



Gofal Cymdeithasol **Cymru**
Social Care **Wales**

Pecyn cymorth
datblygiad
proffesiynol parhaus ar
gyfer gofal cymdeithasol,
y blynyddoedd cynnar a
gofal plant

Hydref 2018



Noddir gan
Lywodraeth Cymru
Sponsored by
Welsh Government

Manylion cyswilt

Gofal Cymdeithasol Cymru

South Gate House
Wood Street
Caerdydd
CF10 1EW

Ffôn: 0300 3033 444

Minicom: 029 2078 0680

E-bost: gwybodaeth@gofalcymdeithasol.cymru

gofalcymdeithasol.cymru



@Gofcymdeithasol

© 2018 Gofal Cymdeithasol Cymru

Cedwir pob hawl. Ni cheir atgynhychu unrhyw ran o'r cyhoeddiad hwn na'i gadw mewn system adferadwy na'i drosglwyddo mewn unrhyw ddull na thrwy unrhyw gyfrwng heb ganiatad ysgrifenedig Gofal Cymdeithasol Cymru ymlaen llaw. Dylai ymholiadau am atgynhychu y tu hwnt i'r hyn a ganiateir yn benodol gan y gyfraith gael eu hanfon at Brif Weithredwr Gofal Cymdeithasol Cymru yn y cyfeiriad a roddir uchod.

Fformatau eraill:

Mae'r ddogfen hon ar gael mewn print bras a fformatau eraill, os oes angen.

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael yn Saesneg.

Datblygiad proffesiynol parhaus?

Beth yw Datblygiad Proffesiynol Parhaus?

Datblygiad proffesiynol parhaus (DPP) wedi'i gynllunio o wybodaeth a sgiliau proffesiynol gydol eich oes waith yw DPP. Mae'n ddull cyfannol o ddysgu sy'n cydnabod profiadau bob dydd fel cyfleoedd dysgu. Hanfod DPP yw bod yn broffesiynol ym mhopeth a wnewch, dyma'ch ymrwymiad personol i ddiweddarau'ch gwybodaeth a'ch sgiliau'n barhaus.

Os ydych wedi cofrestru gyda ni, mae'n rhaid i chi gwblhau gofynion hyfforddiant a dysgu ôl-gofrestru sef 15 diwrnod/90 awr o ddysgu bob tair blynedd. Mae'n rhaid i chi gadw cofnod o hyn ac rydym yn argymhell i chi ei gofnodi yn eich [cyfrif GCCarlein](#). Gallwch gael rhagor o wybodaeth am ofynion hyfforddiant a dysgu ôl-gofrestru ar [ein gwefan](#).

Beth fydd y pecyn cymorth hwn yn eich helpu i wneud?

Bydd y pecyn cymorth hwn yn darparu cymorth a chanllawiau i chi gynllunio'ch datblygiad proffesiynol. Bydd hefyd yn rhoi syniadau am sut i ddatblygu'ch dysgu dros amser, a thempledi i'ch helpu i fyfyr ar eich dysgu a'i gofnodi.

Pam mae DPP yn bwysig?

Rydym am sicrhau bod pawb sy'n cael eu cyflogi fel gweithiwr gofal cymdeithasol neu weithiwr blynyddoedd cynnar a gofal plant yn gweithredu'n ddiogel, ac mewn ffordd sy'n gwneud y gorau o'r wybodaeth a'r sgiliau y maent wedi'u crynhoi dros amser. Mae'n bwysig eich bod chi'n ymfalchïo yn eich gwaith, yn cymryd cyfrifoldeb am eich datblygiad proffesiynol ac yn cydnabod sut y gall hyn eich helpu i wneud eich swydd yn dda.

Mae [Côd Ymarfer Proffesiynol Gofal Cymdeithasol](#) yn nodi gofyniad i weithwyr gofal cymdeithasol fod 'yn atebol am ansawdd eich gwaith a chymryd cyfrifoldeb dros gynnal a datblygu gwybodaeth a sgiliau'.

Mae DPP yn ymwneud â rhagoriaeth bersonol a phroffesiynol. Chi'n bennaf sy'n rheoli eich datblygiad. Gallwch benderfynu, gyda chymorth eich rheolwr, beth rydych am ei gyflawni o fewn amserlen realistig ar gyfer eich datblygiad proffesiynol.

Mae DPP yn darparu:

- ysgogiad a boddhad mewn swydd – gall datblygu gwybodaeth a sgiliau sy'n cael effaith gadarnhaol ar eich gwaith eich helpu i deimlo'n fodlon yn eich swydd
- tystiolaeth o'r hyn rydych wedi'i ddysgu a'ch datblygiad i gyflogwyr – nawr ac yn y dyfodol
- tystiolaeth o'r hyn rydych wedi'i ddysgu a'ch datblygiad ar gyfer eich gofynion hyfforddiant a dysgu ôl-gofrestru os ydych wedi cofrestru gyda ni
- tystiolaeth eich bod chi'n buddsoddi amser ac egni yn eich datblygiad personol mewn modd proffesiynol
- cyfle i fyfyr ar y wybodaeth a'r sgiliau sydd eu hangen arnoch i gyflawni'ch rôl, eich anghenion dysgu, a beth ddylai ddigwydd er mwyn eu diwallu
- cyfleoedd i ddatblygu gyrfa yn y sector
- help i gadw i fyny â'r syniadau a'r arferion gorau diweddaraf, gan wella'r ffordd rydych yn darparu gofal a chymorth.

Gall DPP fod ar sawl ffurf wahanol, yn cynnwys dysgu o weithgareddau bob dydd. Mae'ch profiadau personol yn darparu cyfleoedd gwerthfawr i fyfrio a dysgu gan eich ysgogi i wneud newidiadau yn eich ymarfer.

Mae'n bwysig eich bod yn cymryd y cam cyntaf a bod yn rhagweithiol wrth reoli'ch datblygiad eich hun. Mae gan eich cyflogwr gyfrifoldebau i'ch cefnogi yn eich dysgu hefyd. Mae'r [Côd Ymarfer i Gyflogwyr Gofal Cymdeithasol](#) yn datgan fod rhaid iddynt "ddarparu cyfleoedd sefydlu, dysgu a datblygu trylwyr a hygyrch i helpu gweithwyr i wneud eu swydd yn effeithiol a pharatoi ar gyfer rolau a chyfrifoldebau newydd, sy'n newid."

