefan City & Guilds: <http://www.cityandguilds.com/delivering-ourqualifications/centre-development/centre-document-library/policies-andprocedures/access-arrangements-reasonable-adjustments>

Ystyriaeth Arbennig

Gallwn roi ystyriaeth arbennig i ymgeiswyr sydd wedi cael salwch, anaf neu anhwylder dros dro ar adeg yr asesiad. Lle y byddwn yn gwneud hyn, bydd yn digwydd ar ôl yr asesiad.

Dylai'r Swyddog Arholiadau (neu unigolyn sy'n cyflawni rôl gyfatebol) yn y ganolfan gyflwyno ceisiadau am drefniadau mynediad neu ystyriaeth arbennig i City & Guilds. Am ragor o

wybodaeth, gweler y fersiwn gyfredol o ddogfen y CGC, *A guide to the special consideration process (Canllaw i'r broses ystyriaeth arbennig* – yn Gymraeg ar wefan CBAC. Mae'r ddogfen hon ar gael ar wefan City & Guilds: <http://www.cityandguilds.com/delivering-ourqualifications/centre-development/centre-document-library/policies-andprocedures/access-arrangements-reasonable-adjustments>

4 Asesu

Crynodeb o'r dulliau asesu

Rhaid i ymgeiswyr gwblhau'r canlynol yn llwyddiannus:

- portffolio o dystiolaeth
- prosiect sy'n cynnwys cyfres o dasgau ysgrifenedig, arsylwi ymarfer yn uniongyrchol a thrafodaeth broffesiynol

Mae'r asesiadau hyn wedi'u cynllunio i ymgeiswyr ddangos eu gwybodaeth, eu dealltwriaeth a'u sgiliau o'r unedau gorfodol a chynnwys eu llwybr dewisol. Mae'r asesiadau'n cwmpasu amrywiaeth o elfennau ysgrifenedig i adlewyrchu gwybodaeth a dealltwriaeth, yn ogystal ag elfennau ymarfer sy'n cynnwys arsylwi ymarfer dysgwyr yn uniongyrchol er mwyn cadarnhau eu bod yn meddu ar y sgiliau ymarferol sy'n ofynnol ar gyfer cynnwys eu llwybr dewisol.

Gellir llwytho pecyn asesu i lawr sy'n nodi gofynion penodol yr asesiad o wefan y Consortiwm.

Efelychiad

Creu sefyllfa artiffisial at bwrsasau asesu yw efelychu. Dylai unrhyw efelychu gael ei gyfyngu i gael tystiolaeth lle nad yw'n bosibl ei gynhyrchu'n naturiol drwy weithgareddau gwaith arferol (e.e. oherwydd pryderon yn ymwneud ag iechyd a diogelwch).

Yn y cymhwyster hwn, **ni** chaniateir efelychu.

Cyfyngiadau amser

Rhaid rhoi'r cyfyngiadau canlynol ar waith wrth asesu'r cymhwyster hwn:

- rhaid cyflawni pob uned a chwblhau ac asesu gofynion cysylltiedig o fewn cyfnod ymrestru'r dysgwr.

Cydnabod dysgu blaenorol (CDB)

Ystyr cydnabod dysgu blaenorol yw defnyddio profiad neu gymwysterau blaenorol dysgwyr a gyflawnwyd yn barod i gyfrannu tuag at gymhwyster newydd. Caniateir CDB ar gyfer y cymhwyster hwn ar gyfer yr uned ganlynol,

Uned 410 Deddfwriaeth, damcaniaethau a modelau person-ganolog/plentyn-ganolog

I gael rhagor o wybodaeth am gydnabod dysgu blaenorol a pholisi'r Consortiwm mewn perthynas â hyn, gweler y Llawlyfr Gweinyddu (Cyflwyniad i weithio gyda City & Guilds a CBAC) sydd ar gael ar wefan y Consortiwm yn www.dysguiechydagofal.cymru.

Dyfarnu'r cymhwyster

Caiff y cymhwyster ei ddyfarnu yn seiliedig ar gwblhau'r holl dasgau asesu. Rhaid i ymgeiswyr basio pob asesiad er mwyn cael gradd gyffredinol ar gyfer y cymhwyster.

Cyfleoedd ailsefyll

Nid oes cyfyngiad ar nifer y cyfleoedd ailsefyll a geir ar gyfer y cymhwyster hwn.

Gweler y pecyn asesu am ganllawiau ar y cyfleoedd ailsefyll sydd ar gael i ymgeiswyr sy'n cwblhau'r asesiadau, ac am ganllawiau ar y camau i'w cymryd pan fydd ymgeisydd yn methu wrth gwblhau unrhyw elfen o'r asesiad.

Rolau

Bydd y rolau canlynol yn ymwneud â'r gwaith o asesu'r cymhwyster hwn.

Aseswr mewnol¹ – aseswr cymwys, sy'n cynorthwyo i gyflwyno'r asesiad. Yr aseswr mewnol fydd yn gyfrifol am lunio'r farn asesu derfynol ar gyfer y tasgau a asesir yn fewnol.

Swyddog Sicrhau Ansawdd Allanol – yn gyfrifol am gadarnhau bod y gwaith o gynllunio, cynnal ac asesu'r tasgau a asesir yn fewnol wedi'i wneud yn unol â pholisïau a gweithdrefnau City & Guilds.

Cyflogwr/Rheolwr – yn deall prosesau mewnol arferol y gweithle/lleoliad, dogfennaeth, systemau cyfathrebu ac ati, a gall asesu p'un a yw'r ymgeisydd yn eu defnyddio'n briodol. Lle y bo'n briodol gall ddarparu tystiolaeth fel tyst arbenigol ar gyfer y portffolio o ran ymarfer dyddiol yn y gweithle. Bydd y cyflogwr/rheolwr yn cefnogi'r aseswr mewnol i gadarnhau cynllun prosiect yr ymgeisydd ac felly'r prosiect.

Gweithiwr Proffesiynol Arall – tyst arbenigol – ar gyfer gweithdrefnau arbenigol neu unedau y mae angen arbenigedd penodol ar eu cyfer, gall lleoliadau ddarparu tystiolaeth ychwanegol gan dyst arbenigol.

Swyddog Sicrhau Ansawdd Mewnol - yn sicrhau bod yr holl dystiolaeth asesu a gyflwynir yn fewnol o ansawdd cyson a phriodol.

Aseswr Allanol City & Guilds² – aseswr cymwysedig, a benodwyd gan City & Guilds, sy'n gyfrifol am bennu'r farn asesu derfynol ar gyfer tasgau a asesir yn allanol.

Aseswr Arweiniol City & Guilds – bydd yn gyfrifol am samplu a safoni barn asesu aseswyr allanol.

Tiwtor – yn meithrin gwybodaeth a dealltwriaeth o gynnwys y cymhwyster. Gall y tiwtor gefnogi mynediad at yr asesiad ond nid yw'n gyfrifol am wneud unrhyw benderfyniad ar ganlyniadau asesu.

Nodyn

Mewn amgylchiadau lle mae'r ymgeisydd yn gweithio mewn sefyllfa lle nad oes unrhyw gydberthynas reoli uniongyrchol, byddai disgwyl i'r elfennau prosesu y nodir yma y dylai'r rheolwr gymryd perchenogaeth ohonynt gael eu cyflawni'n llawn gan yr aseswr.

¹ I gadarnhau gofynion asesu mewnol y cymhwyster hwn, gweler yr adran '**Gofynion canolfannau**' yn y Llawlyfr Cymhwyster hwn

² I gadarnhau gofynion asesu allanol y cymhwyster hwn, gweler yr adran '**Cyflwyno'r Cymhwyster**' yn y Llawlyfr hwn

5 Unedau

Argaeledd yr unedau

Mae'r holl unedau wedi'u cynnwys yn y llawlyfr cymhwyster hwn;

Rhif yr Uned	Teitl yr Uned
410	Deddfwriaeth, damcaniaethau a modelau o ymarfer person-ganolog / plentyn-ganolog
420	Ymarfer proffesiynol
421	Arwain cefnogaeth i leihau arferion cyfyngol drwy ddulliau cadarnhaol i gefnogi ymddygiad
422	Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gydag afiechyd meddwl
423	Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gyda dementia
424	Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gydag anabledd dysgu/awtistiaeth
425	Arwain ymarfer ar gyfer plant a phobl ifanc anabl
426	Arwain ymarfer gyda phlant a phobl ifanc sy'n derbyn gofal
427	Arwain ymarfer gyda theuluoedd a gofalwyr

Canllawiau ar gyflwyno cynnwys yr unedau

Mae'r crynodeb canlynol yn rhoi canllawiau ar y gwahanol elfennau sydd i'w cael yn yr unedau a gwybodaeth am gyflwyno'r unedau.

Gwerth oriau dysgu dan arweiniad (ODA)

Mae'r gwerth hwn yn nodi faint o Oriau Dysgu dan Arweiniad y bydd eu hangen ar gyfer cyflwyno uned i ymgeisydd, ar gyfartaledd. Mae hyn yn cynnwys cyswllt â thiwtoriaid, hyfforddwyr neu hwyluswyr fel rhan o'r broses ddysgu, a dysgu ffurfiol gan gynnwys dosbarthiadau, sesiynau hyfforddi, seminarau a thiworialau. Mae'r gwerth hwn hefyd y cynnwys yr amser mae'n ei gymryd i baratoi ar gyfer asesu'r uned, a chwblhau'r asesiad hwnnw. Mae oriau dysgu dan arweiniad yn cael eu talgrynnu i'r pum awr agosaf.

Gwerth credyd

Mae'r gwerth hwn yn seiliedig ar yr oriau dysgu dan arweiniad **yn ogystal ag** unrhyw amser dysgu ychwanegol neu weithgareddau ychwanegol y bydd eu hangen ar y dysgwr i gwblhau'r uned. Er enghraifft, gall hyn gynnwys amser ar gyfer dysgu anffurfiol, astudio preifat, ymarfer, myfyrio ac ati. Mae cyfanswm yr oriau yn cael ei rannu â 10 i roi'r gwerth credyd. Mae gwerthoedd credyd yn cael eu talgrynnu i'r rhif cyfan agosaf.

Crynodeb o'r uned

Yn y rhan hon mae crynodeb byr, lefel uchel o gynnwys yr uned yn ymdrin â'r wybodaeth ac ymarfer sydd dan sylw. Hefyd, gall y crynodeb o'r uned roi gwybodaeth am fathau o leoliadau y mae'r uned yn berthnasol iddyn nhw neu wedi'i hatal rhag cael ei chyflwyno ynddyn nhw.

Deilliannau dysgu

Mae deilliannau dysgu yn grwpio darnau o wybodaeth gysylltiedig ynghyd ac yn cael eu cyflwyno fel canlyniad y broses ddysgu, h.y. yr hyn y mae'n rhaid i ddysgwyr ei ddeall neu allu ei wneud yn dilyn yr addysgu a'r dysgu. Mae nifer o feini prawf asesu yn ategu pob deiliant dysgu.

Meini Prawf Asesu

Mae meini prawf asesu'n rhannu'r deiliant dysgu yn feysydd llai i'w cyflawni. Gall meini prawf asesu gael eu hategu gan amrediad, a nodir gan eiriau neu ymadroddion mewn testun **trwm**.

Noder, at ddiben y cymhwyster hwn ar gyfer y sawl sy'n gweithio ar lefel gyrfa 4 yn y GIG, bod y cyfeiriad yn y meini prawf asesu at "Arwain, adolygu a monitro" yn cyfeirio at y rheini sydd â llwyth achosion neu raglen grŵp dirprwyedig, sy'n gweithio ar eu liwt eu hunain o fewn protocolau y cytunwyd arnynt ac a fyddai'n cynnwys datblygu cynlluniau ar y cyd.

Ystod

Bydd rhai geiriau neu ymadroddion yn y meini prawf asesu mewn testun **trwm**. Mae hyn yn golygu bod ystod wedi cael ei chyflwyno a fydd i'w gweld ar waelod y deiliant dysgu. Mae'r ystod yn cynnwys gwybodaeth am faint o ddyfnder a manylder sydd eu hangen ar gyfer meini prawf penodol. Nid yw'r ystod yn rhestr gynhwysfawr – gall fod enghreifftiau eraill a allai berthyn i'r maes pwnc hwnnw. Fodd bynnag, mae'r rhai a restrir yn yr ystod yn allweddol ar gyfer cyflwyno cynnwys yr uned – **rhaid mynd i'r afael â phob elfen a restrir yn yr ystod wrth gyflwyno'r uned**.

Canllawiau cyflwyno

Mae'r canllawiau hyn wedi'u hanelu at diwtoriaid, hyfforddwyr neu hwyluswyr wrth addysgu'r uned ac maen nhw'n cynnwys ystyriaethau penodol ar gyfer cyflwyno cynnwys yr uned lle y bo hynny'n berthnasol. Er enghraifft, cysylltiadau y gellir eu gwneud rhwng unedau o fewn y cymhwyster neu enghreifftiau o'r ffordd y gellir cyflwyno'r cynnwys i ddysgwyr.

Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig

Cyflwynir y rhain fel canllaw i diwtoriaid, hyfforddwyr neu hwyluswyr sy'n cyflwyno'r cynnwys ac maen nhw'n dangos lle y gall cynnwys yr unedau fod yn berthnasol i Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol cysylltiedig. Dim ond canllaw yw'r rhestr hon ac nid yw'n gynhwysfawr. Nid yw'n ofynnol i Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol gael eu cyflwyno fel rhan o unedau. D.S. – er y gwneir pob ymdrech i sicrhau bod y rhai a restrir yn gyfredol, mae'n bosibl y bydd fersiynau newydd neu ddiwygiedig o Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol yn disodli'r rhai a restrir.

Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig

Cyflwynir y rhain er hwylustod cyfeirio ac er mwyn rhoi cyd-destun i'r uned, a gellir eu defnyddio er mwyn helpu i gyflwyno'r cynnwys a rhoi cyd-destun ehangach. Dim ond canllaw yw'r rhestr hon ac nid yw'n gynhwysfawr. Dylid sicrhau bod yr holl deddfwriaeth, canllawiau, gwefannau a dogfennau ac ati a restrir yn gyfredol ac yn berthnasol cyn cyflwyno cynnwys yr uned.

Lefel:	4
ODA:	115
Credyd:	22
Crynodeb o'r Uned:	Nod yr uned hon yw cyflwyno'r dysgwr i ddamcaniaethau, modelau a fframweithiau deddfwriaethol ar gyfer ymarfer person/plentyn-ganolog. Yng nghyd-destun yr uned hon, mae'r term 'unigolion' yn cyfeirio at oedolion a/neu blant a phobl ifanc

Deilliant dysgu:

1. Deall pwysigrwydd parchu unigrywiaeth, cydraddoldeb ac amrywiaeth

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 1.1 Deddfwriaeth a pholisi sy'n cefnogi cydraddoldeb ac amrywiaeth
- 1.2 Effaith stereoteipio, rhagfarn, gwahaniaethu a throseddau casineb ar lesiant

Deilliant dysgu:

2. Deall sut i ddefnyddio dull sy'n seiliedig ar hawliau o asesu angen a risg

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 2.1 Sut mae deddfwriaeth, confensiynau ac egwyddorion yn cefnogi ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog mewn iechyd a gofal cymdeithasol
- 2.2 Sut y gellir cydbwysu ystyried **hawliau a rhyddid** â risg

Ystod

Hawliau a rhyddid – dull sy'n ystyriol o hawliau dynol (hyrwyddo ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog ac asesu angen a risg, yn cynnwys yr hyn sy'n bwysig i unigolion)

Deilliant dysgu:

3. Deall rôl asesiadau cynhwysol o anghenion unigol ym maes iechyd a gofal cymdeithasol

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 3.1 Deddfwriaeth Llywodraeth Cymru sy'n gysylltiedig ag asesiadau cynhwysol o angen unigol

3.2 Dull cynhwysol at asesu angen er mwyn cefnogi ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog

Deilliant dysgu:

4. Deall gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar y dinesydd

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 4.1 Sut mae dinasyddiaeth yn annog pob aelod o gymdeithas i gymryd rhan a chael eu cynnwys
 - 4.2 Sut mae gwerthoedd ac ymddygiadau yn effeithio ar ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog a gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar ddinasyddion
 - 4.3 Rôl eiriolaeth a chydgyhyrchu wrth gefnogi gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar ddinasyddion ac ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog
 - 4.4 Sut i annog unigolion i gymryd rhan
-

Deilliant dysgu:

5. Deall cyfathrebu person-ganolog/plentyn-ganolog

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 5.1 Modelau cyfathrebu
 - 5.2 Cyfathrebu person-ganolog mewn iechyd a gofal cymdeithasol
-

Deilliant dysgu:

6. Deall damcaniaethau cymdeithasegol a'u cysylltiad ag ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 6.1 Damcaniaethau cymdeithasegol
- 6.2 Cymhwyso **damcaniaethau cymdeithasegol** er mwyn cefnogi ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog

Ystod

Damcaniaethau cymdeithasegol – Model anableded cymdeithasol, damcaniaeth swyddogaetholdeb, damcaniaeth gwrthdaro

Deilliant dysgu:

7. Deall damcaniaethau seicolegol ac ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 7.1 Damcaniaethau seicolegol
 - 7.2 Cymhwyso damcaniaethau cymdeithasegol i ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog
-

Deilliant dysgu:

8. Deall y model bioseicogymdeithasol fel ffordd o ddylanwadu ar ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 8.1 Buddiannau a heriau'r model bioseicogymdeithasol
 - 8.2 Dylanwad y model bioseicogymdeithasol ar ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog
-

Deilliant dysgu:

9. Deall diogelu ac ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 9.1 Cyfrifolebau sefydliadau i ddiogelu urddas a hawliau unigolion
- 9.2 Diogelu unigolion
- 9.3 Gofynion rheoleiddio ar gyfer diogelu

Uned 410 Deddfwriaeth, damcaniaethau a modelau ymarferperson-ganolog/plentyn-ganolog

Gwybodaeth Ategol

Canllawiau cyflwyno

Anogir dysgwyr i fyfyrto ar eu lleoliad gwaith eu hunain a chyfeirio ato yn ystod y broses o gyflwyno cynnwys yr uned hon.

Cynnwys	Ymhelaethiad/Canllawiau
DD1	<p>Amcanion thema</p> <ul style="list-style-type: none"> Bwriad deddfwriaeth mewn perthynas â chydraddoldeb, amrywiaeth a gwahaniaethu Cysylltiadau rhwng gwahaniaethu, anfantais a throsteddau casineb Cyfrifoldeb rheolwyr ac arweinwyr i drechu gwahaniaethu a hyrwyddo cydraddoldeb ac amywiaeth
1.1	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> Termau allweddol megis cydraddoldeb, amrywiaeth a gwahaniaethu Y nodweddion gwarchoddedig a nodir yn y Ddeddf Cydraddoldeb (2010) Bwriad Cymraeg 2050: Strategaeth y Gymraeg Llywodraeth Cymru Y Cod Ymarfer Proffesiynol ar gyfer Gofal Cymdeithasol a Chod Ymddygiad y GIG ar gyfer Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd yng Nghymru Canllawiau Ymarfer ar gyfer Rheolwyr Gofal Cymdeithasol sydd wedi cofrestru gyda Gofal Cymdeithasol Cymru Pam mae'r deddfwriaeth a'r safonau yn berthnasol i arwain a rheoli mewn iechyd a gofal cymdeithasol Yr ymddygiadau a'r gwerthoedd y mae'r deddfwriaeth a'r safonau yn eu disgwyl gan y rhai sy'n gweithio mewn iechyd a gofal cymdeithasol Sut mae'r ymddygiadau hyn yn cefnogi arweinwyr, rheolwyr a gweithwyr i roi ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog ar waith <p>Adnoddau:</p> <p>Dylid defnyddio cynllunio person-ganolog Uned 1 (tt1) Cyflwyniad i ddamcaniaethau i roi'r wybodaeth sylfaenol sydd ei hangen ar ddysgwyr ar gyfer yr uned hon</p> <ul style="list-style-type: none"> Adroddiad y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol (2015) Eich hawl i gydraddoldeb gan wasanaethau gofal iechyd a gofal cymdeithasol, tt 5-27; tt 35-53; geirfa tt 73-78, gan gynnwys y termau canlynol: <ul style="list-style-type: none"> Polisi cydraddoldeb Hyfforddiant ar gydraddoldeb Gwahaniaethu uniongyrchol Gwrthwahaniaethu anuniongyrchol Nodweddion gwarchoddedig Llywodraeth Cymru (2017) Cymraeg 2050: Strategaeth y Gymraeg tt 4 - 13

	<ul style="list-style-type: none"> • Fideo YouTube Mwy na geiriau / More than just words – Iola Gruffydd • Gofal Cymdeithasol Cymru: Gweithio yn Gymraeg – adnoddau
1.2	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Yr effaith y gall stereoteipiau, rhagfarn, gwahaniaethu a throseddau casineb ei chael ar lesiant unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr sy'n cael mynediad i wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol • Cysylltiadau â Chodau Ymddygiad ac Ymarfer Proffesiynol <p>Adnoddau:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adroddiad y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol (2015): A yw Cymru'n Decach? tt 4 – 9; tt 25 – 27 • Tudalen y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol ar droseddau casineb • Tudalennau Addasrwydd i Ymarfer Gofal Cymdeithasol Cymru ar gyfer y Cod Ymarfer Proffesiynol; Canolfan y GIG ar gyfer Cydraddoldeb a Hawliau Dynol: https://icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/adnodd-gwybodaeth-cydraddoldeb-a-hawliau-dynol/
DD2	<p>Amcanion thema:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ethos deddfwriaethau a chonfensiynau • Deddfwriaethau a chonfensiynau y dylid ymdrin â nhw: Deddf Hawliau Dynol 1998, Deddf Galluedd Meddyliol 2005, Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, Mesurau Diogelu Rhyddid a 3 Chonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau, Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn, Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, Datganiad o Hawliau Pobl Hŷn yng Nghymru • Beth yw dull sy'n seiliedig ar hawliau ar gyfer asesu angen a risg gydag unigolion sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol • Rôl rheolwyr ac arweinwyr i hyrwyddo dull sy'n seiliedig ar hawliau at asesu angen a risg
2.1	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ffynonellau gwybodaeth mewn perthynas â deddfwriaeth hawliau dynol a Chonfensiynau ac Egwyddorion hawliau y Cenhedloedd Unedig • Bwriad deddfwriaeth hawliau dynol, Confensiynau ac Egwyddorion yng nghyd-destun iechyd a gofal cymdeithasol • Sut mae deddfwriaeth hawliau dynol, Confensiynau ac Egwyddorion yn cefnogi ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog mewn iechyd a gofal cymdeithasol • Lle mae'r term 'hawliau' yn lleoli unigolyn gan ddefnyddio gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol o ran ei allu i gael rheolaeth dros ei fywyd • Sut mae gwerthoedd sy'n seiliedig ar hawliau yn cyfrannu at ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog mewn iechyd a gofal cymdeithasol • Adran 4 o'r Cod Ymarfer Proffesiynol ar gyfer Gofal Cymdeithasol • Adran 2 o God Ymarfer y GIG ar gyfer Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd yng Nghymru

	<ul style="list-style-type: none"> • Adran 4 o Y Rheolwr Gofal Cymdeithasol; Canllawiau Ymarfer ar gyfer Rheolwyr Gofal Cymdeithasol sydd wedi cofrestru gyda Gofal Cymdeithasol Cymru • Y rhan Blaenoriaethu Pobl o God y Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth <p>Adnoddau:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sefydliad Hawliau Dynol Prydain • Gwefan y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol: What are human rights • SCIE – adnoddau hawliau dynol yn cynnwys fideo SCIE (2015): Restraint: a human rights issues and SCIE (2015) Deprivation of Liberty Safeguards at a glance • Ffilm Hyb Gwybodaeth a Dysgu Gofal Cymdeithasol Cymru: Beth mae'r deddf yn ei olygu i mi? • Comisiynydd Plant Cymru (2017) UNCRC – Hawliau'r Plentyn: Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn • Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru (2014) Datganiad o Hawliau Pobl Hŷn • Y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol (2010): Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau: Beth mae'n yn ei olygu i chi? • Canolfan y GIG ar gyfer Cydraddoldeb a Hawliau Dynol
2.2	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cyfyng-gyngor wrth asesu canlyniadau dymunol, hawliau, cyfrifoldebau a risgiau gydag unigolion sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol <p>Adnoddau:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fideo SCIE (2015) Mental Capacity Act: using the key principles in care planning • Tudalen cwestiynau cyffredin ar wefan Sefydliad Hawliau Dynol Prydain (2017)
DD3	<p>Amcanion thema:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sut mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2015, Fframwaith Canlyniadau Cenedlaethol Llywodraeth Cymru a Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 yn ymwneud â llesiant unigolion • Sut y gall dull cynhwysol at asesu angen gefnogi ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog
3.1	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <p>Sut y caiff llesiant ei gynnwys o fewn fframweithiau deddfwriaethol ehangach a Chodau Ymddygiad ac Ymarfer yn cynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nod Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2015, Fframwaith Canlyniadau Cenedlaethol Llywodraeth Cymru a Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 o ran y modd maent yn hyrwyddo dull cynhwysol i hyrwyddo annibyniaeth a llesiant unigolion • Yr agweddau ar fywydau unigolion y cyfeirir atynt o fewn 'llesiant'

	<ul style="list-style-type: none"> • Diffiniad o Lesiant t7 ac Adran 1 o God Ymarfer Proffesiynol Gofal Cymdeithasol • Adran 2 a 5 o God Ymddygiad GIG Cymru ar gyfer Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd yng Nghymru • Adrannau 4, 5 a 6 o Y Rheolwr Gofal Cymdeithasol; Canllawiau Ymarfer ar gyfer Rheolwyr Gofal Cymdeithasol sydd wedi cofrestru gyda Gofal Cymdeithasol Cymru • 'Focusing on prevention, health improvement and inequality' o Fframwaith Safonau ac Ymddygiad y GIG • hawl unigolyn i eiriolaeth <p>Adnoddau: Tudalennau gwe Llywodraeth Cymru ar gyfer: Gwasanaethau Cymdeithasol: Y fframwaith canlyniadau cenedlaethol ar gyfer pobl sydd angen gofal a chymorth a gofalwyr sydd angen cymorth yn cynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tudalen 4 ar gyfer y diffiniad o lesiant a dolenni i Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 • Tudalen 5 ar gyfer cysylltiadau rhwng y Fframwaith Canlyniadau Cenedlaethol, Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) a Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol • Ffilm Hyb Gwybodaeth a Dysgu Gofal Cymdeithasol Cymru: Tudalen Adnoddau Dysgu Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant – Asesu a diwallu anghenion unigol • Tudalen gwe Llywodraeth Cymru ar Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol 2015 a'r animeiddiad 'Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015'
3.2	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sut y gall dull cynhwysol at asesu angen gefnogi ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog • Pam yr ystyrir bod rheolaeth unigolyn dros ei fywyd, yn cynnwys cymryd rhan yn ei asesiad o angen yn hanfodol i'w annibyniaeth a'i lesiant <p>Adnoddau:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fideo SCIE (2015) Dignity in care: social inclusion • Fideo SCIE Working together to promote independence • Tudalen gwe Dewis Cymru am gynlluniau Gofal a Chymorth • Canllaw cam wrth gam Hafal ar gyfer defnyddwyr gwasanaeth iechyd meddwl eilaidd ar gynllunio triniaeth gofal
DD4	<p>Amcanion thema:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dinasyddiaeth a sut mae'n cysylltu â pholisïau Llywodraeth Cymru • Sut mae polisïau Llywodraeth Cymru yn hyrwyddo gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar ddinasyddion fel integreiddio gwasanaethau • Sut mae eiriolaeth a chydgyhyrchu yn cefnogi gwasanaethau sy'n canolbwyntio ar ddinasyddion ac ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog
4.1	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Beth mae'n ei olygu i fod yn ddinesydd • Cysylltiadau rhwng dinasyddiaeth, cyfranogiad a chynhwysiant • Cysylltiadau rhwng dinasyddiaeth a pholisïau Llywodraeth Cymru • Canfyddiadau allweddol o'r Adolygiad Seneddol o Iechyd a Gofal Cymdeithasol yng Nghymru (2018) • Goblygiadau'r model dinasyddiaeth ar gyfer gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol <p>Adnoddau: Dylid defnyddio cyflwyniad Powerpoint Uned 1 DD4 (tt 2) i roi'r wybodaeth sylfaenol sydd ei hangen ar ddysgwyr ar gyfer yr uned hon</p>
4.2	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gwerthoedd mewn iechyd a gofal cymdeithasol a chysylltiadau â'r Cod Ymarfer Proffesiynol ar gyfer Gofal Cymdeithasol a Chod Ymddygiad y GIG ar gyfer Gweithwyr Gofal Iechyd yng Nghymru • Gwerthoedd ac ymddygiadau a sut mae'r rhain yn effeithio ar lesiant unigolion mewn iechyd a gofal cymdeithasol <p>Adnoddau: Dylid defnyddio cyflwyniad Powerpoint Uned 1 DD4 (tt 3) Gwerthoedd ac Ymddygiadau i roi'r wybodaeth sylfaenol sydd ei hangen ar ddysgwyr ar gyfer yr uned hon</p>
4.3	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diffiniadau o eiriolaeth a chydgyhyrchu • Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn • Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn • Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau • Y Ddeddf Hawliau Dynol • Cod Ymarfer ar Eiriolaeth • Mathau gwahanol o eiriolaeth • Buddiannau a heriau eiriolaeth • Egwyddorion cydgyhyrchu • Buddiannau a heriau cydgyhyrchu <p>Adnoddau: Dylid defnyddio cyflwyniad Powerpoint Uned 1 DD4 (tt 4) Eiriolaeth a chydgyhyrchu i roi'r wybodaeth sylfaenol sydd ei hangen ar ddysgwyr ar gyfer yr uned hon</p>
4.4	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dulliau a dulliau gweithredu ar gyfer cefnogi cyfranogiad ag unigolion • Cyfranogiad gweithredol <p>Adnoddau:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Y Cod Ymarfer Proffesiynol ar gyfer Gofal Cymdeithasol, Adrannau 1 a 3
DD5	<p>Amcanion thema:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Modelau cyfathrebu • Egwyddorion sy'n sail i gyfathrebu person-ganolog/plentyn-ganolog • Sut y gall theori ac ymarfer gefnogi cyfathrebu person-ganolog mewn iechyd a gofal cymdeithasol

5.1	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diffiniad o gyfathrebu a modelau cyfathrebu • Egwyddorion sy'n sail i gyfathrebu person-ganolog • Adran 2 a 3 o'r Cod Ymarfer Proffesiynol ar gyfer Gofal Cymdeithasol • Yr adran o God Ymddygiad y Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth ar Ymarfer yn Ddiogel • Adran 5 o Y Rheolwr Gofal Cymdeithasol; Canllawiau Ymarfer ar gyfer Rheolwyr Gofal Cymdeithasol sydd wedi cofrestru gyda Gofal Cymdeithasol Cymru • Tudalen gwe y GIG ar werthoedd 'Putting quality and safety above all else' <p>Adnoddau: Dylid defnyddio cyflwyniad Powerpoint Uned 1 DD5 (tt 5) ar gyfathrebu plentyn-ganolog/plentyn-ganolog i roi'r wybodaeth sylfaenol sydd ei hangen ar ddysgwyr ar gyfer yr uned hon</p>
5.2	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Enghreifftiau o gyfathrebu person-ganolog/plentyn-ganolog ar waith <p>Adnoddau: Fideos SCIE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Care leavers: reflections of being in care • Challenging behaviour and learning disabilities: independent living • Dignity in care: privacy • Dignity in care: communication • Dementia from the inside • End of life care: why talking about death and dying matters • End of life and palliative care: thinking about the words we use • Older people and quality of life: better life in residential care • Older people and quality of life: better life in the community • Working with people with autism: the professionals
DD6	<p>Amcanion thema:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diffiniad o gymdeithaseg a'i gyfraniad at ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog mewn iechyd a gofal cymdeithasol • Damcaniaethau cymdeithasegol a sut mae cymdeithas yn dylanwadu ar bŵer unigolion yng nghyd-destun iechyd a gofal cymdeithasol ac yn cael ei dylanwadu gan hynny • Agweddau ac ymddygiadau cymdeithas sydd wedi effeithio ar bŵer a hunaniaeth bersonol unigolion
6.1	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diffiniad o gymdeithaseg • Pam mae damcaniaethau cymdeithasegol yn berthnasol i ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog mewn iechyd a gofal cymdeithasol • Y gwahaniaeth rhwng damcaniaethau a modelau • Damcaniaeth swyddogaetholdeb a damcaniaeth gwrthdaro yn cynnwys y rhyngweithio rhwng cymdeithas ac unigolion mewn perthynas â phŵer, llais a rheolaeth ac ymdeimlad o hunaniaeth • Adrannau 1, 2 a 3 (tt 9-12) o'r Cod Ymarfer Proffesiynol ar gyfer Gofal Cymdeithasol

	<ul style="list-style-type: none"> • Adrannau 4 a 5 o 'Y Rheolwr Gofal Cymdeithasol; Canllawiau Ymarfer ar gyfer Rheolwyr Gofal Cymdeithasol sydd wedi cofrestru gyda Gofal Cymdeithasol Cymru • Y dudalen ar Fframwaith Gwerthoedd a Safonau Ymddygiad y GIG ar wefan y GIG • Cod Ymddygiad y GIG <p>Adnoddau: Dylid defnyddio cyflwyniad Powerpoint Uned 1 DD6 (tt 6) Damcaniaethau cymdeithasegol i roi'r wybodaeth sylfaenol sydd ei hangen ar ddysgwyr ar gyfer yr uned hon</p>
6.2	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw</p> <ul style="list-style-type: none"> • Y rhyngweithio rhwng cymdeithas ac unigolion a'r modd y mae agweddau ac ymddygiadau cymdeithas wedi dylanwadu ar bobl anabl ac wedi cael eu dylanwadu ganddynt <p>Adnoddau:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erthygl Hughes (2010) 'The social model of disability' • Tudalen gwe a thaflen Anabled Cymru ar y model anabled cymdeithasol <p>Dylid defnyddio cyflwyniad Powerpoint Uned 1 DD7 (tt 7) Damcaniaethau cymdeithasegol i roi'r wybodaeth sylfaenol sydd ei hangen ar ddysgwyr ar gyfer yr uned hon</p>
DD7	<p>Amcanion thema:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diffiniad o seicoleg a sut y gall gyfrannu at ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog mewn iechyd a gofal cymdeithasol • Damcaniaethau seicolegol sy'n cyflwyno ffactorau yr ystyrir eu bod yn hanfodol ar gyfer llesiant seicolegol • Sut y gall damcaniaethau seicolegol fod yn gysylltiedig ag ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog
7.1	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diffiniad o seicoleg • Sut mae damcaniaethau seicolegol yn cyfrannu at ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog mewn iechyd a gofal cymdeithasol • Damcaniaethau seicolegol Maslow, 1943, 1954 ac Erikson 159 a sut maent yn cyflwyno ffactorau yr ystyrir eu bod yn hanfodol ar gyfer llesiant seicolegol • Cod Ymarfer Proffesiynol Gofal Cymdeithasol: diffiniad o lesiant a'r angen i barchu unigolion • Yr adran Blaenoriaethu Pobl o God Ymddygiad y Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth <p>Adnoddau: Damcaniaeth Maslow (1943, 1954) hierarchaeth angen dynol a sut yr eir i'r afael ag elfennau o'r rhain yn y fideos canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fideo SCIE: Quality in social care: achieving excellence in care homes for older people • Fideo SCIE: The mental health and well-being of elders in the black and minority ethnic community: promoting well-being

	<ul style="list-style-type: none"> Fideo SCIE: Quality in social care: achieving excellence in supported living services <p>Damcaniaeth datblygu Erikson (1959) a hyd oes yr unigolyn yn y fideos canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> Fideo SCIE: Transition from child and adolescent to adult mental services a young person's perspective Action on Addiction M-PACT (Moving parents and children together) <p>Meddylwch am:</p> <ol style="list-style-type: none"> Sut mae'r cysyniad o hyd oes a'i gamau hanfodol yn berthnasol i brofiadau'r unigolion yn y fideo Sut yr effeithiodd profiadau'r unigolion ar eu llesiant Ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog yn null y sefydliad er mwyn galluogi unigolion/plant i gyflawni eu canlyniadau bwriadedig
7.2	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> Sut y gall amgylchiadau unigolyn ddylanwadu ar ei lesiant meddwl, ei ffordd o feddwl a'i emosiynau <p>Adnoddau: Dylid defnyddio cyflwyniad Powerpoint Uned 1 DD7 (tt 7) Damcaniaethau seicolegol i roi'r wybodaeth sylfaenol sydd ei hangen ar ddysgwyr ar gyfer yr uned hon</p>
DD8	<p>Amcanion thema:</p> <ul style="list-style-type: none"> Cyflwyniad i'r model bioseicogymdeithasol Dylanwad y model bioseicogymdeithasol ar ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog
8.1	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> Y prif ragosodiad a gynigiwyd gan y model bioseicogymdeithasol Y buddiannau a'r heriau y gallai dulliau gweithredu'r model eu cynnig i unigolion pan fydd eu hanghenion yn cael eu hasesu Y Cod Ymarfer Proffesiynol ar gyfer Gofal Cymdeithasol: cyfeiriadau at barch tuag at urddas, preifatrwydd, dewisiadau, diwylliant, iaith a hawliau Tudalen gwe y Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth: y Fframwaith Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiant <p>Adnoddau: Dylid defnyddio cyflwyniad Powerpoint Uned 1 DD8 (tt 8) Model bioseicogymdeithasol i roi'r wybodaeth sylfaenol sydd ei hangen ar ddysgwyr ar gyfer yr uned hon</p>
8.2	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> Canfyddiadau o lenyddiaeth ymchwil sy'n cyfeirio at y model bioseicogymdeithasol fel model sy'n llywio meddwl ar ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog
DD9	<p>Amcanion thema:</p> <ul style="list-style-type: none"> Enghreifftiau o unigolion sy'n cael eu cam-drin o ganlyniad i fethiant sefydliadau i ddiogelu eu hurddas a'u hawliau Adnoddau ar gyfer gwybodaeth am ddiogelu

9.1	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> Achosion o gam-drin a gafwyd yn Winterbourne View ac achosion o gam-drin gan Jimmy Saville gan ystyried: <ol style="list-style-type: none"> Pwy oedd â'r pŵer ym mhob un o'r achosion hyn a sut y cafodd ei ddefnyddio a'i brofi o ganlyniad i statws enwogrwydd, arweinyddiaeth a rheolaeth a bod yn unigolyn a oedd yn defnyddio gwasanaethau Sut roedd aelodau o staff gweithredol a/neu deuluoedd yn teimlo pan gafodd eu pryderon neu honiadau o gamdriniaeth eu hanwybyddu Beth ddigwyddodd i rai aelodau o staff gweithredol pan wnaethant fynegi pryderon mewn perthynas â'r arweinyddiaeth Sut mae profiadau aelodau o staff yn cysylltu â rôl gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol mewn perthynas â chwythu'r chwiban Adrannau 3, 4, 5 a 6 o'r Cod Ymarfer Proffesiynol ar gyfer Gofal Cymdeithasol Adrannau 1, 2, 4, 5 a 7 o God Ymddygiad y GIG ar gyfer Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd yng Nghymru Adran 6 o 'Y Rheolwr Gofal Cymdeithasol; Canllawiau Ymarfer ar gyfer Rheolwyr Gofal Cymdeithasol sydd wedi cofrestru gyda Gofal Cymdeithasol Cymru Y paragraff 'Focusing on prevention, health improvement and inequality' yn Fframwaith Gwerthoedd a Safonau ac Ymddygiad y GIG ar wefan y GIG <p>Adnoddau:</p> <ul style="list-style-type: none"> Rhaglenni teledu sydd ar gael fel 'Winterbourne View Undercover Care: The Abuse Exposed'; 'The Jimmy Saville update' Bwrdd Diogelu Annibynnol Cenedlaethol Cymru: Astudiaethau achos http://bwrdddiogelu.cymru/practice-reviews
9.2	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> Cynnwys Gweithdrefnau Diogelu Cymru Gyfan (2019) Adroddiad yr Adran Iechyd (2000) Ar Goll mewn Gofal Gweithdrefnau Amddiffyn Plant Cymru Gyfan Torri'r Cylch (2017) Camfanteisio'n Rhywiol ar Blant Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014: Rhan 7 <p>Adnoddau:</p> <ul style="list-style-type: none"> Pecyn Hyfforddiant Sylfaenol Cymru Gyfan ar Ymwybyddiaeth o Ddiogelu Gofal Cymdeithasol Cymru Gweithdrefnau Diogelu Cymru Gyfan (2019) Adroddiad yr Adran Iechyd (2000) Ar Goll mewn Gofal Gwefan Grŵp Adolygu Gweithdrefnau Amddiffyn Plant Cymru Gyfan Plant yng Nghymru (2014) Torri'r Cylch (2017) Llywodraeth Cymru Gwefan Bwrdd Diogelu De-ddwyrain Cymru: ffilm Ymgyrch Thistle (2012) sy'n codi ymwybyddiaeth o faterion Camfanteisio'n Rhywiol ar Blant Fideo SCIE: Safeguarding children: a new approach to case reviews Fideo SCIE: Safeguarding adults: lessons from the murder of Steven Hoskin

	<ul style="list-style-type: none"> • Fideo SCIE: Safeguarding adults: teaching people to protect themselves • Fideo SCIE: Partnership working in child protection <p>Dylid defnyddio cyflwyniad Powerpoint Uned 1 DD9 (tt 9) Cyflwyniad i ddiogelu i roi'r wybodaeth sylfaenol sydd ei hangen ar ddysgwyr ar gyfer yr uned hon</p>
9.3	<p>Testunau y dylid ymdrin â nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Canllawiau ar gyfer Rhan 8 o Reoliadau Gwasanaethau Rheoleiddiedig (Darparwyr Gwasanaethau ac Unigolion Cyfrifol) (Cymru) • Deddf Galluedd Meddyliol 2005) • Trefniadau Diogelu wrth Amddifadu o Ryddid • Deddf Iechyd Meddwl (1983) • Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010 • Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014: Rhan 7 • Deddf Plant (1989) • Byrddau Diogelu (Cenedlaethol a Rhanbarthol) • Diogelu a Llesiant • Pwysigrwydd cyfathrebu ar gyfer diogelu <p>Adnoddau:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bwrdd Diogelu Annibynnol Cenedlaethol Cymru: Egwyddorion Cyfreithiol Sylfaenol Canllaw i Ymarferwyr http://bwrdddiogelu.cymru/2018/12/06/practitioners-guide/?noredirect=cy_GB • Deunyddiau Diogelu Hyb Gwybodaeth a Dysgu Gofal Cymdeithasol Cymru https://gofalcymdeithasol.cymru/hub/hub-resource-sub-categories/diogelu

Lefel:	4
ODA:	20
Credyd:	6
Crynodeb o'r Uned:	Nod yr uned hon yw helpu dysgwyr i fyfyrio ar eu hymarfer proffesiynol a'i ddatblygu mewn rôl arwain ymarfer.

