Image not found or type unknown

Adroddiad blynyddol llesiant y gweithlu Gofal Cymdeithasol Cymru 2023 i 2024

Sut wnaethon ni cefnogi llesiant y gweithlu o 2023 i 2024.

Cyhoeddwyd gyntaf: 27 November 2024

Diweddariad olaf: 29 November 2024

Lawrlwythwyd y ddogfen hon o gofalcymdeithasol.cymru ac efallai nid hwn yw'r fersiwn diweddaraf.
Ewch i https://gofalcymdeithasol.cymru/adnoddau-canllawiau/adnoddau-iechyd-a-llesiant/adroddiad-blynyddol-llesiant-y-gweithlu-gofal-cymdeithasol-cymru-2023-i-2024 am y fersiwn diweddaraf.

Sut wnaethon ni cefnogi llesiant y gweithlu o 2023 i 2024.

Pam mae llesiant yn bwysig?

Yn ystod y blynyddoedd diwethaf gwelwyd tystiolaeth gynyddol sy’n dangos sut y gall hybu llesiant fod o fudd i bobl sy’n gweithio mewn gofal cymdeithasol a blynyddoedd cynnar a gofal plant, yn ogystal â gwella ansawdd y gofal mae pobl yn ei gael.

Mi all gweithio mewn gofal cymdeithasol neu flynyddoedd cynnar a gofal plant fod yn yrfa ysbrydoledig a gwerth chweil, ond mi wyddwn fod y pwysau a brofir yn y sectorau hyn yn gallu effeithio ar lesiant y gweithlu.

Un o uchelgeisiau *Cymru Iachach*, ein strategaeth gweithlu ar y cyd ag Addysg a Gwella Iechyd Cymru (AaGIC) ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol, yw creu gweithlu brwd, sy’n iachach ac wedi’i symbylu. Mae ein cynllun strategol hefyd yn disgrifio ein hymrwymiad i wella llesiant y gweithlu gofal cymdeithasol a blynyddoedd cynnar.

Dywed y dystiolaeth wrthym fod llesiant da yn y gweithle yn gwneud gwahaniaeth gwirioneddol. Mae’n golygu:

- bod gennym ymdeimlad o bwrpas a chyflawniad yn ein rôl
- ein bod yn perfformio’n well os ydym yn hapusach yn ein gwaith a’n bod yn fwy hyderus yn yr hyn rydym yn ei wneud, sy’n golygu ein bod yn rhoi gwell cymorth i bobl
- bod staff sy’n teimlo eu bod yn cael cefnogaeth yn y gwaith yn fwy tebygol o aros â sefydliad.

Rydym wedi cynhyrchu crynodeb o’r dystiolaeth o’r cysylltiad rhwng llesiant a lefelau cadw uchel mewn gweithle, sydd ar gael i’w ddarllen ar ein gwefan Y Grŵp Gwybodaeth.

Rhaid i lesiant y gweithle fod yn ymdrech ar y cyd. Yn Gofal Cymdeithasol Cymru, rydym yn darparu fframweithiau ac adnoddau i helpu’r sector i weithio tuag at ddiwylliant positif sy’n hybu llesiant y gweithlu. Mae ein fframwaith, *Mae eich llesiant yn bwysig*, yn disgrifio camau y gall cyflogwyr, rheolwyr a gweithwyr eu cymryd i sicrhau llesiant gwell. Mae pob rhan o’r gweithle, ynghyd ag undebau llafur, yn chwarae rôl bwysig i wireddu’r weledigaeth hon

Beth yw’r sefyllfa bresennol?

Yn 2023, lansiwyd ein harolwg o'r gweithlu gofal cymdeithasol cyntaf ar gyfer Cymru gyfan. Ynddo roeddem yn holi pobl sy’n gweithio mewn gofal cymdeithasol am y pethau sy’n effeithio ar eu llesiant. Gwelwyd fod pobl yn gyffredinol yn teimlo bod eu cydweithwyr a’r bobl maent yn eu cynorthwyo’n eu gwerthfawrogi, a bod morâl yn uchel ar y cyfan

Ond roedd llawer o bobl, yn enwedig rheolwyr, yn dangos arwyddion o straen ac roeddent yn teimlo ei bod yn anodd anghofio am eu gwaith ar ôl gadael.

