Pecyn gweithredu dysgu a datblygu ar gyfer gofal a chymorth dementia

Canllaw syml, ymarferol y gall sefydliadau a phartneriaethau ei ddefnyddio i roi’r Fframwaith Gwaith Da ar waith.

Cyhoeddwyd gyntaf: 15 Mehefin 2022

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/pecyn-gweithredu-dysgu-a-datblygu-ar-gyfer-gofal-a-chymorth-dementia am y fersiwn diweddaraf.

Canllaw syml, ymarferol y gall sefydliadau a phartneriaethau ei ddefnyddio i roi’r fframwaith Gwaith Da ar waith.

Ar gyfer pwy y mae’r pecyn gweithredu?

Pwrpas y pecyn gweithredu yw helpu:

- arweinwyr, rheolwyr ac arweinwyr gweithlu ym mhob maes iechyd a gofal cymdeithasol i ddod ynghyd (gan gynnwys partïon cysylltiedig eraill) i arwain dulliau dysgu a datblygu lleol ar gyfer gofal dementia
- arweinwyr addysg bellach, y sector preifat a’r trydydd sector sy’n ceisio gwella dulliau dysgu a datblygu mewn gofal dementia
- ardaloedd lleol sy’n gweithio i ddatblygu cymunedau sy’n deall dementia.

Y fframwaith Gwaith Da

Rydym wedi datblygu’r pecyn gweithredu hwn mewn partneriaeth â rhanddeiliaid ledled Cymru. Mae’n ategu’r ddwy ddogfen hyn a gellir ei ddefnyddio ochr yn ochr â’r rhain:

- *Gwaith Da: Fframwaith Dysgu a Datblygu Dementia i Gymru*
- *Llwybr Safonau Gofal Dementia Cymru* ffrwd waith 5 (datblygu a mesur y gweithlu).

Mae'r fframwaith Gwaith Da:

- yn helpu i ddatblygu dulliau effeithiol o ddysgu a datblygu ar gyfer gofal a chymorth dementia

- yn sicrhau bod gofal a chymorth dementia yn cyd-fynd â ‘beth sydd bwysicaf’ i bobl sydd â dementia
- wedi’i seilio ar ddamcaniaethau seicoleg gadarnhaol.

Mae’r damcaniaethau hyn:

- yn canolbwyntio ar ystyr a phwrpas
- yn adeiladu ar sail cryfderau yn hytrach na rhoi sylw i ddiffygion
- yn defnyddio iaith gadarnhaol seiliedig ar gryfderau sy’n elfen hanfodol mewn dull seiliedig ar gryfderau.

Pobl sydd wrth wraidd y *fframwaith Gwaith Da.* Mae hyn yn golygu bod annibyniaeth a llesiant pobl yn hollbwysig i’n ffordd o weithio. Mae hefyd yn golygu y dylem gydnabod bod pobl yn dibynnu ar ei gilydd neu eu bod yn ‘gyd-ddibynnol’.

Er enghraifft, yn gyd-ddibynnol â’r teulu, ffrindiau, staff gofal sy’n gweithio am dâl, a chymunedau lleol.

Mae ymchwil yn dangos bod amgylchedd dysgu cadarnhaol a chyfoethog yn arwain at ofal sy’n canolbwyntio’n fwy ar yr unigolyn.

Dylech weithio o fewn y *fframwaith Synhwyrau* fel y bydd pobl sy’n defnyddio gofal a chymorth, gofalwyr a staff i gyd yn profi ymdeimlad o ddiogelwch, parhad, perthyn, diben, cyflawniad ac arwyddocâd.

Mae’r *fframwaith Gwaith Da* wedi’i seilio ar y canlynol:

- moeseg – sef gwerthoedd sy’n mynd at wraidd ‘beth sy’n bwysig’ i bob unigolyn, fel bod yr ymarfer yn dosturiol
- rhagoriaeth – bod yn dechnegol gymwys, fel bod yr ymarfer yn gymwys

- ymgysylltu – ymgysylltu'n bersonol a bod yn ymwybodol o'r cyd-destun, fel bod yr ymarfer yn ddoeth.