Deilliant dysgu:

1. Sicrhau bod eu dysgu proffesiynol parhaus eu hunain yn bodloni safonau a gofynion ac yn adlewyrchu arferion gorau

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 1.1 Cyfrifoldebau ac atebolrwydd proffesiynol yng nghyd-destun fframweithiau deddfwriaethol perthnasol, safonau, a Chodau Ymddygiad ac Ymarfer Proffesiynol
- 1.2 Bod yn atebol am ansawdd eich ymarfer eich hun
- 1.3 Pwysigrwydd cydnabod ffiniau eu rolau a'u cyfrifoldebau eu hunain a glynu wrthyn nhw
- 1.4 Sut a phryd i geisio cymorth ychwanegol mewn sefyllfaoedd y tu hwnt i'r rôl, cyfrifoldebau, lefel o brofiad ac arbenigedd neu'n ansicr ynghylch sut i fwrw ymlaen mewn perthynas â mater gwaith
- 1.5 Diben ymgymryd â datblygiad personola phroffesiynol a'ch cyfrifoldeb eich hun dros wneud hynny
- 1.6 Yr ystod o gyfleoedd dysgu a sut i fanteisio arnynt
- 1.7 Sut i ddysgu cyfleoedd dysgu yn effeithiol er mwyn gwella eich gwybodaeth, dealltwriaeth, sgiliau ac ymarfer eich hun, yn cynnwys dysgu o brofiadau bob dydd
- 1.8 Sut i ddefnyddio ffynonellau gwybodaeth i ddatblygu ymarfer a gaiff ei lywio gan ymarfer
- 1.9 Sut i gymhwyso sgiliau dysgu a throsglwyddo mewn sefyllfaoedd newydd

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 1.10 Sicrhau eich bod yn cydymffurfio â gofynion deddfwriaethol, safonau a Chodau Ymddygiad ac Ymarfer Proffesiynol ar gyfer datblygu proffesiynol parhaus
- 1.11 Defnyddio llenyddiaeth, ymchwil ac adolygiadau perthnasol er mwyn sicrhau bod ymarfer yn gyfredol ac yn effeithiol
- 1.12 Gwerthuso ac adolygu eich gwybodaeth, eich dealltwriaeth a'ch sgiliau eich hun yn erbyn:
 - gofynion deddfwriaethol perthnasol
 - safonau a fframweithiau perthnasol
 - Codau Ymddygiad ac Ymarfer Proffesiynol
 - ymarfer a gaiff ei lywio gan dystiolaeth er mwyn nodi meysydd i wella arnynt

Deilliant dysgu:

2. Cefnogi'r broses o ddatblygu ymarfer eraill

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 2.1 Eich rôl eich hun wrth ddatblygu gwybodaeth broffesiynol ac ymarfer eraill
- 2.2 Sut i gymell eraill
- 2.3 Sut i hybu ymarfer a gaiff ei lywio gan dystiolaeth

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 2.4 Gweithredu drwy osod esiampl cadarnhaol:
 - hybu datblygiad proffesiynol parhaus eraill
 - ar gyfer ymarfer myfyriol
 - ar gyfer defnyddio ymarfer a gaiff ei lywio gan dystiolaeth
 - ar gyfer arloesedd, creadigrwydd a newid
 - datblygu ymarfer moesegol sy'n cydnabod ac yn gwerthfawrogi cydraddoldeb ac amrywiaeth

Deilliant dysgu:

3. Arwain ymarfer sy'n bodloni gofynion o ran cyflwyno, cofnodi, storio gwybodaeth ac adrodd amdani

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 3.1 Fformat a diben adroddiadau a rhannu gwybodaeth a sut y dylid **cyflwyno** hyn

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 3.2 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n sicrhau cydymffurfiaeth â'r broses o gofnodi a storio gwybodaeth yn y lleoliad ac adrodd amdani
- 3.3 Sicrhau bod eich cofnodion a'ch adroddiadau eich hun yn:
 - Manwl gywir
 - Wedi'u dyddio
 - Gwrthrychol
 - Dealladwy
 - Darllenadwy
 - Hygyrch
 - Adlewyrchu safbwyntiau unigolion a/neu deuluoedd/gofalwyr
 - Dangos parch at unigolion a/neu deuluoedd/gofalwyr
 - Wedi'i ysgrifennu mewn ffyrdd nad yw'n stigmatiddio nac yn atgyfnerthu canfyddiadau negyddol o unigolion
 - Y gwahaniaeth rhwng ffaith a barn
 - Wedi'u cyflwyno i'r rheini y mae angen iddynt wneud penderfyniad i weithredu
 - Wedi'u storio, eu rhannu a'u cadw yn unol â pholisïau sefydliadol, gofynion cyfreithiol a diogelu data

Ystod:

Cyflwynwyd: yn ysgrifenedig ac ar lafar

Canllawiau cyflwyno

Dylai'r **Codau Ymddygiad ac Ymarfer Proffesiynol** gynnwys y Cod Ymarfer Proffesiynol ar gyfer Gofal Cymdeithasol; Cod Ymddygiad GIG Cymru ar gyfer Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd yng Nghymru, a'r Cod Ymarfer ar gyfer Cyflogwyr GIG Cymru ac unrhyw ganllawiau ymarfer ychwanegol a gyhoeddir gan GIG Cymru neu reoleiddwyr iechyd neu ofal cymdeithasol yng Nghymru, e.e. Canllawiau Ymarfer ar gyfer Rheolwyr Gofal Cymdeithasol sydd wedi Cofrestru gyda Gofal Cymdeithasol Cymru

Gall **cyfleoedd datblygu** gynnwys cyfuniad o raglenni addysgol, gweithgareddau hyfforddi, mentora, coetsio, cysgodi, sefydlu, goruchwylio, darllen dan arweiniad, ymchwil, setiau dysgu gweithredol, trafodaethau grŵp cyfoedion

Gallai **fframweithiau deddfwriaethol perthnasol, safonau a Chodau Ymddygiad ac Ymarfer** gynnwys:

- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016: rheoliadau cysylltiedig a chanllawiau statudol
- Safonau Gofynnol Cenedlaethol
- Fframwaith Safonau Iechyd a Gofal (2015)
- Cod Ymarfer Proffesiynol ar gyfer Gofal Cymdeithasol
- Cod Ymarfer i Gyflogwyr
- Cod Ymddygiad ar gyfer Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd yng Nghymru
- Canllawiau Ymarfer (cyhoeddwyd gan Ofal Cymdeithasol Cymru)

Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig

- SCDLMC A1: Rheoli a datblygu eich hun a'ch gweithlu
- SCDHSC 0434 Arwain ymarfer ar gyfer rheoli a dosbarthu cofnodion ac adroddiadau
- SCDHSC 0043 Cymryd cyfrifoldeb am eich datblygiad proffesiynol parhaus eich hun ac eraill

Uned 421 Arwain cefnogaeth i leihau arferion cyfyngol drwy ddulliau cadarnhaol i gefnogi ymddygiad

Lefel:	4
ODA:	150
Credyd:	35
Crynodeb o'r Uned:	Nod yr uned hon yw datblygu gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau gweithwyr sy'n arwain ymarfer eraill mewn cymorth ymddygiadol cadarnhaol Yng nghyd-destun yr uned hon, mae'r term 'unigolion' yn cyfeirio at oedolion a/neu blant a phobl ifanc

Deilliant dysgu:

1. Hybu ymarfer sy'n cefnogi gwaith amlasiantaethol

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 1.1 Yr amrywiaeth o wasanaethau a chefnogaeth i unigolion y gall fod ganddynt ymddygiadau sy'n herio
- 1.2 Sut y gall rhywedd, ac ethnigrwydd, ac amgylcheddau cymdeithasol, diwylliannol a chrefyddol effeithio ar unigolion a'r cymorth a gânt
- 1.3 Rolau a chyfrifoldebau'r rheini sy'n rhan o'r broses o ddarparu gwasanaethau a chymorth
- 1.4 Pwysigrwydd cyfathrebu effeithiol rhwng asiantaethau a gweithwyr proffesiynol sy'n rhan o'r broses o gynorthwyo unigolion
- 1.5 Protocolau rhannu gwybodaeth sydd eu hangen i fodloni gofynion arferion gorau a gofynion deddfwriaethol

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 1.6 Cefnogi eraill i ddeall yr amrywiaeth o wasanaethau a rôl gwasanaethau a chymorth i unigolion
- 1.7 Hybu'r defnydd o ddulliau cydgynhyrchu wrth weithio gyda gweithwyr proffesiynol eraill
- 1.8 Sicrhau y caiff gwybodaeth ei rhannu yn unol â phrotocolau y cytunwyd arnynt

Deilliant dysgu:

2. Arwain ymarfer sy'n ystyried deddfwriaeth, polisïau a chanllawiau cenedlaethol/lleol sy'n sail i ddulliau cadarnhaol er mwyn lleihau arferion cyfyngol a chefnogi ymddygiad cadarnhaol.

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 2.1 Y termau 'ymddygiad heriol' ac 'ymddygiadau sy'n herio'
- 2.2 Sut i gefnogi dealltwriaeth o effaith bosibl y canlynol ar unigolion:
 - defnyddio'r termau hyn i ddisgrifio eu hymddygiad
 - ymgysylltu mewn ymddygiadau sy'n herio
- 2.3 Sut mae deddfwriaeth, polisïau a chanllawiau cenedlaethol/lleol yn cynnig fframwaith ar gyfer lleihau arferion cyfyngol ac **ymyriadau cyfyngol**
- 2.4 Ymarfer a gaiff ei lywio gan ymchwil a thystiolaeth sy'n sail i deddfwriaeth, polisïau a chanllawiau cenedlaethol a lleol ar gyfer lleihau arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol
- 2.5 Pam y mae **dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd** yn bwysig mewn perthynas â defnyddio arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol
- 2.6 Pwysigrwydd systemau, gweithdrefnau ac arferion sefydliadol sy'n adlewyrchu deddfwriaeth, polisïau a chanllawiau cenedlaethol/lleol ar gyfer y defnydd a wneir o arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol a lleihau'r defnydd hwnnw
- 2.7 Pwysigrwydd monitro sefydliadol, adolygu a gwerthuso'r defnydd o arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol er mwyn nodi tueddiadau a llywio strategaethau lleihau

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 2.8 Arwain ymarfer sydd â'r nod o leihau arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol ac yn:
 - ymgorffori **dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd**
 - adlewyrchu deddfwriaeth, canllawiau a pholisïau cenedlaethol ar gyfer unigolion
- 2.9 Cyfrannu'n weithredol at fonitro sefydliadol, adolygu a gwerthuso'r defnydd o arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol i lywio strategaethau lleihau

Ystod

Ymyriadau cyfyngol cyfyngiad corfforol, cyfyngiad mecanyddol, defnydd o feddyginiaeth, cyfyngiad seicogymdeithasol (cosbau), amser tawelu neu amser i ffwrdd, ymyriadau amgylcheddol

Dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog, cynhwysiant, cyfranogiad, dull sy'n seiliedig ar asedau/cryfderau, rhwydweithiau a pherthnasoedd cryf, dewis, urddas a pharch, pwysigrwydd mabwysiadu'r dull lleiaf cyfyngol

Deilliant dysgu

3. Arwain ymarfer ar gyfer dulliau person-ganolog/plentyn-ganolog a dulliau sy'n seiliedig ar hawliau

Rydych yn deall:

- 3.1 Pwysigrwydd cydraddoldeb a hawliau dynol ar gyfer unigolion a sut y caiff y rhain eu diogelu gan deddfwriaeth
- 3.2 Sut i gefnogi dealltwriaeth eraill o
 - bwysigrwydd dulliau sy'n seiliedig ar hawliau a phrosesau cymryd risg ar gyfer unigolion
 - sut y gall y rhain effeithio ar ymddygiad
- 3.3 Mathau gwahanol o eiriolaeth a sut y gellir defnyddio'r rhain i gefnogi hawliau unigolion

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 3.4 Cymhwyso egwyddorion cydraddoldeb a hawliau dynol yn eich gwaith ac yng ngwaith eraill
 - 3.5 Gosod esiampl o ymarfer sy'n hybu dulliau cydgynhyrchu, person-ganolog ac sy'n seiliedig ar hawliau er mwyn cynorthwyo unigolion i:
 - gael llais a rheolaeth dros eu bywydau
 - cymryd rhan mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrlon
 - cynnal a datblygu perthnasoedd cyfatebol cadarnhaol
 - cymryd rhan yn eu cymunedau
 - arwain bywydau llawn a gwerthfawr
 - rheoli unrhyw gyfyng-gyngor sy'n codi wrth gydbwyso eu hawliau gymryd risgiau gyda'u diogelwch a'u llesiant
 - 3.6 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n cefnogi unigolion i gymryd risg wybodus
 - 3.7 Cefnogi unigolion i ddeall y cymorth sydd ar gael drwy eiriolaeth
-

Deilliant dysgu

4. Arwain ymarfer ar gyfer cyfathrebu'n effeithiol ag unigolion

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 4.1 Sut y gall anawsterau o ran cyfathrebu a rhyngweithio cymdeithasol effeithio ar unigolion a'u hymddygiad
- 4.2 Yr ystod o ddulliau cyfathrebu a sut y gellir eu defnyddio i gynorthwyo unigolion
- 4.3 Ffactorau y mae angen eu hystyried wrth nodi dulliau cyfathrebu
- 4.4 Ffynonellau gwybodaeth, cyngor a chymorth ar gyfer datblygu sgiliau cyfathrebu
- 4.5 Pwysigrwydd defnyddio dulliau cyfathrebu priodol ag unigolion
- 4.6 Sut i ddefnyddio ac addasu iaith a dulliau cyfathrebu er mwyn sicrhau eu bod yn briodol ar gyfer oedran a gallu
- 4.7 Sut y gall profiadau blaenorol, cyflyrau ychwanegol ac iaith gyntaf ddylanwadu ar barodrwydd a gallu unigolyn i gyfathrebu

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 4.8 Gosod esiampl o ddefnyddio ac addasu amrywiaeth o ddulliau cyfathrebu i gynorthwyo unigolion
 - 4.9 Gosod esiampl o ddull cydweithredu er mwyn gwerthuso dulliau a ddefnyddir i gefnogi cyfathrebu effeithiol
-

Deilliant Dysgu

5. Deall modelau a fframweithiau sy'n cefnogi dulliau moesegol sy'n seiliedig ar werthoedd ar gyfer defnyddio a lleihau arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 5.1 Modelau a fframweithiau ar gyfer cymorth ymddygiad cadarnhaol a sut y gall y rhain roi cymorth ar gyfer y canlynol:
 - defnyddio arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol
 - lleihau arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol
-

5.2 Elfennau'r fframwaith Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol

Ystod

Fframwaith Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol: dulliau moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd, damcaniaeth a sail dystiolaeth, dadansoddiad swyddogol, atal sylfaenol, atal eilaidd, strategaethau adweithiol

Deilliant Dysgu

6. Arwain ymarfer ar gyfer datblygu, gweithredu, monitro, adolygu a gwerthuso cynlluniau sy'n cefnogi ymddygiad cadarnhaol unigolion

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 6.1 Y **model ymddygiad** a **phedair swyddogaeth gyffredin** ymddygiad heriol
- 6.2 **Elfennau cynllun** sy'n cefnogi ymddygiad cadarnhaol
- 6.3 Pwysigrwydd sicrhau dulliau cadarnhaol ar gyfer datblygu, gweithredu, adolygu a gwerthuso cynlluniau i gefnogi ymddygiad cadarnhaol sy'n:
 - ymgorffori dull **moesegol sy'n seiliedig ar werthoedd**
 - seiliedig ar hawliau
 - hybu llais a rheolaeth, atal ac ymyrryd yn gynnar, llesiant, cydgynhyrchu a gweithio mewn partneriaeth/gweithio amlasiantaethol
 - galluogi unigolion i gymryd rhan ystyrlon
- 6.4 Pwysigrwydd cynnal amgylchedd diogel, rhagweladwy a sefydlog
- 6.5 Yr **amrywiaeth o strategaethau atal sylfaenol ac ymyriadau cynnar** y gellir eu defnyddio i gefnogi ymddygiad cadarnhaol
- 6.6 Sut i **asesu swyddogaethau ymddygiad** i nodi'r strategaethau atal sylfaenol ac ymyriadau cynnar mwyaf priodol i gefnogi ymddygiad cadarnhaol a lleihau'r defnydd o arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol
- 6.7 Sut a phryd i geisio eglurhad gan arbenigwyr ymddygiad er mwyn eich helpu i ddeall data

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 6.8 Arwain ymarfer ar gyfer datblygu, gweithredu, monitro, adolygu a gwerthuso cynlluniau i sefydlu i ba raddau maent yn:
 - cefnogi ymddygiad cadarnhaol
 - defnyddio **dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd**
 - cefnogi'r broses o leihau arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol
- 6.9 Gosod esiampl o arferion gorau wrth roi cynlluniau ar waith
- 6.10 Arwain ymarfer sy'n gwneud y canlynol yn rheolaidd:
 - monitro ac adolygu'r defnydd o arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol
 - asesu swyddogaethau ymddygiad ac effeithiolrwydd strategaethau atal sylfaenol ac ymyriadau cynnar
 - diweddarau cynlluniau ar gyfer cymorth ymddygiad cadarnhaol yn seiliedig ar dystiolaeth o gasglu ac asesu data
 - rhannu gwybodaeth am gynlluniau gydag eraill yn unol â phrotocolau y cytunwyd arnynt

6.11 Sicrhau y caiff unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr eu helpu i gymryd rhan ystyrlon yn y gwaith o ddatblygu, adolygu a gwerthuso eu cynlluniau yn unol â'u gallu a'u hamgylchiadau personol

6.12 Defnyddio dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd

Ystod

Model ymddygiadol: Yr amodoldeb 4-term: cymhelliad, hanes blaenorol, ymddygiad a chanlyniadau – y rhyngberthynas rhwng unrhyw weithrediadau cadarnhaol neu gymhellol, ysgogiad gwahaniaethol, ymddygiad a chanlyniad

Pedair swyddogaeth gyffredin: sylw cymdeithasol, osgoi/ffoi, cael gafael ar bethau diriaethol, ysgogiad synhwyraidd

Elfennau cynllun: proffil personol, crynodeb o asesiad swyddogaethol, sut i ddiwallu anghenion iechyd allweddol, strategaethau atal sylfaenol ac eilaidd, disgrifiadau clir o'r ymddygiadau sy'n gofyn am strategaethau adweithiol a sut a phryd y dylid defnyddio'r rhain, cymorth ar ôl digwyddiad, nodau a chynlluniau ar gyfer lleihau ymarfer cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol

Dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd: ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog, cynhwysiant, cyfranogiad, dull sy'n seiliedig ar asedau/cryfderau, rhwydweithiau a pherthnasoedd cryf, dewis, urddas a pharch, pwysigrwydd mabwysiadu'r dull lleiaf cyfyngol

Ystod o strategaethau atal sylfaenol ac ymyrryd yn gynnar: newid neu osgoi ffactorau sy'n ysgogi ymddygiad sy'n herio, newid yr amgylchedd lle mae unigolyn yn byw neu'n treulio amser er mwyn diwallu ei anghenion, cymryd rhan mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrlon er mwyn helpu unigolion i gyflawni canlyniadau sy'n bwysig iddynt, newid atgyfnerthiadau sy'n cynnal ymddygiadau sy'n herio, rhoi cefnogaeth ar y lefel gywir er mwyn helpu unigolion i fod yn fwy annibynnol a gallu ymdopi'n well, cynnig tawelwch meddwl a chefnogaeth er mwyn lleihau teimladau o orbryder neu ofid

Asesu swyddogaethau ymddygiad: dulliau casglu data, cymhwyso'r model ymddygiadol, coladu a chyflwyno data sy'n hwyluso'r broses asesu

Deilliant dysgu

7. Arwain ymarfer ar gyfer defnyddio ymyriadau cyfyngol yn ddiogel a'u lleihau

Meini prawf asesu

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

7.1 Sicrhau bod:

- gweithwyr yn cael eu cefnogi i ddeall ystyr y term 'strategaethau adweithiol moesegol'
- gweithwyr wedi cael hyfforddiant ar gyfer defnyddio ymyriadau cyfyngol ac yn deall pryd a sut y gallant eu defnyddio
- unrhyw ddefnydd o ymyriadau cyfyngol na chytunwyd arnynt fel rhan o gynllun personol unigolyn yn cael eu hadolygu ar unwaith
- canllawiau diogelu yn cael eu dilyn wrth ddefnyddio ymyriadau cyfyngol
- pobl/cyrff perthnasol yn cael eu hysbysu o'r defnydd o ymyriadau cyfyngol yn unol â chynllun personol a gofynion diogelu unigolyn

7.2 Rhoi adborth ar y defnydd diogel o ymyriadau cyfyngol i weithwyr ac eraill

Deilliant dysgu

8. Arwain cymorth i unigolion ac eraill yn dilyn achosion o ymddygiad heriol

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

8.1 **Prif elfennau ymarfer ar ôl digwyddiad** a sut i'w rhoi ar waith

8.2 Pwysigrwydd cydnabod ac ystyried:

- effaith trawma o'r gorffennol, profiadau negyddol ac anawsterau o ran cyfathrebu ar ymateb unigolyn i'r defnydd o ymyriadau cyfyngol
- y straen emosiynol a wynebwr gan unigolion, gweithwyr ac eraill sy'n rhan o achosion o ymddygiad sy'n herio
- y straen posibl a wynebwr gan weithwyr o ganlyniad i gymhwyso ymyriadau cyfyngol

8.3 Sut y gall cymorth ar ôl digwyddiad gael dylanwad cadarnhaol ar leihau ymyriadau cyfyngol drwy ei rôl yn adennill perthnasoedd y gellir ymddiried ynddynt ac ailsefydlu teimladau o ddiogelwch

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

8.4 Arwain ymarfer ar ôl digwyddiad sy'n gwneud y canlynol:

- gweithredu **prif elfennau ymarfer ar ôl digwyddiad** yn dilyn achosion o ymddygiad sy'n herio
- adolygu digwyddiadau ac yn nodi unrhyw heriau sy'n ofynnol ar gyfer cynlluniau unigolion neu ymarfer gweithwyr

8.5 Sicrhau bod gwybodaeth o adolygiadau ar ôl digwyddiad yn cael ei defnyddio i leihau'r defnydd o ymyriadau cyfyngol

Ystod

Prif elfennau ymarfer ar ôl digwyddiad: Cymorth ar ôl digwyddiad (cyfeirir ato fel dadfriffio yn aml) – sylw i lesiant corfforol ac emosiynol yr unigolyn ac eraill sy'n rhan o ddigwyddiad. Rhoddir cymorth personol ac emosiynol ar unwaith ac yn , rhoddir cymorth personol ac emosiynol ar unwaith ac yn yr hirdymor os bydd angen. Adolygiad ar ôl digwyddiad – dysgu o'r digwyddiad a myfyrio ar ymarfer. Caiff ei ddarparu ar wahân i gymorth ar ôl digwyddiad. Mae gofyn i rywun ddwyn digwyddiad i gof lle mae'n dal i fod mewn cyflwr gofidus yn annefyddiol a gall beri tramgwydd

Deilliant dysgu

9. Arwain ymarfer sy'n hybu prosesau diogelu

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

9.1 **Prif elfennau ymarfer ar ôl digwyddiad** a sut i'w rhoi ar waith

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

9.2 Hybu dull unigol at ddiogelu

9.3 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n sicrhau cydymffurfiaeth â pholisïau, gweithdrefnau ac ymarfer y cytunir arno ar gyfer diogelu unigolion

9.4 Arwain a chefnogi ymarfer sy'n helpu unigolion i gydnabod pan fydd ymddygiad tuag atynt yn amhriodol neu'n annerbyniol

- 9.5 Herio gweithredoedd, ymddygiadau ac ymarfer a all fod yn beryglus, yn ddifriol, yn wahaniaethol neu'n gamfanteisiol
- 9.6 Manteisio ar rwydweithiau proffesiynol i geisio cymorth ychwanegol ar gyfer sefyllfaoedd sydd y tu hwnt i'w harbenigedd eu hunain

Uned 421 Arwain cefnogaeth i leihau arferion cyfyngol drwy ddulliau cadarnhaol i gefnogi ymddygiad

Gwybodaeth Ategol

Canllawiau cyflwyno

Model Cymorth Gweithredol: Mae Cymorth Gweithredol yn fodel person-ganolog ynghylch sut i ryngweithio ag unigolion er mwyn eu galluogi i gymryd rhan mewn gweithgaredd mor annibynnol â phosibl, wedi'i gyfuno â system gynllunio ddyddiol er mwyn hybu ffordd o fyw egnïol sy'n gysylltiedig ag ansawdd bywyd da. Mae'n cynnwys system gofnodi syml i asesu effaith a chefnogi penderfyniad sy'n seiliedig ar dystiolaeth ar gynlluniau cymorth.

Yn cynnwys:

- Cynlluniau dyddiol a lefelau cyfranogiad mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrion a threfniadau cymorth
- Cofnodion a dadansoddiad o gyfranogiad ar amrywiaeth o weithgareddau nodweddiadol
- Model o ryngweithio cadarnhaol, h.y. lefelau o gymorth; dadansoddi tasgau ac atgyfnerthiad cadarnhaol
- Addysgu sgiliau/Cynllunio cyfleoedd

Model Ymddygiadol: Mae'r model ymddygiadol yn egluro sut mae pob ymddygiad yn gweithio ac felly sut y gellir llywio ymddygiad. Y prif elfennau yw: sbardunau (ysgogi ymddygiad); yr ymddygiad ei hun; atgyfnerthu neu gynnal swyddogaethau neu ganlyniadau (cryfhau ymddygiad) a chosb (gwanhau ymddygiad). Bydd ymdrin â sbardunau, atgyfnerthwyr neu gosbau yn newid ymddygiad. Mae hyn yr un fath i bawb ac ar gyfer pob ymddygiad, nid dim ond ymddygiadau sy'n herio. Mae dulliau moesegol cyfoes fel cymorth ymddygiad cadarnhaol (PBS) yn canolbwyntio ar newid sbardunau ac atgyfnerthwyr ac osgoi unrhyw ddefnydd o gosbau.

Ymddygiad heriol/ymddygiadau sy'n herio: mae'r termau hyn yn cysyniadu ymddygiad heriol fel canlyniad cymhleth sawl ffactor (rhyngweithio rhwng ffactorau personol ac amgylcheddol) yn lle beio'r unigolyn yn unig. Maent yn amlygu bod yr ymddygiadau hyn yn heriol i wasanaethau a phobl eraill. Os gallwn ddeall diben ymddygiad heriol i'r unigolyn, yna gallwn ddileu'r angen iddo ddefnyddio ymddygiad heriol i gael yr hyn sydd ei angen arno/mynegi'r ffordd mae'n teimlo a gwella ansawdd ei fywyd. Gall ymddygiad heriol gynnwys ymddygiad sy'n:

- Ailadroddus/obsesiynol
- Tynnwyd yn ôl
- Ymosodol
- Hunan-niweidiol
- Aflonyddgar
- Gwrthgymdeithasol neu anghyfreithlon
- Difriol

Cynlluniau dyddiol a lefelau cyfranogiad. Mae cynlluniau dyddiol yn nodi'n fanwl beth yw trefn ddyddiol unigolyn. Maent yn rhoi cyfleoedd i unigolion gymryd rhan mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau drwy gydol y dydd, osgoi cyfnodau hir o ymddieithrio, a helpu staff i gynllunio eu hamser yn effeithiol. Gellir defnyddio'r cynlluniau mewn ffordd hyblyg er mwyn ymateb i amgylchiadau newidiol, ac ystyried dewis unigolion, eu rheolaeth, eu galluoedd a'u hanghenion. Caiff lefelau cyfranogiad eu cofnodi a'u dadansoddi er mwyn asesu cydbwysedd cyfranogiad mewn mathau gwahanol o weithgarwch a'r modd y mae angen newid cymorth er mwyn hyrwyddo ffordd o fyw nodweddiadol, mwy o sgiliau a chymaint o annibyniaeth â phosibl. Mae Cynlluniau Dyddiol a lefelau o gyfranogiad yn rhan o Gymorth Gweithredol

Strategaethau adweithiol moesegol: maent yn ffyrdd o ymateb yn ddiogel ac yn effeithlon i ymddygiadau heriol nad ydynt wedi cael eu hatal. Gallant gynnwys ymyriadau ffisegol sy'n lleihau anesmwythyd i'r eithaf, nad ydynt yn achosi poen ac sy'n cydymffurfio â Safonau Hyfforddiant 2019 y Rhwydwaith Lleihau Cyfyngiadau ar gyfer defnyddio ymyriadau corfforol. Dim ond pan fetho pawb arall y dylid eu defnyddio er mwyn rheoli sefyllfa lle mae posibilrwydd gwirioneddol o newid i'r unigolyn neu eraill os na chymerir unrhyw gamau. Ni ddylid eu defnyddio i gosbi, i achosi poen, dioddefaint, cywilydd nac i gyflawni cydymffurfiaeth. Nid yw pob strategaeth ataliol yn ymyriadau corfforol. Dim ond ymatebion bach iawn sydd eu hangen ar rai ymddygiadau sy'n herio, fel peidio â gwneud llawer heblaw am arsylwi yn ddisylw, cadw'n ddigynnwrf, peidio â rhyngweithio â'r person er mwyn rhoi amser iddo ddod at ei goed (strategaethau adweithiol nad ydynt yn gosbol)

Fframweithiau a modelau:

- Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol
- Cymorth Gweithredol
- Model Newcastle
- Gwaith Da: Fframwaith Dysgu a Datblygu Dementia
- Model Adferiad
- Dulliau adferol

Swyddogaethau ymddygiad

Pa ymddygiad sy'n cyflawni neu ganlyniad uniongyrchol yr ymddygiad ar gyfer y person fel

- cael sylw cymdeithasol;
- cael gafael ar bethau diriaethol fel bwyd, gweithgareddau, hoff eitemau;
- osgoi neu ffoi rhag rhywbeth nad yw'r unigolyn yn ei hoffi
- addasu lefelau o ysgogiad synhwyaid ac ati

Deddfwriaeth, cyfarwyddyd a pholisïau cenedlaethol:

- Fframwaith Llywodraeth Cymru ar gyfer lleihau arferion cyfyngol (heb ei gyhoeddi eto)
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Deddf Iechyd Meddwl 1983 a Chod Ymarfer Cymru 2016, Deddf Galluedd Meddyliol (2005), Mesurau Diogelu Rhyddid
- Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016 a rheoliadau a chanllawiau statudol cysylltiedig
- Deddf Plant 1989 a 2004
- Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018
- Y Ffordd Gywir: Dull Seiliedig ar Hawliau Plant (Comisiynydd Plant Cymru 2017)
- Deddf Hawliau Dynol 1998

- Fframwaith Hawliau Dynol ar Gyfyngiad (y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, heb ei gyhoeddi eto)
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn 1989
- Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn 1991
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau 2006

Mae **lefelau cymorth (neu gefnogaeth neu help)** yn cyfeirio at lefelau cymorth wedi'u graddio, o brocio cof rhywun yn syml ar lafar sy'n rhoi'r lefel cymorth isaf, i ysgogiadau dieiriau, ystumiau ac arddangosiadau, i roi arweiniad ffiesgol sy'n rhoi'r lefel uchaf o help. Dylid rhoi cymorth mewn modd hyblyg yn unol ag angen yr unigolyn am help, a dim ond y lefel isaf o gymorth y dylid ei roi er mwyn annog cymaint o gyfranogiad ac annibyniaeth â phosibl. Mae lefelau cymorth yn rhan o Gymorth Gweithredol

Fframwaith a phroses yw **Model Newcastle** er mwyn deall mai angen heb ei ddiwallu yw ymddygiad sy'n herio, ac mae'n awgrymu strwythur i ddatblygu ymyriadau effeithiol sy'n sicrhau bod pobl â dementia yn rhan ganolog o'u gofal

Mae **cynlluniau personol**³ yn nodi sut y bydd gofal unigolyn yn cael ei ddarparu. Maent yn seiliedig ar wybodaeth asesu a chynlluniau gofal a chymorth a byddant yn cwmpasu dymuniadau, dyheadau ac anghenion gofal a chymorth personol yr unigolyn.

Bydd cynlluniau personol yn darparu'r canlynol:

- Gwybodaeth i unigolion a'u cynrychiolwyr am y gofal a'r cymorth cytûn a'r modd y bydd y rhain yn cael eu darparu
- Canllaw clir ac adeiladol i staff ar yr unigolyn, ei anghenion gofal a chymorth a'r canlyniadau yr hoffai eu cyflawni
- Sail ar gyfer adolygiad parhaus
- Ffordd i unigolion, eu cynrychiolwyr a staff fesur cynnydd a ph'un a yw eu canlyniadau personol wedi'u cyflawni.

Os bydd unigolyn yn wynebu risg y caiff unrhyw ymarfer cyfyngol ei ddefnyddio arno, dylai canllawiau cymorth ymddygiad gael eu cynnwys yn ei gynllun personol. Dylid adolygu'r canllawiau cymorth ymddygiad hyn yn barhaus a'u haddasu wrth i anghenion yr unigolyn ddatblygu neu newid.

Os bydd canllawiau cymorth ymddygiad yn cynnwys ymyriad cyfyngol, dylai'r cynllun personol hefyd gynnwys canllawiau ar gyfer lleihau'r defnydd ohono yn y dyfodol. Dylid monitro ac adolygu'r canllawiau hyn yn rheolaidd a dylent gael eu trosglwyddo o wasanaeth i wasanaeth, fel rhan o gynllun personol yr unigolyn.

Dylai pawb sy'n rhan o fywyd yr unigolyn fod yn gyfarwydd â'r canllawiau a nodwyd ar gyfer yr unigolyn y datblygwyd y cynllun ar ei gyfer, a'u deall. Dylai'r broses gynllunio sicrhau bod pawb sy'n rhan o fywyd yr unigolyn yn glir ynghylch y canllawiau a geir mewn unrhyw gynllun ar gyfer unigolyn. Dylai plant ac unigolion gael sicrwydd y byddant yn cael ymateb cyson i gymorth ymddygiad a'r defnydd o ymyriadau cyfyngol.

³ Canllawiau statudol i ddarparwyr gwasanaethau ac unigolion cyfrifol ynghylch bodloni'r rheoliadau safonau gwasanaeth (Llywodraeth Cymru 2017)

Cynlluniau: cynlluniau cymorth ymddygiad cadarnhaol, cynlluniau personol, cynlluniau dyddiol, cynlluniau addysgu sgiliau

Cymorth ymddygiad cadarnhaol:

- Mae'n seiliedig ar Roi Gwerth ar Swyddogaeth Gymdeithasol, Dadansoddi Ymddygiad Cymhwysol a Chynllunio Person-ganolog.
- Mae'n hyrwyddo dulliau ymyrryd yn seiliedig ar werthoedd a thystiolaeth
- Mae'n canolbywntio ar wella ansawdd bywyd fel nod canolog
- Mae'n defnyddio ymyriadau unigryw sy'n deillio o asesiad swyddogol o ymddygiad y person
- Mae'n pwysleisio ataliad cychwynnol fel y prif ddull, yn cynnwys cymorth gweithredol, addysgu sgiliau, gwella cyfathrebu, gwella amgylcheddau ffisegol a chymdeithasol, a mynd i'r afael ag ysgogiadau a swyddogaethau ymddygiadau wedi'u tynnu o'r asesiad swyddogaethol.
- Mae'n cynnwys strategaethau ataliad eilaidd er mwyn atal ymddygiad rhag gwaethygu
- Mae'n cynnwys strategaethau adweithiol, moesegol, nad ydynt yn seiliedig ar boen, sydd ond wedi'u cynllunio i gadw'r person ac eraill yn ddiogel.
- Mae'n cynnwys strategaethau dadfrifio a ragnodwyd yn unigol ar gyfer yr unigolyn ac eraill dan sylw yn dilyn achos o ymddygiad heriol
- Mae'n nodi'r dulliau i'w defnyddio ar gyfer gwerthuso effaith ymyriadau a phryd y dylid adolygu'r cynllun cymorth ymddygiad cadarnhaol.

Mae **rhyngweithio cadarnhaol** yn cyfeirio at y model rhyngweithio tri cham er mwyn hyrwyddo cyfranogiad gweithredol mewn gweithgaredd. Mae'r model hwn yn cynnwys: Y pum lefel o gymorth; dadansoddi tasgau ac atgyfnerthiad cadarnhaol. Mae rhyngweithio cadarnhaol yn rhan o Gymorth Gweithredol

Mae **atgyfnerthiad cadarnhaol** yn cyfeirio at yr hyn y mae unigolyn yn ei ennill drwy gyflawni tasg benodol. Gall y rhain gynnwys gwobrau sy'n digwydd yn naturiol (e.e. yfed cwpanaid o de y mae'r unigolyn newydd ei wneud) neu bethau eraill y mae'r unigolyn yn eu hoffi'n benodol (e.e. canmoliaeth a sylw neu weithgaredd penodol) fel anogaeth neu wobwr am gymryd rhan mewn gweithgaredd penodol.

Mae atgyfnerthiad (cadarnhaol a negyddol) yn cryfhau ymddygiad:

Mae Atgyfnerthiad Cadarnhaol yn digwydd pan fydd unigolyn yn cael rhywbeth mae am ei gael o ymddygiad penodol, fel cael cymryd rhan mewn gweithgaredd neu gael gafael ar eitem y mae'n eu hoffi, cael sylw cymdeithasol gan rywun, cael ysgogiad synhwyrdd ac ati.

Mae atgyfnerthiad negyddol yn digwydd pan fydd unigolyn yn osgoi neu'n ffoi oddi wrth rywbeth nad yw'n ei hoffi, fel osgoi gorfod ymgymryd â thasg, ffoi rhag sylw diangen neu amgylchedd swllyd, lleddfu poen ac ati.

Mae **adolygiad ar ôl digwyddiad** yn cynnwys:

- Myfyrio ar sut roedd yn teimlo cyn y digwyddiad ac yn union cyn y digwyddiad; yr ymddygiad ei hun, canlyniadau'r ymddygiad a sut roedd yn teimlo wedyn
- Beth fyddai wedi ei helpu i gael canlyniad mwy cadarnhaol

- Cefnogaeth emosiynol
- Myfyrdod personol
- Cyfleoedd i fynegi sut mae'n teimlo
- Hyfforddiant ychwanegol
- Newidiadau i gynlluniau ar gyfer cymorth ymddygiad cadarnhaol

Cymorth ar ôl Digwyddiad (cyfeirir ato weithiau fel dadfriffio) - Sut y dylid cefnogi unigolion, gweithwyr, gofawyr ac eraill yn dilyn achos o ymddygiad heriol ac mae'n cynnwys:

- Help i ddychwelyd i gyflwr digynnwrf
- Cefnogaeth emosiynol
- Cymorth cyntaf os bydd angen
- Amser i ffwrdd
- Amser tawel
- Cyfleoedd i fynegi sut mae'n teimlo

Ataliad cychwynol Newid agweddau ar amgylcheddau byw, gweithio a hamdden unigolyn er mwyn gwella ei lesiant fel bod llai o bosibilrwydd y bydd ymddygiad heriol yn digwydd, yn cynnwys:

- Newid neu ogoi ysgogiadau sy'n arwain at ymddygiadau sy'n herio
- Newid yr amgylchedd lle mae unigolyn yn byw neu'n treulio amser er mwyn diwallu ei anghenion
- Cymryd rhan mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrlon er mwyn helpu unigolion i gyflawni canlyniadau sy'n bwysig iddynt
- Newid atgyfnerthiadau sy'n cynnal ymddygiadau sy'n herio
- Rhoi cymorth ar y lefel gywir i helpu unigolion i fod yn fwy annibynnol ac i wella eu gallu i ymdopi
- Cynnig sicrwydd a chymorth i leddfu teimladau o orbryder neu ofid
- Meithrin cydnherthed, yn enwedig ar gyfer plant a phobl ifanc

Rhoi adborth ar y defnydd diogel o ymyriadau cyfyngol i weithwyr ac eraill

Byddai eraill yn cynnwys: rheolwyr, gweithwyr proffesiynol eraill (seicolegwyr, gweithwyr cymdeithasol, nyrs iechyd meddwl gymunedol)

Dulliau adferol: byddai'r rhain yn cynnwys:

- Adfer – prif nod dull adferol yw mynd i'r afael â niwed a'i wella
- Gwirfoddoli – dylai pobl gymryd rhan mewn prosesau adfer o'u gwirfodd ac yn seiliedig ar ddewis hyddysg
- Niwtraliaeth – mae prosesau adferol yn deg ac yn ddiuedd tuag at y rhai sy'n cymryd rhan
- Diogelwch – nod prosesau ac ymarfer yw sicrhau diogelwch pawb sy'n cymryd rhan a chreu man diogel ar gyfer mynegi teimladau a safbwyntiau am y ffordd mae niwed wedi cael ei achosi
- Hygyrchedd – nid yw prosesau adferol yn gwahaniaethu, ac maen nhw ar gael i bawb mae gwrthdaro a niwed wedi effeithio arnynt
- Parch – mae prosesau adferol yn parchu urddas pawb sy'n cymryd rhan a phobl mae'r niwed a achoswyd wedi effeithio arnynt

Mae **ymyriadau cyfyngol** (cyfeirir atynt weithiau fel cyfyngiad) yn rhan o gontinwwm o arferion cyfyngol ac, oni fyddant yn rhan o gynllun ymddygiad y cytunir arno, yr unig adeg y dylid eu defnyddio yw fel ymateb uniongyrchol a bwriadol i ymddygiadau sy'n herio neu i reoli sefyllfa lle ceir posibilrwydd gwirioneddol o newid os na chymerir unrhyw gamau gweithredu. Ni ddylid defnyddio ymyriadau cyfyngol i gosbi, i achosi poen, dioddefaint, cywilydd nac i gyflawni cydymffurfiaeth.

Byddai ymyriadau cyfyngol yn cynnwys: cyfyngiad corfforol, cyfyngiad mecanyddol, defnydd o feddyginiaeth, cyfyngiad seicogymdeithasol (cosbau), amser tawelu neu amser i ffwrdd, ymyriadau amgylcheddol

Mae **arferion cyfyngol** yn ystod eang o weithgareddau sy'n atal unigolion rhag gwneud pethau y maen nhw am eu gwneud neu sy'n eu hannog i wneud pethau nad ydyn nhw am eu gwneud

Ataliad eilaidd yw strategaethau sy'n berthnasol pan fydd ymddygiad heriol unigolyn yn dechrau gwaethygu, i'w helpu i fod yn ddigynnwrf er mwyn atal digwyddiad sylweddol

Mae **addysgu sgiliau** yn cyfeirio at nodi tasg neu weithgaredd i'w gyflawni, dadansoddi tasg, asesu sgiliau presennol a sgiliau y byddai angen eu meithrin, y lefelau o help sydd eu hangen i ddatblygu'r sgiliau sydd eu hangen i ymgymryd â'r dasg neu weithgaredd a gwybodaeth ar pryd, ble a gan bwy y caiff y sgiliau eu haddysgu a sut y caiff cynnydd ei adolygu a'i werthuso er mwyn llywio'r gwaith o addysgu sgiliau ymhellach.

Mae **dadansoddi tasg** yn cyfeirio at rannu tasgau yn gamau bach ymarferol fel mewn ryseitiau neu gyfarwyddiadau DIY. Dylai maint pob cam neu nifer y camau ar gyfer tasg benodol amrywio yn unol â gallu neu angen yr unigolyn am gymorth

Mae **amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrlon** yn cyfeirio at gydbwysu gweithgareddau sy'n cyfrannu at ansawdd bywyd da i unigolion, gan ymgorffori gweithgareddau galwedigaethol, domestig, personol, hamdden, addysgol a chymdeithasol

Pryd a sut y gellir defnyddio ymyriadau cyfyngol: Os caiff ymyriadau cyfyngol eu defnyddio mewn argyfwng neu pan fydd unigolyn yn bwriadu niweidio ei hun neu eraill yn ddifrifol, dylent bob amser:

- Gael eu defnyddio am ddim mwy na'r hyn sy'n angenrheidiol
- Bod yn gymesur i'r risg a'r opsiwn lleiaf cyfyngol
- Gallu cael eu cyfiawnhau yn gyfreithlon ac yn foesegol
- Bod wedi'u cynllunio'n dda a chael eu hystyried pan fydd pob opsiwn arall wedi methu neu'n anymarferol
- Cael eu gwneud mewn modd sy'n dryloyw i bawb gyda llinellau atebolrwydd clir ar waith
- Cael eu cydnabod yn agored heb gael eu cuddio byth
- Cael eu penderfynu gan bolisi a gweithdrefnau lleol
- Cael eu cofnodi'n gywir a phriodol
- Cael eu monitro, eu cynllunio a'u hadolygu er mwyn cael dewis amgen cadarnhaol ar gyfer yr hirdymor
- Cynnwys dadfrifio a chymorth i bawb dan sylw

Dylid bob amser gynllunio ymyriadau cyfyngol ymlaen llaw, heblaw'r rheini a ddefnyddir mewn argyfwng, a dylai tîm amlddisgyblaethol gytuno arnynt a, lle y bo'n bosibl, yr unigolyn a dylent gael eu cynnwys yn ei gynllun ymddygiad a chymorth

Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig

SCDLMC B8: Arwain a rheoli darpariaeth gwasanaethau gofal sy'n cefnogi datblygiad ymddygiad cadarnhaol

Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig

- Fframwaith Llywodraeth Cymru ar gyfer lleihau arferion cyfyngol (heb ei gyhoeddi eto)
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Deddf Iechyd Meddwl (1983) diwygiwyd 2007
- Cod Ymarfer Cymru ar Ddeddf Iechyd Meddwl (2016)
- Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) (2010)
- Deddf Galluedd Meddyliol 2005 a Chod Ymarfer cysylltiedig
- Mesurau Diogelu Rhyddid
- Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016 a rheoliadau a chanllawiau statudol cysylltiedig
- Deddf Plant 1989 a 2004
- Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018
- Y Ffordd Gywir: Dull Seiliedig ar Hawliau Plant (Comisiynydd Plant Cymru 2017)
- Deddf Hawliau Dynol 1998
- Fframwaith Hawliau Dynol ar Gyfyngiad (y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, heb ei gyhoeddi eto)
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn 1989
- Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn 1991
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau 2006
- Gweithdrefnau Diogelu Cymru Gyfan (2019)

Adnoddau

Comisiynydd Plant Cymru (2017: *Y Ffordd Gywir: Dull Seiliedig ar Hawliau Plant yng Nghymru*. Abertawe: Comisiynydd Plant Cymru. Ar gael yn: <https://www.childcomwales.org.uk/wp-content/uploads/2017/04/Y-Ffordd-Gywir.pdf>

Yr Adran Iechyd (2014) *Positive and Proactive Care: reducing the need for restrictive interventions*, Llundain, y DU: Yr Adran Iechyd.

