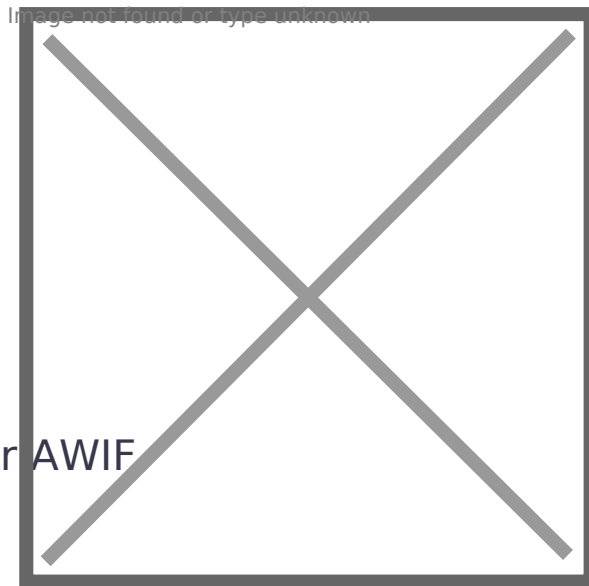


Geirfa

Geirfa termau i gefnogi cwblhau'r AWIF

Cyhoeddwyd gyntaf: 5 Mehefin 2020

Diweddariad olaf: 28 Hydref 2024



Lawrlwythwyd y ddogfen hon o gofalcymdeithasol.cymru ac efallai nid hwn yw'r fersiwn diweddaraf.

Ewch i <http://cynnwys.gofalcymdeithasol.cymru/cymwysterau-ac-ariannu/fframweithiau-sefydlu/sefydlu-ar-gyfer-iechyd-a-gofal-cymdeithasol-awif/geirfa> am y fersiwn diweddaraf.

Geirfa termau i gefnogi cwblhau'r AWIF, mae'r termau'n ymddangos yn nhrefn yr wyddor.

A

Gallai **achosion sylfaenol** gynnwys:

- poen cronig neu aciwt
- haint neu broblemau iechyd corfforol eraill
- nam ar y synhwyrau
- anaf a gafwyd i'r ymennydd neu gyflwr niwrolegol arall
- anawsterau cyfathrebu
- yr amgylchedd
- ofn a phryder
- anhapusrwydd
- diflastod
- unigrwydd
- anghenion nas diwallwyd
- gofynion
- newid
- trawsnewidiadau
- digwyddiadau arwyddocaol diweddar, megis marwolaeth aelod o'r teulu
- digwyddiadau neu brofiadau blaenorol
- camdriniaeth neu drawma
- bwlio
- gofal gormodol
- cael eich anwybyddu.

Byddai **arferion annerbyniol** yn cynnwys:

- cysylltiad rhywiol gydag unigolyn neu blentyn sy'n defnyddio'r gwasanaeth neu aelod o'r teulu
- achosi niwed corfforol neu anaf i unigolion
- gwneud sylwadau, ystumiau neu awgrymiadau ymosodol neu sarhaus
- gofyn am wybodaeth am hanes personol, lle nad yw'n angenrheidiol nac yn berthnasol
- gwyllo unigolyn neu blentyn neu berson ifanc yn dadwisgo, lle nad yw hynny'n angenrheidiol
- rhannu gwybodaeth bersonol, lle nad yw hynny'n angenrheidiol
- cyffwrdd, cofleidio neu fwytho amhriodol
- celu gwybodaeth am unigolion neu blant a phobl ifanc oddi wrth gydweithwyr. Er enghraifft, peidio â chwblhau cofnodion, cydgynllwynio â gweithredoedd troseddol
- derbyn rhoddion a lletygarwch yn gyfnewid am well triniaeth
- lledaenu sïon neu adroddiadau ail-law am unigolyn neu blentyn a person ifanc, neu eraill sy'n agos atynt
- camddefnyddio arian neu eiddo unigolyn, plentyn neu berson ifanc
- annog unigolion neu blant a person ifanc i ddod yn ddibynnol er budd y gweithiwr
- rhoi breintiau arbennig i 'hoff unigolion neu blant a phobl ifanc'. Er enghraifft, treulio gormod o amser gyda rhywun, dod yn rhy agos ato neu ddefnyddio dylanwad i sicrhau mwy o fudd i un unigolyn nag eraill
- darparu mathau o ofal na fyddant yn cyflawni'r canlyniad bwriedig
- darparu cyngor neu gwnsela arbenigol, lle nad yw'r gweithiwr yn gymwys i wneud hynny
- methu â darparu'r gofal a'r cymorth y cytunwyd arnynt ar gyfer unigolyn neu blentyn neu berson ifanc, neu ei wrthod. Er enghraifft, oherwydd teimladau negyddol am unigolyn neu blentyn neu berson ifanc
- ceisio gorfodi credoau crefyddol, moesol neu wleidyddol y gweithiwr ar unigolyn

