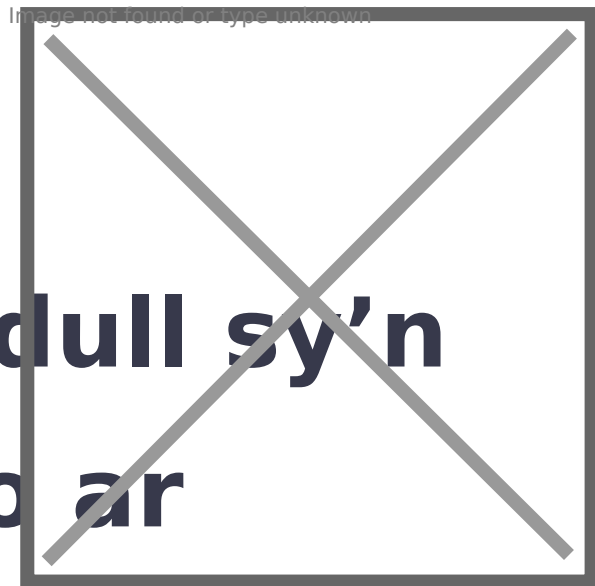


Defnyddio'r dull sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau



Canfod gwybodaeth ac adnoddau am sut caiff y dull ei ddefnyddio'n ymarferol.

Cyhoeddwyd gyntaf: 28 January 2020

Diweddariad olaf: 11 February 2025

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

Ewch i <https://gofalcymdeithasol.cymru/adnoddau-canllawiau/gwella-gofal-a-chymorth/canlyniadau-personol/defnyddior-dull-syn-canolbwyntio-ar-ganlyniadau> am y fersiwn diweddaraf.

Canfod gwybodaeth ac adnoddau am sut caiff y dull ei ddefnyddio'n ymarferol.

Sut i ddefnyddio dull sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau wrth gofnodi achosion

Mae'r adnodd hwn yn edrych ar yr egwyddorion ac yn darparu arweiniad i gefnogi cofnodi achosion sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau personol sydd yn seiliedig ar ymchwil, ymgynghori ag ymarferwyr, a thystiolaeth o'r hyn a all weithio. Y brif ffocws yw i gofnodi achosion, ac rydym yn golygu cofnodion o ryngweithio o ddydd i ddydd rhwng ymarferwyr a phobl sy'n defnyddio gofal a chymorth, mae hyn yn llywio ac yn dylanwadu ar y broses o wneud penderfyniadau ar gyfer a gyda phobl.

Mae hefyd yn darparu gwahanol enghreifftiau o recordio sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau ac ymarferion myfyriol. Bydd y rhain yn helpu pobl, timau a sefydliadau i sicrhau bod y recordiad yn gyson ac yn ystyrlon, a fydd yn eu helpu i adeiladu perthnasoedd a dealltwriaeth gyda phobl sy'n defnyddio gofal a chefnogaeth.

[Cyfaill nid gelyn](#)

PDF 940KB

Fideos cyfaill nid gelyn

Fideos i gefnogi pobl sy'n defnyddio gofal a chymorth, ymarferwyr, rheolwyr a chomisiynwyr.

Gwneud cofnodi'n rhywbeth 'byw' a chydgysylltiedig ar draws fudiadau

Gweld trawsgrifiad

00:00 --> 00:02

Ffrind nid Gelyn

00:02 --> 00:06

Cymorth i gofnodi'n ystyrllon ar sail canlyniadau mewn gofal cymdeithasol.

00:06 --> 00:11

Gwneud cofnodi'n rhywbeth 'byw' a chydgysylltiedig ar draws gwahanol fudiadau.

00:12 --> 00:15

Mae'r adnodd hwn yn cynnwys enghreifftiau o sut i ddefnyddio

00:15 --> 00:20

cofnodi o wahanol leoliadau i helpu pobl a thimau i fyfyrion a thrafod.

00:21 --> 00:27

Pwrpas Ffrind nid Gelyn a'r fideo hwn yw cynorthwyo cofnodi ystyrllon ar sail canlyniadau.

00:28 --> 00:31

Mae'r fideo yma'n trafod egwyddorion o dan ddwy thema wahanol -

00:31 --> 00:37

gwneud cofnodi'n rhywbeth byw a chydgysylltiedig, ac yn ail sicrhau bod cofnodi'n rhywbeth cynhwysol.

00:38 --> 00:44

Y thema gyntaf yw gwneud cofnodi'n broses 'fyw' a chydgysylltiedig ar draws gwahanol fudiadau.

00:45 --> 00:51

Un egwyddor yw gwneud cofnodi'n broses sy'n ymateb i siwrne person – drwy gofnodi eu stori.

00:51 --> 00:58

Yn yr enghraifft hon, canlyniad personol Rhodri yw cael yr hyder i gerdded yn yr awyr agored unwaith eto

00:58 --> 01:02

a threulio amser gyda ffrindiau ar ôl cael ei frifo'n ddifrifol mewn damwain car.

01:03 --> 01:08

Cofnodir ei stori dros amser gan gynnwys rhai o droeon ei fywyd wrth i'w amgylchiadau newid.

01:09 --> 01:11

Ar ôl teimlo i ddechrau ei fod yn gwella,

01:12 --> 01:15,760

wynebodd Rhodri drafferthion iechyd ac mae'n teimlo'n isel unwaith eto.

01:18 --> 01:22

Ond mae'n teimlo'n well ar ôl gweld ffisiotherapydd sy'n ei helpu i deimlo'n ddigon

01:22 --> 01:24

diogel i gamu allan drwy'r drws.

01:25 --> 01:31

Yn stori Rhodri, mae gwahanol bobl gan gynnwys Rhodri wedi cyfrannu i'w ganlyniad.

01:32 --> 01:37

Mae ei siwrne wedi cynnwys anawsterau, sy'n rhan arferol o fywyd pob dydd.

01:39 --> 01:44

Ac felly fe welwn yma sut y mae stori Rhodri a'i ganlyniadau'n cael eu cofnodi ar y ffordd.

01:45 --> 01:50

Y cam nesaf yw cysylltu cofnodi canlyniadau personol gan wahanol fudiadau.

01:51 --> 01:57

Mater o ddeall pa wybodaeth sydd ei hangen gan wahanol fudiadau o'r broses gofnodi yw hyn.

01:58 --> 02:05

Dywedodd un gofalwr maeth wrthym am ffurflen atgyfeirio ar gyfer plentyn a fu'n byw mewn ysgol breswyl am 18 mis.

02:06 --> 02:12

Nid oedd yr un gofalwr maeth yn y wlad am gymryd y bachgen hwn oherwydd cymhlethdod ei broblemau ymddygiad.

02:13 --> 02:17

Roedd yr atgyfeiriad yn darllen fel crynodeb o 'beth sydd orau'.

02:17 --> 02:22

Dywedodd fod y gofalwr maeth ar fin dweud 'na", nes iddynt weld un o'i luniau.

02:22 --> 02:25

Mae llun gwerth mil o eiriau, dangosodd ei fod eisiau bod yn rhan o deulu,

02:25 --> 02:28

a dywedodd nhw "ie" yn syth.

02:28 --> 02:34

Mae deall beth sydd ei angen ar asiantaethau eraill i ddeall canlyniadau personol rhywun

02:34 --> 02:37

yn gallu gwneud gwahaniaeth mawr i benderfyniadau a bywydau pobl.

02:40 --> 02:44

Yr ail thema yn y fideo yw gwneud y cofnodi'n broses gynhwysol.

02:45 --> 02:50

Egwyddor arall yw gwneud y cofnodi'n bersonol i bobl ag anawsterau cyfathrebu.

02:51 --> 02:56

Cofnodwyd y wybodaeth yma gan gartref gofal ar gyfer dyn o'r enw Hugh, sydd â dementia,

02:56 --> 03:00

ar ôl i fab Hugh, Michael, rannu gwybodaeth gyda nhw.

03:01 --> 03:05

Sylwodd y staff fod Hugh yn gallu ymlacio wrth wrando ar Radio 3.

03:05 --> 03:12

Dywedodd Michael wrth y staff fod ei dad wedi bod yn ddyn swil erioed oedd yn gyndyn o 'ymuno' â phobl eraill.

03:13 --> 03:17

Ond pan ddechreuodd y staff chwarae Radio 3 yn lolfa'r preswylwyr,

03:17 --> 03:21

dechreuodd Hugh godi a symud i'r miwsig fel pe bai'n arwain y miwsig ei hun.

03:22 --> 03:27

O ganlyniad, dechreuodd breswylwyr eraill 'uniaethu' â Hugh oherwydd y miwsig,

03:27 --> 03:30

oedd wedi dechrau cael ei chwarae'n rheolaidd.