Y llynedd, roeddech wedi dweud wrthym:

- bod tri chwarter y rheolwyr yn teimlo ei bod yn anodd anghofio am eu gwaith ar ôl gadael
- nid oedd un o bob chwe gweithiwr yn teimlo’n ddiogel yn eu gwaith
- dim un o bob tri oedd yn teimlo eu bod yn cael digon o help i ddelio â straen.

Mewn ymateb, roeddem yn cynnig:

- help i ddeall a defnyddio’r fframwaith llesiant
- sesiynau hyfforddi a gweithdai i reolwyr ar arferion tosturiol a diogelwch seicolegol mewn timau.

Gofynnwyd i bobl i ble byddent yn mynd i gael gwybodaeth. Dywedodd bron hanner y rheolwyr y byddent yn dod atom ni. Yn gyffredinol:

- byddai traean o’r rhai a holwyd yn dod atom ni
- byddai hanner y rhai a holwyd yn mynd at reolwr.

Mewn ymateb, rydym wedi:

- gwella’r tudalennau llesiant ein gwefan drwy gyfeirio defnyddwyr at gynigion o help. Rydym hefyd wedi hyrwyddo’r tudalennau’n rheolaidd ac roeddent wedi denu 3,500 o ymwelwyr yn 2023
- cynnig hyfforddiant pwrpasol i reolwyr a chodi ymwybyddiaeth o gymorth mewn fforymau ar gyfer rheolwyr cofrestredig.

Byddwn yn parhau i fonitro canlyniadau’r arolwg blynyddol o’r gweithlu ac yn gweithio â rhanddeiliaid a chyflogwyr, gyda’r nod o:

- cynyddu maint y gweithlu sy’n teimlo bod morâl yn dda (65 y cant yn 2023)
- gwneud yn siŵr bod y gweithlu’n gwybod lle i fynd i gael gwybodaeth am gymorth iechyd a llesiant yn y gwaith (yn 2023, dywedodd 33 y byddent yn mynd at Gofal Cymdeithasol Cymru a dywedodd saith y cant Canopi)
- lleihau canran y gweithlu sy’n meddwl gadael y sector yn y deuddeg mis nesaf (26 y cant yn 2023)
- lleihau canran y gweithlu sy’n dweud eu bod wedi profi bwlio, gwahaniaethu neu aflonyddu (37 y cant yn 2023)
- cyflwyno sgoriau methodoleg safonol y gellir eu cymharu’n genedlaethol, ar gyfer:

  - bodlonrwydd â bywyd
  - ymdeimlad o werthfawrogiad
  - hapusrwydd
  - gorbryder

a byddwn yn pennu gwaelodlin yn 2024.

Pa gynnydd a wnaed hyd yma?

Ers inni ddechrau ar ein gwaith penodol ar lesiant yn 2022, rydym wedi:

- sefydlu fframwaith iechyd a llesiant, sy’n galluogi cyflogwyr a chyflogeion i fesur eu sefydliad yn erbyn set o safonau cytunedig
- cefnogi a hyrwyddo’r gwasanaeth cymorth iechyd meddwl cyffredinol sy’n cael ei ariannu gan Lywodraeth Cymru sydd am y tro cyntaf ar gael am ddim yn y pwynt defnyddio i’r gweithlu cyfan yn y meysydd iechyd a gofal cymdeithasol
- trefnu sesiynau gwybodaeth, gweithdai a sgyrsiau i’r sector am y fframwaith llesiant
- sefydlu cymuned ymarfer llesiant a rhwydwaith cymorth ar-lein i helpu’r sector i rannu syniadau ac arferion gweithio
- cynnal sesiynau gwybodaeth ar gyfer y sector ar ystod o bynciau gan gynnwys llesiant ariannol a’r menopos
- cynnal cynhadledd genedlaethol ar lesiant ar gyfer y gweithlu gofal cymdeithasol a blynyddoedd cynnar
- cynnig hyfforddiant wedi’i dargedu i gynorthwyo rheolwyr
- rhedeg rhwydweithiau ar-lein i gymheiriaid a darparu hyfforddiant i bobl i’w helpu i greu rhwydweithiau lleol i gymheiriaid, sy’n cynnig help i’w gilydd a chefnogaeth i reolwyr

- cynnal ymchwil i delerau ac amodau gwaith cymdeithasol. Mae Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru'n awr yn arwain gwaith ar opsiynau ar gyfer dull mwy cyson
- cyfrannu at waith y Fforwm Gwaith Teg Gofal Cymdeithasol i greu fframwaith cynnydd ar gyfer y gweithlu gofal cymdeithasol
- sefydlu'r arolwg cyntaf o'r gweithlu sy'n rhoi gwaelodlin inni ar ddangosyddion y gweithlu yn y sector
- canfod ystod eang o ddulliau positif y gallwn barhau i adeiladu arnynt, er enghraifft, Antur Waunfawr enillwyr y wobr Accolades.