- methu â hyrwyddo urddas a pharch
- unrhyw arferion a waherddir yn benodol mewn deddfwriaeth, rheoliadau statudol, safonau a chanllawiau perthnasol

Byddai **arferion gofal personol** yn cynnwys hylendid personol, rhoi bath, golchi dannedd, mislif.

Arferion cyfyngol yw amrywiaeth o weithgareddau sy'n atal unigolion rhag gwneud pethau maen nhw'n dymuno eu gwneud neu'n eu hannog i wneud pethau dydyn nhw ddim yn dymuno eu gwneud. Gall y pethau hyn fod yn amlwg neu'n gynnil. Dylid eu deall fel rhan o gontinwwm, o gyfyngu ar ddewisiadau i ymateb adweithiol i ddigwyddiad neu argyfwng, neu os yw unigolyn yn mynd i niweidio'i hun neu rywun arall yn ddifrifol.

B

Gall y broses gynllunio gynnwys nodi targedau neu ganlyniadau a galluogi unigolion i gymryd rhan mewn gweithgareddau, yn ogystal â monitro, adolygu a gwerthuso planiau.

C

Dylai'r **codau ymddygiad ac ymarfer proffesiynol** gynnwys:

- y Côt Ymarfer Proffesiynol Gofal Cymdeithasol
- Côt Ymddygiad i Weithwyr Cynnal Gofal Iechyd yng Nghymru GIG Cymru
- Côt Ymarfer ar gyfer Cyflogwyr GIG Cymru
- unrhyw ganllawiau ymarfer a gyhoeddwyd gan GIG Cymru neu reoleiddwyr iechyd neu ofal cymdeithasol yng Nghymru, fel y canllawiau ymarfer ar gyfer gweithwyr gofal preswyl i blant sydd wedi cofrestru gyda Gofal Cymdeithasol Cymru.

Mae **cyfnodau pontio** yn cynnwys sefyllfaoedd fel:

- pobl neu blant a phobl ifanc yn gadael neu'n ymuno a'r gwasanaeth gofalu
- genedigaethau
- marwolaethau
- priodasau
- cyflogaeth
- diswyddo
- ymddeoliad
- trosglwyddo rhwng blynyddoedd mewn ysgolion neu golegau
- trosglwyddo rhwng sefydliadau addysg
- newidiadau corfforol, fel dechrau'r glasoed
- datblygu'n oedolyn
- dod yn gofalwr.

Cyflogwr - yn achos gofalwyr maeth neu ofalwyr lleoliadau oedolion / cysylltu bywydau, y cyflogwr fyddai'r asiantaeth. Yn achos cynorthwywyr personol, y cyflogwr fyddai'r person sy'n cyflogi'r gofalwyr i ddarparu gofal a chymorth.

Mae **cyfranogiad gweithredol** yn ffordd o weithio sy'n ystyried unigolion yn bartneriaid gweithredol yn y gofal neu'r cymorth a ddarperir, yn hytrach na bod yn dderbynwyr goddefol. Mae cyfranogiad gweithredol yn cydnabod hawl unigolion i gymryd rhan mewn gweithgareddau a pherthnasoedd bywyd bob dydd, yn y modd mwyaf annibynnol posibl. Ar gyfer plant a phobl ifanc, bydd hyn yn dibynnu ar eu hoedran a'u cam datblygu.

Gall **cymhwysedd digidol** gael ei adnabod fel llythrennedd digidol neu dechnoleg gwybodaeth a chyfathrebu.