03:32 --> 03:36

Rydym hefyd eisiau gwneud cofnodi'n rhywbeth personol gydol bywyd.

03:37 --> 03:41

Enghreifftiau ar gyfer plant ac oedolion sydd yn y canllawiau hyn.

03:41 --> 03:47

Mae'n bwysig deall bod ymarfer ar sail canlyniadau personol yn rhywbeth i bawb - o'r crud i'r bedd.

03:48 --> 03:52

Mae rhywun weithiau'n gallu anghofio hyn tuag at ddiwedd bywyd,

03:52 --> 03:56

ond mae digon o gyfle o hyd i ymarfer ar sail canlyniadau.

03:56 --> 04:12

Mae fideo ar wahân sy'n cynnwys stori am ganlyniadau diwedd bywyd.

Gwneud cofnodi'n rhywbeth personol a hygyrch

Gweld trawsgrifiad

00:00 --> 00:01

Ffrind nid gelyn

00:01 --> 00:06

Cefnogi cofnodi ystyrlon ar sail canlyniadau mewn gofal cymdeithasol.

00:06 --> 00:09

Gwneud cofnodi'n rhywbeth personol a hygyrch.

00:10 --> 00:16

Mae'r adnodd hwn yn defnyddio enghreifftiau o sut i ddefnyddio cofnodi o wahanol leoliadau

00:16 --> 00:19

i helpu pobl a thimau i fyfyrion a thrafod.

00:19 --> 00:25

Pwrpas Ffrind nid Gelyn a'r fideo hwn yw helpu i gofnodi'n ystyrlon ar sail canlyniadau.

00:26 --> 00:32

Mae'r fideo hwn yn trafod egwyddorion Ffrind nid Gelyn ar gyfer gwneud eich cofnodi'n personol a hygyrch.

00:33 --> 00:39

Siarad am gofnodi personol y mae Ffrind nid Gelyn, nid canlyniadau safonol neu sefydliadol.

00:41 --> 00:46

Rydym eisiau cofnodi'r pethau sy'n wirioneddol bwysig i'r person, yn eu hiaith eu hunain lle gallwn.

00:47 --> 00:50

Gadewch i ni gymryd enghraifft allan o gynllun cymorth.

00:50 --> 00:54

Mae'r datganiad "Mae angen i Huw gydymffurfio â'i gynllun gofal"

00:54 --> 00:58

yn annhebygol o adlewyrchu'r pethau sy'n bwysig i'r unigolyn.

00:59 --> 01:03

Mae'n fwy tebygol o adlewyrchu nod proffesiynol neu sefydliadol.

01:04 --> 01:08

Gallai canlyniad mwy personol a thebygol ddarllen fel hyn:

01:09 --> 01:13

Mae Huw eisiau aros yn y cartref plant oherwydd mae'n ymddiried yn y staff

01:13 --> 01:16

ac yn hoffi'r plant eraill, sydd i gyd yn iau na fo.

01:18 --> 01:23

Mae'n deall y bydd angen iddo roi'r gorau i yfed, fydd yn ei helpu i reoli ei broblemau gwylltio,

01:23 --> 01:25

fel y mae ei gynllun gofal yn ei nodi.

01:26 --> 01:33

Mae hyn yn cysylltu i'r egwyddor y dylai cofnodi fod yn bersonol yn hytrach na bod canlyniadau pawb yr un fath.

01:34 --> 01:37

Mae mwy o enghreifftiau yn yr adnodd ysgrifenedig.

01:38 --> 01:44

Egwyddor arall yn Ffrind nid Gelyn yw cydnabod a chofnodi'r gwahanol fathau o ganlyniadau sy'n bwysig i bobl.

01:45 --> 01:49

Nid mater o newid neu wella popeth yw canlyniadau bob tro.

01:50 --> 01:53

Gall canlyniadau hefyd gynnwys cynnal ansawdd bywyd

01:53 --> 01:57

neu ganlyniadau proses, yn ymwneud â sut y mae pobl yn cael cymorth.

01:59 --> 02:03

Gallech feddwl am ganlyniad sy'n ymwneud â chynnal ansawdd bywyd.

02:04 --> 02:07

Neu feddwl am ganlyniad proses, fel yn yr enghraifft ganlynol:

02:08 --> 02:13

“Mae fy ngweithiwr cymorth yn gwneud i mi deimlo'n dda amdanaf fy hun, fy mod yn gallu gwneud pethau.”

02:14 --> 02:20

Gall yr enghreifftiau byr hyn ddweud llawer wrthym am y pethau sy'n bwysig a sut y mae pobl eisiau cael eu cefnogi.

02:21 --> 02:29

Ar yr un thema o wneud y cofnodi'n bersonol a hygyrch, egwyddor arall yw pwysleisio cryfderau pobl ond gan adnabod y prif risgiau.

02:31 --> 02:35

Gyda hwn, gallwn weld rhan o gynllun ffocws teulu mwy yn Ffrind nid Gelyn.

02:36 --> 02:38

Mae'r cynllun yn cynnwys risgiau a chryfderau.

02:39 --> 02:46

Un enghraifft o risg yn y cynllun yw “Yn yr ysgol, mae Aled fel arfer yn dda iawn. Ond pan fydd yn gwylltio,

02:46 --> 02:51

gall ei ymddygiad arwain at yr ysgol yn ffonio ei fam a gofyn iddi ddod i'w nôl."

02:52 --> 02:58

Un enghraifft o gryfder yw "Mae Aled yn ddarllenwr ardderchog ac wedi darllen rhai llyfrau gwych.

02:58 --> 03:01

Mae eisiau dal ati i ddarllen llyfrau da."

03:02 --> 03:08

Mae'r ffaith bod cryfderau Aled wedi eu cofnodi'n ein helpu i wybod beth yw ei alluoedd a sut orau i'w gefnogi.

03:10 --> 03:16

Gan barhau'r thema o gadw'r cofnodi'n bersonol a hygyrch, rydym hefyd eisiau gwneud y cofnodi'n glir a chryno.

03:17 --> 03:23

Weithiau gall llai o eiriau ddweud mwy, yn enwedig pan gânt eu hysgrifennu gan y person ei hun.

03:24 --> 03:31

Gall gor-gofnodi ddigwydd oherwydd gor-boeni y bydd cofnodion yn cael eu craffu am resymau cyfreithiol neu gydymffurfio.

03:31 --> 03:35

Mae'n golygu bod gwybodaeth bwysig yn cael ei cholli.

03:36 --> 03:41

Gall fod yn ddefnyddiol iawn gweithio gyda'ch tîm i helpu eich gilydd i gofnodi'n gryno.

Cofnodi hanesion un: stori Fran

Gweld trawsgrifiad

00:00 --> 00:03

Cyfaill nid gelyn: Cofnodi hanesion un

00:03 --> 00:08

Cefnogi cofnodi ystyrlon sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau mewn gofal cymdeithasol

00:09 --> 00:11

Cofnodi hanesion un: Stori Fran

00:11 --> 00:13

Roedd yn aur pur, wir i chi.

00:14 --> 00:00:21

Dyma un o ddau fideo yn adrodd stori bersonol yn ein cyfres i gefnogi'r adnodd ysgrifenedig Cyfaill Nid Gelyn.

00:21 --> 00:26

Cafodd yr adnodd ei greu i gefnogi cofnodi ystyrllon sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau.

00:27 --> 00:30

Dyma stori Fran, "Roedd yn aur pur, wir i chi".

00:31 --> 00:37

Mae stori Fran yn cefnogi'r egwyddor o gofnodi ystyrllon sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau o'r crud i'r bedd.

00:38 --> 00:45

Mae Fran yn dweud wrthym am gael mynediad at ei gofnodion fel oedolyn wedi cael ei fabwysiadu fel baban.

00:46 --> 00:48

Bu i Fran byth cwrdd â'i rhieni genedigol.

00:49 --> 00:53

Bu'n byw mewn cartref Barnardo's i blant am flynyddoedd cyntaf ei fywyd.

00:54 --> 00:57

Mae ganddo atgofion anodd o'r cyfnod o hyd.

00:58 --> 01:02

Cafodd Fran ei faethu gan gwpl aeth ymlaen i'w fabwysiadu yn 16 oed.

01:03 --> 01:07

Ni edrychodd am ei rieni genedigol am nad oedd eisiau peri gofid i'w deulu newydd.

01:08 --> 01:12

Yn ddiweddarach, gadawodd Fran gartref, priodi, a chael plant ei hun.

01:15 --> 01:18

Yn ei 30au, penderfynodd edrych ar gofnodion ei geni.

01:19 --> 01:22

Felly fe wnaeth apwyntiad gyda Barnardo's i gael gweld ei ffeil.

