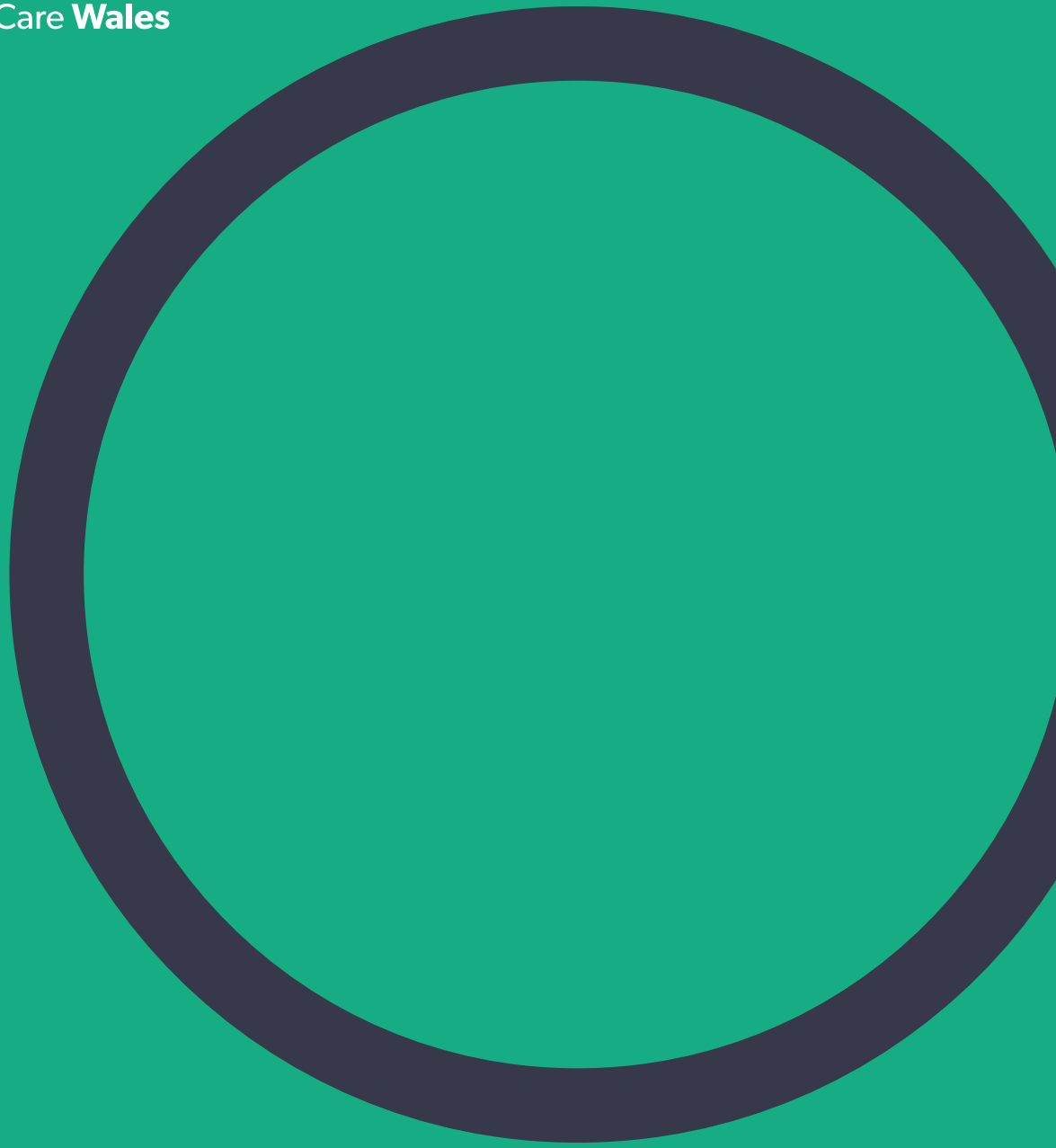




Gofal Cymdeithasol **Cymru**
Social Care **Wales**



Fframwaith sefydlu Cymru
gyfan ar gyfer iechyd a
gofal cymdeithasol
Llyfr gwaith pump

Ymarfer proffesiynol fel gweithiwr
iechyd a gofal cymdeithasol

Rhagfyr 2017



Noddir gan
Lywodraeth Cymru
Sponsored by
Welsh Government

Manylion cyswilt

Gofal Cymdeithasol Cymru

South Gate House
Wood Street
Caerdydd
CF10 1EW

Ffôn: 0300 3033 444

Minicom: 029 2078 0680

E-bost: gwybodaeth@gofalcymdeithasol.cymru

gofalcymdeithasol.cymru



@GofCymdeithasol

© 2018 Gofal Cymdeithasol Cymru

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

Fformatau eraill:

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael yn Saesneg.

Fframwaith Sefydlu Cymru Gyfan ar gyfer Iechyd a Gofal Cymdeithasol **gweithlyfr 5:** Ymarfer proffesiynol fel gweithiwr iechyd a gofal cymdeithasol

Bydd y gweithlyfr hwn yn eich helpu i ystyried rôl a chyfrifoldebau bod yn weithiwr, cydweithiwr a gweithiwr proffesiynol. Gallwch ddefnyddio'r gweithgareddau rydych chi'n eu cwblhau yn y gweithlyfr tuag at gyflawni fel tystiolaeth Fframwaith Sefydlu Cymru Gyfan ar gyfer Iechyd a Gofal Cymdeithasol (Fframwaith Sefydlu). Gellir ei gyfrif hefyd tuag at y cymhwyster y byddwch angen ei gwblhau'n ddiweddarach ar gyfer eich ymarfer.

