

Adnodd 1

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr **PECYN HYFFORDDI**



Noddir gan
Lywodraeth Cymru
Sponsored by
Welsh Government

CYFLWYNIAD A CHEFNDIR

Yn 2010, cyhoeddodd Cyngor Gofal Cymru ganlyniadau astudiaeth 18 mis o'r gweithlu gofal yn y cartref.¹ Canfu'r adroddiad bod 96% o oriau gofal blynyddol yng Nghymru yn cael eu darparu gan ofalwyr di-dâl. Nid oes syndod felly, mai un o argymhellion yr adroddiad hwn oedd rhoi mwy o gymorth i waith gofalwyr. Ymatebodd Cyngor Gofal Cymru i'r argymhelliad hwn drwy gomisiynu ymchwiliad pellach ac ar ddechrau 2012, cyhoeddodd adroddiad ar fynediad gofalwyr i hyfforddiant.²

Roedd yr adroddiad hwn yn cynnwys yr argymhellion, a gododd yn uniongyrchol o drafodaethau gyda'r gofalwyr eu hunain, sef "darparwyr gofal cymdeithasol a darparwyr gwasanaethau eraill a delir yn cynnig hyfforddiant ac 'arddangosiadau' i ofalwyr di-dâl yn eu cartrefi eu hunain. Gallai arddangos fod yn fodel o ddarparu mwy derbyniol er mwyn osgoi pryderon am risgiau ac atebolrwydd" a "Darparwyr gofal cymdeithasol a darparwyr gwasanaethau eraill a delir yn rhoi hyfforddiant ac arddangosiadau i ofalwyr di-dâl mewn cartrefi gofal, canolfannau dydd neu adnoddau priodol tebyg". Mae'r adroddiad yn datgan bod modd darparu cymorth i weithwyr gofal cymdeithasol a gweithwyr eraill yn y rôl arddangos hon drwy ddatblygu uned/au ar gyfer colofn Dysgu Gydol Oes gyda Sicrwydd Ansawdd (QALL) Fframwaith Credydau a Chymwysterau Cymru (CQFW).

Ystyriwyd y byddai datblygu rhaglen hyfforddi ac uned QALL ar gyfer arddangoswyr gofal a delir yn gallu arwain at y manteision canlynol:

- Gwella'r amrywiaeth eang o wasanaethau a chymorth a fyddai ar gael i ofalwyr
- Cyfrannu at wasanaeth diogel i ofalwyr
- Darparu gwybodaeth hanfodol drwy 'gyfeirio' at adnoddau a manteision y gallai gofalwyr a'r unigolion sy'n derbyn cymorth eu defnyddio
- Hwyluso dull cenedlaethol o gynorthwyo gofalwyr
- Cyfrannu at y newid diwylliannol i wasanaethau a chanlyniadau sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn a dinasyddion yng Nghymru
- Cefnogi trefniadau atal a gofal yn y cartref hanfodol yn unol ag agenda *Gwasanaethau Cymdeithasol Cynaliadwy*³ a'r *Bil Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru)*
- Cyfrannu at yr ystod o gyfleoedd dysgu a chymwysterau sydd ar gael i staff gofal cymdeithasol ac iechyd, yn arbennig ar gyfer datblygiad proffesiynol parhaus (CPD)
- Gwella'r opsiynau sydd ar gael i'r rhai sy'n comisiynu gwasanaethau gofalwyr

¹ Gofal yn y Cartref: Heriau, Posibiliadau a Goblygiadau ar gyfer y Gweithle yng Nghymru, Cyngor Gofal Cymru, 2010

² Cefnogi Mynediad Cynhalwyr Di-dâl i Hyfforddiant yng Nghymru, Cyngor Gofal Cymru, 2012

³ Gwasanaethau Cymdeithasol Cynaliadwy i Gymru: Fframwaith Gweithredu, 2013

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

Dechreuodd y prosiect ym mis Medi 2012 drwy sefydlu grŵp llywio. Bu'r aelodau'n gyfrifol am lywio'r gwaith o ddatblygu uned ddysgu o'r enw 'Cynorthwyo Cynhalwyr trwy Arddangos Technegau Gofal Ymarferol'.⁴ Datblygwyd rhaglen hyfforddiant dau ddiwrnod i ddarparu'r uned hon ac fe'i hysbysebwyd i ddarparwyr gofal yn y rhanbarth treialu. Roedd y gwaith o ddarparu'r rhaglen hyfforddi ym mis Ionawr 2013 yn cyd-daro â gwaith gan Agored Cymru a Chyngor Gofal Cymru i osod yr uned ar golofn Dysgu Gydol Oes gyda Sicrwydd Ansawdd Fframwaith Credydau a Chymwysterau Cymru. Ar ôl gwerthuso'r cynllun peilot, datblygwyd y pecyn adnoddau hwn i gynorthwyo'r gwaith o gyflwyno'r cyfle dysgu a datblygu hwn ledled Cymru.

Amcanion y Cwrs

Cynlluniwyd y cwrs i gyflwyno nifer o werthoedd ac egwyddorion sy'n rhan hanfodol o'r broses o arddangos gofal. Y pwysicaf o'r rhain yw ymarfer sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn. Yn y cyd-destun hwn, dylid canolbwyntio'n arbennig ar anghenion y gofalwr di-dâl. Diben defnyddio sgiliau gwranddo, meithrin perthynas a chydweithio yw ennyn amrywiaeth eang ac arloesol o ymatebion i anghenion gofalwyr di-dâl. Efallai y bydd angen annog dysgwyr i feddwl y tu hwnt i'w technegau gofal cyfredol a chroesawu safbwynt y gofalwr di-dâl i nodi ymyriadau a allai gael effaith ehangach ar ansawdd bywyd y gofalwr di-dâl.

Mae mentro mewn modd cadarnhaol yn agwedd arall ar yr hyfforddiant sy'n tanlinellu dull arloesol. Gall tiwtoriaid annog dysgwyr i feddwl sut i ddiwallu anghenion pan fo risg yn bodoli. Rhaid cydweithredu a pharchu hawliau'r unigolyn wrth weithio fel hyn er mwyn sicrhau cyn lleied o risg â phosibl, ond dylid hefyd ymateb yn gymesur wrth asesu risg.

Mae profiad y cwrs peilot a'r adborth gan ofalwyr wedi dangos ei bod hi'n werth cyfeirio at yr adnoddau sydd ar gael i ofalwyr di-dâl. Gall tiwtoriaid ystyried cyfansoddiad y grŵp wrth gynllunio cyrsiau, mae grwpiau cymysg yn debygol o ehangu gwybodaeth y dysgwr unigol o'r adnoddau sydd ar gael mewn ardaloedd penodol. Mae 'Rhestr Wirio'r Arddangoswr' yn cynnwys cyfeiriadau at adnoddau a gall tiwtoriaid sôn wrth y dysgwr pa mor fuddiol fyddai datblygu eu pecynnau adnoddau eu hunain.

Grŵp Targed

Dylai'r gynulleidfa darged ar gyfer yr hyfforddiant fod 'ymarferwyr cymwysedig a phrofiadol y cytunwyd bod arddangos yn rhan o'u swydd'. Gallai rhagofynion buddiol gynnwys:

- swydd sy'n cynnwys cynnal arddangosiadau i ofalwyr (gyda diffiniad clir o beth yw ystyr hyn)
- parodrwyd i gael asesiad; dealltwriaeth o fanteision cael eich asesu a chwblhau'r uned QALL
- ymwybyddiaeth ac ymrwymiad y rheolwr llinell i ehangu rôl y darpar weithiwr er mwyn croesawu dulliau gweithio arloesol yn unol â *Mesur Strategaethau ar gyfer Gofalwyr (Cymru) 2010*

Y Pecyn Hyfforddiant

Cynlluniwyd y pecyn hwn i ddarparu set lawn o ddeunyddiau i gyflwyno'r cwrs a gwybodaeth gefndir i diwtoriaid. Gellir cyflwyno'r cwrs ar y cyd â deunyddiau asesu unedau cysylltiedig Agored Cymru ar gyfer y rhai sydd am ennill cydnabyddiaeth ffurfiol a chredyd, neu fel rhaglen Datblygiad Proffesiynol Parhaus sy'n para deuddydd. Mae'r deunyddiau hyfforddi'n canolbwyntio ar ddau gyflwyniad PowerPoint undydd a'u cynlluniau gwersi a nodiadau tiwtoriaid/hyfforddwyr cysylltiedig. Mae'r rhain yn cyd-fynd â deilliannau dysgu a meini prawf asesu'r Uned QALL. Rhoddir sylw i'r gofynion gwybodaeth yn ystod y diwrnod cyntaf, a'r cyfleoedd ar gyfer arddangosiadau gofal efelychol ar yr ail ddiwrnod.

⁴ Cynorthwyo Cynhalwyr trwy Arddangos Technegau Gofal Ymarferol, Adroddiad Gwerthuso, Cyngor Gofal Cymru, 2013 (website location needed)

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

Mae'r pecyn hyfforddi'n cynnwys y canlynol:

- Cynlluniau gwersi
- Trosolwg o gynnwys yr hyfforddiant
- Cyflwyniad hyfforddi mewn PowerPoint gyda nodiadau i'r hyfforddwr
- Taflenni gweithgareddau ategol (ymarfer adborth, ffurflen adborth i'r arddangoswr, gofalwr, sylwedydd/defnyddiwr gwasanaethau, cyfarwyddiadau ar efelychu)
- Rhestr wirio'r arddangoswr ar gyfer gwaith paratoi a chynllunio
- Rhestr ddarllen a deunydd cyfeirio'r hyfforddwr
- Llyfr gwaith ar gyfer asesu gwybodaeth ac i'r dysgwyr gofnodi/myfyrio
- Ffurflen werthuso
- Holiadur adborth ymchwil
- Dogfen cofnodi tystiolaeth llygad-dyst arbenigol

Deunyddiau Asesu

Bydd angen i ddysgwyr sydd am gwblhau uned Agored Cymru gyflawni rhai gweithgareddau ychwanegol a asesir i ddarparu tystiolaeth o'u cymhwysedd a'u gwybodaeth. Mae'r rhain i'w cael yn y pecyn ac yn cynnwys:

Llyfr gwaith gwybodaeth

Dogfennau cynllunio a gwerthuso arddangosiad gofal

Dogfen cofnodi tystiolaeth asesydd/llygad-dyst arbenigol o ymarfer a arsylwyd arno

Uned Dysgu Gydol Oes gyda Sicrwydd Ansawdd (QALL)

Er mwyn cyflwyno'r uned QALL (a gynigir drwy Agored Cymru ar hyn o bryd) bydd rhaid i ddysgwyr gofrestru gyda chanolfan a gymeradwy-wyd gan Agored Cymru a bydd rhaid i aseswyr gael cymwysterau asesu yn unol â gofynion Agored Cymru. Bydd angen i'r broses o ddarparu addysg, asesu a sicrwydd ansawdd gyd-fynd â gofynion Agored Cymru hefyd. Mae'r uned hon yn fonws ychwanegol i'r hyfforddiant, sy'n rhoi cydnabyddiaeth a gwerth i'r dysgu a gwblhawyd ac yn golygu y gellir safoni ymarfer ledled Cymru drwy gymwysedd a aseswyd, ond nid yw hyn yn ofyniad.

Mae gan ddarpar ddarparwyr yr uned nifer o opsiynau:

1. Cofrestriad ac asesiad dysgwyr drwy ganolfan a gymeradwywyd gan Agored Cymru. Mae'r rhan fwyaf o golegau yng Nghymru a nifer o sefydliadau gwirfoddol yn ganolfannau cymeradwy a gall Agored Cymru ddarparu manylion canolfannau yn eich ardal chi: www.agored.org.uk
2. Dod yn ganolfan sy'n gymeradwy gan Agored Cymru er mwyn darparu'r cymhwyster. Mae gwybodaeth ar ennill cymeradwyaeth ar y wefan uchod.
3. Ffurio partneriaeth gyda chanolfan Agored Cymru. Gallai hyn olygu bod eich sefydliad chi'n darparu'r hyfforddiant a/neu'r asesu gyda chanolfan Agored Cymru'n darparu'r trefniadau sicrwydd ansawdd, cofrestru ac ardystio gofynnol.

ADNODDAU'R PECYN HYFFORDDI

| | |
|--|--|
| Ffeil gyflwyno Adnodd 1 | Trosolwg o'r cwrs, ar gyfer pwy mae'r cwrs a'r defnydd posibl. Bydd gwybodaeth am yr asesu a'r rhai sy'n cymryd rhan yn helpu i sicrhau targedu clir ac egluro elfen asesu'r rhaglen. |
| Uned Dysgu Gydol Oes gyda Sicrwydd Ansawdd (QALL) | Mae'r uned lawn, Cynorthwyo gofalwyr trwy arddangos technegau gofal ymarferol, sy'n ymddangos ar golofn Dysgu Gydol Oes gyda Sicrwydd Ansawdd y Fframwaith Credydau a Chymwysterau Cymru, i'w chael ar wefan Agored Cymru: https://www.agored.org.uk/default.aspx?id=236&opusid=CDB592&natcode=PT13CY080 |
| Cynlluniau gwersi Adnodd 2-7 | Mae'r rhain yn bwrw golwg ar y chwe maes allweddol a'u cysylltiad â gwybodaeth a sgiliau'r uned (Cynorthwyo gofalwyr trwy arddangos technegau gofal ymarferol). |
| Trosolwg o gynnwys hyfforddiant Adnodd 8 | Crynodebau o gynnwys y ddau ddiwrnod o hyfforddiant sy'n rhoi arweiniad ar y meysydd a fydd yn cael sylw. Mae hwn yn gweithio gyda'r cynlluniau gwersi. |
| Cyflwyniadau Adnodd 9-10 | Datblygwyd y rhain i'w defnyddio yn y ddau ddiwrnod o hyfforddiant ac maent yn cynnwys nodiadau canllaw i hwyluswyr. |
| Tafenni gweithgaredd Adnodd 11-14 | Defnyddiwyd y rhain yn ystod y dyddiau hyfforddi mewn gweithgareddau. Mae cyfarwyddiadau ar roi adborth ar y gweithgaredd yn ymddangos ar y PowerPoint ac mae'r gwaith paratoi ar gyfer yr arddangosiad efelychol hefyd ar y PowerPoint, ond gellir ei ddsbarthu fel taflen hefyd. |
| Rhestr wirio'r arddangoswr Adnodd 15 | Rhestr Wirio'r Arddangoswr (yn deillio o awgrymiadau gan Grŵp Llywio Fforwm Cynhalwyr Sir Gaerfyrddin a'r rhai sydd ar y cwrs) y gellid ei defnyddio yn yr hyfforddiant fel dull o gynllunio a pharatoi arddangosiadau ac yn ehangach, i wella ymarfer i gynorthwyo cynhalwyr. |
| Prawf arddulliau dysgu VAKs | Mae yna enghraifft ar wefan 'businessballs': www.businessballs.com/vaklearningstylestest.htm |
| Rhestr ddarllen hyfforddwyr a deunyddiau cyfeirio Ffeil CDF 16 | Cyfeiriadau ategol defnyddiol i hyfforddwyr/hwyluswyr y gall dysgwyr sydd am ddysgu mwy eu defnyddio hefyd. |
| Llyfr gwaith Adnodd 17 | Defnyddir y llyfrau gwaith i asesu gwybodaeth a dealltwriaeth o'r uned. Gellir eu dosbarthu cyn i'r hyfforddiant ddechrau a'u cyflwyno fel copi caled neu gopi electronig. Efallai y bydd angen cysoni'r tudalennau gan fod yna lawer o focsys a thempledi a all amrywio ar systemau gwahanol. |
| Ffurflen werthuso Adnodd 18-19 | Un ar gyfer y rhai sy'n cymryd rhan yn y cwrs, a'r llall ar gyfer y cynhaliwr yn cymryd rhan yn yr arddangosiad sy'n cael ei arsylwi gan reolwr/llygad-dyst arbenigol neu asesydd. |
| Dogfen cofnodi tystiolaeth y llygad-dyst arbenigol Adnodd 20 | I'w defnyddio wrth arsylwi ar yr unigolyn yn cael ei asesu ar gyfer yr uned Dysgu Gydol Oes gyda Sicrwydd Ansawdd (QALL). Mae'n rhaid iddo fod yn weithgaredd gwaith go iawn a rhaid iddo gyfateb i ofynion cymwyseddau asesu'r uned. Bydd angen rhoi'r ddogfen i'r asesydd ar ôl ei chwblhau. |
| Holiadur ymchwil Adnodd 21 | Bydd yr holiadur hwn yn gyfle i chi roi gwybodaeth am eich cwrs ac adborth ar ddeunyddiau'r pecyn cyflawni. |