Denne, et al (2015) *Putting positive behavioural support into practice: challenges of workforce training and development*, *International Journal of Positive Behavioural Support* 5, 2, 43-45

Gore, et al (2013) *Definition and scope for positive behavioural support*, *International Journal of Positive Behavioural Support* 3,2, 14-23

Hastings, R P, Allen, D, Baker, P, Gore, N J, Hughes, J C, McGill, P, Noone S J a Toogood, S (2013) *A conceptual framework for understanding why challenging behaviours occur in people with developmental disabilities*. *International Journal of Positive Behavioural Support* 3, 2, 5-13

Bwrdd Diogelu Annibynnol Cenedlaethol (Cymru) (2018) *Canllaw i Ymarferwyr: Egwyddorion Cyfreithiol Sylfaenol*. Ar gael yn: http://bwrdddiogelu.cymru/2018/12/06/practitioners-guide/?noredirect=cy_GB

NICE (2015). Challenging Behaviour and Learning Disabilities: Prevention and Interventions for People with Learning Disabilities whose Behaviour Challenges. Llundain, y DU: NICE

NICE (2018) guideline on learning disabilities and behaviour that challenges: service design and delivery

<https://www.nice.org.uk/guidance/NG93>

PBS Academy (n.d.) *Improving the Quality of Positive Behavioural Support (PBS): The Standards for Training*. Ar gael yn: <http://pbsacademy.org.uk/standards-for-training/>

Restraint Reduction Network (2019) *Ethical Training Standards to Protect Human Rights and Minimise Restrictive Practices*. Ar gael yn: http://restraintreductionnetwork.org/wp-content/uploads/2016/11/RRN_standards_Feb2019_DRAFT.pdf

Coleg Brenhinol y Seiciatryddion, Cymdeithas Seicolegol Prydain a Choleg Brenhinol y Therapyddion Lleferydd ac Iaith (2007) Challenging behaviour: a unified approach, Clinical and service guidelines for supporting people with learning disabilities who are at risk of receiving abusive or restrictive practices. Adroddiad y Coleg CR144

Gofal Cymdeithasol Cymru (2016) Dulliau Cadarnhaol: Lleihau Arferion Cyfyngol mewn Gofal Cymdeithasol <https://gofalcymdeithasol.cymru/dysgu-a-datblygu/dulliau-cadarnhaol-lleihau-arferion-cyfyngol-mewn-gofal-cymdeithasol>

Skills for Care a Skills for Health (2014). A Positive and Proactive Workforce. A guide to workforce development for commissioners and employers seeking to minimise the use of restrictive practices in social care and health, Llundain: SfH/SfC

Cyrsiau e-ddysgu am ddim ar Gymorth Ymddygiad Cadarnhaol:

<http://www.bild.org.uk/capbs/pbsinformation/introduction-to-pbs/>

<http://www.bild.org.uk/capbs/pbs-awareness-course/>

Gwybodaeth am ddim am Gymorth Ymddygiad Cadarnhaol:

<http://www.bild.org.uk/capbs/capbs/>

<http://pbsacademy.org.uk/>

Lefel:	4
ODA:	174
Credyd:	34
Crynodeb o'r Uned:	Nod yr uned hon yw helpu dysgwyr i feithrin y wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau sydd eu hangen i arwain ymarfer gydag unigolion sydd ag afiechyd meddwl Yng nghyd-destun yr uned hon, mae'r term 'unigolyn' yn cyfeirio at oedolion sy'n byw gydag afiechyd meddwl.

Deilliant dysgu:

1. Cymhwyso dealltwriaeth o gyd-destun afiechyd meddwl a'r ffordd y mae unigolion yn ei brofi

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 1.1 Y mathau o **broblemau iechyd meddwl** a'r symptomau y gall unigolion eu profi
- 1.2 Pwysigrwydd cymryd safbwynt cyfannol o afiechyd meddwl sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ac nid dim ond ar ei symptomau
- 1.3 Ystyr y termau trallod meddwl ac afiechyd meddwl
- 1.4 Y ffyrdd gwahanol y gall unigolion brofi a mynegi trallod meddwl ac afiechyd meddwl
- 1.5 Y **ffactorau** a all ddylanwadu ac effeithio ar lesiant unigolyn ac a all arwain at gyfnod o afiechyd meddwl
- 1.6 Arwyddion a symptomau posibl afiechyd meddwl
- 1.7 Sut y gwneir diagnosis ffurfiol o afiechyd meddwl
- 1.8 **Effeithiau posibl** cael diagnosis ar gyfer yr afiechyd meddwl maent yn ei brofi ar unigolion a theuluoedd/gofalwyr
- 1.9 Y **continwrm a'r ystod o ymatebion** sydd ar gael i unigolion
- 1.10 Yr amrywiaeth o adnoddau lleol a all gefnogi unigolion a gwerth cyfeirio
- 1.11 Cyffredinrwydd a demograffeg afiechyd meddwl yn y boblogaeth a'r goblygiadau ar gyfer y gwasanaethau a ddarperir

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 1.12 Hybu safbwynt cyfannol o unigolion
- 1.13 Helpu unigolion i nodi adnoddau a gwasanaethau a chael mynediad iddynt

Ystod

Problemau iechyd meddwl: yn cynnwys iselder, anhwylderau gorbryder, seicosis, anhwylder deubegynnol, sgitsoffrenia, anhwylderau personoliaeth, anhwylderau bwyta, anhwylder straen wedi trawma, anhwylder diffyg canolbwytio a gorfywiogrwydd

Ffactorau: Profiadau Niweidiol yn ystod Plentynodod, trawma/digwyddiadau bywyd niweidiol eraill a geir pan yn oedolyn, gwahaniaethu, tlodi, afiechyd corfforol

Effeithiau posibl: cadarnhaol a negyddol

Continwrm ac ystod o ymatebion: gwybodaeth a chyngor ar-lein, technoleg gynorthwyol electronig, grwpiau cymunedol mynediad agored; gwasanaethau lefel sylfaenol yn cynnwys hybu iechyd, meddyg teulu, hybiau llesiant cymunedol, gwasanaethau llesiant myfyrwyr, cymorth trydydd sector; gwasanaethau iechyd meddwl sylfaenol, gwasanaethau iechyd meddwl eilaidd, yn cynnwys gwasanaethau arbenigol; gwasanaethau trydyddol yn cynnwys gwasanaethau trydyddol

Deilliant dysgu:

2. Cymhwyso dealltwriaeth o Bŵer, stigma a gwahaniaethu

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 2.1 Y stigma sy'n gysylltiedig ag afiechyd meddwl
- 2.2 **Effeithiau posibl** agweddau a gwerthoedd cymdeithas ar unigolion
- 2.3 Sut i gydnabod eich sail gwerth eich hun a herio gwahaniaethu ynddoch eich hun
- 2.4 Gwahaniaethau pŵer sy'n bodoli o fewn cymdeithas ac o fewn gwasanaethau a ddefnyddir gan unigolion
- 2.5 Sut mae agweddau a gwasanaethau wedi newid dros amser o ganlyniad i bolisi a deddfwriaeth gymdeithasol
- 2.6 Sut gall unigolion sy'n byw gydag afiechyd meddwl brofi **gorthrwm lluosog** a thriniaeth annheg mewn cymdeithas ehangach ac o fewn gwasanaethau

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 2.7 Hybu canfyddiadau cadarnhaol unigolion ac agweddau tuag atynt
- 2.8 Herio stigma a gwahaniaethu
- 2.9 Cefnogi eraill i gydnabod a herio rhagfarn, rhagdybiaethau ystrydebol, gwahaniaethu ac agweddau negyddol at unigolion

Ystod

Gorthrwm lluosog yn cynnwys gorthrwm a wynebwr gan bobl mewn perthynas ag anabledd, rhywedd, rhyw, oedran, crefydd, statws economaidd-gymdeithasol, a chydabyddiaeth bod pobl o grwpiau pobl dduon a lleiafrifoedd ethnig yn aml yn cael eu gorgynrychioli mewn gwasanaethau iechyd meddwl ac y gallant gael llai o ganlyniadau cadarnhaol

Deilliant dysgu

3. Cymhwyso damcaniaethau, modelau a dulliau ar gyfer cefnogi unigolion sy'n byw gydag afiechyd meddwl a'u helpu i wella

Rydych yn deall:

- 3.1 **Damcaniaethau, modelau a dulliau** sy'n sail i gymorth i unigolion
- 3.2 Tensiynau rhwng modelau gwahanol, yn enwedig y modelau meddygol a chymdeithasol
- 3.3 Yr ystod o **driniaethau, therapïau ac adnoddau cymdeithasol, iechyd a llesiant** sydd ar gael er mwyn cefnogi unigolion i gael triniaeth ac i wella
- 3.4 Sgil effeithiau posibl **meddyginiaeth**, yn cynnwys yr effaith ar ddisgwyliad oes
- 3.5 Gwaith goruchwyllo a monitro ychwanegol sy'n ofynnol ar gyfer meddyginiaethau iechyd meddwl penodol
- 3.6 Effaith bosibl smygu, alcohol a sylweddau eraill ar effeithlonrwydd meddyginiaethau iechyd meddwl a ragnodir
- 3.7 Pwysigrwydd **monitro iechyd corfforol** i unigolion
- 3.8 Yr hyn y mae angen ei ystyried wrth gefnogi unigolion i gael mynediad i ofal iechyd neu driniaeth feddygol yn cynnwys eu galluedd i gydsynio

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 3.9 Arwain ymarfer yn y defnydd o ddamcaniaethau, modelau a dulliau i gefnogi unigolion
- 3.10 Cefnogi eraill i gymhwyso damcaniaethau, modelau a dulliau perthnasol wrth gefnogi unigolion
- 3.11 Cefnogi unigolion i gael mynediad i
 - driniaeth ac adnoddau i'w helpu i wella
 - monitro iechyd corfforol

Ystod

Damcaniaethau, modelau a dulliau: damcaniaeth ymlyniad, damcaniaeth systemau, model meddygol, model cymdeithasol, model bioseicogymdeithasol, dull ymadfer, dull sy'n seiliedig ar gryfderau, dull sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau, dull ataliol, model natur agored i niwed oherwydd straen

Triniaethau, therapïau ac adnoddau cymdeithasol, iechyd a llesiant: therapi ymddygiadol gwybyddol, therapi ymddygiad dialectig, cwnsela, rheoli emosiynau, hunangymorth, ymwybyddiaeth ofalgar, seico-addysg, cyfweld cymhellol, gweithgareddau creadigol/ystyrlon, gweithgareddau ffordd o fyw iach

Meddyginiaethau: cyffuriau gwrth-iselder, meddyginiaeth gwrth-seicotig (yn cynnwys Clozapine), sefydlogyddion hwyliu (yn cynnwys lithiwm), hypnosis, cyffuriau lleihau gorbryder, Methylphenidate

Monitro iechyd corfforol: gwaed (yn cynnwys monitro meddyginiaeth unigol), pwysedd gwaed, monitro pwysau, ECG

Deilliant dysgu

4. Arwain ymarfer sy'n cymhwsyo deddfwriaeth, polisi a chanllawiau sy'n cefnogi hawliau unigolion sy'n byw gydag afiechyd meddwl

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 4.1 Pwysigrwydd cydraddoldeb a hawliau dynol ar gyfer unigolion a sut y caiff y rhain eu diogelu gan ddeddfwriaeth
- 4.2 Yr heriau y gall unigolion eu hwynebu wrth arfer eu hawliau

- 4.3 **Deddfwriaeth, polisiau cenedlaethol, canllawiau** a safonau penodol sy'n sail i'r broses o ddarparu gofal iechyd a chymorth, yn cynnwys teuluoedd a gofalwyr
- 4.4 Sut y gall y **Ddeddf Iechyd Meddwl** a'r **Ddeddf Galluedd Meddyliol** effeithio ar ryddid rhai unigolion

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 4.5 Cymhwyso egwyddorion cydraddoldeb a hawliau dynol yn eich gwaith
- 4.6 Ymgorffori deddfwriaeth, polisiau cenedlaethol a chanllawiau a safonau ar gyfer iechyd meddwl yn eich gwaith
- 4.7 Cefnogi eraill i fod yn ymwybodol o ddeddfwriaeth, polisiau cenedlaethol a chanllawiau a safonau ar gyfer iechyd meddwl
- 4.8 Helpu unigolion, teuluoedd a gofalwyr i ddeall goblygiadau cynhwysedd a phenderfyniadau er budd pennaf
- 4.9 Cefnogi unigolion i fynegi eu teimladau am unrhyw achos o golli rhyddid

Ystod

Deddfwriaeth, polisiau cenedlaethol, canllawiau: Deddf Iechyd Meddwl (1983), Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010, Deddf Galluedd Meddyliol (2005), Codau Ymarfer cysylltiedig, Deddf Hawliau Dynol (1998), Deddf Plant (2004), Deddf Gwsanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014, Deddf Cydraddoldeb (2018), Law yn Llaw at Iechyd Meddwl (2012)

Y Ddeddf Iechyd Meddwl: adran 2, adran 3, adran 17 absenoldeb, adran 117, ôl-ofal, adran 135, adran 136, Gorchymnion Triniaeth Gymunedol; Gwarcheidwaeth, Gorchymnion Cyfyngu a Rhyddhad Amodol, rôl y Tribiwnlys Adolygu Iechyd Meddwl

Deddf Galluedd Meddyliol: 5 egwyddor, amddifadu o ryddiad, rôl y Llys Gwarchod

Deilliant dysgu

5. Helpu unigolion sy'n byw gydag afiechyd meddwl i gyflawni canlyniadau cadarnhaol drwy'r broses gynllunio

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 5.1 Eich rôl eich hun yn y **broses gynllunio** a sut i weithio'n gydgyhyrchiol/gydweithredol gydag unigolion
- 5.2 Pwysigrwydd cydgynhyrchu ac adolygu cynlluniau gydag unigolion
- 5.3 Y gwahaniaeth mewn canlyniadau a all ddigwydd rhwng canolbwyntio ar gryfderau a dyheadau unigolyn yn hytrach na'i anghenion yn unig
- 5.4 Sut i gael cadarnhad gan unigolion ynghylch y cymorth a'r **cyfarpar** y gallai fod eu hangen arnynt i gymryd rhan mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrlon ac i wella
- 5.5 Y **rhwystrau** y gall unigolion eu hwynebu sy'n eu hatal rhag ymgysylltu â gwasanaethau a'r broses gynllunio; a strategaethau i oresgyn y rhwystrau hyn
- 5.6 Rôl **eiriolaeth** yn cefnogi unigolion i gael llais a rheolaeth yn y broses asesu a chynllunio
- 5.7 Y **gofynion deddfwriaethol** mewn perthynas â'r Gymraeg
- 5.8 Pwysigrwydd bod unigolyn
 - yn defnyddio ei **ddull cyfathrebu dewisol**
 - bod arwyddocâd eu treftadaeth a'u diwylliant yn cael eu cydnabod

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 5.9 Ymgorffori dull cydgynhyrchiol/cydweithredol gydag unigolion yn y broses gynllunio

- 5.10 Rhoi strategaethau ar waith i gefnogi unigolion i oresgyn rhwystrau o ran ymgysylltu
- 5.11 Gweithio gydag unigolion i nodi adnoddau a chymorth ychwanegol y gellir eu defnyddio i'w helpu i gyflawni canlyniadau cadarnhaol
- 5.12 Helpu unigolion i ymgysylltu â gwasanaethau statudol lle y bo'n briodol i ddatblygu Cynllun Gofal a Thriniaeth/Gofal a Chymorth
- 5.13 Cefnogi unigolion i ddeall y cymorth sydd ar gael drwy eiriolaeth

Ystod

Y broses gynllunio: Gallai'r cynlluniau fod yn Gynllun Gofal a Thriniaeth o dan Fesur Iechyd Meddwl (Cymru), yn Gynllun Gofal a Chymorth o dan Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru), neu'n gynllun arall a ddefnyddir gan sefydliad y dysgwyr. Byddai'r rhain yn cynnwys nodi nodau neu ganlyniadau a'i gwneud yn bosibl i gymryd rhan mewn gweithgareddau; triniaeth, monitro, adolygu a gwerthuso cynlluniau

Offer: Recovery Star neu offer arall sy'n seiliedig ar ganlyniadau

Rhwystrau: Dwyster afiechyd neu ofid; lefel o ddealltwriaeth neu gytundeb â diagnosis/disgrifiad o symptomau; hygyrchedd/hyblygrwydd cymorth, cyfathrebu

Dull cyfathrebu dewisol: iaith ddewisol a siaredir, iaith Arwyddion Prydain, defnyddio dehonglwyr pan fydd angen

Eiriolaeth: Eiriolwr Iechyd Meddwl Annibynnol, Eiriolwr Galluedd Meddyliol Annibynnol, Eiriolaeth Annibynnol, Eiriolaeth Broffesiynol Annibynnol

Deilliant dysgu

6. Cefnogi gwasanaethau adsefydlu, ailalluogi a chymorth parhaus i unigolion

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 6.1 Buddiannau posibl adsefydlu, ailalluogi a chymorth parhaus
- 6.2 Pwysigrwydd cynnwys teuluoedd/gofalwyr yn y broses adsefydlu
- 6.3 Pwysigrwydd defnyddio dull sy'n seiliedig ar gryfderau i feithrin sgiliau, hyder a hunan-barch
- 6.4 Y cysyniad o 'ddiymadferthwch hyddysg' a'r angen i gynnal cymhelliad a dathlu llwyddiannau unigol
- 6.5 Sut i gefnogi unigolion i fesur y pellter a gaiff ei deithio a'r cynnydd a wneir tuag at gyflawni canlyniadau a nodwyd
- 6.6 Dulliau a all helpu unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr i feithrin cydnerthedd
- 6.7 Pwysigrwydd perthnasoedd, rhwydweithiau a chymunedau ar gyfer cefnogi **iechyd a llesiant unigolion**

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 6.8 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n cefnogi:
 - unigolion i gymryd rhan mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrlon mewn ffyrdd sy'n eu hannog i fod yn annibynnol ac i wella
 - unigolion i gymryd cymaint o gyfrifoldeb â phosibl dros eu defnydd o'u sgiliau presennol; adennill hen sgiliau; caffael sgiliau newydd;
 - unigolion i gynnal a datblygu perthnasoedd a chymryd rhan yn eu rhwydweithiau a'u cymunedau
 - unigolion ac eraill i feithrin cydnerthedd personol

Ystod

Iechyd a llesiant unigol: yn ystod cyfnodau o argyfwng, wrth wella ac ar gyfer meithrin cydnerthedd

Deilliant dysgu

7. Cefnogi unigolion gyda newid a chyfnodau pontio

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 7.1 Effeithiau **newid a chyfnodau pontio** ar iechyd meddwl unigolion a'u gofalwyr/teuluoedd
- 7.2 Pwysigrwydd cyfathrebu o fewn timau/asiantaethau mewn perthynas â **newid a chyfnodau pontio**
- 7.3 Pwysigrwydd cefnogi plant a phobl ifanc wrth iddynt fynd drwy gyfnodau pontio amserol i mewn i wasanaethau ar gyfer oedolion
- 7.4 Ystyriaethau ar gyfer plant a phobl ifanc wrth iddynt ddatblygu'n oedolion
- 7.5 Sut i weithio'n gydgynhyrchiol/cydweithredol ac yn dryloyw wrth gefnogi unigolion i baratoi i gael eu rhyddhau o wasanaethau

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 7.6 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n cefnogi unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr i nodi:
 - effaith bosibl newid a chyfnodau pontio
 - rhwystrau i newid a chyfnodau pontio llwyddiannus
 - canlyniadau cadarnhaol ar gyfer newid a chyfnodau pontio
 - eu cryfderau a'u galluoedd eu hunain a fydd yn cyfrannu at newid a chyfnodau pontio llwyddiannus a chael eu rhyddhau o wasanaethau

Ystod

Newid a chyfnodau pontio: i mewn i/o fewn gwasanaethau; i mewn i/o'r ystad ddiogel; o wasanaethau plant i wasanaethau oedolion

Deilliant dysgu

8. Datblygu dealltwriaeth ac ystyried ffactorau sy'n cyd-ddigwydd

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 8.1 Y term 'diagnosis deuol' a'r cyfeiriad at unigolion ag afiechyd meddwl a phroblem camddefnyddio sylweddau sy'n cyd-ddigwydd
- 8.2 Cyffredinrwydd **cyflyrau sy'n cyd-ddigwydd**
- 8.3 Salwch meddwl cymhleth
- 8.4 Heriau ychwanegol a wynebir gan unigolion sydd wedi cael diagnosis deuol, sydd â chyflyrau sy'n cyd-ddigwydd neu afiechyd meddwl cymhleth
- 8.5 Dulliau ar gyfer cefnogi unigolion sydd wedi cael diagnosis deuol, sydd â chyflyrau sy'n cyd-ddigwydd neu afiechyd meddwl cymhleth
- 8.6 Pwysigrwydd gweithio'n effeithiol mewn partneriaeth ar gyfer unigolion sydd wedi cael diagnosis deuol, sydd â chyflyrau sy'n cyd-ddigwydd neu afiechyd meddwl cymhleth

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 8.7 Arwain ymarfer sy'n ystyried diagnosis deuol, cyflyrau sy'n cyd-ddigwydd ac afiechyd meddwl cymhleth wrth gefnogi unigolion

Ystod

Cyflyrau sy'n cyd-ddigwydd: afiechyd meddwl gydag anabledd dysgu, afiechyd meddwl gyda chyflwr niwrolegol/dementia, afiechyd meddwl gydag awtistiaeth

Salwch meddwl cymhleth: pan fydd unigolyn wedi cael mwy nag un diagnosis iechyd meddwl ar yr un pryd

Deilliant dysgu

9. Datblygu trefniadau effeithiol ar gyfer gweithio mewn partneriaeth

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 9.1 Gwerth a rôl **partneriaid** a **thimau amlddisgyblaethol** yn cydweithio i gefnogi unigolion sydd ag afiechyd meddwl i **gyflawni canlyniadau cadarnhaol**
- 9.2 Rôl y cydgysylltydd gofal
- 9.3 Pwysigrwydd sicrhau bod pob achos o weithio mewn partneriaeth yn cynnwys unigolion a theuluoedd/gofalwyr
- 9.4 Pwysigrwydd cynnwys unigolion, gofalwyr ac asiantaethau eraill wrth ddatblygu ac adolygu asesiadau risg/cynlluniau diogelwch
- 9.5 Pwysigrwydd yr unigolyn, teulu/gofalwr ac asiantaethau eraill wrth rannu gwybodaeth sy'n cefnogi'r broses o ddatblygu ac adolygu asesiadau risg/cynlluniau diogelwch
- 9.6 Pwysigrwydd adlewyrchu llais yr unigolyn wrth gofnodi ac adrodd
- 9.7 Sut i uwchgyfeirio pryderon mewn ffordd gywir ac amserol
- 9.8 Deddfwriaeth a phrotocolau perthnasol mewn perthynas â chofnodi, rhannu a storio gwybodaeth
- 9.9 **Protocolau** ar gyfer gweithio mewn partneriaeth

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 9.10 Sicrhau bod **cytundebau llywodraethu** ar waith lle caiff agweddau ar ofal a chymorth eu dirprwyo gan weithwyr proffesiynol eraill
- 9.11 Hyrwyddo diwylliant o weithio mewn partneriaeth a rhannu gwybodaeth lle y bo'n briodol
- 9.12 Dilyn gweithdrefnau llywodraethu y cytunwyd arnynt lle caiff tasgau eu neilltuo i chi gan asiantaethau neu weithwyr proffesiynol eraill
- 9.13 Cael mynediad i gymorth ac adnoddau ychwanegol i'ch galluogi i ddeall tasgau sydd wedi'u neilltuo i chi lle y bo angen
- 9.14 Dilyn gweithdrefnau ac arferion sy'n sicrhau cydymffurfiaeth â'r broses o gofnodi, adrodd, storio gwybodaeth ac ystyried caniatâd i rannu

Ystod

Partneriaid: trydydd sector/sector gwirfoddol, gwasanaethau statudol yn cynnwys gwasanaethau tai a digartrefedd, sector preifat/annibynnol, gwasanaethau'r heddlu a chyfiawnder troseddol, addysgu, cyngor ar les, gwasanaethau plant, gofal sylfaenol

Timau amlddisgyblaethol: nyrsys cofrestredig a nyrsys nad ydynt yn gofrestrdedig, gweithwyr cymdeithasol, therapyddion galwedigaethol, ffisiotherapyddion, seiciatryddion, seicolegwyr, fferyllwyr, gweithwyr cymorth, gweithwyr cymorth sy'n gymheiriaid

Cyflawni canlyniadau cadarnhaol: asesu, cynllunio asesu risg, yn ystod cyfnodau o argyfwng, wrth wella ac i ddatblygu cydnherthed

Protocolau: cyfrinachedd a rhannu gwybodaeth, cadw cofnodion

Trefniadau llywodraethiant: diben y tasgau a neilltuwyd, rolau, cyfrifoldebau ac atebolrwydd, gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau sydd eu hangen i ymgymryd â'r tasgau a'r hyfforddiant/cymorth sydd ar gael, sut y caiff y gwaith ei fonitro, ei gofnodi a'i adrodd; rhannu gwybodaeth; pryderon sy'n gwaethygu

Deilliant dysgu

10. Arwain a rheoli ymarfer sy'n hybu'r gwaith o gydbwysu hawliau, cyfrifoldebau a risgiau wrth weithio gydag unigolion sy'n byw gydag afiechyd meddwl

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

10.1 Pwysigrwydd dulliau sy'n seiliedig ar hawliau a phrosesau cymryd risg ar gyfer unigolion

10.2 Effaith ymarfer gwrth risg ar lesiant unigolyn

10.3 Y defnydd o asesiadau risg/cynlluniau diogelwch o ran galluogi unigolion i wella

10.4 Pwysigrwydd adolygu asesiadau risg/cynlluniau diogelwch yn rheolaidd a'u diweddarau wrth gydgyhyrchu ag unigolion

10.5 Pwysigrwydd perchenogaeth a chyfranogiad wrth wneud penderfyniadau i unigolion

10.6 Sut i gefnogi unigolion i ddisgrifio a chydabod eu dangosyddion ailwaelu

10.7 Sut i gefnogi unigolion i nodi beth y gallai ysgogi anawsterau neu argyfyngau

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

10.8 Rhoi esiampl o ddull sy'n seiliedig ar hawliau

10.9 Herio eraill yn briodol pan na chaiff hawliau unigolyn eu parchu

10.10 Arwain, monitro ac adolygu'r defnydd o asesiadau risg/cynlluniau diogelwch er mwyn cefnogi unigolion i gymryd risgiau cadarnhaol

10.11 Cynnal asesiadau risg amgylcheddol a dynamig fel rhan o ymarfer bob dydd

10.12 Hyrwyddo diwylliant o gymryd risgiau cadarnhaol

10.13 Arwain, monitro ac adolygu'r defnydd o ddulliau sy'n cefnogi unigolion i gadw eu hunain yn ddiogel

10.14 Gofyn am gymorth ar ran unigolion lle ceir pryderon am eu diogelwch neu lesiant

Deilliant dysgu

11. Rhoi cymorth i reoli a lleihau'r risg o sefydlfaoedd argyfwng

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

11.1 Mathau o **sefyllfaoedd argyfwng**

- 11.2 Elfennau'r fframwaith Cymorth Ymddygiadol Cadarnhaol a sut y gall hyn helpu i leihau'r risg o sefyllfaoedd argyfwng
- 11.3 Pryd a sut y gellir defnyddio ymyriadau cyfyngol
- 11.4 Pwysigrwydd atal ac ymyrryd yn gynnar i atal sefyllfaoedd argyfwng
- 11.5 Sut i gefnogi unigolion i ddatblygu Cynllun Argyfwng pwrpasol, hygrych
- 11.6 Sut i ymateb os bydd sefyllfa argyfwng yn digwydd
- 11.7 Sut y gall unigolion gael mynediad i gymorth argyfwng priodol o fewn oriau gwaith a'r tu allan iddynt
- 11.8 Sut i isgyfeirio sefyllfa os bydd rhywun yn cynhyrfu neu'n mynd yn ymosodol
- 11.9 Sut i gefnogi unigolion sy'n cael syniadaeth hunanladdol a/neu sy'n hunan-niweidio yn fwriadol
- 11.10 Ymarfer ar ôl digwyddiad y dylid ei gynnig i gydweithwyr ac unigolion

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 11.11 Helpu i ymgorffori diwylliant o atal ac ymyrryd yn gynnar wrth weithio gydag unigolion
- 11.12 Hyrwyddo amgylchedd sy'n lleihau'r tebygrwydd y ceir sefyllfa argyfwng
- 11.13 Cefnogi eraill i reoli sefyllfaoedd argyfwng os byddant yn codi
- 11.14 Cyfrannu at ymarfer ar ôl digwyddiad i staff ac unigolion os bydd sefyllfa argyfwng wedi digwydd
- 11.15 Sicrhau bod pob adroddiad/cofnod yn cael ei ddiweddarau yn unol â gweithdrefnau sefydliadol

Ystod

Sefyllfaoedd argyfwng: risgiau i unigolion, eu hiechyd neu eraill: ymddygiad bygythiol, ymosodol, amhriodol neu dreisgar, gorddos damweiniol, hunan-niweidio sylweddol (yn cynnwys gorddos), gofid meddwl aciwt, meddyliau hunanladdol, hunanesgeuluso, crwydro, perygl tân

Deilliant dysgu

12. Hyrwyddo diogelwch i unigolion sy'n byw ag iechyd meddwl gwael

Meini prawf asesu

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 12.1 Cefnogi unigolion i nodi ffactorau, sefyllfaoedd a gweithredoedd a all achosi niwed, arwain at niwed a chamdriniaeth
- 12.2 Cefnogi unigolion i nodi beth sydd ei angen er mwyn osgoi sefyllfaoedd a all arwain at newid neu gamdriniaeth
- 12.3 Gweithio gydag eraill er mwyn cytuno ar ffiniau teg, diogel, cyson a dealladwy gydag unigolion i'w cadw'n ddiogel
- 12.4 Arwain a chefnogi ymarfer sy'n galluogi unigolion i gydnabod pan fydd ymddygiad tuag atyn nhw neu eraill yn amhriodol neu'n annerbyniol
- 12.5 Manteisio ar gymorth ychwanegol ar gyfer sefyllfaoedd sydd y tu allan i'w harbenigedd eu hunain
- 12.6 Hyrwyddo diwylliant lle caiff unigolion eu cefnogi i gadw eu hunain yn ddiogel
- 12.7 Defnyddio goruchwyliaeth a chymorth i ystyried yr effaith ar eu hunain ac eraill os bydd achos a amheuir neu a ddatgelwyd o niwed neu gamdriniaeth

Uned 422

Arwain ymarfer gydag unigolion sy'n byw gydag afiechyd meddwl

Gwybodaeth Ategol

Canllawiau cyflwyno

Eiriolaeth: Efallai y bydd angen i rai unigolion gael cymorth eiriolwr i gynrychioli ei safbwyntiau. Lle y bo'n bosibl, gweithiwch gyda'r unigolyn er mwyn penderfynu ar y dull gorau gan fod gwahanol fathau o eiriolaeth.

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn diffinio gwasanaethau eiriolaeth fel '[g]wasanaethau sy'n darparu cynhorthwy (ar ffurf cynrychiolaeth neu fel arall) i bersonau at ddibenion sy'n ymwneud â'u gofal a chymorth'. Mae eiriolaeth yn cynorthwyo ac yn galluogi pobl sy'n ei chael yn anodd cynrychioli eu buddiannau i arfer eu hawliau, mynegi eu barn, archwilio a gwneud dewisiadau hyddysg a gallai gynnwys:

- Hunaneiriolaeth
- Eiriolaeth anffurfiol
- Eiriolaeth iechyd meddwl annibynnol
- Eiriolaeth galluedd meddyliol annibynnol
- Cydeiriolaeth
- Eiriolaeth cymheiriad
- Eiriolaeth dinasyddion
- Eiriolaeth gwirfoddolwyr annibynnol
- Eiriolaeth ffurfiol
- Eiriolaeth broffesiynol annibynnol

Mae Rhan 4 o Fesur Iechyd Meddwl (Cymru) (2010) hefyd yn gwneud darpariaeth ar gyfer eiriolaeth ar ffurf Eiriolwyr Iechyd Meddwl Annibynnol ynghyd â Deddf Galluedd Meddyliol (2005) a gyflwynodd rôl yr Eiriolwr Galluedd Meddyliol Annibynnol.

Lle mae gan yr unigolyn alluedd i roi cydsyniad yna ceisiwch gydsyniad i wneud atgyfeiriad a rhannwch wybodaeth â'r gwasanaethau eirioli annibynnol. Lle nad oes gan unigolyn alluedd i gytuno i atgyfeiriad, dylid dilyn protocolau y cytunwyd arnynt.

Cymorth Eiriolaeth Cymru: <https://www.ascymru.org.uk/cym>

Advocacy Matters Wales: <http://www.advocacymatterswales.co.uk/cymraeg/>

Gwasanaeth Eiriolaeth Ieuencid Cenedlaethol: <https://www.nyas.net/services/our-services-in-wales/>

Mind: <https://www.mind.org.uk/information-support/guides-to-support-and-services/advocacy/types-of-advocacy/>

Damcaniaeth ymlyniad: Mae damcaniaeth ymlyniad yn sail i lawer o ymarfer plentyn-ganolog ac yn sail i egwyddorion Ymarfer Datblygiadol Dyadig a Rhianta PACE.

<https://ddpnetwork.org/about-ddp/dyadic-developmental-practice/>

<https://gofalcymdeithasol.cymru/gwella-gwasanaethau/sut-mae-plant-yn-ffurfio-ymlyniadau>

Awtistiaeth: Mae bod yn awtistig yn golygu bod unigolyn yn profi'r byd yn wahanol am ei fod yn effeithio ar y ffordd mae'n meddwl ac yn teimlo. Mae'r term awtistiaeth yn disgrifio gwahaniaethau ansoddol a namau wrth ryngweithio'n gymdeithasol a chyfathrebu'n gymdeithasol, wedi'u cyfuno â diddordebau cyfyngedig ac ymddygiadau anhyblyg ac ailadroddus. Caiff plant, pobl ifanc ac oedolion ddiagnosis o anhwylderau'r sbectrwm awtistig (ASD) os bydd yr ymddygiadau hyn yn bodloni'r meini prawf a gaiff eu diffinio yn y Dosbarthiad Ystadegol Rhyngwladol o Glifydau a Phroblemau Iechyd Cysylltiedig (ICD-10) a Phedwerydd Argraffiad y Llawlyfr Diagnostig ac Ystadegol o Anhwylderau Meddyliol (DSM-IV) ac maent yn cael effaith sylweddol ar weithrediad. Y term cyffredinol a ddefnyddir yn y diffiniadau hyn yw anhwylder datblygiadol treiddiol, ond mae'r term hwn bellach yn cael ei ddefnyddio ochr yn ochr ag anhwylder ar y sbectrwm awtistig. Weithiau, defnyddir y term Asperger (neu Syndrom Asperger) i ddisgrifio unigolyn ag ASD sydd â deallusrwydd cyfartalog neu uwch na'r cyfartaledd. <https://www.autism.org.uk/about/what-is/asd.aspx>

Mae mathau penodol o broblemau iechyd meddwl y mae pobl ag ASD yn eu profi'n fwy cyffredin, fel gorbryder: <https://www.autism.org.uk/about/health/mental-health.aspx>

Meddyginiaethau iechyd meddwl penodol: Mae angen prosesau monitro ychwanegol ar gyfer rhai meddyginiaethau, e.e. Lithium, Clozapine, Methylphenidate.

Continwmm ac ystod o ymatebion: Mae amrywiaeth o gymorth a all fod yn briodol i rywun sy'n wynebu trallod neu afiechyd meddwl. Mae gwranddo ar yr unigolyn a'i gyfeirio yn hollbwysig ar bob cam o'i daith.

- trafod a chael cymorth gan ffrindiau neu deulu, cyswllt yn yr ysgol, gwasanaeth llesiant myfyrwyr neu raglen Cymorth i Gyflogeion yn y gweithle
- mynd i weld y meddyg teulu, gwybodaeth ar-lein, mynd i grwpiau mynediad agored yn y gymuned, gweithgareddau iechyd a llesiant, cyngor a chymorth gyda chyllid neu lety
- Sefydliadau'r trydydd sector yn rhoi cymorth ymarferol fel help i reoli dyledion neu i ddod o hyd i lety mwy addas. Gallant hefyd gymryd rhan drwy gynnig gwasanaethau hunangymorth dan arweiniad a gwasanaethau cwnsela
- Gwasanaethau Iechyd Meddwl Sylfaenol, seico-addysg, hunangymorth dan arweiniad, grwpiau sy'n addysgu ac yn helpu unigolion i reoli gofid a deall emosiynau, Therapi Ymddygiad Gwybyddol, Therapi Ymddygiad Dialectig, therapi seicolegol, therapi teuluol, cwnsela, therapi sy'n canolbwyntio ar drawma, ymwybyddiaeth ofalgar a therapïau siarad eraill
- Gall gwasanaethau iechyd meddwl eilaidd hefyd gynnig amrywiaeth o therapïau, gofal a chymorth gan weithwyr iechyd meddwl proffesiynol, cyngor a chymorth i reoli meddyginiaethau cymhleth, cynllunio ac ymateb mewn argyfwng
- Weithiau, mae angen derbyn unigolyn i'r ysbyty ar sail ffurfiol neu anffurfiol er mwyn ei gadw'n ddiogel a/neu er mwyn ei alluogi i gael y gofal, y driniaeth a'r cymorth sydd ei angen arno. Yn y lleoliad hwn, gellir rhoi triniaeth fel meddyginiaethau cymhleth y mae angen lefelau uchel o fonitro arnynt
- Llety gyda chymorth, lleoliadau preswyl neu gymorth arbenigol yn lleoliad y cartref er mwyn galluogi unigolyn i gael cyfnodau o ailalluogi ac adsefydlu.

Technoleg Gynorthwyol Electronig: yn cynnwys sut i sicrhau bod penderfyniadau ynghylch technoleg gynorthwyol yn canolbwyntio ar ganlyniadau ac yn gynhwysol. Gall technoleg gynorthwyol electronig gynnwys dyfeisiau bob dydd fel ffonau symudol, rheolaethau byw yn glyfar, ffonau clyfar, setiau teledu clyfar, consolau gemau, cyfrifiaduron; dyfeisiau a gynlluniwyd i gefnogi anghenion iechyd a gofal cymdeithasol fel larymau personol a

gweithgarwch, negeseuon atgoffa ac ysgogi electronig, clociau siarad, cymhorthion cyfathrebu, larymau mwg, larymau teleofal, teclynnau synhwyro cwmpo, dyfeisiau GPS, monitro iechyd a monitro ffitiau.

Ffactorau a all olygu bod unigolion yn cael cyfnod o afiechyd meddwl:

Gall ffordd o fyw yn cynnwys gwaith, deiet, cyffuriau a diffyg cwrs oll effeithio ar iechyd meddwl, fodd bynnag, os bydd unigolyn yn cael afiechyd meddwl, fel arfer mae ffactorau eraill hefyd. Gellir rhannu ffactorau yn dri phrif gategori – biolegol, seicolegol ac amgylcheddol/cymdeithasol a gallant gynnwys:

- profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn cynnwys cam-drin emosiynol, corfforol a rhywiol, trawma neu esgeulustod
- trais domestig
- bwlio a brofwyd yn ystod plentyndod/pan yn oedolyn
- ynysu cymdeithasol neu unigrwydd
- profi gwahaniaethu a stigma
- anfantais gymdeithasol, tlodi neu ddyled
- profedigaeth
- straen difrifol neu hirdymor
- cyflwr iechyd corfforol hirdymor
- diweithdra neu golli swydd
- digartrefedd neu dai gwael/ansefydlog
- bod yn ofalwr hirdymor i rywun
- bod yn ffoadur/ceisiwr lloches
- camddefnyddio cyffuriau ac alcohol
- trawma sylweddol, fel: bod yn rhan o ddigwyddiad difrifol, bod yn ddiodefwr trosedd dreisgar, ymladd milwrol, trawma sy'n gysylltiedig â rhyfel (yn cynnwys dadleoli a gwahanu teulu)
- achosion corfforol – er enghraifft, gall anaf i'r pen neu gyflwr niwrolegol fel epilepsi effeithio ar ymddygiad a hwyliau. (Mae'n bwysig diystyru achosion corfforol posibl cyn ceisio triniaeth bellach).
- Beichiogrwydd a'r cyfnod ar ôl geni
- hunaniaeth o ran rhywedd

Cynhaliodd Iechyd Cyhoeddus Cymru 'Astudiaeth o Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod' yn 2015, a ddangosodd bod pobl sydd wedi cael pedwar neu fwy o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn wynebu tebygrwydd llawer mwy o ddatblygu iselder, gorbryder a seicosis pan fyddant yn oedolion o gymharu â'r boblogaeth gyffredinol. Mae profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn ddigwyddiadau niweidiol fel bod wynebu trais corfforol, emosiynol a rhywiol neu dyfu i fyny mewn cartref lle ceir trais domestig, iechyd meddwl gwael neu weithgaredd troseddol.

<http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/ACE%20Chronic%20Disease%20report%20%289%29%20%282%29.pdf>

hyddysg: Pan fydd pobl yn teimlo'n ddiymadferth i osgoi sefyllfaoedd negyddol am fod profiad blaenorol wedi dangos nad oes ganddynt reolaeth. Mae hyn yn arwain at gylch negyddol lle mae ganddyn nhw ac eraill ddisgwyliadau isel ohonynt a atgyfnerthir gan y ffaith bod yr unigolyn yn gwireddu'r disgwyliadau isel hyn, gan arwain at ddibyniaeth, hunan-barch isel a diffyg hunan-gred

Y Ddeddf Iechyd Meddwl: Mae'r egwyddorion arweiniol y dylid eu hystyried bob amser wrth wneud penderfyniadau o dan y Ddeddf Iechyd Meddwl wedi'u nodi yng Nghod Ymarfer Cymru:

- Urddas a pharch
- Yr opsiwn lleiaf cyfyngol a chynyddu annibyniaeth i'r eithaf
- Tegwch a chydardoldeb
- Grymuso a chynnwys
- Cadw pobl yn ddiogel
- Effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd

Problemau iechyd meddwl: Ar unrhyw adeg, bydd 1 o bob 4 person yn y DU yn wynebu afiechyd meddwl. Ni fydd pob unigolyn sydd â phroblem afiechyd meddwl wedi cael diagnosis o anhwylder meddwl. Mae amrywiaeth eang o ddiagnosis, a phob un â'i feini prawf diagnostig ei hun sydd wedi cael eu dosbarthu gan Sefydliad Iechyd y Byd:

<https://www.who.int/classifications/icd/icdonlineversions/en/>

Mae'r rhain yn cynnwys y canlynol:

- Ychwanegiadau, yn cynnwys caethiwed i hapchwarae
- ADCG
- Anhwylderau gorbryder yn cynnwys anhwylder gorfoaeth obsesiynol
- Anhwylder deubegynol
- Dismorffia'r corff
- Hunan-niwed bwriadol
- Iselder
- Anhwylderau datgysylltiol
- Anhwylderau bwyta
- Anhwylderau panig
- Anhwylderau personoliaeth yn cynnwys ansefydlogrwydd emosiynol/anhwylder personoliaeth ffiniol
- Ffobiâu
- Iselder ôl-eni
- Seicosis ôl-eni
- Anhwylder straen wedi trawma
- Seicosis
- Anhwylder sgitsoaffeithiol
- Sgitsoffrenia
- Anhwylder affeithiol tymhorol

Nid yw pawb yn cytuno bod defnyddio diagnosis i ddeall neu ddisgrifio trallod ac afiechyd meddwl yn ddefnyddiol. Ymysg y safbwyntiau eraill mae:

- Cymdeithas Seicolegol Prydain: Power, Threat Meaning Framework
<https://www.bps.org.uk/news-and-policy/introducing-power-threat-meaning-framework>
- Y Ganolfan Rhagoriaeth mewn Iechyd Meddwl Rhyng-ddisgyblaethol: Social Perspectives on Mental Distress
<https://www.birmingham.ac.uk/research/activity/social-policy/ceimh/film-resources/social-perspectives-mental-distress.aspx>

- Shaping Our Lives: Social Model of Madness and Distress
<https://www.shapingourlives.org.uk/wp-content/uploads/2016/05/FROM-MENTAL-ILLNESS-PDF-2.pdf>

Deddf Galluedd Meddyliol: Mae gan y Ddeddf 5 egwyddor arweiniol:

Egwyddor 1: Tybio galluedd – mae gan bob unigolyn yr hawl i wneud ei benderfyniadau ei hun a rhaid tybio bod ganddo'r alluedd i wneud hynny oni bai y gellir profi fel arall. Golyga hyn na allwch dybio na all rhywun wneud penderfyniad drosto'i hun dim ond am fod ganddo gyflwr meddygol neu anabled penodol, e.e. dementia.

Egwyddor 2: Unigolion yn cael eu cefnogi i wneud eu penderfyniadau eu hunain – rhaid i berson gael pob cymorth ymarferol cyn i unrhyw un ei drin fel nad yw'n gallu gwneud ei benderfyniadau ei hun. Golyga hyn y dylech wneud pob ymdrech i annog a chefnogi pobl i wneud y penderfyniad drostynt eu hunain. Os penderfynir bod diffyg galluedd, mae'n dal i fod yn bwysig eich bod yn cynnwys y person cymaint â phosibl wrth wneud penderfyniadau.