Cynnwys

5.1	Rolau a chyfrifoldebau'r gweithiwr iechyd a gofal cymdeithasol	5
5.2	Gweithio mewn partneriaeth	18
5.3	Gwaith tîm.	21
5.4	Trin gwybodaeth	23
5.5	Ymddygiad personol gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol.	28
5.6	Datblygiad proffesiynol parhaus	31
5.7	Myfyrio ar y gweithlyfr	37
5.8	Polisiâu a gweithdrefnau	38
5.9	Myfyrio ar leoliad ymarfer	39

5.1 Rolau a chyfrifoldebau'r gweithiwr iechyd a gofal cymdeithasol

Bydd yr adran hon yn eich helpu i ystyried rolau, cyfrifoldebau ac atebolrwydd bod yn **weithiwr iechyd a gofal cymdeithasol**. Bydd y rhain i'w gweld mewn amrywiaeth o fframweithiau deddfwriaethol, safonau, **codau ymddygiad ac ymarfer proffesiynol** ac os ydych wedi'ch cyflogi'n barod, yn eich **disgrifiad swydd**.

Byddwch yn dysgu mwy am y rhain drwy gwblhau gweithlyfrau eraill y fframwaith sefydlu e.e. diogelu neu iechyd a diogelwch, ond bydd hi'n ddefnyddiol meddwl am y rhain yn awr yng nghyd-destun ymarfer proffesiynol.

Gweithgaredd dysgu

Beth bynnag fo'ch swydd byddwch yn cael disgrifiad swydd sy'n egluro sut y dylech chi wneud eich gwaith. Wrth i chi ddechrau yn eich swydd newydd mae'n bwysig eich bod chi'n deall yn glir beth yw pwrpas y sefydliad rydych chi'n gweithio iddo, ei ethos a'i **bolisiau a'i weithdrefnau**.

Os ydych wedi'ch cyflogi eisoes, darllenwch eich disgrifiad swydd a nodwch

1. sut rydych chi'n credu bod y disgrifiad swydd yn eich helpu i ddeall yr hyn sy'n ddisgwyliedig gennych
2. meysydd nad ydych yn sicr amdanynt
3. rhannau lle rydych chi'n teimlo eich bod angen hyfforddiant neu gymorth ychwanegol
4. beth fyddech chi'n ei wneud pe byddech chi'n cael cais i wneud rhywbeth sydd yn eich disgrifiad swydd ond nad oeddech yn teimlo eich bod wedi cael yr hyfforddiant angenrheidiol eto.

Siaradwch â'ch rheolwr am y rhain a gwnewch nodiadau yn y lle isod.

Nodiadau'r gweithlyfr

I'w defnyddio gan aseswyr cymhwyster

Os ydych chi'n cwblhau'r gweithlyfr hwn cyn cael swydd edrychwch ar 3 gwahanol ddisgrifiad swydd ar gyfer gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol gan wahanol sefydliadau a meddyliwch sut y byddai'r rhain yn eich helpu i wybod beth ddylech chi fod yn ei wneud yn eich swydd a'r meysydd y byddech angen cymorth neu hyfforddiant ychwanegol ar eu cyfer.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Sut fyddai'r disgrifiadau swydd hyn yn eich helpu i ddeall beth ddylech chi ei wneud yn eich swydd?
2. Pa gymorth neu hyfforddiant ychwanegol fyddech chi ei angen?
3. Beth fyddech chi'n ei wneud pe byddech chi'n cael cais i wneud rhywbeth sydd yn eich disgrifiad swydd ond nad oeddech yn teimlo eich bod wedi cael yr hyfforddiant angenrheidiol eto?

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Gweithgaredd dysgu

Yn eich swydd bydd disgwyl i chi ddilyn polisiau a gweithdrefnau eich sefydliad. Mae'r rhain yn cael eu datblygu gan gyflogwyr i adlewyrchu neu gydymffurfio â deddfwriaeth fel arfer. Mae'r fframwaith deddfwriaethol yng Nghymru yn cynnwys:

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Deddf Cynulliad Cymru – Deddf Seneddol e.e. Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru) 2016

Rheoliadau neu offerynnau statudol e.e. Rheoliadau Gwasanaeth ar gyfer Gwasanaethau Cartrefi Gofal

Canllawiau Statudol e.e. canllawiau i gyflogwyr ar sut i weithredu'r Rheoliadau Gwasanaeth

Codau ymarfer e.e. y cod ymarfer proffesiynol ar gyfer y gweithiwr gofal cymdeithasol neu'r cod ymddygiad ar gyfer gweithwyr cymorth gofal iechyd yng Nghymru

Canllawiau arfer da e.e. Gweithwyr gofal preswyl plant – canllawiau ymarfer

Bydd polisiau a gweithdrefnau a ddatblygwyd gan eich cyflogwyr yn cwmpasu pum maes y fframwaith deddfwriaethol.

Cwblhewch y tabl isod drwy:

1. Ddewis tri darn allweddol o ddeddfwriaeth sydd wedi'u rhestru yn yr eirfa e.e. Deddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith etc; Deddf Galluedd Meddyliol a chwiliwch am fersiwn hawdd i'w darllen . Gallwch ddefnyddio tystiolaeth o weithlyfrau eraill os ydych wedi cwblhau hyn ar gyfer meysydd eraill.
2. Ysgrifennu crynodeb o'ch cyfrifoldebau fel gweithiwr o dan y ddeddfwriaeth hon.