Mae **cynlluniau personol** yn amlinellu sut y darperir gofal unigolyn. Maent yn seiliedig ar wybodaeth a geir mewn asesiad, a chynlluniau gofal a chymorth. Byddant yn rhoi sylw i ddymuniadau personol, dyheadau, ac anghenion gofal a

chymorth yr unigolyn. Bydd cynlluniau personol yn darparu:

- gwybodaeth i unigolion a'u cynrychiolwyr am y gofal a'r cymorth y cytunwyd arnynt, a sut y byddant yn cael eu darparu
- canllaw clir ac adeiladol i staff am yr unigolyn, ei anghenion gofal a chymorth, a'r canlyniadau yr hoffent eu cyflawni
- sail ar gyfer adolygiad parhaus
- dull y gall unigolion, eu cynrychiolwyr a staff ei ddefnyddio i fesur cynnydd ac a yw eu canlyniadau personol yn cael eu cyflawni.

D

Byddai **deddfwriaeth berthnasol allweddol sy'n ymwneud ag iechyd a diogelwch** yn cynnwys:

- Deddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith etc 1974
- Rheoliadau Rheoli Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith 1999
- Rheoliadau (Iechyd, Diogelwch a Llesiant) yn y Gwaith 1992
- Rheoliadau Gweithrediadau Codi a Chario 1992
- Rheoliadau Darparu a Defnyddio Cyfarpar Gwaith 1998
- Rheoliadau Gweithrediadau Codi a Chario a Chodi Cyfarpar 1998
- Rheoliadau Adrodd ar Anafiadau, Clefydau neu Ddigwyddiadau Peryglus 2013
- Rheoliadau Cyfarpar Diogelu Personol yn y Gwaith 1992
- Rheoliadau Rheoli Sylweddau Peryglus i Iechyd 2002 (COSHH).

Deddfwriaeth a safonau allweddol sy'n ymwneud ag atal a rheoli heintiau. Gellir dod o hyd i rhain ar wefan [Public Health Wales - infection and prevention control](#)

Deddfwriaeth, polisïau cenedlaethol a chodau ymddygiad ac ymarfer proffesiynol sy'n ymwneud â diogelu unigolion:

- oedolion – Mewn Dwylo Diogel: Rhoi Gweithdrefnau Amddiffyn Oedolion ar Waith yng Nghymru (Gorffennaf 2000)
- oedolion – Trefniadau diogelu wrth amddifadu o ryddid
- oedolion – Polisi a Gweithdrefnau Interim Cymru ar gyfer Amddiffyn Oedolion Agored i Niwed rhag cael eu Cam-drin 2010
- plant – Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn 1989
- plant – Deddf Plant 1989 a 2004
- plant – Gweithdrefnau Amddiffyn Plant Cymru Gyfan 2008
- plant – Gweithio gyda'n Gilydd o dan Ddeddf Plant 2004
- cyffredinol – Deddf Diogelu Data 1998
- cyffredinol – Deddf Hawliau Dynol 1998
- cyffredinol – diwygio Deddf Iechyd Meddwl 2007
- cyffredinol – Deddf Galluedd Meddyliol 2005
- cyffredinol – Deddf Cydraddoldeb 2010
- cyffredinol – Deddf Diogelu Grwpiau Hyglwyf 2006
- cyffredinol – Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- cyffredinol – Deddf Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) 2015.

Deddfwriaeth a pholisïau cenedlaethol i gynnwys (ar gyfer 'adran 1: egwyddorion a gwerthoedd (oedolion)'):

- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Deddf Cydraddoldeb 2010;
- Deddf Hawliau Dynol 1998, a chonfensiynau a phrotocolau cysylltiedig megis:
 - Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau
 - Egwyddorion y Cenhedloedd Unedig ar gyfer Pobl Hŷn (1991)
 - Datganiad o Hawliau Pobl Hŷn yng Nghymru (2014)
- Deddf Iechyd Meddwl 1989, Cod Ymarfer Cymru (2008) a Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) (2010)
- Deddf Galluedd Meddyliol 2005 a'r Cod Ymarfer cysylltiedig

- Trefniadau diogelu wrth amddifadu o ryddid
- Deddf yr Iaith Gymraeg 1993, Mesur y Gymraeg (Cymru) 2011 a *Mwy na Geiriau: Fframwaith Strategol ar gyfer Gwasanaethau Gymraeg mewn Iechyd, Gwasanaethau Cymdeithasol a Gofal Cymdeithasol* (Llywodraeth Cymru, 2012).