Dylai'ch DPP fod yn gyson â'ch rôl. Mae'n bwysig eich bod chi a'ch cyflogwr yn trafod ac yn cynllunio sut i gael y DPP sydd ei angen arnoch chi.

Cymwysterau gofynnol

Efallai y bydd angen i chi gwblhau cymhwyster ar gyfer eich swydd neu i gofrestru gyda ni; gallwch gael rhagor o wybodaeth am ofynion penodol yn y [fframwaith cymwysterau ar gyfer gofal cymdeithasol a gofal plant rheoledig yng Nghymru](#).

Cynllunio'ch dysgu

O ble dwi'n dechrau? Ble dwi eisiau bod yn y dyfodol? Sut ydw i'n cyrraedd yno?

Mae'r cwestiynau hyn yn greiddiol i DPP, gyda'r atebion yn darparu man cychwyn ar gyfer cadw i fyny â'r arferion cyfredol a'r safonau proffesiynol diweddaraf.

Gallai'r broses o feddwl beth yw eich anghenion dysgu gynnwys:

- gweld beth yw eich gwybodaeth, sgiliau a phrofiad cyfredol;
- gwerthuso'ch gwybodaeth, sgiliau a phrofiad yn erbyn safonau sy'n pennu'r meincnodau ar gyfer eich rôl. Gallai'r rhain fod yn bethau fel:
 - eich disgrifiad swydd / manyleb person
 - y Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol
 - y Safonau Gofynnol Cenedlaethol neu reoliadau gwasanaeth
 - deddfwriaeth Llywodraeth Cymru
 - amcanion gwaith a bennwyd gan eich sefydliad i ddiwallu anghenion busnes
 - ymchwil i rywbeth sy'n gysylltiedig â'ch maes gwaith
- nodi gwybodaeth a sgiliau y mae angen i chi eu datblygu
- meddwl beth rydych chi am ei gael o ddysgu a datblygu – pa wahaniaeth fydd yn ei wneud i'r ffordd rydych chi'n ymarfer?

Gellir defnyddio'r patrwm hwn o nodi'ch anghenion dysgu ar gyfer gwahanol resymau:

- eich swydd bresennol – oes gennych chi'r holl wybodaeth a'r sgiliau angenrheidiol i gyflawni'ch gwaith?
- rôl newydd rydych o bosib yn meddwl ymgymryd â hi
- tasgau newydd y mae'ch rheolwr wedi gofyn i chi gymryd cyfrifoldeb amdanynt

- anghenion newidiol yr unigolion neu'r plant rydych chi'n gweithio gyda nhw sy'n gofyn am wybodaeth a sgiliau ychwanegol
- ymchwil newydd sy'n dangos fod angen i ymarfer newid
- adborth gan unigolion sy'n defnyddio gwasanaethau a'u teuluoedd neu ofalwyr
- bodloni'ch dyheadau personol.

Dulliau

- Mynychu cwrs / rhaglen hyfforddi
- Cwblhau cymhwyster
- Dysgu achrededig
- E-ddysgu
- Cymryd rhan mewn gweithdai
- Mynychu cynhadledd
- Gwyllo arddangosiad
- Trafod â chydweithwyr eraill neu weithwyr o asiantaethau eraill e.e. asiantaethau iechyd neu addysg
- Mynychu fforymau proffesiynol neu grwpiau rhwydweithio
- Sesiynau briffio
- Darllen dan arweiniad e.e. erthyglau, gwर्सlyfrau, papurau ymchwil, cylchgronau proffesiynol ac ati
- Ymchwil
- Mentora
- Hyfforddiant
- Cysgodi

Dulliau ar gyfer datblygu gwybodaeth a sgiliau

Gall cyfleoedd datblygu fod ar sawl ffurf wahanol. Yn amlach na pheidio, rydym yn meddwl am ddysgu a datblygu fel mynd i gwrs ffurfiol neu weithdy i gwblhau cymhwyster.

Fodd bynnag, mae llawer o'n dysgu'n digwydd drwy brofiadau bob dydd.

Mae yna lawer o ffyrdd gwahanol o ddysgu ac mae'n bwysig defnyddio amrywiaeth o ddulliau gwahanol. Dydy'r rhestr hon ddim yn un derfynol a bydd cymysgedd o weithgareddau dysgu'n cael eu defnyddio i greu 'dull cymysg' fel arfer.

Mae myfyrio ar eich ymarfer yn hanfodol ar gyfer DPP ac ni allwn orbwysleisio hyn:

- Meddylwch am eich camau gweithredu, neu gamau gweithredu pobl eraill, beth ddigwyddodd?
- A oedd y canlyniad i'w ddisgwyl neu'n annisgwyl?

- Beth oedd y canlyniad dymunol?
- Allech chi neu eraill fod wedi gweithredu'n wahanol?
- Ym mha ffordd?
- Pe baech chi'n cael y cyfle i ail-fyw'r eiliad honno, a fyddech chi wedi gwneud yr un peth neu byddech chi wedi gwneud pethau'n wahanol?

Mae'n bwysig hefyd fod myfyrion cael ei ddefnyddio'n gyson fel rhan o'r broses gynllunio – gan feddwl am eich gwybodaeth a'ch sgiliau a nodi eich gobeithion o ran canlyniadau eich dysgu a'ch datblygiad, yna myfyrion ar a gyflawnwyd y rhain ac a oes angen unrhyw beth arall.