Os ydych eisoes yn gweithio, beth yw polisi a / neu weithdrefn eich sefydliad mewn perthynas â'r ddeddfwriaeth hon? Rhwng enghraifft o sut rydych chi wedi dilyn y polisi hwn neu'r weithdrefn hon yn eich gwaith.

Os nad ydych wedi'ch cyflogi eto, gadewch hwn yn wag a dychwelwch ato eto.

Deddfwriaeth allweddol	Crynodeb o gyfrifoldebau	Polisi a / neu weithdrefn	Enghraifft o sut y dilynwyd polisi a / neu weithdrefn

I'w defnyddio gan aseswyr cymhwyster

Gweithgaredd dysgu

Mae'r codau ymddygiad ac ymarfer proffesiynol yn disgrifio'r safonau ymddygiad ac ymarfer proffesiynol sy'n angenrheidiol gan weithwyr iechyd a gofal cymdeithasol yn eu gwaith bob dydd. Gellir defnyddio'r codau mewn llawer o ffyrdd. Fel gweithiwr iechyd a gofal cymdeithasol gallwch eu defnyddio:

- i roi gwybod i unigolion a gofalwyr eraill am y safon o ofal a chymorth y gallant ei disgwyl gennych chi
- fel canllaw ar gyfer eich gwaith
- fel adnodd i fyfyrion ar eich gwaith a'i wella
- ar gyfer trafod yn eich sesiynau goruchwylio gyda'ch rheolwr
- ar gyfer trafod eich gwaith gyda'ch cydweithwyr a gweithwyr proffesiynol eraill
- i'ch helpu i herio gwaith gwael eraill
- fel canllaw sy'n eich helpu i wybod pa gymorth y gallwch chi ei ddisgwyl gan eich rheolwr e.e. sefydlu, hyfforddiant ac ati.

Gweithwyr gofal cymdeithasol sy'n defnyddio'r cod ymarfer proffesiynol fel arfer, a bydd gweithwyr iechyd yn defnyddio cod ymddygiad GIG Cymru ar gyfer gweithwyr cymorth gofal iechyd yng Nghymru. Mae'n rhaid i rai gweithwyr gofrestru fel gweithwyr proffesiynol gyda Gofal Cymdeithasol Cymru. Os ydych yn gorfod gwneud hyn mae'n rhaid dilyn y cod ymarfer proffesiynol. Bydd canllawiau ymarfer ychwanegol yn dibynnu ar eich rôl e.e. y gweithiwr gofal plant preswyl – canllawiau ymarfer. Bydd gweithgareddau dysgu ar y codau yng ngweithlyfrau 1 a 2 hefyd.

Beth bynnag fo'ch swydd darllenwch y cod ymarfer proffesiynol a chod ymddygiad GIG Cymru ar gyfer gweithwyr cymorth gofal iechyd yng Nghymru ac ateb y cwestiynau isod.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Beth mae'r cod ymarfer proffesiynol a chod ymddygiad GIG Cymru ar gyfer gweithwyr cymorth gofal iechyd yng Nghymru yn ei ddweud wrthyfch am eich cyfrifoldebau o ran cydraddoldeb ac amrywiaeth?

2. Beth mae'r cod ymarfer proffesiynol a chod ymddygiad GIG Cymru ar gyfer gweithwyr cymorth gofal iechyd yng Nghymru yn ei ddweud wrthyfch am fod yn atebol am eich gwaith?

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Gweithgaredd dysgu

Mae Anna newydd ddechrau gweithio gyda chi fel gweithiwr gofal cymdeithasol gyda phobl hŷn sy'n byw yn eu cartrefi eu hunain. Mae'n gofyn ar gyfer beth mae'r cod ymarfer proffesiynol a sut mae'n berthnasol iddi hi? Sut fydddech chi'n ateb Anna?

Nodiadau'r gweithlyfr

Mae Anna newydd ddechrau gweithio fel gweithiwr cymorth gofal iechyd yn nhîm iechyd y gymuned. Mae'n gofyn ar gyfer beth mae'r cod ymddygiad a sut mae'n berthnasol iddi hi? Sut fydddech chi'n ateb cwestiwn Anna?

Nodiadau'r gweithlyfr

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Gweithgaredd dysgu

Darllenwch yr astudiaeth achos isod ac atebwch y cwestiynau.

Mae Carolyn wedi bod yn weithiwr gofal cartref ers pum mlynedd. Mae'n mwynhau ei gwaith yn fawr ac yn awyddus i wneud ei gwaith yn dda.

Mae Carolyn yn cael anawsterau yn ei bywyd personol. Mae ei gŵr yn gwella ar ôl cael strôc a'i thad newydd gael diagnosis o ddementia. Mae'r pwysau o ofalu am ei gŵr a'i thad wedi golygu bod Carolyn wedi bod yn hwyr i'r gwaith ar sawl achlysur. Mae wedi dechrau bod yn anghofus ac yn cael anhawster canolbwytio gan ei bod hi wedi blino cymaint.

Mae Carolyn wedi ymddiried yn un o'i chydweithwyr, Julie, ond nid yw wedi siarad â'i rheolwr gan ei bod hi ofn colli ei swydd. Mae Carolyn a Julie'n darparu cymorth i Mrs. Hughes. Mae Julie wedi dechrau sylwi nad yw Carolyn wedi bod yn cwblhau'r log trosglwyddo bob tro ond nid yw wedi sôn wrth neb am hyn. Fodd bynnag, yn ddiweddar cwynodd Mrs. Hughes wrth Julie ei bod wedi colli apwyntiad gyda'r meddyg gan fod Carolyn yn hwyr yn cyrraedd i fynd â hi.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Pa gamau y gall Julie eu cymryd?

