|  |  |
| --- | --- |
| Trosolwg | Ar gyfer y safon hon, mae angen i chi gefnogi unigolion sy’n defnyddio sylweddau trwy eu galluogi nhw i fabwysiadu arferion diogel, darparu gofal a chymorth yn dilyn cyfnod o ddefnyddio sylwedd a chefnogi ymdrechion unigolion i leihau eu defnydd o sylweddau neu roi’r gorau iddi. Byddai sylweddau’n cynnwys alcohol, opiadau, cyffuriau rhithbair, amffetaminau, canabis, meddyginiaeth a roddir ar bresgripsiwn, toddyddion a sylweddau anweddol eraill; gall pobl fod yn arbrofi â’r rhain, eu defnyddio am resymau hamdden neu’n ddibynnol arnynt.  Bydd angen i ddefnyddwyr y safon hon sicrhau bod eu harfer yn adlewyrchu gwybodaeth a pholisïau cyfredol. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Meini prawf perfformiad**  Mae'n rhaid i chi allu: | 1. sicrhau eich bod yn cyfathrebu ag unigolion ynghylch defnyddio sylweddau a’i risgiau cysylltiedig ar adeg ac mewn ffordd sy’n fwyaf tebygol o sicrhau bod yr unigolyn yn deall 2. rhoi esboniad i unigolion o risgiau’r sylweddau a gymerwyd a’r dulliau o’u cymryd mewn ffordd ac ar lefel a chyflymder sy’n briodol iddynt 3. cynnig arweiniad, cymorth a chyngor i unigolion ynghylch ffyrdd o weithredu’n fwy diogel o ran dulliau o ddefnyddio sylweddau a’r gweithgareddau y mae’r defnydd yn effeithio arnynt 4. cefnogi unigolion sy’n dymuno defnyddio cyflenwadau o gyffuriau a chyfarpar diogel a deunyddiau diogel eraill i wneud hynny mewn ffordd sy’n briodol i’w hawl i ddewis, ac sy’n cyd-fynd â hynny 5. cynorthwyo ac annog unigolion i gael gwared ar ddeunyddiau a chyfarpar peryglus mewn man a dull diogel yn syth ar ôl eu defnyddio 6. annog a chynorthwyo unigolion i drafod eu hamgylchiadau a’u hanes o ddefnyddio sylweddau, a defnyddio’r wybodaeth hon i gynllunio a darparu cymorth a chefnogaeth priodol 7. rhoi cymorth a chefnogaeth ar gyfer cysylltu â phobl sy’n gallu helpu pan fydd unigolion yn gofyn am wybodaeth a chyngor pellach sydd y tu hwnt i’ch rôl 8. sicrhau bod eich gweithredoedd i gefnogi unigolion sydd wedi defnyddio sylweddau yn cyd-fynd â’ch rôl gytûn a pholisïau a gweithdrefnau’r asiantaeth 9. rhoi gwybod i unigolion eich bod ar gael ac yn barod i helpu 10. sicrhau eich bod yn rhyngweithio ag unigolion mewn ffordd sy’n cydnabod anghenion a hawliau pob unigolyn 11. sicrhau bod eich gweithredoedd i gefnogi unigolion yn briodol i’r sylwedd â ddefnyddiwyd, yr effaith a gafodd y sylwedd a chyflwr yr unigolyn 12. annog unigolion i ddisgrifio unrhyw boen neu anghysur y maent yn eu profi 13. symud a thrafod unigolion gyda chyn lleied o anghysur â phosibl a dim ond pan fydd hyn yn angenrheidiol ar gyfer eu diogelwch 14. gofyn am gymorth a chefnogaeth pellach sydd eu hangen i helpu’r unigolyn ar unwaith 15. gwneud yr amgylchedd mor ddiogel â phosibl a symud pob sylwedd a deunydd peryglus oddi yno 16. cefnogi a galluogi unigolion i fodloni eu hanghenion a’u gofynion pan fydd effeithiau’r