Dulliau

- System cyfaill neu 'bydi' – aelod arall o'r staff yn cael ei enwebu i'ch helpu chi i ddysgu
- Ymarfer sgil
- Cael eich rhoi mewn lleoliad neu rôl arall
- Cyfleoedd i weithio ar lefel uwch neu ddirprwyo
- E-ddysgu
- Gweminarau
- Setiau dysgu gweithredol
- Rhwydweithiau / cyfarfodydd / fforymau
- Arsylwi ar eraill yn y gweithle
- Goruchwylio unigolyn/goruchwylio grŵp/goruchwylio gan gyfoedion a myfyrion ar ymarfer
- Ymgymryd â rôl newydd e.e. Llysgennad Gofal

Cofnodi'ch DPP

Mae'n bwysig eich bod chi'n cofnodi'ch DPP wrth ei gyflawni – bydd hyn yn eich helpu i gael y budd mwyaf o unrhyw ddysgu ac yn rhoi cyfle i chi fyfyrion rheolaidd. Gellir ei ddefnyddio ar gyfer goruchwylio ac arfarnu hefyd.

Rydym wedi datblygu dau dempled – mae'r cyntaf yn eich helpu chi i gynllunio'ch dysgu a sut y byddwch yn cyflawni hyn, mae'r ail yn eich helpu chi i fyfyrion ar yr hyn a ddysgwyd ac a oes angen unrhyw beth arall (Atodiad 1).

Rydym hefyd wedi darparu rhai astudiaethau achos sy'n dangos sut y gellir defnyddio DPP i gefnogi'ch datblygiad proffesiynol parhaus (Atodiad 2).

Mae gennym amrywiaeth o adnoddau dysgu ar ein gwefan yn cynnwys:

- [Hyb gwybodaeth a dysgu](#)
- [Y Fframwaith cymwysterau ar gyfer y sector gofal cymdeithasol a gofal plant rheoledig yng Nghymru](#)
- [Safonau Galwedigaethol Cenedlaethol ar gyfer:](#)
 - iechyd a gofal cymdeithasol

- gofal, dysgu a datblygiad plant
- arwain a rheoli gwasanaethau gofal
- gwasanaethau synhwyraidd
- comisiynu, caffael a chontractio
- [Canllawiau hyfforddiant a dysgu ôl-gofrestru](#)
- [Côd ymarfer proffesiynol gofal cymdeithasol](#)
- [Y Côd ymarfer i gyflogwyr gofal cymdeithasol](#)
- [Canllawiau ymarfer gweithwyr cofrestredig Gofal Cymdeithasol Cymru](#)

Rhagor o wybodaeth:

Gall y wybodaeth ganlynol ar ein gwefan fod yn ddefnyddiol:

Cymwysterau

<https://gofalcymdeithasol.cymru/dysgu-a-datblygu/qualifications>

Cofrestru

<https://gofalcymdeithasol.cymru/cofrestru>

Atodiad 1

Rhan A – Cynllunio'ch dysgu

Pa wybodaeth a sgiliau dwi angen eu datblygu?	Beth dwi eisiau / angen ei gyflawni – pa wahaniaeth gaiff hyn?	Pa ddulliau allwn i eu defnyddio?	Pa gymorth fydda i ei angen?	Beth yw fy nyddiadau targed?	Sut fydda i'n gwybod fy mod i wedi cyflawni'r canlyniadau dwi eisiau / angen?

Rhan B – Cofnodi'ch dysgu

Beth wnes i? (math o ddysgu)	Pryd wnes i hyn? (dyddiad)	Faint o amser gymerodd hyn? (mewn dyddiau)	Beth wnes i ddysgu a sut? Sut ydw i wedi rhoi hyn ar waith? Pa wahaniaeth a gafodd hyn? (sut mae wedi cyfrannu at fy swydd)	Ydw i angen unrhyw ddysgu pellach yn y maes hwn?

Astudiaeth achos un

Gweithiwr gofal preswyl plant yw Jane

Gweithwraig gofal preswyl plant yw Jane. Mae wedi bod yn gyflogedig ers pedair blynedd ac yn ddiweddar gofynnwyd iddi a hoffai fod yn uwch weithiwr cymorth. Bydd hyn yn golygu y bydd gan Jane gyfrifoldeb goruchwylio dros bedwar aelod o'r tîm.

Mae Jane yn trafod ei rôl newydd gyda'i rheolwr llinell yn ei sesiwn oruchwylio ac maen nhw'n cytuno bod angen iddi ddatblygu ei gwybodaeth a'i sgiliau ym maes goruchwylio staff er mwyn iddi allu gwneud hyn yn effeithiol.

Maen nhw'n cwblhau cynllun dysgu iddi ac yn ailedrych arno yn y sesiwn oruchwylio nesaf.

Rhan A – Cynllunio'ch dysgu – cynllun dysgu Jane

Pa wybodaeth a sgiliau dwi angen eu datblygu?	Beth dwi eisiau / angen ei gyflawni – pa wahaniaeth gaiff hyn?	Pa ddulliau allwn i eu defnyddio?	Pa gymorth fydda i ei angen?	Beth yw fy nyddiadau targed?	Sut fydda i'n gwybod fy mod i wedi cyflawni'r canlyniadau dwi eisiau / angen?
<p>Gwybodaeth am arferion gorau goruchwylio, yn enwedig sut i roi adborth, beth i'w gofnodi a sut i ymdrin â materion anodd wrth oruchwylio.</p>	<p>Hyder i allu rhoi'r cymorth angenrheidiol i staff wrth oruchwylio a sicrhau fy mod yn gwneud hyn yn gywir.</p>	<p>Mynychu cwrs hyfforddi. Cael mentor. Ymarfer.</p>	<p>Amser i ffwrdd i gael hyfforddiant. Arian i hyfforddi. Mentor.</p>	<p>Un mis (lonawr). Un mis (lonawr). Parhaus.</p>	<p>Fe fyddai'n teimlo'n fwy hyderus i oruchwylio a bydd y rhai rwy'n eu goruchwylio'n teimlo eu bod yn cael eu cefnogi (bydd angen i fi gael adborth ganddyn nhw).</p>