01:23 --> 01:26

Dywedodd Fran wrthym fod darllen ei ffeil yn brofiad anhygoel.

01:27 --> 01:30

Roedd tri pheth yn sefyll allan i Fran.

01:30 --> 01:33

Y peth cyntaf oedd bod ei fam enedigol yn gwybod pob manylyn

01:33 --> 01:38

o'r hyn a ddigwyddodd iddo am fod y gweithiwr cymdeithasol wedi cofnodi'r cyfan.

01:38 --> 01:41

Roedd llawer o bethau wedi digwydd iddo.

01:41 --> 01:45

Roedd wedi bod mewn helynt gyda'r heddlu ac un tro wedi cael ei drywanu.

01:45 --> 01:49

Roedd yn golygu llawer i Fran bod ei fam yn gwybod am ei fywyd.

01:50 --> 01:53

Mae Fran yn disgrifio ei hun fel arlunydd eithaf parchus.

01:54 --> 01:56

Mae'n paentio timau Fformiwla Un.

01:57 --> 02:01

Yr ail beth safodd allan i Fran oedd bod ei fam yn arlunydd gwych.

02:01 --> 02:05

Roedd yn llawn cyffro i ddarganfod hynny a theimlo bod cysylltiad rhyngddyn nhw.

02:06 --> 02:13

Y trydydd peth safodd allan i Fran oedd, am y tro cyntaf, gwelodd lun ohono'i hun yn fabi.

02:13 --> 02:17

Roedd yn ei atgoffa o'i fab yn fabi â gwall steil Mohican.

02:18 --> 02:23

Roedd Fran yn ddiolchgar i'r gweithiwr cymdeithasol a gymerodd amser i gofnodi'r wybodaeth.

02:23 --> 02:30

Llanwodd ambell fwch iddo a dywedodd, "Roedd yn aur pur, wir i chi."

Cofnodi hanesion dau: Helen a'r crëyr

Gweld trawsgrifiad

00:00 --> 00:01

Cyfaill nid gelyn

00:01 --> 00:03

Cofnodi hanesion dau

00:03 --> 00:08

Cefnogi cofnodi ystyrlon sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau mewn gofal cymdeithasol

00:08 --> 00:11

Cofnodi hanesion dau Helen a'r Crëyr

00:12 --> 00:14

Cofnodi canlyniadau ar ddiwedd bywyd

00:14 --> 00:20

Dyma'r ail o ddau fideo yn adrodd stori bersonol yn ein cyfres i gefnogi'r adnodd ysgrifenedig

00:20 --> 00:22

Cyfaill nid gelyn.

00:22 --> 00:27

Cafodd yr adnodd ei greu i gefnogi cofnodi ystyrlon sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau.

00:27 --> 00:31

Dyma stori Helen, "Helen a'r crëyr".

00:31 --> 00:36

Fel stori Fran yn ein fideo arall, mae stori Helen yn cefnogi'r egwyddor

00:36 --> 00:40

o gofnodi ystyrlon sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau o'r crud i'r bedd.

00:41 --> 00:44

Tra bod stori Fran am edrych ar ei gofnodion o'i geni,

00:45 --> 00:48

mae stori Helen am gofnodi canlyniadau ar ddiwedd bywyd.

00:49 --> 00:53

Mae'r mudiad hosbis yn ein dysgu beth sy'n bwysig ar ddiwedd bywyd,

00:54 --> 00:57

fel y mae Cecily Saunders, sylfaenydd y mudiad, yn ei grynhoi:

00:59 --> 01:04

“Rwyf ti’n bwysig oherwydd ti wyt ti, rwyf ti’n bwysig hyd at ddiwedd dy oes.

01:05 --> 01:12

Fe wnawn ni bopeth o fewn ein gallu nid yn unig i’th helpu i farw mewn hedd, ond hefyd i’th helpu i fyw hyd nes y byddi di farw.”

01:13 --> 01:16

Gall obaith dal fod yn rhan o ddiwedd bywyd

01:16 --> 01:19

ac mae pobl yn aml eisiau parhau i wneud pethau i’w hunain

01:20 --> 01:22

a gosod nodau i gynnal ansawdd bywyd.

01:23 --> 01:27

Mae gwrando ar a chofnodi’r hyn y mae pobl eisiau ei gyflawni

01:27 --> 01:30

a’r hyn y byddai’n gwneud bywyd yn ystyrlon mor bwysig ag erioed.

01:31 --> 01:35

Mae Helen, sydd yn ei 70au, wedi bod â chanser ers 3 blynedd.

01:36 --> 01:40

Roedd yn gwybod pan gafodd y diagnosis nad oedd modd ei drin

01:40 --> 01:45

a'i phrif nod yw parhau i fyw gartre mor hir â phosib a chael ei gŵr a'i merch o gwmpas.

01:47 --> 01:51

Dyma'r hyn gafodd ei gofnodi am ddymuniadau Helen, gyda chytundeb y teulu

01:51 --> 01:55

a dealltwriaeth ar ran ei chefnogwyr proffesiynol o'u pwysigrwydd.

01:58 --> 02:02

"Er bod ei chanser yn datblygu, mae Helen eisiau parhau i gerdded at yr afon bob diwrnod

02:02 --> 02:06

gyda'i phartner a'i merch Rhian, cyhyd ag y bydd hynny'n bosib.

02:07 --> 02:12

Mae hi bob amser yn chwilio am y crëyr glas - sy'n argoel dda i'w theulu yn ei thyb hi."

02:13 --> 02:18

Y cefndir i'r hyn sy'n cael ei gofnodi yw bod Helen yn cael cerdded yn fwyfwy blinedig

02:18 --> 02:23

oherwydd ei chanser ac mae'n gwybod na fydd cerdded yn bosib am yn hir eto.

02:23 --> 02:26

Mae mynd am dro at yr afon wedi bod yn brofiad ystyrlon iddi

02:27 --> 02:31

ac mae ei theulu'n bwriadu mynd â hi at yr afon yn y car pan na all gerdded yno.

02:31 --> 02:36

Maent hefyd wedi fframio llun o'r crëyr i Helen ar gyfer yr adeg pan na all fynd at yr afon.

02:38 --> 02:42

Mae hyn yn helpu'r teulu i gefnogi Helen a dod i delerau â'i chyflwr.

02:42 --> 02:47

Dylech feddwl am ganlyniadau i'r aelodau teulu sy'n gofalu am Helen ar ddiwedd ei bywyd.

02:48 --> 02:54

Gwyddwn fod merch Helen eisiau treulio amser yn agos at ei mam hyd at ddiwedd ei bywyd

02:54 --> 02:59

a bod rhannu ystyr a gobaith wrth wylio'r crëyr yn gysur iddi hi yn ogystal â'i mam.

03:01 --> 03:07

Mae cael cofnod i'w rhannu yn helpu pawb i ddeall y blaenoriaethau trwy bob cam o fywyd.

03:08 --> 03:12

Does dim rhaid iddo fod yn hir i ddweud lot am yr hyn sy'n ystyrlon.

Sut i gynnal sesiwn oruchwylio da gan ddefnyddio ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau

Sut i gynnal sesiwn oruchwylio da gan ddefnyddio ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau: cyflwyniad

Gweld trawsgrifiad

00:00:00:15 - 00:00:01:20

Helo Rhoda.

00:00:01:20 - 00:00:03:22

Helo Jay.

00:00:03:24 - 00:00:06:24

Roedden ni am siarad heddiw
am oruchwyliaeth adfyfyriol

00:00:07:03 - 00:00:11:04

a pha mor bwysig ydy gwreiddio hynny
yn ein gwaith o ddydd i ddydd.

00:00:11:06 - 00:00:12:00

Mae mor bwysig,

00:00:12:00 - 00:00:16:00

mae'n un o'r conglfeini
ar gyfer creu diwylliant lle mae gennym

00:00:16:00 - 00:00:19:24

amser i feddwl, ac mae gennym amser i siarad
a meddwl am ein dealltwriaeth

00:00:19:24 - 00:00:23:20

a beth rydym wedi'i ddarganfod
wrth ein gwaith,

00:00:23:22 - 00:00:28:24

a bod gennym amser penodol

ar gyfer siarad gyda'n gilydd.

00:00:29:01 - 00:00:30:13

Ydy, mae'n ddefnyddiol iawn.

00:00:30:13 - 00:00:32:18

Felly beth ydy'r adnodd

sy'n cael ei wneud heddiw?

00:00:32:18 - 00:00:36:11

Heddiw rydym ni'n edrych ar oruchwyliaeth

adfyfyriol un-i-un.