Mae'r *fframwaith Gwaith Da* yn pennu testunau dysgu a datblygu a chanlyniadau dysgu ar gyfer tri grŵp:

- pobl wybodus – sy'n deall beth yw dementia, sut mae'n effeithio ar rywun a sut i gyfathrebu'n effeithiol
- pobl fedrus – sy'n wybodus ac sydd â gwybodaeth fwy manwl neu gynhwysfawr am ddementia, yn ôl eu profiad, eu rôl, eu diddordebau a'u hanghenion
- pobl ddylanwadol – sy'n wybodus ac o bosibl yn bobl fedrus sydd â rôl ym meysydd rheoli, arweinyddiaeth a/neu strategaeth (gall hyn fod yn gymwys i unrhyw un sy'n gallu ysbrydoli, arwain neu ddylanwadu ar eraill).

Llwybr Safonau Gofal Dementia Cymru: Ffrwd Waith 5 – Datblygu a Mesur y Gweithlu

Dylech ddefnyddio Llwybr Safonau Gofal Dementia Cymru Ffrwd Waith 5: Datblygu a Mesur y Gweithlu ochr yn ochr â'r pecyn gweithredu hwn.

Mae'n cynnwys nifer o wahanol gwestiynau hunanasesu i helpu ffrydiau gwaith rhanbarthol i baratoi ar gyfer fframwaith cyflawni Llwybr Safonau Gofal Dementia Cymru (rhaglen waith ar gyfer parodrwydd a gweithredu).

Bydd y cwestiynau'n helpu pob ffrwd waith i baratoi, pennu meysydd i ganolbwyntio arnynt a sicrhau bod cymorth ar gael i gwrdd â'r prif ofynion yn safonau'r llwybr gofal dementia.

Sut bydd y pecyn gweithredu yn eich helpu chi

Nodau'r pecyn yma yw:

- eich helpu i ddod ynghyd â phobl eraill sy’n gysylltiedig i hunanasesu dysgu a datblygu
- eich helpu i gyflwyno tystiolaeth dros fuddsoddi mewn dysgu a datblygu ar gyfer gofal dementia
- eich helpu i adeiladu ar sail beth sy’n gweithio’n dda a gwneud gwelliannau pellach
- eich helpu i ddatblygu sgiliau craidd seiliedig ar werthoedd, wedi’u seilio ar egwyddorion gofal sy’n canolbwyntio ar yr unigolyn, ar gyfer yr holl staff sy’n dod i gysylltiad â phobl sydd â dementia a’u teuluoedd
- eich helpu i ddefnyddio dulliau cydgynhyrchu wrth gynllunio a darparu dulliau dysgu a datblygu yn barhaus
- eich helpu i ddarparu dulliau dysgu a datblygu i gwrdd â gwahanol anghenion pobl sydd â dementia a’u teuluoedd
- darparu offer hylaw y gallwch eu defnyddio i roi’r dulliau dysgu a datblygu ar waith mewn gofal sy’n canolbwyntio ar yr unigolyn
- eich helpu i ddatblygu amrywiaeth o ddulliau dysgu a datblygu i gwrdd â gwahanol anghenion dysgu eich gweithlu
- bod yn offeryn ‘byw’ sy’n gallu tyfu ac addasu ochr yn ochr â datblygiadau mewn dysgu, addysg, a hyfforddiant ar gyfer gofal dementia.

Beth sydd yn y pecyn gweithredu?

Mae’r pecyn gweithredu yn cynnwys adnoddau i bobl sy’n byw gyda dementia, eu teuluoedd a phob proffesiwn sy’n cynorthwyo pobl sydd â dementia.

Bydd yn fwyaf effeithiol os caiff ei ddefnyddio gan bob un o’r partneriaid rhanbarthol oherwydd mae pobl sydd â dementia ag angen i’r holl bartneriaid

gydweithio i ddarparu gofal sy’n canolbwyntio ar yr unigolyn.

Mae'r pecyn â dwy ran: pum adran i ddarllen, a thabl gyda chwestiynau hunanwerthuso.

Gallwch ddefnyddio'r tabl i sgorio'ch sefyllfa ar hyn o bryd, ac i gynllunio'ch camau nesaf.

Mae pob adran yn garreg sylfaen ar gyfer dysgu a datblygu effeithiol:

1. gwerthoedd ac egwyddorion
2. arweinyddiaeth a llywodraethu
3. cynllunio
4. cyflawni
5. gwerthuso effaith.