Uchafbwyntiau 2023

Y llynedd, cynhalion ni saith digwyddiad a fynychwyd gan 197 o bobl o'r sector. Roedd y sesiynau'n ymdrin ag amrywiaeth o bynciau gan gynnwys:

llesiant ariannol

- cymorth i weithwyr gofal
- helpu staff niwrowahanol
- teimlad o werthfawrogiad a chefnogaeth mewn blynyddoedd cynnar a gofal plant

Dywedodd rhai a oedd yn bresennol mewn nifer o'r digwyddiadau hyn eu bod yn teimlo bod y sesiynau wedi eu helpu drwy syniadau ac adnoddau y gallant eu rhannu â'u staff a'u timau.

"Llawer o adnoddau a dolenni, gwybodaeth i helpu staff a hefyd, efallai rhai rydym wedi dod ar eu traws y tu allan i'n gwaith a all fod yn profi anawsterau."

Adborth gan un oedd yn bresennol yn ein sesiwn llesiant ariannol.

Cynhalion ni sesiynau hyfforddi ar ddiogelwch seicolegol ac arferion tosturiol, lle’r oedd 45 o reolwyr yn bresennol.

Cyflwynon ni i 24 o fforymau, cynadleddau a digwyddiadau, i godi ymwybyddiaeth o lesiant yn y gweithle a’r cymorth sydd ar gael.

Cawsom adborth positif dros ben o’r sesiynau hyfforddi a gwybodaeth. Dyma rai o’r pethau yr oedd rhai a oedd yn bresennol wedi’i ddweud wrthym:

“Gwych. Roedd heddiw’n arbennig. Llawer i feddwl amdano ac rwy’n edrych ymlaen at ei roi ar waith.”

“Diolch am y bore yma. Roedd yr hyfforddwr yn cyflwyno’r sesiwn yn dda iawn ac roedd yn llawn gwybodaeth, gan ddangos ystod eang o wybodaeth ac roedd yn gallu egluro’r wybodaeth fwyaf cymhleth mewn ffordd ysgafn a syml.”

“Fel perchennog busnes a rhywun sy’n mynd drwy’r menopos roedd yn fuddiol iawn o safbwynt personol a busnes.”

“Mae’n braf dechrau meddwl beth mae hunan dosturi’n ei olygu inni fel unigolion. Roedd y rhan ‘gwrando a gwerthfawrogi’ yn rhywbeth rwyf wedi bod yn rhan ohono mewn sesiynau arweinyddiaeth dosturiol eraill, felly roedd yn braf bod sesiynau Gofal Cymdeithasol Cymru’n cyd-fynd â rhaglenni eraill.”

Bu bron i 3,300 o ymweliadau â thudalennau ein gwefan o 2023 i 2024. Lansiwyd tudalennau newydd ym mis Awst 2023 i’w gwneud yn haws i bobl ddod o hyd i adnoddau ac i gael mynediad at ein fframwaith.

Hefyd cynhaliwyd ein cynhadledd llesiant gyntaf, lle’r oedd 87 o bobl sy’n gweithio mewn gofal cymdeithasol a blynyddoedd cynnar a gofal plant yn bresennol.

Cafodd y gynhadledd adborth positif, gyda chyfradd fodlonrwydd cyffredinol o 91 y cant ar gyfer y diwrnod a 100 y cant o’r rhai oedd yn bresennol yn dweud bod y diwrnod yn cyflawni ei amcanion.

Y pum gair mwyaf cyffredin a ddefnyddir gan fynychwyr i ddisgrifio'r diwrnod oedd:

- addysgiadol
- diddorol
- cadarnhaol
- hwyl
- ysbrodoledig.