sylwedd wedi pylu 17. cyflwyno gwybodaeth am gyfnodau o ddefnyddio sylweddau yn glir ac yn gywir i berson priodol a’i chofnodi yn y fformat gofynnol 18. annog unigolion sydd wedi ymrwymo i leihau eu defnydd o sylweddau i adolygu eu rhesymau dros wneud hynny 19. nodi ac archwilio effeithiau dewis yr unigolyn ar ei fywyd pob dydd ac unrhyw anawsterau a allai fod ganddo mewn ffordd gefnogol 20. nodi’n gywir strategaethau a dulliau ar gyfer lliniaru anawsterau a gaiff yr unigolyn, a thrafod y strategaethau a’r dulliau hynny’n fanwl 21. cyfathrebu ag unigolion mewn ffordd ac ar lefel a chyflymder sy’n briodol iddynt 22. cynnig cymorth i unigolion mewn ffordd sy’n parchu eu hawliau a’u dewis unigol, ac sy’n briodol i’w hanghenion ac yn realistig yn ôl terfynau’r adnoddau sydd ar gael 23. rhoi cymorth a chefnogaeth priodol ar gyfer cysylltu â phobl sy’n gallu helpu unigolion sy’n gofyn am gyngor a chymorth y tu hwnt i’ch rôl 24. cynorthwyo unigolion i adolygu eu cynnydd o ran lleihau eu defnydd o sylweddau, asesu eu cyflawniadau’n realistig a nodi cyfleoedd i wella 25. cofnodi canlyniadau trafodaethau ynghylch cynnydd ac unrhyw gynigion ar gyfer newidiadau yn gywir ac yn llawn, a throsglwyddo’r rhain yn brydlon i berson priodol 26. cydnabod a rheoli eich teimladau eich hun ynghylch cynnydd neu ddiffyg cynnydd yr unigolyn mewn ffordd sy’n lleihau eu heffaith ar y cymorth a ddarperir cymaint â phosibl |

|  |  |
| --- | --- |
| Gwybodaeth a dealltwriaeth  Mae angen i chi wybod a deall: | 1. defnydd o sylweddau sy’n gyfreithlon ac yn anghyfreithlon (gan gynnwys defnyddio cyffuriau presgripsiwn yn anghyfreithlon), polisi’r asiantaeth a sut mae hyn yn effeithio ar rôl y gweithiwr (e.e. os yw’r unigolyn yn defnyddio cyffuriau anghyfreithlon – ffyrdd o fynd i’r afael â hyn) 2. deddfwriaeth yn ymwneud â chyflenwi a defnyddio sylweddau, a grwpiau unigol penodol (e.e. y Ddeddf Plant) a sut mae’r rhain yn effeithio ar eich rôl a’ch cyfrifoldebau 3. deddfwriaeth a pholisïau a chanllawiau’r asiantaeth ynghylch storio a defnyddio sylweddau (gan gynnwys y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith) a’ch rôl mewn perthynas â’r rhain 4. adnoddau o fewn a’r tu allan i’r asiantaeth i gynorthwyo’r defnyddiwr sylweddau i reoli’r risgiau sy’n gysylltiedig â’r defnydd, neu eu lleihau cymaint â phosibl (fel cyflenwad o chwistrellau newydd, llety, canolfannau adsefydlu) 5. y gwahanol asiantaethau cyngor/therapi arbenigol a rhwydweithiau cymorth cenedlaethol/lleol sy’n ymwneud â chefnogi defnyddwyr sylweddau 6. adnoddau sydd ar gael o fewn a’r tu allan i’r asiantaeth i gynorthwyo’r defnyddiwr sylweddau i roi’r gorau iddi, neu leihau’r defnydd, gan gynnwys y gwahanol asiantaethau cyngor/therapi arbenigol a rhwydweithiau cymorth cenedlaethol/lleol sy’n ymwneud â chefnogi defnyddwyr sylweddau 7. eich rôl a’ch cyfrifoldebau mewn perthynas â’r unigolyn a sut y dylai’r rhain