CYNLLUN GWERS CYFLWYNO

| | | | |
|--|--|---------------|---------|
| Teitl Y Wers: | Cyflwyniad i gynorthwyo gofalwyr drwy arddangos technegau a sgiliau gofal ymarferol | | |
| Nifer Y Myfyrwyr: | 20 | Hyd Y Sesiwn: | 0.5 awr |
| Nod Y Wers: | Nodi pam y gallai arddangosiadau fod yn fuddiol neu'n angenrheidiol a beth yw arddangosiad | | |
| Amcanion: Erbyn diwedd y sesiwn bydd dysgwyr yn gallu: | | | |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Disgrifio cyd-destun a chefnidir yr hyfforddiant a'r fenter 'arddangos' 2. Nodi diben a manteision arddangosiad a beth yw 'arddangosiad' | | | |
| Asesiad: Bydd dysgwyr yn cael eu hasesu gydol y wers drwy: | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ■ Drafodaeth a gweithgaredd grŵp ■ Gweithgareddau unigol mewn llyfrau gwaith ■ Cwestiynau a monitro gan y tiwtor | | | |
| Cysylltiadau i Ddeilliannau Dysgu a Meini Prawf yr Uned Arddangoswr | | | |
| 1.1, 2.3 | | | |

CYNLLUN GWERS PERTHNASAU CADARNHAOL

| | | | |
|--|---|---------------|--|
| Teitl Y Wers: | Datblygu perthnasau cadarnhaol | | |
| Nifer Y Myfyrwyr: | 20 | Hyd Y Sesiwn: | 2 awr o fewnbwn 1 awr o ymarfer sgiliau |
| Nod Y Wers: | Nodi pam mae perthnasau cadarnhaol yn effeithio ar sut y cyflwynir arddangosiadau | | |
| Amcan: Erbyn diwedd y sesiwn bydd y dysgwyr yn gallu: | | | |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Disgrifio'r gwerthoedd a'r agweddau sy'n cefnogi partneriaethau effeithiol gyda gofalwyr 2. Deall egwyddorion y dull darparu gofal sy'n canolbwyntio ar unigolyn 3. Nodi rhinweddau perthnasau effeithiol 4. Defnyddio sgiliau cyfathrebu i ddod i gytundebau gyda gofalwyr 5. Nodi'r rhwystrau a all atal arddangosiadau effeithiol a ffyrdd o'u goresgyn 6. Nodi ffyrdd o ddarparu gwybodaeth a chymorth i gynhalwyr sy'n bodloni eu gofynion unigol | | | |
| Asesiad: Bydd dysgwyr yn cael eu hasesu gydol y wers drwy: | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ■ Drafodaeth a gweithgaredd grŵp ■ Gweithgareddau unigol mewn llyfrau gwaith ■ Cwestiynau a monitro gan y tiwtor ■ Ymarfer sgiliau cyfathrebu | | | |
| Cysylltiadau i Ddeilliannau Dysgu a Meini Prawf yr Uned Arddangoswr | | | |
| 2.1, 2.2, 2.5 | | | |

CYNLLUN GWERS YMARFER PROFFESIYNOL A RISG

| | | | |
|---|--|---------------|---------------------------------|
| Teitl Y Wers: | Cynnal ymarfer proffesiynol a rheoli risgiau | | |
| Nifer Y Myfyrwyr: | 20 | Hyd Y Sesiwn: | 1.5 awr o fewnbwn a gwaith grŵp |
| Nod Y Wers: | Egluro ffiniau proffesiynol a rheoli risg | | |
| Amcanion: Erbyn diwedd y sesiwn bydd y dysgwyr yn gallu: | | | |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Nodi codau ymarfer perthnasol 2. Disgrifio ffiniau ymarfer mewn perthynas â darparu arddangosiadau 3. Disgrifio'r broses, y weithdrefn a chynnwys cytundebau gyda gofalwyr er mwyn gallu cynnal arddangosiadau 4. Egluro'r defnydd o reoli risg cadarnhaol mewn perthynas ag arddangos sgiliau a thechnegau gofal | | | |
| Asesiad: Bydd dysgwyr yn cael eu hasesu gydol y wers drwy: | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ■ Drafodaeth a gweithgaredd grŵp ■ Gweithgareddau unigol mewn llyfrau gwaith ■ Cwestiynau a monitro gan y tiwtor | | | |
| Cysylltiadau i Ddeilliannau Dysgu a Meini Prawf yr Uned Arddangoswr | | | |
| 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 3.1, 3.2 | | | |

CYNLLUN GWERS CYNLLUNIO A STRWYTHUR

| | | | |
|---|---|---------------|--------------------------------------|
| Teitl Y Wers: | Cynllunio a strwythuro arddangosiadau | | |
| Nifer Y Myfyrwyr: | 20 | Hyd Y Sesiwn: | 2 awr o fewnbwn ac ymarfer cynllunio |
| Nod Y Wers: | Edrych ar y broses o gynllunio a strwythur arddangosiad effeithiol gan ystyried ffactorau amgylcheddol, cymdeithasol a seicolegol | | |
| Amcanion: Erbyn diwedd y sesiwn bydd y dysgwyr yn gallu: | | | |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Disgrifio'r ffactorau i'w hystyried wrth gynllunio arddangosiad gyda gofalwyr 2. Nodi ffyrdd o ddarparu gwybodaeth a chymorth i ofalwyr sy'n bodloni eu gofynion unigol 3. Nodi'r ystod o arddulliau cyflwyno sydd ar gael i arddangoswyr a chyfiawnhau eu defnydd 4. Nodi dulliau y gellid eu defnyddio i gytuno ar ddeilliannau gyda gofalwyr 5. Llunio cynlluniau arddangos sy'n cynnwys defnyddio cyfarpar/propiau, sy'n ystyried y risgiau posibl ac yn cynnwys hyblygrwydd i gyflwyno'r hyfforddiant mewn gwahanol sefyllfaoedd penodol 6. Disgrifio sut i ddatblygu a chofnodi deilliannau a chanlyniadau arddangosiadau | | | |
| Asesiad: Bydd dysgwyr yn cael eu hasesu gydol y wers drwy: | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ■ Drafodaeth a gweithgaredd grŵp ■ Gweithgareddau unigol mewn llyfrau gwaith ■ Cwestiynau a monitro gan y tiwtor | | | |
| Cysylltiadau i Ddeilliannau Dysgu a Meini Prawf yr Uned Arddangoswr | | | |
| 1.4, 2.3, 2.4, 3.1, 3.3, 4.1, 4.2, 4.3 | | | |

CYNLLUN GWERS ADBORTH A GWERTHUSO

| | | | |
|--|--|---------------|---|
| Teitl Y Wers: | Adborth a gwerthuso | | |
| Nifer Y Myfyrwyr: | 20 | Hyd Y Sesiwn: | Awr ar gyfer mewnbwn a gweithgaredd grŵp ac arddangosiadau ac adolygu |
| Nod Y Wers: | Codi ymwybyddiaeth o sut i roi a derbyn adborth effeithiol a gwerthuso perfformiad | | |
| Amcanion: Erbyn diwedd y sesiwn bydd y dysgwyr yn gallu: | | | |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Nodi manteision a nodweddion adborth effeithiol 2. Disgrifio sut mae adborth gwael yn gallu cael effaith negyddol ar hyder a pherfformiad pobl eraill 3. Disgrifio a defnyddio o leiaf dau ddull adborth, yn cynnwys sut i wneud cofnodion ysgrifenedig 4. Egluro'r canllawiau ymarfer da i'w dilyn wrth roi a derbyn adborth yn cynnwys sut i ddefnyddio adborth i oresgyn rhwystrau i ddysgu 5. Defnyddio Cynlluniau Datblygu Personol (PDP) i adolygu eich perfformiad a'ch dysgu personol | | | |
| Asesiad: Bydd dysgwyr yn cael eu hasesu gydol y wers drwy: | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ■ Drafodaeth a gweithgaredd grŵp ■ Rhoi a derbyn adborth ar berfformiad 'arddangosiad' ■ Cofnodion adborth ysgrifenedig ■ Gweithgaredd unigol mewn llyfr gwaith, yn cynnwys Cynlluniau Datblygu Personol (PDP) ■ Monitro a chwestiynau gan yr hyfforddwr | | | |
| Cysylltiadau i Ddeilliannau Dysgu a Meini Prawf yr Uned Arddangoswr | | | |
| 2.5, 4.2, 4.3, 5.1, 5.2, 5.3, 5.5 | | | |

CYNLLUN GWERS DARPARU ARDDANGOSIADAU EFFEITHIOL

| | | | |
|--|---|---------------|---------|
| Teitl Y Wers: | Darparu arddangosiadau effeithiol | | |
| Nifer Y Myfyrwyr: | 20 | Hyd Y Sesiwn: | 1.5 awr |
| Nod Y Wers: | Bydd y sesiwn hon yn rhoi cyfle ymarferol i ddysgwyr gyflwyno arddangosiad wedi'i gynllunio ymlaen llaw i gyfoedion, cofnodi deilliannau, a rhoi a derbyn adborth | | |
| Amcanion: Erbyn diwedd y sesiwn bydd dysgwyr yn cael cyfle i: | | | |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Ddefnyddio cynllun i gyflwyno arddangosiad i gyfoedion 2. Dangos hyblygrwydd i addasu eu hymarfer a'u harddull wrth gyflwyno arddangosiad 3. Egluro gydag eraill beth sy'n cael ei arddangos a pha mor dda mae eraill yn cyflawni'r dasg 4. Cofnodi deilliannau arddangosiad 5. Rhoi adborth, gan ddefnyddio model adborth, i'r person sy'n derbyn yr arddangosiad ar ei ddefnydd o'r technegau neu sgiliau gofal a gafodd eu harddangos ac unrhyw gymorth pellach sydd ei angen 6. Derbyn adborth gan gyfoedion a'r rhai sy'n cael yr arddangosiad a defnyddio hyn i fyfrio ar yr hyn iddynt ei ddysgu eu hunain o'r gweithgaredd arddangos | | | |
| Asesiad: Bydd dysgwyr yn cael eu hasesu gydol y wers drwy: | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ■ Drafodaeth a gweithgaredd grŵp ■ Darparu arddangosiad ac adolygiad o berfformiad (yn cynnwys adolygiad gan y tiwtor, y person sy'n cael yr arddangosiad a chyfoedion) ■ Gweithgaredd unigol mewn llyfrau gwaith ■ Cwestiynau a monitro gan y tiwtor | | | |
| Cysylltiadau i Ddeilliannau Dysgu a Meini Prawf yr Uned Arddangoswr | | | |
| 2.3, 2.5, 3.1, 3.3, 4.1, 4.2 ,4.3, 5.1, 5.2, 5.3, 5.5 | | | |

CYNNWYS HYFFORDDIANT AR GYFER ARDDANGOS SGILIAU GOFAL I OFALWYR

Sesiwn 1:

Cyflwyniad i gynorthwyo gofalwyr drwy arddangos technegau a sgiliau gofal ymarferol

Nod: Nodi pam y gallai arddangosiadau fod yn fuddiol neu'n angenrheidiol a beth yw arddangosiad.

Erbyn diwedd y sesiwn bydd dysgwyr yn gallu:

1. Nodi diben a manteision arddangosiad
2. Disgrifio cyd-destun a chefnidir yr hyfforddiant a'r fenter 'arddangos'

Sesiwn 2:

Datblygu perthnasau cadarnhaol

Nod: Nodi pam mae perthnasau cadarnhaol yn effeithio ar sut y cyflwynir arddangosiadau.

Erbyn diwedd y sesiwn bydd dysgwyr yn gallu:

1. Deall egwyddorion y dull darparu gofal sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn
2. Disgrifio'r gwerthoedd a'r agweddau sy'n cefnogi partneriaethau effeithiol gyda gofalwyr
3. Nodi rhinweddau perthnasau effeithiol
4. Defnyddio sgiliau cyfathrebu i ddod i gytundebau gyda gofalwyr
5. Nodi'r ffactorau a all atal arddangosiadau effeithiol a ffyrdd o'u goresgyn
6. Nodi ffyrdd o ddarparu gwybodaeth a chymorth i ofalwyr sy'n bodloni eu gofynion unigol

Sesiwn 3:

Cynnal ymarfer proffesiynol a rheoli risgiau

Nod: Egluro ffiniau proffesiynol a rheoli risg.

Erbyn diwedd y sesiwn bydd y dysgwyr yn gallu:

1. Nodi codau ymarfer perthnasol
2. Disgrifio ffiniau ymarfer mewn perthynas â darparu arddangosiadau
3. Disgrifio'r broses, y weithdrefn a chynnwys cytundebau sydd eu hangen er mwyn gallu cynnal arddangosiadau
4. Egluro'r defnydd o reoli risg cadarnhaol mewn perthynas ag arddangos sgiliau a thechnegau gofal

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

Sesiwn 4:

Cynllunio a strwythuro arddangosiadau

Nod: Edrych ar y broses o gynllunio a strwythur arddangosiad effeithiol gan ystyried ffactorau amgylcheddol, cymdeithasol a seicolegol.