00:00:36:13 - 00:00:40:11

Felly rydym ni'n meddwl sut i fynd

i graidd y mater mewn sgwrs

00:00:40:11 - 00:00:43:18

rhwng ymarferydd a goruchwyliwr,

00:00:43:20 - 00:00:47:11

gan alluogi'r ymarferydd i feddwl

00:00:47:11 - 00:00:51:03

a siarad mewn ffordd fwy agored a thawel

00:00:51:05 - 00:00:54:14

Creu lle ar gyfer sgysiau pwysig iawn.

00:00:54:16 - 00:00:55:10

Pwysig iawn.

00:00:55:10 - 00:00:59:20

Ac mae gennym fformiwla ar gyfer meddwl
am graidd y mater.

00:00:59:22 - 00:01:04:03

Felly nid cael gwybodaeth,
ond cael dealltwriaeth.

00:01:04:03 - 00:01:08:06

Ac wrth i ni wneud hynny,
rydym ni'n cael eglurder

00:01:08:06 - 00:01:11:12

am y camau a'r syniadau nesaf.

00:01:11:12 - 00:01:14:13

Beth ydych chi'n ei obeithio fwyaf
y bydd pobl yn ei gael o'r adnodd yma?

00:01:14:13 - 00:01:17:11

Mae pobl wedi gofyn amdano.

00:01:17:11 - 00:01:21:09

Mae polis au goruchwyliaeth
yn cael eu hysgrifennu drwy'r amser
felly mater o

00:01:21:09 - 00:01:26:23

fynd i ysbryd y sgwrs,
craidd y sgwrs, ac

00:01:27:00 - 00:01:30:09

mae llawer o bobl wedi dweud
y byddai'n braf cael gwylio rhywbeth.

00:01:30:09 - 00:01:33:16

Felly rydym ni am arddangos
rhai sesiynau goruchwyllo

00:01:33:16 - 00:01:37:07

er mwyn i bobl gymryd a
defnyddio beth fynnon nhw.

00:01:37:09 - 00:01:37:24

Yn union.

00:01:37:24 - 00:01:41:23

Ac rydym ni'n dangos

ysbryd y mater

00:01:42:00 - 00:01:45:24

yn hytrach na dweud wrth bobl

sut i'w wneud.

00:01:46:01 - 00:01:46:17

le.

00:01:46:17 - 00:01:47:19

Diolch.

Mae Jay a Rhoda yn trafod sut gall ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau fod yn ddefnyddiol mewn sesiynau oruchwyllo.

Sut i gynnal sesiwn oruchwyllo da gan ddefnyddio ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau: plant

Gweld trawsgrifiad

00:00:00:09 - 00:00:01:03

Haia, Rhoda.

00:00:01:03 - 00:00:02:18

Haia Jay. Sut ydach chi?

00:00:02:18 - 00:00:03:15

Ia iawn. Diolch yn fawr.

00:00:03:15 - 00:00:07:21

Wythnos brysur ond edrych ymlaen

at gael sgwrs nawr.

00:00:07:23 - 00:00:09:11

Felly bydd gennym ni tua 10 munud i

00:00:09:11 - 00:00:13:07

siarad ychydig yn fwy manwl

am un achos.

00:00:13:08 - 00:00:17:16

A dw i'n gwybod ei fod yn

achos sydd wedi bod yn galed arnoch,

00:00:17:17 - 00:00:20:23

ond mae'n gyfle i fyfyrion ar bopeth

00:00:21:01 - 00:00:23:23

a ddysgoch, ar eich dealltwriaeth

a ble mae'r teulu erbyn heddiw.

00:00:23:23 - 00:00:24:09

lawn..

00:00:24:09 - 00:00:28:00

Felly dw i am ddechrau drwy

ofyn a oes unrhyw deimlad

00:00:28:00 - 00:00:31:19

o ganlyniad i'r teulu hwn

a disgrifio'r teulu i mi?

00:00:31:21 - 00:00:33:11

lawn..

00:00:34:02 - 00:00:38:07

Argol, mae

wedi dod yn ei flaen yn

00:00:38:09 - 00:00:40:22

dda iawn a ddim,

00:00:40:22 - 00:00:41:13

ddim yn sydyn iawn,

00:00:41:13 - 00:00:45:09

ond maen nhw wedi symud

yn y cyfeiriad iawn. Felly daeth yr

00:00:45:09 - 00:00:51:03

atgyfeiriad gwreiddiol oherwydd poeni
am faint o alcohol oedd Mam yn ei yfed,

00:00:51:05 - 00:00:57:01

a phan oedd hi'n yfed, yfed ei hun
i ebargofiant, ac yn hunan-anafu,

00:00:57:03 - 00:01:00:08

ac mae'n byw ei hun gyda'i mab

00:01:00:08 - 00:01:04:09

sy'n wyth oed,

a phryderon mawr ei

00:01:04:09 - 00:01:11:06

fod yn gweld ei fam yn y cyflwr hwn
o drallod, ei gweld yn hunan-anafu a

00:01:11:08 - 00:01:15:20

mor ofnadwy o drist,

00:01:15:20 - 00:01:20:14

eu gweld nhw yn y

sefyllfa hon.

00:01:21:07 - 00:01:23:03

Felly daeth yr atgyfeiriad

00:01:23:03 - 00:01:26:03

atom ar y pwynt hwnnw.

00:01:26:09 - 00:01:29:09

Dw i'n meddwl bod Mam yn dweud

00:01:29:09 - 00:01:32:13

bod arni eisiau help ond na wyddai sut i ofyn amdano.

00:01:32:15 - 00:01:36:10

Yn teimlo'n eithaf ynysig fel mam sengl

a ddim yn teimlo ar y pryd y gallai

00:01:36:10 - 00:01:40:03

ofyn am help gan

ei mam ei hun oherwydd bod ambell

00:01:40:05 - 00:01:43:03

i beth wedi digwydd dros y

blynyddoedd lle'r oedd

00:01:43:03 - 00:01:46:07

yn rhaid i'r gwasanaethau plant gamu

00:01:46:09 - 00:01:49:06

i mewn a nain wedi gorfod
gofalu amdano am gyfnodau

00:01:49:06 - 00:01:54:13

byr a'r nain erbyn hyn yn gorfod
gofalu amdano am gyfnodau hirach.

00:01:55:18 - 00:02:00:19

Mae nain yn flin braidd wrth feddwl
am y pethau annisgwyl hyn,

00:02:00:20 - 00:02:03:11

ac yn poeni a dweud y gwir
y bydd angen iddi ei fagu

00:02:03:11 - 00:02:04:08

dros y tymor hir.

00:02:04:08 - 00:02:08:08

Felly mae wedi creu tensiynau
rhwng y fam a'r ferch

00:02:08:08 - 00:02:09:09

yn y sefyllfa honno.

00:02:09:09 - 00:02:12:13

Felly mae'n camu i'r bwlch,
ond yn gwneud iddi deimlo'n flin

00:02:12:13 - 00:02:14:00

gyda'i merch am hynny.

00:02:14:00 - 00:02:15:01

Ydy.

00:02:15:01 - 00:02:20:17

A'r ddwy yna'n teimlo'n flin at y naill a'r llall,
sydd wedi bod yn anodd iddyn nhw i gyd.

00:02:20:19 - 00:02:22:20

Ond beth a welsom yn digwydd,

00:02:22:20 - 00:02:26:12

yw ei bod wedi camu i mewn a bod yna
lawer o gariad yna. Mae eisiau iddi wneud yn dda,

00:02:26:12 - 00:02:30:11

a bron fel ein bod angen i ti
sefyll ar dy draed dy hun bellach.

00:02:30:13 - 00:02:34:05

Felly chi wedi sylwi ar y cariad yn y teulu,

y cariad rhwng y fam a'r ferch,

00:02:34:05 - 00:02:39:06

ond bod sefyllfa anodd wedi codi gyda'r

00:02:39:06 - 00:02:42:05

nain yn gorfod camu i'r bwlch mewn ffordd.

00:02:42:07 - 00:02:45:15

Ac mae'n anodd iddyn nhw

weld weithiau, yn y berthynas honno,

00:02:45:17 - 00:02:50:05

bod yna gariad yna. Weithiau mae'n dod drosodd

00:02:50:07 - 00:02:52:00

fel dicter a rhwystredigaeth.

00:02:52:00 - 00:02:55:11

Felly sut fyddech chi'n disgrifio

cryfderau'r teulu?

00:02:55:13 - 00:02:58:07

Wel mae Mam yn gweithio gyda ni'n

00:02:58:07 - 00:03:02:17

dda ac am weld gwahanol

fath o berthynas

00:03:02:19 - 00:03:10:00

gyda'i theulu, gyda'i mab

a gyda hi ei hun dw i'n meddwl.