effeithio ar unrhyw berthynas rhyngoch chi a’r unigolyn 8. y gwahanol fathau o sylweddau y gallai unigolion eu defnyddio, sut caiff y rhain eu defnyddio (e.e. yfed, chwistrellu, arogli, ysmygu) a’u heffeithiau tebygol 9. sut y gallai unigolion gyfuno sylweddau a’r effeithiau gwahanol a allai ddeillio o hyn 10. y risgiau tymor byr a thymor hir sydd ynghlwm wrth ddefnyddio sylweddau (fel gorddos, dibyniaeth a risgiau cysylltiedig i iechyd fel HIV, Hepatitis B ac C) 11. gwahanol fathau o lendid (o lendid cymdeithasol i ddiheintio) a’r cysylltiadau rhwng mathau o lendid a strategaethau lleihau niwed (fel ailddefnyddio nodwyddau) 12. yr amrywiaeth o weithgareddau y gallai defnyddio sylweddau effeithio arnynt a’r strategaethau lleihau niwed y gellir eu mabwysiadu mewn perthynas â’r rhain 13. strategaethau lleihau niwed, a sut a pham y gallai’r rhain amrywio rhwng unigolion 14. yr amrywiaeth o arferion rhyw mwy diogel a sut y gellir annog unigolion i ddefnyddio’r rhain 15. deunyddiau a chyfarpar peryglus, natur y perygl gaiff ei greu ganddynt a dulliau diogel o gael gwared arnynt (a’r opsiynau sydd ar gael o ystyried y cyfleusterau sydd ar gael i’r unigolyn) 16. dangosyddion camddefnyddio sylweddau, y gwahanol fathau o sylweddau y gallai unigolion eu defnyddio a’u heffeithiau tebygol (er mwyn gallu adnabod nodweddion annormal ac argyfyngau iechyd posibl) 17. y risgiau sydd ynghlwm wrth ddefnyddio sylweddau yn y tymor byr a’r tymor hir (fel gorddos, dibyniaeth, risgiau cysylltiedig i iechyd) 18. dangosyddion poen ac anghysur a bod effeithiau’r sylwedd yn peri bygythiad sylweddol i les yr unigolyn (fel gwenwyn alcohol, gorddos) a’r camau y dylid eu cymryd mewn perthynas â phob un ohonynt 19. ôl-effeithiau amrywiol defnyddio sylweddau ac anghenion posibl yr unigolyn yn dilyn defnyddio sylweddau 20. sut y gall safbwyntiau ynglŷn â defnyddio sylweddau amrywio 21. eich rôl yn yr amgylchedd a ffiniau a therfynau’r rôl honno 22. yr effaith y gallai eich teimladau ei chael ar y cymorth y gellir ei gynnig yn effeithiol i’r unigolyn 23. ffactorau sy’n arwain unigolion i ddefnyddio sylweddau a sut y gallai’r rhain fod yn perthyn i’w gilydd neu gyfuno 24. y rhesymau pam mae unigolion yn penderfynu lleihau eu defnydd o sylweddau neu roi’r gorau iddi 25. amryw effeithiau posibl lleihau neu roi’r gorau i ddefnyddio sylweddau ar berthnasoedd, ffordd o fyw, gweithgareddau hamdden ac iechyd corfforol ac emosiynol 26. y mathau o anawsterau sy’n debygol o godi wrth geisio lleihau neu’r roi’r gorau i ddefnyddio sylweddau, a strategaethau a dulliau ar gyfer lliniaru’r rhain 27. yr effaith y gallai eich credoau a’ch teimladau eich hun ynghylch defnyddio sylweddau ei chael ar eich ymddygiad a pham mae’n bwysig gweithio gydag unigolion mewn ffordd gefnogol, nad yw’n barnu, hyd yn oed pan fydd eich credoau eich hun yn gwrthdaro â gweithredoedd yr unigolyn 28. dulliau o symud a thrafod