Part B – Recording your learning – Jane’s learning

Beth wnes i? (math o ddysgu)	Pryd wnes i hyn? (dyddiad)	Faint o amser gymerodd hyn? (mewn dyddiau)	Beth wnes i ddysgu a sut? Sut ydw i wedi rhoi hyn ar waith? Pa wahaniaeth a gafodd hyn? (sut mae wedi cyfrannu at fy swydd)	Ydw i angen unrhyw ddysgu pellach yn y maes hwn?
<p>Mynd ar gwrs hyfforddi a drefnwyd gan Gyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (WCVA).</p> <p>Cyfarfod Carol (mentor) a thrafod problemau, pryderon a syniadau. Rydym yn cyfarfod bob pythefnos erbyn hyn.</p>	Dechrau ym mis Ionawr.	Dechrau ym mis Ionawr – parhaus am y ddau fis nesaf.	<p>Pa mor bwysig yw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cynllunio • Cael cytundeb goruchwyllo • Cofnodi’n gywir a sut i roi adborth • Bod goruchwyllo’n adnodd y gellir ei ddefnyddio at ddibenion gwahanol yn cynnwys gwella perfformiad ac ysgogi staff. <p>Dwi wedi cynnal dwy sesiwn oruchwyllo ac mae gen i ddwy arall wedi’u trefnu ar gyfer yr wythnos nesaf. Dwi wedi trafod beth mae’r ddwy ochr am ei gael yn y cytundeb goruchwyllo ac wedi’i ddrafftio. Dwi hefyd wedi siarad am y profiad o oruchwyllo gyda Carol ac wedi myfyrio ar beth y galla i ei wneud yn wahanol y tro nesaf.</p>	Dwi angen mwy o ymarfer goruchwyllo a chyfle i sgwrsio gyda Carol a myfyrio ar beth a lwyddodd a beth hoffwn i ei newid.

Astudiaeth achos dau

Mae Adam yn gweithio fel cynorthwydd gofal mewn cartref gofal

Mae Adam yn gweithio fel cynorthwydd gofal mewn cartref gofal. Mae wedi cwblhau ei ddiploma lefel 2 mewn iechyd a gofal cymdeithasol. Mae gan nifer cynyddol o bobl yn y cartref gofal anghenion gofal dementia a byddai'n hoffi datblygu ei wybodaeth yn y maes hwn. Mae'n trafod hyn gyda'i reolwr yn ei sesiwn oruchwylio ac maen nhw'n datblygu cynllun dysgu.

Mae Adam yn cwblhau'r dysgu ac yn trafod ei DPP mewn sesiwn oruchwylio ychydig fisoedd yn ddiweddarach. Mae wedi cadw cofnod o'i ddysgu ac mae hyn yn ei helpu i arwain y drafodaeth.

Rhan A – Cynllunio’ch dysgu – cynllun dysgu Adam

Pa wybodaeth a sgiliau dwi angen eu datblygu?	Beth dwi eisiau / angen ei gyflawni – pa wahaniaeth gaiff hyn?	Pa ddulliau allwn i eu defnyddio?	Pa gymorth fydda i ei angen?	Beth yw fy nyddiadau targed?	Sut fydda i’n gwybod fy mod i wedi cyflawni’r canlyniadau dwi eisiau / angen?
<p>Pa wybodaeth a sgiliau dwi angen eu datblygu?</p> <p>Gwybodaeth am beth sy’n achosi dementia a sut mae hyn yn effeithio ar bobl.</p> <p>Sut alla i wella fy nealltwriaeth o beth mae pobl sy’n byw gyda dementia yn ei brofi?</p> <p>Sut alla i ddarparu cymorth gwell pan mae pobl mewn trallod?</p> <p>Oes yna unrhyw ffordd y galla i atal pobl rhag teimlo’n drallodus neu’n bryderus?</p>	<p>Bydd dealltwriaeth well yn rhoi rhywfaint o ddirnadaeth i mi o’r ffordd orau o helpu pobl sydd â dementia.</p>	<p>Darllen: edrych ar y we i weld pa wybodaeth sydd ar gael, rheolwr wedi awgrymu Cymdeithas Alzheimer’s; Age Cymru a Gofal Cymdeithasol Cymru fel man cychwyn i weld a oes ganddyn nhw bethau defnyddiol.</p> <p>Mynd ar gwrs hyfforddi – cysylltu ag adran hyfforddi’r awdurdod lleol i weld a oes ganddyn nhw gwrs. Ystyried cwblhau dysgu achrededig, holi Jane (cyn asesydd) am hyn.</p>	<p>Amser i ymchwilio.</p> <p>Amser i ffwrdd i hyfforddi.</p> <p>Arian ar gyfer hyfforddiant.</p> <p>Arian i gwblhau uned gymwysterau.</p>	<p>Tri mis (Tachwedd)</p> <p>Un mis (Medi).</p> <p>Chwech mis (Chwefror).</p>	<p>Dealltwriaeth well o d dementia. Bydd hyn yn fy ngwneud i’n fwy hyderus yn fy ngwaith a gobeithio y byddaf yn gallu darparu gofal a chymorth o ansawdd. Os byddaf yn cwblhau dysgu achrededig bydd hyn yn dangos beth dwi wedi’i ddysgu.</p>