00:03:10:06 - 00:03:12:14

Mae ganddi ddau blentyn h?n

sydd ddim yn byw gyda hi.

00:03:12:14 - 00:03:15:14

Mae un yn y brifysgol

a'r llall yn h?n eto,

00:03:15:14 - 00:03:19:04

ac yn gweithio i ffwrdd.

00:03:19:12 - 00:03:22:11

Felly mae wedi gwneud pethau da.

00:03:22:11 - 00:03:25:13

Wedi magu dau o blant yn llwyddiannus,

00:03:25:13 - 00:03:27:11

sy'n gwneud yn dda.

00:03:28:06 - 00:03:32:02

Dydy hi ddim yn gweld gymaint ohonyn
nhw ag y byddai'n hoffi, ac yn awyddus i

00:03:32:02 - 00:03:36:00

fod yn agosach at y ddau blentyn
h?n hefyd erbyn hyn.

00:03:36:02 - 00:03:38:16

Mae'n gwybod sut i fagu plant.

00:03:38:16 - 00:03:41:12

Mae wedi magu'r plant hynny'n dda.

00:03:41:12 - 00:03:45:01

Roedd yn gweithio mewn siop leol,

00:03:45:03 - 00:03:46:00

ac yn gwneud hynny,

00:03:46:00 - 00:03:49:22

a gweithio

dair noson yr wythnos.

00:03:50:06 - 00:03:54:20

Ond pan ddechreuodd ei hyfed fynd yn

broblem roedd yn rhaid iddi roi'r gorau

00:03:54:22 - 00:03:58:00

i hynny ac ni allai weithio am sbel.

00:03:58:00 - 00:03:59:21

Mae wedi mynd yn ôl r?an,

sy'n beth da.

00:03:59:21 - 00:04:04:09

Mae ei chyflogwyr wedi gadael iddi fynd yn ôl.

00:04:04:11 - 00:04:08:01

Beth oedd hi'n ei ddweud am sut oedd yr

alcohol yn ffitio yn ei bywyd?

00:04:10:05 - 00:04:11:17

Y prif beth iddi hi oedd ei bod

00:04:11:17 - 00:04:15:13

yn teimlo'n unig.

00:04:15:15 - 00:04:18:21

Er ei bod yn mwynhau bod yn fam, roedd

00:04:18:21 - 00:04:23:00

yn teimlo nad oedd ganddi'r

amser a'r rhyddid i fynd allan a,

00:04:23:13 - 00:04:25:16

chi'n gwybod, fel mam sengl,

00:04:25:16 - 00:04:28:20

roedd arni eisiau mynd allan

a chyfarfod pobl a chael ffrindiau,

00:04:29:02 - 00:04:32:13

a dw i'n meddwl ei bod yn teimlo

ei bod yn eithaf ynysig.

00:04:32:15 - 00:04:35:18

Felly pan deimlai'n ynysig,

roedd yn troi at yfed

00:04:35:18 - 00:04:38:18

mwy nag y dylai, yn ei geiriau hi.

00:04:38:20 - 00:04:41:21

Mae wedi disgrifio ei bod yn

deall y ffaith ei bod

00:04:41:21 - 00:04:45:04

yn teimlo'n gaeth i'w sefyllfa.

00:04:45:06 - 00:04:48:12

Yn drist iawn ac yn poeni.

00:04:48:12 - 00:04:50:03

Ac yn teimlo cywilydd oherwydd

00:04:50:03 - 00:04:53:13

bod ei mam yn gorfod achub ei bachgen bach yn barhaus.

00:04:53:15 - 00:04:56:10

Felly roedd yr

alcohol yn helpu gyda hyn i gyd.

00:04:56:10 - 00:05:02:03

Mae'n swnio fel ei bod wedi dod i ddeall

bod ffordd arall o ddatrys pethau.

00:05:02:05 - 00:05:03:06

Ydy, yn bendant.

00:05:03:06 - 00:05:06:16

Dw i'n meddwl...

00:05:06:16 - 00:05:11:20

Dwn i ddim ydy wynebu realiti sefyllfa'n gweithio

bob tro a dweud y gwir, ond iddi hi

00:05:11:22 - 00:05:16:21

roedd yn teimlo felly.

Felly digwyddodd rhywbeth a phenderfynwyd

00:05:16:23 - 00:05:22:03

creu cynllun diogelwch

yn eithaf cynnar yn y gwaith ac fe

00:05:22:03 - 00:05:26:21

ffoniodd fi pan oedd wedi meddwi.

00:05:26:23 - 00:05:29:11

Hwnnw oedd y pwynt pan oedd pethau,

00:05:29:11 - 00:05:33:21

o'r hyn ddywedodd y teulu wrthyf, wedi

dirywio yn eithaf sydyn.

00:05:33:23 - 00:05:36:23

Ond roeddem wedi

gallu gweithio gyda nain iddo fynd,

00:05:36:23 - 00:05:40:15

i'r mab gael mynd

i aros gyda nain am ychydig nosweithiau

00:05:40:17 - 00:05:45:15

tra oedden ni'n asesu'r sefyllfa.

00:05:45:17 - 00:05:47:08

Roedd yn gyfle da wedyn i ni

00:05:47:08 - 00:05:50:08

dreulio amser gyda'n gilydd

00:05:50:10 - 00:05:52:23

yn trafod ai dyma'r

math o ddyfodol y mae hi wir ei eisiau?

00:05:52:23 - 00:05:56:08

Sut fyddai hi'n hoffi iddo fod yn wahanol?

00:05:56:09 - 00:05:59:07

Felly fe gawsoch sgysiau dwfn

00:05:59:07 - 00:06:01:00

ac ystyrlon iawn bryd hynny,

00:06:01:00 - 00:06:03:03

hyd yn oed pan oedd ond y ddwy ohonoch

yn trafod.

00:06:03:03 - 00:06:04:09

Do.

00:06:04:09 - 00:06:07:09

Fe greodd gyfle

na fyddem ni wedi'i gael fel arall

00:06:07:09 - 00:06:10:18

oherwydd a bod yn onest,

y troeau cyntaf fues i'n ei gweld hi,

00:06:10:20 - 00:06:15:00

roeddwn wedi synnu

gweld y t? fel pin mewn papur.

00:06:15:02 - 00:06:18:11

Felly meddyliais fod datgysylltiad

rhwng sut y daeth yr

00:06:18:13 - 00:06:22:10

atgyfeiriad gwreiddiol yn dweud

ei bod yn yfed yn drwm.

00:06:22:11 - 00:06:24:07

Doedd dim arwydd o hynny o gwbl.

00:06:24:07 - 00:06:26:01

A sut oedd hi gyda'i mab?

00:06:26:01 - 00:06:28:22

Beth sylwoch chi amdanyn nhw?

00:06:28:22 - 00:06:29:16

Bendigedig.

00:06:29:16 - 00:06:33:08

Hynny yw, yn

00:06:33:10 - 00:06:35:09

amlwg roedd elfen ohoni'n trïo

00:06:35:09 - 00:06:39:18

ei ddiogelu rhag

clywed y sgysiau rhyngom ni.

00:06:39:20 - 00:06:42:20

Felly weithiau byddai'n

00:06:42:21 - 00:06:44:09

gofyn iddo fynd

00:06:44:09 - 00:06:47:12

i dreulio amser yn ei lofft ar ei

gyfrifiadur i roi amser i ni gael sgwrs.

00:06:47:12 - 00:06:51:11

Ond pan fyddai'n dod i lawr,
mae ganddi lawer o lyfrau.

00:06:51:13 - 00:06:52:17

Mae'n hoffi darllen gyda fo.

00:06:52:17 - 00:06:57:14

Mae hyd yn oed yn gwirfoddoli i helpu

00:06:57:14 - 00:06:58:22

gydag un o'r clybiau ar ôl ysgol.

00:06:59:02 - 00:07:03:20

Mae hi'n ymboeni am ei les
ac yn rhiant ymroddedig...

00:07:03:20 - 00:07:07:12

sydd angen rhyddhad ac wedi'i ddarganfod
yn y gorffennol drwy yfed.

00:07:07:14 - 00:07:08:18

Do.

00:07:08:18 - 00:07:11:23

Felly wrth feddwl am y cryfderau hynny,

00:07:12:00 - 00:07:15:12

beth yw'r risg

flaenoriaeth i'r teulu?

00:07:15:12 - 00:07:19:12

Beth y maen nhw'n ceisio osgoi iddo ddigwydd?

Gan gynnwys y bachgen bach.

00:07:19:12 - 00:07:22:19

Beth y maen nhw'n ceisio ei osgoi?

00:07:22:21 - 00:07:26:18

Ceisio osgoi bod iechyd

00:07:26:20 - 00:07:28:14

meddwl Mam yn dirywio,

00:07:28:14 - 00:07:32:14

neu'r teimlad ohoni ei hun yn dirywio

i'r pwynt o yfed ei hun i e bargofiant.