Mae pob carreg sylfaen:

- yn disgrifio beth sy’n gweithio’n dda
- yn darparu dolenni i fynd â chi at adnoddau i’ch helpu i wneud gwelliannau. Er enghraifft, astudiaethau achos arfer da, offer gweithredu a thystiolaeth gysylltiedig o arolwg llenyddiaeth a gynhaliwyd ar gyfer y pecyn gweithredu hwn.
- yn cynnwys holiadur hunanwerthuso i asesu’ch dulliau dysgu a datblygu presennol a nodi cyfleoedd i wella.

Mae’r adnoddau arfer da wedi’u cynnwys lle maent yn fwyaf perthnasol, ond bydd rhai ohonynt yn berthnasol i fwy nag un adran.

Diffiniadau

Cymorth sy’n canolbwyntio ar yr unigolyn: Mae’r dull hwn wedi’i seilio ar y syniad o ‘hunaniaeth yr unigolyn’ a chadw’r ymdeimlad hwnnw o’r ‘hunan’ er gwaethaf newidiadau sylweddol sydd yn aml yn arwain at golledion oherwydd effaith dementia (Kitwood, 1988).

Mae Dawn Brooker (2006) yn awgrymu bod pedair elfen i’r dull hwn:

1. cydnabod gwerth pawb
2. canolbwyntio ar yr unigolyn gan gydnabod bod pawb yn unigryw
3. gweithredu ar sail persbectif pobl sydd â dementia
4. cydnabod ein bod yn fodau cymdeithasol a bod hunaniaeth yr unigolyn wedi’i gwreiddio yng nghyd-destun perthnasoedd.

Brooker, D. (2006) *Person Centred Dementia Care: Making Services Better*, London: Jessica Kingley

Seiliedig ar werthoedd: Rydych yn gweithio mewn partneriaeth ag eraill, yn eu grymuso ac yn gwrando ar wahanol farnau pobl eraill, yn hyrwyddo hawliau gyda pharch ac yn trin eraill ag urddas er mwyn hyrwyddo llesiant pobl eraill.

Sgiliau craidd seiliedig ar werthoedd: Yn hyrwyddo agweddau meddwl iach ac yn datblygu gwybodaeth, empathi a chyd-ddealltwriaeth drwy wrando a gweithio mewn partneriaeth ag eraill.

Presgripsiynu cymdeithasol: Mae presgripsiynu cymdeithasol yn hyrwyddo gallu pobl i wneud newidiadau cadarnhaol yn eu bywydau, gan gysylltu pobl â gweithgareddau, grwpiau gwirfoddol a chymunedol, a gwasanaethau cyhoeddus (Thomas et al, 2019).

Amrywiaeth: Yn hyrwyddo sbectrwm eang o wahaniaethau mewn ffordd gadarnhaol. Mae diwylliannau amrywiol yn ceisio cydnabod a dathlu

gwahaniaethau o fewn diwylliant cynhwysol (Bond-Taylor a Davies, 2020).

Croestoriadedd: Ffordd i ddeall o ble mae grym yn dod ac yn gwrthdaro, lle mae'n cydblethu ac yn croestorri. Dyma'r ffordd y mae gwahanol anghenion neu nodweddion cymdeithasol yn croestorri neu'n gorgyffwrdd i ddylanwadu ar ei gilydd i bennu'ch lle mewn cymdeithas a chreu gormes o lawer math (Crenshaw, 1989).

Cydgynhyrchu: Perthynas lle mae gweithwyr proffesiynol a dinasyddion yn rhannu grym i gynllunio a darparu cymorth gyda'i gilydd, gan gydnabod bod cyfraniadau hanfodol i'w gwneud gan y naill a'r llall er mwyn gwella ansawdd bywyd i bobl a chymunedau.

Sut i ddefnyddio'r pecyn gweithredu

- Darllenwch y canllaw am beth sy'n gweithio'n dda ar gyfer pob carreg sylfaen
    - gwerthoedd ac egwyddorion
    - arweinyddiaeth a llywodraethu
    - cynllunio
    - cyflawni
    - gwerthuso effaith.
- Edrychwch ar y dolenni at ymchwil, astudiaethau achos ac enghreifftiau o arfer da i gael syniadau am y ffordd y mae eraill wedi defnyddio pethau sy'n gweithio'n dda.
- Atebwch y cwestiynau hunanwerthuso ar gyfer pob carreg sylfaen – bydd hyn yn eich helpu i adnabod cryfderau a meysydd i'w gwella.