Rhan B – Cofnodi’ch dysgu – dysgu Adam

Beth wnes i? (math o ddysgu)	Pryd wnes i hyn? (dyddiad)	Faint o amser gymerodd hyn? (mewn dyddiau)	Beth wnes i ddysgu a sut? Sut ydw i wedi rhoi hyn ar waith? Pa wahaniaeth a gafodd hyn? (sut mae wedi cyfrannu at fy swydd)	Ydw i angen unrhyw ddysgu pellach yn y maes hwn?
<p>Edrych ar wefannau a’r taflenni gwybodaeth sydd ganddynt. Mae yna lawer o wybodaeth am achosion, arferion gorau, cyfathrebu ac ati. Dwi wedi dechrau ffolder sy’n cael ei chadw yn ystafell y staff i eraill edrych arni hefyd.</p> <p>Fe fues i ar gwrs hyfforddiant ymwybyddiaeth sylfaenol gan yr awdurdod lleol.</p>	<p>Ar ddechrau rhai o fy shifftiau ar ôl trosglwyddo. Hydref.</p>	<p>Un diwrnod. Un diwrnod.</p>	<p>Mae gen i ddealltwriaeth llawer gwell o achosion dementia a dwi’n deall rhywfaint o’r hyn y gallai unigolyn fod yn ei brofi. Dwi’n gwybod nawr nad bod yn ‘anodd’ oedd Mary ond ei bod hi’n ddryslyd a ffwndrus. Mae gen i syniad gwell erbyn hyn o ba mor drallodus mae pobl sy’n byw gyda dementia yn gallu bod a dwi’n meddwl fy mod i’n deall pethau o’u safbwynt nhw ychydig yn well.</p> <p>Dwi’n teimlo nad ydw i’n cynhyrfu cymaint erbyn hyn, os oes rhywun yn ymddangos yn bryderus neu’n flin dwi’n ceisio deall pam a siarad â nhw neu ddefnyddio rhywbeth i dynnu eu sylw neu eu cysuro. Dwi wedi bod yn defnyddio atgofion llawer mwy wrth gyfathrebu ac mae hyn i weld yn helpu. Dwi hefyd wedi dechrau llyfr ‘popeth amdanaf fi’ gyda Mary amdani hi a’i theulu.</p> <p>Dwi’n gobeithio fod yr hyn dwi wedi’i ddysgu yn gwneud gwahaniaeth i’r bobl dwi’n gweithio gyda nhw. Os dwi’n gallu cyfathrebu â nhw’n well a’u deall yn well, fy ngobaith wedyn yw y byddan nhw’n hapusach ac yn llai trallodus.</p>	<p>Fe fyddwn i’n hoffi cael rhagor o hyfforddiant. Dim ond ar y cwrs hyfforddiant ymwybyddiaeth sylfaenol fues i a dwi’n ymwybodol erbyn hyn cyn lleied dwi’n ei wybod go iawn am ddementia!</p>

Rhan B (parhad) – Cofnodi'ch dysgu – dysgu Adam

Beth wnes i? (math o ddysgu)	Pryd wnes i hyn? (dyddiad)	Faint o amser gymerodd hyn? (mewn dyddiau)	Beth wnes i ddysgu a sut? Sut ydw i wedi rhoi hyn ar waith? Pa wahaniaeth a gafodd hyn? (sut mae wedi cyfrannu at fy swydd)	Ydw i angen unrhyw ddysgu pellach yn y maes hwn?
<p>Dwi wedi cyfarfod Jane ac mae wedi gosod aseiniad i fi ar gyfer y dysgu achrededig ar ddementia. Bydd y cwrs hyfforddi a'r taflenni gwybodaeth ar y rhyngrwyd yn helpu gyda hyn.</p>	<p>Rhagfyr.</p>	<p>Un diwrnod.</p>	<p>Ar y cwrs hyfforddi fe ddysgon ni sut i ddefnyddio atgofion fel ffordd o gyfathrebu ac ymgysylltu â phobl sydd â dementia.</p> <p>Fe ddysgon ni hefyd sut i ddechrau a defnyddio llyfryn am y person 'popeth amdanaf fi'. Ro'n i'n meddwl fod hwn yn syniad da iawn.</p> <p>Dwi wedi dechrau'r dysgu achrededig ar ddeall dementia, mae'n helpu fi i fyfrio ar beth ddwi wedi'i ddysgu hyd yn hyn.</p>	

Astudiaeth achos tri

Gweithiwr gofal yw Ffion sy'n cefnogi unigolion yn eu cartrefi

Gweithiwr gofal yw Ffion sy'n cefnogi unigolion yn eu cartrefi eu hunain. Mae wedi bod yn gwneud y swydd hon ers tair blynedd ac yn hapus yn ei gwaith. Mae newydd ddechrau cefnogi Dafydd sy'n byw ar ei ben ei hun ers i'w wraig farw chwe mis yn ôl. Mae gan Dafydd ddiabetes math 2 y mae wedi'i reoli trwy ddeiet hyd yn awr. Mae lefelau siwgr yn ei waed wedi bod yn codi'n araf ers i'w wraig farw ac mae'r nyrs diabetes wedi dweud wrtho efallai y bydd rhaid iddo fynd ar feddyginiaeth. Byddai'n well gan Dafydd reoli'r cyflwr drwy ei ddeiet.

Mae Ffion am ddysgu mwy am ddiabetes a sut all hi helpu Dafydd gyda'i ddewisiadau bwyd.

Rhan A – Cynllunio'ch dysgu – cynllun dysgu Ffion

Pa wybodaeth a sgiliau dwi angen eu datblygu?	Beth dwi eisiau / angen ei gyflawni – pa wahaniaeth gaiff hyn?	Pa ddulliau allwn i eu defnyddio?	Pa gymorth fydda i ei angen?	Beth yw fy nyddiadau targed?	Sut fydda i'n gwybod fy mod i wedi cyflawni'r canlyniadau dwi eisiau / angen?
<p>Dwi am ddysgu mwy am ddiabetes a bwyta'n iach er mwyn i mi allu helpu Dafydd i ddewis bwyd a fydd yn ei helpu i reoli ei lefelau siwgr yn y gwaed.</p>	<p>Dylai hyn fy helpu i gefnogi Dafydd i aros yn iach.</p>	<p>Fe fydda i'n gwneud rhywfaint o ymchwil i ddiabetes, mae gan Dafydd daflenni ffeithiau o'r clinig diabetes ond fe hoffwn i wybod mwy. Fe fydda i'n gofyn i Dafydd a fyddai'n fodlon i mi ddod gydag ef i'w apwyntiad nesaf gyda'r nyrs diabetes er mwyn i ni allu holi cwestiynau am y math o bethau y dylai eu bwyta ac agor ffolder efallai am syniadau ar gyfer prydau bwyd.</p>	<p>Cyngor gan y nyrs diabetes yn bennaf. Bydd angen i fi gael fy rhoi ar rota ar gyfer yr apwyntiad nesaf yn y clinig diabetes mewn pythefnos.</p>	<p>Tair wythnos – diwedd Chwefror.</p>	<p>Pan fydd Dafydd yn gallu rheoli lefel siwgr ei waed.</p>