00:07:32:16 - 00:07:34:18

Ac felly

00:07:34:18 - 00:07:37:08

maen nhw'n hollol sicr nad ydyn nhw

00:07:37:08 - 00:07:40:13

eisiau gweld hynny'n digwydd.

Mae hi'n sicr ynghylch hynny.

00:07:40:15 - 00:07:45:07

Ond hefyd yr un mor sicr bod arni eisiau

cael bywyd ei hun hefyd.

00:07:45:09 - 00:07:49:03

A dyma lle y mae'r

tensiwn wedi cael ei greu.

00:07:49:05 - 00:07:52:02

A allith...

00:07:52:02 - 00:07:54:00

roi caniatâd iddi ei hun?

00:07:54:00 - 00:07:57:15

A all y teulu roi caniatâd iddi

ofyn am noson allan,

00:07:57:16 - 00:08:00:16

a all gael noson allan pan fydd y mab yn

mynd i aros at Nain?

00:08:00:18 - 00:08:04:01

Fel y gall fynd allan gyda ffrindiau, neu ar ddêl,

00:08:04:01 - 00:08:09:01

neu i wneud beth bynnag, gan wybod y

gall fynd a gwybod ei fod yn saff

00:08:09:04 - 00:08:14:02

a'r diwrnod wedyn yn gallu parhau i

fagu ei phlentyn fel y mae eisiau ei wneud.

00:08:14:04 - 00:08:17:10

A dwi'n meddwl mai

dyna'r newid mwyaf, gweithio tuag at

00:08:17:10 - 00:08:22:00

gael y sgwrs bod y ddwy'n rhoi

caniatâd i'r naill a'r llall i wneud hynny.

00:08:22:06 - 00:08:25:18

Mae'n swnio fel bod eich ffocws ar

empathi yn y teulu,

00:08:25:20 - 00:08:29:05

i ddeall yr holl bethau hynny

o'r un persbectif.

00:08:29:05 - 00:08:34:16

Ydy o'n teimlo bod hynny wedi tawelu'r sefyllfa

a gadael iddyn nhw gynllunio gyda'i gilydd?

00:08:34:18 - 00:08:35:22

Do dw i'n meddwl.

00:08:35:22 - 00:08:39:00

Roeddem ni'n treulio dipyn o amser

00:08:39:02 - 00:08:39:20

ar yr ymarferion cardiau

00:08:39:20 - 00:08:44:05

ac fel teulu'n trio

dod at ein gilydd.

00:08:44:05 - 00:08:47:16

Roedd Taid yn amlwg yn rhan o'r

sgyrsiau hynny hefyd.

00:08:47:17 - 00:08:52:09

Ond mae o'n fwy...

fo ydy'r gyrrwr dynodedig

00:08:52:11 - 00:08:55:12

ac yn gwneud y pethau ymarferol,
sy'n hollol wych.

00:08:55:12 - 00:08:59:17

Mae'n help mawr.

Ac yna'r emosiynau,

00:08:59:19 - 00:09:03:19

gan y fam a'r ferch...

00:09:04:11 - 00:09:07:19

a gan y fam a'r nain tuag at y bachgen.

00:09:07:21 - 00:09:11:20

Dod at ei gilydd a gweld eu ffordd trwodd.

00:09:11:20 - 00:09:14:19

Ond y sgysiau hynny

a chlywed ei gilydd,

00:09:14:19 - 00:09:19:04

deall rhwystredigaeth ei gilydd,

yw'r prif beth i ddod allan o hyn.

00:09:19:04 - 00:09:21:11

A chi'n gwybod,

gallwch deimlo'r gwaith a

00:09:21:11 - 00:09:24:18

wnaethoch yn dod â theulu at ei

gilydd oedd o bosib

00:09:24:20 - 00:09:28:14

gyda llwyth o deimladau gwrthwynebus.

Ond chi wedi dod â nhw at ei gilydd

00:09:28:14 - 00:09:33:08

a'u helpu i feddwl am ganlyniad i'r ddwy ochr a sut i ymdopi gyda'r

00:09:33:10 - 00:09:34:13

sefyllfa wrth symud ymlaen

00:09:34:13 - 00:09:39:19

fel mai sefydlogrwydd a chariad

i'r bachgen bach yw'r prif ffocws.

00:09:39:19 - 00:09:41:12

la, yn sicr.

00:09:41:12 - 00:09:44:13

A dw i'n meddwl mai'r

hyn a helpodd, er mawr syndod,

00:09:44:13 - 00:09:47:20

oedd pan drodd yn ôl at y botel.

00:09:47:20 - 00:09:49:10

Fe sbardunodd hynny bob dim.

00:09:49:10 - 00:09:53:02

Oherwydd roedd gan bawb ragsyniad

00:09:53:02 - 00:09:57:06

neu syniad yn eu pennau

o ble y byddai hynny'n mynd, a

00:09:57:08 - 00:10:02:07

hynny'n golygu bod mwy ar wahân

a mwy o amser i ddysgu cyfrifoldeb.

00:10:02:08 - 00:10:04:10

A ddigwyddodd o ddim.

00:10:04:10 - 00:10:07:03

Roedd hynny'n newid mawr.

Chi wedi dod yn bell iawn gyda nhw i gyd.

00:10:07:03 - 00:10:10:19

Felly beth sydd dal angen

iddo ddigwydd? Maen nhw wedi dod o le pell.

00:10:10:21 - 00:10:12:17

Maen nhw wedi dod o le pell.

00:10:12:17 - 00:10:15:13

Dw i'n meddwl mai hyder

wrth symud ymlaen.

00:10:15:13 - 00:10:18:06

Hyder y gall barhau yn ei swydd,

00:10:18:06 - 00:10:19:16

hyder y gall...

00:10:19:16 - 00:10:21:08

hyder y gall ofyn am help pan fo'i angen arni.

00:10:21:08 - 00:10:23:17

Dyna'r peth mwyaf.

00:10:23:19 - 00:10:25:09

Nid ar

00:10:25:09 - 00:10:27:14

ôl cael diod, ond cyn cael diod.

00:10:27:14 - 00:10:32:11

Adnabod yr adegau hynny pryd

y byddai trafod gyda'r teulu

00:10:32:13 - 00:10:37:02

beth y mae digon diogel yn teimlo fel

ac edrych fel i bawb, nid dim ond i mam.

00:10:37:04 - 00:10:42:08

Mae hynny'n dangos dewrder iddi hi,

ond hefyd i'w mam

00:10:42:10 - 00:10:47:04

oherwydd rhaid iddi gymryd

rhan yn y sgwrs a cheisio cadw ei

00:10:47:04 - 00:10:51:19

chalon yn agored i hynny a'i weld fel rhan

o gadw pethau'n sefydlog i'r bachgen bach.

00:10:51:20 - 00:10:52:21

la, yn bendant.

00:10:52:21 - 00:10:56:16

Mae wedi

bod yn siwrne anodd iawn iddi oherwydd

00:10:56:18 - 00:10:58:00

ei babi hi ydy hi ynde?

00:10:58:00 - 00:11:02:10

Felly mae hi wedi bod yn poeni

am ei merch ers amser hir.

00:11:02:12 - 00:11:03:18

Mae eisiau iddi wneud yn iawn.

00:11:03:18 - 00:11:06:00

Felly'n syth os yw rhywbeth yn digwydd

00:11:06:00 - 00:11:10:00

mae'n mynd i banig

o ryw fath.

00:11:10:00 - 00:11:18:18

Felly dechrau anadlu ac ymddiried.

00:11:18:18 - 00:11:22:13

Ni heb gyrraedd fanno eto. Nid yw pethau'n 100 y cant,

o bell ffordd.

00:11:22:13 - 00:11:25:02

Ond dyna sut yr ydym ni'n

magu ac adeiladu'r hyder hwnnw.

00:11:25:02 - 00:11:30:03

A sut fyddech chi'n disgrifio'r pwynt pryd y

byddant wedi cyflawni hynny?

00:11:30:07 - 00:11:34:02

Sut fydd hynny'n edrych?

Beth fyddan nhw'n ei wneud a'i deimlo?

00:11:34:04 - 00:11:37:03

Credaf y bydd yn dod i bwynt pryd y bydd

00:11:37:03 - 00:11:40:15

yn llifo'n naturiol drwy gyfathrebu

rhyngddynt.

00:11:40:16 - 00:11:42:07

Ar y funud mae pethau'n dal

00:11:42:07 - 00:11:45:06

i fod braidd yn lletchwith

gyda'r sgysiau hynny.