2. Sut allai'r codau helpu i ddangos i Julie beth i'w wneud?

3. Pa adran o bob cod sydd heb ei dilyn gan Carolyn?

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Gweithgaredd dysgu

Mae gennych ddyletswydd gofal i unigolion sy'n derbyn gofal a chymorth yn eich **gweithle** ac i weithwyr eraill hefyd. Mae'n ofyniad cyfreithiol ac ni allwch ddewis a ydych am ei gyflawni ai peidio. Mae wedi'i chynnwys yn y codau ymddygiad ac ymarfer proffesiynol.

Atebwch y cwestiynau isod i ddangos eich bod yn deall beth yw ystyr y term hwn:

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Beth yw dyletswydd gofal Julie i Mrs. Hughes?

2. Beth yw dyletswydd gofal Julie i Carolyn?

3. Ar adegau fe ellir cael gwrthdaro neu gyfyng-gyngor rhwng dyletswydd gofal a hawliau **unigolion**, rhowch ddwy enghraifft o pryd y gallai hyn ddigwydd:

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Gweithgaredd dysgu

Darllenwch y canllawiau 'Gweithredu mewn ffordd agored a gonest pan fydd pethau yn mynd o le: gonestrwydd a dyletswydd broffesiynol'.¹ Atebwch y cwestiynau canlyno gan feddwl am sefyllfa Carolyn.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Beth yw ystyr y term **dyletswydd gonestrwydd**?
2. Pam ei bod hi'n bwysig bod yn agored a gonest pan fo pethau yn mynd o le?
3. Beth ddylai Carolyn fod wedi'i wneud pan sylweddolodd fod ei hamgylchiadau personol yn effeithio ar ei gallu i wneud ei gwaith?

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

¹ Gwefan: https://gofalcymdeithasol.cymru/cms_assets/file-uploads/SCW-DutyofCandour-WELSH-V01.pdf

4. Beth yw'r canlyniadau posibl i Mrs. Hughes yn sgil colli'r apwyntiad gyda'r meddyg? Sut mae hyn yn berthnasol i ddyletswydd gofal Carolyn i Mrs. Hughes?

I'w defnyddio gan aseswyr cymhwyster

5. Pa gamau ddylid eu cymryd i unioni'r sefyllfa?

Mae camgymeriadau'n gallu digwydd ac mae bod yn atebol am ansawdd eich gwaith yn golygu bod angen i chi weithio gyda'ch rheolwr i'w hunioni. Rhan bwysig o hyn fydd myfyrio ar y sefyllfa a dysgu sut i wneud pethau'n wahanol fel nad yw'r un camgymeriadau'n digwydd eto.

Gweithgaredd dysgu

Mae Carolyn mewn sesiwn oruchwylio gydag arweinydd y tîm ac yn trafod beth sydd wedi digwydd dros yr wythnosau diwethaf. Beth yw'r prif bwyntiau y dylai hi eu dysgu a sut allai hi weithio'n wahanol yn y dyfodol? Sut all hi ddefnyddio goruchwyliaeth i'w helpu gyda hyn?

Nodiadau'r gweithlyfr

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Gweithgaredd dysgu

Mae cyfrinachedd yn hawl bwysig i unigolion sy'n derbyn gofal a chymorth. Mae'n rhan hanfodol o hawl person i breifatrwydd. Mae angen i weithwyr iechyd a gofal cymdeithasol barchu, amddiffyn a chadw'r hawl hon ond fe fydd adegau pan fydd angen trosglwyddo gwybodaeth gyfrinachol. Byddwch yn edrych yn fanylach ar hyn yn y gweithlyfr diogelu ond meddyliwch am bwysigrwydd hyn ac ateb y cwestiynau isod.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Beth yw ystyr cyfrinachedd mewn ymarfer iechyd a gofal cymdeithasol?

2. Rhowch dair enghraifft o sut y gall gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol gadw cyfrinachedd.

3. Disgrifiwch pryd mae'n rhaid i chi drosglwyddo gwybodaeth gyfrinachol, a pham.

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

4. I bwy fyddech chi'n trosglwyddo'r wybodaeth?

5. Pam ei bod hi'n bwysig trafod unrhyw wybodaeth gyfrinachol sydd angen ei throsglwyddo gydag unigolion a/neu **ofalwyr**?

6. Pa ddeddfwriaeth sy'n ymwneud â chyfrinachedd?

Gweithgaredd dysgu

Siaradwch â'ch rheolwr am y ffordd rydych chi'n credu eich bod yn cyflawni'ch dyletswyddau a'ch cyfrifoldebau yn unol â'ch disgrifiad swydd a'r codau ymddygiad ac ymarfer proffesiynol. Gwnewch nodiadau yn y lle isod a gofyn i'r rheolwr ychwanegu sylwadau. Os nad ydych wedi'ch cyflogi eto, gadewch hwn yn wag a dychwelwch ato eto.

Nodiadau'r gweithlyfr

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Nodiadau rheolwr

4. Pam ei bod hi'n bwysig bod gweithwyr o wahanol asiantaethau'n cydweithio mewn partneriaeth?

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

5. Mae Liz yn gweld Sanem yn y dref. Maent yn adnabod ei gilydd gan eu bod yn cefnogi nifer o unigolion gyda'i gilydd yn eu gwaith fel gweithiwr gofal a chymorth a nyrs seiciatrig gymunedol. Maent yn penderfynu mynd am goffi gyda'i gilydd.

- Beth sydd angen iddynt ei gofio am gynnal ffiniau proffesiynol clir?

- Beth sydd angen iddynt ei gofio am gyfrinachedd?