Rhan B – Cofnodi'ch dysgu – dysgu Ffion

Beth wnes i? (math o ddysgu)	Pryd wnes i hyn? (dyddiad)	Faint o amser gymerodd hyn? (mewn dyddiau)	Beth wnes i ddysgu a sut? Sut ydw i wedi rhoi hyn ar waith? Pa wahaniaeth a gafodd hyn? (sut mae wedi cyfrannu at fy swydd)	Ydw i angen unrhyw ddysgu pellach yn y maes hwn?
<p>Fe wnes i edrych ar wefan Diabetes UK – mae'n cynnwys llawer o wybodaeth a ryseitiau bwyta'n iach. Fe fues i yn y clinig gyda Dafydd hefyd a chawsom sgwrs gyda'r nyrs diabetes; fe'n helpodd ni i ddeall pwysigrwydd deiet iach, dda a bod mwy i'r peth nag osgoi bwydydd llawn siwgr. Dwi hefyd wedi lawrlwytho llun o'r plât 'bwyta'n dda' gan y bydd hwn yn helpu i atgoffa Dafydd beth yw diet da.</p>	<p>Chwefror.</p>	<p>Un diwrnod.</p>	<p>Mae Dafydd a finnau wedi gwneud rhestr o'i hoff fwydydd a'i gas fwydydd a dwi wedi creu ffolder sy'n cynnwys hyn a rhai o'r ryseitiau o'r clinig diabetes a Diabetes UK. Rydym wedi cysylltu â grŵp diabetes lleol sy'n cyfarfod yn wythnosol hefyd. Mae Dafydd wedi dechrau mynd iddo ac mae'n cael cyngor da ac yn mwynhau'r cwmni.</p>	<p>Dwi wir wedi mwynhau dysgu mwy am fwyta'n iach ac fe hoffwn i fynd ar gwrs maetheg nesaf – dwi'n meddwl y byddai hyn yn fy helpu gyda llawer o'r bobl dwi'n eu cefnogi.</p>

Astudiaeth achos pedwar

Mae Sharon yn rheolwr gwasanaeth byw â chymorth

Mae Sharon yn rheolwraig gwasanaeth byw â chymorth i dri unigolyn. Mae hi a'i thîm wedi bod yn defnyddio'r model Cymorth Gweithredol am nifer o flynyddoedd fel ffordd o ddatblygu sgiliau annibynnol yr unigolion sy'n derbyn cymorth ganddynt.

Mae'r sefydliad y mae Sharon yn gweithio iddo newydd gael ei ad-drefnu a gofynnwyd i Sharon reoli lleoliad ychwanegol. Mae gan yr unigolion sy'n defnyddio'r gwasanaeth anghenion mwy cymhleth na'r rhai y mae'n gweithio gyda nhw ar hyn o bryd; mae gan ddau unigolyn anabledau corfforol ac anabledd dysgu ac mae gan y trydydd anawsterau colli golwg a symud. Mae Sharon wedi ymweld â'r lleoliad sawl gwaith ac yn pryderu nad ydynt yn cymryd rhan mewn gweithgareddau bob dydd. Byddai'n hoffi cyflwyno'r model Cymorth Gweithredol fel dull o'u cael i gymryd mwy o ran ond mae ganddi ryw faint o bryderon am ei lefel gwybodaeth i allu gwneud hyn.

Mae Sharon yn trafod hyn gyda'i rheolwr llinell mewn sesiwn oruchwyllo ac maen nhw'n cynllunio ei dysgu.

Rai misoedd yn ddiweddarach, mae Sharon yn cael ei harfarniad blynyddol gyda'i rheolwr ac fel rhan ohono mae'n mynd â chofnod o'i dysgu i drafod ei DPP.

Rhan A – Cynllunio’ch dysgu – cynllun dysgu Sharon

Pa wybodaeth a sgiliau dwi angen eu datblygu?	Beth dwi eisiau / angen ei gyflawni – pa wahaniaeth gaiff hyn?	Pa ddulliau allwn i eu defnyddio?	Pa gymorth fydda i ei angen?	Beth yw fy nyddiadau targed?	Sut fydda i’n gwybod fy mod i wedi cyflawni’r canlyniadau dwi eisiau / angen?
<p>Deall yn well y gwahanol ddulliau y gellir eu defnyddio i gefnogi pobl ag anghenion mwy cymhleth i gymryd rhan a datblygu eu sgiliau.</p> <p>Sut i gynnal sesiynau hyfforddi 1:1 gyda staff ‘ar y swydd’ fel ffordd o’u cefnogi i ddatblygu sgiliau sy’n helpu pobl i gymryd mwy o ran.</p> <p>Gwybodaeth am faterion sy’n gysylltiedig â cholli golwg.</p> <p>Sut i reoli newid mewn tîm.</p>	<p>Dwi am weithredu’r model Cymorth Gweithredol yn y lleoliad newydd. I wneud hyn, bydd angen i staff ddatblygu eu gwybodaeth a’u sgiliau am ddefnyddio’r model a’i dderbyn fel ffordd gadarnhaol o weithio.</p> <p>Dwi am i hyn arwain at fwy o gyfraniad gan bobl sy’n byw yn y lleoliad fel eu bod yn cymryd mwy o ran yn eu gweithgareddau bob dydd ac yn dechrau datblygu sgiliau.</p>	<p>Edrych ar Safonau Gofynnol Cenedlaethol i weld a oes rhai a fyddai’n rhoi arweiniad i fi ar y wybodaeth a’r sgiliau sydd eu hangen.</p> <p>Hyfforddiant ar ddefnyddio hyfforddiant rhyngweithiol.</p> <p>Ymarfer hyfforddiant rhyngweithiol gyda staff.</p> <p>Gweithio gyda’r tri unigolyn sy’n defnyddio’r gwasanaeth, dod i’w nabod – eu hoff bethau a’u cas bethau, beth maen nhw’n gallu ei wneud, faint o gymorth maen nhw ei angen i gymryd rhan.</p> <p>Cyfarfod therapydd galwedigaethol a thrafod problemau /gofyn am gyngor.</p> <p>Cael hyfforddiant ar golli golwg a chwblhau’r dysgu achrededig ar ddeall nam ar y synhwyrâu.</p> <p>Cwblhau dysgu achrededig ar arwain y model Cymorth Gweithredol ac arwain hyfforddiant rhyngweithiol.</p> <p>Cael hyfforddiant ar reoli newid.</p>	<p>Hyfforddwr.</p> <p>Cyllideb i allu cael hyfforddiant a chwblhau unedau cymwysterau.</p> <p>Asesydd ar gyfer y dysgu achrededig.</p>	<p>Un mis (Rhagfyr).</p> <p>Dau fis (Ionawr).</p> <p>Dau fis (Ionawr).</p> <p>Un mis (Rhagfyr).</p> <p>Un mis (Rhagfyr).</p> <p>Tri mis (Mawrth).</p> <p>Naw mis (Awst).</p> <p>Chwech mis (Mehefin).</p>	<p>Fe fydda i’n gallu darparu cymorth i ddefnyddwyr y gwasanaeth yn fwy hyderus.</p> <p>Fe fydda i’n fwy hyderus i roi adborth i’r staff ar y ffordd maen nhw’n cefnogi’r bobl i gymryd rhan mewn gweithgareddau.</p> <p>Bydd staff yn teimlo’n fwy brwdfrydig yn eu gwaith.</p> <p>Dylai’r tri unigolyn sy’n byw yn y lleoliad gymryd mwy o ran.</p>