Deddfwriaeth a pholisïau cenedlaethol i gynnwys (ar gyfer ‘adran 2: egwyddorion a gwerthoedd (plant a phobl ifanc)’):

- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Deddf Cydraddoldeb 2010;
- Deddf Hawliau Dynol 1998, a chonfensiynau a phrotocolau cysylltiedig megis:
 - Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau
 - Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau’r Plentyn 1989
 - Y Saith Nod Craidd ar gyfer plant a phobl ifanc Llywodraeth Cynulliad Cymru (2000)
- Deddf yr Iaith Gymraeg 1993, Mesur y Gymraeg (Cymru) 2011 a *Mwy na Geiriau: Fframwaith Strategol ar gyfer Gwasanaethau Gymraeg mewn Iechyd, Gwasanaethau Cymdeithasol a Gofal Cymdeithasol* (Llywodraeth Cymru, 2012).

Byddai **Digwyddiadau mawr bywyd** yn cynnwys newidiadau pwysig ym mywyd unigolyn neu blentyn neu berson ifanc, boed yn gadarnhaol neu’n negyddol.

I unigolion sydd â rhai cyflyrau, gall fod yn newidiadau i’w harferion neu amharu arnynt. I eraill, gall fod yn gychwyn ar gyflwr dirywiol fel nam ar y synhwyrau neu ddementia. I eraill, gall fod yn newid sydyn yn eu bywyd fel strôc, damwain, colled a galar. I eraill, gall fod yn argyfwng sy’n effeithio arnynt.

I rai plant a phobl ifanc, gall fod yn newidiadau i'w harferion neu amharu arnynt, neu gychwyn ar gyflwr dirywiol fel nam ar y synhwyrâu neu ddementia. I rai, gall fod yn newid sydyn yn eu bywyd fel colled a galar. I eraill, gall fod yn argyfwng sy'n effeithio arnynt.

Disgrifiad swydd - dyma restr o'r cyfrifoldebau sydd gennych, y dyletswyddau y disgwylir i chi eu cwblhau yn eich gwaith a'r bobl rydych yn adrodd iddynt. Efallai nad oes gan ofalwyr lleoliadau oedolion / cysylltu bywydau a gymeradwyir, gofalwyr maeth a chynorthwywyr personol ddisgrifiad swydd. Fodd bynnag, bydd ganddynt gontract, cytundeb lleoliadau neu gytundeb sy'n nodi sut y disgwylir iddynt gyflawni eu rôl.

E

Eiriolaeth - mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn diffinio gwasanaethau eirioli fel:

“[g]wasanaethau sy'n darparu cynorthwy (ar ffurf cynrychiolaeth neu fel arall) i bersonau at ddibenion sy'n ymwneud â'u gofal a chymorth”.

Mae eiriolaeth yn cynorthwyo pobl sy'n cael anhawster cynrychioli eu buddiannau, ymarfer eu hawliau, mynegi eu safbwyntiau, ymchwilio i ddewisiadau a gwneud dewisiadau deallus ac yn eu galluogi i wneud hyn oll drwy ffyrdd sy'n cynnwys y canlynol:

- hunan-eiriolaeth
- eiriolaeth anffurfiol
- eiriolaeth gyfunol
- eiriolaeth cyfoedion
- eiriolaeth dinasyddion
- eiriolaeth gwirfoddolwyr annibynnol
- eiriolaeth ffurfiol

- eiriolaeth broffesiynol annibynnol.

Byddai **eraill** yn cynnwys cydweithwyr, gweithwyr eraill neu weithwyr proffesiynol eraill, a theuluoedd neu ofalwyr y gallech ddod i gysylltiad â hwy wrth ofalu am unigolyn a'i gefnogi.