Gweithgaredd dysgu

Gofynnwch i'ch rheolwr roi adborth ar sut mae wedi arsylwi arnoch yn gweithio mewn partneriaeth ag eraill. Os nad ydych wedi'ch cyflogi eto, gadewch hwn yn wag a dychwelwch ato eto.

Adborth rheolwr

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

5.3 Gwaith tîm

Beth bynnag yw eich swydd ym maes iechyd a gofal cymdeithasol bydd yn cynnwys gweithio fel rhan o dîm. Mae yna lawer o fathau gwahanol o dimau a bydd eu ffordd o weithio'n wahanol i'w gilydd. Dyma rai enghreifftiau.

- Mae timau gofal integredig canolraddol cymunedol yn cefnogi pobl pan fyddant wedi'u rhyddhau o'r ysbyty neu i atal pobl rhag gorfod mynd i'r ysbyty'n ddiangen, yn ogystal â gweld unigolion yn eu cartrefi eu hunain. Gall y timau gynnwys ffisiotherapyddion, therapyddion galwedigaethol, nyrsys, gweithwyr cymdeithasol a chynorthwyrwyr adsefydlu sy'n cydweithio i helpu unigolion i fod mor annibynnol â phosibl.
- Mae nyrsys, gweithwyr cymorth gofal iechyd, gweithwyr gofal cymdeithasol, arweinwyr timau a rheolwyr yn rhan o'r timau sy'n darparu gofal a chymorth 24 awr mewn cartrefi gofal. Maent yn gweithio'n agos â meddygon teulu, gweithwyr cymdeithasol a gweithwyr proffesiynol perthynol i iechyd i sicrhau bod anghenion unigolyn yn cael eu diwallu fel rhan o gynllun gofal personol.
- Mae gofalcwyr maeth yn rhan o dîm ehangach o weithwyr cymdeithasol goruchwyliol, gweithwyr cymdeithasol, ymwelwyr iechyd, athrawon a rhieni i gefnogi a gofalu am blant a phobl sy'n 'derbyn gofal' gan awdurdodau lleol.
- Bydd gweithwyr gofal plant preswyl yn rhan o dîm yn y cartref gofal i blant a phobl ifanc yn ogystal â thîm mwy a fyddai'n cynnwys gweithwyr proffesiynol eraill sy'n gweithio gyda phlant unigol e.e. gweithwyr cymdeithasol, athrawon, seicolegwyr plant ac ati.

I'w defnyddio gan aseswyr cymhwyster

Gweithgaredd dysgu

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Pam mae gwaith tîm yn bwysig ym maes iechyd a gofal cymdeithasol?

2. Beth yw egwyddorion gwaith tîm da?

Gweithgaredd dysgu

Os ydych eisoes yn gweithio, disgrifiwch eich tîm a myfyriwch ar sut rydych chi'n cydweithio ac yn cyfrannu at y gwaith hwn. Trafodwch hyn gyda'ch rheolwr a gofynnwch iddo roi adborth ar eich ymarfer fel aelod o dîm. Gwnewch nodiadau yn y lle isod. Os nad ydych wedi'ch cyflogi eto, gadewch hwn yn wag a dychwelwch ato eto.

Nodiadau'r gweithlyfr

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Nodiadau rheolwr

5.4 Trin gwybodaeth

Yn eich swydd fel gweithiwr iechyd a gofal cymdeithasol byddwch yn ymdrin â llawer o wybodaeth bersonol am yr unigolion, y gofalmwr a'r teuluoedd rydych chi'n gweithio gyda nhw. Mae angen i chi wybod sut i drin y wybodaeth hon fel eich bod yn gweithio'n unol â deddfwriaeth a pholisïau a gweithdrefnau'ch sefydliad.

I'w defnyddio gan aseswyr cymhwyster

Gweithgaredd dysgu

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Eglurwch beth yw ystyr y term 'trin gwybodaeth'?

Gweithgaredd dysgu

Cwblhewch y tabl isod i ddangos beth mae deddfwriaeth a chodau ymddygiad ac ymarfer proffesiynol yn ei ddweud am drin gwybodaeth.

Deddfwriaeth 1:	Diben y ddeddfwriaeth hon yw:	Sut i'w rhoi ar waith:
Deddfwriaeth 2:	Diben y ddeddfwriaeth hon yw:	Sut i'w rhoi ar waith:
Adran y cod:	Pam mae hyn yn bwysig:	Sut i'w rhoi ar waith:

Gweithgaredd dysgu

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Eglurwch beth yw ystyr cael 'systemau diogel ar gyfer cofnodi a storio gwybodaeth' mewn lleoliad iechyd a gofal cymdeithasol.
2. Pam mae hyn yn bwysig? Defnyddiwch y geiriau Preifat, Ymddiried, Amddiffyn, Diogelu a Chyfrifoldeb yn eich ateb:
3. Beth yw nodweddion systemau storio gwybodaeth ysgrifenedig ac electronig sy'n helpu i gadw gwybodaeth yn ddiogel?
4. Pa fathau o wybodaeth sydd angen ei chofnodi, ei hadrodd a'i storio?

Mae'n bwysig bod y cofnodion rydych chi'n eu cwblhau yn eich gwaith bob dydd yn cael eu cwblhau i safon uchel. Mae angen iddynt fod yn gywir, yn glir a chyfredol i gefnogi cyfathrebu da yn y tîm a dylai unigolion sy'n edrych ar eu cofnodion allu eu deall. Efallai y bydd angen eu defnyddio fel tystiolaeth mewn achosion llys neu gwestau crwner yn y dyfodol. Efallai yr hoffech gyfeirio at yr ymarfer ar gofnodi yn y gweithlyfr diogelu ar gyfer yr adran hon.