Erbyn diwedd y sesiwn bydd y dysgwyr yn gallu:

1. Disgrifio'r ffactorau i'w hystyried wrth gynllunio arddangosiad gyda gofalwyr
2. Nodi'r ystod o arddulliau cyflwyno sydd ar gael i arddangoswyr a chyfiawnhau eu defnydd
3. Nodi dulliau y gellid eu defnyddio i gytuno ar ddeilliannau gyda gofalwyr
4. Llunio cynlluniau arddangos sy'n cynnwys defnyddio cyfarpar/propiau, sy'n ystyried y risgiau posibl ac yn cynnwys hyblygrwydd i gyflwyno'r hyfforddiant mewn gwahanol sefyllfaoedd penodol
5. Disgrifio sut i gofnodi deilliannau a chanlyniadau arddangosiadau

Sesiwn 5:

Darparu arddangosiadau effeithiol

Nod: Bydd y sesiwn hon yn rhoi cyfle ymarferol i ddysgwyr gyflwyno arddangosiad wedi'i gynllunio ymlaen llaw i gyfoedion, cofnodi deilliannau, a rhoi a derbyn adborth.

Erbyn diwedd y sesiwn bydd y dysgwyr yn gallu:

1. Defnyddio cynllun i gyflwyno arddangosiad i gyfoedion
2. Dangos hyblygrwydd i addasu eu hymarfer a'u harddull wrth gyflwyno arddangosiad
3. Egluro gydag eraill beth sy'n cael ei arddangos a pha mor dda mae eraill yn cyflawni'r dasg
4. Cofnodi deilliannau arddangosiad
5. Rhoi adborth, gan ddefnyddio model adborth, i'r person sy'n derbyn yr arddangosiad ar ei ddefnydd o'r technegau neu sgiliau gofal a gafodd eu harddangos ac unrhyw gymorth pellach sydd ei angen
6. Derbyn adborth gan gyfoedion a'r rhai sy'n cael yr arddangosiad a defnyddio hyn i fyfyrion ar yr hyn iddynt ei ddysgu eu hunain o'r gweithgaredd arddangos

Sesiwn 6:

Adborth a gwerthuso

Nod: Codi ymwybyddiaeth o sut i roi a derbyn adborth effeithiol a gwerthuso perfformiad.

1. Nodi manteision a nodweddion adborth effeithiol
2. Disgrifio sut mae adborth gwael yn gallu cael effaith negyddol ar hyder a pherfformiad pobl eraill
3. Disgrifio a defnyddio o leiaf dau ddull adborth, yn cynnwys sut i wneud cofnodion ysgrifenedig
4. Egluro'r canllawiau ymarfer da i'w dilyn wrth roi a derbyn adborth, yn cynnwys sut i ddefnyddio adborth i oresgyn rhwystrau i ddysgu
5. Defnyddio Cynlluniau Datblygu Personol (PDP) i adolygu eich perfformiad a'ch dysgu personol



ARDDANGOS SGILIAU GOFAL I OFALWYR DIWRNOD 1



Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

Croeso

- Trefniadau ymarferol
- Amseroedd (yn fras)
- Cyflwyniadau

Mae grwpiau'n debyg i ehangu gwybodaeth ymysg dysgwyr unigol o'r adnoddau sydd ar gael mewn lleoliadau penodol. Mae 'Rhestr Wirio'r Arddangoswr' yn cynnyws cyfeiriadau at adnoddau ac efallai bydd tiwtoriaid yn dymuno tynnu sylw dysgwyr at y gwerth o ddatblygu eu pecyn adnoddau eu hunain.

Cyflwyno'ch hun a'ch gobeithion a'ch ofnau

Defnyddio ymarfer torri'r iâ/cynhesu i gael pobl i ddechrau meddwl a siarad am eu disgwyliadau o'r hyfforddiant fel y gall yr hwylusydd ddeall eu hanghenion a dod â'r grŵp at ei gilydd. Annog unigolion i gyflwyno'u hunain hefyd.

Deilliannau dysgu

- Deall rôl a chyfrifoldebau arddangoswr i ofalwyr
- Deall y ffactorau sy'n cyfrannu at berthnasau cadarnhaol gyda gofalwyr
- Deall sut i gynllunio arddangosiadau diogel o dechnegau gofal
- Deall sut i adolygu effeithiolrwydd arddangosiad gofal

Deilliannau Dysgu allweddol ar gyfer y cwrs a fydd yn sail i'w dysgu i gwblhau'r uned. Cyflwynwch y llyfrau gwaith a sut maen nhw'n cyfrannu i'w hasesiad. Gellir gweld yr uned yn y llyfr gwaith – uned QALL. Gellir trafod cofrestru a'r broses asesu. Gofalwch fod pawb yn gweithio gyda gofalwyr. Bydd yr holl sleidiau ar gael ar ôl yr hyfforddiant.

Trosolwg o'r diwrnod

- Cefndir yr hyfforddiant
- Beth yw arddangosiad
- Gwerthoedd gweithio mewn partneriaeth â gofalwyr
- Dulliau sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn a pherthnasau cadarnhaol
- Cyfathrebu, sgiliau gwranddo a goresgyn rhwystrau
- Codau ymarfer a ffiniau ymarfer
- Rheoli risg yn gadarnhaol
- Darparu gwybodaeth a chyfeirio
- Beth nesaf – cynllunio ar gyfer asesu a diwrnod dau

Cefndir

- Adroddiad a gomisiynwyd gan Gyngor Gofal Cymru – Gofal yn y Cartref (Prifysgol Morgannwg 2010)
 - 96% o oriau gofal yn y cartref yn cael eu darparu gan ofalwyr di-dâl
 - 340,745 o ofalwyr di-dâl yng Nghymru = 11% o boblogaeth Cymru
 - 288.5 miliwn o oriau gofal yn y cartref wedi'u darparu gan ofalwyr di-dâl yn 2011
 - 11.7 miliwn awr flynyddol o ofal â thâl yn y cartref (awdurdodau lleol, gwasanaethau iechyd, gwasanaethau a gomisiynwyd ac ati)
- Cefndir y fenter hyfforddi ac 'arddangos' (diolch i Ken Jones a Fforwm Gofalwyr Sir Gaerfyrddin).
- Mesur Cynhalwyr Ionawr 2012 – angen cymorth ar gyfer gofalwyr di-dâl
 - Mae gofalwyr di-dâl yn cael problemau iechyd corfforol, emosiynol a seicolegol ac mae llawer yn y 2/5 isaf o ran dosbarthiad incwm
 - Nid yw'r rhan fwyaf o ofalwyr di-dâl yn derbyn fawr o gymorth, hyfforddiant na chymwysterau ar gyfer eu gwaith gofalu, os o gwbl
 - Mae cymorth a hyfforddiant i ofalwyr yn cael eu darparu mewn canolfannau hyfforddi'n aml a dim ond tua 20% sy'n manteisio ar hyn
 - Cefnogaeth gref i ofalwyr dderbyn rhaglen gymorth fer ond ymarferol yn eu cartrefi eu hunain neu mewn lleoliad cyfagos ac mewn dull mor anffurfiol â phosibl
 - Gall staff cyflogedig profiadol gyflwyno'r rhaglen – bydd eu profiad a'u dealltwriaeth o fudd mawr

- Gall gynnwys gwybodaeth a 'chyfeirio'
- Gall fynd i'r afael ag unigrwydd a diffyg hyder yn ogystal â sgiliau ymarferol

GWEITHGAREDD 1

Tri chwestiwn sylfaenol

- Pwy sy'n ofalwr?
- Beth yw arddangosiad?
- Beth sydd ddim yn arddangosiad?

Beth yw arddangosiad a beth sydd ddim yn arddangosiad?

Mewn parau neu grwpiau bach, gofynnwch iddynt drafod y cwestiynau hyn a chytuno ar ateb. Yr adborth i lunio rhestr o'r amrywiol bethau y gallai arddangosiad roi sylw iddynt e.e. cymorth emosiynol, tawelu neu gysuro. Gall yr hyn sydd ddim yn arddangosiad gynnwys cyfarwyddiadau dros y ffôn ac ati. Sut y gellir defnyddio hyn yn eich gwaith? Diffiniad geiriadur: cyflwyniad i eraill ar y ffordd mae rhywbeth yn gweithio neu'n cael ei wneud.

GWEITHGAREDD 2

Nodwch eich prif werthoedd ac agweddau wrth weithio mewn partneriaeth â gofalwyr – nodwch bump ohonynt

Gweithiwch ar eich pen eich hun i ddechrau, yna mewn parau, i gytuno ar y prif werthoedd ac agweddau (pump ohonynt), yna yn gyffredinol neu mewn grŵp mawr. Adborth – y pump pwysicaf a pham eu bod wedi penderfynu eu dewis. Gellir cofnodi'r syniadau yn 2.1 y llyfr gwaith.

Gwerthoedd ac agweddau

- Dewis
- Urddas
- Parch
- Hunan-benderfyniad
- Byw pwrpasol

Siart troi i gofnodi canlyniadau trafodaethau'r grwpiau bychain ar 'Beth yw'r gwerthoedd a'r agweddau sy'n cefnogi gwaith effeithiol gyda gofalwyr?'

Cymerwch egwyl am 15 munud

SESIWN 2: DATBLYGU PERTHNASAU CADARNHAOL

Gofal sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn

- **Tosturi, urddas a pharch** – dyma'r hanfodion ar gyfer cael pobl i gymryd mwy o ran yn eu gofal eu hunain
- **Penderfyniadau ar y cyd** – mae hyn yn golygu cynnwys cleifion fel partneriaid cyfartal yn eu gofal iechyd. Gall dulliau o gefnogi penderfyniadau ar y cyd gynnwys cymorth i hunanreoli, mynediad at gofnodion iechyd personol, cyllidebau iechyd personol, cynllunio gofal a phenderfyniadau ar y cyd ynghylch triniaethau
- **Cynnwys cleifion a'r cyhoedd gyda'i gilydd** – cynnwys pobl mewn penderfyniadau ynglŷn â chynllun a darpariaeth gwasanaethau

Mesur gwybodaeth flaenorol yn y maes hwn.

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

Cynllunio sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn – pam?

- Helpu pobl i wybod beth maen nhw eisiau o fywyd
- Egluro'r cymorth sydd ei angen ar bobl i ddilyn eu dyheadau
- Helpu llywio'r cyfraniadau gan amrywiaeth o asiantaethau gwasanaethau i sicrhau bod y rhain yn effeithiol o ran helpu pobl i gyflawni eu hamcanion
- Dod â phobl ynghyd i gefnogi pobl fel y gallant ddatrys problemau ar y cyd
- Grymuso ac ysgogi pobl yn seiliedig ar well dealltwriaeth o unigolyn ac ymrwymiad i unigolyn
- Dangos sut y gall asiantaethau gwasanaethau addasu eu gweithgareddau ar lefel weithredol a lefel strategol er mwyn rhoi cefnogaeth well i bobl fel y gallant gyflawni eu hamcanion

Nodweddion perthnasau effeithiol

- Sawl perthynas sydd gennych chi?
- Blaenoriaethwch yn nhrefn pwysigrwydd
- Pa nodweddion sydd ganddynt?

Gofynnwch i'r grŵp dynnu llun cylch gan roi eu hunain yn y canol – mae'r cylch yn cynrychioli cyfnod o 24 awr yn eu bywydau. Y grŵp i restru pob perthynas sydd ganddynt mewn diwrnod, gofynnwch iddynt feddwl am y diffiniad o berthynas, o bartneriaid bywyd i rywun maen nhw'n ei gyfarfod yn yr arhosfan bws. Trafodwch mewn grwpiau bach, yna meddwl am y rhai pwysicaf a pham mai'r rhain yw'r pwysicaf? Pa nodweddion sydd ganddynt? Chwiliwch am atebion fel cyfrinachedd, ymddiriedaeth, cydymdeimlad, gonestrwydd, gwrando, cytgord ac ati. Mae angen y rhain er mwyn sicrhau newid a meithrin perthnasau cadarnhaol.

Sgiliau cyfathrebu

- Sut ydych chi'n sefydlu nodweddion perthynas effeithiol?
- Gwrando gweithredol, yn cynnwys cyfathrebu di-eiriau
- Ymateb ag empathi i gyfleu eich bod yn derbyn ac agwedd anfeirniadol

Arddangos sgiliau gwrando gyda hyfforddwr arall neu wirfoddolwr. Gofynnwch iddynt sôn wrthydd am wyliau neu bwnc diniwed arall. Rhoi enghreifftiau o fyfyrion, annog, cyfathrebu heb wrthdaro, osgoi cwestiynau caeëdig neu gyfeiriol, canolbwyntio'r sylw ar yr unigolyn. Gofyn i'r grŵp arsylwi, cofnodi a rhoi adborth ar yr hyn a welant. Cofnodi ar siart troi (cysylltiadau i 2.2).

Rhwystrau i arddangos effeithiol

- Amgylcheddol
- Cymdeithasol
- Seicolegol

Cyflwyniad i'r pwnc gydag enghreifftiau ym mhob categori h.y. diffyg lle, gormod o bobl yn bresennol, diffyg hyder yn y cynhaliwr. Gofyn i'r grŵp nodi eraill yn seiliedig ar eu profiad. Cofnodi adborth ar y siart troi, cysylltu â gweithgaredd llyfr gwaith 2.2.

Cinio – nôl mewn 45 munud

Cynnal ymarfer proffesiynol a rheoli risgiau

- *Côd Ymarfer Cyngor Gofal Cymru ar gyfer Gweithwyr Gofal Cymdeithasol*
- Safonau'r Cyngor Proffesiynau Iechyd a Gofal
- Pa agweddau ar y Codau a'r Safonau hyn fydd yn sail i ymarfer da mewn arddangosiadau gofal?
- Pa ffiniau ymarfer fydd angen eu parchu mewn arddangosiadau gofal?

Trafodaeth grŵp bychan, "Pa fathau o gyfyng-gyngor moesegol a all fod yn gysylltiedig ag arddangosiadau gofal?" Siart troi i nodi enghreifftiau. Cysylltu â 1.3 yn y llyfr gwaith.

Côd Ymarfer ar gyfer Gweithwyr Gofal Cymdeithasol

- Diogelu hawliau a hyrwyddo buddiannau defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr.
- Ymdrechu i sefydlu a chynnal ymddiriedaeth a hyder defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr.

Dyma'r hyn a ddywedir am ofalwyr a'r cyfrifoldebau penodol.

Safonau'r Cyngor Proffesiynau Iechyd a Gofal

- Mae'n rhaid i chi weithredu er lles defnyddwyr gwasanaethau.
- Mae'n rhaid i chi gael cydsyniad ar sail penderfyniad cytbwys i ddarparu gofal neu wasanaethau (cyn belled â bod hynny'n bosibl).

Mae'r ddau ddatganiad yma'n berthnasol, ond nid oes cyfeiriad penodol at ofalwyr.

Cytundebau ar gyfer arddangos

- Sut fydda i'n cytuno ar ddeilliannau'r arddangosiad?
- Pwy fydd yn rhan o hyn?
- Sut fydda i'n cofnodi'r canlyniad neu ddeilliant?
- Sut fydda i'n adolygu ei lwyddiant?
- Unrhyw beth arall?