00:11:45:09 - 00:11:46:11

“Ydy o’n ocê?”

00:11:46:11 - 00:11:48:09

Chi’n gwybod,

00:11:48:09 - 00:11:49:20

holi ei gilydd yn gyson.

00:11:49:20 - 00:11:53:18

Felly pan gyrhaeddwn y pwynt hwnnw

00:11:53:19 - 00:11:57:19

o bawb yn teimlo’n hyderus,

00:11:57:21 - 00:12:00:05

byddan nhw i gyd yn naturiol yn

00:12:00:05 - 00:12:04:06

mynd a dod o dai ei gilydd,

mewn ffordd fwy naturiol.

00:12:04:06 - 00:12:07:09

Beth fyddech chi’n ei weld yn y bachgen

bach hwnnw ar y pwynt hwnnw?

00:12:07:09 - 00:12:13:08

Sut fydd o’n edrych a sut

fydd o'n ymddwyn ac yn teimlo?

00:12:13:11 - 00:12:17:07

Ni fydd o wedyn yn teimlo bod

00:12:17:07 - 00:12:19:08

yn rhaid iddo gadw cyfrinachau.

00:12:19:08 - 00:12:22:16

Mae'n bosib ei fod

mae'n debyg

00:12:22:16 - 00:12:26:07

wedi teimlo'n driw i'w fam

ac eisiau iddi fod yn iawn.

00:12:26:07 - 00:12:30:03

Felly'r hyder hwnnw o fod yn

gallu dweud beth bynnag wrth ei nain,

00:12:30:03 - 00:12:33:21

a dweud beth bynnag wrth ei fam,

a byddwn yn gweld yr

00:12:33:23 - 00:12:38:11

olwg wyliadwrus hwnnw ynddo'n diflannu

00:12:38:11 - 00:12:40:12

fel y bydd yn gallu

00:12:40:13 - 00:12:42:23

ail-afael mewn bod yn blentyn eto,

00:12:42:23 - 00:12:44:14

bod yn wyth oed eto, ia.

00:12:44:14 - 00:12:45:12

Gwych.

00:12:45:12 - 00:12:48:03

Diolch Jay am ddod â'r achos

00:12:48:03 - 00:12:50:10

hwn a rhoi bywyd i'r teulu hwn eto.

00:12:50:10 - 00:12:53:09

Mae mwy o waith i'w wneud ond maen nhw...

00:12:53:09 - 00:12:54:13

mewn lle da iawn bellach.

00:12:54:13 - 00:12:57:20

Chi'n gwybod gymaint am y teulu

wrth i chi weithio gyda nhw drwy'r adegau

00:12:57:20 - 00:12:59:08

anodd iawn hynny.

00:12:59:08 - 00:13:01:00

Diolch Rhoda.

Mae Rhoda a Jay yn actio senario rhwng rheolwr ac ymarferwr mewn lleoliad amddiffyn plant.

Mae Rhoda yn defnyddio dull sy'n seiliedig ar gryfderau i fyfyrion ar y gwaith, ac i fagu hyder bod y cynllun yn cyflawni'r hyn sy'n bwysig ac yn cadw'r plentyn yn ddiogel.

Dyma enghraifft o sesiwn oruchwylio fer, dosturiol, adfyfyriol. Mae'n dangos ysbryd sesiwn oruchwylio sy'n seiliedig ar gryfderau i roi syniad i chi o sut y gellid eu rhedeg.

Sut i gynnal sesiwn oruchwylio da gan ddefnyddio ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau: gofal oedolion

Gweld trawsgrifiad

00:00:00:21 - 00:00:01:13

Haia Rhoda.

00:00:01:13 - 00:00:02:18

Haia Jay, sut ydach chi?

00:00:02:18 - 00:00:03:22

lawn diolch yn fawr.

00:00:03:22 - 00:00:09:15

Mae gyda ni gyfle nawr i gael tua deg
munud i feddwl am eich achos penodol chi,

00:00:09:15 - 00:00:13:21

a meddwl amdano
drwy galon y mater.

00:00:13:23 - 00:00:16:18

beth chi wedi'i ddarganfod
a beth chi'n gobeithio amdano.

00:00:16:18 - 00:00:17:20

lawn.

00:00:17:20 - 00:00:18:03

lawn.

00:00:18:03 - 00:00:21:13

Dw i'n edrych ymlaen at siarad efo chi
am Mrs Davies,

00:00:21:13 - 00:00:25:22

a'i theulu, a'i dymuniad i fynd adra erbyn hyn.

00:00:25:23 - 00:00:27:07

Mae yn yr ysbyty.

00:00:27:07 - 00:00:28:06

lawn, ocê.

00:00:28:06 - 00:00:31:21

Oes gennych chi syniad o ganlyniad ar ei

chyfer hi a'i theulu?

00:00:31:23 - 00:00:33:16

Ia. Felly...

00:00:33:18 - 00:00:35:13

fe ddaeth i'r ysbyty

00:00:35:13 - 00:00:40:05

tua chwe wythnos yn ôl

ar ôl cael strôc.

00:00:40:07 - 00:00:45:00

Mae hi'n gofalu dipyn

am ei gŵr, Mr Davies,

00:00:45:00 - 00:00:47:01

sydd wedi cofrestru'n ddall

00:00:47:01 - 00:00:49:16

Mae'n gallu gweld rhywfaint ac felly'n gallu

symud o gwmpas a ballu.

00:00:49:16 - 00:00:51:18

Ond fe gafodd hi strôc

00:00:51:18 - 00:00:55:02

ac wedi bod yn yr ysbyty,

fel y dywedais, am tua chwe wythnos.

00:00:55:02 - 00:00:58:02

Mae'n feddygol ffit i gael ei rhyddhau bellach.

00:00:58:02 - 00:01:02:13

Ond mae problem o ran sut

y gallwn gwrdd â'i dymuniad

00:01:02:14 - 00:01:05:00

i fynd adra?

00:01:05:00 - 00:01:05:12

Cywir.

00:01:05:12 - 00:01:07:16

Ac mae'n awyddus i fynd adra?

00:01:07:16 - 00:01:12:01

Mae eisiau mynd adra

cyn gynted â phosib r?an.

00:01:12:01 - 00:01:14:22

Mae ganddi deulu agos o'i chwmpas.

00:01:14:22 - 00:01:16:21

Ac maen nhw i gyd yn helpu.

00:01:16:21 - 00:01:19:06

Mae ganddi dri mab sy'n byw...

00:01:19:06 - 00:01:23:01

mae un yn byw'n agos iawn

ac yn galw heibio drwy'r amser,

00:01:23:01 - 00:01:26:13

ac mae ganddi fab arall sy'n

dod heibio unwaith yr wythnos.

00:01:26:14 - 00:01:28:19

Ond gyda'i gilydd fel teulu maen nhw

00:01:28:19 - 00:01:32:09

wedi bod yn meddwl am y rhan yma

o'u bywyd ers tro byd.

00:01:32:09 - 00:01:36:06

Mae hi newydd gael ei 80

00:01:36:06 - 00:01:38:14

ac maen nhw newydd

wneud tipyn o newidiadau i'r cartref teuluol,

00:01:38:15 - 00:01:42:23

i bethau yn y cartref

er mwyn addasu

00:01:43:01 - 00:01:45:01

a gwneud addasiadau fel y

00:01:45:01 - 00:01:49:09

gall fyw yno wrth fynd yn h?n ac

wrth i'w hiechyd ddirywio.

00:01:49:14 - 00:01:52:23

Dim ond bod hyn wedi digwydd ychydig

yn gynt na'r disgwyl oherwydd y strôc.

00:01:53:04 - 00:01:57:02

Mae'n swnio fel eu bod i gyd

yn awyddus iddi aros yn ei chartref

00:01:57:04 - 00:01:59:13

gyda'i g?r am gyn hired â phosib.

00:01:59:13 - 00:02:04:01

Ydyn. Mae hi'n annibynnol iawn iawn a

phopeth yn troi o gwmpas ei theulu

00:02:04:01 - 00:02:08:15

ac eisiau treulio amser gyda nhw a bod

adra yn ei chartref gyda'i g?r.

00:02:09:12 - 00:02:12:08

Felly... maen nhw

nôl a blaen i'w gweld.

00:02:12:08 - 00:02:16:02

Rydym ni wedi cael sgysiau da

gyda'r teulu,

00:02:16:04 - 00:02:18:05

ac mae hi eisiau bod adra.

00:02:18:05 - 00:02:22:13

Mae ei gŵr, Mr Davies, eisïau iddi fod
nôl yn y cartref.

00:02:22:13 - 00:02:25:07

Mae wedi bod yn gofalu amdano

00:02:25:07 - 00:02:28:00

ei hun yn bur dda.