Rhan B – Cofnodi’ch dysgu – dysgu Sharon

Beth wnes i? (math o ddysgu)	Pryd wnes i hyn? (dyddiad)	Faint o amser gymerodd hyn? (mewn dyddiau)	Beth wnes i ddysgu a sut? Sut ydw i wedi rhoi hyn ar waith? Pa wahaniaeth a gafodd hyn? (sut mae wedi cyfrannu at fy swydd)	Ydw i angen unrhyw ddysgu pellach yn y maes hwn?
<p>Cyfarfod Mark Evans, therapydd galwedigaethol, am drafodaeth.</p> <p>Cytunodd Ann Jones i’m hyfforddi. Cefais sesiwn 1:1 ar hyfforddiant rhyngweithiol ac fe fuodd hi’n arsylwi arna’i yn rhoi adborth i’r staff mewnol.</p> <p>Fues i’n gweithio ar shifft gyda phob person sy’n byw yn y tŷ i ddod i’w nabod yn well, dod i wybod am eu hoff bethau a’u cas bethau ac ati. Fues i’n siarad â’u teuluoedd a’r staff hefyd ac yn darllen eu ffeiliau achos. Ac fe fues i’n arsylwi ar yr hyn oedd yn digwydd.</p>	<p>Rhagfyr.</p> <p>Ionawr – Ebrill.</p> <p>O Ionawr ymlaen.</p>	<p>Un diwrnod.</p> <p>Tri diwrnod.</p> <p>Tri diwrnod.</p>	<p>Dysgais ddulliau gwahanol o ddarparu cymorth – addasu tasgau, defnyddio cymhorthion, defnyddio cymorth ymarferol. Dysgais ddulliau gwahanol o ddarparu adborth i staff hefyd, yn enwedig eu cael i werthuso eu perfformiad eu hunain yn gyntaf.</p> <p>Gwelais eu bod yn gwybod beth wnaethon nhw’n dda a beth sydd angen ei wella eu hunain fel arfer. Dim ond cadarnhau hyn oedd fy adborth i yn ei wneud.</p> <p>Mae’r bobl sy’n byw yn y tŷ yn cymryd mwy o ran erbyn hyn, mae’r staff yn frwdfrydig iawn ac yn meddwl am syniadau creadigol. Mae yna fwy o agwedd ‘gallu gwneud’ am y lle.</p> <p>Sesiynau hyfforddi rheolaidd gyda staff newydd yn y tŷ a phan fo staff cyfredol yn cael trafferth i gefnogi rhywun i gymryd rhan mewn tasg benodol.</p> <p>Fe ddefnyddiais i hyn fel sail i’m cyngor i staff mewn sesiynau hyfforddi.</p> <p>Dwi’n teimlo fy mod i mewn sefyllfa well i deilwra’r gwasanaeth i ddiwallu anghenion pobl nawr a chefnogi staff i wneud hyn.</p>	<p>Byddai rhywbeth ar dechnoleg gynorthwyl yn ddefnyddiol - dysgu mwy am y cymhorthion a’r addasiadau sydd ar gael.</p>

Rhan B (parhad)– Cofnodi’ch dysgu – dysgu Sharon

Beth wnes i? (math o ddysgu)	Pryd wnes i hyn? (dyddiad)	Faint o amser gymerodd hyn? (mewn dyddiau)	Beth wnes i ddysgu a sut? Sut ydw i wedi rhoi hyn ar waith? Pa wahaniaeth a gafodd hyn? (sut mae wedi cyfrannu at fy swydd)	Ydw i angen unrhyw ddysgu pellach yn y maes hwn?
<p>Cefais hyfforddiant ar nam ar y synhwyrâu a chwblhau’r dysgu achrededig ar nam ar y synhwyrâu, arwain y model Cymorth Gweithredol ac arwain hyfforddiant rhyngweithiol</p> <p>Dwi heb gael hyfforddiant ar reoli newid eto gan nad ydw i wedi dod o hyd i gwrs. Dwi wedi edrych ar y Safonau Gofynnol Cenedlaethol ar reoli newid serch hynny a’u cael yn ddefnyddiol.</p>	<p>Mis Mawrth. Dwi newydd ddechrau’r rhain. Ro’n i’n gobeithio dechrau’n gynt ond cefais drafferth yn cael asesydd. Dwi’n disgwyl gorffen mis nesaf. Efallai y bydd hi’n werth ystyried cwblhau cymhwyster asesydd os oes galw am y dysgu hwn.</p>	<p>Wyth diwrnod.</p>	<p>Dysgais lawr am y tri unigolyn a oedd yn byw yn y tŷ, beth maen nhw’n ei fwynhau, sut maen nhw’n cyfathrebu, beth maen nhw’n gallu ei wneud a lefel y cymorth sydd ei hangen arnyn nhw i gymryd rhan.</p> <p>Achosion nam ar y golwg a’r clyw, y ffyrdd gorau o gefnogi cyfathrebu, sut i arwain unigolyn, sut i ddefnyddio lliwiau gwrthgyferbyniol i helpu, pwysigrwydd cynllun ystafell, cadw pethau yn yr un lle ac ati. Mae hyn yn ymddangos yn amlwg pan rydych chi’n gwybod hynny ond roedd yna gymaint o bethau nad oeddwn i wedi meddwl amdany’n nhw.</p> <p>Dwi wedi defnyddio fy nysgu fel sail i’r mathau o gymorth rydym yn eu defnyddio. Mae wedi fy helpu i gyfathrebu’n fwy effeithiol hefyd.</p> <p>Bu’n gymorth i weld lefel a math y cymorth a gynigir.</p>	