Gallwch hefyd bennu sgôr gyffredinol o 'aur', 'arian', 'efydd' neu 'heb ddechrau' ar gyfer pob carreg sylfaen. Bydd y sgoriau hyn yn eich helpu i werthuso'ch cynnydd dros amser.

Y cwestiynau hunanwerthuso

Mae'r cwestiynau hunanwerthuso:

- yn adlewyrchu'r pum adran yn y pecyn gweithredu
- yn eich helpu chi a'ch cydweithwyr i gael gwell dealltwriaeth o'r dull o ddelio â dysgu a datblygu ar gyfer gofal dementia yn eich sefydliad, partneriaeth neu ardal leol
- yn eich helpu i asesu pa mor agos yw'ch sefydliad, partneriaeth neu ardal leol at y pethau sy'n gweithio'n dda
- yn eich helpu i bennu gwelliannau.

Gallwch ddefnyddio'r tabl â chwestiynau hunanwerthuso mewn ffordd hyblyg.

Er enghraifft:

- **gallwch ei ddefnyddio eich hun.** Atebwch bob cwestiwn a rhoi sgôr i chi'ch hun. Os bydd sgôr sy'n llai na 3, bydd hynny'n dangos bod lle i wella yn y maes hwnnw. Penderfynwch beth i'w wneud ym mhob achos lle mae'r sgôr yn llai na 3. Gofynnwch i chi'ch hun: "a allaf weithredu'r gwelliant fy hun neu a oes angen help?"

- **gellir ei ddefnyddio gan grŵp o reolwyr a phobl gysylltiedig eraill yn eich sefydliad**. Dylai pob unigolyn ateb pob cwestiwn a rhoi ei sgôr bersonol. Dylai'r grŵp ddod ynghyd i drafod a chytuno ar sgôr i'w rhannu ar gyfer pob cwestiwn. Os bydd sgôr sy'n llai na 3, dylai'r rheolwyr gynllunio gwelliannau

- **gellir ei ddefnyddio gan bartneriaid mewn ardal leol**. Dylai pob unigolyn ateb pob cwestiwn a rhoi ei sgôr bersonol. Dylai'r partneriaid ddod ynghyd i drafod a chytuno ar sgôr i'w rhannu ar gyfer pob cwestiwn. Os bydd sgôr sy'n llai na 3, dylai'r partneriaid gynllunio gwelliannau.

Gallwch hefyd ddefnyddio’r tabl hunanwerthuso i roi sgôr gyffredinol ar gyfer pob carreg sylfaen drwy gyfrifo sgôr gyfartalog ar gyfer pob carreg sylfaen:

- sgoriau cyfartalog o 2.5 neu fwy = aur
- sgoriau cyfartalog o 1.5 i 2.4 = arian
- sgoriau cyfartalog o 0.5 i 1.4 = efydd sgoriau cyfartalog o lai na 0.5 = heb fod yn barod

Y raddfa sgorio

Darllenwch bob cwestiwn. Meddyliwch am y dystiolaeth y bydd angen i chi ei hystyried cyn ateb. Os teimlwch fod ‘beth sy’n gweithio’n dda’ yn y cwestiwn:

- wedi’i roi ar waith yn llawn ac yn gwella’n barhaus – rhowch sgôr o 3 (aur)
- wedi’i roi ar waith yn aml, ond nid bob amser, neu y gellid ei wella – rhowch sgôr o 2 (arian)
- wedi’i roi ar waith dim ond weithiau, bod llawer ar ôl i’w wneud a’i bod yn bosibl cael gwelliant sylweddol – rhowch sgôr o 1 (efydd)
- heb ei roi ar waith eto neu ei bod yn rhy gynnar i’w asesu – rhowch sgôr o 0 (heb fod yn barod).

Gallwch hefyd ychwanegu tystiolaeth i'r tabl i chi tracio'ch cynnydd.

Cofiwch

Byddwch yn defnyddio’r pecyn gweithredu mewn ffordd gymesur a bydd hyn yn dibynnu ar faint a chyd-destun y sefydliad(au) sy’n gysylltiedig.

Er enghraifft, bydd sefydliadau bach yn ei ddefnyddio mewn ffordd wahanol i sefydliadau mawr neu bartneriaeth ranbarthol.