Ein pwyslais yn 2024 a 2025

Eich helpu i ddefnyddio’r fframwaith *Mae eich llesiant yn bwysig*

Byddwn yn:

- parhau i hyrwyddo’r fframwaith drwy ein sianelau cyfathrebu
- parhau i ddarparu sesiynau ymwybyddiaeth i’r sector i egluro beth yw’r fframwaith a pham mae mor bwysig. Rydyn ni’n lansio sesiynau ‘Cyflwyniad i lesiant y gweithlu’ ar-lein, i helpu pobl i ddeall a defnyddio’r fframwaith yn eu sefydliadau eu hunain
- lansio adnodd dysgu digidol i helpu pobl i ddeall llesiant y gweithlu a’r fframwaith yn well
- parhau i adolygu a diweddaru’r adnoddau cefnogi, y templedi gweithredu, canllawiau, y ddarpariaeth hyfforddi, ac adnoddau

- gwahodd syniadau ac adborth i’n helpu i sicrhau gwelliant parhaus i’n fframwaith ac i wneud yn siŵr ein bod yn ymateb i’r hyn sydd fwyaf ei angen ar y sector.

Sut fyddwn ni’n gwybod a yw wedi gwneud gwahaniaeth?

Byddwn yn:

monitro ac yn adrodd ar ymweliadau â’n fframwaith

- gwerthuso ymgysylltiad â’n hadnoddau digidol
- gofyn i bobl am adborth a rhannu sut maent yn defnyddio’r fframwaith.

Gwybodaeth a hyfforddiant

Byddwn yn:

- parhau i gynnal sesiynau gwybodaeth ar-lein ar bynciau a ddewisir gan ein rhwydwaith a’n cymuned ymarfer

hyrwyddo’r hyn sydd gan y gwasanaeth Canopi i’w gynnig i’r sector a pharhau i ddatblygu a hyrwyddo’r gwasanaeth ar gyfer y gweithlu gofal cymdeithasol

- cynnal a hyrwyddo ein gwefan i gynnwys yr wybodaeth ddiweddaraf am y cymorth sydd ar gael i’r gweithlu gofal cymdeithasol, blynyddoedd cynnar a gofal plant

- cynnal sesiynau gwybodaeth ar bynciau allweddol, mewn ymateb i adborth gan y sector

- darparu cyngor a chymorth un i un wedi’i deilwra i bobl sy’n defnyddio’r fframwaith llesiant

- datblygu canllaw i helpu'r sector i ddeall cymorth gan gyfoedion yn well ac i egluro sut i greu cyfleoedd i gynnal cymorth i gyfoedion yn lleol.

Sut fyddwn ni'n gwybod ei fod wedi gwneud gwahaniaeth?

Byddwn yn:

monitro mynediad gofal cymdeithasol i'r gwasanaeth Canopi

- gwerthuso presenoldeb ac adborth o'n sesiynau gwybodaeth a hyfforddi
- monitro ymweliadau â thudalennau ein gwefan ac ymwybyddiaeth o dudalennau ein gwefan drwy'r arolwg cenedlaethol o'r gweithlu

- nodi ymrwymiadau a chamau gweithredu o sesiynau cyngor a chymorth.

Cymunedau a rhwydweithiau

I helpu'r sector i rannu arferion gweithio ac i ddeall yn well sut mae'r fframwaith yn cael ei ddefnyddio, rydym wedi creu cymuned ymarfer llesiant newydd.

Rydyn ni hefyd yn gweithio â sefydliadau i rannu arferion da drwy ein cymunedau yn ogystal ag yn ein digwyddiadau.

Byddwn yn:

- parhau i redeg ein Grŵp Cynghori Llesiant Gofal Cymdeithasol ar gyfer rhanddeiliaid allweddol, blynyddoedd cynnar a gofal plant i helpu i ffurfio ein gwaith ac i dynnu sylw at y pwysau a'r problemau presennol
- parhau i weithio â'n rhwydweithiau a'n cymuned i bennu blaenoriaethau ar gyfer ein gwaith llesiant
- ehangu ein cymuned ymarfer drwy sefydlu cyfarfodydd o'r gymuned i helpu'r sector i ddatblygu cysylltiadau a rhannu syniadau.

Sut fyddwn ni’n gwybod a yw wedi gwneud gwahaniaeth?

Byddwn yn:

ymdrechu i sicrhau cynnydd o 10 y cant ym maint aelodaeth y gymuned

- canfod astudiaethau achos a rhannu arferion gweithio
- casglu adborth o’n cymunedau a’n rhwydweithiau.

Sut y gallwch gyfrannu

I ddysgu mwy am ein gwaith neu ein cymuned llesiant, e-bostiwch lles@gofalcymdeithasol.cymru

Cewch ragor o wybodaeth am lesiant y gweithlu ar dudalennau llesiant ein gwefan.