Egwyddor 3: Penderfyniadau annoeth – mae gan bobl hawl i wneud penderfyniadau y gallai pobl eraill eu hystyried yn annoeth neu'n ecsentrig. Ni allwch drin unigolyn fel na bai ganddo alluedd am y rheswm hwn. Mae gan bawb eu gwerthoedd, eu credoau a'u dewisiadau eu hunain na fyddant o reidrwydd yr un peth â rhai pobl eraill.

Egwyddor 4: Budd pennaf – rhaid i unrhyw beth a wneir ar gyfer neu ar ran unigolyn heb alluedd meddyliol fod er ei fudd pennaf – ac nid er mwyn diogelu'r asiantaeth na budd eraill ar draul yr unigolyn.

Egwyddor 5: Opsiwn llai cyfyngol – rhaid i rywun sy'n gwneud penderfyniad neu'n gweithredu ar ran person heb alluedd ystyried a oes modd penderfynu neu weithredu mewn ffordd a fyddai'n ymyrryd llai â hawliau a rhyddid gweithredu'r person, neu a oes angen penderfynu neu weithredu o gwbl. Dylid pwysu a mesur unrhyw ymyriad yn ôl amgylchiadau penodol yn achos.
<https://www.legislation.gov.uk/ukpga/2005/9/contents>

Os caiff unigolyn ei asesu nad oedd oes ganddo'r galluedd i wneud penderfyniadau mewn perthynas â maes penodol yna rhaid i unrhyw benderfyniadau a wneir ar ei ran fod er ei fudd pennaf: <https://www.mind.org.uk/information-support/legal-rights/mental-capacity-act-2005/overview/#.XOODdsHQZPw>

Mewn rhai amgylchiadau efallai y bydd angen amddifadu unigolyn o'i ryddid fel y gall barhau i fod yn ddiogel a chael y gofal a'r driniaeth sydd eu hangen arno:
<https://1f2ca7mxjow42e65q49871m1-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2019/04/Mental-Capacity-Guidance-Note-Best-Interests-April-2019.pdf>

Mesur Iechyd Meddwl: Mae'r egwyddorion arweiniol sy'n sail i Fesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2011 wedi'u nodi yn y Cod Ymarfer ar gyfer Rhannau 2 a 3:
[https://www.assembly.wales/Laid%20Documents/GEN-LD8880%20-%20Code%20of%20Practice%20to%20Parts%202%20and%203%20of%20the%20Mental%20Health%20\(Wales\)%20Measure%202010-23042012-232786/gen-ld8880-e-Cymraeg.pdf](https://www.assembly.wales/Laid%20Documents/GEN-LD8880%20-%20Code%20of%20Practice%20to%20Parts%202%20and%203%20of%20the%20Mental%20Health%20(Wales)%20Measure%202010-23042012-232786/gen-ld8880-e-Cymraeg.pdf)

Mae'r Mesur yn cynnwys 6 rhan ond mae 4 prif ran sy'n ymwneud â darparu gwasanaethau i unigolion yn uniongyrchol:
<http://www.iechydmeddwl.cymru.net/mesur-iechyd-meddwl/>

Tribiwnlys Adolygu Iechyd Meddwl: Mae Cod Ymarfer (Cymru, 2016) ar gyfer y Ddeddf Iechyd Meddwl yn egluro rôl Tribiwnlys Adolygu Iechyd Meddwl Cymru sy'n rhoi diogelwch sylweddol i bobl o dan gyfyngiad y Ddeddf Iechyd Meddwl.

<https://gweddill.gov.wales/docs/dhss/publications/160920mentalacten.pdf>

Salwch meddwl: Nid oes unrhyw gonsensws ar y ffordd orau o ddisgrifio iechyd meddwl. Efallai y byddwch yn clywed y termau: materion iechyd meddwl, problemau iechyd meddwl, afiechyd meddwl, trallod meddwl, anhwylder meddwl ac eraill. Fel arfer, mae'n well gofyn i'r unigolyn sy'n wynebu'r afiechyd meddwl ddisgrifio beth mae'n ei deimlo a sut yr hoffai i hyn gael ei ddisgrifio.

Caiff trallod ac afiechyd meddwl eu profi gan unigolion mewn ffyrdd unigryw ac felly mae gwranddo ar yr unigolyn a'i stori ac amgylchiadau presennol ei fywyd yn hollbwysig.

Mae cydnabod y gall diwylliant a threftadaeth unigolyn olygu ei fod yn mynegi trallod mewn ffyrdd gwahanol hefyd yn bwysig, ynghyd ag ystyriaeth o brofiadau bywyd unigolyn, credoau crefyddol/ysbrydol, oedran, rhywedd, rhywioldeb ac ati.

Methylphenidate: Dyma un grŵp o adfywlon a ragnodir weithiau i drin ADCG. Gall weithredu fel lleddfwr archwaeth ac felly mae angen dulliau monitro pwysau ychwanegol, yn enwedig pan gaiff ei ragnodi ar gyfer plant a phobl ifanc. Nid oes raid cymryd rhai adfywiolion bob diwrnod ac felly gellir eu defnyddio ar rai diwrnodau yn unig, fel diwrnodau ysgol.

Gorthrwm lluosog Er bod angen gwneud mwy o waith ymchwil yn y maes, derbynnir yn gyffredinol bod pobl o grwpiau pobl dduon a lleiafrifoedd ethnig yn cael eu tangynrychioli mewn gwasanaethau iechyd meddwl a bod gwahaniaethau o ran cyfraddau cadw dan orfod o dan y Ddeddf Iechyd Meddwl, opsiynau triniaethau/canlyniadau a diagnosis. Ceir rhai materion gorgynrychiolaeth hefyd mewn perthynas â rhywedd a nodweddion gwarchoddedig eraill.

<https://lankellychase.org.uk/wp-content/uploads/2015/07/Ethnic-Inequality-in-Mental-Health-Confluence-Full-Report-March2014.pdf>

[https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(19\)30027-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(19)30027-6/fulltext)

https://www.who.int/mental_health/prevention/genderwomen/en/

Anhwylderau niwroddatblygiadol: gall y rhain gynnwys y canlynol:

- Anhwylderau'r Sbectrwm Awtistig
- Anhwylderau gwingo (fel syndrom Tourette)
- Anaf trawmatig ar yr ymennydd

Monitro iechyd corfforol: Mae ymchwil yn dangos bod rhyngberthynas yn aml rhwng iechyd corfforol ac iechyd meddwl. Ceir cyfraddau uchel o afiechyd meddwl ymysg pobl sydd â phroblemau iechyd corfforol hirdymor, ac mae disgwyliad oes byrrach ar gyfer pobl sydd ag afiechyd meddwl difrifol, yn aml yn gysylltiedig ag iechyd corfforol gwael.

https://www.kingsfund.org.uk/sites/default/files/field/field_publication_file/Bringing-together-Kings-Fund-March-2016_1.pdf

<https://www.nice.org.uk/sharedlearning/improving-the-physical-health-of-people-with-serious-mental-illness-a-quality-improvement-approach>

Cymorth ymddygiad cadarnhaol:

- Mae'n seiliedig ar Roi Gwerth ar Swyddogaeth Gymdeithasol, Dadansoddi Ymddygiad Cymhwysol a Chynllunio Person-ganolog.
- Mae'n hyrwyddo dulliau ymyrryd yn seiliedig ar werthoedd a thystiolaeth
- Mae'n canolbywntio ar wella ansawdd bywyd fel nod canolog
- Mae'n defnyddio ymyriadau unigryw sy'n deillio o asesiad swyddogol o ymddygiad y person
- Mae'n pwysleisio ataliad cychwynnol fel y prif ddull, yn cynnwys cymorth gweithredol, addysgu sgiliau, gwella cyfathrebu, gwella amgylcheddau ffisegol a chymdeithasol, a mynd i'r afael ag ysgogiadau a swyddogaethau ymddygiadau wedi'u tynnu o'r asesiad swyddogaethol.
- Mae'n cynnwys strategaethau ataliad eilaidd er mwyn atal ymddygiad rhag gwaethygu
- Mae'n cynnwys strategaethau adweithiol, moesegol, nad ydynt yn seiliedig ar boen, sydd ond wedi'u cynllunio i gadw'r person ac eraill yn ddiogel.
- Mae'n cynnwys strategaethau dadfrifio a ragnodwyd yn unigol ar gyfer yr unigolyn ac eraill dan sylw yn dilyn achos o ymddygiad heriol
- Mae'n nodi'r dulliau i'w defnyddio ar gyfer gwerthuso effaith ymyriadau a phryd y dylid adolygu'r cynllun cymorth ymddygiad cadarnhaol.

<https://www.gov.uk/government/publications/positive-and-proactive-care-reducing-restrictive-interventions>

<https://www.nice.org.uk/search?q=violence+and+aggression>

Mae'r **adolygiad ar ôl digwyddiad** yn cynnwys:

- Myfyrio ar sut roedd yn teimlo cyn y digwyddiad ac yn union cyn y digwyddiad; yr ymddygiad ei hun, canlyniadau'r ymddygiad a sut roedd yn teimlo wedyn
- Beth fyddai wedi ei helpu i gael canlyniad mwy cadarnhaol
- Cefnogaeth emosiynol
- Myfyrdod personol
- Cyfleoedd i fynegi sut mae'n teimlo
- Hyfforddiant ychwanegol
- Newidiadau i gynlluniau ar gyfer cymorth ymddygiad cadarnhaol

Cymorth ar ôl digwyddiad: Weithiau, cyfeirir at hyn fel dadfrifio ac mae'n ymwneud â'r modd y dylid cefnogi unigolion, gweithwyr, gofalwyr ac eraill yn dilyn achos o ymddygiad heriol ac mae'n cynnwys:

- Help i ddychwelyd i gyflwr digynnwrf
- Cefnogaeth emosiynol
- Cymorth cyntaf os bydd angen
- Amser i ffwrdd
- Amser tawel
- Cyfleoedd i fynegi sut mae'n teimlo

Effeithiau posibl: ar gydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant, gan ddwysáu'r anawsterau y mae'r unigolyn yn eu hwynebu (eithrio, economaidd-gymdeithasol, addysg, cyflogaeth, annibyniaeth, llesiant emosiynol a chorfforol, dewisiadau bywyd)

Dull adfer: Weithiau, gellir cyfeirio at y Dull Adfer fel y Model Adfer neu'r Ethos Adfer. Gellir ystyried bod adfer yn broses, yn rhagolwg, yn weledigaeth, yn fframwaith cysyniadol neu'n egwyddor arweiniol. Mae'r canlynol yn berthnasol am ddull ymadfer:

- mae'n rhoi safbwynt cyfannol o afiechyd meddwl sy'n canolbwyntio ar y person ac nid dim ond ar ei symptomau
- mae'n credu bod adfer o afiechyd meddwl yn bosibl
- mae'n daith yn hytrach na chyrchfan
- nid yw o anghenraid yn golygu dychwelyd i'r man yr oeddech o'r blaen
- mae'n digwydd mewn pyliau ac, fel bywyd, mae'n gyfnewidiol iawn
- mae angen optimistiaeth ac ymrwymiad gan bawb dan sylw
- mae disgwyliadau ac agweddau pobl yn dylanwadu'n helaeth arno
- mae angen system gymorth drefnus gan deulu, ffrindiau neu weithwyr proffesiynol
- mae angen gwasanaethau i groesawu ffyrdd newydd ac arloesol o weithio

Nod dull adfer yw cefnogi unigolion sydd â phroblemau iechyd meddwl i edrych y tu hwnt i oroesi a bodoli. Mae'n eu hannog i symud ymlaen, pennu nodau newydd a gwneud pethau a meithrin perthnasoedd sy'n rhoi ystyr i'w bywydau.

Mae adferiad yn pwysleisio, er ei bod yn bosibl nad oes gan bobl reolaeth lawn o'u symptomau, y gallant gael rheolaeth lawn o'u bywydau. Nid 'cael gwared' ar broblemau yw adferiad. Mae'n golygu edrych y tu hwnt i broblemau iechyd meddwl unigolyn, cydnabod a meithrin ei alluoedd, ei diddordebau a'i freuddwydion.

Yn aml, mae afiechyd meddwl ac agweddau cymdeithasol at afiechyd meddwl yn rhoi cyfyngiadau ar bobl sydd ag afiechyd meddwl. Gall gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol, ffrindiau a theulu fod yn oramddiffynol neu'n besimistaidd ynghylch yr hyn y bydd rhywun sydd â phroblem iechyd meddwl yn gallu ei gyflawni. Mae adferiad yn golygu edrych y tu hwnt i'r cyfyngiadau hynny er mwyn helpu pobl i gyflawni eu nodau a'u dyheadau eu hunain.

Gall adferiad fod yn daith hunanddadlennol o dwf personol. Gall profiadau o afiechyd meddwl roi cyfle i newid, myfyrio a chanfod gwerthoedd, sgiliau a diddordebau newydd.

Mae gwaith ymchwil wedi canfod bod ffactorau pwysig ar y ffordd i adferiad yn cynnwys:

- perthnasoedd da
- diogelwch ariannol
- gwaith sy'n rhoi boddhad
- twf personol
- yr amgylchedd byw/ llety cywir
- datblygu safbwyntiau diwylliannol neu ysbrydol eu hunain
- datblygu cydnorthedd at adfyd neu straen posibl yn y dyfodol.

Ymysg y ffactorau eraill a amlygwyd gan bobl a oedd wedi'u cefnogi ar eu taith i adferiad mae:

- bod pobl yn credu ynddynt
- bod pobl yn gwranddo arnynt ac yn eu deall
- cael esboniadau am broblemau neu brofiadau
- cael y cyfle i ildio cyfrifoldeb dros dro yn ystod cyfnodau o argyfwng
- cael y driniaeth a'r cymorth cywir

Hefyd, mae'n bwysig bod unrhyw un sy'n cefnogi rhywun yn ystod y broses adfer yn ei annog i ddatblygu ei sgiliau a'i gefnogi i gyflawni ei nodau.

Mae cysylltiad cryf rhwng y broses adfer a chynhwysiant cymdeithasol. Un o rolau allweddol gwasanaethau yw helpu pobl i adennill eu lle yn y cymunedau lle maent yn byw a chymryd rhan

mewn gweithgareddau a chyfleoedd prif ffrwd ynghyd â phawb arall. Mae corff cynyddol o dystiolaeth sy'n dangos y gall cymryd rhan mewn cyfleoedd cymdeithasol, addysgol, hyfforddiant, gwirfoddoli a chyflogaeth gefnogi'r broses adfer unigol.

<https://www.scottishrecovery.net/>

Ymarfer cyfyngol/myriadau: Mae arferion cyfyngol yn ystod eang o weithgareddau sy'n atal unigolion rhag gwneud pethau y maen nhw am eu gwneud neu sy'n eu hannog i wneud pethau nad ydyn nhw am eu gwneud.

Mae ymyriadau cyfyngol (y cyfeirir atynt weithiau fel cyfyngiad) yn rhan o gontinwwm o arferion cyfyngol ac, oni fyddant yn rhan o gynllun ymddygiad y cytunir arno, yr unig adeg y dylid eu defnyddio yw fel ymateb uniongyrchol a bwriadol i ymddygiadau heriol neu i reoli sefyllfa lle ceir posibilrwydd gwirioneddol o newid os na chymerir unrhyw gamau gweithredu. Ni ddylid defnyddio ymyriadau cyfyngol i gosbi, i achosi poen, dioddefaint, cywilydd nac i gyflawni cydymffurfiaeth. Byddai ymyriadau cyfyngol yn cynnwys cyfyngiad corfforol, cyfyngiad mecanyddol, defnydd o feddyginiaeth, cyfyngiad seicogymdeithasol (cosbau), amser tawelu neu amser i ffwrdd, ymyriadau amgylcheddol.

Asesiadau risg/Cynlluniau diogelwch: Nid un digwyddiad yw llunio asesiad risg a dylid ei ystyried yn broses gydweithredol gyda'r unigolyn gan gynnwys ei ofalwr/teulu lle bynnag y bo'n bosibl. Nid yw asesiad risg yn golygu cwblhau rhestr wirio. Yn hytrach, dylai fod yn bersonol gyda'r nod o feithrin cydberthynas â'r unigolyn. Mae angen i weithwyr gael hyfforddiant a goruchwyliaeth barhaus i'w helpu i feithrin perthnasoedd a llunio barn gadarn mewn perthynas ag ystyried a rheoli risg.

<https://sites.manchester.ac.uk/ncish/reports/the-assessment-of-clinical-risk-in-mental-health-services/>

Cyfeirio a rhagnodi cymdeithasol: Gall meddygon, meddygon teulu, nyrsys a gweithwyr ieuchyd proffesiynol eraill gyfeirio pobl at amrywiaeth o wasanaethau lleol nad ydynt yn glinigol e.e. dosbarthiadau ymarfer corff neu ddysgu mewn grŵp a chaiff hyn ei ddisgrifio fel rhagnodi cymdeithasol. Mae'n ceisio diwallu anghenion pobl mewn modd cyfannol; gan gydnabod amrywiaeth o ffactorau cymdeithasol, amgylcheddol ac economaidd. Yn yr un modd, gall cyfeirio drwy weithwyr ieuchyd a gofal cymdeithasol, cysylltwyr cymunedol, gweithwyr trydydd sector ac ati helpu yn y broses adfer a helpu i greu cydnerthedd personol a chymunedol.

<https://www.alliance-scotland.org.uk/wp-content/uploads/2017/10/ALLIANCE-Developing-a-Culture-of-Health.pdf>

Dull sy'n seiliedig ar gryfderau: Ystyrir bod datblygu dull sy'n seiliedig ar gryfderau yn agwedd allweddol ar weithio cydweithredol rhwng unigolyn a gweithiwr – maent yn cydweithio er mwyn sicrhau canlyniadau sy'n manteisio ar gryfderau ac asedau'r unigolyn. Felly, nid yw'r prif ffocws ar broblemau na diffygion canfyddedig yr unigolyn, ond yn hytrach mae ar adeiladu adnoddau ac asedau unigolyn, gan ganolbwyntio ar ei gryfderau a'i alluoedd, a'r rhai o fewn ei deulu/rhwydwaith a'i gymuned. Mae dull sy'n seiliedig ar gryfderau yn canolbwyntio ar ganlyniadau – gan gefnogi'r unigolyn i nodi'r canlyniadau y byddent am ei gyflawni yn eu bywydau ac yna weithio gyda nhw i gyflawni'r canlyniadau dymunol.

Therapi: Hefyd, yn cynnwys Dadsensiteiddio ac Ailbrosesu Symudiad Llygaid (EMDR), therapi sghema, therapi sy'n canolbwyntio ar drawma, therapi teulu, seicotherapi seicodynamig.

Amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrion: mae hyn yn cyfeirio at gydbwysu gweithgareddau sy'n cyfrannu at ansawdd bywyd da i unigolion, gan ymgorffori gweithgareddau galwedigaethol, domestig, personol, hamdden, addysgol a chymdeithasol.

Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig

- SFHMH90 Cefnogi eraill i hyrwyddo dealltwriaeth a helpu i wella iechyd meddwl pobl
- SFHMH14 Nodi anghenion iechyd meddwl posibl a materion cysylltiedig
- SFHMH62 Nodi pryderon, blaenoriaethau a gwerthoedd pobl a phobl bwysig eraill mewn perthynas â'u hiechyd meddwl a'u hanghenion iechyd meddwl
- SFHMH38 Galluogi pobl ag anghenion iechyd meddwl i ddewis gweithgareddau sy'n ystyrlon iddynt a chymryd rhan ynddynt
- SDCHSC 0452 Arwain ymarfer sy'n hyrwyddo hawliau, cyfrifoldebau, cydraddoldeb ac amrywiaeth unigolion
- SCDHSC 0450 Datblygu cynlluniau rheoli risg i annog pobl i fyw'n annibynnol

Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig

- Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018
<http://www.legislation.gov.uk/anaw/2017/2/contents/enacted/welsh>
- Gofyn a Gweithredu: Cam-drin Domestig, Trais Rhywiol a Thrais yn erbyn Menywod
<https://llyw.cymru/byw-heb-ofn>
- Concordat Gofal mewn Argyfwng: Gwella gofal a chymorth i bobl sy'n cael eu cadw o dan a.135/136 o'r Ddeddf Iechyd Meddwl
<https://gweddiill.gov.wales/docs/dhss/publications/161109concordaten.pdf>
- Diagnosis Deuol (Canllawiau NICE)
<https://www.nice.org.uk/search?q=dual+diagnosis>
- Y Ddeddf Cydraddoldeb (2010)
<http://www.legislation.gov.uk/ukpga/2010/15/contents>
Rheoliadau Deddf Cydraddoldeb 2010 (Dyletswyddau Statudol) (Cymru) 2011
www.legislation.gov.uk/wsi/2011/1064/pdfs/wsi_20111064_mi.pdf
- Canllaw Rheoliad Cyffredinol ar Ddiogelu Data
https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/711097/guide-to-the-general-data-protection-regulation-gdpr-1-0.pdf
- Deddf Hawliau Dynol (1998)
<https://www.legislation.gov.uk/ukpga/1998/42/contents>
- Deddf Iechyd Meddwl (1983) diwygiwyd 2007
<https://www.legislation.gov.uk/ukpga/1983/20/contents>
 - Cod Ymarfer Cymru ar Ddeddf Iechyd Meddwl (2016)
<https://gweddiill.gov.wales/topics/health/nhswales/mental-health-services/law/code-of-practice/?lang=en>
- Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) (2010)
<https://www.legislation.gov.uk/mwa/2010/7/contents>
- Iechyd Meddwl yng Nghymru: Ffeithiau Sylfaenol 2016
<https://www.mentalhealth.org.uk/sites/default/files/FF16%20Wales.pdf>
- Prevent (Diogelu pobl a chymunedau rhag bygythiad terfysgaeth)
<https://www.itai.info/what-is-prevent/>
- Egwyddorion Gofal Iechyd Darbodus
<http://www.bevancommission.org/en/prudent-healthcare>
- Deddf Diogelu Grwpiau Agored i Niwed (2006)
<https://www.legislation.gov.uk/ukpga/2006/47/contents>

- Fframwaith Gwasanaeth ar gyfer trin pobl sydd â phroblemau iechyd meddwl a phroblemau oherwydd camddefnyddio sylweddau sy'n cyd-ddigwydd
<https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-02/fframwaith-gwasanaeth-i-drin-pobl-sydd-a-phroblemau-iechyd-meddwl-a-phroblemau-oherwydd-camddefnyddio-sylweddau-syn-cyd-ddigwydd.pdf>
- Social Services and Well-being (Wales) Act 2014
http://www.legislation.gov.uk/anaw/2014/4/pdfs/anaw_20140004_mi.pdf
- Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015
<https://llyw.cymru/plant-theuluoedd>
- Adran 117 Ôl-ofal yng Nghymru a Lloegr
<https://www.mind.org.uk/media/5544543/leaving-hospital-2-pdf.pdf>
- Fframwaith gwasanaeth ar gyfer trin pobl sydd â phroblemau iechyd meddwl a phroblemau oherwydd camddefnyddio sylweddau sy'n cyd-ddigwydd
<https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-02/fframwaith-gwasanaeth-i-drin-pobl-sydd-a-phroblemau-iechyd-meddwl-a-phroblemau-oherwydd-camddefnyddio-sylweddau-syn-cyd-ddigwydd.pdf>
- Stronger in Partnership – co-production with individuals who use mental health services
<http://www.wales.nhs.uk/documents/strongerpartner2e%5B1%5D.pdf>
- Talk to me 2: Strategaeth Atal Hunanladdiad Cymru <https://llyw.cymru/iechyd-a-gofal-cymdeithasol>
- Law yn Llaw at Iechyd Meddwl <https://llyw.cymru/iechyd-a-gofal-cymdeithasol>
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau
<http://www.legislation.gov.uk/cy/mwa/2011/1/contents/enacted>
<https://www.un.org/development/desa/disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities-2.html>
- Trais ac ymosoddedd ymysg pobl sydd â phroblemau iechyd meddwl (Canllawiau NICE)
www.nice.org.uk/guidance
- Deddf Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) 2015
<http://www.legislation.gov.uk/cy/anaw/2015/3/contents/enacted>
- Deddf yr Iaith Gymraeg (1993)
<https://www.legislation.gov.uk/cy/ukpga/1993/38/contents>
- Mesur y Gymraeg (Cymru) 2011
<http://www.legislation.gov.uk/cy/mwa/2011/1/contents/enacted>
- Gweithdrefnau Diogelu Cymru Gyfan (2019)

Lefel:	4
ODA:	187
Credyd:	37
Crynodeb o'r Uned:	Nod yr uned hon yw helpu dysgwyr i feithrin y wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau sydd eu hangen i arwain ymarfer ar gyfer unigolion sy'n byw gyda dementia.

Yng nghyd-destun yr uned hon, mae'r term 'unigolyn' yn ymwneud â phobl sy'n byw gyda dementia

Deilliant dysgu:

1. Cymhwyso dealltwriaeth o ddeddfwriaeth, polisi a chanllawiau sy'n cefnogi hawliau unigolion sy'n byw gyda dementia

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 1.1 Pwysigrwydd cydraddoldeb a hawliau dynol ar gyfer unigolion sy'n byw gyda dementia a sut y caiff y rhain eu diogelu gan ddeddfwriaeth
- 1.2 Fframweithiau deddfwriaethol, polisi cenedlaethol a modelau darparu gwasanaethau presennol sydd â'r nod o gefnogi unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr a'u heffaith ar:
 - bywyd llawn a gwerthfawr
 - hawliau
 - cydraddoldeb
 - llais a rheolaeth
 - atal ac ymyrryd yn gynnar
 - llesiant
 - cydgynhyrchu
 - cynhwysiant a chyfranogiad
 - dewisiadau bywyd
 - cyfleoedd i gyflawni canlyniadau cadarnhaol/yr hyn sy'n bwysig
 - canfyddiad cymdeithasol
 - mynediad i gyfleusterau cymunedol
 - mynediad i ofal iechyd
- 1.3 Pwysigrwydd diwylliant cadarnhaol, canfyddiad a gwerthoedd sy'n gysylltiedig â dementia
- 1.4 Yr hyn a olygir wrth 'ymarfer gwrth risg'
- 1.5 Hawliau unigolion i gymryd risgiau ac effaith bosibl ymarfer gwrth risg ar eu llesiant
- 1.6 Yr heriau y gall unigolion eu hwynebu wrth arfer eu hawliau
- 1.7 Y cysyniad o alluedd meddyliol a'r effeithiau posibl ar unigolion a theuluoedd/gofalwyr

1.8 Sut i gefnogi unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr i ddeall goblygiadau posibl asesuadau galluedd meddyliol a phenderfyniadau er budd pennaf

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

1.9 Cymhwyso egwyddorion cydraddoldeb a hawliau dynol yn eich gweith

1.10 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n hyrwyddo dulliau cydgynhyrchu sy'n seiliedig ar hawliau sy'n helpu unigolion i:

- arwain bywydau llawn a gwerthfawr
- rheoli unrhyw gyfyng-gyngor sy'n codi wrth gydbwyso eu hawliau gymryd risgiau gyda'u diogelwch a'u llesiant

1.11 Mynd ati i herio sefyllfaoedd lle na chaiff hawliau unigolion eu cadarnhau

1.12 Hyrwyddo diwylliant cadarnhaol, canfyddiad a gwerthoedd dementia

1.13 Helpu unigolion, teuluoedd a gofalwyr i ddeall goblygiadau cynhwysedd a phenderfyniadau er budd pennaf

Deilliant dysgu:

2. Arwain cefnogaeth ar gyfer iechyd a llesiant unigolion

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

2.1 Mathau o ddementia, eu hachosion posibl a'r amrywiaeth o effeithiau gwahanol sy'n gysylltiedig â phrognosis, galluedd ac iechyd a llesiant cyffredinol unigolyn

2.2 Cyffredinrwydd a demograffeg dementia ar draws grwpiau oedran gwahanol a goblygiadau hyn ar gyfer cynllunio a darparu gwasanaethau yng Nghymru

2.3 Gwahaniaethau a thebygrwydd rhwng y prif fathau o ddementia a geir yng Nghymru

2.4 **Nam ar y cof** a'i effaith ar ddementia

2.5 Buddiannau cefnogi unigolion i ddefnyddio'r rhannau o'r ymennydd sy'n gysylltiedig â chreadigrwydd ac emosiynau y mae dementia yn effeithio leiaf arnynt

2.6 Symptomau seicotig cyffredin a all ddod i'r amlwg weithiau o ganlyniad i ddementia

2.7 Sut y gall rhai mathau o ddementia gael effaith fyrhoedlog neu barhaol ar alluedd a llesiant corfforol

2.8 Sut y gall **ffactorau ffordd o fyw** effeithio ar:

- y risg o ddatblygu dementia
- gohirio dechreuad dementia

2.9 Sut y gall dementia gelu problemau iechyd corfforol sylfaenol

2.10 Y rhyngberthynas rhwng iechyd corfforol, afiechyd a symptomau dementia y gall unigolyn fod yn eu profi

2.11 Y posibilrwydd na all unigolion gyfleu poen neu ofid a phwysigrwydd sicrhau bod strategaethau ar waith i leihau risgiau

2.12 Sut i liniaru ffactorau risg cynyddol sy'n gysylltiedig â chynnal llesiant corfforol ar gyfer **meysydd gofal corfforol**

2.13 Y risg gynyddol y bydd unigolion sydd ag anabledd dysgu yn datblygu dementia, a'r anawsterau ychwanegol y gall hyn eu hachosi wrth asesu, rheoli, cefnogi a darparu gwasanaethau

- 2.14 Sut i gefnogi gweithgareddau hybu iechyd, a'r effaith bosibl y gall y rhain eu cael ar y profiad o fyw gyda dementia
- 2.15 Yr amrywiaeth o wasanaethau a chymorth sydd ar gael ar gyfer bywyd iach
- 2.16 Y cysyniad o allu gwybyddol a swyddogol a'r modd y mae hyn yn llywio'r gwasanaethau a ddarperir
- 2.17 Meddyginiaethau a ddefnyddir ar gyfer dementia a'r effaith bosibl y gallant ei chael ar iechyd corfforol ac iechyd meddwl ac ymddygiad yn cynnwys sgil effeithiau
- 2.18 Y defnydd o feddyginiaeth gwrthseicotig, meddyginiaeth gwrth-iselder, cyffuriau gwrth-fysgarinig a thawelyddion ac ymyriadau seicogymdeithasol er mwyn lleihau eu defnydd
- 2.19 Cyfyngiadau a natur broblemataidd gorddefnyddio meddyginiaeth wrthseicotig, meddyginiaeth gwrth-iselder, cyffuriau gwrth-fysgarinig neu dawelyddion
- 2.20 Pwysigrwydd sicrhau adolygiadau rheolaidd o feddyginiaeth a phwy ddylai fod yn rhan ohonynt
- 2.21 Egwyddorion capasiti a chydyniad mewn perthynas â rhoi meddyginiaethau a ragnodir i berson sydd wedi cael diagnosis o ddementia

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 2.22 Gosod esiampl o'r defnydd o dulliau sy'n ymateb yn effeithiol ac yn sensitif i **symptomau ac arwyddion dementia**
- 2.23 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n ystyried **profiad unigolyn o ddementia** ynghyd â chydabod ei gryfderau a'i alluoedd
- 2.24 Hyrwyddo cymorth i unigolion ar gyfer **meysydd gofal corfforol** y cytunwyd arnynt
- 2.25 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n hyrwyddo dewisiadau iach ar gyfer unigolion
- 2.26 Cefnogi unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr i gael mynediad i wasanaethau a chymorth i'w helpu i fyw'n iach

Ystod

Ffactorau ffordd o fyw: Deiet; Pwysau; Ymarfer corff; Cymeriant o alcohol Smygu; Pwysedd gwaed.

Meysydd o ofal corfforol rheoli haint, maeth – deiet a hylif, symudedd a chcludiant diogel, hyrwyddo ymataliaeth, gofal croen a hyfywedd meinwe, iechyd y geg, iechyd y golwg a'r clyw, iechyd rhywiol, asesu cwsg a rheoli poen

Diwylliant cadarnhaol, canfyddiad a gwerthoedd: Gweld y person yn gyntaf ac nid y dementia, cyfathrebu, yr iaith a ddefnyddir i ddisgifyio dementia, dulliau sy'n seiliedig ar gryfderau, cydnabyddiaeth, ymddiriedaeth a pharch

Nam ar y cof: pwysigrwydd cof byrdymor i gofrestru gwybodaeth a 3 phrif gategori cof semanteg hirdymor (gallu galw ffeithiau i gof), cof cyfnodol (dwyn digwyddiadau a phrofiadau ac emosiynau i gof) a chof gweithdrefnol (cof ymhlyg sy'n gysylltiedig â gweithrediad echddygol fel llofnodi ein henw, gyrru car ac ati).

Symptomau ac arwyddion dementia: cof, barn, iaith a chyfeiriadedd, beth bynnag fo'r achos

Profiad o ddementia: Tom Kitwood, mae profiad o ddementia yn dibynnu ar – nam niwrolegol yr unigolyn, ei iechyd corfforol a meddyliol a meddyginiaethau, ei fywgraffiad (stori ei fywyd), ei bersonoliaeth, y ffordd y mae eraill yn ei ganfod a'i drin, h.y. seicoleg cymdeithasol.

Deilliant dysgu

- 3. Arwain cefnogaeth i gyfathrebu'n effeithiol ag unigolion sy'n byw gyda dementia

Rydych yn deall:

3.1 Pwysigrwydd cydnabod y canlynol:

- gall unigolyn sy'n byw gyda dementia gael anawsterau wrth geisio addasu'r modd y mae'n cyfathrebu
- gall ymddygiad fod yn ffordd o gyfathrebu

3.2 Pwysigrwydd sicrhau bod ei ddull cyfathrebu ei hun ac eraill yn cael eu haddasu er mwyn ymateb i ymdeimlad pob unigolyn o realiti, ei anghenion a'i ddewisiadau

3.3 Sut y gall yr amgylchedd effeithio ar gyfathrebu effeithiol

3.4 Y rôl bwysig y gall cyffyrddiad ei chwarae wrth gyfathrebu

3.5 Pwysigrwydd iaith gyntaf yr unigolyn a'r gofynion penodol i gefnogi'r Gymraeg drwy'r Cynnig Rhagweithiol

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

3.6 Gosod esiampl o'r broses o ddefnyddio ac addasu cyfathrebu sy'n ymateb i ymdeimlad pob unigolyn o realiti, anghenion a dewisiadau

Deilliant dysgu

4. Arwain cefnogaeth i unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr i addasu i ddiagnosis a byw gyda dementia

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

4.1 **Effeithiau posibl diagnosis** a sut y bydd y rhain yn wahanol bob unigolyn a theulu/gofalwr

4.2 Yr amrywiaeth o ddulliau y gellir eu defnyddio gan wasanaethau i gefnogi unigolion a theuluoedd/gofalwyr ar adeg y diagnosis a thrwy gydol eu taith dementia:

- rhoi gwybodaeth a chynghor amserol i unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr
- cael mynediad i gymorth gan asiantaethau eraill, gweithwyr proffesiynol, cymunedau a rhwydweithiau
- defnydd amserol o ymyriadau ac addasiadau sy'n cefnogi annibyniaeth barhaus
- cynllunio ar gyfer y dyfodol
- cynllunio ar gyfer gofal lliniarol a gofal diwedd oes

4.3 Yr heriau a'r materion sensitif a all ddigwydd rhwng gofalwyr ac unigolion mewn perthynas â:

- dymneg y teulu
- anghydbwysedd o ran pŵer
- gwahaniaethau barn
- cymryd risgiau cadarnhaol yn erbyn ymarfer gwrth risg
- cymhlethdodau wrth ddiwallu anghenion yr unigolyn a'r gofalwr

4.4 Strategaethau y gellir eu defnyddio i reoli heriau a materion sensitif

4.5 Sut y gall ymchwil lywio'r broses o ddatblygu dulliau gweithredu a ddefnyddir i gefnogi unigolion a theuluoedd/gofalwyr

4.6 Pwysigrwydd adolygu ac addasu dulliau a chymorth yn barhaus wrth i'r dementia ddatblygu ac wrth i ofynion unigolion a theuluoedd/gofalwyr newid

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 4.7 Arwain, monitro ac adolygu'r defnydd o amrywiaeth o dulliau i gefnogi unigolion a theuluoedd/gofalwyr ar adeg y diagnosis a thrwy gydol eu taith dementia
- 4.8 Cefnogi unigolion a theuluoedd/gofalwyr i archwilio i effeithiau diagnosis ac ystyried ffyrdd o addasu i fyw gyda dementia
- 4.9 Arwain, monitro ac adolygu'r defnydd o'r Fframwaith Synhwyrâu er mwyn llywio cymorth i unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr
- 4.10 Cefnogi'r defnydd o strategaethau er mwyn rheoli'r heriau a'r materion sensitif a all ddigwydd rhwng y gofalwr a'r unigolyn

Ystod

Effeithiau posibl diagnosis: risgiau i iechyd meddwl a llesiant - cudd (unigedd cymdeithasol, problemau cydberthynas, colled bersonol, diffyg ymaddasiad i ddiagnosis, ofn) - amlwg (arwyddion clinigol a symptomau problemau iechyd meddwl), grymuso unigolion a theuluoedd/gofalwyr drwy ddealltwriaeth

Deilliant dysgu

5. Arwain a rheoli cefnogaeth i unigolion sy'n byw gyda dementia gyflawni canlyniadau cadarnhaol

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 5.1 Ein rôl yn y **broses gynllunio** gydag unigolion
- 5.2 Pwysigrwydd cyfraniad gweithredol gofalwyr yn y broses asesu a chynllunio gydag unigolion
- 5.3 Sut i ddefnyddio dulliau sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau sy'n amlygu cryfderau a dyheadau unigolyn yn hytrach na'i anghenion yn unig
- 5.4 Pwysigrwydd cynlluniau personol sy'n adlewyrchu dyheadau unigolion yn y dyfodol yn ogystal â'u hanghenion gofal a chymorth presennol
- 5.5 Sut i gefnogi dealltwriaeth eraill o:
 - **y defnydd o waith stori bywyd**
 - pwysigrwydd cyfathrebu effeithiol sy'n ymateb i ymdeimlad pob unigolyn o realiti, anghenion a dewisiadau
 - cysyniadau 'niwed tawel', 'diymadferthwch hyddysg' a'r goblygiadau ar gyfer llesiant unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr
 - pwysigrwydd yr **amgylchedd ffisegol**
 - yr effaith gadarnhaol y gall parhau i gael rôl werthfawr ei chael ar lesiant unigolion a'r modd y cânt eu canfod a'u trin gan eraill mewn cymdeithas
 - cyflawni 'pethau bach sy'n bwysig' yn ogystal â'r canlyniadau mawr
 - rôl bwysig teuluoedd/gofalwyr, cymunedau a rhwydweithiau
 - pwysigrwydd cyfranogiad cymunedol a pherthnasoedd cyfatebol cadarnhaol ar gyfer llesiant
 - sut y gall unigolion gyfrannu at eu cymuned a chyfoethogi bywydau pobl eraill
 - sut y gellir defnyddio technoleg gynorthwyol electronig yn effeithiol i wella annibyniaeth, diogelwch a llesiant unigolion
- 5.6 Rolau gweithwyr proffesiynol gwahanol sy'n rhan o dîm amlddisgyblaethol sy'n cefnogi unigolion sy'n byw gyda dementia
- 5.7 Gwerth a rôl partneriaid yn cefnogi'r broses o gyflawni canlyniadau cadarnhaol

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 5.8 Ymgorffori dull cydgynhyrchiol gydag unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr yn y **broses gynllunio**
- 5.9 Cadarnhau disgwyliadau gydag unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr ynghylch y cymorth a'r adnoddau sydd eu hangen arnynt i gyflawni canlyniadau cadarnhaol
- 5.10 Arwain y broses o roi cynlluniau cytûn ar waith, gan gael mynediad i gymorth ychwanegol lle y bo angen
- 5.11 Arwain, monitro ac adolygu'r **defnydd o waith stori bywyd** ac asesiadau gwybyddol a swyddogaethol i lywio'r ffordd y caiff gofal a chymorth ei ddatblygu a'i ddarparu
- 5.12 Arwain, monitro ac adolygu'r defnydd o **ddulliau gwaith** sy'n helpu unigolion i:
 - gael llais a rheolaeth dros eu bywydau
 - cymryd rhan mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrllon
 - ymgymryd â gweithgareddau creadigol sy'n adeiladu ar gryfderau a buddiannau
 - cynnal a datblygu perthnasoedd cyfatebol cadarnhaol
 - cymryd rhan yn eu cymunedau
 - arwain bywydau llawn a gwerthfawr
- 5.13 Mynd ati i gynnwys ac annog teuluoedd/gofalwyr mewn agweddau priodol ar ofal a chymorth

Ystod

Y broses gynllunio: byddai'n cynnwys nodi nodau neu ganlyniadau a'i gwneud yn bosibl i gymryd rhan mewn gweithgareddau; monitro, adolygu a gwerthuso cynlluniau

Y defnydd o waith stori bywyd: helpu i atgyfnerthu rolau gwerthfawr unigolion, cefnogi unigolion fel cymorth cof ac adnodd cyfathrebu, helpu unigolion i gynllunio ar gyfer y dyfodol gan gydnabod yr hyn sy'n bwysig iddynt, helpu i gynllunio a darparu gofal a chymorth sy'n unigryw, personoli gofodau byw a gweithgareddau, helpu i ddehongli ac ymateb i ymddygiadau y gellir ystyried eu bod yn heriol

Amgylchedd ffisegol: Cynllunio a gosod gofodau, lliwiau, golau a phatrymau, labelu - cyfeirio at gymorth, annibyniaeth, hygyrchedd, golau a sain, addasu er mwyn cyflawn canfyddiad unigol o berson, manau tawel, amgylchedd awyr agored

Dulliau o weithio: ystyried stori bywyd yr unigolyn, cydgynhyrchiol, dull sy'n seiliedig ar hawliau, ailalluogi, dull sy'n seiliedig ar gryfderau, ystyried gallu gwybyddol a swyddogaethol, gwneud y defnydd gorau o ranna o'r ymennydd y mae dementia wedi effeithio leiaf arnynt er mwyn newid a'r daith dementia, dull yn seiliedig ar gydberthynas, cefnogi cyfranogiad mewn gweithgareddau ystyrllon, defnyddio gwrthrychau a gweithgareddau, defnyddio dulliau cadarnhaol i leihau arferion cyfyngol

Deilliant dysgu

6. Cefnogi dulliau cynllunio ar gyfer ofal lliniarol a gofal diwedd bywyd

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 6.1 Pwysigrwydd cynllunio ar gyfer gofal lliniarol a gofal diwedd oes o adeg y diagnosis
- 6.2 Anghenion gofal lliniarol a phrotocolau diwedd oes penodol ar gyfer unigolion sy'n byw gyda dementia
- 6.3 Cymorth ar gyfer gofal lliniarol a gofal diwedd oes sydd ar gael i unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr

- 6.4 Pwysigrwydd Cyfarwyddebau Ymlaen Llaw
- 6.5 Cyfyngiadau 'cyfarwyddebau dirprwyol' yn absenoldeb y Cyfarwyddebau Ymlaen Llaw sy'n gyfreithiol-rwym
- 6.6 Y cysyniad o Atwrneiaeth Arhosol a'r defnydd ohoni
- 6.7 Sut i reoli'n sensitif unrhyw wrthdaro a all godi gyda theuluoedd/gofalwyr, unigolion a/neu weithwyr proffesiynol yn absenoldeb camau cynllunio ymlaen llaw
- 6.8 Yr angen i gefnogi anghenion ffisegol (yn cynnwys amgylcheddol), cymdeithasol, seicolegol ac ysbrydol unigolion a theuluoedd/gofalwyr mewn gofal lliniarol a gofal diwedd oes

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 6.9 Hwyluso sgysiaau gonest ac agored ynghylch diwedd oes/gofal diwedd oes
- 6.10 Helpu unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr i ddeall Cyfarwyddebau Ymlaen Llaw a'r hyn y maent yn ei olygu ar gyfer dewisiadau diwedd oes
- 6.11 Cyfeirio unigolion a'u teuluoedd/gofalwyr at wybodaeth a chymorth sydd ar gael ar gyfer gofal lliniarol a gofal diwedd oes

Deilliant dysgu

- 7. Arwain ymarfer sy'n datblygu camau cadarnhaol i leihau'r defnydd o arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 7.1 Ystyr y termau 'ymddygiad heriol' ac 'ymddygiadau sy'n herio'
- 7.2 Sut y gall dementia arwain at unigolion yn ymgysylltu ag ymddygiadau sy'n herio yn cynnwys diffyg dealltwriaeth
- 7.3 Effaith ymddygiadau newidiol ar unigolion a theuluoedd/gofalwyr
- 7.4 Pwysigrwydd cydnabod pan fydd arferion cyfyngol ac ymyriadau yn cael eu defnyddio neu wedi cael eu defnyddio
- 7.5 Sut mae deddfwriaeth, canllawiau a pholisïau cenedlaethol yn rhoi fframwaith ar gyfer lleihau arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol
- 7.6 Pam y mae **dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd** yn bwysig mewn perthynas â defnyddio arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol
- 7.7 Elfennau'r fframwaith **Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol** a sut y defnyddir hyn ar gyfer unigolion sydd ag ymddygiadau sy'n herio

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 7.8 Cefnogi'r ddealltwriaeth o ymddygiadau sy'n herio a'u heffaith ar unigolion a theuluoedd/gofalwyr
- 7.9 Cefnogi'r defnydd o **ddull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd** sydd â'r nod o leihau arferion/ymyriadau cyfyngol

Ystod

Ymyriadau cyfyngol: cyfyngiad corfforol, cyfyngiad mecanyddol, defnydd o feddyginiaeth, cyfyngiad seicogymdeithasol (cosbau), amser tawelu neu amser i ffwrdd, ymyriadau amgylcheddol

Rhoi systemau, gweithdrefnau ac arferion ar waith: yng nghyd-destun cyd-destunau deddfwriaethol, rheolaethol a sefydliadol

Dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd: ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog, cynhwysiant, cyfranogiad, dull sy'n seiliedig ar asedau/cryfderau, rhwydweithiau a pherthnasoedd cryf, dewis, urddas a pharch, pwysigrwydd mabwysiadu'r dull lleiaf cyfyngol

Fframwaith Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol: dulliau moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd, damcaniaeth a sail dystiolaeth, dadansoddiad swyddogol, atal sylfaenol, atal eilaidd, strategaethau adweithiol

Deilliant dysgu

8. Hyrwyddo'r broses o ddiogelu unigolion

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 8.1 Pam y gall unigolion sydd â dementia wynebu risg gynyddol o niwed neu gamdriniaeth
- 8.2 Sut y gall dementia gelu arwyddion a symptomau sy'n dangos bod unigolyn wedi cael ei niweidio neu ei gam-drin neu ei fod yn wynebu risg o gael ei niweidio neu ei gam-drin
- 8.3 Camau i'w cymryd pan fydd arwyddion o niwed a chamdriniaeth
- 8.4 Sut i gefnogi unigolion i gadw eu hunain yn ddiogel

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 8.5 Dilyn gweithdrefnau y cytunwyd arnynt er mwyn trosglwyddo adroddiadau a gwybodaeth am niwed a chamdriniaeth a amheuir neu a ddatgelwyd
- 8.6 Manteisio ar gymorth ychwanegol ar gyfer sefyllfaoedd sydd y tu allan i'w harbenigedd eu hunain
- 8.7 Hyrwyddo diwylliant lle caiff unigolion eu cefnogi i gadw eu hunain yn ddiogel

Canllawiau cyflwyno

Technoleg gynorthwyol: buddiannau cyflwyno technoleg gynorthwyol yn gynnar, a'i chyfyngiadau, sut i sicrhau bod penderfyniadau ynghylch technoleg gynorthwyol yn canolbwyntio ar ganlyniadau, yn gynhwysol ac yn dryloyw.