Beth yw'r gwahanol sefyllfaoedd posibl a beth fydd yn gweithio? Mewn grwpiau bychain neu grŵp cyfan, nodwch y broses i'w defnyddio i ateb y cwestiynau uchod a pha ddogfennau cofnodi fydd eu hangen? Adborth ar y siart troi, cysylltu ag atebolrwydd a gofal sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn (cysylltiadau i 1.4 ac 1.6).

Beth yw'r diffiniad o reoli risg yn gadarnhaol a beth yw ei ddiben?

Efallai na fydd y grŵp yn gyfarwydd â'r term, felly bydd hyn yn helpu i fesur eu gwybodaeth yn y maes hwn.

Rheoli risg yn gadarnhaol

Mae'r dull hwn yn wahanol iawn i ddulliau rheoli risg traddodiadol gan ei fod yn ceisio sicrhau cydbwysedd rhwng anghenion a dymuniadau'r defnyddiwr gwasanaethau ac anghenion a dymuniadau'r darparwr gofal.

Dyma feini prawf rheoli risg yn gadarnhaol:

- Cynnwys defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr wrth asesu risg
- Cymryd risgiau yn gadarnhaol sy'n seiliedig ar wybodaeth
- Cymesuredd
- Rhoi ymddygiad mewn cyd-destun
- Penderfyniadau y gellir eu hamddiffyn
- Diwylliant dysgu
- Risgiau goddefadwy

(Bates a Silberman 2007)

Rhowch esboniad byr ac enghraifft i gefnogi pob maen prawf. Yna, dylai'r grwpiau bychain ddarparu eu henghreffftiau eu hunain o risgiau posibl wrth arddangos. Cysylltiadau i 1.5 a 3.2. Mwy o wybodaeth yn Bates a Silberman.

Rheoli risg yn gadarnhaol

- **Cynnwys defnyddwyr gwasanaethau a'u pherthnasau wrth asesu risg** – Gofyn beth mae defnyddwyr gwasanaethau a gofalwr eisiau, sut maen nhw'n ystyried eu risgiau eu hunain a pha gyfrifoldebau sydd gan bob unigolyn i reoli risg
- **Cymryd risgiau yn gadarnhaol sy'n seiliedig ar wybodaeth** – Bod yn greadigol wrth nodi atebion a fydd yn cadw'r unigolyn yn ddiogel wrth gymryd y risg

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

- **Cymesuredd** – cydbwysu'r risg yn erbyn canlyniadau PEIDIO â chymryd y risg
- **Rhoi'r risg mewn cyd-destun** – pa wybodaeth sydd ar gael am y gorffennol e.e. ymddygiad blaenorol; beth yw'r cymorth gorau i'r unigolyn?

Ehangu'r drafodaeth gyda'r sleid hon yn dilyn adborth. Cysylltiadau i 1.5 a 3.2.

Rheoli risg yn gadarnhaol

- **Penderfyniadau y gellir eu hamddiffyn** – mae yna sail resymegol glir y gellir ei chyfiawnhau dros y penderfyniad rheoli risg
- **Diwylliant dysgu** – mae'r ymarfer o gymryd risgiau yn gadarnhaol yn cyfrannu at y wybodaeth gynyddol sydd ar gael am "beth sy'n gweithio" i unigolion
- **Risgiau goddefadwy** – dod o hyd i ffyrdd i liniaru risg a gwella ansawdd bywyd, gan fabwysiadu dull mwy cytbwys a rhesymol o ymdrin â risg

Cysylltwch â 1.5 a 3.2 yn y llyfr gwaith.

Holi sut mae hyn yn gwneud iddyn nhw deimlo, ai dyma'r ffordd maen nhw'n gweithio nawr?

Pa wahaniaeth allai hyn ei wneud?

Gweithgaredd

Nodi ffyrdd o roi gwybodaeth hygyrch i ofalwyr am adnoddau i ddarparu cymorth parhaus a fydd yn bodloni eu gofynion unigol.

Cefnogi 2.4 a 5.4 a gellir gwneud nodiadau yn eu llyfrau gwaith. Defnyddio grwpiau o dri, galw allan neu waith unigol mewn llyfrau gwaith, a chasglu syniadau i gymharu gyda'r sleid nesaf a ddaw gan Ken Jones a Fforwm Gofalwyr Sir Gaerfyrddin. Parhau hyd nes y bydd y syniadau i gyd wedi'u gwyntyllu, annog os oes rhaid. Efallai y bydd rhai wedi dod â pheynnau adnoddau gyda nhw, rhannu syniadau a ffynonellau.

Adnoddau cymorth

Gellir cyfeirio at y canlynol:

- Asesiadau o anghenion gofalwyr
- Taliadau uniongyrchol
- Seibiannau byr
- Cymorth tai
- Eiriolaeth annibynnol
- Cwnsela
- Gwarcheidiaeth
- Grwpiau cymorth priodol i oedran
- Cyngor ariannol, yn cynnwys cyngor ar y system fudd-daliadau a'r system credydau treth
- Rheoli arian a materion eraill sy'n effeithio'r unigolyn a gynorthwyr

Gellir gwneud cyflwyniad byr ar y deunyddiau hygyrch sydd ar gael i gyd-fynd â'r sleid hon.

Beth nesaf?

- Cyfleoedd asesu a llyfrau gwaith
- Llygad-dyst arbenigol?

Diolch a hwyl i chi tan yr ail ddiwrnod

Sbarduno unigolion i ddechrau gweithio ar eu llyfrau gwaith a fydd yn cael eu hanfon atynt yn electronig hefyd. Dylent hefyd nodi pwy fydd eu cynulleidfa darged ar gyfer yr arddangosiad. Dylid nodi hefyd pwy fydd yn arsylwi arnynt – llygad-dyst arbenigol/rheolwr neu oruchwylydd. Dim ond cynllunio hyn sydd angen ei wneud. Cynhelir yr ymarfer/sesiwn efelychu yn ystod y sesiwn nesaf, yna byddant yn arddangos/arsylwi. Gellir ysgrifennu adroddiad a myfyrio ar unrhyw arddangosiadau a wneir nawr. Gofynnwch iddynt ddod ag unrhyw ddeunyddiau/adnoddau sydd eu hangen ar gyfer gwaith ymarferol yr ail ddiwrnod.

ARDDANGOS SGILIAU GOFAL I OFALWYR DIWRNOD 2

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

Croeso

- Trefniadau ymarferol
- Amseroedd (yn fras)
- Cyflwyniadau

Ail ddiwrnod: Rhaglen y dydd...

- Atgoffa pawb am gynnwys diwrnod 1
- Arddulliau dysgu a chyfathrebu
- Cynllunio arddangosiadau
- Arddangosiadau effeithiol ac adborth
- Myfyrio ac adolygu

Gwnewch yn siŵr bod unigolion yn hapus gyda hyn a holwch a ydynt am drafod unrhyw feysydd allweddol yn sgîl diwrnod un. Fel ymarfer i dorri'r îa, gallech ofyn iddynt sôn am un peth y gwnaethon nhw feddwl amdano ar ôl diwrnod un ac un peth maen nhw am ei gael o heddiw. Eu hatgoffa'n sydyn o gynnwys diwrnod un.

Gweithgaredd cyfathrebu

Cylch sibrwd

Gallwch ei ddefnyddio fel ymarfer torri'r îa yn y bore? Y grŵp i eistedd mewn cylch, yr hwylusydd yn sibrwd y canlynol i'r unigolyn cyntaf: "Mae'r cyfarfod am 4.30pm ddydd Mawrth nesaf wedi'i ohirio i 3.30 ddydd Mercher nesaf. Bydd yn cael ei gynnal yn ystafell G13 ac mae gofyn i'r staff ddod i'r cyfarfod. Bydd yn para tua 45 munud." Gofynnwch i'r grŵp nodi beth maen nhw'n ei ddysgu o hyn? Sut mae lleihau unrhyw broblemau tra cyfathrebu?

Holiadur arddulliau dysgu

10 munud i'w gwblhau

Rhowch gynnig ar y fersiwn fer o VAKs i bob unigolyn. Gofynnwch am beth oeddynt yn ei feddwl yn sgîl hyn. Oedden nhw'n gwybod pa rai oedd eu hoff arddulliau? Sut allan nhw wybod beth yw dymuniadau pobl eraill? Beth os oes gwrthdaro?

Arddulliau dysgu: Flemming (1987)

- **Gweledol**
ffafrio gwybodaeth ysgrifenedig a nodiadau ysgrifenedig, meddwl mewn lluniau a diagramau
- **Clywedol**
siaradwr da, gwranddo ac ailadrodd gwybodaeth yn bwysig, bydd darllen gwybodaeth ysgrifenedig yn uchel yn eich helpu i gofio; ffafrio trafodaethau, dadleuon ac adroddiadau llafar
- **Cinesthetig**
dysgu trwy wneud yn hytrach na thrwy weld neu drafod pethau, mwynhau gwneud pethau neu arbrofi gyda gwahanol arddulliau

Annog unigolion i roi enghreifftiau o sut y byddent yn mynd ati i arddangos i bob math o 'ddysgwr' neu gynhaliwr e.e. chwarae DVD neu ddangos diagramau i ddysgwr gweledol. Annog cwestiynau a thrafodaeth ar gyfer dysgwr clywedol. Cael dysgwr cinesthetig i roi cynnig arni, efallai sesiwn efelychu. Mae ymwybyddiaeth o arddulliau dysgu hefyd yn ein helpu i wella ein gallu i gyfathrebu a chael safbwyntiau pobl eraill a deall eu hanghenion a'u sefyllfa. Mae yna ddau ddull cyffredin o ddisgrifio gwahanol arddulliau – VAK, a Honey a Mumford.

Honey a Mumford (1986)

- **Gweithredydd**
yn mwynhau heriau a phroblemau, yn frwdfrydig, yn hoffi profiadau a gweithgareddau newydd
- **Pragmatydd**
yn hoffi cael rhesymau rhesymegol am bethau a defnyddio'r hyn a ddysgwyd mewn sefyllfaoedd ymarferol
- **Damcaniaethwr**
yn derbyn gwybodaeth yn araf ac yn hoffi darllen a meddwl am rywbeth cyn rhoi cynnig arni
- **Myfyriwr**
yn meddwl yn ddwys am ddysgu a gweithgareddau cyn gweithredu, yn hoffi gwybod beth sydd wedi'i brofi ac wedi llwyddo

Mae Honey a Mumford yn ein helpu ni i ymwneud â phobl yn y ffordd orau ar gyfer sut maen nhw'n dysgu ac mae'n gallu ein helpu ni i ddeall ein cryfderau a pham ein bod ni'n osgoi rhai ffyrdd o gyfathrebu neu wneud pethau. Gofynnwch sut y byddent yn mynd ati i wybod beth yw hoff arddull y gofalwr?

Cynllunio arddangosiadau

Mewn grwpiau bach, lluniwch restr wirio o ffactorau sydd angen eu hystyried wrth gynllunio.

Rhestrwch ffactorau ar siart troi a thrafodwch ddulliau o gasglu gwybodaeth. Cofiwch feddwl am arddulliau dysgu a chyfathrebu.

- Beth yw'r broses drefniadol?
- Ydw i'n gwybod beth yw dymuniadau/gofynion y gofalwr?
- Pam mae angen cytundeb?
- Ydw i'n gwybod o dan ba amgylchiadau fydda i'n gwneud yr arddangosiad?
- Ydw i'n teimlo'n barod?
- Â phwy arall ddylwn i siarad?
- A yw'r gofalwr yn newydd neu'n gwneud y gwaith ers tro?
- A yw amgylchiadau'r gofalwr neu'r unigolyn a gynorthwyir wedi newid neu ddirywio?
- Ydy'r gwaith yn cynnwys symud a chodi a chario?
- Ydw i'n gwybod beth yw anghenion cyfathrebu'r gofalwr a'r unigolyn a gynorthwyir (yn cynnwys dewis iaith)?
- Pa wybodaeth allai fod yn ddefnyddiol i'w rhoi neu i gyfeirio ati?

Mae yna rai enghreifftiau ac mae hyn yn cysylltu â deilliant dysgu 3. Gellir defnyddio rhestr wirio'r arddangoswr fel taflen, canllaw ydyw ac mae'n bosibl ychwanegu ato.

Cytundebau gyda gofalwyr

O dan ba amgylchiadau y gallech chi ddefnyddio:

- Cytundebau llafar
- Cytundebau ysgrifenedig

Trafodwch mewn grwpiau bach am bum munud. Casglwch ymatebion ar siart troi – sut fyddent yn cofnodi'r cytundebau hyn?

Cymerwch egwyl am 15 munud

CAMAU TUAG AT GANLYNIAD CYRAEDDADWY – Deilliannau a chanlyniadau da

- **Nodi popeth yn gadarnhaol bob amser – Beth yn union ydych chi am ei gyflawni?**
- **Nodi'r sefyllfa bresennol** – Ble ydych chi nawr?
- **Nodi'r deilliant neu'r canlyniad** – Beth fyddwch chi'n ei weld, yn ei glywed a'i deimlo ac ati pan fyddwch wedi llwyddo? Dylech greu darlun byw ohono. Mesur llwyddiant yn wrthrychol.
- **Ar gyfer pa ddiben?** – Beth fydd y canlyniad neu'r deilliant hwn yn ei sicrhau i chi neu yn eich galluogi i wneud?
- **Ai chi sy'n gyfrifol am gychwyn pethau?** – Oes gennych chi reolaeth drosto?
- **Pa adnoddau sydd eu hangen?** – Beth sydd gennych chi nawr a beth sydd ei angen arnoch i sicrhau'ch canlyniad neu ddeilliant?
- **Pam mae angen hyn arnoch?** – Beth fyddwch chi'n ei ennill neu golli os byddwch chi'n ei gael – angen ystyried y ddau fater yma?

Mae'r syniadau hyn yn tarddu o gysyniadau hyfforddi. Dylai canlyniadau neu ddeilliannau boddhaol ddangos yr holl nodweddion hyn. Mae bod yn gadarnhaol am yr hyn mae unigolyn am ei gyflawni yn hytrach na'r hyn nad yw am ei gyflawni yn fan cychwyn pwysig. Mae edrych ar sut maen nhw'n gwybod ei fod ganddyn nhw hefyd yn hanfodol i fesur cynnydd ac unrhyw anghenion pellach. Gellir cymhwyso'r camau hyn i gytuno ar ganlyniadau neu ddeilliannau gyda phobl/gofalwyr eraill.

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

Canlyniadau

3.1 Cytuno ar ganlyniadau neu ddeilliannau arddangos technegau gofal gyda'r gofalwr a'r unigolyn a gynorthwyr

Yn eich grwpiau o dri, cytunwch ar ganlyniadau neu ddeilliannau'r arddangosiad a gynlluniwyd, a'u cofnodi.