Ff

Mae'r **ffactorau amrywiol sy'n gallu effeithio ar iechyd, llesiant a datblygiad unigolion** yn gallu cynnwys:

- amgylchiadau anffafriol neu drawma cyn neu yn ystod genedigaeth
- ymlyniad
- cyflyrau ar y sbectrwm awtistig
- dementia
- amgylchiadau teuluol
- eiddilwch
- niwed neu gamdriniaeth
- anaf
- anabledd dysgu
- cyflyrau meddygol (cronig neu aciwt)
- iechyd meddwl
- anabledd corfforol
- salwch corfforol
- aflonyddwch lleoliad
- tlodi
- anghenion dwys neu gymhleth
- anghenion synhwyrâu
- sefydlogrwydd
- amddifadedd cymdeithasol
- camddefnyddio sylweddau.

Mae'r **ffactorau sy'n gallu effeithio ar iechyd, llesiant a datblygiad personol, corfforol, cymdeithasol ac emosiynol plant a phobl ifanc** yn gallu cynnwys:

- amgylchiadau anffafriol neu drawma cyn neu yn ystod genedigaeth
- ymlyniad
- cyflyrau ar y sbectrwm awtistig
- amgylchiadau teuluol
- niwed neu gamdriniaeth
- anaf
- anabledd dysgu
- cyflyrau meddygol (cronig neu aciwt)
- iechyd meddwl
- anabledd corfforol
- salwch corfforol
- aflonyddwch lleoliad
- tlodi
- anghenion dwys neu gymhleth
- anghenion synhwyrau
- sefydlogrwydd
- amddifadedd cymdeithasol
- camddefnyddio sylweddau.

Byddai **ffactorau sy'n gallu cyfrannu at gwympiadau** yn cynnwys:

- problemau cydbwysedd
- gwendid yn y cyhyrau
- golwg gwael
- cyflyrau iechyd tymor hir, megis clefyd y galon, dementia neu bwysedd gwaed isel, sy'n gallu arwain at y bendro neu golli ymwybyddiaeth am gyfnod byr

- ffactorau amgylcheddol, megis:
 - lloriau gwlyb
 - goleuo gwael
 - rygiau neu garpedi sydd ddim yn sownd
 - annibendod
 - ymestyn at ardaloedd storio
 - mynd i fyny neu i lawr grisiau
 - brysio i fynd i'r toiled neu i ateb y drws.

Mae **ffactorau sy'n gallu effeithio ar faetheg a hydradiad** yn gallu cynnwys:

- diwylliant a chrefydd
- dewisiadau ac arferion unigolion
- ffactorau ffisegol – lleoliad, hylendid y geg ac ati
- ffactorau ffisiolegol – iselder, anhwylderau bwyta ac ati
- incwm, ffordd o fyw a chonfensiwn cymdeithasol
- hysbysebion a mympwyon
- dylanwadau teulu a grwpiau cymheiriaid
- moeseg, moesau a chredoau crefyddol.

G

Gall **gweithredoedd, ymddygiad neu sefyllfaoedd sy'n cynyddu'r risg o niwed neu gamdriniaeth** gynnwys:

- ymofyn noddfa
- troseddu
- gwahanol fathau o fwlio
- camdriniaeth domestig
- anffurfio organnau rhywiol merched
- priodasau gorfodol

- trosedd casineb
- digartrefedd
- masnachu pobl / caethwasiaeth modern
- anabledd dysgu
- iechyd meddwl
- radicaleiddio
- hunan-esgeulustod
- camfanteisio rhywiol
- cam-driniaeth sylweddau.

Ystyr **gweithle** yw lleoliad lle darperir gofal a chymorth, er enghraifft gofal preswyl i blant, yng nghartref yr unigolyn, gofal maeth ac ati.

Gweithiwr yw'r person fydd yn darparu gofal a chymorth i unigolion.

Gweithwyr unigol yw'r rhai sy'n gweithio ar eu pennau eu hunain heb oruchwyliaeth agos neu uniongyrchol, er enghraifft:

- pobl sy'n gweithio gartref
- pobl sy'n gweithio ar eu pennau eu hunain am gyfnodau hir
- pobl sy'n gweithio y tu allan i oriau gwaith arferol
- gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol sy'n ymweld ag eiddo eraill.