Gallai technoleg gynorthwyol electronig gynnwys: dyfeisiau bob dydd (ffonau symudol, rheolaethau byw yn glyfar, ffonau clyfar, setiau teledu clyfar, consolau gemau, cyfrifiaduron), dyfeisiau a gynlluniwyd i gefnogi anghenion iechyd a gofal cymdeithasol penodol (larymau personol a gweithgarwch, dyfeisiau canfod, negeseuon atgoffa ac ysgogi electronig, clociau siarad, cymhorthion cyfathrebu, larymau mwg, larymau teleofal, teclynnau cwmpo, dyfeisiau GPS, monitro iechyd a monitro ffitiau).

Gallai technolegau eraill ar gyfer pobl â dementia gynnwys llyfrau cof, calendrau, dyddiaduron neu fapiau.

Deddfwriaeth cydraddoldeb a hawliau dynol:

Deddf Hawliau Dynol 1998

Deddf Cydraddoldeb 2010

Deddf Galluedd Meddyliol 2005

Gallai **bywyd llawn a gwerthfawr** gynnwys:

- Dewis a rheolaeth dros fanylion bach o ddydd i ddydd a materion sy'n diffinio bywyd
- Addysg, hyfforddiant a chyflogaeth
- Llesiant cymdeithasol ac economaidd
- Ymgysylltu mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrlon
- Mynediad i ofal iechyd sylfaenol ac arbenigol
- Bod yn rhiant
- Perthnasoedd rhywiol
- Cyfeiriadedd rhywiol a hunaniaeth o ran rhywedd
- Cefnogaeth ar gyfer cysylltiadau o ran ffydd a diwylliant
- Cynhwysiant cymdeithasol a chysylltiadau cymunedol
- Perthnasoedd a chyfeillgarwch

Gallai **sut y gall dementia arwain at unigolion yn ymgysylltu ag ymddygiadau sy'n herio** gynnwys:

colli synhwyr, achosion corfforol neu ymateb i boen neu afiechyd, anawsterau cyfathrebu, ymatebion anghyson neu amhriodol i ymddygiad, disgwyliadau ystrydebol mewn perthynas â phobl eraill, disgwyliadau anghyraeddadwy mewn perthynas â phobl eraill, yr amgylchedd, ymateb i amgylchiadau, digwyddiadau a theimladau gan gynnwys ofn a gorbryder, cyfnodau trawsnewid, colled, cam-drin, gofal amhriodol, gofynion i wneud rhywbeth nad yw'r unigolyn am ei wneud, cael ei anwybyddu

Rhyngberthynas rhwng cyflyrau iechyd corfforol a meddyliol a symptomau dementia: deliriwm, iselder, seicosis, haint ar y llwybr wrinol/troethol, dadhydradiad, blinder, anhwylder gorfodaeth obsesiynol.

Termau cyfreithiol a ffurfiol:

- Y gwahaniaeth rhwng penderfyniad a wneir ymlaen llaw a datganiadau a wneir ymlaen llaw.
- Atwrneiaeth arhosol ar gyfer iechyd a lles ac Awdurdodau Cynllunio Lleol ar gyfer materion eiddo/ariannol.
- Y gwahaniaeth rhwng atwrneiaeth arhosol a phenderfyniad a wneir ymlaen llaw.
- Y broses Gynllunio Gofal Ymlaen Llaw
- Penderfyniadau a wneir ymlaen llaw a'r Ddeddf Galluedd Meddyliol.
- Rôl Swyddfa'r Gwarcheidwad Cyhoeddus.
- Rôl y Llys Gwarchod.
- Rôl y Dirprwy Lles Personol a'r Dirprwy Eiddo a Materion Ariannol.
- Rôl yr Eiriolwr Galluedd Meddyliol Annibynnol

Meddyginiaeth

Mae amrywiaeth o feddyginiaethau y gellir eu rhagnodi i reoli dementia neu gyflyrau cysylltiedig fel problemau'r galon neu strôc. Gall meddyginiaethau neu gyfuniadau o feddyginiaethau (amlyfferylliaeth) arwain at adweithiau corfforol andwyol.

Cyffuriau gwrth-seicotig – Mae Risperidone wedi'i drwyddedu i'w ddefnyddio ar gyfer pobl sydd â dementia. Ymysg y cyffuriau gwrth-seicotig eraill a ddefnyddir yn gyffredin mae aripiprazole, olanzapine, quetiapine a haloperidol.

Mae canllawiau NICE ar gael yn <https://www.nice.org.uk/advice/ktt7>

Tîm amlddisgyblaethol: nyrsys cofrestredig a nyrsys nad ydynt yn gofrestrdedig, gweithwyr cymdeithasol, therapyddion galwedigaethol, ffisiotherapyddion, seiciatryddion, seicolegwyr, fferyllwyr, gweithwyr cymorth, gweithwyr cymorth sy'n gymheiriaid

Partneriaid: gwasanaethau statudol, y trydydd sector/y sector gwirfoddol, y sector preifat/annibynnol, gofal iechyd sylfaenol ac eilaidd, teuluoedd/gofalwyr

Egwyddorion y Ddeddf Galluedd Meddyliol:

Egwyddor 1: Tybio galluedd – mae gan bob unigolyn yr hawl i wneud ei benderfyniadau ei hun a rhaid tybio bod ganddo'r alluedd i wneud hynny oni bai y gellir profi fel arall. Golyga hyn na allwch dybio na all person wneud penderfyniad drosto'i hun dim ond am fod ganddo gyflwr meddygol neu anabled penodol, e.e. dementia.

Egwyddor 2: Unigolion yn cael eu cefnogi i wneud eu penderfyniadau eu hunain – rhaid i berson gael pob cymorth ymarferol cyn i unrhyw un ei drin fel nad yw'n gallu gwneud ei benderfyniadau ei hun. Golyga hyn y dylech wneud pob ymdrech i annog a chefnogi pobl i wneud y penderfyniad drostynt eu hunain. Os penderfynir bod diffyg galluedd, mae'n dal i fod yn bwysig eich bod yn cynnwys y person cymaint â phosibl wrth wneud penderfyniadau.

Egwyddor 3: Penderfyniadau annoeth – mae gan bobl hawl i wneud penderfyniadau y gallai pobl eraill eu hystyried yn annoeth neu'n ecsentrig. Ni allwch drin unigolyn fel na bai ganddo alluedd am y rheswm hwn. Mae gan bawb eu gwerthoedd, eu credoau a'u dewisiadau eu hunain na fyddant o reidrwydd yr un peth â rhai pobl eraill.

Egwyddor 4: Budd pennaf – rhaid i unrhyw beth a wneir ar gyfer neu ar ran unigolyn heb alluedd meddyliol fod er ei fudd pennaf – ac nid er mwyn diogelu'r asiantaeth na budd eraill ar draul yr unigolyn.

Egwyddor 5: Opsiwn llai cyfyngol – rhaid i rywun sy'n gwneud penderfyniad neu'n gweithredu ar ran person heb alluedd ystyried a oes modd penderfynu neu weithredu mewn ffordd a fyddai'n ymyrryd llai â hawliau a rhyddid gweithredu'r person, neu a oes angen penderfynu neu weithredu o gwbl. Dylid pwysu a mesur unrhyw ymyriad yn ôl amgylchiadau penodol yn achos.

Ymyriadau seicogymdeithasol: nod o helpu unigolion i adeiladu strategaethau ymdopi, lleihau straen, darparu cysylltiadau rhyngpersonol a gwneud y gorau o alluoedd. Gallent gynnwys:

- Gwaith stori bywyd
- Damcaniaeth atgofion
- Therapi cerddoriaeth
- Dulliau o ryngweithio a chyfathrebu
- Addasu amgylcheddol
- Cyfeiriadedd realiti

Gellir defnyddio'r fframwaith Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol i gefnogi ymyriadau seicolegol

Ymyriadau cyfyngol: cyfyngiad corfforol, cyfyngiad mecanyddol, defnydd o feddyginiaeth, cyfyngiad seicogymdeithasol (cosbau), amser tawelu neu amser i ffwrdd, ymyriadau amgylcheddol.

Arferion cyfyngol: ystod eang o weithgareddau sy'n atal unigolion rhag gwneud pethau y maen nhw am eu gwneud neu sy'n eu hannog i wneud pethau nad ydyn nhw am eu gwneud. Gallan nhw fod yn amlwg iawn neu'r mymryn lleiaf. Dylid eu deall fel rhan o gontinwwm, o gyfyngu ar ddewis, i ymateb adweithiol i ddiwyddiad neu argyfwng neu os yw rhywun yn mynd i niweidio ei hun neu eraill yn ddifrifol.

Ymarfer gwrth risg: Gall pobl sydd â dementia fod yn agored i 'niwed tawel' (Clarke et al, 2011), pan fydd y rheini sy'n eu cefnogi yn wrth risg ac yn canolbwyntio ar ddiogelwch corfforol, yn hytrach na sicrhau ansawdd bywyd ystyrion. Gall hyn arwain at ddiymadferthedd hyddysg, pan fydd pobl yn teimlo'n ddiymadferth i ogoi sefyllfaoedd negyddol am fod profiad blaenorol wedi dangos nad oes ganddynt reolaeth. Mae hyn yn arwain at gylch negyddol lle mae ganddyn nhw ac eraill ddisgwyliadau isel ohonynt a atgyfnerthir gan y ffaith bod yr unigolyn yn gwireddu'r disgwyliadau isel hyn, gan arwain at ddibyniaeth, hunan-barch isel a diffyg hunan-gred.

Strategaethau y gellir eu defnyddio i reoli heriau a materion sensitif: gallai gynnwys cyfryngu, eiriolaeth, cynhadledd grŵp teuluol

Cymorth: grwpiau cymorth cyfoedion, cyfryngu teuluol, rhwydweithiau cymorth cyfoedion, sefydliadau cymunedol, egwylion a seibiannau byr, gwybodaeth ar-lein, gwasanaethau Gwybodaeth, Cyngor a Chymorth

Gallai **symptomau ac arwyddion dementia** gynnwys cof, barn, iaith a chyfeiriadedd.

Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig

- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Deddf Iechyd Meddwl (1983) diwygiwyd 2007
- Cod Ymarfer Cymru ar Ddeddf Iechyd Meddwl (2016)
- Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) (2010)
- Deddf Galluedd Meddyliol 2005 a Chod Ymarfer cysylltiedig
- Mesurau Diogelu Rhyddid
- Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016 a rheoliadau a chanllawiau statudol cysylltiedig
- Deddf Hawliau Dynol 1998
- Fframwaith Hawliau Dynol ar Gyfyngiad (y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, heb ei gyhoeddi eto)
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau 2006
- Rheoliad Cyffredinol ar Ddiogelu Data (GDPR) 2018
- Deddf Cydraddoldeb 2010;
- Deddf yr Iaith Gymraeg (1993: Mesur y Gymraeg (2011) a Mwy na Geiriau, Fframwaith Strategol Llywodraeth Cymru ar gyfer y Gymraeg mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol (2013)
- Gweithdrefnau Diogelu Cymru Gyfan (2019)

Adnoddau:

- https://socialcare.wales/cms_assets/file-uploads/Gwaith-Da-Fframwaith-Dysgu-a-Datblygu-Dementia-i-Gymru.pdf
- https://gofalcymdeithasol.cymru/cms_assets/file-uploads/Gweledigaeth-genedlaethol-Cymru-ar-ddementia.pdf
- https://gofalcymdeithasol.cymru/cms_assets/file-uploads/Dementia-mwy-na-dim-ond-collir-cof.pdf
- <http://dementia-wellbeing.org/adi-conference/what-do-we-about-the-efficacy-of-a-social-movement-like-dementia-friends/>
- <https://gofalcymdeithasol.cymru/gwella-gwasanaethau/pobl-%C3%A2-dementia>
- <https://www.alzheimers.org.uk/>

<https://www.nice.org.uk/guidance/conditions-and-diseases/mental-health-and-behavioural-conditions/dementia>

Lefel:	4
ODA:	210
Credyd:	37
Crynodeb o'r Uned:	<p>Mae'r uned hon wedi'i hanelu at y gweithwyr hynny sy'n arwain ymarfer ar gyfer unigolion ag anabledd dysgu a/neu awtistiaeth neu a hoffai wneud hynny</p> <p>Yng nghyd-destun yr uned hon, mae'r term 'unigolyn' yn cyfeirio at oedolion awtistig a/neu oedolion ag anableddau dysgu</p>

Deilliant dysgu:

1. Canfyddiadau a safbwyntiau mewn perthynas ag anableddau dysgu ac awtistiaeth

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 1.1 **Cyffredinrwydd anabledd dysgu ac awtistiaeth**
- 1.2 Mathau gwahanol o anabledd dysgu a'u hachosion posibl
- 1.3 **Damcaniaethau am awtistiaeth** a'r dystiolaeth gyfyngedig sy'n gysylltiedig â'i achos
- 1.4 **Prif nodweddion awtistiaeth** a'r hyn a olygir gan y 'dyad o ddiffygion'
- 1.5 Pam mae'n bwysig bod pob unigolyn sydd ag anabledd dysgu neu sydd ar y sbectrwm awtistig yn cael ei gydnabod am ei alluoedd, ei anghenion, ei gryfderau, ei ddoniau a'i dalentau ei hun
- 1.6 Canfyddiadau cymdeithasol a meddygol anabledd dysgu ac awtistiaeth, a sut mae'r rhain wedi datblygu a newid dros amser
- 1.7 **Effeithiau posibl** agweddau a gwerthoedd cymdeithas ar unigolion
- 1.8 Sut mae agweddau a gwasanaethau yn parhau i newid dros amser o ganlyniad i bolisi a deddfwriaeth cymdeithasol
- 1.9 Effeithiau (cadarnhaol a negyddol) cael eich labelu fel rhywun sydd ag anabledd dysgu/awtistiaeth
- 1.10 Pam y gall awtistiaeth weithiau fod yn anabledd cudd a sut y gall hyn effeithio ar unigolion
- 1.11 Fframweithiau deddfwriaethol, polisi Llywodraeth Cymru a modelau cynllunio a darparu gwasanaethau presennol sydd â'r nod o gefnogi unigolion a'u heffaith ar:
 - risg a ffactorau amddiffynnol
 - dewisiadau bywyd
 - cyfleoedd i gyflawni canlyniadau cadarnhaol/'yr hyn sy'n bwysig'
 - canfyddiad cymdeithasol
 - mynediad i gyfleusterau cymunedol
 - cynhwysiant a chyfranogiad

- hawliau
- cydraddoldeb
- llais a rheolaeth
- atal ac ymyrryd yn gynnar
- llesiant
- cydgynhyrchu
- dulliau amlasiantaethol / partneriaeth
- mynediad i dai a gofal iechyd

1.12 Sut y gall rhywedd ac ethnigrwydd, ac amgylcheddau cymdeithasol, diwylliannol a chrefyddol effeithio ar unigolion a'r cymorth a gânt

1.13 Rôl asiantaethau allanol ac eraill o ran newid agweddau, polisïau ac ymarfer

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

1.14 Gosod esiampl o'r defnydd o ddulliau i gefnogi unigolion sy'n ystyried:

- nodweddion yr anabledd
- unrhyw rwystrau maent yn eu hwynebu
- eu hunigoliaeth a'u dewisiadau personol

1.15 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n hyrwyddo canfyddiadau cadarnhaol o unigolion sydd ag anabledd dysgu/awtistiaeth ac agweddau tuag atynt

1.16 Hyrwyddo dull o gynllunio a darparu gwasanaethau sy'n cael effaith gadarnhaol ar unigolion

1.17 Herio rhagfarn, delweddau ystrydebol, gwahaniaethu ac agweddau negyddol tuag at unigolion ag anabledd dysgu/awtistiaeth

Ystod:

Cyffredinrwydd anableddau dysgu ac awtistiaeth: unigolion sydd ag anabledd dysgu sy'n awtistig, unigolion awtistig sydd ag anabledd dysgu, unigolion awtistig nad oes ganddynt anabledd dysgu, unigolion ag anabledd dysgu nad ydynt yn awtistig

Damcaniaethau am awtistiaeth: biolegol, seicolegol, niwrolegol

Prif nodweddion awtistiaeth: anawsterau o ran: cyfathrebu geiriol a dieiriau, deall eraill ac ymgysylltu â nhw, deall rheolau cymdeithasol a rhyngweithio cymdeithasol a ddisgwylir, dychymyg cymdeithasol a hyblygrwydd meddwl, ymddygiad ailadroddus, diddordebau cyfyngedig / arbennig, addasu i newidiadau, datrys problemau, ysgogiad synhwyrdd, gorbryder

Effeithiau posibl: ar gydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant, gan ddwysáu'r anawsterau y mae'r unigolyn yn eu hwynebu (eithrio, economaidd-gymdeithasol, addysg, cyflogaeth, annibyniaeth, llesiant emosïynol a chorfforol, dewisiadau bywyd)

Deilliant dysgu:

2. Arwain ymarfer ar gyfer dulliau person-ganolog, dulliau sy'n seiliedig ar hawliau, llesiant, perthnasoedd cadarnhaol a chyfranogiad cymunedol

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

2.1 Fframweithiau a modelau damcaniaethol ar gyfer:

- Rhoi Gwerth ar/Normaleiddio Swyddogaeth Gymdeithasol
- anabledd a nam

- dinasyddiaeth
 - cydgynhyrchu
 - ymarfer person-ganolog
 - dulliau sy'n seiliedig ar hawliau
 - perthnasoedd
- 2.2 Pwysigrwydd y Canlyniadau Llesiant Cenedlaethol i ansawdd bywyd unigolion
- 2.3 Sut y gellir helpu unigolion i gyfrannu at eu cymuned a chyfoethogi bywydau eraill, a'r effaith gadarnhaol a gaiff hyn ar eu canfyddiad gan eraill
- 2.4 Yr hyn a olygir gan 'cylch cymorth' a'r modd y gellir datblygu a defnyddio hyn i gefnogi perthnasoedd cyfatebol a llesiant unigolion
- 2.5 Strataegaethau y gellir eu defnyddio i fynd i'r afael â rhwystrau posibl sy'n atal:
- cyfranogiad cymunedol
 - perthnasoedd cyfatebol cadarnhaol
 - cyfleoedd i gyflawni canlyniadau cadarnhaol
- 2.6 Rhyngberthynas rhwng cymryd risg mewn modd cadarnhaol a chyfrifoldebau, llais a rheolaeth, a chynhwysiant cymdeithasol
- 2.7 Pwysigrwydd cymryd risg mewn bywyd bob dydd i unigolion
- 2.8 Effaith unigolion yn cael eu hanghymell neu eu hatal rhag cymryd risgiau
- 2.9 Mathau gwahanol o eiriolaeth a sut y gellir defnyddio'r rhain i gefnogi hawliau unigolion

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 2.10 Gosod esiampl o ymarfer sy'n hybu dulliau cydgynhyrchu, person-ganolog ac sy'n seiliedig ar hawliau er mwyn cynorthwyo unigolion i:
- gael llais a rheolaeth dros eu bywydau
 - cymryd rhan mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrlon
 - cynnal a datblygu perthnasoedd cyfatebol cadarnhaol
 - cymryd rhan yn eu cymunedau
 - arwain bywydau llawn a gwerthfawr
 - rheoli unrhyw gyfyng-gyngor sy'n codi wrth gydbwyso eu hawliau gymryd risgiau gyda'u diogelwch a'u llesiant
- 2.11 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n cefnogi unigolion i gymryd risg wybodus

Deilliant dysgu:

3. Arwain ymarfer sy'n cefnogi cyfathrebu effeithiol

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 3.1 Yr ystod o ddulliau cyfathrebu a sut y gellir eu defnyddio i gynorthwyo unigolion
- 3.2 Ffactorau y mae angen eu hystyried wrth nodi dulliau cyfathrebu
- 3.3 Ffynonellau gwybodaeth, cyngor a chymorth ar gyfer datblygu sgiliau cyfathrebu
- 3.4 Pwysigrwydd defnyddio dulliau cyfathrebu priodol ag unigolion
- 3.5 Sut i ddefnyddio ac addasu iaith a dulliau cyfathrebu er mwyn sicrhau eu bod yn briodol ar gyfer oedran a gallu
- 3.6 Sut y gall profiadau blaenorol, cyflyrau ychwanegol ac iaith gyntaf ddylanwadu ar barodrwydd a gallu unigolyn i gyfathrebu
- 3.7 Sut y gall anawsterau o ran cyfathrebu a rhyngweithio cymdeithasol effeithio ar unigolion

3.8 Sut i nodi pan ddefnyddir ymddygiad fel ffordd o gyfathrebu

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 3.9 Gosod esiampl o ddefnyddio ac addasu amrywiaeth o ddulliau cyfathrebu i gynorthwyo unigolion
- 3.10 Cefnogi datblygiad cynlluniau cyfathrebu ag unigolion
- 3.11 Gosod esiampl o ddull cydweithredu er mwyn gwerthuso dulliau a ddefnyddir i gefnogi cyfathrebu effeithiol

Deilliant dysgu:

4. Arwain y defnydd o waith cynllunio person-ganolog a Chymorth Gweithredol

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 4.1 Diben cynllunio person-ganolog a'r elfennau ohono
- 4.2 Sut i ddefnyddio cynllunio person-ganolog i helpu unigolion i gyflawni yr hyn sy'n bwysig iddynt a byw bywydau llawn a gwerthfawr
- 4.3 Pwysigrwydd sicrhau bod teuluoedd, gofawyr, ffrindiau a brodyr a chwiorydd mewn gwaith cynllunio person-ganolog
- 4.4 **Elfennau Cymorth Gweithredol**, a'r modd y mae'r model yn trawsnewid gwerthoedd yn ymarfer person-ganolog a chyflawni llesiant
- 4.5 Rôl hyfforddiant rhyngweithiol yn dylanwadu ar ymarfer
- 4.6 Canlyniadau seicolegol ar gyfer unigolion os ydynt yn cael eu gadael am gyfnodau hir heb ysgogiad nag ymgysylltiad
- 4.7 Y cysyniad o 'ddiymadferthedd hyddysg', a'r modd y gellir defnyddio cynllunio person-ganolog a Chymorth Gweithredol i fynd i'r afael â hyn
- 4.8 Sut i gefnogi unigolion awtistig i gydbwysu'r angen am arferion gyda chyfleoedd i brofi gweithgareddau gwahanol a meithrin perthnasoedd
- 4.9 Sut i ddefnyddio dull sy'n seiliedig ar gryfderau i feithrin sgiliau, hyder a hunan-barch a meithrin perthnasoedd
- 4.10 Sut y gellir gwerthuso cynllunio person-ganolog a'r broses o weithredu Cymorth Gweithredol i sefydlu'r effaith ar:
 - gyflawni canlyniadau cadarnhaol a'r hyn sy'n bwysig i unigolion
 - ymgysylltu mewn amrywiaeth o weithgareddau ystyrion
 - datblygu a chynnal cydberthynasau cyfatebol
 - cyfranogiad
 - datblygu sgiliau
 - lefelau annibyniaeth
- 4.11 Sut i ddefnyddio technoleg gynorthwyol electronig i gefnogi annibyniaeth, diogelwch a llesiant unigolion

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 4.12 Gosod esiampl o ddulliau cydgynhyrchu i helpu unigolion i gymryd rhan yn y broses gynllunio person-ganolog
- 4.13 Arwain, monitro ac adolygu'r broses o roi'r Model Cymorth Gweithredol ar waith
- 4.14 Defnyddio hyfforddiant rhyngweithiol er mwyn datblygu ymarfer

- 4.15 Cefnogi'r broses o roi cynlluniau personol ar waith ar gyfer unigolion
4.16 Defnyddio dull cydgynhyrchu i adolygu a gwerthuso cynlluniau personol

Ystod

Elfennau o Gymorth Gweithredol: cynlluniau dyddiol a lefelau o gyfranogiad, lefelau o help neu gymorth a chefnogaeth, rhyngweithio cadarnhaol, atgyfnerthiad cadarnhaol, amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrion

Deilliant dysgu:

5. Deall pwysigrwydd rhywioldeb, mynegiant rhywiol ac iechyd rhywiol

Meini Prawf Asesu:

Rydych yn deall:

- 5.1 Pwysigrwydd rhywioldeb, hunaniaeth rhywiol ac iechyd rhywiol i unigolion
5.2 Ffactorau a all effeithio ar ddatblygiad rhywiol unigolion a'u gallu i fynegi eu rhywioldeb
5.3 Sut y gellir helpu unigolion:
- i ddeall a mynegi eu hunaniaeth rywiol
 - i ddeall pwysigrwydd perthnasoedd ystyrion mewn perthynas â'u rhywioldeb
 - i fod yn ddiogel yn rhywiol

Deilliant dysgu:

6. Cefnogaeth ar gyfer hybu iechyd, atal ac ymyrryd yn gynnar er mwyn lleihau'r risg o afiechyd

Meini Prawf Asesu:

Rydych yn deall:

- 6.1 Y **cyflyrau iechyd** sy'n gysylltiedig ag anabledd dysgu yn gyffredinol a'r heriau sy'n gysylltiedig â nodi'r rhain
6.2 Y **ffactorau** sy'n amlygu unigolion i anghydraddoldebau iechyd
6.3 Sut i hyrwyddo hawliau unigolion i gael mynediad cyfartal i ofal iechyd a gofal diwedd oes
6.4 Yr heriau sy'n gysylltiedig â chael mynediad i ofal iechyd priodol a gofal diwedd oes i unigolion
6.5 Sut i gefnogi ymwybyddiaeth o ddulliau hybu iechyd ac ymyrryd yn gynnar er mwyn lleihau'r risg o afiechyd
6.6 Gofynion ar gyfer profion blynyddol a pham y mae'r rhain yn bwysig
6.7 Cyfrifoldebau ar gyfer trefnu, cyflawni ac adolygu canlyniadau profion iechyd blynyddol
6.8 Sut y gellir cefnogi unigolion ac eraill i ddeall pwysigrwydd prawf iechyd blynyddol
6.9 Yr hyn y mae angen ei ystyried pan fydd angen i unigolion gael gofal iechyd neu driniaeth feddygol yn cynnwys:
- sut y cânt eu cefnogi
 - eu galluedd i gydsynio
 - sut i weithio gyda gweithwyr proffesiynol eraill

- dyletswydd gwasanaethau iechyd cyffredinol i wneud addasiadau rhesymol ar gyfer unigolion
- sut i weithredu ar ganlyniadau

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

6.10 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n cefnogi camau hybu iechyd ac ymyrryd yn gynnar er mwyn lleihau'r risgiau o afiechyd

6.11 Monitro, adolygu a gwerthuso mynediad unigolyn a'i ddefnydd o:

- Profion gofal iechyd
- Gofal iechyd a nodir i ddiwallu anghenion

6.12 Monitro, adolygu a gwerthuso:

- Camau a nodir o brofion gofal iechyd
- Canlyniadau ymyriadau gofal iechyd

Ystod

Cyflyrau iechyd: Epilepsi, colli synhwyrau, afiechyd meddwl, dementia cynnar ac iechyd corfforol cyffredinol

Ffactorau: lefelau uwch o amddifadedd materol, dirywiad mewn cyflyrau ymddygiadol sy'n gysylltiedig ag iechyd sy'n aml yn gysylltiedig ag achosion o anabledd dysgu, llai o ddealltwriaeth o newidiadau corfforol a phroblemau sy'n dangos afiechyd neu gyflwr y gellid ei drin, llai o ddealltwriaeth o sut i gael cymorth gan wasanaethau iechyd

Deilliant dysgu:

7. Deall Cefnogaeth Ymddygiad Cadarnhaol

Meini Prawf Asesu:

Rydych yn deall:

7.1 Beth yw ystyr 'cymorth ymddygiad cadarnhaol'

7.2 Elfennau **Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol**

7.3 Pam mae dull a arweinir gan werthoedd yn bwysig ar gyfer cymorth ymddygiad cadarnhaol

7.4 Pam mae'n bwysig deall ymddygiad

7.5 Y gwahaniaeth rhwng ffurf (yr ymddygiad) a gweithrediad (y rheswm dros yr ymddygiad hwnnw)

7.6 **Pedwar gweithrediad cyffredin** ymddygiad heriol/ymddygiadau sy'n herio

7.7 Elfennau cynllun cymorth ymddygiad

7.8 **Prif elfennau ymarfer ar ôl digwyddiad** a pham y mae'r rhain yn bwysig

Ystod:

Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol: dulliau sy'n seiliedig ar werthoedd, damcaniaeth a sail dystiolaeth, dadansoddiad swyddogol, atal sylfaenol, atal eilaidd, strategaethau adweithiol

Pedair swyddogaeth gyffredin: sylw cymdeithasol, osgoi/ffoi, cael gafael ar bethau diriaethol, ysgogiad synhwyraidd

Prif elfennau ymarfer ar ôl digwyddiad: Cymorth ar ôl digwyddiad (cyfeirir ato fel dadfriffio yn aml) – sylw i lesiant corfforol ac emosiynol yr unigolyn ac eraill sy'n rhan o ddigwyddiad. Rhoddir cymorth personol ac emosiynol ar unwaith ac yn , rhoddir cymorth personol ac emosiynol ar unwaith ac yn yr hirdymor os bydd angen. Adolygiad ar ôl digwyddiad – dysgu o'r digwyddiad a myfyrio ar ymarfer. Caiff ei ddarparu ar wahân i gymorth ar ôl digwyddiad. Mae gofyn i rywun ddwyn digwyddiad i gof lle mae'n dal i fod mewn cyflwr gofidus yn annefnyddiol a gall beri tramgwydd

Deilliant dysgu:

8. Arwain ymarfer sy'n cefnogi dulliau diogelu

Meini prawf asesu:

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 8.1 Hybu dull unigol at ddiogelu
- 8.2 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n sicrhau cydymffurfiaeth â pholisïau, gweithdrefnau ac ymarfer y cytunir arno ar gyfer diogelu unigolion
- 8.3 Arwain a chefnogi ymarfer sy'n helpu unigolion i gydnabod pan fydd ymddygiad tuag atynt yn amhriodol neu'n annerbyniol
- 8.4 Herio gweithredoedd, ymddygiadau ac ymarfer a all fod yn beryglus, yn ddifriol, yn wahaniaethol neu'n gamfanteisiol
- 8.5 Manteisio ar rwydweithiau proffesiynol i geisio cymorth ychwanegol ar gyfer sefyllfaoedd sydd y tu hwnt i'w harbenigedd eu hunain

Canllawiau cyflwyno

Model Cymorth Gweithredol: Mae Cymorth Gweithredol yn fodel person-ganolog ynghylch sut i ryngweithio ag unigolion er mwyn eu galluogi i gymryd rhan mewn gweithgaredd mor annibynnol â phosibl, wedi'i gyfuno â system gynllunio ddyddiol er mwyn hybu ffordd o fyw egniol sy'n gysylltiedig ag ansawdd bywyd da. Mae'n cynnwys system gofnodi syml i asesu effaith a chefnogi penderfyniad sy'n seiliedig ar dystiolaeth ar gynlluniau cymorth.

Yn cynnwys:

- Cynlluniau dyddiol a lefelau cyfranogiad mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrllon a threfniadau cymorth
- Cofnodion a dadansoddiad o gyfranogiad ar amrywiaeth o weithgareddau nodweddiadol
- Model o ryngweithio cadarnhaol, h.y. lefelau o gymorth; dadansoddi tasgau ac atgyfnerthiad cadarnhaol
- Addysgu sgiliau/Cynllunio cyfleoedd

Prawf iechyd blynyddol: byddai'n cynnwys profion iechyd wedi'u cynllunio ar gyfer unigolion ag anableddau dysgu a gynhelir gan feddygon teulu neu weithwyr iechyd proffesiynol eraill. Byddai'r rhain yn canolbwyntio ar broblemau iechyd hysbys ar gyfer unigolion ag anableddau dysgu e.e. cwyr clustiau, profion golwg/clyw ac maent wedi'u cynllunio i fynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd

Awtistiaeth Mae'r term awtistiaeth yn disgrifio gwahaniaethau ansoddol a namau wrth ryngweithio'n gymdeithasol a chyfathrebu'n gymdeithasol, wedi'u cyfuno â diddordebau cyfyngedig ac ymddygiadau anhyblyg ac ailadroddus. Caiff plant, pobl ifanc ac oedolion ddiagnosis o anhwylderau'r sbectrwm awtistig os bydd yr ymddygiadau hyn yn bodloni'r meini prawf a gaiff eu diffinio yn y Dosbarthiad Ystadegol Rhyngwladol o Glefydau a Phroblemau Iechyd Cysylltiedig (ICD-10) a Phedwerydd Argraffiad y Llawlyfr Diagnostig ac Ystadegol o Anhwylderau Meddyliol (DSM-IV) ac maent yn cael effaith sylweddol ar weithrediad. Y term cyffredinol a ddefnyddir yn ICD-10 a DSM-IV yw anhwylder datblygiadol treiddiol, term a ddefnyddir ochr yn ochr ag anhwylder ar y sbectrwm awtistig (ac eithrio syndrom Rett); mae'n grŵp o anhwylderau sydd wedi'i ddiffinio yn ôl ymddygiad, sy'n amrywio o ran achos ac amlygiad

Heriau a all ddigwydd wrth gefnogi cyfranogiad cymunedol:

- y gefnogaeth sydd ar gael
- cost
- mynediad
- gweithgareddau ar wahân
- agweddau, credoau, syniadau a luniwyd ymlaen llaw ac ymddygiadau eraill
- y gallu i gyfathrebu
- ymddangosiad personol

- gallu
- diffyg dealltwriaeth o'r cysyniad o gyfeillgarwch

Cynlluniau cyfathrebu: byddent yn cynnwys canllawiau unigol, gellir galw'r rhain yn gynlluniau cyfathrebu, proffiliau neu basbortau

Gallai modelau presennol ar gyfer cynllunio a darparu gwasanaethau gynnwys:

- Cydweithrediadau / mentrau cymdeithasol
- Byw â chefnogaeth
- Cysylltu bywydau / lleoli oedolion
- Seibiannau byr
- Ymyriad dwys byrdymor
- Cyflogaeth â chefnogaeth
- Gwasanaethau dydd
- Gofal yn y cartref
- Gofal preswyl

Cynlluniau dyddiol a lefelau cyfranogiad. Mae cynlluniau dyddiol yn nodi'n fanwl beth yw trefn ddyddiol unigolyn. Maent yn rhoi cyfleoedd i unigolion gymryd rhan mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau drwy gydol y dydd, osgoi cyfnodau hir o ymddieithrio, a helpu staff i gynllunio eu hamser yn effeithiol. Gellir defnyddio'r cynlluniau mewn ffordd hyblyg er mwyn ymateb i amgylchiadau newidiol, ac ystyried dewis unigolion, eu rheolaeth, eu galluoedd a'u hanghenion. Caiff lefelau cyfranogiad eu cofnodi a'u dadansoddi er mwyn asesu cydbwysedd cyfranogiad mewn mathau gwahanol o weithgarwch a'r modd y mae angen newid cymorth er mwyn hyrwyddo ffordd o fyw nodweddiadol, mwy o sgiliau a chymaint o annibyniaeth â phosibl. Mae Cynlluniau Dyddiol a lefelau o gyfranogiad yn rhan o Gymorth Gweithredol

Technoleg gynorthwyol electronig: yn cynnwys sut i sicrhau bod penderfyniadau ynghylch technoleg gynorthwyol yn canolbwyntio ar ganlyniadau, yn gynhwysol ac yn dryloyw.

Gallai technoleg gynorthwyol electronig gynnwys: dyfeisiau bob dydd (ffonau symudol, rheolaethau byw yn glyfar, ffonau clyfar, setiau teledu clyfar, consolau gemau, cyfrifiaduron), dyfeisiau a gynlluniwyd i gefnogi anghenion iechyd a gofal cymdeithasol penodol (larymau personol a gweithgarwch, negeseuon atgoffa ac ysgogi electronig, clocio siarad, cymhorthion cyfathrebu, larymau mwg, larymau teleofal, teclynnau cwmpo, dyfeisiau GPS, monitro iechyd a monitro ffitiau)

Ffactorau a all effeithio ar ddatblygiad rhywiol a gallu i fynegi rhywioldeb: dylanwadau diwylliannol-gymdeithasol, agweddau a chredoau, tybiaethau ystrydebol, gwasanaethau/gweithwyr proffesiynol gwrth risg, materion diogelu, galluedd meddyliol, addysg rhyw, geneteg

Ffactorau y mae angen eu hystyried wrth nodi dulliau cyfathrebu: nodweddiad anabledd, galluoedd gwybyddol, datblygiad iaith, colli synhwyrau, ysgogiad synhwyraidd, yr amgylchedd, ffactorau sy'n ysgogi ymddygiad, lefelau gorbryder

Gallai bywyd llawn a gwerthfawr gynnwys:

- Dewis a rheolaeth dros fanylion bach o ddydd i ddydd a materion sy'n diffinio bywyd
- Addysg a hyfforddiant
- Cyflogaeth
- Llesiant cymdeithasol ac economaidd
- Ymgysylltu a chyfranogiad mewn **amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrion**
- Gofal iechyd corfforol a meddyliol
- Mynediad i ofal iechyd sylfaenol ac arbenigol
- Bod yn rhiant
- Perthnasoedd rhywiol
- Cyfeiriadedd rhywiol a hunaniaeth o ran rhywedd
- Cefnogaeth ar gyfer cysylltiadau ac ymarferion o ran ffydd a diwylliant
- Tai a llety
- Cynhwysiant cymdeithasol a chysylltiadau cymunedol
- Perthnasoedd a chyfeillgarwch

Mae **hyfforddiant rhyngweithiol** (a elwir hefyd yn hyfforddiant yn y fan a'r lle neu hyfforddiant sy'n seiliedig ar ymarfer) yn digwydd yn yr amgylchedd gwaith arferol lle mae'n ofynnol i'r perfformiad dymunol ddigwydd gan y staff. Mae wedi'i gynllunio i addysgu staff sut i drosi gwybodaeth ddamcaniaethol yn sgiliau ymarferol. Mae'r broses yn cynnwys yr hyfforddwr yn gweithio gyda staff wrth iddo gefnogi rhywun: arsylwi, rhoi adborth, gosod esiampl a hyfforddi. (Stancliffe, R. Jones, E. Mansell, J. a Lowe, K. 2008; Jones, E., Felce, D. a Lowe, K. 2001)

Diymadferthedd hyddysg yw pan fydd pobl yn teimlo'n ddiymadferth i osgoi sefyllfaoedd negyddol am fod profiad blaenorol wedi dangos nad oes ganddynt reolaeth. Mae hyn yn arwain at gylch negyddol lle mae ganddyn nhw ac eraill ddisgwyliadau isel ohonynt a atgyfnerthir gan y ffaith bod yr unigolyn yn gwireddu'r disgwyliadau isel hyn, gan arwain at ddibyniaeth, hunan-barch isel a diffyg hunan-gred

Mae **lefelau cymorth (neu gefnogaeth neu help)** yn cyfeirio at lefelau cymorth wedi'u graddio, o brocio cof rhywun yn syml ar lafar sy'n rhoi'r lefel cymorth isaf, i ysgogiadau dieiriau, ystumiau ac arddangosiadau, i roi arweiniad ffiesgol sy'n rhoi'r lefel uchaf o help. Dylid rhoi cymorth mewn modd hyblyg yn unol ag angen yr unigolyn am help, a dim ond y lefel isaf o gymorth y dylid ei roi er mwyn annog cymaint o gyfranogiad ac annibyniaeth â phosibl. Mae lefelau cymorth yn rhan o Gymorth Gweithredol

Modelau cyfathrebu: gallen nhw gynnwys:

- Alder a Rudman (2006)
- Linear Model of Communication (Shannon a Weaver 1949)
- Transactional model of communication (Barnlund 1970)
- PCS model (Thompson 1997; 2006)

Canlyniadau llesiant cenedlaethol:

Parthau Llesiant Cenedlaethol	Datganiadau canlyniadau llesiant (wedi'u tynnu o'r Datganiad Llesiant Cenedlaethol)
-------------------------------	---

	Mae'r fersiwn lawn o'r Datganiad Llesiant i'w gweld yn: http://gov.wales/docs/dhss/publications/150722well-beingen.pdf
Sicrhau hawliau a hawliadau Hefyd ar gyfer oedolion: Rheolaeth dros fywyd pob dydd	<ul style="list-style-type: none"> • Rwy'n gwybod ac yn deall pa ofal, cymorth a chyfleoedd sydd ar gael a defnyddio'r rhain i'm helpu i sicrhau fy llesiant • Gallaf gael mynediad i'r wybodaeth gywir, pan fydd ei hangen arnaf, yn y ffordd rwyf am eich chael a defnyddio hyn i reoli a gwella fy llesiant • Rwy'n cael fy nhrin ag urddas a pharch ac yn trin pobl eraill yr un fath • Mae fy llais yn cael ei glywed ac mae pobl yn gwrando arnaf • Caiff fy amgylchiadau unigol eu hystyried • Rwy'n siarad dros fy hun ac yn cyfrannu at y penderfyniadau sy'n effeithio ar fy mywyd neu mae gennyf rywun a all wneud hynny ar fy rhan
Iechyd corfforol, iechyd meddwl a llesiant emosiynol	<ul style="list-style-type: none"> • Rwy'n iach ac yn egniol ac yn gwneud pethau i gadw fy hun yn iach • Rwy'n hapus ac yn gwneud pethau sy'n fy ngwneud i'n hapus • Rwy'n cael y gofal a'r cymorth cywir, cyn gynted â phosibl • Amddiffyn rhag camdriniaeth ac esgeulustod • Rwy'n ddiogel ac yn cael fy amddiffyn rhag camdriniaeth ac esgeulustod • Rwy'n cael cefnogaeth i ddiogelu'r bobl sy'n bwysig i mi rhag camdriniaeth ac esgeulustod • Rwy'n cael gwybod sut i leisio fy mhryderon
Addysg, hyfforddiant a hamdden	<ul style="list-style-type: none"> • Gallaf ddysgu a datblygu i gyflawni fy mhotensial llawn • Rwy'n gallu gwneud y pethau sy'n bwysig i mi
Perthnasoedd domestig, teuluol a phersonol	<ul style="list-style-type: none"> • Rwy'n perthyn • Rwy'n cyfrannu at berthnasoedd diogel ac iach ac yn eu mwynhau • Cyfraniad i gymdeithas Rwy'n cymryd rhan yn fy nghymuned ac yn cyfrannu ati • Rwy'n teimlo fy mod yn cael fy ngwerthfawrogi mewn cymdeithas
Llesiant cymdeithasol ac economaidd	<ul style="list-style-type: none"> • Rwy'n cyfrannu tuag at fy mywyd cymdeithasol ac yn gallu bod gyda'r bobl rwy'n eu dewis • Nid wyf yn byw mewn tlodi • Rwy'n cael fy nghefnogi i weithio • Rwy'n cael yr help sydd ei angen i dyfu a bod yn annibynnol • Rwy'n cael gofal a chymorth drwy gyfrwng y Gymraeg pan fydd ei angen arnaf

Addasrwydd llety byw	<ul style="list-style-type: none">Rwy'n byw mewn cartref sy'n fy nghefnogi i sicrhau fy llesiant
----------------------	--

Proses gynllunio person-ganolog i gynnwys sut y gellir cefnogi unigolion

- i fynegi eu barn
- i nodi beth sy'n bwysig iddynt a beth yr hoffent ei gyflawni, yn cynnwys:
 - sut i gydbwyso yr hyn sy'n bwysig iddynt ac ar eu cyfer
 - sut yr hoffent wneud hyn
 - sut y byddant yn gallu dweud a ydynt wedi cyflawni eu nodau
- nodi gyda phwy y byddent yn hoffi cael eu cynnwys ac ar ba gam
- nodi sut, ble a phryd y dylent gyflawni eu cynllunio person-ganolog
- nodi sut y dylid cofnodi eu cynllunio person-ganolog

Mae **cynlluniau personol**⁴ yn nodi sut y bydd gofal unigolyn yn cael ei ddarparu. Maent yn seiliedig ar wybodaeth asesu a chynlluniau gofal a chymorth a byddant yn cwmpasu dymuniadau, dyheadau ac anghenion gofal a chymorth personol yr unigolyn.