Dyma ofyniad yr uned. Yn eich grwpiau o dri, a fydd yn efelychu/yn cynnal yr ymarferion yn ddiweddarach, cynlluniwch gofnod a chytunwch ar ganlyniadau/deilliannau eich arddangosiad. Dylai rhoi cynnig arni eich galluogi i nodi meysydd sy'n peri anhawster a dull cofnodi y gellir ei rannu wrth roi adborth.

“Praise should be given in public; criticism should always be given in private.” (J.Paul Getty)

Rhoi adborth

- Mae adborth effeithiol yn adborth cadarnhaol ac adeiladol a roddir yn rheolaidd drwy gydol y perfformiad.
- Gellir rhoi adborth ar lafar neu drwy ystum, fel codi bawd.
- Mae adborth rheolaidd yn galluogi'r arddangoswr i fonitro cynnydd ac addasu'r cyflwyniad i sicrhau dysgu llwyddiannus.
- Mae adborth yn ysgogi rhywun ac yn rhoi hwb i'w hyder, ac yn creu amgylchedd dysgu cadarnhaol.
- Mae adborth yn cynnal hunan-barch y dysgwr ac yn cadw'r ffocws ar ddysgu.

Unrhyw awgrymiadau pellach gan y grŵp? Eu hannog i feddwl am adborth da a gawsant ac adborth gwael – beth oedd y gwahaniaeth?

Adborth crynodol:

- Dechrau gyda'r pethau cadarnhaol
- Trafod gwelliannau penodol
- Cloi gyda phwynt cyffredinol cadarnhaol

Dyma'r 'frechdan adborth' – model a ddefnyddir yn aml pan fo angen cynnwys rhywbeth negyddol. Ydyn nhw'n deall pam?

NIP

Gofynnwch: Beth oeddech chi'n ceisio ei gyflawni?

N – Negyddol (Negative)

Yn wrthrychol, nodwch beth oedd yn negyddol am y perfformiad o ran yr hyn roeddynt yn ceisio ei gyflawni

I – Diddorol (Interesting)

Gofynnwch am sylwadau'r gofalwr ar agwedd y perfformiad

P – Cadarnhaol (Positive)

Nodwch beth oedd yn gadarnhaol am y perfformiad ar ôl arsylwi

Mae NIP yn fodel gwahanol y gallech ei ddefnyddio. Daw'r model hwn o *Concepts of Coaching* gan Peter Hill (2004). Defnyddiwch un pwynt negyddol, un pwynt diddorol ac un pwynt cadarnhaol. Mae hwn yn fodel cytbwys ac ni fydd pobl yn clywed mwy nag un pwynt negyddol yn aml. Drwy ofyn beth roedden nhw'n ei weld yn ddiddorol rydych yn symud i ffwrdd o'r negyddol ac yn rhoi pwynt cadarnhaol dilys ar ddiwedd y sesiwn, a fydd yn magu hyder y gofalwr ac yn ei annog i ddatblygu. Ydych chi'n meddwl y byddai'n gweithio'n well gyda rhai pobl neu mewn rhai sefyllfaoedd?

Gweithgaredd adborth

- Defnyddiwch y daflen a ddarparwyd i nodi pa ymatebion adborth sy'n gadarnhaol ac adeiladol.
- Defnyddiwch y golofn ar y dde i aralleirio'r ymatebion nad ydynt yn gadarnhaol neu'n adeiladol.

Mae'r daflen yn cynnwys saith o ymatebion, dim ond y seithfed sy'n gywir.

Cinio – nôl mewn 45 munud

Paratoi a gwneud arddangosiad

- Cynlluniwch eich arddangosiad gan ddefnyddio'ch 'rhestr wirio'
- Eglurwch a chytunwch gyda'r person sy'n derbyn yr arddangosiad beth yw'r canlyniadau/deilliannau a beth sy'n cael ei arddangos
- Ewch ati i arddangos
- Nodwch sut mae'r person sy'n derbyn yr arddangosiad yn ymateb
- Rhewch adborth iddo ef neu hi ar eu defnydd o'r technegau gofal a ddangoswyd
- Adolygwch effeithiolrwydd yr arddangosiad yn erbyn y canlyniadau/deilliannau y cytunwyd arnynt gyda'r person sy'n cael yr arddangosiad
- Cofnodwch ganlyniadau neu ddeilliannau'r arddangosiad
- Nodwch unrhyw faterion neu gymorth bellach sydd ei angen
- Adolygwch eich ymarfer eich hun ar y daflen a ddarparwyd
- Derbyniwch adborth gan gyfoedion a'r rhai a gafodd yr arddangosiad

Arddangosiadau i'w cynnal mewn grwpiau o dri – un yn sylwedydd a/neu'n ddefnyddiwr gwasanaethau (claf) ac yn gallu rhoi adborth. Defnyddiwch y tair ffurflen – safbwyntiau'r sylwedydd, yr arddangoswr a'r derbynnydd (gofalwr) ar ffurflenni gwahanol. Gall tiwtoriaid y cwrs ddefnyddio rhestr gwirio/cofnodion arsylwi i nodi unrhyw berfformiad a welwyd. Dylai pob unigolyn gael y cyfle i wneud pob un rôl. Efallai bydd angen dyrannu 20 munud i bob 'grŵp' wedyn symud ymlaen, er mwyn sicrhau bydd pob unigolyn cael y cyfle i wneud pob un rôl. Ar ôl arddangosiad dylai'r 'grŵp' gofnodi ar y taflenni a chyflwyno adborth i'r arddangoswr gan drosglwyddo eu hadborth ysgrifenedig. Gwneir hyn er mwyn annog ffordd o weithio myfyriol a'r ymarfer o gasglu adborth. Mae'r gweithgaredd cyfan yn debygol o gymryd 1-1.5 awr, neu'n hirach os yw'n cael ei wneud un ar y tro o flaen y grŵp i gyd.

Cymerwch egwyl am 15 munud

Myfyrio ac adolygu

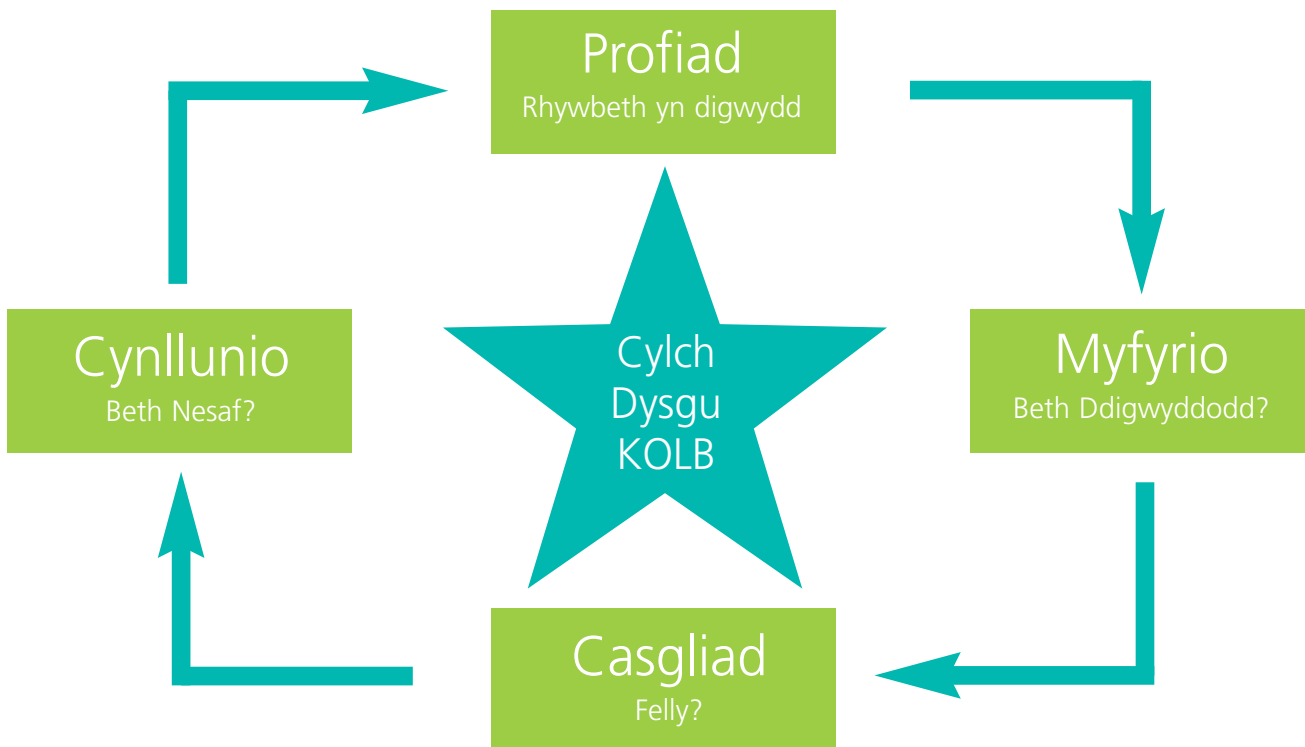
Y cwestiwn dysgu...

- Beth oedd yn llwyddiannus?
- Beth fydddech chi'n ei wneud yn wahanol?

I ddechrau, gofynnwch am eu barn ar y gweithgaredd a beth maen nhw wedi'i ddysgu. Beth oedd yn dda am yr adborth a beth oedd fwyaf defnyddiol? Beth fyddent yn ei wneud yn wahanol?

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

Ymarfer myfyriol



Defnyddiwch gylch dysgu Kolb i egluro pam mae dysgu myfyriol yn bwysig.
Mae mwy o wybodaeth am Kolb ar y wefan 'businessballs'.

Edrychwch ar y Cynllun Datblygu Personol (PDP) yn eich llyfrau gwaith

Yn eich grwpiau o dri, trafodwch yr hyn a nodwyd gennych fel cryfderau a gwendidau mewn perthynas â pharatoi a chyflwyno arddangosiadau.

Efallai y bydd unigolion am ddechrau gwneud nodiadau yn eu llyfrau gwaith. Gellir defnyddio'r rhain i gael yr unigolyn i gynllunio ar gyfer eu hasesiadau.

Y camau nesaf

- Nodi rheolwr llinell neu oruchwylydd sy'n gallu arsylwi arnoch chi'n gwneud arddangosiad neu sy'n gallu ategu eich adroddiad chi ar hyn.
- Nodi gofalwyr a allai elwa ar arddangosiad gofal.
- Cynllunio a chyflwyno arddangosiad, cwblhau'r ffurflen angenrheidiol.
- Ychwanegu dogfennau i'r llyfr gwaith gorffenedig a'i e-bostio neu bostio at eich asesydd penodedig.

Amlinelliad o'r broses y bydd angen iddynt ei dilyn i gwblhau'r asesiad yr uned. Gwiriwch pwy sy'n bwriadu cyflwyno asesiad a'u bod wedi neu'n bwriadu llenwi ffurflen gofrestru ar gyfer yr uned. Rhowch fanylion e-bost yr asesydd.

Diolch a chofiwch gadw mewn cysylltiad

Ychwanegwch fanylion yr asesydd/asesydd ansawdd mewnol.

GWEITHGAREDD ADBORTH

Edrychwch ar y brawddegau canlynol a thiciwch y rhai adeiladol. Yna, aralleiriwch y rhai nad ydynt yn adeiladol yn y golofn wag.

| | | |
|--|--|--|
| <p>1. Nid fel 'na mae ei wneud e, gwna fe eto!</p> | | |
| <p>2. Mi wnes di waith da fanna.</p> | | |
| <p>3. Ddim eto, ti 'di gwneud yr un camgymeriad ag o'r blaen!</p> | | |
| <p>4. Anobeithiol; does bosib dy fod ti'n sylweddoli bod ti wedi rhoi'r eitemau yn y drefn anghywir?</p> | | |
| <p>5. NA, na, na, mae'n rhaid i ni orffen y gwaith 'ma mewn pryd, gwna fe eto, yn gyflym!</p> | | |
| <p>6. Da iawn!</p> | | |
| <p>7. Ydi, mae'r bwrdd wedi'i osod yn iawn, y cyllyll a'r ffyrn yn gywir, ond mae'r napcynnau wedi crychu rhywfaint, beth allwn ni ei wneud i wella pethau?</p> | | |

TAFLEN GWEITHGAREDD: PARATOI ARDDANGOSIAD A CHYFLWYNO ARDDANGOSIAD

- Cynlluniwch eich arddangosiad gan ddefnyddio'ch 'rhestr wirio'
- Eglurwch a chytunwch gyda'r person sy'n derbyn yr arddangosiad beth yw'r deilliannau a beth sy'n cael ei arddangos
- Cyflawni'r arddangosiad
- Nodwch sut mae'r sawl sy'n derbyn yr arddangosiad yn ymateb
- Rhowch adborth iddo ef neu hi ar eu defnydd o'r technegau gofal a ddangoswyd
- Adolygwch effeithiolrwydd yr arddangosiad yn erbyn y deilliannau y cytunwyd arnynt gyda'r person sy'n cael yr arddangosiad
- Cofnodwch ganlyniadau neu ddeilliannau'r arddangosiad
- Nodwch unrhyw faterion eraill neu gymorth sydd ei angen
- Adolygwch eich ymarfer eich hun ar y daflen a ddarparwyd
- Derbyniwch adborth gan gyfoedion a'r rhai a gafodd yr arddangosiad

FFURFLEN YR ARDDANGOSWR

| | |
|--------------------|--|
| Enw'r arddangoswr: | |
|--------------------|--|

Cyn y sesiwn

| Beth yw amcanion y sesiwn a phryd fyddwch chi'n adolygu'r amcanion hyn? | Sut ydych chi wedi paratoi? (yn cynnwys ystyried anghenion y gofalwyr ac arddulliau dysgu) |
|---|--|
| | |

Ar ôl y sesiwn

| | |
|--|--|
| Beth wnaethoch chi'n dda yn eich barn chi? | |
| | |
| Ar raddfa o 1-10 (gyda 10 yn rhagorol) pa mor dda wnaethoch chi yn eich barn chi? | |
| Beth fyddai wedi codi'r sgôr hwn? | |
| | |
| Beth wnaethoch chi ei ddysgu o'r sesiwn hon a sut fyddwch chi'n cynllunio ar gyfer sesiynau'r dyfodol? | |
| | |

FFURFLEN Y SYLWEDYDD

| | |
|--------------------|--|
| Enw'r arddangoswr: | |
| Enw'r sylwedydd: | |
| Enw'r gofalwr: | |

Yn y sesiwn hon rydym yn gofyn i chi arsylwi ar arddangoswr yn arddangos. Cynlluniwyd y ffurflen hon i'ch helpu chi i roi adborth i'r arddangoswr.