Byddai **gofalwyr** yn cynnwys unrhyw berson dros 18 oed sy'n darparu neu'n bwriadu darparu gofal neu gymorth i oedolyn arall sydd angen gofal. Mae hyn yn cynnwys gofal a chymorth emosiynol, yn ogystal â gofal a chymorth corfforol. Nid yw person sy'n cael ei dalu i ddarparu gofal neu sy'n gwneud hynny fel gweithiwr gwirfoddol yn cael ei ystyried yn ofalwr.

p

Mae **penderfyniad budd pennaf** yn cael ei wneud pan nad oes gan rywun y galluedd meddyliol i wneud ei benderfyniadau cyfreithiol, gofal iechyd, lles neu ariannol ei hun. Dyma un o egwyddorion y Ddeddf Galluedd Meddyliol 2005. Gall y penderfyniad ond cael ei wneud ar ôl i asesiad ddod i'r casgliad nad oes gan yr unigolyn alluedd. Dylid dilyn egwyddorion a chodau ymarfer caeth wrth gynnal yr asesiad, fel y'u hamlinellir yn y Ddeddf Galluedd Meddyliol 2005.

Mae **polisiâu a gweithdrefnau** yn ddulliau gwaith gorfodol y cytunwyd arnynt yn ffurfiol sy'n berthnasol mewn llawer o leoliadau. Os nad oes polisiâu a gweithdrefnau ar waith, mae'r term yn cynnwys dulliau gwaith eraill y cytunwyd arnynt.

U

Yr **unigolyn** yw'r person rydych chi'n darparu gofal neu gymorth iddo yn eich gwaith. Gallai hwn fod yn blentyn neu'n oedolyn.

Y

Mae **ymagweddau cadarnhaol** yn seiliedig ar egwyddorion gofal sy'n canolbwyntio ar y person:

- dod i adnabod unigolyn
- parchu a gwerthfawrogi ei hanes a'i gefndir, a deall:
 - ei hoff bethau a'i gas bethau
 - ei sgiliau a'i alluoedd
 - ei hoff ddull cyfathrebu a'i hoff strwythurau cymorth
- deall effaith yr amgylchedd ar yr unigolyn a defnyddio hyn i nodi ffyrdd o gefnogi pobl yn gyson ym mhob agwedd ar y gofal y maent yn ei dderbyn
- mae datblygu perthynas dda yn hollbwysig, a dylid defnyddio ymagweddau cadarnhaol bob amser. Maent yn hanfodol pan fo rhywun o dan straen, mewn

trallod, yn ofnus, yn bryderus neu'n ddig, ac yn wynebu risg o ymddwyn mewn ffordd a fydd yn peryglu ei ddiogelwch a/neu ddiogelwch eraill.

Mae ymagweddau cadarnhaol yn cynnwys gweithio gydag unigolyn a'i systemau cymorth i:

- geisio deall beth mae rhywun yn ei deimlo a pham mae'n ymateb fel y mae
- gwneud unrhyw newidiadau gofynnol ac ymyrryd yn gynnar i geisio atal sefyllfaoedd anodd rhag codi, lle bo hynny'n bosibl
- deall beth sydd angen ei gynllunio a'i roi ar waith i helpu'r unigolyn i reoli teimladau o drallod a dicter mewn ffordd sy'n lleihau'r angen am ymddygiad sy'n herio unrhyw gyfyngiadau
- Dulliau cadarnhaol: lleihau arferion cyfyngol mewn gofal cymdeithasol.

Ymarfer diogel i sicrhau diogelwch yn y gweithle i gynnwys:

- gweithio unigol
- cynghori ar leoliad
- mynediad i weithleoedd
- ymdrin ag achosion o ymddygiad ymosodol.

Ystyr **ymarfer myfyriol** yw gallu myfyrio ar weithredoedd a dysgu ohonynt i wella ymarfer.

Gall **ymddygiad ymosodol** achosi niwed corfforol neu emosiynol i eraill. Gall amrywio o gamdriniaeth eiriol i gamdriniaeth gorfforol. Gall gynnwys difrod i eiddo personol hefyd. Yng nghyd-destun diogelwch yn y gweithle, mae hyn yn ymwneud ag ymddygiad ymosodol gan aelodau'r cyhoedd yn hytrach nag unigolion.