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Gweithgaredd dysgu

Edrychwch ar yr enghreifftiau hyn o gofnodion a thrafodwch beth sydd o'i le gyda nhw gyda'ch rheolwr gan wneud nodiadau.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Roedd Daniel yn ymddangos yn iawn heddiw. Treuliodd ran fwyaf o'r dydd yn ei ystafell.
2. Mae Doreen yn cael diwrnod gwael gyda chlefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint heddiw. Galwodd y Nyrs Ardal ac rwy'n meddwl ei bod hi'n trefnu asesiad therapi ocsigen. Daeth ei merch yng nghyfraith draw tra roeddwn i yno; dywedodd ei bod yn meddwl bod tabledi Doreen yn ei gwneud hi'n waeth. Mae'r therapydd galwedigaethol cymunedol i fod i ddod yfory hefyd.
3. Daeth Wynn i mewn tua 11.00p.m. Roedd hi'n ymddangos ei fod wedi cymryd cyffuriau. Nid oedd yn fodlon dweud beth oedd wedi bod yn ei wneud ond roedd yna arogl rhyfedd arno.

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Gweithgaredd dysgu

Atebwch y cwestiynau isod am wybodaeth a gofnodir.

Nodiadau'r gweithlyfr

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

1. Beth yw'r pethau pwysig i'w cofio wrth gofnodi yn eich gwaith bob dydd? Rhestrwch nhw isod:
2. Beth yw'r gwahaniaeth rhwng ffaith, barn a phenderfyniad? (Efallai y byddai'n syniad da edrych ar yr astudiaeth achos ar ymarfer cofnodi da yng ngweithlyfr 6 – diogelu unigolion, i ystyried hyn)
3. Pam ddylai unigolion gael gweld y wybodaeth sydd wedi'i chofnodi amdanynt?
4. Pryd na fydddech chi'n gallu rhannu gwybodaeth sydd wedi'i chofnodi gydag unigolion?

Gweithgaredd dysgu

Gofynnwch i'ch rheolwr neu arweinydd eich tîm ddarparu adborth i chi ar sut rydych chi'n cofnodi a thrin gwybodaeth yn eich gwaith. Os nad ydych wedi'ch cyflogi eto, gadewch hwn yn wag a dychwelwch ato eto.

Adborth rheolwr

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

5.5 Ymddygiad personol gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol

Fel gweithiwr iechyd a gofal cymdeithasol mae gennych gyfrifoldeb i sicrhau nad yw eich ymddygiad yn is na'r safonau sydd i'w gweld yn y codau ymddygiad ac ymarfer proffesiynol. Mae'n bwysig eich bod yn cynnal ymddiriedaeth a hyder y cyhoedd yn y proffesiynau iechyd a gofal cymdeithasol.

I'w defnyddio gan aseswyr cymhwyster

Gweithgaredd dysgu

Darllenwch yr astudiaethau achos isod ac atebwch y cwestiynau.

Ar ôl bod ar benwythnos i ffwrdd ar barti plu mae Amy, gweithiwr cymorth gofal iechyd sy'n gweithio ar ward plant, wedi rhoi lluniau o'i hun gyda'i ffrindiau wedi meddwi ar Facebook. Ar ôl dod adref mae'n diweddarau ei statws ar Facebook gan ddweud rhywbeth amhriodol am fod wedi yfed gormod dros y penwythnos.

Mae ei ffrindiau ar Facebook yn cynnwys tair gweithiwr cymorth gofal iechyd arall y mae'n gweithio gyda nhw yn ogystal â Jane, un o'r bobl ifanc ar y ward. Mae Jane yn 'hoffi' statws a lluniau Amy ac yn eu dangos i'r bobl ifanc eraill ar y ward. Cyn pen dim maen nhw'n sôn wrth y staff i gyd bod Amy wedi meddwi ar y penwythnos ac mae un o'r plant yn dangos y lluniau i'w rhieni.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Eglurwch pa rannau o'r codau ymddygiad ac ymarfer proffesiynol mae Amy wedi'u torri a sut.

2. Pa effaith allai ymddygiad Amy a'r defnydd o Facebook ei chael:

- ar y bobl ifanc mae'n gweithio gyda nhw?

- ar ei chydweithwyr?

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

- ar y rhieni?

4. Beth ddylech chi gofio bob amser wrth ddefnyddio cyfryngau cymdeithasol mewn perthynas â'ch gwaith fel gweithiwr iechyd a gofal cymdeithasol?

5. Beth yw ystyr y term 'rôl-fodel cadarnhaol' a pham mae'n bwysig?

Mae perthnasoedd cadarnhaol yn rhan hanfodol o ymarfer sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn. Fodd bynnag, mae peidio â ffurfio perthnasoedd amhriodol gydag unigolion, aelodau teulu neu ofalwyr yr un mor bwysig. Edrychwch ar yr astudiaeth achos ganlynol a meddyliwch am ymddygiad Bethan.

Astudiaeth achos

Mae gan Jan glefyd Parkinson's ac mae'n byw gyda'i gŵr Dafydd. Tan yn ddiweddar mae Dafydd wedi bod yn ymdopi'n dda wrth ofalu am ei wraig. Ond fe syrthiodd yn yr ardd ac mae wedi ysigo'i ffêr yn wael. Mae eu mab, Mark, yn symud i mewn i helpu ei rieni yn ystod y cyfnod hwn.