Cyn y sesiwn

| A wnaeth yr arddangoswr drafod amcanion y sesiwn yn glir? | A wnaeth yr arddangoswr baratoi ar gyfer y sesiwn? (yn cynnwys ystyried anghenion y cleient ac arddull dysgu'r cleient) |
|---|---|
| | |

Ar ôl y sesiwn

| | |
|---|--|
| Ar raddfa o 1-10 (gyda 10 yn rhagorol) pa mor dda oedden nhw? | |
| Beth oedd y rhan fwyaf defnyddiol o'r arddangosiad? | |
| | |
| Adborth i'r arddangoswr: | |
| | |

RHESTR WIRIO'R ARDDANGOSWR:

| | |
|---|--|
| Ydy'r manylion cyswllt llawn gen i? | |
| Beth yw'r broses drefniadol? | |
| Beth mae'r gofalwr eisiau/yn gofyn amdano? | |
| Ydw i'n teimlo'n barod? | |
| Ydw i'n gwybod beth yw anghenion cyfathrebu'r gofalwr a'r unigolyn a gynorthwyir (yn cynnwys dewis iaith a nam ar y synhwyrâu)? | |
| Â phwy ddylwn i siarad? | |
| Oes yna weithwyr proffesiynol eraill yn rhan o'r broses ac oes angen i mi gysylltu â nhw? | |
| Ydy cydsyniad neu allu yn broblem? | |
| Oes angen cytundeb neu gynllun ysgrifenedig? | |
| A yw'r gofalwr yn ofalwr newydd neu wedi bod yn gofalu ers tro? | |
| A yw amgylchiadau'r gofalwr neu'r unigolyn a gynorthwyir wedi newid neu ddirywio? | |
| Beth yw ei hanes meddygol? | |
| Ydy'r gwaith yn cynnwys symud a chodi a chario? | |
| Materion amgylcheddol e.e. mynediad, anifeiliaid anwes, peryglon? | |
| Pa adnoddau sydd eu hangen/allai fod yn ddefnyddiol? | |
| Ydy fy adnoddau'n gweithio? Oes angen eu profi? | |
| Pa wybodaeth allai fod yn ddefnyddiol i gael neu i'w chyfeirio ati? | |

ARDDANGOSWYR GOFAL RHESTR GYFEIRIO TIWTORIAID

Gofal sy'n Canolbwyntio ar yr Unigolyn

<http://www.health.org.uk/blog/how-will-this-affect-esther-a-person-centred-approach-for-wales>

<http://www.helensandersonassociates.co.uk/reading-room.aspx>

<http://www.scie.org.uk/topic/careservices/carerssupport>

Sgiliau Cyfathrebu a Meithrin Perthynas

<http://www.scie.org.uk/topic/developingskillsservices/educatorstrainers/communicationskills>

http://www.scie.org.uk/assets/elearning/communicationskills/cs02/resource/html/object2/object2_2.htm

Codau Ymarfer

<http://www.cgymru.org.uk/cod-ymarfer-i-weithwyr?force=2&bc=84:1551>

<http://www.hpc-uk.org/aboutregistration/standards/standardsofconductperformanceandethics/>

Rheoli Risg yn Gadarnhaol

http://www.thinklocalactpersonal.org.uk/_library/Resources/Personalisation/Personalisation_advice/A_Person_Centred_Approach_to_Risk.pdf

<http://www.rcpsych.ac.uk/pdf/Greenhill%20-%20Human%20Rights%20Approach%20to%20Risk%20Assessmnt.pdf>

Rhoi Adborth

<http://www.nottingham.ac.uk/hr/guidesandsupport/performanceatwork/pdpr/documents/pdprprinciplesofconstructivefeedback.pdf>

Arddulliau Dysgu

<http://www.businessballs.com/kolblearningstyles.htm>

'Concepts for Coaching', Hills, Peter 2012 gwefeistr

GWEITHLYFR: ARDDANGOS SGILIAU GOFAL I OFALWYR

Datblygwyd y prosiect hwn gan Gyngor Gofal Cymru yn gweithio gydag:

Agored Cymru

Carers Trust

Fforwm Gofalwyr Sir Gaerfyrddin

Cyngor Sir Caerfyrddin

Cyngor Sir Ceredigion

Crossroads Canolbarth a Gornllewin Cymru

Crossroads Sir Gaerfyrddin

Bwrdd Iechyd Hywel Dda

Partneriaeth Ranbarthol Hywel Dda ar gyfer Mesur Gofalwyr

Gofal Cymdeithasol mewn Partneriaethau Canolbarth Cymru a Gornllewin Cymru

Coleg Sir Benfro

Cyngor Sir Penfro

Rhys Hughes a Sue Gwynn (Cymdeithion Cyngor Gofal Cymru)

CYFLWYNIAD

Croeso i'r rhaglen.

Mae'r tudalennau cyflwyniadol hyn yn rhoi gwybodaeth i chi am apelau a chwynion, cyfle cyfartal, ac asesu.

Mae'r rhaglen hon yn gofyn i chi roi tystiolaeth o wybodaeth, dealltwriaeth a chymhwysedd yn erbyn deilliannau dysgu a meini prawf asesu penodol. Bydd yr hyfforddiant wedi rhoi cyfleoedd i chi ddatblygu'ch gwybodaeth a'ch dealltwriaeth yn y meysydd allweddol y byddwch chi'n cael eich asesu ynddynt.

Mae'r llyfr gwaith yn cynnwys lle i chi gofnodi yn erbyn y meini asesu gwybodaeth benodol sydd wedi'u cyflwyno fel tasgau byr ac mae yna le i chi wneud nodiadau yn ystod yr hyfforddiant neu mewn lleoliadau gwaith wedi hynny.

Dylai'r llyfr gwaith ar ôl i chi ei lenwi, ynghyd â thystiolaeth gan dyst arbenigol ac asesydd, gynnwys y dystiolaeth angenrheidiol ar gyfer yr Uned hon a bydd yr asesydd yn ei defnyddio i lunio barn asesu. Bydd gofyn i chi gyflwyno gwaith o fewn amserlen y cytunwyd arni a chewch yr amserlen hon ar y cwrs.

GWYBODAETH BWYSIG

| | |
|---------------------------------------|--|
| Eich asesydd yw: | |
| Manylion cyswllt: | |
| Eich dolen sicrhau ansawdd mewnol yw: | |
| Manylion cyswllt: | |

Bydd dysgwyr ar y rhaglen hon yn cael eu cofrestru gyda _____ ac fel dysgwyr cofrestredig bydd rhaid i chi gydymffurfio â'r polisiau canlynol:

- Mae'r Polisi Mynediad at Asesiad Teg yn rhoi'r hawl i driniaeth deg i unrhyw unigolyn sydd ag anghenion dysgu penodol.
- Mae Polisi'r Gymraeg yn sicrhau mynediad i asesiad Cymraeg os gofynnir amdano.
- Mae'r Polisi Apelio yn darparu hawl awtomatig i apelio yn erbyn unrhyw farn ar dystiolaeth gan asesydd.

Er mwyn gweld y manylion llawn a'r gweithdrefnau ar gyfer y polisiau hyn ewch i _____ neu gofynnwch am gopiâu ysgrifenedig gan diwtor.

Rwyf wedi darllen y ddogfen uchod. Rwy'n cadarnhau mai fy ngwaith i a gyflwynir yn y llyfr gwaith hwn.

| | |
|--------------------|--|
| Enw'r dysgwr: | |
| Llofnod y dysgwr: | |
| Dyddiad y llofnod: | |

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

ASESIAD

Uned Gymwyseddau a Gwybodaeth yw hon i ddangos sgiliau'r unigolyn a'i ddealltwriaeth, gan fod yna ofyniad i arddangos cymhwysedd. Uned Lefel 3 yw hon ac mae yna 4 credyd ar gael. Mae'r uned yn rhan o'r Fframwaith Dysgu Gydol Oes gyda Sicrwydd Ansawdd (QALL) ac wedi'i chefnogi gan Gyngor Gofal Cymru. Gellir mapio'r dysgu a dangos tystiolaeth o wybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn erbyn unedau tebyg eraill i ddangos cyflawniad llawn neu rannol. Gelwir hyn yn Gydnabod Dysgu Blaenorol (RPL).

Byddwch yn dysgu drwy gymryd rhan yn nyddiau hyfforddi **Cynorthwyo gofalwyr trwy arddangos technegau gofal ymarferol** a'r **asesiad** a gwblheir ar ôl i chi orffen yr hyfforddiant. Efallai y bydd rhywfaint o dystiolaeth yn cael ei chasglu yn ystod y cwrs wrth i chi weithio a dysgu. Mae hyn yn cynnwys: 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 2.1, 2.2, 5.5

Mae'r uned Lefel 3 yn cynnwys pum deiliant dysgu. Mae pob deiliant dysgu yn cynnwys hyd at chwe maen prawf asesu. Bydd angen rhoi tystiolaeth ar gyfer pob maen prawf drwy gwblhau tasgau'r llyfr gwaith neu drwy arddangosiadau gwaith go iawn i ofalwyr. Bydd rhaid i dyst arbenigol weld y rhain, fel eich rheolwr neu diwtor/asesydd y cwrs. Dyma grynodeb:

| Meini Prawf | Methodoleg Asesu – tiwtor yn asesu | Methodoleg Asesu – gweithle | Lleoliad y Dystiolaeth /Cyfeirnod |
|-------------|------------------------------------|---|-----------------------------------|
| 1.1 | Aseiniad/llyfr gwaith | | |
| 1.2 | Aseiniad/llyfr gwaith | | |
| 1.3 | Aseiniad/llyfr gwaith | | |
| 1.4 | Aseiniad/llyfr gwaith | | |
| 1.5 | Aseiniad/llyfr gwaith | | |
| 1.6 | Aseiniad/llyfr gwaith | | |
| 2.1 | Aseiniad/llyfr gwaith | | |
| 2.2 | Aseiniad/llyfr gwaith | | |
| 2.3 | Aseiniad/llyfr gwaith | | |
| 2.4 | Llyfr gwaith/adroddiad myfyriol | Arsylwi/tystiolaeth llygad-dyst | |
| 2.5 | | Arsylwi/tystiolaeth llygad-dyst | |
| 3.1 | | Arsylwi/tystiolaeth llygad-dyst | |
| 3.2 | Aseiniad/llyfr gwaith | | |
| 3.3 | Aseiniad/cynnyrch gwaith | Cynnyrch gwaith/tystiolaeth llygad-dyst | |
| 4.1 | | Arsylwi/tystiolaeth llygad-dyst | |
| 4.2 | | Arsylwi/tystiolaeth llygad-dyst | |
| 4.3 | | Cynnyrch gwaith | |
| 5.1 | | Arsylwi/tystiolaeth llygad-dyst | |
| 5.2 | | Arsylwi/tystiolaeth llygad-dyst | |
| 5.3 | | Arsylwi/tystiolaeth llygad-dyst | |
| 5.4 | Aseiniad/llyfr gwaith | | |
| 5.5 | Aseiniad/llyfr gwaith | Cynnyrch gwaith | |

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr **PECYN HYFFORDDI**

| | |
|--|---|
| Teitl | Cynorthwyo gofalwyr trwy arddangos technegau gofal ymarferol |
| Lefel | 3 |
| Gwerth credyd | 4 |
| Deilliannau dysgu Bydd y dysgwr yn: | Meini prawf asesu Gall y dysgwr: |
| 1. Deall rôl a chyfrifoldebau arddangoswr technegau gofal | <p>1.1 Egluro sut y gellir defnyddio arddangosiadau i hyrwyddo lles ac ansawdd bywyd:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ gofalwyr ■ yr unigolyn a gynorthwyr <p>1.2 Amlinellu rôl arddangoswr gofal</p> <p>1.3 Egluro beth yw ymarfer proffesiynol wrth gynnal arddangosiadau gyda gofalwyr</p> <p>1.4 Disgrifio sut i baratoi ar gyfer arddangosiadau a'u cynnal</p> <p>1.5 Egluro sut mae dull cadarnhaol o reoli risg yn hwyluso ymarfer diogel wrth arddangos technegau gofal</p> <p>1.6 Egluro sut i gael mynediad at gymorth a chyngor wrth gynnal arddangosiadau gyda gofalwyr</p> |
| 2. Gallu meithrin perthnasau cadarnhaol gyda gofalwyr | <p>2.1 Disgrifio'r gwerthoedd, yr agweddau a'r sgiliau sy'n sail i waith partneriaeth gyda gofalwyr</p> <p>2.2 Egluro sut i oresgyn rhwystrau wrth gynnal arddangosiadau gyda gofalwyr</p> <p>2.3 Nodi deilliannau a manteision arddangosiadau gyda gofalwyr a'r unigolion a gynorthwyr</p> <p>2.4 Darparu gwybodaeth hygyrch i gynhalwyr am adnoddau cymorth</p> <p>2.5 Rhyngweithio â gofalwyr mewn ffyrdd sy'n parchu eu harbenigedd, profiadau, iaith a diwylliant</p> |
| 3. Gallu cynllunio arddangosiadau diogel o dechnegau gofal | <p>3.1 Cytuno ar ddeilliannau'r arddangosiad o dechnegau gofal gyda'r gofalwr a'r unigolyn a gynorthwyr</p> <p>3.2 sut i nodi a rheoli risgiau'n gadarnhaol wrth arddangos i'r gofalwr</p> <p>3.3 Datblygu cynlluniau ar gyfer arddangos technegau gofal sy'n cydymffurfio â:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Dulliau gwaith y cytunwyd arnynt ■ Cytundebau gyda'r gofalwr a'r unigolyn a gynorthwyr |

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

| Deilliannau dysgu Bydd y dysgwr yn: | Meini prawf asesu Gall y dysgwr: |
|---|---|
| 4. Gallu cynnal arddangosiadau o dechnegau gofal | 4.1 Arddangos technegau gofal i'r gofalwr yn seiliedig ar gynlluniau lle cytunir ar ddeilliannau gyda'r gofalwr 4.2 Addasu arddangosiadau i gefnogi anghenion unigolion 4.3 Cofnodi deilliant yr arddangosiad yn unol â dulliau gwaith y cytunwyd arnynt |
| 5. Gallu adolygu effeithiolrwydd yr arddangosiad o dechnegau gofal | 5.1 Arsylwi ar y gofalwr yn cynnal y technegau gofal a ddangoswyd 5.2 Rhoi adborth i'r gofalwr ar eu defnydd o'r technegau gofal a ddangoswyd 5.3 Adolygu effeithiolrwydd yr arddangosiad yn erbyn y deilliannau y cytunwyd arnynt gyda'r gofalwr a'r unigolyn sy'n angen gofal neu gymorth 5.4 Disgrifio sut i gynorthwyo gofalwyr gyda materion parhaus ac adnoddau ychwanegol 5.5 Adolygu eich ymarfer eich hun o ran arddangos technegau gofal |

Canllawiau ychwanegol

Arddangoswr gofal – staff cymwysedig, profiadol y cytunwyd bod arddangos yn rhan o'u gwaith e.e. staff cyflogedig sy'n gweithio ym maes ail-alluogi, therapi, gofal yn y cartref neu nyrsio cymunedol. Gallai hyn fod ym maes gwasanaethau oedolion neu wasanaethau plant, y trydydd sector, neu mewn sefydliadau statudol neu annibynnol. Fel rheol, bydd gweithwyr yn gweithio mewn gwasanaethau a reoleiddir sydd wedi'u cofrestru gydag AGGCC, AGIC neu debyg.