Bydd **cynlluniau personol** yn darparu'r canlynol:

- Gwybodaeth i unigolion a'u cynrychiolwyr am y gofal a'r cymorth cytûn a'r modd y bydd y rhain yn cael eu darparu
- Canllaw clir ac adeiladol i staff ar yr unigolyn, ei anghenion gofal a chymorth a'r canlyniadau yr hoffai eu cyflawni
- Sail ar gyfer adolygiad parhaus
- Ffordd i unigolion, eu cynrychiolwyr a staff fesur cynnydd a ph'un a yw eu canlyniadau personol wedi'u cyflawni.

Byddai **proses gynllunio** yn cynnwys nodi nodau neu ganlyniadau a'i gwneud yn bosibl i gymryd rhan mewn gweithgareddau; monitro, adolygu a gwerthuso cynlluniau.

Cynlluniau: cymorth ymddygiad cadarnhaol, cynlluniau personol, cynlluniau dyddiol, cynlluniau addysgu sgiliau

Cymorth ymddygiad cadarnhaol:

- Mae'n seiliedig ar Roi Gwerth ar Swyddogaeth Gymdeithasol, Dadansoddi Ymddygiad Cymhwysol a Chynllunio Person-ganolog.
- Mae'n hyrwyddo dulliau ymyrryd yn seiliedig ar werthoedd a thystiolaeth
- Mae'n canolbywntio ar wella ansawdd bywyd fel nod canolog
- Mae'n defnyddio ymyriadau unigryw sy'n deillio o asesiad swyddogol o ymddygiad y person
- Mae'n pwysleisio ataliad cychwynnol fel y prif ddull, yn cynnwys cymorth gweithredol, addysgu sgiliau, gwella cyfathrebu, gwella amgylcheddau ffisegol a chymdeithasol, a mynd i'r afael ag ysgogiadau a swyddogaethau ymddygiadau wedi'u tynnu o'r asesiad swyddogaethol.

⁴ Canllawiau statudol i ddarparwyr gwasanaethau ac unigolion cyfrifol ynghylch bodloni'r rheoliadau safonau gwasanaeth (Llywodraeth Cymru 2017)

- Mae'n cynnwys strategaethau ataliad eilaidd er mwyn atal ymddygiad rhag gwaethygu
- Mae'n cynnwys strategaethau adweithiol, moesegol, nad ydynt yn seiliedig ar boen, sydd ond wedi'u cynllunio i gadw'r person ac eraill yn ddiogel.
- Mae'n cynnwys strategaethau dadfrifio a ragnodwyd yn unigol ar gyfer yr unigolyn ac eraill dan sylw yn dilyn achos o ymddygiad heriol
- Mae'n nodi'r dulliau i'w defnyddio ar gyfer gwerthuso effaith ymyriadau a phryd y dylid adolygu'r cynllun cymorth ymddygiad cadarnhaol.

Mae **rhyngweithio cadarnhaol** yn cyfeirio at y model rhyngweithio tri cham er mwyn hyrwyddo cyfranogiad gweithredol mewn gweithgaredd. Mae'r model hwn yn cynnwys: Y pum lefel o gymorth; dadansoddi tasgau ac atgyfnerthiad cadarnhaol. Mae rhyngweithio cadarnhaol yn rhan o Gymorth Gweithredol

Mae **atgyfnerthiad cadarnhaol** yn cyfeirio at yr hyn y mae unigolyn yn ei ennill drwy gyflawni tasg benodol. Gall y rhain gynnwys gwobrau sy'n digwydd yn naturiol (e.e. yfed cwpanaid o de y mae'r unigolyn newydd ei wneud) neu bethau eraill y mae'r unigolyn yn eu hoffi'n benodol (e.e. canmoliaeth a sylw neu weithgaredd penodol) fel anogaeth neu wobwr am gymryd rhan mewn gweithgaredd penodol.

Mae atgyfnerthiad (cadarnhaol a negyddol) yn cryfhau ymddygiad:

Mae Atgyfnerthiad Cadarnhaol yn digwydd pan fydd unigolyn yn cael rhywbeth mae am ei gael o ymddygiad penodol, fel cael cymryd rhan mewn gweithgaredd neu gael gafael ar eitem y mae'n eu hoffi, cael sylw cymdeithasol gan rywun, cael ysgogiad synhwyrdd ac ati.

Mae atgyfnerthiad negyddol yn digwydd pan fydd unigolyn yn osgoi neu'n ffoi oddi wrth rywbeth nad yw'n ei hoffi, fel osgoi gorfod ymgymryd â thasg, ffoi rhag sylw diangen neu amgylchedd swnllyd, lleddfu poen ac ati.

Canlyniadau seicolegol h.y.:

- Llesgedd a diflastod
- Iselder a blinder
- Dryswch
- Colli cyswllt â'r amgylchedd
- Colli hyder a sgiliau

Gallai **amrywiaeth o ddulliau cyfathrebu** gynnwys ffotograffau, lluniau, arwyddion, ystumiau, gwrthrychau cyfeirio, PECS, Makaton, Iaith Arwyddion Prydain, cardiau fflach, geiriau allweddol ac ystyron, cynllunwyr gweledol

Addasiadau rhesymol:

O dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010, mae gan bob person anabl yr hawl i gael addasiadau rhesymol wrth ddefnyddio gwasanaethau cyhoeddus, yn cynnwys gofal iechyd. Mae'r addasiadau hyn yn dileu rhwystrau y byddai pobl anabl yn eu hwynebu fel arall wrth gael mynediad i'r gwasanaethau hyn. Ystyr gwneud addasiadau rhesymol yw sicrhau bod pobl anabl yn cael mynediad cyfartal i ofal iechyd o ansawdd da.

Mae pobl sydd ag anabledd dysgu yn wynebu anghydraddoldebau llym o ran gofal iechyd. Mae 1,200 o bobl sydd ag anabledd dysgu yn marw bob diwrnod er y gellid bod wedi osgoi hynny, pan fyddai gofal iechyd da wedi achub eu bywydau. Mae pobl ag anabledd dysgu yn marw 17 o flynyddoedd yn iau na'r boblogaeth gyffredinol ar gyfartaledd. Dyna pam y mae mor bwysig gwneud addasiadau rhesymol ar gyfer pobl ag anableddau dysgu mewn ysbyty.

Gall addasiadau rhesymol fod yn newidiadau syml a wnaed gan un gweithiwr gofal iechyd proffesiynol, neu gallant fod yn fwy cymhleth a bod angen sawl tîm i gydweithio. Gall gwneud addasiadau rhesymol olygu dileu rhwystrau y mae pobl ag anabledd dysgu yn eu hwynebu neu ddarparu rhywbeth ychwanegol i'r rheini sydd ag anabledd dysgu i'w galluogi i gael mynediad i'r gofal iechyd sydd ei angen arnynt.

(Mencap: Treat me well: Reasonable adjustments for people with a learning disability in hospital)

Risg a ffactorau amddiffynnol drwy gydol oes (Anabledd Dysgu: Rhaglen Gwella Bywydau Llywodraeth Cymru – mis Mehefin 2018)

Cyfnod	Ffactorau risg	Ffactorau amddiffynnol
Y blynyddoedd cynnar (cyn geni – 7 mlynedd)	Asesu a rhoi diagnosis, rhieni yn methu ag ymdopi, rhieni yn ddi-waith	Cymorth cyn geni, amenedigol ac ôl-eni cymorth teuluol a rhianta – yn cynnwys opsiynau gofal plant, gwasanaethau seibiannau byr a phlant sy'n derbyn gofal; ymddygiad cadarnhaol i leihau'r risg o ymddygiad heriol; strategaethau ehangach i leihau nifer y Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod
Llencyndod (14 – 25 oed)	Dewisiadau tai ac addysg cyfyngedig yn aml allan o'r ardal, ymddygiad heriol o bosibl, eisiau annibyniaeth a chyfleoedd, risg o fwlio a chamdriniaeth, diffyg addysg ynghylch perthnasoedd personol a rhywiol	Eiriolaeth, hawliau, dewis a grymuso, cyfeirio a llywio drwy'r gwasanaeth – yn cynnwys cyfuno profion iechyd, gofal cymdeithasol ac addysg, iechyd a llesiant blynyddol i ddechrau pan fydd pobl ifanc yn 14 oed, cyfleoedd cyflogaeth – hyfforddeiaethau a gefnogir
Oeodolaeth gynnar (19 oed ymlaen)	Colli gwasanaethau plant yn 18 oed, colli addysg yn 19 oed ac efallai na fydd yn bodloni'r trothwy ar gyfer gwasanaethau oedolion, gwasanaethau oedolion amrywiol, am gael eu drws ffrynt eu hunain gyda chymorth	Codi ymwybyddiaeth ac addysg, hybu iechyd ac addysg - yn cynnwys addasiadau rhesymol i ofal eilaidd, cyfleoedd ar gyfer gweithgareddau/gwaith yn ystod y dydd, opsiynau byw â chefnogaeth

Canol bywyd (30 oed a throsodd)	Anghenion iechyd newidiol, dim byd i'w wneud yn ystod y dydd, anghenion tai newidiol	Cael mynediad i ofal iechyd, galwedigaeth/gweithgarwch ystyrllon, modelau tai/iechyd/gofal cymdeithasol integredig
Yn ddiweddarach mewn bywyd (50 oed a throsodd)	Risg o eiddilwch cynnar a marwolaeth gynamserol, teulu a gofalwyr yn heneiddio/marw, cael eu rhoi mewn cartrefi gofal gan nad oes unrhyw opsiynau eraill, dim cynlluniau diwedd oes	Gofal cymorth newidiol - gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol integredig, opsiynau tai, gofal lliniarol, gofal diwedd oes a phrofedigaeth
Drwy gydol oes	Diffiniadau ac anghenion data i gael eu diwallu, cyfathrebu a gweithio mewn tîm, gweithlu llawn cymhellant wedi'u hyfforddi'n dda, codi ymwybyddiaeth ac addysg, cael mynediad i iechyd a gofal cymdeithasol, cyllid mwy hyblyg	Gwelliannau o ran comisiynu, diogelu drwy alluogi pobl i amddiffyn eu hunain, monitro safonau, sicrwydd, rheoleiddio ac arolygu, gallu i gael mynediad i wasanaethau a chyfleoedd – trafndiaeth

Sensitifrwydd synhwyrdd: golwg, clyw, arogl, blas, cyffwrdd, cydbwysedd, ymwybyddiaeth o'r corff, synesthesia

Mae **addysgu sgiliau** yn cyfeirio at nodi tasg neu weithgaredd i'w gyflawni, dadansoddi tasg, asesu sgiliau presennol a sgiliau y byddai angen eu meithrin, y lefelau o help sydd eu hangen i ddatblygu'r sgiliau sydd eu hangen i ymgymryd â'r dasg neu weithgaredd a gwybodaeth ar pryd, ble a gan bwy y caiff y sgiliau eu haddysgu a sut y caiff cynnydd ei adolygu a'i werthuso er mwyn llywio'r gwaith o addysgu sgiliau ymhellach.

Mae **dadansoddi tasg** yn cyfeirio at rannu tasgau yn gamau bach ymarferol fel mewn ryseitiau neu gyfarwyddiadau DIY. Dylai maint pob cam neu nifer y camau ar gyfer tasg benodol amrywio yn unol â gallu neu angen yr unigolyn am gymorth

Triad o ddiffygion: anawsterau mynych wrth gyfathrebu a rhyngweithio'n ymdeithasol, patrymau cyfyngedig ac ailadroddus o ymddygiadau, gweithgareddau neu ddi-ddordebau sy'n cyfyngu ac yn effeithio ar weithrediad bob dydd a sensitifrwydd synhwyrdd

Mathau o eiriolaeth i gynnwys:

- Hunaneiriolaeth
- Eiriolaeth anffurfiol
- Cydeiriolaeth
- Eiriolaeth cymheiriaid
- Eiriolaeth dinasyddion
- Eiriolaeth gwirfoddolwyr annibynnol

- Eiriolaeth ffurfiol
- Eiriolaeth broffesiynol annibynnol.

Rolau gwerthfawr

- Gofalwr
- Gweithiwr
- Deiliad cartref
- Rhiant
- Myfyriwr
- Gwirfoddol

Pam y gall awtistiaeth fod yn anabledd cudd weithiau: lle nad oes unrhyw nodweddion gweledol amlwg ar gyfer rhai pobl ar y sbectrwm awtistig

Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig

Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig

- Fframwaith Llywodraeth Cymru ar gyfer lleihau arferion cyfyngol (heb ei gyhoeddi eto)
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Deddf Iechyd Meddwl (1983) diwygiwyd 2007
- Cod Ymarfer Cymru ar Ddeddf Iechyd Meddwl (2016)
- Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) (2010)
- Deddf Galluedd Meddyliol 2005 a Chod Ymarfer cysylltiedig; Mesurau Diogelu Rhyddid
- Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016 a rheoliadau a chanllawiau statudol cysylltiedig
- Deddf Hawliau Dynol 1998
- Fframwaith Hawliau Dynol ar Gyfyngiad (y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, heb ei gyhoeddi eto)
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau 2006
- Rheoliad Cyffredinol ar Ddiogelu Data (GDPR) 2018
- Deddf Cydraddoldeb 2010;
- Mesurau Diogelu Rhyddid;
- Deddf yr Iaith Gymraeg (1993: Mesur y Gymraeg (2011) a Mwy na Geiriau, Fframwaith Strategol Llywodraeth Cymru ar gyfer y Gymraeg mewn Iechyd a Gofal Cymdeithasol (2013)
- Llywodraeth Cymru: Anabledd Dysgu: Rhaglen Gwella Bywydau (Mehefin 2018)
- Y Bwrdd Comisiynu Cenedlaethol: Commissioning Services for people with learning disabilities Good Practice Guidance (Tachwedd 2017)
- Datganiad Llesiant Cenedlaethol
<http://gov.wales/docs/dhss/publications/150722well-beingen.pdf>
- **All Wales Strategy for the Development of Services for Mentally Handicapped People (1983)**
- "Gwireddu'r Addewidion" Cynigion ar gyfer fframwaith i wasanaethau ar gyfer pobl sydd ag anableddau dysgu (2001)
- Gweithdrefnau Diogelu Cymru Gyfan (2019)

Adnoddau

- Social Role Valorisation/Normalisation (Wolfensberger, W (1972) Normalization: The principle of normalization in human services. Toronto: National Institute of Mental Retardation, Leonard Crainford); (Wolfensberger, W (1983) Social Role Valorization: A Proposed New Term for the Principle of Normalization. **Mental Retardation, Vol. 21(6) 234**)
 - Anabledd a nam
 - Dinasyddiaeth
 - Cydgynhyrchu
 - Ymarfer person-ganolog
 - Dulliau sy'n seiliedig ar hawliau
 - Perthnasoedd
- **www.ASDinfoWales.co.uk** (gwefan Cymru gyfan yn cynnwys gwybodaeth, adnoddau a deunyddiau hyfforddi AM DDIM)
- Canllawiau NICE CG142: Autism in adults: diagnosis and management [<http://www.nice.org.uk/guidance/cg142>]
- NICE Guideline CG128, Autism in under 19s: recognition, referral and diagnosis. [www.nice.org.uk/guidance/cg128]
- Mencap: Treat me well: Reasonable adjustments for people with a learning disability in hospital - <https://www.mencap.org.uk/sites/default/files/2018-06/Treat%20me%20well%20top%2010%20reasonable%20adjustments.pdf>

Lefel:	4
ODA:	149
Credyd:	35
Crynodeb o'r Uned:	Nod yr uned hon yw helpu dysgwyr i feithrin y wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau sydd eu hangen i arwain ymarfer ar gyfer plant a phobl ifanc anabl i gyflawni canlyniadau cadarnhaol, gan gynnwys eu twf, dysgu a datblygiad cyfannol. Yng nghyd-destun yr uned hon, mae'r term 'plant' yn cyfeirio at 'blant a phobl ifanc anabl'.

Deilliant dysgu:

1. Meithrin dealltwriaeth o ganfyddiadau, persbectif a natur anabledd

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 1.1 Mai nod fframweithiau deddfwriaethol, polisi Llywodraeth Cymru a chanllawiau a modelau cynllunio a darparu gwasanaethau presennol yw cefnogi plant anabl a'u teuluoedd/gofalwyr
- 1.2 Pam y gall cyfleoedd plant anabl mewn bywyd fod yn fwy cyfyngedig na chyfleoedd y boblogaeth gyffredinol a sut mae deddfwriaeth, polisi cenedlaethol a gwasanaethau cymorth yn ceisio unioni'r cydbwysedd hwn
- 1.3 Rôl eich gwasanaeth eich hun yn gwella canlyniadau i blant anabl a'u teuluoedd/gofalwyr
- 1.4 Safbwyntiau cymdeithasol a meddygol ynghylch **amrywiaeth o namau/cyflyrau**, sut mae'r rhain wedi datblygu a newid dros amser a dylanwadu ar fodolau darparu gwasanaethau
- 1.5 Y ffordd y gall agweddau a gwerthoedd cymdeithas tuag at blant anabl a'u teuluoedd/gofalwyr effeithio ar gydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant
- 1.6 Effaith pŵer, gwahaniaethu a chymdeithas ar blant a'u teuluoedd/gofalwyr, drwy gydol eu hoes
- 1.7 Effaith dewis geiriau ac iaith ar y canfyddiad o blant a'u teuluoedd/gofalwyr a'r modd y cânt eu trin
- 1.8 Y ffordd y gall barn, tybiaethau ystrydebol a disgwyladau eraill arwain at stigmatiddio plant anabl, a'r ffordd y gall y stigma hwn effeithio ar y plentyn a'i deulu/gofalwyr
- 1.9 Y ffordd y gall eich gwasanaeth eich hun hyrwyddo cydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant plant anabl a'u teuluoedd/gofalwyr

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 1.10 Dealltwriaeth gweithwyr cymorth o:
 - yr hyn a olygir gan y term 'nam' ac 'anabl' a phwysigrwydd gweld y plentyn yn gyntaf, nid y nam
 - natur a nodweddion **amrywiaeth o namau/cyflyrau** a'r ffordd y gall y rhain effeithio ar blant a'u teuluoedd / gofalwyr

- **achosion posibl amrywiaeth o namau/cyflyrau**

1.11 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n

- cydnabod y dylid canolbwyntio ar y plentyn nid y nam
- hyrwyddo canfyddiadau cadarnhaol o blant anabl a'u teuluoedd/gofalwyr, ac agweddau tuag atynt
- herio rhagfarn, delweddau ystrydebol, gwahaniaethu ac agweddau negyddol tuag at blant anabl a'u teuluoedd/gofalwyr

1.12 Gosod esiampl o'r defnydd o **eiriau cywir a phenodol** i ddisgrifio plant a'u teuluoedd/gofalwyr

Ystod:

Achosion posibl: cafwyd, cynhenid, genetig

Ystod o namau/cyflyrau: anaf a gafwyd i'r ymennydd, anhwylder diffyg canolbwyntio a gorfywiogrwydd (ADHD), awtistiaeth, anabledd dysgu, nam corfforol, colli synhwyrâu

Geiriau cywir a phenodol: sy'n disgrifio nodweddion penodol plant ac nad ydynt yn parhau â chanfyddiadau neu stereoteipiau anghywir neu amwys

Deilliant dysgu:

2. Arwain ymarfer sy'n cynnwys teuluoedd/gofalwyr wrth gefnogi plant anabl

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 2.1 Beth yw ystyr y term '**gofalwr**'
- 2.2 Deddfwriaeth, polisi a chanllawiau am hawliau gofalwyr i gael hawliadau, asesiad a chymorth, yn cynnwys eiriolaeth
- 2.3 Yr **effaith bosibl ar deuluoedd** sy'n gofalu am blentyn anabl
- 2.4 Sut i helpu teuluoedd/gofalwyr i ddeall rolau a chyfrifoldebau:
 - gweithwyr sy'n darparu'r gwasanaeth
 - asiantaethau a gwasanaethau eraill

mewn perthynas â'u gofal a chymorth

- 2.5 Effaith bosibl cael cymorth o sawl asiantaeth a gweithiwr proffesiynol ar blant a'u teuluoedd/gofalwyr

2.6 Pwysigrwydd helpu teuluoedd/gofalwyr i:

- nodi'r rôl maent yn ei chymryd i ofalu am y plentyn
- penderfynu sut maent am gael eu helpu o ran hyn
- archwilio 'yr hyn sy'n bwysig' iddynt
- deall yr amrywiaeth o gymorth sydd ar gael drwy'r gwasanaeth a ddarperir a gwasanaethau eraill a all eu helpu i gyflawni eu canlyniadau personol

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

2.7 Cefnogi dealltwriaeth teuluoedd/gofalwyr o:

- eu hawliau a'u hawliadau
- yr amrywiaeth o gymorth sydd ar gael a sut y gellir cael mynediad i hyn
- y cymorth sydd ar gael drwy'r gwasanaeth a ddarperir

2.8 Ystyried yr effaith unigol ar deuluoedd sy'n gofalu am blentyn neu berson ifanc anabl

Ystod:

Gofalwr: gofalwyr ifanc a gofalwyr sy'n oedolion

Yr effaith bosibl ar deuluoedd: cadarnhaol a negyddol yn cynnwys rhieni/gofalwyr, brodyr a chwiorydd ac aelodau ehangach y teulu a rhwydweithiau anffurfiol (dynameg teulu, perthnasoedd â brodyr a chwiorydd, llesiant unigol, ffactorau economaidd-gymdeithasol, perthnasoedd ac ymgysylltu â gweithgareddau cymdeithasol a chymunedol, pwysau o lefel y mewnbwn proffesiynol)

Deilliant dysgu:

3. Cymhwyso dysgu o waith ymchwil a defnyddio ymarfer sydd wedi'i lywio gan dystiolaeth mewn gwaith gyda phlant anabl

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

3.1 Sut y gellir cymhwyso tystiolaeth ymchwil ochr yn ochr â damcaniaethau, modelau, fframweithiau a dulliau

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

3.2 Defnyddio tystiolaeth o ymchwil, damcaniaethau, modelau a fframweithiau i lywio ac addasu ymarfer i helpu plant gyda'u:

- datblygiad cyfannol
 - llesiant
 - gwydnwch
-

Deilliant dysgu

4. Arwain ymarfer sy'n cymhwyso dealltwriaeth o ddatblygiad plentyn

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

4.1 **Damcaniaethau datblygu hynt bywyd dynol**

4.2 Camau allweddol datblygiad niwrolegol a datblygiad yr ymennydd yn ystod:

- y cyfnod cyn-geni
- plentyndod cynnar
- llencyndod
- oedolyn ifanc

4.3 Ffactorau posibl a phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod a allai effeithio ar ddatblygiad niwrolegol a datblygiad yr ymennydd

4.4 Y posibilrwydd y gall straen a thrawma beri niwed i ddatblygiad a llesiant cyffredinol plant drwy gydol eu hoes

4.5 Sut y gall datblygiad disgwylidig fod yn wahanol ar gyfer heb ei alluogi plant ag anghenion ychwanegol

4.6 Y ffyrdd y gall datblygiad arafach mewn un maes effeithio ar y gallu i ddysgu sgiliau mewn meysydd eraill ac effaith bosibl hyn ar blant

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

4.7 Helpu eraill i ddatblygu a chymhwyso dealltwriaeth o ddatblygiad plant yn eu hymarfer

4.8 Monitro ac adolygu'r broses o gymhwyso dealltwriaeth o ddatblygiad plant mewn ymarfer

Ystod:

Damcaniaethau datblygu hynt bywyd dynol: Cymdeithasegol, biolegol, seicolegol, seicogymdeithasol

Deilliant dysgu:

5. Arwain ymarfer sy'n helpu plant i feithrin ymdeimlad cadarnhaol o'r hunan

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

5.1 Tystiolaeth o effaith bod yn anabl ar hunan-barch a hunanhyder plant

5.2 Tystiolaeth o gysylltiadau rhwng bod yn blentyn anabl, a chyflawni **canlyniadau cadarnhaol**

5.3 Sut i hyrwyddo pa mor bwysig yw hi i blant gael cyfle cyfartal i dyfu, chwarae, dysgu a datblygu, yn cynnwys cymryd risgiau

5.4 Sut i hyrwyddo'r defnydd o **amgylchedd hygyrch** sy'n cefnogi dysgu, twf a datblygiad cyfannol

5.5 Sut i hyrwyddo'r defnydd o gymhorthion ac addasiadau sydd â'r nod o gefnogi cyfranogiad gweithredol

5.6 Er mwyn hyrwyddo'r defnydd o strategaethau i oresgyn rhwystrau gwirioneddol neu ganfyddedig rhag cyfranogiad gweithredol a chynhwysiant plant a'u teuluoedd/gofalwyr

5.7 Sut i arwain ymarfer sy'n cefnogi plant a'u teuluoedd/gofalwyr i gael disgwyliadau uchel a'u helpu i bennu nodau realistig tuag at eu bodloni

5.8 Sut i fagu ymddiriedaeth plant a'u teuluoedd/gofalwyr

5.9 Sut i helpu teuluoedd/gofalwyr i ehangu eu dealltwriaeth o ffyrdd y gall plant ddatblygu ymdeimlad cadarnhaol o'r hunan

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

5.10 Adolygu a gwerthuso effaith y ffordd y gall nam plentyn ddylanwadu ar farn, tybiaethau ystrydebol a disgwyliadau pobl eraill

5.11 Helpu eraill i archwilio'r ffordd y caiff plant eu helpu neu eu hatal rhag cymryd risgiau ac effaith hyn ar eu hymdeimlad o'r hunan

5.12 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n helpu plant i:

- archwilio eu hanghenion cymdeithasol ac emosiynol eu hunain yn unol ag oedran, gallu a cham datblygu
- datblygu ymdeimlad cadarnhaol o'r hunan
- meithrin sgiliau annibyniaeth a sgiliau bywyd yn ddiogel, gan ystyried oedran, gallu a cham datblygu
- taro cydbwysedd rhwng mentro diogel, cymryd risgiau a her
- manteisio ar gyfleoedd i chwarae, dysgu a datblygu yn unol ag oedran, gallu a cham datblygu
- meithrin perthnasoedd cadarnhaol
- cyflawni canlyniadau cadarnhaol

- 5.13 Arwain, monitro ac adolygu'r defnydd o gymhorthion ac addasu amgylcheddau i gefnogi cyfranogiad a chynhwysiant ac adlewyrchu anghenion unigol plant
- 5.14 Arwain, adolygu a monitro ymarfer sy'n cefnogi teuluoedd/gofalwyr â datblygiad a llesiant cyfannol eu plentyn

Ystod:

Ymdeimlad o'r hunan – hunan-werth, hunanhyder, ymdeimlad o hunaniaeth a pherthyn, deallusrwydd emosiynol, teimladau a gwydnwch, ymdeimlad o reolaeth, perthnasoedd (aelodau o'r teulu ehangach a rhwydweithiau anffurfiol), cysyniadau o gyfrifoldeb ac atebolrwydd rhieni

Canlyniadau cadarnhaol - cyrhaeddiad addysgol, cyflogaeth neu hyfforddiant, annibyniaeth, perthnasoedd sefydlog a diogel â'r teulu a chyfoedion, lle parhaol i fyw, iechyd corfforol ac iechyd meddwl, dewisiadau mewn bywyd, dyheadau uchel, gobaith, adnabod talentau a galluoedd

Amgylchedd hygyrch: amgylchedd ffisegol, amgylchedd synhwyrdd ac amgylchedd sy'n cael ei lywio'n seicolegol

Deilliant dysgu:

6. Arwain a rheoli cefnogaeth i blant yn ystod newidiadau a chyfnodau trosglwyddo

Meini prawf asesu

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

6.1 Cefnogi dealltwriaeth eraill o:

- **y mathau gwahanol o gyfnodau pontio** y mae plant yn eu hwynebu a'r ffyrdd gwahanol y gallant ymateb i'r rhain
- pam y gall fod angen **cymorth** ychwanegol sydd â ffocws pendant ar blant anabl cyn, yn ystod ac ar ôl cyfnodau o newid a phontio
- effaith bosibl cyfnodau o bontio ar ymddygiad plant
- dulliau o roi cymorth i blant drwy newid a phontio
- pwysigrwydd cynnwys plant wrth gynllunio ar gyfer cyfnodau o newid a phontio, neu ymateb iddynt, gan ystyried oedran, gallu a cham datblygu

6.2 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n:

- cefnogi plant i baratoi yn ystyrlon ar gyfer cyfnodau o newid a phontio
- datblygu, defnyddio a gwerthuso modelau ymyrryd sy'n helpu plant drwy gyfnodau o newid a phontio
- defnyddio gwerthusiad o ymyriadau i lywio ffyrdd newydd o weithio

Ystod

Eraill; gweithwyr a theuluoedd/gofalwyr

Mathau gwahanol o bontio: corfforol, emosiynol, personol neu seicolegol, rhagweladwy neu anrhagweladwy dros gyfnod hir neu fyr yn cynnwys newidiadau mawr mewn bywyd, newidiadau o ddydd i ddydd (gweithgareddau newidiol, neiwdiadau i'r amgylchedd, newidiadau i strwythur ac arferion)

Cefnogaeth: ymarferol ac emosiynol

Deilliant dysgu

7. Arwain a rheoli cefnogaeth i gyfathrebu'n effeithiol â phlant anabl

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 7.1 Y dulliau cyfathrebu y gellir eu defnyddio i gefnogi plant ag **amrywiaeth o namau a chyflyrau**
- 7.2 Sut i ddefnyddio'r amrywiaeth o weithwyr proffesiynol a fyddai'n gallu cynnig cyngor a chefnogaeth i feithrin sgiliau cyfathrebu
- 7.3 Ffactorau y mae angen eu hystyried wrth nodi dulliau cyfathrebu
- 7.4 Sut y gall anawsterau o ran cyfathrebu a rhyngweithio cymdeithasol effeithio ar blant
- 7.5 Sut y gall profiadau blaenorol, cyflyrau ychwanegol ac iaith gyntaf ddylanwadu ar barodrwydd a gallu plentyn/person ifanc i gyfathrebu
- 7.6 Sut i nodi pan ddefnyddir ymddygiad fel ffordd o gyfathrebu
- 7.7 Sut i helpu eraill i ddefnyddio ac addasu iaith a dulliau cyfathrebu er mwyn sicrhau eu bod yn briodol ar gyfer oedran a gallu

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 7.8 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer ar gyfer defnyddio a gwerthuso amrywiaeth o ddulliau cyfathrebu i gynorthwyo plant
- 7.9 Cefnogi datblygiad proffiliau/cynlluniau cyfathrebu ar gyfer plant

Ystod

Ystod o namau a chyflyrau: anaf a gafwyd i'r ymennydd, anhwylder diffyg canolbwyntio a gorfywiogrwydd (ADHD), awtistiaeth, anabledd dysgu, nam corfforol, colli synhwyrau

Deilliant dysgu:

8. Arwain ymarfer sy'n hyrwyddo prosesau diogelu a gofal mwy diogel

Meini prawf asesu

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 8.1 Arwain ymarfer sy'n sicrhau cydymffurfiaeth â pholisïau, gweithdrefnau ac ymarfer y cytunir arno ar gyfer diogelu plant
- 8.2 Arwain ymarfer sy'n cydnabod pam mae plant anabl:
 - yn wynebu mwy o risg o gam-drin a chamfanteisio
 - yn debygol o gael eu targedu gan bobl sydd am eu cam-drin
 - yn fwy agored i weithgareddau ac ymddygiadau sy'n niweidiol i iechyd corfforol, rhywiol ac emosiynol
- 8.3 Hybu dull unigryw ar gyfer diogelu plant unigol, gan ystyried bregusrwydd a phrofiadau penodol plant
- 8.4 Herio gweithredoedd, ymddygiadau ac ymarfer a all fod yn beryglus, yn ddifriol, yn wahaniaethol neu'n gamfanteisiol
- 8.5 Defnyddio goruchwyliaeth a chymorth i ystyried yr effaith ar eu hunain ac eraill os bydd achos a amheuir neu a ddatgelwyd o niwed neu gamdriniaeth
- 8.6 Manteisio ar rwydweithiau proffesiynol i geisio cymorth ychwanegol ar gyfer sefyllfaoedd sydd y tu hwnt i'w harbenigedd eu hunain

Deilliant dysgu:

9. Deall pwysigrwydd cefnogi addysg plant

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 9.1 Mai nod Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) yw cefnogi anghenion addysgol plant anabl
- 9.2 Rolau amrywiol y gweithwyr proffesiynol sy'n rhan o addysg plant anabl
- 9.3 Rolau a chyfrifoldebau ar gyfer cefnogi plant â'u gweithgareddau addysgol
- 9.4 Eich rôl eich hun yn gweithio gyda gweithwyr proffesiynol mewn perthynas ag addysg plant
- 9.5 Pwysigrwydd Cynlluniau Datblygu Unigol ar gyfer plant
- 9.6 Pwysigrwydd sicrhau nad yw plant dan anfantais mewn addysg o ganlyniad i'r ffaith eu bod yn anabl
- 9.7 Effaith bosibl cael eu gwahardd o addysg ar blant
- 9.8 Sut i sicrhau bod plant yn:
 - cael eu hannog i ymgysylltu ac ailymgysylltu mewn gweithgareddau addysgol
 - cael eu cefnogi i feithrin hyder
 - cael eu cydnabod am eu llwyddiannau
- 9.9 Ble y gellir cael mynediad i gymorth ychwanegol pan geir pryderon am anghenion dysgu ychwanegol plant sydd wedi'u nodi yn ffurfiol/heb eu nodi yn ffurfiol

Deilliant dysgu

10. Arwain ymarfer i helpu plant i fyw yn y byd digidol

Meini prawf asesu:

Rydych yn deall:

- 10.1 Sut i archwilio'r rhyngwrwd a chael gwybod am dechnolegau newydd
- 10.2 Pryd, ble a sut y dylid cael mynediad i gymorth i ddefnyddio technoleg ddigidol yn ddiogel
- 10.3 Ymchwil presennol i effaith technoleg ddigidol ar lesiant a datblygiad plant
- 10.4 Pwysigrwydd helpu plant i wybod sut i ddefnyddio technoleg ddigidol yn ddiogel

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 10.5 Datblygu a gweithredu strategaethau sy'n helpu plant i ddefnyddio technolegau digidol yn ddiogel ac yn effeithiol
- 10.6 Diweddarau gwybodaeth a dealltwriaeth o faterion sy'n codi ynghylch defnyddio technolegau digidol yn rheolaidd

Deilliant dysgu:

11. Arwain ymarfer sy'n cefnogi maeth a hydradiad plant anabl

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 11.1 Sut i gefnogi dealltwriaeth eraill o:
 - canllawiau cenedlaethol cyfredol ar gyfer deiet cytbwys i blant
 - rôl maetholion hanfodol er mwyn cefnogi twf a datblygiad cyfannol, a llesiant

- cymorth arbenigol sydd ar gael i blant ar gyfer eu maeth
- ffactorau sy'n dylanwadu ar gymeriant bwyd a diod
- sut i annog plant i fwyta'n iach a chynllunio bwydlenni sy'n ymateb i anghenion unigol plant
- yr **heriau posibl** a all godi a sut i gefnogi'r gwaith o ddatblygu strategaethau i reoli'r rhain
- y rhesymau pam na ddylid defnyddio bwyd fel gwobr
- **effaith bosibl** maeth a hydradiad gwael
- pwysigrwydd hydradu i blant a sut y gellir hyrwyddo hyn

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

11.2 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer ar gyfer defnyddio strategaethau sy'n sicrhau:

- arferion bwyta ac yfed diogel sy'n annog rhyngweithio cymdeithasol yn unol ag oedran a cham datblygu
- cyfleoedd i ddatblygu sgiliau annibyniaeth yn unol ag oedran a cham datblygu

11.3 Datblygu strategaethau i fynd i'r afael â heriau posibl a ffactorau sy'n dylanwadu ar gymeriant bwyd a diod

11.4 Sicrhau bod plant yn cael eu hannog i arbrofi â bwydydd newydd a'u profi

11.5 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n ymateb yn gadarnhaol pan fydd plant yn gwrthod bwyd a diod, gan wneud addasiadau fel y bo angen

11.6 Sicrhau bod plant yn cael eu hannog i yfed digon o hylif

11.7 Cofnodi a monitro cymeriant bwyd a diod a gweithredu i fynd i'r afael ag unrhyw bryderon

Ystod

Erill: gweithwyr a theuluoedd/gofalwyr

Heriau posibl: y berthynas y gall fod gan blant anabl â bwyd, ymddygiadol, amgylcheddol, corfforol

Effaith bosibl: methu â ffynnu, diffyg maethiad, dadhydradiad, gordewdra, rhwymedd

Deilliant dysgu:

12. Deall cymorth ar gyfer gofal iechyd i blant anabl

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

12.1 Y mathau o heriau iechyd y gall plant anabl eu hwynebu

12.2 Yr amrywiaeth o weithwyr proffesiynol a gwasanaethau sy'n rhoi cyngor a chymorth ar gyfer heriau iechyd penodol

12.3 **Llywodraethiant** ar gyfer ymgymryd â thasgau gofal iechyd dirprwyedig

12.4 Pwysigrwydd cydbwyso dulliau gofal iechyd gyda modelau cymorth gofal cymdeithasol plentyn-ganolog

12.5 Camau i'w cymryd lle mae pryderon ynghylch cyflyrau iechyd penodol

12.6 Symptomau y mae angen cymryd camau brys yn eu cylch

Ystod:

Llywodraethiant: yr ystod o dasgau gofal iechyd y gellir eu dirprwyo i weithwyr o broffesiynau eraill, systemau, gweithrefnau ac arferion sy'n gysylltiedig â thasgau gofal iechyd dirprwyedig

Deilliant Dysgu

13. Arwain ymarfer sy'n defnyddio ymyrryd yn gynnar ac atal i leihau'r risg y ceir argyfwng

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

13.1 Y termau 'ymddygiad heriol' ac 'ymddygiadau sy'n herio'

13.2 Sut i gefnogi dealltwriaeth o effaith bosibl y canlynol ar blant:

- defnyddio'r termau hyn i ddisgrifio eu hymddygiad
- ymgysylltu mewn ymddygiadau sy'n herio

13.3 Mathau o sefyllfaoedd argyfwng

13.4 Pwysigrwydd atal ac ymyrryd yn gynnar i atal sefyllfaoedd argyfwng

13.5 Elfennau'r fframwaith Cymorth Ymddygiadol Cadarnhaol a sut y gall hyn helpu i leihau'r risg o sefyllfaoedd argyfwng

13.6 Yr **amrywiaeth o strategaethau atal sylfaenol ac ymyriadau cynnar** y gellir eu defnyddio i gefnogi ymddygiad cadarnhaol

13.7 Sut i **asesu swyddogaethau ymddygiad** i nodi'r strategaethau atal sylfaenol ac ymyriadau cynnar mwyaf priodol i gefnogi ymddygiad cadarnhaol a lleihau'r defnydd o arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol

13.8 Sut mae deddfwriaeth, polisiau a chanllawiau cenedlaethol/lleol yn cynnig fframwaith ar gyfer lleihau arferion cyfyngol ac **ymyriadau cyfyngol**

13.9 Pam y mae **dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd** yn bwysig mewn perthynas â defnyddio arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol

13.10 Pryd a sut y gellir defnyddio ymyriadau cyfyngol

13.11 Sut i sicrhau bod gan blant gynllun cymorth ymddygiad clir

13.12 Sut i ymateb os bydd sefyllfa argyfwng yn digwydd

13.13 Prif elfennau **ymarfer ar ôl digwyddiad**

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

13.14 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n ymgorffori diwylliant o atal ac ymyrryd yn gynnar er mwyn osgoi sefyllfaoedd argyfwng

13.15 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sydd â'r nod o leihau arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol ac yn:

- ymgorffori **dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd**
- adlewyrchu deddfwriaeth, canllawiau a pholisiau cenedlaethol ar gyfer plant

13.16 Cefnogi eraill i ddatblygu'r sgiliau sydd eu hangen i reoli sefyllfaoedd argyfwng os byddant yn digwydd

13.17 Cyfrannu at y broses o asesu sefyllfaoedd argyfwng er mwyn gwneud y canlynol:

- Nodi patrymau ymddygiad
- sefydlu strategaethau atal ac ymyriadau cynnar sylfaenol y dylid eu mabwysiadu

13.18 Cynnal **ymarfer ar ôl digwyddiad**

13.19 Sicrhau bod pob adroddiad/cofnod yn cael ei ddiweddarau yn unol â gweithdrefnau sefydliadol

Ystod

Ymyriadau cyfyngol: cyfyngiad corfforol, cyfyngiad mecanyddol, defnydd o feddyginiaeth, cyfyngiad seicogymdeithasol (cosbau), amser tawelu neu amser i ffwrdd, ymyriadau amgylcheddol

Dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog, cynhwysiant, cyfranogiad, dull sy'n seiliedig ar asedau/cryfderau, rhwydweithiau a pherthnasoedd cryf, dewis, urddas a pharch, pwysigrwydd mabwysiadu'r dull lleiaf cyfyngol

Fframwaith Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol:dulliau moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd, damcaniaeth a sail dystiolaeth, dadansoddiad swyddogol, atal sylfaenol, atal eilaidd, strategaethau adweithiol

Ystod o strategaethau atal sylfaenol ac ymyrryd yn gynnar: newid neu osgoi ffactorau sy'n ysgogi ymddygiad sy'n herio, newid yr amgylchedd lle mae unigolyn yn byw neu'n treulio amser er mwyn diwallu ei anghenion, cymryd rhan mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrlon er mwyn helpu unigolion i gyflawni canlyniadau sy'n bwysig iddynt, newid atgyfnerthiadau sy'n cynnal ymddygiadau sy'n herio, rhoi cefnogaeth ar y lefel gywir er mwyn helpu unigolion i fod yn fwy annibynnol a gallu ymdopi'n well, cynnig tawelwch meddwl a chefnogaeth er mwyn lleihau teimladau o orbryder neu ofid

Asesu swyddogaethau ymddygiad: dulliau casglu data, cymhwyso'r model ymddygiadol, coladu a chyflwyno data sy'n hwyluso'r broses asesu

Ymarfer ar ôl digwyddiad: Cymorth ar ôl digwyddiad (cyfeirir ato fel dadfriffio yn aml) – sylw i lesiant corfforol ac emosiynol yr unigolyn ac eraill sy'n rhan o ddigwyddiad. Rhoddir cymorth personol ac emosiynol ar unwaith ac yn , rhoddir cymorth personol ac emosiynol ar unwaith ac yn yr hirdymor os bydd angen. Adolygiad ar ôl digwyddiad – dysgu o'r digwyddiad a myfyrio ar ymarfer. Caiff ei ddarparu ar wahân i gymorth ar ôl digwyddiad. Mae gofyn i rywun ddwyn digwyddiad i gof lle mae'n dal i fod mewn cyflwr gofidus yn annefnyddiol a gall beri tramgwydd

Canllawiau cyflwyno

Gofalwyr/gofalwyr ifanc – Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) (y Ddeddf) yn diffinio gofalwr fel "person sy'n darparu neu'n bwriadu darparu gofal i oedolyn neu blentyn anabl".

Mae'r diffiniad yn eang ac yn cynnwys gofalwyr sy'n oedolion, gofalwyr ifanc, gofalwyr sy'n oedolion ifanc, gofalwyr sy'n rhieni (gofalu am blentyn anabl) a gofalwyr rhyngosod fel y'u gelwir (dyma'r bobl sy'n gofalu am berson hŷn/perthynas yn ogystal â magu teulu).

Mae Llywodraeth Cymru yn diffinio gofalwyr ifanc fel gofalwyr dan 18 oed. Er bod rhywun dan 18 oed yn dal i gael ei ystyried yn ofalwr bydd ei hawl fel gofalwr ifanc yn wahanol ar adegau i hawliau oedolyn.