Astudiaeth achos pump

Ymarferydd meithrin lefel 3 yw Jodie

Ymarferydd meithrin lefel 3 yw Jodie. Mae'r feithrinfa y mae Jodie'n gweithio ynddi'n awyddus i wella a datblygu cwricwlwm y Cyfnod Sylfaen, yn enwedig y defnydd o Gymraeg yn y feithrinfa. Gofynnwyd i Jodie fod yn gyfrifol am arwain y gwaith o wella'r ddarpariaeth Gymraeg ar draws holl feysydd cwricwlwm y Cyfnod Sylfaen.

Treuliodd Jodie amser gyda'i goruchwyliwr yn y sesiynau goruchwylio i edrych ar unrhyw feysydd gwybodaeth sydd angen iddi eu datblygu o bosib.

Maen nhw'n cwblhau cynllun dysgu a datblygu iddi ac yn ailedrych arno yn ei sesiwn oruchwylio nesaf.

Rhan A – Cynllunio'ch dysgu – cynllun dysgu Jodie

Pa wybodaeth a sgiliau dwi angen eu datblygu?	Beth dwi eisiau / angen ei gyflawni – pa wahaniaeth gaiff hyn?	Pa ddulliau allwn i eu defnyddio?	Pa gymorth fydda i ei angen?	Beth yw fy nyddiadau targed?	Sut fydda i'n gwybod fy mod i wedi cyflawni'r canlyniadau dwi eisiau / angen?
<p>Gwybodaeth am feysydd dysgu'r cyfnod sylfaen yn enwedig datblygiad y Gymraeg.</p>	<p>Gwell dealltwriaeth a gwybodaeth a mwy o hyder.</p>	<p>Mynd ar gwrs hyfforddi. Ymweld â lleoliad arall. Cael mentor ac athro cynghori. Ymarfer.</p>	<p>Amser i ffwrdd i hyfforddi. Arian i hyfforddi. Mentor/Athro Cynghori.</p>	<p>Un mis lonawr os oes cwrs priodol ar gael. Un mis. Parhaus.</p>	<p>Dealltwriaeth well o'r Gymraeg a diwylliant. Byddai hyn yn fy ngwneud i'n fwy hyderus yn fy ngwaith ac yn arwain at gynnydd sylweddol yn y ddarpariaeth Gymraeg.</p>

Rhan B – Cofnodi’ch dysgu – dysgu Jodie

Beth wnes i? (math o ddysgu)	Pryd wnes i hyn? (dyddiad)	Faint o amser gymerodd hyn? (mewn dyddiau)	Beth wnes i ddysgu a sut? Sut ydw i wedi rhoi hyn ar waith? Pa wahaniaeth a gafodd hyn? (sut mae wedi cyfrannu at fy swydd)	Ydw i angen unrhyw ddysgu pellach yn y maes hwn?
<p>Mynd i weithdy sgiliau Cymraeg deuddydd a drefnwyd gan y Gymdeithas Meithrinfeydd Dydd Cenedlaethol.</p> <p>Cyfarfod Vicki (mentor) a siarad am broblemau, pryderon a syniadau. Cyfarfod ag athro cyngori Cyfnod Sylfaen o’r awdurdod lleol.</p> <p>Ymweld â lleoliad arall.</p>	<p>Rhagfyr/Ionawr.</p> <p>Dechrau yn Ionawr – mae hyn yn parhau a dan oruchwyliaeth.</p> <p>Rhagfyr.</p>	<p>Dau ddiwrnod.</p> <p>12 diwrnod.</p> <p>Un diwrnod.</p>	<p>Sut mae defnyddio’r Gymraeg gydol y dydd gyda chydweithwyr, rhieni a’r plant.</p> <p>Manteision a gwerth defnyddio’r Gymraeg. Mwy hyderus wrth ddefnyddio’r Gymraeg.</p> <p>Sut i ddefnyddio’r Gymraeg ar draws meysydd y cwricwlwm. Sut i gynllunio ar gyfer y Gymraeg ar draws y cwricwlwm.</p> <p>Sut i asesu dysgu plant. Pa adnoddau dwi eu hangen.</p> <p>Sut i gynnwys y Gymraeg yn yr holl weithgareddau ac ymhob rwtîn.</p> <p>Dwi wedi cynyddu fy nefnydd o’r Gymraeg. Dwi wedi sicrhau bod yr holl waith cynllunio’n cynnwys y Gymraeg.</p> <p>Dwi’n teimlo’n fwy hyderus; mae gwaith cynllunio’r cwricwlwm yn adlewyrchu’r Gymraeg yn yr holl weithgareddau. Mae asesiadau’r plant wedi dangos bod defnydd, gwybodaeth a hyder y plant wedi cynyddu hefyd.</p> <p>Dwi wedi dilyn canllawiau’r athro cyngori.</p> <p>Drwy ymweld â lleoliad arall dwi wedi gallu myfyrio ar sut galla i wella ac addasu’r hyn rydym ni’n ei wneud yn y feithrinfa.</p>	<p>Dwi angen mwy o ymarfer a hyder wrth ddefnyddio’r Gymraeg ar draws y cwricwlwm a’r cyfle i drafod gyda fy athro cyngori a’r mentor.</p> <p>Bydd hyn yn fy helpu i fyfyrio ar beth a lwyddodd a beth hoffwn i ei wella.</p> <p>Bydd Athro Cyngori’r Cyfnod Sylfaen yn parhau i’r cefnogi i a gweithredu newidiadau.</p>