unigolion sy’n debygol o fod yn fwyaf diogel i chi a’r unigolyn, a pham na ddylid symud unigolion oni bai bod gwir angen 29. cymorth ar frys mewn sefyllfaoedd lle mae’r sylwedd yn achosi argyfwng iechyd 30. dulliau o gefnogi unigolion pan fyddant wedi defnyddio sylweddau 31. sut i gynorthwyo unigolion i wneud asesiadau realistig o’u cynnydd a sut y gallwch gynnig barn mewn modd cefnogol 32. ffyrdd o gefnogi unigolion sy’n ceisio lleihau neu roi’r gorau i ddefnyddio sylweddau 33. pwysigrwydd cydnabod a delio â’ch teimladau eich hun o ran y defnydd o sylweddau sydd dan sylw 34. pam y dylid defnyddio iaith sy’n cyd-fynd â dulliau mynegiant yr unigolyn ei hun (er enghraifft, peidio â defnyddio iaith glinigol) a strategaethau y gellir eu defnyddio i gynyddu’r posibilrwydd bod gwybodaeth yn cael ei chlywed a’i deall 35. pam y dylid rhoi cymorth i’r unigolyn siarad am ei amgylchiadau a’i hanes o ddefnyddio sylweddau 36. pam y dylid rhoi cymorth i’r unigolyn gysylltu â phobl eraill i gael cyngor a chymorth pellach, a’r gwahanol fathau o gymorth a chefnogaeth sydd ar gael 37. dulliau o ddangos yn glir i’r unigolyn eich bod yn bresennol ac ar gael heb ysgogi ymateb ymosodol ac ati 38. pam y dylid rhoi cymorth i’r unigolyn ddisgrifio unrhyw boen neu anghysur y mae’n eu profi 39. pwysigrwydd cynorthwyo unigolion i fodloni eu hanghenion a’u gofynion eu hunain ar ôl i effeithiau’r sylwedd bylu, a ffyrdd o wneud hyn 40. pam y dylid adrodd a chofnodi gwybodaeth 41. pam mae’n bwysig adolygu gydag unigolion eu rhesymau dros benderfynu lleihau eu defnydd o sylweddau neu roi’r gorau iddi, ac effeithiau symbylol hyn 42. pwysigrwydd cydnabod hawliau unigolion o ran gwneud penderfyniadau ynghylch eu defnydd o sylweddau 43. hawliau unigolion o ran gwneud penderfyniadau ynghylch eu hiechyd, gan gynnwys eu hawl i anwybyddu cyngor |

**Gwybodaeth Ychwanegol**

|  |  |
| --- | --- |
| Cysylltiadau Allanol | Mae'r safon hon yn gysylltiedig â’r dimensiwn canlynol yn Fframwaith Sgiliau a Gwybodaeth y GIG (Hydref 2004):  Dimensiwn: HWB4 Galluogi i fynd i’r afael ag anghenion iechyd a lles |

|  |  |
| --- | --- |
| **Datblygwyd gan** | Sgiliau Iechyd |
| **Rhif fersiwn** | 1 |
| Dyddiad y'i cymeradwywyd | Mehefin 2010 |
| Dyddiad adolygu dangosol | Mehefin 2012 |
| Dilysrwydd | Cyfredol |
| Statws | Gwreiddiol |
| Sefydliad gwreiddiol | Sgiliau Iechyd |
| URN gwreiddiol | DAN AB2 |
| Galwedigaethau perthnasol | Iechyd, Gwasanaethau Cyhoeddus a Gofal; Iechyd a Gofal Cymdeithasol; Rheolwyr ac Uwch Swyddogion; Galwedigaethau Proffesiynol a Thechnegol Cysylltiedig; Swyddogion Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol; Gweithwyr Iechyd Proffesiynol Cysylltiedig; Galwedigaethau Gwasanaethau Personol; Gwasanaethau Gofal Iechyd a Phersonol Cysylltiedig |
| Cyfres | Cyffuriau ac alcohol; |
| Geiriau allweddol | Cyffuriau; Alcohol; Sylweddau; Camddefnyddio; Cam-drin; Comisiynu |