Mae'r Cod Ymarfer ar gyfer Rhan 3 o'r Ddeddf yn diffinio bod gofalwyr sy'n oedolion ifanc rhwng 16 a 25 oed.

Nid yw person yn ofalwr o dan y Ddeddf os yw'r person yn darparu gofal neu'n bwriadu darparu gofal (a) o dan contract, neu (b) fel gwaith gwirfoddol.

Ymddygiad heriol/ymddygiadau sy'n herio: mae'r termau hyn yn cysyniadu ymddygiad heriol fel canlyniad cymhleth sawl ffactor (rhyngweithio rhwng ffactorau personol ac amgylcheddol) yn lle beio'r plentyn/person ifanc yn unig. Maent yn amlygu bod yr ymddygiadau hyn yn heriol i wasanaethau a phobl eraill. Os gallwn ddeall diben ymddygiad heriol i'r plentyn/person ifanc, yna gallwn ddileu'r angen iddo ddefnyddio ymddygiad heriol i gael yr hyn sydd ei angen arno/mynegi'r ffordd mae'n teimlo a gwella ansawdd ei fywyd. Gall ymddygiad heriol gynnwys ymddygiad sy'n:

- Ailadroddus/obsesiynol
- Tynnwyd yn ôl
- Ymosodol
- Hunan-niweidiol
- Aflonyddgar
- Gwrthgymdeithasol neu anghyfreithlon
- Difriol

Gallant fod yn grynodiad o faterion dros amser.

Mae'r term '**plant a phobl ifanc anabl**' yn disgrifio'r rhai y gwahaniaethir yn eu herbyn oherwydd eu nam a/neu gyflwr meddygol. Gall arferion sy'n gwahaniaethu, fel agweddu negyddol, amgylcheddau anhygyrch a systemau sefydliadol, ei gwneud hi'n anodd ac weithiau'n amhosibl i blant a phobl ifanc anabl profi'r un cyfleoedd â phlant nad ydynt yn anabl.

Dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd: ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog, cynhwysiant, cyfranogiad, dull sy'n seiliedig ar asedau/cryfderau, rhwydweithiau a pherthnasoedd cryf, dewis, urddas a pharch, pwysigrwydd mabwysiadu'r dull lleiaf cyfyngol

Ffactorau sy'n dylanwadu ar gymeriant bwyd a diod:

- Gall anghenion deietegol arbennig am resymau meddygol gynnwys addasu'r ansawdd er mwyn gwneud bwyd yn haws ei fwyta e.e. piwrî neu stwnsh; bwyd heb glwten i blant/pobl ifanc â chlefyd seliag, addasu deiet ar gyfer diabetes, alergeddau ac anoddefiadau bwyd.
- Darparu ar gyfer rhesymau diwylliannol, crefyddol, llysiuol neu fegan,
- Siâp, lliw, ansawdd, arogl a chyflwyniad a dewis o fwyd, osgoi bwyd, cydfwyta â chyfoedion, dull gweithredu cyson a dangos esiampl gadarnhaol, annog i arbrofi, gweithgareddau a mentrau llawn hwyl mewn perthynas â bwyd, gan gynnwys gadael i blant gymryd rhan yn y broses o baratoi a gweini bwyd.
- Incwm isel a thlodi bwyd

Mae **twf, dysgu a datblygiad cyfannol** yn canolbwyntio ar feithrin pob rhan o ddysgu a datblygiad plentyn, gan gynnwys elfennau corfforol, emosiynol, ysbrydol, deallusol a chreadigol a'r ffordd y gall dysgu gefnogi hyn. Mae'n canolbwyntio ar bob rhan o ddysgu a datblygiad plant yn gynhenid ac nid ar wahân

Nam: anaf, afiechyd neu gyflwr genedigol sy'n cael neu sy'n debygol o gael effaith hirdymor ar ymddangosiad corfforol a/neu gyfyngu ar weithrediadau'r plentyn/person ifanc sy'n wahanol i'r cyffredin

Byddai **fframweithiau deddfwriaethol, polisi Llywodraeth Cymru a chanllawiau a modelau cynllunio gwasanaethau presennol** yn cynnwys:

- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) yn cynnwys hawliau gofalwyr i gael asesiad a sicrhau bod eu hanghenion yn cael eu diwallu, hawliau i eiriolaeth
- Buddiannau, hawliau a hawliadau plant anabl a'u teuluoedd
- Gallai modelau cynllunio a darparu gwasanaethau fod yn seibiannau preswyl byr, seibiannau cymunedol byr/gwasanaethau dydd, gwasanaethau cymorth yn y cartref, ysgolion preswyl, cynlluniau chwarae, defnyddio taliadau uniongyrchol/cynorthwywyr personol neu gyllid parhaus ar gyfer gofal iechyd

Eraill: gallai gynnwys gweithwyr a/neu deuluoedd/gofalwyr oni fydd yn amrywio'n benodol

Chwarae, dysgu a datblygiad: addysg, hyfforddiant, gwirfoddoli, profiad gwaith, gweithgareddau hamdden, cyfleoedd cymdeithasol, cyfleoedd chwarae

Cymorth ymddygiad cadarnhaol:

- Mae'n seiliedig ar Roi Gwerth ar Swyddogaeth Gymdeithasol, Dadansoddi Ymddygiad Cymhwysol a Chynllunio Person-ganolog
- Mae'n hyrwyddo dulliau ymyrryd yn seiliedig ar werthoedd a thystiolaeth
- Mae'n canolbwyntio ar wella ansawdd bywyd fel nod canolog
- Mae'n defnyddio ymyriadau unigryw sy'n deillio o asesiad swyddogol o ymddygiad y plentyn
- Mae'n pwysleisio ataliad cychwynnol fel y prif ddull, yn cynnwys cymorth gweithredol, addysgu sgiliau, gwella cyfathrebu, gwella amgylcheddau ffisegol a chymdeithasol, a mynd i'r afael ag ysgogiadau a swyddogaethau ymddygiadau wedi'u tynnu o'r asesiad swyddogaethol.
- Mae'n cynnwys strategaethau ataliad eilaidd er mwyn atal ymddygiad rhag gwaethygu
- Mae'n cynnwys strategaethau adweithiol, moesegol, nad ydynt yn seiliedig ar boen, sydd ond wedi'u cynllunio i gadw'r plentyn ac eraill yn ddiogel.

- Mae'n cynnwys strategaethau dadfrifio a ragnodwyd yn unigol ar gyfer y plentyn ac eraill dan sylw yn dilyn achos o ymddygiad heriol
- Mae'n nodi'r dulliau i'w defnyddio ar gyfer gwerthuso effaith ymyriadau a phryd y dylid adolygu'r cynllun cymorth ymddygiad cadarnhaol.

Mae **adolygiad ar ôl digwyddiad** yn cynnwys:

- Myfyrio ar sut roedd yn teimlo cyn y digwyddiad ac yn union cyn y digwyddiad; yr ymddygiad ei hun, canlyniadau'r ymddygiad a sut roedd yn teimlo wedyn
- Beth fyddai wedi ei helpu i gael canlyniad mwy cadarnhaol
- Cefnogaeth emosiynol
- Myfyrdod personol
- Cyfleoedd i fynegi sut mae'n teimlo
- Hyfforddiant ychwanegol
- Newidiadau i gynlluniau ar gyfer cymorth ymddygiad cadarnhaol

Cymorth ar ôl Digwyddiad (cyfeirir ato weithiau fel dadfrifio) - Sut y dylid cefnogi unigolion, gweithwyr, gofalmwyr ac eraill yn dilyn achos o ymddygiad heriol ac mae'n cynnwys:

- Help i ddychwelyd i gyflwr digynnwrf
- Cefnogaeth emosiynol
- Cymorth cyntaf os bydd angen
- Amser i ffwrdd
- Amser tawel
- Cyfleoedd i fynegi sut mae'n teimlo

Canlyniadau cadarnhaol: cyrhaeddiad addysgol, annibyniaeth, perthnasoedd sefydlog a diogel â'r teulu a chyfoedion, iechyd corfforol ac iechyd meddwl, dewisiadau mewn bywyd, dyheadau uchel, gobaith, adnabod talentau a galluoedd

Amgylcheddau wedi'u llywio'n seicolegol Gwasanaethau sy'n ystyried anghenion emosiynol a seicolegol plant a phobl ifanc, sy'n deall effaith trawma a phrofiadau niweidiol yn ystod plentynod ac yn ymgorffori'r canlynol:

- Datblygu fframwaith seicolegol,
- Yr amgylchedd ffisegol a manau cymdeithasol,
- Hyfforddiant a chefnogaeth i staff,
- Rheoli perthnasoedd,

Gwerthuso canlyniadau

Perthnasoedd: rheini/gofalmwyr, aelodau eraill o'r teulu, brodyr a chwiorydd, anifeiliaid anwes, cymheiriaid, ffrindiau, cymdogion, ymwelwyr annibynnol, eraill

Mae **arferion cyfyngol** yn cynnwys ystod eang o weithgareddau sy'n atal unigolion rhag gwneud pethau y maen nhw am eu gwneud neu sy'n eu hannog i wneud pethau nad ydyn nhw am eu gwneud. Gallan nhw fod yn amlwg iawn neu'r mymryn lleiaf. Dylid eu deall fel rhan o gontinwmm, o gyfyngu ar ddewis, i ymateb adweithiol i ddigwyddiad neu argyfwng neu os yw rhywun yn mynd i niweidio ei hun yn ddifrifol

Mae **arferion cyfyngol** yn cynnwys ystod eang o weithgareddau sy'n atal unigolion rhag gwneud pethau y maen nhw am eu gwneud neu sy'n eu hannog i wneud pethau nad ydyn nhw am eu gwneud. Gallan nhw fod yn amlwg iawn neu'r mymryn lleiaf. Dylid eu deall fel rhan o gontinwmm, o gyfyngu ar ddewis, i ymateb adweithiol i ddigwyddiad neu argyfwng neu os yw rhywun yn mynd i niweidio ei hun yn ddifrifol

Hawliau gofalwyr i gael hawliadau, asesiad a chymorth: eiriolaeth, asesiad o'u hanghenion eu hunain, buddiannau, taliadau grant taliadau uniongyrchol, cymorth o'r 3ydd sector, grantiau gwyliau, rhwydweithiau ac adnoddau cymunedol, cynlluniau/cyfleoedd chwarae, grwpiau gofalwyr ifanc

Ymdeimlad o'r hunan: hunan-werth, hunanhyder, ymdeimlad o hunaniaeth a pherthyn, deallusrwydd emosiynol, teimladau a gwydnwch, ymdeimlad o reolaeth, perthnasoedd (ffrindiau, aelodau o'r teulu ehangach a grwpiau cyfoedion)

Y ffyrdd y gall datblygiad arafach mewn un maes effeithio ar y gallu i ddysgu sgiliau mewn meysydd eraill

- datblygiad iaith a lleferydd
- datblygiad cymdeithasol ac emosiynol
- sgiliau echddygol manwl a bras

Pryd a sut y gellir defnyddio ymyriadau cyfyngol: Os caiff ymyriadau cyfyngol eu defnyddio mewn argyfwng neu pan fydd unigolyn yn bwriadu niweidio ei hun neu eraill yn ddifrifol, dylent bob amser:

- Beidio â chael eu defnyddio am fwy o amser na'r hyn sydd ei angen
- Bod yn gymesur i'r risg a'r opsiwn lleiaf cyfyngol
- Gallu cael eu cyfiawnhau yn gyfreithlon ac yn foesegol
- Bod wedi'u cynllunio'n dda a chael eu hystyried pan fydd pob opsiwn arall wedi methu neu'n anymarferol
- Cael eu gwneud mewn modd sy'n dryloyw i bawb gyda llinellau atebolrwydd clir ar waith
- Cael eu cydnabod yn agored heb gael eu cuddio byth
- Cael eu penderfynu gan bolisi a gweithdrefnau lleol
- Cael eu cofnodi'n gywir a phriodol
- Cael eu monitro, eu cynllunio a'u hadolygu er mwyn cael dewis amgen cadarnhaol ar gyfer yr hirdymor
- Cynnwys dadfrifio a chymorth i bawb dan sylw

Dylid bob amser gynllunio ymyriadau cyfyngol ymlaen llaw, heblaw'r rheini a ddefnyddir mewn argyfwng, a dylai tîm amlddisgyblaethol gytuno arnynt a, lle y bo'n bosibl, yr unigolyn a dylent gael eu cynnwys yn ei gynllun ymddygiad a chymorth

Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig

- SCDHSC 0315: Gweithio gyda phlant a phobl ifanc â gofynion ychwanegol er mwyn diwallu eu hanghenion cefnogi personol

Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig

- Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016
- Confensiwn yr UN ar hawliau plant 115

- Y Ddeddf Cydraddoldeb (2010)
- Deddf Hawliau Dynol 1998
- Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc 2011
- Deddf yr Iaith Gymraeg (1993)
- Mesur y Gymraeg (2011)
- Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016 a rheoliadau a chanllawiau statudol cysylltiedig
- Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018
- Deddf Plant 1989 a 2004
- Deddf Plant a Teuluoedd 2014
- Deddf Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) 2015
- Deddf Addysg 1996
- Gweithdrefnau Diogelu Cymru Gyfan (2019)

Adnoddau

Plant yng Nghymru <http://www.plantynghymru.org.uk/>

Cyngor ar gyfer plant anabl <https://councilfordisabledchildren.org.uk/>

Canllawiau Ymarfer Cymru Gyfan ar gyfer diogelu plant a phobl ifanc

http://www.myguideapps.com/projects/wales_safeguarding_procedures/cymraeg/chi/index.c6.html?nocache=0.5229602397989326

Lefel:	4
ODA:	145
Credyd:	34
Crynodeb o'r Uned:	Nod yr uned hon yw helpu dysgwyr i feithrin y wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau sydd eu hangen i arwain ymarfer gyda phlant sy'n derbyn gofal Yng nghyd-destun yr uned hon, mae'r term 'plant' yn cyfeirio at blant a phobl ifanc sy'n derbyn gofal.

Deilliant dysgu:

1. Cymhwyso dealltwriaeth o rôl gwasanaethau, trefniadau a lleoliadau arbenigol ar gyfer plant a phobl ifanc sy'n derbyn gofal

Rydych yn deall:

- 1.1 Yr ystod o wasanaethau, trefniadau a lleoliadau arbenigol ar gyfer plant sy'n derbyn gofal
- 1.2 Rolau a chyfrifoldebau'r rheini sy'n rhan o'r broses o ddarparu gwasanaethau a lleoliadau arbenigol
- 1.3 Rhesymau pam y gall fod angen i blant ddefnyddio gwasanaethau a/neu lleoliadau arbenigol
- 1.4 Rhesymau pam y mae angen i blant symud gyda'r system ofal a/neu symud oddi wrth ardal eu cartref, a'r effaith y gall hyn ei chael arnynt
- 1.5 Yr effaith bosibl pan fydd plant a phobl ifanc yn cael cymorth o sawl asiantaeth a gweithiwr proffesiynol
- 1.6 Pwysigrwydd darparu:
 - cyfleoedd a chymorth i sicrhau parhauster ar gyfer plant
 - amgylcheddau wedi'u llywio'n seicolegol
 - cyfleoedd i gynnwys plant wrth gynllunio gwasanaethau
- 1.7 Gweithdrefnau y dylid eu dilyn a mesurau diogelu a ddylai fod ar waith os bydd angen i blentyn neu berson ifanc symud i ffwrdd o ardal ei gartref
- 1.8 Yr hyn y mae angen ei ystyried pan fydd plant yn dychwelyd i ardal eu cartref

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 1.9 Cefnogi dealltwriaeth eraill o:
 - ystod a rôl gwasanaethau a lleoliadau arbenigol
 - pam y gall plant gael mynediad i fathau gwahanol o wasanaethau a lleoliadau arbenigol wrth iddynt symud drwy'r system ofal
 - pwysigrwydd parhauster
 - pwysigrwydd amgylcheddau wedi'u llywio'n seicolegol

Ystod

Gwasanaethau, trefniadau: gofal preswyl, gofal maeth, gofal gan berthnasau, lleoli gyda rhiani, Gorchmynion Gwarcheidwaeth Arbennig, mabwysiadu.

Deilliant dysgu:

2. Cymhwyso dysgu o waith ymchwil a defnyddio ymarfer sydd wedi'i lywio gan dystiolaeth mewn gwaith gyda phlant a phobl ifanc

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 2.1 Sut y gellir cymhwyso tystiolaeth ymchwil ochr yn ochr â damcaniaethau, modelau, fframweithiau a dulliau

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 2.2 Defnyddio tystiolaeth o ymchwil, damcaniaethau, modelau, fframweithiau a dulliau i lywio ac addasu ymarfer i helpu plant gyda'u:
 - datblygiad cyfannol
 - llesiant
 - gwydnwch
-

Deilliant Dysgu

3. Arwain ymarfer sy'n cymhwyso dealltwriaeth o ddatblygiad plant

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 3.1 **Damcaniaethau datblygu hynt bywyd dynol**
- 3.2 Camau allweddol datblygiad niwrolegol a datblygiad yr ymennydd yn ystod:
 - y cyfnod cyn-geni
 - plentyndod cynnar
 - llencyndod
 - oedolyn ifanc
- 3.3 Pam ei bod yn bwysig i deuluoedd fyfyrion ar ddatblygiad plentyn a'i ddeall mewn perthynas â'r canlynol:
 - Eu hamgylchiadau a'u profiadau eu hunain drwy gydol oes
 - Eu perthnasoedd â'u plant

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 3.4 Helpu eraill i ddeall datblygiad plentyn ac:
 - effaith camdriniaeth a thrawma ar blant, pobl ifanc ac oedolion ar unrhyw gam mewn bywyd
 - arwyddion ar adegau llawn straen neu newid
 - y cysylltiad rhwng systemau corfforol a niwrolegol plant ac oedolion er mwyn ymateb yn briodol i'w harwyddion a'u hymddygiad
 - ffactorau posibl a phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod a allai effeithio ar ddatblygiad niwrolegol a datblygiad yr ymennydd
 - y posibilrwydd y gall straen a thrawma beri niwed i ddatblygiad a llesiant cyffredinol plant drwy gydol eu hoes
-

- y ffordd y gall camdriniaeth a thrawma effeithio ar ddatblygiad niwrolegol plant wrth iddynt dyfu
- y ffordd y gall dulliau ymlyniad gwahanol effeithio ar y ffordd y mae plant ac oedolion yn gweithredu mewn cymdeithas, llunio perthnasoedd ac ymateb i eraill.
- y posibilrwydd o newid ymysg arwyddion plant sydd wedi wynebu camdriniaeth a thrawma yn ystod eu bywydau
- y cysylltiadau rhwng ymddygiad, camau datblygu, a phrofiadau o gamdriniaeth a thrawma
- sut y gall trawma sy'n pontio'r cenedlaethau barhau

Ystod

Damcaniaethau datblygu hynt bywyd dynol: Cymdeithasegol, biolegol, seicolegol, seicogymdeithasol

Deilliant dysgu:

4. Hyrwyddo dulliau cyson o ddatblygu a chynnal perthnasoedd magwrus a sefydlog

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

4.1 Pwysigrwydd:

- meithrin perthnasoedd diogel, cariadus a chadarnhaol gyda phlant
- deall taith bywyd plentyn a'r ffordd y gall hyn helpu i feithrin perthnasoedd magwrus a sefydlog

4.2 Y damcaniaethau, modelau a dulliau y gellir eu defnyddio i helpu plant i feithrin perthnasoedd

4.3 Pwysigrwydd bod yn gyson ac yn ddibynadwy ar gyfer y canlynol i blant:

- canlyniadau
- llesiant
- datblygiad emosiynol a chymdeithasol
- ymdeimlad cadarnhaol o'r hunan
- addysg

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

4.4 Defnyddio dulliau a sgiliau wedi'u targedu i **gefnogi a meithrin** perthnasoedd diogel a chariadus gyda phlant

4.5 Monitro ac adolygu adborth ar batrymau ymddygiad a ddaw i'r amlwg a datblygiad cyfannol plant

4.5 Gosod esiampl o ddulliau a strategathau er mwyn ymateb i fathau gwahanol o ymddygiad, gan gynnal a hyrwyddo sylfaen diogel i blant

4.6 Defnyddio arsylwi, myfyrio ac adborth i werthuso'r ffordd y mae eich ymarfer eich hun ac eraill yn effeithio ar waith gyda phlant

Ystod

Cefnogi a meithrin: eich perthnasoedd eich hun ac eraill

Deilliant Dysgu

5. Arwain ymarfer sy'n cefnogi datblygiad a chyflawniad addysgol plant a phobl ifanc

Meini Prawf Asesu

Rydych yn deall:

- 5.1 Y cysylltiadau rhwng cyflawniad addysgol a derbyn gofal
- 5.2 Effaith symudiadau ar addysg plentyn
- 5.3 Yr ystod o **gyfleoedd addysgol** sydd ar gael i blant
- 5.4 Rolau gwahanol gweithwyr proffesiynol sy'n rhan o addysg plant sy'n derbyn gofal
- 5.5 Pwysigrwydd sicrhau nad yw plant dan anfantais mewn addysg o ganlyniad i'r ffaith eu bod yn derbyn gofal
- 5.6 Sut cael eu gwahardd o addysg yn effeithio ar blant
- 5.7 Sut i gydnabod arwyddion 'Anghenion Dysgu Ychwanegol' a chael mynediad i gymorth i blant
- 5.8 Rolau a chyfrifoldebau ar gyfer cefnogi plant â'u gweithgareddau addysgol
- 5.9 Sut i sicrhau bod plant yn:
 - cael eu hannog i ymgysylltu ac ailymgysylltu mewn gweithgareddau addysgol
 - cael eu cefnogi i feithrin hyder
 - cael eu cydnabod am eu llwyddiannau
- 5.10 Pwysigrwydd cyfranogiad gweithwyr a phlant yn y grŵp proffesiynol sy'n rhan o'r addysg

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 5.11 Arwain ymarfer sy'n cefnogi:
 - ymgysylltu mewn ystod amrywiol o gyfleoedd addysgol a phrofiadau cadarnhaol i blant
 - meithrin hyder plant a chydabod eu llwyddiannau
 - plant i ddatblygu dyheadau cadarnhaol ar gyfer y dyfodol ac annog hunan-gred
- 5.12 Arwain ymarfer sy'n eirioli i hawliau a hawliadau plant gael eu cynnwys yn y ddarpariaeth addysg

Ystod

Cyfleoedd addysgol: dysgu gartref, ysgol, hyfforddiant, gwaith gwirfoddol, cyflogaeth

Deilliant dysgu:

6. Arwain a rheoli ymarfer sy'n helpu plant i feithrin ymdeimlad cadarnhaol o'r hunan

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 6.1 Sut y gellir helpu plant i gymryd risgiau fel rhan o'u datblygiad
- 6.2 Tystiolaeth o gysylltiadau rhwng bod yn blentyn neu'n berson ifanc sy'n derbyn gofal, a chyflawni **canlyniadau cadarnhaol**
- 6.3 Sut y gellir helpu plant i gael disgwyliadau uchel o'u hunain a phennu nodau realistig tuag at eu cyflawni
- 6.4 Effaith pŵer, gwahaniaethu a chymdeithas ar blant drwy gydol eu hoes
- 6.5 Effaith dewis geiriau ac iaith ar y canfyddiad o blant a'r modd y cânt eu trin
- 6.6 Sut y gall barn, tybiaethau ystrydebol a disgwyliadau pobl eraill olygu bod plant sy'n derbyn gofal yn cael eu stigmatiddio
- 6.7 Sut y gall y stigma a wynebir effeithio ar blentyn yn uniongyrchol ac ar eraill sy'n darparu gofal iddo

- 6.8 Y cymhlethdodau rhwng ymarfer sy'n seiliedig ar gydberthynas sy'n helpu plant i deimlo'n ddiogel a'u bod yn cael eu caru, a ffiniau proffesiynol
- 6.9 Pwysigrwydd gosod esiampl gadarnhaol a damcaniaeth dysgu cymdeithasol yn y broses o ddatblygu llesiant emosiynol plant a'u hymdeimlad o'r hunan
- 6.10 Sut i helpu gweithwyr i gydnabod:
- effaith perthnasoedd proffesiynol ar blant
 - sut y gall derbyn gofal effeithio ar hunan-barch a hyder plant.
 - sut y gall cymorth effeithiol wneud gwahaniaeth i blant, yn cynnwys meithrin a chynnal perthnasoedd cadarnhaol
 - sut y gall gwaith taith bywyd helpu plant i feithrin **'ymdeimlad o'r hunan'**
- 6.11 Sut i ddatblygu gwybodaeth eraill o'r amrywiaeth o ddulliau sydd ar gael i blant feithrin gwydnwch, deallusrwydd emosiynol a hunan-gred

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 6.12 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n gosod disgwyliadau uchel i blant
- 6.13 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n helpu plant i deimlo'n ddiogel a'u bod yn cael eu caru, ynghyd â meithrin ymdeimlad cadarnhaol o'r hunan
- 6.14 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n:
- rhoi cyfleoedd i blant gymryd rhan mewn gweithgareddau a phrofiadau sy'n cyfrannu at feithrin ymdeimlad cadarnhaol o'r hunan
 - cefnogi'r broses o gyflawni canlyniadau cadarnhaol i blant
 - datlygu hunan-barch a hyder plant ac ymdeimlad cadarnhaol o'r hunan
 - cefnogi'r broses o ddatblygu a chynnal perthnasoedd cadarnhaol
 - helpu plant i feithrin gwydnwch, deallusrwydd emosiynol a hunan-gred
 - sicrhau bod **geiriau cywir a phenodol** yn cael eu defnyddio i ddisgrifio plant

Ystod

Canlyniadau cadarnhaol – cyrhaeddiad addysgol, cyflogaeth neu hyfforddiant, annibyniaeth, perthnasoedd sefydlog a diogel â'r teulu a chyfoedion, lle parhaol i fyw, iechyd corfforol ac iechyd meddwl, dewisiadau mewn bywyd, dyheadau uchel, gobaith, adnabod talentau a galluoedd

Ymdeimlad o'r hunan – hunan-werth, hunanhyder, ymdeimlad o hunaniaeth a pherthyn, deallusrwydd emosiynol, teimladau a gwydnwch, ymdeimlad o reolaeth, perthnasoedd (aelodau o'r teulu ehangach a rhwydweithiau anffurfiol), cysyniadau o gyfrifoldeb ac atebolrwydd rhieni

Geiriau cywir a phenodol: sy'n disgrifio nodweddion penodol plant ac nad ydynt yn parhau â chanfyddiadau neu stereoteipiau anghywir neu amwys

Deilliant dysgu

7. Arwain ymarfer sy'n cefnogi cynnwys plant a phobl ifanc mewn modd ystyrlon yn y broses o asesu, cynllunio, gweithredu ac adolygu eu gofal

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 7.1 Pwysigrwydd asesiad cadarn a phroses leoli sy'n golygu y gellir cynnwys plant mewn modd ystyrlon
- 7.2 Strategaethau y gellir eu defnyddio i sicrhau bod plant yn cael eu cynnwys mewn modd ystyrlon wrth ddatblygu, gwethuso ac adolygu cynlluniau personol

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 7.3 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n sicrhau bod plant yn cael eu cefnogi i gael eu cynnwys mewn modd ystyrlon wrth ddatblygu, adolygu a gwethuso eu:
- cynllun gofal a chymorth
 - cynllun personol
-

Deilliant dysgu:

8. Arwain ymarfer sy'n helpu plant a phobl ifanc yn ystod newid a symudiadau ac ar ôl hynny

Rydych yn deall:

- 8.1 Effaith bosibl symudiadau wedi'u cynllunio a heb eu cynllunio ar blant a'r rhai sy'n darparu eu gofal
- 8.2 Y rhesymau pam y gall fod angen cymorth ychwanegol sydd â ffocws pendant ar blant sy'n derbyn gofal cyn, yn ystod ac ar ôl cyfnodau o newid
- 8.3 Dulliau y gellir eu defnyddio i helpu plant pan fydd newidiadau wedi'u cynllunio neu heb eu cynllunio
- 8.4 Sut i sicrhau bod plant yn cael eu cynnwys mewn modd ystyrlon yn:
- y broses o gynllunio a pharatoi ar gyfer newidiadau a symudiadau
 - yr ymyriadau a fydd yn eu cefnog cyn, yn ystod ac ar ôl newidiadau a symudiadau
- 8.5 Effaith amgylchiadau teuluol ar newidiadau a symudiadau
- 8.6 Pwysigrwydd helpu polant i feithrin a chynnal dealltwriaeth o'u taith bywyd

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 8.7 Arwain ymarfer sy'n sicrhau bod plant yn cael eu cynnwys mewn modd ystyrlon yn:
- y broses o gynllunio a pharatoi ar gyfer newidiadau a symudiadau
 - yr ymyriadau a fydd yn eu cefnog cyn, yn ystod ac ar ôl newidiadau a symudiadau
- 8.8 Monitro a gwerthuso ymyriadau a chynlluniau, gan nodi gwybodaeth a chymorth ychwanegol pan fydd angen
- 8.9 Arwain ymarfer sy'n hyrwyddo sefydlogrwydd a rhagweladwyedd i blant
-

Deilliant dysgu

9. Arwain ymarfer sy'n cefnogi perthnasoedd cadarnhaol plant a phobl ifanc sy'n derbyn gofal

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 9.1 Sut y gall perthnasoedd effeithio ar blant
- 9.2 Pwysigrwydd perthnasoedd hirdymor gydag oedolion, aelodau o'r teulu a chymheiriaid sefydlog a diogel
- 9.3 Sut y gellir defnyddio'r byd digidol yn ddiogel er mwyn cefnogi perthnasoedd plant
- 9.4 Sut i helpu plant i wneud y canlynol:
- meithrin a chynnal perthnasoedd cadarnhaol, iach a diogel gyda'u teulu
 - cymryd rhan mewn amser teuluol y cytunwyd arno ag aelodau o'r teulu ehangach a rhwydweithiau anffurfiol, gan ystyried unrhyw gyfyngiadau sydd ar waith, a defnyddio unrhyw rwydweithiau diogelwch yn nheulu'r plentyn
 - paratoi ar gyfer amser teuluol a'u helpu wedyn
- 9.5 Sut i oruchwylio amser teuluol
-

- 9.6 Sut y gall amser gyda theulu effeithio ar lesiant emosiynol ac ymddygiad plentyn
9.7 Gofynion ar gyfer cofnodion o amser teuluol a'r defnydd posibl ohonynt

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 9.8 Arwain ymarfer sy'n helpu plant i feithrin a chynnal perthnasoedd cadarnhaol, iach a diogel
9.9 Galluogi plant i ddeall a chyd-destunoli eu perthnasoedd â theulu a ffrindiau
9.10 Monitro a chefnogi effaith teulu ac amser â chymheiriaid
9.11 Hwyluso'r broses o ddatblygu perthnasoedd rhwng gweithwyr proffesiynol a phlant

Deilliant dysgu

10. Helpu plant i fyw yn y byd digidol

Meini Prawf Asesu:

Rydych yn deall:

- 10.1 Sut i archwilio'r rhyngwyd a chael gwybod am dechnolegau newydd
10.2 Pryd, ble a sut y dylid cael mynediad i gymorth i ddefnyddio technoleg ddigidol yn ddiogel
10.3 Ymchwil presennol i effaith technoleg ddigidol ar lesiant a datblygiad plant
10.4 Pwysigrwydd addysg effeithiol i blant ar sut i ddefnyddio technoleg ddigidol yn ddiogel

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 10.5 Datblygu a gweithredu strategaethau sy'n helpu plant i ddefnyddio technolegau digidol yn ddiogel ac yn effeithiol
10.6 Diweddarau gwybodaeth a dealltwriaeth o faterion sy'n codi ynghylch technolegau digidol yn rheolaidd

Deilliant dysgu:

11. Arwain ymarfer sy'n hyrwyddo prosesau diogelu a gofal mwy diogel

Meini prawf asesu

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 11.1 Arwain ymarfer sy'n sicrhau cydymffurfiaeth â pholisïau, gweithdrefnau ac ymarfer y cytunir arno ar gyfer diogelu plant
11.2 Arwain ymarfer sy'n cydnabod pam mae plant sy'n derbyn gofal:
 - yn wynebu mwy o risg o gam-drin a chamfanteisio
 - yn debygol o gael eu targedu gan bobl sydd am eu cam-drin
 - yn fwy agored i weithgareddau ac ymddygiadau sy'n niweidiol i iechyd corfforol, rhywiol ac emosiynol
- 11.3 Hybu dull unigryw ar gyfer diogelu plant unigol, gan ystyried bregusrwydd a phrofiadau penodol plant
11.4 Herio gweithredoedd, ymddygiadau ac ymarfer a all fod yn beryglus, yn ddifriol, yn wahaniaethol neu'n gamfanteisiol
11.5 Defnyddio goruchwyliaeth a chymorth i ystyried yr effaith ar eu hunain ac eraill os bydd achos a amheuir neu a ddatgelwyd o niwed neu gamdriniaeth
11.6 Manteisio ar rwydweithiau proffesiynol i geisio cymorth ychwanegol ar gyfer sefyllfaoedd sydd y tu hwnt i'w harbenigedd eu hunain

11.7 Arwain ymarfer sy'n ymgorffori egwyddorion gofalu mwy diogel

Deilliant Dysgu

12. Arwain ymarfer sy'n defnyddio ymyrryd yn gynnar ac atal i leihau'r risg y ceir argyfwng

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

12.1 Y termau 'ymddygiad heriol' ac 'ymddygiadau sy'n herio'

12.2 Sut i gefnogi dealltwriaeth o effaith bosibl y canlynol ar blant:

- defnyddio'r termau hyn i ddisgrifio eu hymddygiad
- ymgysylltu mewn ymddygiadau sy'n herio

12.3 Mathau o sefyllfaoedd argyfwng

12.4 Pwysigrwydd atal ac ymyrryd yn gynnar i atal sefyllfaoedd argyfwng

12.5 Elfennau'r fframwaith Cymorth Ymddygiadol Cadarnhaol a sut y gall hyn helpu i leihau'r risg o sefyllfaoedd argyfwng

12.6 Yr **amrywiaeth o strategaethau atal sylfaenol ac ymyriadau cynnar** y gellir eu defnyddio i gefnogi ymddygiad cadarnhaol

12.7 Sut i **asesu swyddogaethau ymddygiad** i nodi'r strategaethau atal sylfaenol ac ymyriadau cynnar mwyaf priodol i gefnogi ymddygiad cadarnhaol a lleihau'r defnydd o arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol

12.8 Sut mae deddfwriaeth, polisïau a chanllawiau cenedlaethol/lleol yn cynnig fframwaith ar gyfer lleihau arferion cyfyngol ac **ymyriadau cyfyngol**

12.9 Pam y mae **dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd** yn bwysig mewn perthynas â defnyddio arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol

12.10 Pryd a sut y gellir defnyddio ymyriadau cyfyngol

12.11 Sut i sicrhau bod gan blant gynllun cymorth ymddygiad clir

12.12 Sut i ymateb os bydd sefyllfa argyfwng yn digwydd

12.13 Prif elfennau **ymarfer ar ôl digwyddiad**

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

12.14 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n ymgorffori diwylliant o atal ac ymyrryd yn gynnar er mwyn osgoi sefyllfaoedd argyfwng

12.15 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sydd â'r nod o leihau arferion cyfyngol ac ymyriadau cyfyngol ac yn:

- ymgorffori **dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd**
- adlewyrchu deddfwriaeth, canllawiau a pholisïau cenedlaethol ar gyfer plant

12.16 Helpu eraill i ddatblygu'r sgiliau sydd eu hangen i reoli sefyllfaoedd argyfwng os byddant yn digwydd

12.17 Cyfrannu at y broses o asesu sefyllfaoedd argyfwng er mwyn:

- Nodi patrymau ymddygiad
- sefydlu strategaethau atal ac ymyriadau cynnar sylfaenol y dylid eu mabwysiadu

12.18 Cynnal **ymarfer ar ôl digwyddiad**

Sicrhau bod pob adroddiad/cofnod yn cael ei ddiweddarau yn unol â gweithdrefnau sefydliadol

Ystod

Ymyriadau cyfyngol: cyfyngiad corfforol, cyfyngiad mecanyddol, defnydd o feddyginiaeth, cyfyngiad seicogymdeithasol (cosbau), amser tawelu neu amser i ffwrdd, ymyriadau amgylcheddol

Dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog, cynhwysiant, cyfranogiad, dull sy'n seiliedig ar asedau/cryfderau, rhwydweithiau a pherthnasoedd cryf, dewis, urddas a pharch, pwysigrwydd mabwysiadu'r dull lleiaf cyfyngol

Fframwaith Cymorth Ymddygiad Cadarnhaol:dulliau moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd, damcaniaeth a sail dystiolaeth, dadansoddiad swyddogol, atal sylfaenol, atal eilaidd, strategaethau adweithiol

Ystod o strategaethau atal sylfaenol ac ymyrryd yn gynnar: newid neu osgoi ffactorau sy'n ysgogi ymddygiad sy'n herio, newid yr amgylchedd lle mae unigolyn yn byw neu'n treulio amser er mwyn diwallu ei anghenion, cymryd rhan mewn amrywiaeth werthfawr o weithgareddau ystyrlon er mwyn helpu unigolion i gyflawni canlyniadau sy'n bwysig iddynt, newid atgyfnerthiadau sy'n cynnal ymddygiadau sy'n herio, rhoi cefnogaeth ar y lefel gywir er mwyn helpu unigolion i fod yn fwy annibynnol a gallu ymdopi'n well, cynnig tawelwch meddwl a chefnogaeth er mwyn lleihau teimladau o orbryder neu ofid

Asesu swyddogaethau ymddygiad: dulliau casglu data, cymhwyso'r model ymddygiadol, coladu a chyflwyno data sy'n hwyluso'r broses asesu

Ymarfer ar ôl digwyddiad: Cymorth ar ôl digwyddiad (cyfeirir ato fel dadfriffio yn aml) – sylw i lesiant corfforol ac emosiynol yr unigolyn ac eraill sy'n rhan o ddigwyddiad. Rhoddir cymorth personol ac emosiynol ar unwaith ac yn , rhoddir cymorth personol ac emosiynol ar unwaith ac yn yr hirdymor os bydd angen. Adolygiad ar ôl digwyddiad – dysgu o'r digwyddiad a myfyrio ar ymarfer. Caiff ei ddarparu ar wahân i gymorth ar ôl digwyddiad. Mae gofyn i rywun ddwyn digwyddiad i gof lle mae'n dal i fod mewn cyflwr gofidus yn anefnyddiol a gall beri tramgwydd

Deilliant Dysgu

13 Hybu a chefnogi iechyd a llesiant plant

Meini Prawf Asesu:

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

13.1 Cefnogi dealltwriaeth eraill o bwysigrwydd:

- hybu iechyd
- maeth a hydradu
- profion gofal iechyd
- sut y bydd anghenion plant yn newid **yn ystod eu bywydau**

13.2 Cael mynediad i gyngor a gwybodaeth ychwanegol sy'n cefnogi iechyd a llesiant plant a'u rhannu ag eraill

Ystod

Hynt bywyd: drwy lencyndod, yn ystod adegau llawn straen a newid

Canllawiau cyflwyno

Ymddygiad heriol/ymddygiadau sy'n herio: mae'r termau hyn yn cysyniadu ymddygiad heriol fel canlyniad cymhleth sawl ffactor (rhyngweithio rhwng ffactorau personol ac amgylcheddol) yn lle beio'r plentyn/person ifanc yn unig. Maent yn amlygu bod yr ymddygiadau hyn yn heriol i wasanaethau a phobl eraill. Os gallwn ddeall diben ymddygiad heriol i'r plentyn/person ifanc, yna gallwn ddileu'r angen iddo ddefnyddio ymddygiad heriol i gael yr hyn sydd ei angen arno/mynegi'r ffordd mae'n teimlo a gwella ansawdd ei fywyd. Gall ymddygiad heriol gynnwys ymddygiad sy'n:

- Ailadroddus/obsesiynol
- Tynnwyd yn ôl
- Ymosodol
- Hunan-niweidiol
- Aflonyddgar
- Gwrthgymdeithasol neu anghyfreithlon
- Difriol

Camau hanfodol: ffurfio'r tiwb niwral, datblygiad, strwythur a diben y niwronau (lledaenu, mudo, gwahaniaethu, a thocio), ffurfio'r synapsau a'u diben (llawnder a thocio), plastigrwydd, myelineiddio, datblygiad strwythurau'r ymennydd, eu swyddogaeth a'r ffordd y maent yn rhyngweithio, ffurfio gwynnin a breithell a'u diben.

Technoleg ddigidol: Rhyngrwyd, e-bost, cyfryngau cymdeithasol, apiau, ffonau clyfar ac eraill

Gweithgareddau Addysgol: gallai gynnwys – Ysgol, gweithgareddau allgyrsiol, addysg y tu allan i'r ysgol, gwaith cartref, nosweithiau rhieni a gofalywyr, eisteddfodau, cyflwyniadau, gwasanaethau, cyngherddau, digwyddiadau codi arian a digwyddiadau arbennig, ffeiriau ysgol, teithiau

Dull moesegol, sy'n seiliedig ar werthoedd: ymarfer person-ganolog/plentyn-ganolog, cynhwysiant, cyfranogiad, dull sy'n seiliedig ar asedau/cryfderau, rhwydweithiau a pherthnasoedd cryf, dewis, urddas a pharch, pwysigrwydd mabwysiadu'r dull lleiaf cyfyngol

Ffactorau: dod i gysylltiad â chamddefnyddio sylweddau (ysmygu, gan gynnwys ysmygu goddefol, alcohol, meddyginiaeth ar bresgripsiwn, cyffuriau anghyfreithlon, camddefnyddio fitaminau), dim digon o asid ffolig deietegol, gallu'r fam/rhiant i fynd i'r afael â'i hanghenion/anghenion iechyd ei hun, deiet y fam, straen yn ystod beichiogrwydd, trawma yn ystod genedigaeth, genedigaeth gynamserol, ffactorau genynnol, heintiau a drosglwyddir yn rhywiol, maeth a hydradiad gwael, amgylcheddau anymatebol sy'n llawn straen a cham-drin, cam-drin domestig, dim digon o weithgarwch corfforol, dod i gysylltiad ag afiechyd cyffredin mewn plant, llygredd, gormod o olau haul, gorsymbyliad a thansymbyliad, straen gwenwyn (gan

gynnwys rôl ac effaith cortisol ac adrenalin), tai annigonol, tlodi, diffyg mynediad at wasanaethau.

Dull unigoleddig: gallai gynnwys – helpu plant i fod yn ddiogel yn unol â'u hoedran, eu gallu a'u cam datblygu. Gweithio 'gyda' nid 'ar gyfer'. Helpu eraill i ddeall y cysylltiadau rhwng ymarfer sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau a diogelu plant; cynllunio diogelwch wedi'i bersonoli gyda'r plentyn ac eglurder ynghylch rhesymau dros ffiniau a disgwyliad. Helpu plant i ddeall – pam a sut y mae rhai cydberthnasau'n fuddiol, a pham a sut y gall eraill fod yn niweidiol i'w iechyd a'u llesiant.

Eraill: gallai gynnwys – aelodau o'r teulu ehangach, rhwydweithiau anffurfiol a rhwydweithiau proffesiynol.

Cymorth ymddygiad cadarnhaol:

- Mae'n seiliedig ar Roi Gwerth ar Swyddogaeth Gymdeithasol, Dadansoddi Ymddygiad Cymhwysol a Chynllunio Person-ganolog
- Mae'n hyrwyddo dulliau ymyrryd yn seiliedig ar werthoedd a thystiolaeth
- Mae'n canolbwyntio ar wella ansawdd bywyd fel nod canolog
- Mae'n defnyddio ymyriadau unigryw sy'n deillio o asesiad swyddogol o ymddygiad y plentyn
- Mae'n pwysleisio ataliad cychwynnol fel y prif ddull, yn cynnwys cymorth gweithredol, addysgu sgiliau, gwella cyfathrebu, gwella amgylcheddau ffisegol a chymdeithasol, a mynd i'r afael ag ysgogiadau a swyddogaethau ymddygiadau wedi'u tynnu o'r asesiad swyddogaethol.
- Mae'n cynnwys strategaethau ataliad eilaidd er mwyn atal ymddygiad rhag gwaethygu
- Mae'n cynnwys strategaethau adweithiol, moesegol, nad ydynt yn seiliedig ar boen, sydd ond wedi'u cynllunio i gadw'r plentyn ac eraill yn ddiogel.
- Mae'n cynnwys strategaethau dadfriffio a ragnodwyd yn unigol ar gyfer y plentyn ac eraill dan sylw yn dilyn achos o ymddygiad heriol
- Mae'n nodi'r dulliau i'w defnyddio ar gyfer gwerthuso effaith ymyriadau a phryd y dylid adolygu'r cynllun cymorth ymddygiad cadarnhaol.