Mae Bethan yn un o'r tîm o weithwyr gofal cymdeithasol sy'n ymweld â Jan bob dydd i'w helpu gyda'i gofal personol. Mae Bethan a Mark yn dod ymlaen â'i gilydd yn syth. Pan mae Bethan ar ei phen ei hun gyda Jan mae'n gofyn iddi am Mark a'i fywyd personol. Ychydig o ddyddiau wedyn mae Mark yn gofyn i Bethan fynd allan am ddiod gydag ef ac mae'n cytuno i hynny.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Ym mha ffordd oedd ymddygiad Bethan yn amhriodol?

2. Yng ngweithlyfr 1 a 2 rydych chi'n ystyried pwysigrwydd cynnal ffiniau proffesiynol. Pam ei bod hi'n bwysig peidio â ffurfio perthnasoedd amhriodol gydag unigolion, eu teuluoedd neu ofalwyr?

3. Beth mae'r codau'n ei ddweud am berthnasoedd amhriodol?

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

5.6 Datblygiad Proffesiynol Parhaus

Dywed y codau ymddygiad ac ymarfer proffesiynol bod rhaid i chi ddatblygu'ch gwybodaeth a'ch sgiliau'n barhaus i wella'ch ymarfer. Mae gan Gofal Cymdeithasol Cymru becyn cymorth datblygiad proffesiynol parhaus ar gyfer rheolwyr a gweithwyr gofal cymdeithasol, y blynyddoedd cynnar a gofal plant³ a allai fod yn ddefnyddiol.

Gweithgaredd dysgu

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Disgrifiwch beth yw datblygiad proffesiynol parhaus.
2. Eglurwch pam mae datblygiad proffesiynol parhaus yn bwysig yn swydd gweithiwr iechyd a gofal cymdeithasol.
3. Beth yw'r gofynion deddfwriaethol a'r safonau sy'n ymwneud â datblygiad proffesiynol parhaus?

I'w defnyddio gan aseswyr cymhwyster

³ <https://gofalcymdeithasol.cymru/adnoddau/pecyn-cymorth-datblygiad-proffesiynol-parhaus-ar-gyfer-rheolwyr-a-gweithwyr-gofal-cymdeithasol-y-blynyddoedd-cynnar-a-gofal-plant-1>

4. Beth yw cyfrifoldebau:

- cyflogwr i sicrhau bod gweithwyr gofal cymdeithasol yn datblygu a dysgu yn eu swydd?

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

- gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol ar gyfer datblygu a dysgu yn eu swydd?

Gweithgaredd dysgu

Mae yna amrywiaeth o gyfleoedd dysgu gwahanol i'ch cefnogi chi i ddatblygu eich gwybodaeth a'ch sgiliau e.e. mynd ar gwrs hyfforddi, darllen. Rhestrwch rai eraill yn y lle isod.

Nodiadau'r gweithlyfr

Er ei bod hi'n bwysig gwybod sut i gael gafael ar wybodaeth a chymorth i ddysgu a datblygu mae angen i chi allu trosglwyddo'r wybodaeth a'r ddealltwriaeth honno i ymarfer. **Rhowch dair enghraifft o sut rydych wedi gwneud hyn i wella'ch datblygiad personol neu broffesiynol.**

Gweithgaredd dysgu a datblygu	Beth rwyf wedi'i ddysgu	Sut wnes i roi hynny ar waith
1.		
2.		
3.		

Gweithgaredd dysgu

Mae adborth yn bwysig ar gyfer dysgu a datblygu. Yn ystod eich cyfnod sefydlu dylech dderbyn adborth rheolaidd gan eich rheolwr. Bydd hyn yn eich helpu i ddatblygu ymwybyddiaeth o'ch cryfderau a'r meysydd sydd angen eu gwella. Mae adborth adeiladol yn helpu i ddatblygu'ch hyder a chynllunio ar gyfer datblygiad yn y dyfodol. Ac eithrio eich rheolwr, pwy arall allai roi adborth i chi ar eich ymarfer?

Nodiadau'r gweithlyfr

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Gweithgaredd dysgu

Mae goruchwyliaeth ac arfarnu'n rhoi cyfle i chi gael adborth ar eich gwaith, i bennu nodau ac amcanion ar gyfer eich datblygiad personol a phroffesiynol a thrafod cynnydd a/neu bryderon. Cynhelir arfarniadau unwaith y flwyddyn fel arfer ond bydd goruchwyllo'n digwydd yn fwy rheolaidd.

Atebwch y cwestiynau isod.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Beth yw cyfrifoldeb cyflogwr o ran goruchwyllo ac arfarnu?

2. Beth yw cyfrifoldeb gweithiwr iechyd a gofal cymdeithasol o ran goruchwyllo ac arfarnu?

Gweithgaredd dysgu

Mae myfyrion'n rhan hanfodol o ddysgu i wella'ch ymarfer. O'i roi'n syml, **ymarfer myfyriol** yw meddwl am, neu fyfyrion ar yr hyn a wnewch. Mae'n cynnwys meddwl am beth a ddigwyddodd, beth wnaethoch chi a beth fydddech chi'n ei wneud yn wahanol y tro nesaf yn union fel Carolyn yn yr astudiaeth achos a ystyriwyd gennych yn gynharach.

Atebwch y cwestiynau isod:

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Pam mae **ymarfer myfyriol** yn bwysig?

2. Sut allech chi ddefnyddio myfyrion mewn sesiynau goruchwylio ac arfarnu?

Gweithgaredd dysgu

Gofynnwch i'ch rheolwr roi adborth i chi ar y ffordd rydych chi'n defnyddio myfyrion mewn sesiynau goruchwylio i'ch helpu i ddatblygu eich ymarfer. Os nad ydych wedi'ch cyflogi eto, gadewch hwn yn wag a dychwelwch ato eto.