Lles – gall fod yn gorfforol, cymdeithasol, seicolegol

Ansawdd bywyd – mynediad at ystod o weithgareddau, adnoddau a chyfleoedd sy'n galluogi'r unigolyn i werthfawrogi ei hun a theimlo ei fod yn cael ei werthfawrogi gan eraill

Gofalwr – unigolyn sy'n darparu llawer o ofal yn rheolaidd i a) blentyn anabl neu b) unigolyn 18 oed neu drosodd. Nid yw hyn yn cynnwys unrhyw un sy'n darparu gofal trwy gontract cyflogaeth neu fel gwirfoddolwr i sefydliad.

Unigolyn – plentyn neu oedolyn sydd angen gofal neu gymorth a all gael ei alw'n 'ddefnyddiwr gwasanaeth', 'claf' neu 'gleient' hefyd

Ymarfer proffesiynol – dylai hyn gynnwys rolau a chyfrifoldebau proffesiynol, prosesau trefniadol, ffiniau ac atebolrwydd

Cymorth a chyngor – gall fod yn ffurfiol neu'n anffurfiol a bydd yn cynnwys goruchwyliaeth a gwerthusiadau, o fewn eich sefydliad neu y tu allan i'ch sefydliad

Rhwystrau – gallai gynnwys namau ar y synhwyr, rhwystrau seicolegol e.e. gwrthwynebiad, hyder neu amharodrwydd gofalwyr, preifatrwydd, gweithio mewn amgylchedd cartref

Adnoddau – dylai gynnwys ymyrryd mewn argyfwng a gall gynnwys deunyddiau a chyfarpar, hyfforddiant, cymorth ariannol, trafndiaeth, grwpiau cymorth, gwasanaethau therapiwtig, gweithwyr proffesiynol eraill.

Risgiau – gall gynnwys ffactorau amgylcheddol, cymdeithasol a seicolegol

Dulliau gwaith y cytunwyd arnynt – byddant yn cynnwys defnyddio polisiau, gweithdrefnau, goruchwyllo, diogelu ac ymarfer moesegol.

Cynlluniau – gallant fod ar bapur, yn electronig neu lafar

DEILLIANT DYSGU 1: DEALL RÔL A CHYFRIFOLDEBAU ARDDANGOSWR TECHNEGAW GOFAL

1.1 Eglurwch sut y gellir defnyddio arddangosiadau i hyrwyddo lles ac ansawdd bywyd:

- **gofalwyr**
- yr **unigolyn** a gynorthwyr

Cofiwch am **les** – gall fod yn gorfforol, cymdeithasol neu'n seicolegol ac mae **ansawdd bywyd** yn cynnwys gallu cael gafael ar ystod o weithgareddau, adnoddau a chyfleoedd sy'n galluogi'r unigolyn i werthfawrogi ei hun a theimlo ei fod yn cael ei werthfawrogi gan eraill.

| Gofalwyr | Yr unigolyn a gynorthwyr |
|----------|--------------------------|
| | |

1.2 Amlinellwch rôl **arddangoswr technegau gofal**.

Dylech gynnwys cyfeiriadau at eich lleoliad gwaith a'ch rôl chi.

| |
|--|
| |
|--|



Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr **PECYN HYFFORDDI**

- 1.3** Eglurwch beth yw ystyr **ymarfer proffesiynol** wrth gynnal arddangosiadau gyda **gofalwyr**. Dylech gynnwys rolau a chyfrifoldebau proffesiynol, prosesau trefniadol, ffiniau ac atebolrwydd, a chysylltu hyn gyda'ch rôl a'ch lleoliad chi.

- 1.4** Disgrifiwch sut i baratoi ar gyfer arddangosiadau a'u cynnal. Gall hyn fod ar ffurf siart llif, diagram pry cop neu ddatganiad ysgrifenedig. Os byddai hynny'n helpu, disgrifiwch enghraifft o arddangosiad a gyflwynwyd gennych neu un rydych chi'n bwriadu ei gyflwyno. Gallwch ddefnyddio'r tudalennau ychwanegol ar ddiwedd y llyfr gwaith.

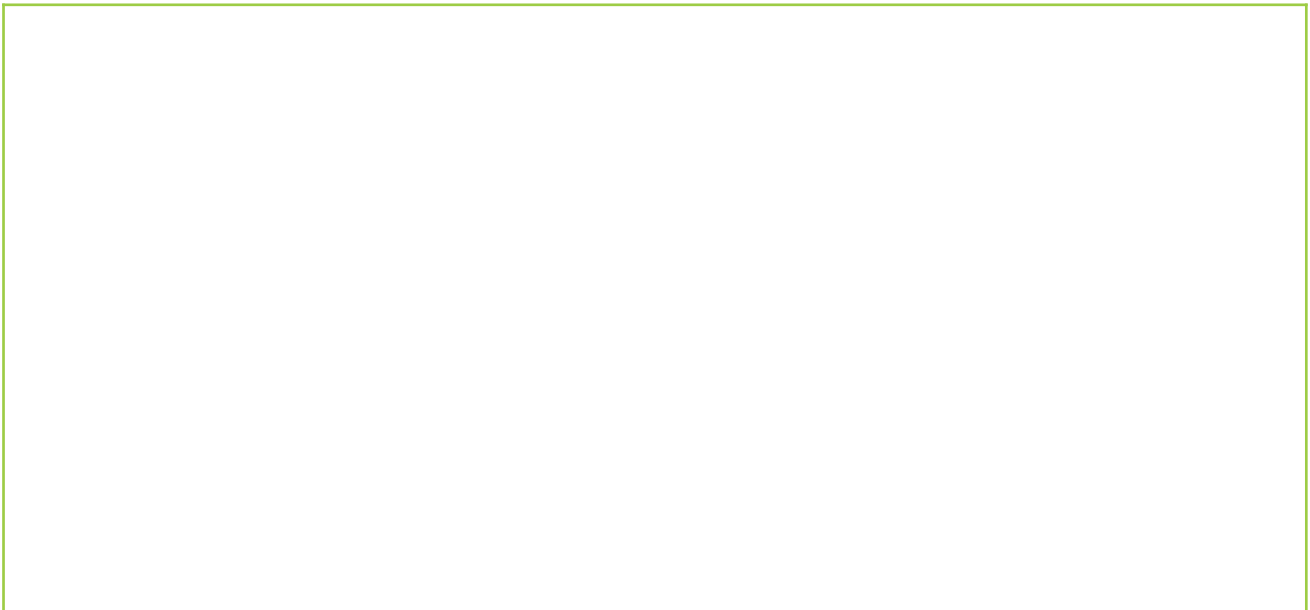


Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr **PECYN HYFFORDDI**

- 1.5** Eglurwch sut mae dull cadarnhaol o reoli risg yn hwyluso ymarfer diogel wrth arddangos technegau gofal. Gall **risgiau** gynnwys ffactorau amgylcheddol, cymdeithasol neu seicolegol (mae hyn yn cysylltu â 3.2).



- 1.6** Eglurwch sut i gael gafael ar **gymorth a chyngor** wrth gynnal arddangosiadau gyda **gofalwyr**. Meddyliwch am enghraifft neu brofiad perthnasol i'ch helpu i egluro. Cofiwch y gall **cymorth a chyngor** fod yn ffurfiol neu'n anffurfiol a bydd yn cynnwys goruchwyliaeth a gwerthusiadau, o fewn eich sefydliad neu y tu allan i'ch sefydliad.



DEILLIANT DYSGU 2: GALLU MEITHRIN PERTHNASAU CADARNAOL GYDA GOFALWYR

- 2.1.** Defnyddir gwerthoedd, agweddau a sgiliau i feithrin perthnasau cadarnhaol gyda gofalwyr. Meddyliwch am enghraifft o'ch lleoliad gwaith lle mae gennych chi berthynas dda gyda gofalwr. Disgrifiwch y gwerthoedd, agweddau a sgiliau sy'n sail i weithio mewn partneriaeth â **gofalwyr**.

| |
|--|
| |
|--|

- 2.2** Nodwch o leiaf dau **rwystr** i arddangos effeithiol ac eglurwch ffyrdd o oresgyn **rhwystrau** wrth gynnal arddangosiadau gyda **gofalwyr**. Gallech gynnwys enghreifftiau o nam ar y synhwyr, rhwystrau seicolegol e.e. gwrthwynebiad, hyder neu amharodrwydd cynhalwyr, preifatrwydd, gweithio mewn amgylchedd cartref.

| Rhwystrau | Ateb |
|-----------|------|
| | |

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr **PECYN HYFFORDDI**

- 2.3** Nodwch ddeilliannau a manteision arddangosiadau gyda gofalwyr ac unigolion a gynorthwyr. Gall hyn fod o'ch profiad neu enghraifft berthnasol yn eich lleoliad gwaith.

| Gofalwyr | Unigolyn a gynorthwyr |
|----------|-----------------------|
| | |

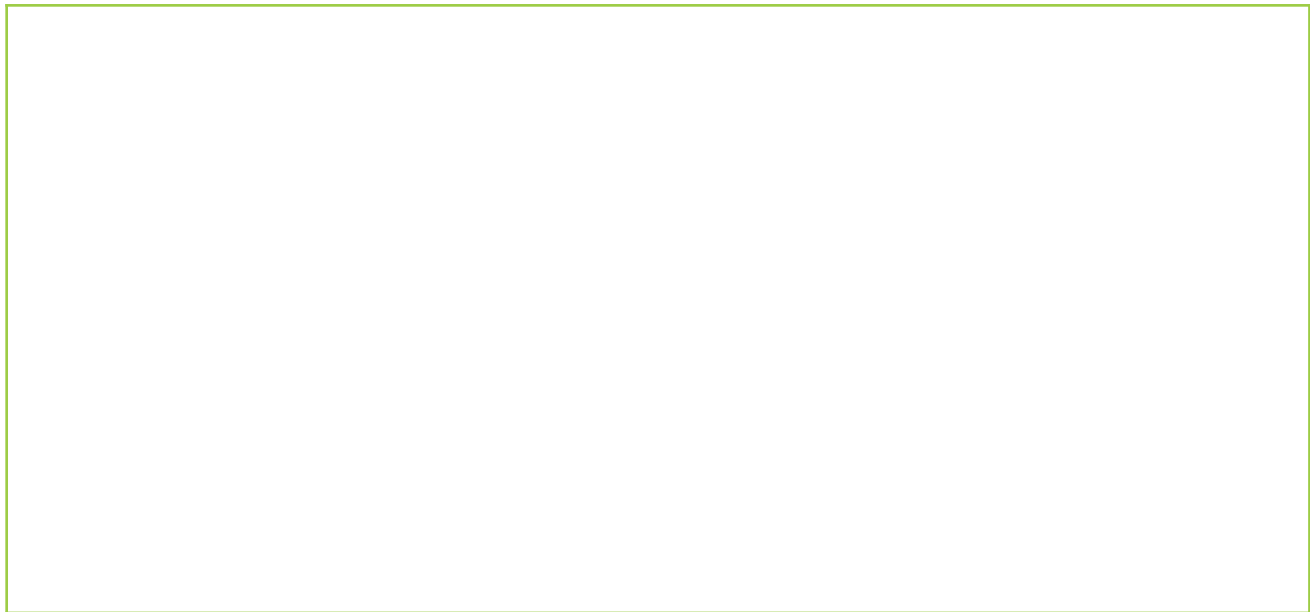
- 2.4** Trwy gynnal ymchwil yn eich ardal, darparwch restr o adnoddau cymorth ar gyfer gofalwyr gan egluro pam eu bod yn hygyrch. Bydd angen i chi rannu rhywfaint o'r wybodaeth hon gyda'r gofalwyr rydych chi'n eu cynorthwyo ac ystyried sut mae hyn yn diwallu eu hanghenion. (Mae hyn yn cysylltu â 5.4.)

| |
|--|
| |
|--|

- 2.5** Rhyngweithio â **gofalwyr** mewn ffyrdd sy'n parchu eu harbenigedd, profiadau, iaith a diwylliant – bydd hyn yn cael ei arddangos drwy arsylwi a myfrio ar brofiadau gwaith go iawn.

DEILLIANT DYSGU 3: GALLU CYNLLUNIO ARDDANGOSIADAU DIOGEL O DECHNEGAU GOFAL

- 3.1** Cytunwch ar ddeilliannau'r arddangosiad o dechnegau gofal gyda'r **gofalwr** a'r **unigolyn** a gynorthwyr – ceir tystiolaeth o hyn trwy arsylwi a myfyrio ar brofiadau gwaith go iawn.
- 3.2** Eglurwch sut i nodi a rheoli risgiau'n gadarnhaol wrth arddangos i'r gofalwr.
Gall risgiau gynnwys ffactorau amgylcheddol, cymdeithasol a seicolegol. Mae'n bwysig egluro sut bydd eich cyfraniad yn galluogi'r gofalwr i wneud ei benderfyniadau ei hun a dylai unrhyw asesiad risg ei gynorthwyo. (Mae hyn yn cysylltu â 1.5.)



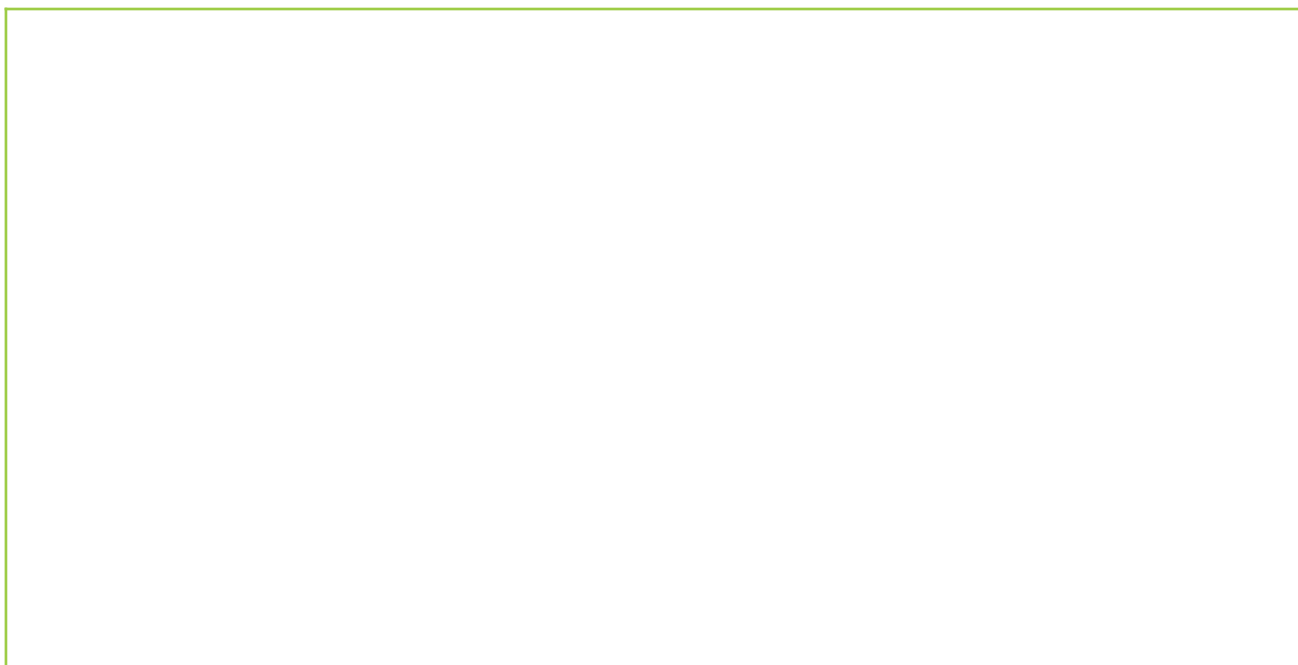
- 3.3** Datblygwch gynlluniau ar gyfer arddangos technegau gofal sy'n cydymffurfio â:
- **Dulliau gwaith y cytunwyd arnynt.** Bydd hyn yn cynnwys defnyddio polisïau, gweithdrefnau, goruchwyllo, diogelu ac ymarfer moesegol.
 - Cytundebau gyda'r **gofalwr** a'r **unigolyn** a gynorthwyr.
- Ceir tystiolaeth o hyn trwy weithgareddau mewn profiadau gwaith go iawn gan ddefnyddio cynhyrchion gwaith fel cynllun neu gofnod a wnaed.