Mae adolygiad ar ôl digwyddiad yn cynnwys:

- Myfyrio ar sut roedd yn teimlo cyn y digwyddiad ac yn union cyn y digwyddiad; yr ymddygiad ei hun, canlyniadau'r ymddygiad a sut roedd yn teimlo wedyn
- Beth fyddai wedi ei helpu i gael canlyniad mwy cadarnhaol
- Cefnogaeth emosiynol
- Myfyrdod personol
- Cyfleoedd i fynegi sut mae'n teimlo
- Hyfforddiant ychwanegol
- Newidiadau i gynlluniau ar gyfer cymorth ymddygiad cadarnhaol

Cymorth ar ôl Digwyddiad (cyfeirir ato weithiau fel dadfriffio) - Sut y dylid cefnogi unigolion, gweithwyr, gofawyr ac eraill yn dilyn achos o ymddygiad heriol ac mae'n cynnwys:

- Help i ddychwelyd i gyflwr digynnwrf
- Cefnogaeth emosiynol
- Cymorth cyntaf os bydd angen
- Amser i ffwrdd
- Amser tawel
- Cyfleoedd i fynegi sut mae'n teimlo

Grŵp proffesiynol: gallai gynnwys – gweithwyr cymdeithasol, ymwelwyr iechyd, bydwragedd, athrawon, cynorthwywyr cymorth dysgu, gweithwyr cymorth teuluol, therapyddion lleferydd ac iaith, seicolegwyr addysgol, swyddogion adolygu annibynnol, Cydgysylltwyr Addysg Plant sy'n Derbyn Gofal, eiriolwyr.

Amgylcheddau wedi'u llywio'n seicolegol Gwasanaethau sy'n ystyried anghenion emosiynol a seicolegol plant a phobl ifanc, sy'n deall effaith trawma a phrofiadau niweidiol yn ystod plentynod ac yn ymgorffori'r canlynol:

- Datblygu fframwaith seicolegol,
- Yr amgylchedd ffisegol a manau cymdeithasol,
- Hyfforddiant a chefnogaeth i staff,
- Rheoli perthnasoedd,
- Gwerthuso canlyniadau⁵.

Rhesymau pam y gall fod angen i blant ddefnyddio gwasanaethau a/neu leoliadau arbenigol: gallai gynnwys plant sydd wedi wynebu camdriniaeth, trawma a/neu esgeulustod, babanod a phlant ifanc, babanod sy'n diddyfno oddi ar sylweddau, plant â syndrom alcohol y ffoetws, plant sydd ag anawsterau iechyd meddwl, plant sy'n defnyddio sylweddau, plant ag anableddau, plant y mae rhywun yn cam-fanteisio'n droseddol neu'n rhywiol arnynt, plant sy'n cael eu hamlygu i gaethwasiaeth fodern, plant digwmni sy'n ceisio lloches, plant â hanes rhywiol cymhleth, plant sydd wedi'u lleoli ar draws ffiniau neu allan o'r sir, plant sydd wedi symud sawl gwaith, ac eraill.

Perthnasoedd: rheini/gofalwyr, aelodau eraill o'r teulu, brodyr a chwiorydd, anifeiliaid anwes, cymheiriaid, ffrindiau, cymdogion, ymwelwyr annibynnol, eraill

Defnydd diogel o dechnoleg ddigidol: deddfwriaeth bresennol a deddfwriaeth newydd e.e. rhannu delweddau amhriodol ar y cyfyngau, sectsio, llinellau cyffuriau

Lleoliadau arbenigol: Lleoliadau i rieni a phlant, gofal therapiwtig, gofal seibiannau byr, llety lle ceir cefnogaeth, 'pan rwyf yn barod', cymorth teuluol/myriad teuluol gwell, gofal yn y cartref, gofal a rennir, asesiad preswyl rhieni a phlant, argyfwng, remand a chyfiawnder ieuencid, llety diogel

Damcaniaethau, modelau a dulliau: gosod esiampl gadarnhaol, Damcaniaeth Dysgu Cymdeithasol, dulliau sy'n seiliedig ar gryfderau, dulliau sy'n seiliedig ar ganlyniadau, dulliau sefydlog a chyson, Model Gwella ar ôl Trawma, Hierarchaeth Anghenion Maslow, dulliau sy'n seiliedig ar ymlyniad, Addysgeg Gymdeithasol, dulliau systemig

Pryd a sut y gellir defnyddio ymyriadau cyfyngol: Os caiff ymyriadau cyfyngol eu defnyddio mewn argyfwng neu pan fydd unigolyn yn bwriadu niweidio ei hun neu eraill yn ddifrifol, dylent bob amser:

- Beidio â chael eu defnyddio am fwy o amser na'r hyn sydd ei angen
- Bod yn gymesur i'r risg a'r opsiwn lleiaf cyfyngol
- Gallu cael eu cyfiawnhau yn gyfreithlon ac yn foesebol

⁵ Psychologically Informed Environments: A Literature Review – cyrchwyd ar 24.06.2019 yn <https://www.mentalhealth.org.uk/publications/psychologically-informed-environments-literature-review>

- Bod wedi'u cynllunio'n dda a chael eu hystyried pan fydd pob opsiwn arall wedi methu neu'n anymarferol
- Cael eu gwneud mewn modd sy'n dryloyw i bawb gyda llinellau atebolrwydd clir ar waith
- Cael eu cydnabod yn agored heb gael eu cuddio byth
- Cael eu penderfynu gan bolisi a gweithdrefnau lleol
- Cael eu cofnodi'n gywir a phriodol
- Cael eu monitro, eu cynllunio a'u hadolygu er mwyn cael dewis amgen cadarnhaol ar gyfer yr hirdymor
- Cynnwys dadfrifio a chymorth i bawb dan sylw

Dylid bob amser gynllunio ymyriadau cyfyngol ymlaen llaw, heblaw'r rheini a ddefnyddir mewn argyfwng, a dylai tîm amlddisgyblaethol gytuno arnynt a, lle y bo'n bosibl, yr unigolyn a dylent gael eu cynnwys yn ei gynllun ymddygiad a chymorth

Aelodau o'r teulu ehangach a rhwydweithiau anffurfiol: rhieni/ gofalwyr, aelodau eraill o'r teulu, brodyr a chwiorydd ac ati, ffrindiau, cymdigion, grwpiau diddordeb arbennig.

Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig

- SCDHSC0038 Helpu plant a phobl ifanc i reoli agweddau ar eu bywydau
- SCDHSC0039 Helpu plant a phobl ifanc i gyflawni eu potensial addysgol
- SCDHSC0311 Helpu plant a phobl ifanc i ddatblygu a chynnal perthnasoedd cefnogol
- SCDHSC0312 Helpu plant a phobl ifanc i feithrin hunaniaeth gadarnhaol a llesiant emosiynol
- SCDHSC0325 Helpu plant a phobl ifanc drwy gyfnodau pontio mawr
- SCDHSC0326 Helpu plant a phobl ifanc i ddatblygu ymddygiad cadarnhaol

Deddfwriaeth ac arweiniad

- Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Confensiwn yr UN ar hawliau plant 115
- Y Ddeddf Cydraddoldeb (2010)
- Deddf Hawliau Dynol 1998
- Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011
- Deddf Galluedd Meddyliol 2005
- Deddf GIG Cymru 2006
- Deddf yr Iaith Gymraeg (1993)
- Mesur y Gymraeg (2011)
- Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016 a rheoliadau a chanllawiau statudol cysylltiedig
- Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018
- Deddf Plant 1989 a 2004
- Deddf Mabwysiadu a Phlant 2002
- Deddf Plant a Teuluoedd 2014
- Deddf Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) 2015
- Deddf Addysg 1996
- Gweithdrefnau Diogelu Cymru Gyfan (2019)

Adnoddau

Canllawiau NICE – babanod, plant a phobl ifanc sy'n derbyn gofal

<https://pathways.nice.org.uk/pathways/looked-after-babies-children-and-young-people>

Safonau Cyfranogiad Cenedlaethol Plant a Phobl Ifanc

Canllawiau ymarfer gweithwyr gofal plant preswyl

https://gofalcymdeithasol.cymru/cms_assets/file-uploads/Y-gweithiwr-gofal-preswyl-plant-Ebrill-2017.pdf

Yr adnodd gweithwyr gofal preswyl i blant <https://gofalcymdeithasol.cymru/gwella-gwasanaethau/adnodd-gweithwyr-gofal-preswyl-i-blant>

Gwasanaeth SCIE i blant <https://www.scie.org.uk/children/>

Rhwydwaith maethu <https://www.thefosteringnetwork.org.uk/about/about-us/our-work-in-wales>

Sefydliad proffesiynol addysgeg gymdeithasol <https://sppa-uk.org/>

Canllawiau Ymarfer Cymru Gyfan ar gyfer diogelu plant a phobl ifanc

http://www.myguideapps.com/projects/wales_safeguarding_procedures/default/chi/index.c6.html?nocache=0.5229602397989326

Lefel:	4
ODA:	145
Credyd:	37
Crynodeb o'r Uned:	<p>Nod yr uned hon yw helpu dysgwyr i feithrin y wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau sydd eu hangen i arwain gwaith gyda theuluoedd/gofalwyr.</p> <p>Yng nghyd-destun yr uned hon, mae teuluoedd/gofalwyr yn cyfeirio at y rhai hynny y mae'r plentyn/plant yn byw gyda nhw neu'n cael cyswllt rheolaidd â nhw.</p> <p>Drwy'r uned hon, mae'r term 'teuluoedd' yn cyfeirio at deuluoedd a gofalwyr ac mae'r term 'plant' yn cyfeirio at blant a phobl ifanc</p>

Deilliant dysgu:

1. Cymhwyso dysgu o waith ymchwil a defnyddio ymarfer sydd wedi'i lywio gan dystiolaeth mewn gwaith gyda theuluoedd/gofalwyr yn cynnwys cymorth ar gyfer hawliau a hawliadau

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 1.1 Sut mae fframweithiau deddfwriaethol, polisiau cenedlaethol a chanllawiau yn dylanwadu ar y cymorth a'r gwasanaethau a roddir i deuluoedd
- 1.2 Ymarfer a gaiff ei lywio gan ymchwil a thystiolaeth sy'n sail i ddeddfwriaeth, polisiau a chanllawiau cenedlaethol ar gyfer gweithio gyda theuluoedd
- 1.3 Sut mae ymchwil yn llywio modelau a dulliau ar gyfer cymorth a gwasanaethau i deuluoedd
- 1.4 Rolau a chyfrifoldebau'r rheini sy'n rhan o'r broses o ddarparu cymorth a gwasanaethau i deuluoedd
- 1.5 Rôl eich gwasanaeth eich hun yn gwella canlyniadau i deuluoedd
- 1.6 Yr hawliau a'r hawliadau sydd gan deuluoedd ar gyfer cymorth a gwasanaethau

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 1.7 Cymhwyso dysgu o waith ymchwil ac ymarfer sydd wedi'i lywio gan dystiolaeth mewn gwaith gyda theuluoedd
- 1.8 Helpu teuluoedd i ddeall:
 - eu hawliau a'u hawliadau
 - yr amrywiaeth o gymorth sydd ar gael a sut y gellir cael mynediad i hyn
 - y cymorth sydd ar gael drwy'r gwasanaeth a ddarperir

Deilliant dysgu:

2. Deall pam y gall fod angen i deuluoedd/gofalwyr gael mynediad i gymorth a gwasanaethau

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 2.1 Amgylchiadau a sefyllfaoedd penodol a all olygu y bydd angen i deuluoedd gael cymorth a gwasanaethau
- 2.2 Sut y gall barn, tybiaethau ystrydebol a disgwyliadau eraill:
 - gael eu dylanwadu'n ormodol gan yr anghenion cymhleth a lluosog sydd gan rai teuluoedd
 - olygu bod teuluoedd yn cael eu stigmatiddio
 - gael effaith negyddol ar deuluoedd a'r ffordd maent yn gweithredu
- 2.3 Cysylltiadau rhwng profiadau teuluoedd eu hunain drwy gydol oes eu plant, eu gwybodaeth am ddatblygiad plentyn a'u disgwyliadau ar gyfer eu hunain a'u plant
- 2.4 Amrywiaeth a chymhlethdod strwythurau teuluol a pherthnasoedd a'r ffordd y gall y rhain effeithio ar y ffordd maent yn gweithredu a'r cymorth anffurfiol sydd ar gael

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 2.5 Herio rhagfarn, delweddu ystrydebol, gwahaniaethu ac agweddau negyddol tuag at deuluoedd

Ystod:

Gofalwr: gofalwyr ifanc a gofalwyr sy'n oedolion

Yr effaith bosibl ar deuluoedd: cadarnhaol a negyddol yn cynnwys rhieni/gofalwyr, brodyr a chwiorydd ac aelodau ehangach y teulu a rhwydweithiau anffurfiol (dynameg teulu, perthnasoedd â brodyr a chwiorydd, llesiant unigol, ffactorau economaidd-gymdeithasol, perthnasoedd ac ymgysylltu â gweithgareddau cymdeithasol a chymunedol, pwysau o lefel y mewnbwn proffesiynol)

Deilliant dysgu:

3. Arwain y defnydd o dulliau sy'n cefnogi'r broses o feithrin perthnasoedd proffesiynol cadarnhaol ac ymgysylltu â theuluoedd/gofalwyr

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 3.1 Sut i nodi â theuluoedd beth yw'r dulliau gorau i'w mabwysiadu wrth weithio gyda nhw
- 3.2 Effeithiolrwydd defnyddio gwaith allgymorth, grwpiau cymunedol neu ymweliadau cartref i ymgysylltu â theuluoedd a'u cefnogi
- 3.3 Pwysigrwydd adolygu a mabwysiadu dulliau i ddiwallu anghenion newydd teuluoedd
- 3.4 Pwysigrwydd perthnasoedd cadarnhaol a diogel â theuluoedd sy'n ystyried ffiniau proffesiynol
- 3.5 Pwysigrwydd bod yn ddibynadwy ac yn gyson wrth weithio gyda theuluoedd
- 3.6 Yr angen am amgylchedd diogel lle cynhelir asesiadau risg mewn modd dynamig sy'n addas ar gyfer gweithio gyda theuluoedd
- 3.7 Rhwystrau a all atal teuluoedd rhag cael mynediad i wasanaethau neu ymgysylltu â nhw

- 3.8 Strategaethau y gellir eu defnyddio i fynd i'r afael â rhwystrau gwirioneddol neu ganfyddedig
- 3.9 Strategaethau y gellir eu defnyddio i ymgysylltu â theuluoedd a chynnal ymgysylltiad â theuluoedd
- 3.10 Strategaethau y gellir eu defnyddio i reoli terfyniadau mewn ffordd gadarnhaol

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 3.11 Nodi â theuluoedd beth yw'r dulliau gorau i'w defnyddio wrth weithio gyda nhw
- 3.12 Defnyddio, monitro ac adolygu strategaethau sy'n cefnogi:
 - meithrin perthnasoedd cadarnhaol, diogel a phroffesiynol gyda theuluoedd
 - amgylchedd cadarnhaol a diogel
 - dulliau ymgysylltu â theuluoedd
 - terfynu proses o ymwneud â theuluoedd mewn ffordd gadarnhaol
- 3.13 Cymryd camau i ddileu neu leihau rhwystrau gwirioneddol a chanfyddedig a wynebir gan deuluoedd

Deilliant dysgu

- 4. Arwain cefnogaeth i deuluoedd/gofalwyr sy'n eu helpu i gydnabod ffactorau a all gael effaith negyddol ar y ffordd maent yn gweithredu a chymryd camau i liniaru'r ffactorau hynny

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 4.1 Damcaniaethau newid a sut i gymhwyso'r rhain yn ymarferol
- 4.2 Pwysigrwydd:
 - cael dull sensitif nad yw'n barnu sy'n ystyried amgylchiadau, profiadau a theimladau teuluoedd/gofalwyr
 - defnyddio dulliau sy'n seiliedig ar gryfderau
- 4.3 Pwysigrwydd gosod esiampl gadarnhaol a damcaniaeth dysgu cymdeithasol yn y broses o ddatblygu llesiant emosiynol

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 4.4 Arwain cymorth i deuluoedd archwilio:
 - yr amgylchiadau a sefyllfaoedd penodol sy'n effeithio arnynt
 - sut y gallant adeiladu ar eu profiad, arbenigedd a galluoedd ar gyfer gofalu am eu plant
 - cymorth a gânt gan aelodau ehangach y teulu, ffrindiau a rhwydweithiau
 - eu barn am yr angen i gael cymorth
 - goblygiadau hirdymor a byrdymor ffyrdd gwahanol o fyw
 - Profiadau niweidiol yn ystod plentyndod arnynt eu hunain ac ar eu plant
 - effaith eu hymddygiad ar eu plant ac effaith ymddygiad eu plant arnynt nhw
 - canlyniadau y byddent yn hoffi eu cyflawni
 - ymddygiadau y byddent yn hoffi eu newid
 - sgiliau mae angen iddynt eu gwella

- eu cryfderau
 - cyfleoedd realistig i newid eu ffordd o fyw
-

Deilliant dysgu:

5. Arwain ymarfer sy'n hyrwyddo asesiad sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau, cynllunio, gweithredu ac adolygu cynlluniau ar gyfer teuluoedd/gofalwyr

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

5.1 Pwysigrwydd:

- asesiad sydd wedi'i lywio gan dystiolaeth a chynlluniau sydd â diben ac ystyr clir
- cydbwysio anghenion amrywiol plant/pobl ifanc ac aelodau unigol o'r teulu
- asesiad cywir wrth bennu dulliau a chymorth addas i deuluoedd
- yr angen am gynlluniau sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau ac adolygiadau ystyrlon a rheolaidd o gynlluniau

5.2 Ein rôl a'n cyfrifoldebau mewn perthynas â'r **broses gynllunio** gyda theuluoedd

5.3 Rolau gweithwyr proffesiynol ac asiantaethau eraill yn y broses gynllunio

5.4 Effaith cael ystod o weithwyr proffesiynol/asiantaethau yn rhan o'u cymorth ar deuluoedd

5.5 Sut i helpu teuluoedd i gael disgwyliadau uchel o'u hunain a'u plant a'u helpu i bennu nodau realistig tuag at eu bodloni

5.6 Pwysigrwyd helpu teuluoedd i ddatblygu cynllun diogelwch rhag ofn y bydd argyfwng

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

5.7 Arwain, monitro ac adolygu'r defnydd o asesiadau a chynlluniau sy'n seiliedig ar gryfderau

5.8 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n sicrhau bod teuluoedd yn cael eu cynnwys mewn modd ystyrlon yn y **broses gynllunio** yn cynnwys sgysiau 'yr hyn sy'n bwysig'

5.9 Gosod esiampl o gydberthnasau gwaith agored a gonest gyda gweithwyr proffesiynol a theuluoedd a rhyngddynt sy'n hyrwyddo ymddiriedaeth a chydweithredu i gyflawni canlyniadau cadarnhaol

Ystod:

Byddai **proses gynllunio** yn cynnwys nodi nodau neu ganlyniadau a'i gwneud yn bosibl i gymryd rhan mewn gweithgareddau; monitro, adolygu a gwerthuso cynlluniau.

Deilliant dysgu:

6. Cymhwyso protocolau rhannu gwybodaeth wrth weithio gyda theuluoedd/gofalwyr

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

6.1 Canfyddiadau ystod o ymchwil ac adroddiadau sy'n ategu arferion da wrth rannu gwybodaeth

6.2 Cydweithio a phrotocolau rhannu gwybodaeth a ddylai fod ar waith wrth weithio gyda gweithwyr proffesiynol a gwasanaethau eraill

6.3 Pwysigrwydd hysbysu teuluoedd am adegau pan y gellir rhannu gwybodaeth heb eu caniatâd

6.4 Pam, sut a phryd y dylid gwneud atgyfeiriadau i weithwyr proffesiynol neu wasanaethau eraill

- 6.5 Sut i nodi pa wybodaeth sy'n berthnasol wrth rannu â gweithwyr proffesiynol allweddol
- 6.6 Pwysigrwydd rhannu gwybodaeth berthnasol ag asiantaethau priodol
- 6.7 Y gofyniad i gael caniatâd gan deuluoedd er mwyn rhannu gwybodaeth a gwneud atgyfeiriadau at asiantaethau eraill, lle na cheir pryderon diogelu
- 6.8 Ystod a diben fforymau lle y gall fod angen rhannu gwybodaeth am deuluoedd
- 6.9 Achlysuron y gellir rhannu gwybodaeth heb ganiatâd gan deuluoedd
- 6.10 Pwysigrwydd trafod â theuluoedd, gwybodaeth a gaiff ei rhannu ag asiantaethau eraill heb gael eu caniatâd ymlaen llaw
- 6.11 Sut y gall dewis o eiriau effeithio ar deuluoedd a chanfyddiadau ohonynt
- 6.12 Camau i'w cymryd pan na fydd rhannu gwybodaeth, cofnodion ac adroddiadau yn bodloni protocolau a gofynion deddfwriaethol a sefydliadol y cytunwyd arnynt

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 6.13 Meithrin ymddiriedaeth a hyder gydag eraill gan gydnabod rolau, cyfrifoldebau, atebolrwydd ac arbenigedd eu hunain ac eraill
- 6.14 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer ar gyfer rhannu gwybodaeth sy'n ymwneud â theuluoedd

Deilliant dysgu

7. Arwain ymarfer sy'n helpu teuluoedd/gofalwyr i feithrin a chynnal perthnasoedd a rhwydweithiau cadarnhaol

Meini prawf asesu

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 7.1 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n cefnogi teuluoedd i ddeall pwysigrwydd:
 - perthnasoedd teuluol hirdymor, diogel a sefydlog
 - effaith amser teuluol ar lesiant emosiynol
 - nodi cyfleoedd a gwneud amser am amser teuluol cadarnhaol a dymunol
 - perthnasoedd cefnogol ag aelodau o'r teulu ehangach a rhwydweithiau cymunedol
- 7.2 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n cefnogi teuluoedd i ddeall effaith bosibl perthnasoedd teuluol a phersonol byrdymor, anniogel, llawn risg ac ansefydlog
- 7.3 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n helpu teuluoedd i feithrin perthnasoedd diogel a chadarnhaol ag aelodau o'r teulu ehangach a rhwydweithiau cymunedol

Deilliant dysgu:

8. Arwain ymarfer sy'n cymhwyso dealltwriaeth o ddatblygiad plant

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 8.1 **Damcaniaethau datblygu hynt bywyd dynol**
- 8.2 Camau allweddol datblygiad niwrolegol a datblygiad yr ymennydd yn ystod:
 - y cyfnod cyn-geni
 - plentyndod cynnar
 - llencyndod
 - oedolyn ifanc

8.3 Pam ei bod yn bwysig i deuluoedd fyfyrion ar ddatblygiad plentyn a'i ddeall mewn perthynas â'r canlynol:

- eu hamgylchiadau a'u profiadau eu hunain drwy gydol oes
- eu perthnasoedd â'u plant

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

8.4 Helpu eraill i ddeall datblygiad plentyn ac:

- effaith camdriniaeth a thrawma ar blant, pobl ifanc ac oedolion ar unrhyw gam mewn bywyd
- arwyddion ar adegau llawn straen neu newid
- y cysylltiad rhwng systemau corfforol a niwrolegol plant ac oedolion er mwyn ymateb yn briodol i'w harwyddion a'u hymddygiad
- ffactorau posibl a phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod a allai effeithio ar ddatblygiad niwrolegol a datblygiad yr ymennydd
- y posibilrwydd y gall straen a thrawma beri niwed i ddatblygiad a llesiant cyffredinol plant drwy gydol eu hoes
- y ffordd y gall camdriniaeth a thrawma effeithio ar ddatblygiad niwrolegol plant wrth iddynt dyfu
- y ffordd y gall dulliau ymlyniad gwahanol effeithio ar y ffordd y mae plant ac oedolion yn gweithredu mewn cymdeithas, llunio perthnasoedd ac ymateb i eraill.
- y posibilrwydd o newid ymysg arwyddion plant sydd wedi wynebu camdriniaeth a thrawma yn ystod eu bywydau
- y cysylltiadau rhwng ymddygiad, camau datblygu, a phrofiadau o gamdriniaeth a thrawma
- sut y gall trawma sy'n pontio'r cenedlaethau barhau

Deilliant dysgu:

9. Arwain ymarfer sy'n cefnogi teuluoedd/gofalwyr mewn perthynas â chyflawniad addysgol plant a phobl ifanc

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

- 9.1 Ymchwil a safbwyntiau damcaniaethol ar bwysigrwydd cyflawniad addysgol a'r ffordd y gall ffactorau cymdeithasol, amgylcheddol ac emosiynol effeithio ar hyn
- 9.2 Yr ystod o gyfleoedd addysgol sydd ar gael i blant
- 9.3 Rolau amrywiol y gweithwyr proffesiynol sy'n rhan o addysg plant
- 9.4 Effaith symudiadau ar addysg plentyn
- 9.5 Y gydberthynas rhwng profiadau niweidiol yn ystod plentyndod a chyflawniad addysgol gwael
- 9.6 Pwysigrwydd sicrhau nad yw plant dan anfantais mewn addysg o ganlyniad i ffactorau cymdeithasol, amgylcheddol ac emosiynol
- 9.7 Sut mae **cael eu gwahardd o addysg** yn effeithio ar blant
- 9.8 Sut i gydnabod arwyddion 'Anghenion Dysgu Ychwanegol' a chael mynediad i gymorth i blant
- 9.9 Rolau a chyfrifoldebau ar gyfer cefnogi plant â'u gweithgareddau addysgol
- 9.10 Sut i sicrhau bod plant yn:
 - cael eu hannog i ymgysylltu ac ailymgysylltu mewn gweithgareddau addysgol
 - cael eu cefnogi i feithrin hyder

- cael eu cydnabod am eu llwyddiannau

9.11 Pwysigrwydd cyfranogiad gweithwyr, plant a theuluoedd yn y grŵp proffesiynol sy'n rhan o'r addysg

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

9.12 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n cefnogi teuluoedd i:

- ymgysylltu mewn ystod amrywiol o gyfleoedd addysgol a phrofiadau cadarnhaol i blant
- meithrin hyder plant a chydabod eu llwyddiannau
- helpu plant i ddatblygu dyheadau cadarnhaol ar gyfer y dyfodol ac annog hunan-gred

9.13 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n eirioli i hawliau a hawliadau plant gael eu cynnwys yn y ddarpariaeth addysg

9.14 Datblygu ymarfer sy'n cefnogi gweithio mewn partneriaeth rhwng gweithwyr, plant, teuluoedd a'r grŵp proffesiynol sy'n rhan o'r addysg

Ystod

Gwahardd o addysg yn y byrdymor a'r hirdymor, symud o'r dosbarth i amgylchedd ar wahân

Deilliant dysgu

10 Arwain ymarfer sy'n cefnogi maeth a hydradiad i blant

Meini Prawf Asesu:

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

10.1 Cefnogi dealltwriaeth teuluoedd o:

- canllawiau cenedlaethol cyfredol ar gyfer deiet cytbwys i blant
- rôl maetholion hanfodol er mwyn cefnogi twf a datblygiad cyfannol, a llesiant
- ffactorau sy'n dylanwadu ar gymeriant bwyd a diod
- sut i annog plant i fwyta'n iach a chynllunio bwydlenni sy'n ymateb i anghenion unigol plant
- yr **heriau posibl** a all godi a'r strategaethau i'w rheoli
- y rhesymau pam na ddylid defnyddio bwyd fel gwobr
- **effaith bosibl** maeth a hydradiad gwael
- pwysigrwydd hydradiad i blant

10.2 Arwain ymarfer sy'n annog teuluoedd i ddefnyddio strategaethau ar gyfer:

- arferion bwyta ac yfed diogel sy'n annog rhyngweithio cymdeithasol yn unol ag oedran a cham datblygu
- cyfleoedd i ddatblygu sgiliau annibyniaeth yn unol ag oedran a cham datblygu
- annog plant i arbrofi â bwydydd newydd a'u profi
- ymateb yn adeiladol i heriau

Ystod

Heriau posibl: ymddygiadol, amgylcheddol, corfforol, ariannol, diwylliannol, gallu i baratoi bwyd iach a maethlon

Effaith bosibl: methu â ffynnu, diffyg maethiad, dadhydradiad, gordewdra, rhwymedd, pydredd dannedd, afiechyd hirdymor (diabetes)

Deilliant dysgu:

11 Arwain ymarfer sy'n helpu teuluoedd/gofalwyr i ddeall pwysigrwydd gofal iechyd da i blant

Meini prawf asesu

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

11.1 Cefnogi dealltwriaeth teuluoedd o:

- yr ystod o **archwiliadau gofal iechyd** a chymorth i blant a phwysigrwydd y rhain
- cyfnodau magu afiechyd, heintiau/plâu
- arwyddion a symptomau corfforol ac ymddygiadol afiechyd, heintiau/plâu posibl mewn plant
- camau i'w cymryd pan fydd pryderon ynglŷn ag afiechyd, heintiau/plâu
- symptomau y mae angen cymryd camau brys yn eu cylch
- **heriau iechyd** posibl y gall pobl ifanc eu hwynebu

Ystod:

Profion gofal iechyd: Imiwneiddio, archwiliadau dannedd a llygaid

Heriau iechyd: Heintiau a drosglwyddir yn rhywiol, camddefnyddio sylweddau, afiechyd meddwl

Deilliant dysgu:

12 Helpu teuluoedd/gofalwyr i fyw yn ddiogel yn y byd digidol

Meini prawf asesu

Rydych yn deall:

12.1 Sut i archwilio'r rhyngwrdd a chael gwybod am dechnolegau newydd

12.2 Pryd, ble a sut y dylid cael mynediad i gymorth i ddefnyddio technoleg ddigidol yn ddiogel

12.3 Ymchwil presennol i effaith technoleg ddigidol ar lesiant a datblygiad plant

12.4 Pwysigrwydd addysg effeithiol i deuluoedd ar sut i ddefnyddio technoleg ddigidol yn ddiogel

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

12.5 Galluogi teuluoedd i ddatblygu a gweithredu strategaethau sy'n cefnogi'r defnydd diogel ac effeithiol o dechnolegau digidol

12.6 Diweddarau gwybodaeth a dealltwriaeth o faterion sy'n codi ynghylch technolegau digidol yn rheolaidd

Deilliant dysgu:

13 Hyrwyddo dulliau diogelu

Meini prawf asesu

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 13.1 Arwain ymarfer sy'n sicrhau cydymffurfiaeth â pholisïau, gweithdrefnau ac ymarfer y cytunir arno ar gyfer diogelu plant ac oedolion
 - 13.2 Arwain ymarfer sy'n cydnabod pam mae teuluoedd penodol:
 - yn wynebu mwy o risg o gam-drin a chamfanteisio
 - yn debygol o gael eu targedu gan bobl sydd am eu cam-drin
 - yn fwy agored i weithgareddau ac ymddygiadau sy'n niweidiol i iechyd corfforol, rhywiol ac emosiynol
 - 13.3 Hyrwyddo dull gweithredu unigryw ar gyfer diogelu, gan ystyried bregusrwydd penodol a phrofiadau teuluoedd
 - 13.4 Arwain, monitro ac adolygu ymarfer sy'n cefnogi teuluoedd i feithrin gwydnwch a diogelwch
 - 13.5 Herio gweithredoedd, ymddygiadau ac ymarfer a all fod yn beryglus, yn ddfriol, yn wahaniaethol neu'n gamfanteisio
 - 13.6 Defnyddio goruchwyliaeth a chymorth i ystyried yr effaith ar eu hunain ac eraill os bydd achos a amheuir neu a ddatgelwyd o niwed neu gamdriniaeth
 - 13.7 Manteisio ar rwydweithiau proffesiynol i geisio cymorth ychwanegol ar gyfer sefyllfaoedd sydd y tu hwnt i'w harbenigedd eu hunain
-

Deilliant Dysgu

14 Helpu teuluoedd/gofalwyr i ddatblygu'r sgiliau sydd eu hangen i reoli sefyllfaoedd argyfwng

Meini prawf asesu

Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n:

- 14.1 Helpu teuluoedd i:
 - adnabod mathau o sefyllfaoedd argyfwng
 - lleihau'r tebygrwydd y ceir sefyllfa argyfwng
 - archwilio a chytuno ar gamau i'w cymryd os bydd sefyllfa argyfwng yn digwydd
 - gwybod sut i isgyfeirio sefyllfa os bydd rhywun yn cynhyrfu neu'n mynd yn ymosodol
 - myfyrio ar sefyllfaoedd argyfwng er mwyn datblygu strategaethau i osgoi'r rhain yn y dyfodol
- 14.2 Cyfrannu at y broses o asesu sefyllfaoedd argyfwng er mwyn gwneud y canlynol:
 - nodi patrymau ymddygiad
 - sefydlu strategaethau atal ac ymyriadau cynnar y dylid eu mabwysiadu
 - nodi unrhyw gymorth ychwanegol sydd ei angen
- 14.3 Sicrhau bod pob adroddiad/cofnod yn cael ei ddiweddarau yn unol â gweithdrefnau sefydliadol

Ystod

Sefyllfaoedd argyfwng: ymddygiad bygythiol, ymosodol, amhriodol neu dreisgar, gorddos, hunan-niwed sylweddol, meddwl am hunanladdiad, crynodiad o faterion dros amser

Uned 427 Arwain ymarfer gyda theuluoedd a gofalwyr Gwybodaeth Ategol

Canllawiau cyflwyno

Gallai **anghenion ychwanegol** gynnwys y canlynol, ond nid ydynt wedi'u cyfyngu iddynt:

- Anabledd corfforol
- Anabledd dysgu
- Awtistiaeth
- Anghenion iechyd ychwanegol
- Colli'r synhwyr
- Anawsterau emosiynol ac ymddygiadol
- Anhwylder Diffyg Canolbwyntio a Gorfywiogrwydd
- Ymlyniadau ansicr
- Angen ymddygiadol

Gallai **rhwystrau a all atal teuluoedd rhag cael mynediad i wasanaethau neu ymgysylltu â nhw** gynnwys:

- Camddefnyddio sylweddau
- Problemau iechyd meddwl
- Ofn
- Profiadau negyddol blaenorol
- Ymddiriedaeth
- Argaeledd a hygyrchedd gwasanaethau
- Strwythur anhyblyg gwasanaethau
- Agweddau gweithwyr/gweithwyr proffesiynol
- Amgylchedd ffisegol
- Diffyg Hyder
- Diffyg cymhelliant
- Gwadu'r angen am gymorth
- Diffyg cydnabod angen i newid
- Diffyg dealltwriaeth

Anfantais yn ystod plentyndod: plant sy'n ddifreintiedig ac sydd wedi'u hamddifadu o safon byw weddol dda ac ysgogiad ac amgylchedd priodol, heb fynediad at addysg na gwasanaethau gan gynnwys gofal iechyd, o ganlyniad i dlodi a diffyg cyfle. Dangoswyd bod anfantais yn ystod plentyndod yn cysylltu ag ymddygiadau sy'n niweidiol i iechyd, ymddygiadau gwrthgymdeithasol, cyflawniad addysgol gwael, straen a theuluoedd yn chwalu yn ddiweddarach mewn bywyd

Amgylchiadau a materion penodol: gallen nhw gynnwys:

- y pwysau emosiynol, cymdeithasol ac amgylcheddol gwahanol a all fod ar deuluoedd
- tlodi
- cyflogaeth

- cysylltiadau rhwng profiad y teuluoedd eu hunain drwy gydol eu bywydau a'r disgwyliadau ar gyfer eu plant
- cymorth y gallant ei gael gan aelodau ehangach y teulu, ffrindiau a rhwydweithiau ar gyfer rhianta
- rhwystrau i newid
- eu barn am yr angen i gael mynediad i gymorth
- ethnigrwydd a diwylliant
- afiechyd corfforol neu feddyliol
- ymddygiadau sy'n niweidiol i ieuchyd
- ymddygiadau gwrthgymdeithasol
- anabledd / anghenion dysgu ychwanegol
- camddefnyddio sylweddau
- heriau o fewn teuluoedd, teuluoedd yn chwalu, neu berthnasoedd personol pwysig eraill
- Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod
- anfantais yn ystod plentyndod
- bod yn ffoadur
- bod yn ofalwr ifanc/gofalwr sy'n oedolyn
- hapchwarae

Protocolau rhannu gwybodaeth: mae'r rhain yn cynnwys GDPR am fod hyn yn ymwneud â'r Ddyletswydd Gyhoeddus i Rannu Data, WASPI a chanllawiau Caldicott

Gweithwyr proffesiynol ac asiantaethau eraill: ieuchyd, asiantaethau tai, Awdurdodau Lleol, addysg, gwasanaethau cyfiawnder (e.e. yr heddlu, timau trosedd ieuencid, gwasanaethau prawf), sefydliadau'r trydydd sector (e.e. Gweithredu dros Blant, y Ganolfan Cyngor ar Bopeth, NSPCC, Barnardos, Cymorth i Fenywod, CAIS, Shelter Cymru), cynghorwyr buddiannau, eiriolwyr teuluoedd, gweithwyr gofal plant, gweithwyr gofal cymdeithasol, gweithwyr cymdeithasol

9.

Gallai **goblygiadau hirdymor a byrdymor ffyrdd gwahanol o fyw** gynnwys ymddygiadau sy'n niweidiol i ieuchyd (smegu, problemau yfed, camddefnyddio sylweddau, deiet gwael, lefelau isel o ymarfer corff ac ymddygiad rhywiol peryglus); ymddygiadau gwrthgymdeithasol – ymddygiad ymosodol a threisgar, problemau gyda gwasanaethau cyfiawnder troseddol); hapchwarae

Heriau penodol sy'n gysylltiedig â rhannu gwybodaeth: GDPR a hawl y teulu i breifatrwydd, yn erbyn yr angen i rannu gwybodaeth.

Rhwystrau posibl: gwledig/trefol, hygyrchedd ffisegol, amseru neu argaeledd gwasanaethau, tlodi, ieuchyd meddwl, camddefnyddio sylweddau, anabledd dysgu, ethnigrwydd a diwylliant

Gwydnwch: mae'n cyfeirio at ba mor dda y gall unigolyn "ddod yn ei ôl" yn dilyn profiadau trawmatig niweidiol, anfantais gymdeithasol neu o ffynonellau sylweddol o straen. Mae ymchwil i wydnwch yn tynnu sylw at y ffactorau, a fydd yn peri risg o ganlyniadau gwael i blant neu'n eu diogelu. Ymysg y ffactorau risg mae magwraeth deuluol y rhieni, disgyblaeth lem ac

anghyson gan y rhieni; a gwrthdaro/trais. Ymhlith y ffactorau amddiffynnol mae perthnasoedd cadarnhaol rhwng rhieni a'u plant a rhwydwaith ehangach o gymorth cymdeithasol.

Ffactorau cymdeithasol, amgylcheddol ac emosiynol: Gwahaniaethu a stigma, cydraddoldeb, tlodi, ethnigrwydd a diwylliant, gwledig/trefol, cymunedol, tai, cyflogaeth, profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, problemau iechyd meddwl, anghenion dysgu ychwanegol, anabledd, hyder, camddefnyddio sylweddau, cam-drin domestig, profedigaeth, hapchwarae, bod yn ofalwr ifanc/gofalwr sy'n oedolyn

Dull sy'n seiliedig ar gryfderau: Mae dull sy'n seiliedig ar gryfderau yn digwydd pan fydd gweithwyr allweddol yn rhoi pwyslais cadarnhaol ar wydnwch, ffactorau amddiffynnol a chryfderau. Mae hyn yn arwain at gyfleu ymdeimlad o obaith; nodi disgwyliadau ar gyfer llwyddiant sydd o fewn galluedd unigolyn; hybu grym ac annibyniaeth a rhoi mesurau ar waith er mwyn sicrhau gwelliant.

Yr ystod o gyfleoedd addysgol sydd ar gael i blant; dulliau ffurfiol ac anffurfiol, creadigol, canolbwyntio ar yr hyn y mae'r plentyn neu'r person ifanc yn ei fwynhau ac adeiladu o hynny

Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol (NOS) cysylltiedig

- **WWP01:** Ymgysylltu â rhieni er mwyn meithrin a chynnal perthnasoedd effeithiol a chefnogol sy'n grymuso.
- **WWP09:** Gweithredu o fewn ffiniau polisi, cyfreithiol, moesegol a phroffesiynol wrth weithio gyda theuluoedd.

Deddfwriaeth a chanllawiau cysylltiedig

- Gweithdrefnau Diogelu Cymru Gyfan (2019)
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2016
- Dechrau'n Deg – Canllawiau ar Gymorth Rhianta
<https://gov.wales/docs/dsjlg/publications/cyp/170519-parenting-guidance-cy.pdf>
- Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol Gwaith gyda Rhieni
https://app.pelorous.com/media_manager/public/115/publications/Qualifications/work-with-parents-nos-jan-2011.pdf
- Barnardo's – Promoting Resilience: A Review of Effective Strategies for Child Care Services, Dr. Tony Newman, Ymchwil a Datblygu Barnardo's, 2002
<http://www.barnardos.org.uk/resilsum.pdf>
- Research into Practice Building emotional resilience in the children and families workforce – an evidence-informed approach: Strategic Briefing (2016) gan Gail Kinman a Louise Grant <https://www.rip.org.uk/resources/publications/strategic-briefings/building-emotional-resilience-in-the-children-and-families-workforce--an-evidenceinformed-approach-strategic-briefing-2016>
- Parenting and resilience, Malcolm Hill, Anne Stafford, Peter Seaman, Nicola Ross a Brigid Daniel, Sefydliad Joseph Rowntree, 2007,
<https://www.jrf.org.uk/sites/default/files/jrf/migrated/files/parenting-resilience-children.pdf>
- Ymgyrch Mae Addysg yn Dechrau yn y Cartref Llywodraeth Cymru
<https://gov.wales/topics/educationandskills/schoolshome/parents/education-begins-at-home/?skip=1&lang=cy>
- Rhianta yng Nghymru: Canllawiau ar ymgysylltiad a chymorth, 2014
<https://gov.wales/docs/dsjlg/publications/cyp/140910-parenting-in-wales-guidance-cy.pdf>

- Adroddiad Ymchwiliad Bichard (2004) <http://dera.ioe.ac.uk/6394/1/report.pdf>
- Amddifadedd chwarae (2003)
<https://www.chwaraecymru.org.uk/login/uploaded/documents/INFORMATION%20SH EETS/amddifadiad%20chwarae.pdf>
- Chwarae: iechyd a lles (2012)
<https://www.chwaraecymru.org.uk/login/uploaded/documents/INFORMATION%20S HEETS/chwarae%20iechyd%20a%20lles.pdf>
- Arfer myfyriol – beth ydi o a pham ei fod mor bwysig? (2018)
https://issuu.com/playwales/docs/arfer_myfyriol
- Defnydd ymarferol o ddyfeisiau digidol mewn lleoliadau chwarae (2018)
<http://www.chwaraecymru.org.uk/login/uploaded/documents/INFORMATION%20SH EETS/Defnydd%20ymarferol%20o%20ddyfeisiau%20digidol%20mewn%20lleoliadau%20chwarae.pdf>
- Safonau'r Gymraeg 2018
<http://www.legislation.gov.uk/cy/wsi/2018/441/made/welsh>
- Rheoliadau Cyffredinol ar Ddiogelu Data
<https://www.gov.uk/government/publications/guide-to-the-general-data-protection-regulation>,
- Cytundeb Rhannu Gwybodaeth Gyhoeddus Cymru (WASPI 2018)
<http://www.waspi.org/hafan>
- Egwyddorion Caldicott (2013) <https://www.igt.hscic.gov.uk/Caldicott2Principles.aspx>
- Adroddiadau ar brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod –
<http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/page/88504>
- Bwrdd Diogelu Cymru Gyfan http://bwrdddiogelu.cymru/practice-reviews/?noredirect=cy_GB
- Gwylwch y fideo <http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/page/92289>
- Adolygiadau Thematig Byrddau Diogelu Lleol
 - Gogledd Cymru <https://www.bwrdddiogelugogleddcymru.cymru/adolygiadau-ymarfer/adolygiadau-ymarfer-plant/>
 - Caerdydd a Bro Morgannwg <https://www.cardiffandvalersb.co.uk/cy/plant/gweithwyr-proffesiynol-chyflogwyr/beth-yw-adolygiad-arfer-plant/>
- Canllawiau Ymarfer Cymru Gyfan ar gyfer diogelu plant a phobl ifanc
http://www.myguideapps.com/projects/wales_safeguarding_procedures/cymraeg/chi/index.c6.html?nocache=0.5229602397989326

Atodiad 1 Cysylltiadau â chymwysterau eraill

Cysylltiadau â chymwysterau eraill

Mae cysylltiadau rhwng y cymhwyster hwn a'r cymwysterau canlynol:

- Lefel 1/2 Cyflwyniad i Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant
- Lefel 2 Gofal, Chwarae, Dysgu a Datblygiad Plant: Craidd
- Lefel 2 Gofal, Chwarae, Dysgu a Datblygiad Plant: Ymarfer
- Lefel 3 Gofal, Chwarae, Dysgu a Datblygiad Plant: Ymarfer
- Lefel 3 Gofal, Chwarae, Dysgu a Datblygiad Plant: Egwyddorion a Chyd-destunau
- Lefel 4 Paratoi i Arwain a Rheoli Gofal, Chwarae, Dysgu a Datblygiad Plant
- Lefel 5 Arwain a Rheoli Gofal, Chwarae, Dysgu a Datblygiad Plant: Ymarfer