Nodiadau'r gweithlyfr

Nodiadau rheolwr

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Gweithgaredd dysgu

Mae'r astudiaeth achos isod yn helpu i ddangos sut mae'r berthynas rhwng cymryd cyfrifoldeb am eich dysgu eich hun + goruchwyliaeth + myfyrio = canlyniadau gwell i'r unigolion a'r gofalwyr rydym yn gweithio gyda nhw.

Astudiaeth achos

Mae Adam yn gweithio fel gweithiwr cymorth mewn Tîm Anabledd Dysgu Cymunedol. Mae wedi cwblhau ei gymhwyster diploma lefel 2 mewn iechyd a gofal cymdeithasol. Mae gan nifer cynyddol o bobl sy'n cael eu cefnogi gan y gwasanaeth nam ar eu synhwyr a byddai'n hoffi datblygu ei wybodaeth yn y maes hwn. Mae'n trafod hyn gydag arweinydd y tîm mewn sesiwn oruchwyllo ac maent yn cytuno ar gynllun dysgu.

Mae Adam yn dilyn cwrs, yn trefnu i ymweld a threulio amser gyda Thîm Arbenigol Nam ar y Synhwyr ei ardal ac yn gwneud gwaith ymchwil ei hun ar y rhyngwrdd, gan edrych ar wefannau a argymhellir gan y tîm.

Mewn sesiwn oruchwyllo mae'n trafod beth mae wedi'i ddysgu gydag arweinydd y tîm. Mae'n gallu myfyrio ar y gwahaniaeth mae hyn wedi'i wneud i'w waith, sut mae'n gallu darparu cymorth gwell i'r bobl mae'n gweithio gyda nhw a gwella eu hannibyniaeth.

Gweithgaredd dysgu

Beth bynnag fo'ch swydd ym maes iechyd a gofal cymdeithasol mae'n bwysig bod gennych chi'r lefel briodol o sgiliau llythrennedd, rhifedd a **chymhwysedd digidol** i gefnogi'ch ymarfer proffesiynol.

Yn y lle isod nodwch sut y bydd angen i chi ddefnyddio'r sgiliau hyn yn eich swydd.

Nodiadau'r gweithlyfr

1a. Bydd angen i mi ddefnyddio fy sgiliau llythrennedd pan fyddaf

1b. Bydd angen i mi ddefnyddio fy sgiliau rhifedd pan fyddaf

1c. Bydd angen i mi ddefnyddio fy sgiliau cyfathrebu pan fyddaf

1d. Bydd angen i mi ddefnyddio fy sgiliau cymhwysedd digidol pan fyddaf ..

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

2. Trafodwch gyda'ch rheolwr sut y gallwch ddatblygu'ch sgiliau yn y meysydd hyn ar gyfer eich swydd.

Gwnewch nodyn isod o'ch trafodaeth a sut rydych chi'n bwriadu cyflawni hyn.

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

5.7 Myfyrio ar y gweithlyfr

Yn y lle isod nodwch dri pheth rydych wedi'i ddysgu drwy gwblhau'r gweithlyfr hwn a sut y byddwch yn rhoi hyn ar waith.

Nodiadau'r gweithlyfr

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

5.8 Polisiâu a gweithdrefnau

Os ydych eisoes yn gweithio i sefydliad bydd gan eich cyflogwr rai polisiâu a gweithdrefnau sy'n berthnasol i'r adran hon. Byddwch wedi edrych ar rai o'r rhain wrth gwblhau'r gweithlyfr hwn, ond rhestrwch bob un ohonynt yn y lle isod.

Nodiadau'r gweithlyfr

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

5.9 Myfyrio ar leoliad ymarfer

Siaradwch â rheolwr yn eich lleoliad gwaith ynglŷn â sut rydych wedi rhoi ymarfer proffesiynol ym maes iechyd a gofal cymdeithasol ar waith.

Ysgrifennwch adroddiad myfyriol byr a gofynnwch i'r rheolwr gofnodi crynodeb yn y lle isod.

Nodiadau'r gweithlyfr

I'w defnyddio gan aseswyr cymhwyster

Adborth rheolwr

Defnyddiwch y lle isod i gofnodi unrhyw drafodaethau rhyngoch chi a'ch asesydd cymwysterau.

Nodiadau trafodaeth gyda'r asesydd cymwysterau

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Os yw tystiolaeth o'r gweithlyfr yn cael ei defnyddio tuag at y cymhwyster mae'n rhaid i'r asesydd gwblhau'r datganiad isod.

*I'w defnyddio
gan aseswyr
cymhwyster*

Datganiad gweithiwr newydd

Rwy'n cadarnhau bod y dystiolaeth a roddwyd ar gyfer y gweithlyfr yn ddilys ac yn cynrychioli fy ngwaith i'n gywir.

Llofnod y dysgwr

Dyddiad

Datganiad y rheolwr

Rwy'n cadarnhau bod y gweithiwr newydd wedi cyflawni holl ofynion y gweithlyfr gyda'r dystiolaeth a gyflwynwyd.

Llofnod y rheolwr

Dyddiad

Datganiad asesydd cymwysterau

Rwy'n cadarnhau bod y dysgwr wedi cyflawni holl ofynion y gweithlyfr gyda'r dystiolaeth a gyflwynwyd. Cynhaliwyd asesiad o dan yr amodau penodedig ac mae'r dystiolaeth yn ddilys, gwir, dibynadwy, cyfredol a digonol.

Llofnod asesydd cymwysterau

Dyddiad