DEILLIANT DYSGU 4: GALLU CYNNAL ARDDANGOSIADAU O DECHNEGAI GOFAL

- 4.1** Arddangos technegau gofal i'r **gofalwr** yn seiliedig ar gynlluniau lle cytunir ar ddeilliannau gyda'r **gofalwr**. Ceir tystiolaeth o hyn drwy arsylwi a myfyrio ar brofiadau gwaith go iawn.
- 4.2** Addasu arddangosiadau i gefnogi anghenion unigolion. Ceir tystiolaeth o hyn drwy arsylwi a myfyrio ar brofiadau gwaith go iawn.
- 4.3** Cofnodi deilliant yr arddangosiad yn unol â **dulliau gwaith y cytunwyd arnynt**. Bydd hyn yn cynnwys defnyddio polisïau, gweithdrefnau, goruchwylio, diogelu ac ymarfer moesegol. Ceir tystiolaeth o hyn drwy weithgareddau mewn profiadau gwaith go iawn gan ddefnyddio cynhyrchion gwaith fel y cofnod a wnaed.

DEILLIANT DYSGU 5: GALLU ADOLYGU EFFEITHIOLRWYDD YR ARDDANGOSIAD O DECHNEGAI GOFAL

- 5.1** Arsylwi ar y **gofalwr** yn cynnal y technegau a dangoswyd. Ceir tystiolaeth o hyn drwy arsylwi a myfyrio ar brofiadau gwaith go iawn a gellir defnyddio cynhyrchion gwaith fel y cofnod a wnaed.
- 5.2** Rhoi adborth i'r **gofalwr** ar ei ddefnydd o'r technegau gofal a ddangoswyd. Ceir tystiolaeth o hyn drwy arsylwi a myfyrio ar brofiadau gwaith go iawn a gellir defnyddio cynhyrchion gwaith fel y cofnod a wnaed.
- 5.3** Adolygu effeithiolrwydd yr arddangosiad yn erbyn y deilliannau y cytunwyd arnynt gyda'r **gofalwr** a'r **unigolyn** sy'n angen gofal neu gymorth. Ceir tystiolaeth o hyn drwy arsylwi a myfyrio ar brofiadau gwaith go iawn a gellir defnyddio cynhyrchion gwaith fel y cofnod a wnaed.
- 5.4** Disgrifiwch sut i gynorthwyo **gofalwyr** gyda materion parhaus ac adnoddau ychwanegol. Gallech ystyried y gofalwr a fu'n rhan o'r arddangosiad er mwyn i chi gasglu tystiolaeth ar gyfer yr uned hon, neu gallech feddwl am ofalwr arall lle mae hyn yn debygol o fod yn faterion parhaus a'r angen am adnoddau ychwanegol. (Mae hyn yn cysylltu â 2.4.)



Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

5.5 Adolygwch eich ymarfer eich hun o ran arddangos technegau gofal. Gallwch ddefnyddio unrhyw ddulliau/offer sydd eisoes ar waith ar gyfer eich rôl a'ch lleoliad, neu gallwch ddefnyddio dull cynllunio syml fel yr un isod. Er mwyn **'adolygu'** gofalwch eich bod yn ystyried pa mor llwyddiannus oedd eich ymarfer a beth sydd angen ei wella neu ei newid.

Cynllun Datblygu Personol (PDP) ar gyfer arddangosiadau technegau gofal ymarferol:

| | |
|--|---|
| Rhestrwch eich tri phrif gryfder yn y cyd-destun hwn: | <p>Cwestiynau:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Sut alla i fanteisio'n llawn arnyn nhw? ■ Beth fydd yn digwydd os byddai'n gorliwio'r cryfderau hyn? |
| Rhestrwch eich tri phrif wendid yn y cyd-destun hwn: | <p>Cwestiynau:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Sut all y rhain atal fy natblygiad? ■ Beth alla i wneud i leihau neu oresgyn y gwendidau hyn? |
| Rhestrwch unrhyw fygythiadau y gallech eu hwynebu yn y flwyddyn nesaf: | <p>Cwestiynau:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Beth yw'r tebygolrwydd a'r effaith arna i? ■ Oes modd troi unrhyw un o'r bygythiadau hyn yn gyfleoedd? |
| Rhestrwch unrhyw gyfleoedd sy'n debygol o godi yn y flwyddyn nesaf: | <p>Cwestiynau:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Beth yw'r tebygolrwydd a'r effaith arna i? ■ Beth yw'r ffordd orau o ddatblygu fy hun i fanteisio i'r eithaf ar y cyfleoedd hyn? |

Ystyriaethau pwysig eraill:

- Beth arall sydd angen ei wneud i gyflawni eich amcanion?
- Pwy allai eich helpu i gyflawni eich amcanion?
- Beth yw'r ffordd orau o'ch helpu i gyflawni'ch amcanion?

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr **PECYN HYFFORDDI**

AMSER I GOFNODI: DEFNYDDIWCH YR ADRAN HON I WNEUD UNRHYW NODIADAU A FYDD YN DDEFNYDDIOL WRTH I CHI GWBLHAU'R LLYFR GWAITH HWN AC Y GALLWCH GYFEIRIO YN ÔL ATYNT.



Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

| | |
|----------------|--|
| Enw'r asesydd: | |
| Llofnod: | |
| Dyddiad: | |

Adborth i'r dysgwr, yn cynnwys unrhyw ofynion cyfeirio:

| |
|--|
| |
|--|

| | | | | |
|--|----|--|-------|--|
| Cymerwyd fel enghraifft gan yr asesydd ansawdd mewnol: Do/Naddo | Do | | Naddo | |
| Enw'r asesydd ansawdd mewnol: | | | | |
| Llofnod: | | | | |
| Dyddiad: | | | | |



HOLIADUR GWERTHUSO HYFFORDDIANT

| | |
|----------------|--|
| Dyddiad y cwrs | |
| Tiwtor | |

| | | | | |
|---|----|--------------------------|-------|--------------------------|
| 1. Wnaethoch chi ddeall diben yr hyfforddiant ymlaen llaw? | Do | <input type="checkbox"/> | Naddo | <input type="checkbox"/> |
| Sylwadau | | | | |
| | | | | |

| | | | | |
|---|----|--------------------------|-------|--------------------------|
| 2. A gawsoch chi gyfle i drafod hyn gyda'ch rheolwr llinell? | Do | <input type="checkbox"/> | Naddo | <input type="checkbox"/> |
| Sylwadau | | | | |
| | | | | |

| | | | | |
|---|------|--------------------------|----------|--------------------------|
| 3. A oedd cynnwys y cwrs fel roeddech chi wedi'i ddisgwyl? | Oedd | <input type="checkbox"/> | Nac oedd | <input type="checkbox"/> |
| Sylwadau | | | | |
| | | | | |

| | | | | |
|---|------|--------------------------|----------|--------------------------|
| 4. A oedd cynnwys y cwrs yn berthnasol i'ch anghenion dysgu? | Oedd | <input type="checkbox"/> | Nac oedd | <input type="checkbox"/> |
| Sylwadau | | | | |
| | | | | |

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

| | | | | |
|---|---------|--|-------------|--|
| 5. A oedd dulliau'r hyfforddwr (e.e. ymarferion, taflenni ac ati) yn effeithiol ar gyfer eich anghenion dysgu chi? | Oeddynt | | Nac oeddynt | |
| Sylwadau | | | | |
| | | | | |
| 6. Wnaethoch chi ddysgu unrhyw beth newydd yn sgîl yr hyfforddiant hwn? | Do | | Naddo | |
| Sylwadau | | | | |
| | | | | |
| 7. A roddwyd sylw digonol i'ch cwestiynau? | Do | | Naddo | |
| Sylwadau | | | | |
| | | | | |
| 8. Oes gennych chi unrhyw sylwadau ar y trefniadau domestig a'r lleoliad? | Oes | | Nac oes | |
| Sylwadau | | | | |
| | | | | |

Diolch am gwblhau'r adborth hwn.

FFURFLEN YR ARDDANGOSWR – GOFALWR/DERBYNNYDD

| | |
|---------------------------|--|
| Enw'r gofalwr/derbynnydd: | |
| Enw'r arddangoswr: | |
| Dyddiad y sesiwn: | |

Cyn y sesiwn

| |
|--|
| Beth ydych chi am ei weld yn cael ei arddangos? Beth yw'ch gobeithion am y sesiwn? |
| |

Ar ôl y sesiwn

| |
|--|
| Beth weithiodd orau i chi yn y sesiwn? |
| |
| Pa adborth sydd gennych chi i'r arddangoswr? |
| |

| | |
|-------------------------------|--|
| Manylion cyswllt y derbynnydd | |
| Enw | |
| Ffôn | |
| E-bost | |

ADRODDIAD ARSYLWI ARDDANGOSWYR GOFAL

Eich llygad-dyst arbenigol sydd i lenwi'r ffurflen hon. Mae angen iddo ef neu hi ddarparu cofnod ysgrifenedig o dan bob un o'r penawdau isod yn cadarnhau eich cymhwysedd yn erbyn pob un o'r meini prawf yr uned a rifwyd.

Dylai'r cofnod hwn nodi sut rydych chi wedi cyflawni pob tasg, nid yw ateb do/naddo yn ddigon. Mae gofyn i'r llygad-dyst arbenigol gofnodi'ch perfformiad.

Ar ôl llenwi'r ffurflen, eich ffurflen baratoi ar gyfer arddangoswyr a'r ffurflen adborth i'r sawl a fydd yn derbyn yr arddangosiad, dylech anfon y cyfan at eich asesydd pan fyddant yn barod. Os oes angen i chi ailadrodd unrhyw faes, nodwch hyn yn glir yn y cofnod.

| | |
|---------------------------------------|--|
| Enw'r arddangoswr gofal | |
| Dyddiad | |
| Hyd y sesiwn | |
| Nod y sesiwn (yn ôl cynllun y sesiwn) | |
| | |

| A wnaeth yr ymgeisydd | Sylwadau |
|---|----------|
| <p>3.1 Cytuno ar ddeilliannau'r arddangosiad o dechnegau gofal gyda'r gofalwr a'r unigolyn a gynorthwyir</p> | |

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr **PECYN HYFFORDDI**

| A wnaeth yr ymgeisydd | Sylwadau |
|---|----------|
| 3.3 Ddatblygu cynlluniau ar gyfer arddangos technegau gofal sy'n cydymffurfio â: dulliau gwaith y cytunwyd arnynt; cytundebau gyda'r gofalwr a'r unigolyn a gynorthwyr | |

| A wnaeth yr ymgeisydd | Sylwadau |
|--|----------|
| 2.5 Rhyngweithio â gofalwyr mewn ffyrdd sy'n parchu eu harbenigedd, profiadau, iaith a diwylliant | |

| A wnaeth yr ymgeisydd | Sylwadau |
|---|----------|
| 2.4 Darparu gwybodaeth hygrych i ofalwyr am adnoddau cymorth | |

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr **PECYN HYFFORDDI**

| A wnaeth yr ymgeisydd | Sylwadau |
|--|----------|
| 4.1 Arddangos technegau gofal i'r gofalwr yn seiliedig ar gynlluniau lle cytunir ar ddeilliannau gyda'r gofalwr | |

| A wnaeth yr ymgeisydd | Sylwadau |
|--|----------|
| 4.2 Addasu arddangosiadau i gefnogi anghenion unigolion | |

| A wnaeth yr ymgeisydd | Sylwadau |
|--|----------|
| 5.1 Arsylwi ar y gofalwr yn cynnal y technegau gofal a ddangoswyd | |

Arddangos sgiliau gofal i Ofalwyr PECYN HYFFORDDI

| A wnaeth yr ymgeisydd | Sylwadau |
|---|----------|
| 5.2 Rhoi adborth i'r gofalwr ar ei ddefnydd o'r technegau gofal a ddangoswyd | |

| A wnaeth yr ymgeisydd | Sylwadau |
|--|----------|
| 5.3 Adolygu effeithiolrwydd yr arddangosiad yn erbyn y deilliannau y cytunwyd arnynt gyda'r gofalwr a'r unigolyn sy'n angen gofal neu gymorth | |

| | |
|------------------------------|--|
| Enw'r llygad-dyst arbenigol: | |
| Rôl y llygad-dyst arbenigol: | |
| Llofnod: | |
| Dyddiad: | |

HOLIADUR YMCHWIL

Er mwyn deall sut mae'r hyfforddiant hwn yn cael ei ddefnyddio yng Nghymru ac i hwyluso unrhyw ddiweddariadau i'r pecyn cyflwyno, byddai'n ddefnyddiol pe bai tiwtoriaid sydd wedi defnyddio'r deunyddiau hyn yn gallu cwblhau a dychwelyd y ffurflen isod. Bydd y wybodaeth hon yn werthfawr wrth geisio deall a diwallu anghenion datblygol cynhalwyr di-dâl yng Nghymru ac yn cael ei defnyddio at y diben hwn yn unig.

| | |
|---|--|
| 1. Dyddiad eich cwrs | |
| 2. Yr ardal ddaearyddol dan sylw | |
| 3. Nifer y mynychwyr | |
| 4. Nifer y mynychwyr sy'n dewis cwblhau cymhwyster Agored Cymru | |
| 5. Y mathau o asiantaethau a gynrychiolir (h.y. statudol gwirfoddola Annibynnol) | |
| 6. Yr ystod o weithgareddau a arddangosir | |
| 7. Sylwadau ar ddeunyddiau'r pecyn cyflwyno | |
| Enw | |
| Manylion cyswllt | |

Anfonwch at sheila.lyons@ccwales.org.uk