00:02:28:00 - 00:02:30:18

Ond fel y dywedais, mae'n rhannol ddall,

ac wedi bod yn coginio, a

00:02:30:18 - 00:02:34:11

gwneud pethau eraill, ond mae hi'n

awyddus i fod nôl adra i gadw golwg.

00:02:34:13 - 00:02:35:12

Hi sydd mewn rheolaeth.

00:02:35:12 - 00:02:37:11

Hi sydd mewn rheolaeth. Ia, yn bendant.

00:02:37:11 - 00:02:41:01

Ac mae'n rôl bwysig iddi hi, ei bod

yn gofalu amdano fo hefyd.

00:02:41:01 - 00:02:42:11

Yn sicr felly.

00:02:42:11 - 00:02:44:13

Ei bod hi'n gofalu amdano fo,

ond ei bod hi,

00:02:44:13 - 00:02:47:15

ac mae hyn yn addasiad mawr,

ei bod hi'n dechrau meddwl am

00:02:47:15 - 00:02:51:22

ei hiechyd corfforol ei hun

a sut y gall...

00:02:52:00 - 00:02:54:06

sut y gall ymdopi o ddydd i ddydd

00:02:54:06 - 00:02:56:10

gyda'r cymorth o'i chwmpas

sydd ganddi.

00:02:56:10 - 00:03:00:06

Felly mae ganddi ei hwyres

sy'n hyfforddi i fod yn nyrs,

00:03:00:08 - 00:03:05:04

ac yng nghanol eu hugeiniau, sy'n
galw heibio'n aml a helpu allan.

00:03:05:06 - 00:03:08:06

Fel smwddio a gwneud ychydig o lanhau,

00:03:08:09 - 00:03:12:23

ond mae hi'n gaffaeliad mawr
ac mae ganddi berthynas agos iawn

00:03:12:23 - 00:03:13:21

gyda Mrs Davies

00:03:13:21 - 00:03:18:08

Gwych, dw i'n cael darlun da
o'r teulu o'ch disgrifiad.

00:03:18:08 - 00:03:21:11

Sut fyddech chi'n ehangu ar
beth yw eu cryfderau yn eich barn chi?

00:03:21:11 - 00:03:24:23

Beth ydych chi wedi sylwi am bob un ohonynt
a sut y maen nhw'n cydweithio?

00:03:25:01 - 00:03:28:23

la,

mae'n wych oherwydd mae ganddynt

00:03:29:01 - 00:03:31:02

gymysgedd o sgiliau.

00:03:31:02 - 00:03:33:12

Mae un o'i meibion yn adeiladwr.

00:03:33:12 - 00:03:37:19

Ac wedi bod yn gwneud y gwaith

ymarferol ar y t?

00:03:37:21 - 00:03:42:01

i'w gwneud yn haws iddi fynd o gwmpas.

00:03:42:01 - 00:03:45:01

Er enghraifft,

ffitio cawod camu mewn.

00:03:45:02 - 00:03:48:10

A bellach mae 'na ramp

yn mynd i lawr at y t?.

00:03:48:12 - 00:03:50:00

Ac wedi gwneud hynna'i gyd eu hunain?

00:03:50:00 - 00:03:53:00

Wedi gwneud hynna'i gyd eu hunain,

gan ragweld ar ryw bwynt

00:03:53:05 - 00:03:57:13

y byddai eu hiechyd yn dirywio

ac y byddent eisiau bod adra.

00:03:57:13 - 00:03:59:08

Felly dyna...

pam eu bod wedi gwneud y newidiadau

00:03:59:08 - 00:04:02:08

oherwydd eu bod yn hollol sicr

eu bod eisiau bod adra.

00:04:02:09 - 00:04:04:12

Maen nhw'n agos at ei gilydd

ac yn gweld ei gilydd,

00:04:04:12 - 00:04:07:12

fel y dywedais,

mae'n gweld ei hwyres bob dydd

00:04:07:12 - 00:04:10:14

ac un o'i meibion bob dydd.

00:04:10:14 - 00:04:12:19

Ac maen nhw eisiau bod gyda'i gilydd.

00:04:12:21 - 00:04:13:16

Mae hynny'n hyfryd.

00:04:13:16 - 00:04:17:02

Teulu agos iawn yn rhagweld

00:04:17:04 - 00:04:18:11

y posibilrwydd

00:04:18:11 - 00:04:21:17

o iechyd pobl yn dirywio.

00:04:21:21 - 00:04:24:23

Ond wedi meddwl drwy hynny i gyd

a gwneud gymaint â phosib.

00:04:24:23 - 00:04:27:10

Felly mae'n glir mai

hynny yw'r canlyniad,

00:04:27:10 - 00:04:30:09

maen nhw i gyd eisiau bod gyda'i gilydd

00:04:30:11 - 00:04:33:11

ac mae digon o gryfderau

fel y disgrifioch chi.

00:04:33:14 - 00:04:35:13

Oes, digon o gryfderau.

00:04:35:13 - 00:04:37:22

Ond dw i'n

00:04:37:22 - 00:04:40:20

meddwl mai un o'r problemau yw,

00:04:40:20 - 00:04:45:06

er bod ganddi gryfderau,

bod rhai pethau y dylem ni boeni amdani.....

00:04:45:06 - 00:04:47:12

chi'n gwybod,

faint y mae'n gallu symud o gwmpas y t?.

00:04:47:18 - 00:04:49:09

lawn.

00:04:50:15 - 00:04:55:10

Felly mae peth lle i boeni

y gallai gael codwm.

00:04:55:10 - 00:05:00:04

Ond eto maen nhw wedi, chi'n gwybod,

rhoi 'codwr' ar sêl y toiled,

00:05:00:04 - 00:05:01:18

wedi newid y gawod.

00:05:01:18 - 00:05:05:16

Roedd yn siarad gyda fi

am beth fydd yn digwydd os yw'n cael codwm,

00:05:05:18 - 00:05:07:14

yn creu ei chynllun diogelwch ei hun.

00:05:07:14 - 00:05:08:15

lawn.

00:05:08:15 - 00:05:10:14

Meddwl am

00:05:10:16 - 00:05:11:09

roi duvet ar

00:05:11:09 - 00:05:16:08

y llawr sy'n un peth y clywodd

un ffrind iddi'n ei awgrymu.

00:05:16:08 - 00:05:18:09

Ond heb gyrraedd y pwynt hwnnw eto.

00:05:18:11 - 00:05:23:09

Mae ei gŕ, yn amlwg,

yn gorfforol eithaf cryf.

00:05:23:09 - 00:05:25:09

Felly rhyngddynt,

mae ganddynt y sgiliau

00:05:25:09 - 00:05:27:02

i ofalu am ei gilydd.

00:05:27:02 - 00:05:30:05

Ac os oes angen help ychwanegol,

gallu

00:05:30:05 - 00:05:33:10

ffonio a gofyn i'r bobl sy'n

dod yn ôl a blaen.

00:05:33:12 - 00:05:38:17

Felly o ran risgiau blaenoriaeth,
ai hynny yw'r risg a welir gan bawb?

00:05:38:17 - 00:05:43:13

A'r holl weithwyr proffesiynol
eraill a'r teulu, y risg flaenoriaeth yw

00:05:43:15 - 00:05:48:15

y gallai gael codwm neu y
gallai frifo ei hun yn y t?.

00:05:48:15 - 00:05:53:17

Felly mae dau brif beth dweud y gwir.

Un yw'r posibilrwydd o gael codwm,

00:05:53:19 - 00:05:58:13

a'r llall yw'r adegau pontio hynny
ar ddechrau ac ar ddiwedd y dydd.

00:05:58:15 - 00:06:01:18

Felly ydy hi'n gallu...

cael ei hun

00:06:01:18 - 00:06:06:04

allan o'r gwely yn y bore,

ymolchi ei hun, gwisgo ei hun.

00:06:06:05 - 00:06:09:11

A'r un fath wedyn

wrth fynd i'w gwely gyda'r nos.

00:06:09:11 - 00:06:15:09

Felly beth y mae'r teulu'n ei ddweud

am yr adegau pwysig hynny a allai achosi....

00:06:15:11 - 00:06:18:04

chi'n dweud nad ydym yn gwybod eto,

00:06:18:04 - 00:06:21:13

ond y gallwn ddarganfod eu

bod yn adegau anodd i ni.

00:06:21:15 - 00:06:25:06

Na, wyddom ni ddim eto, ond felna

y mae'r teulu'n ei ddisgrifio.

00:06:25:08 - 00:06:31:08

Ac mae eisiau bod adra

a gweld sut allai pethau'n gweithio,

00:06:31:08 - 00:06:36:13

a'r teulu'n dweud "rydym eisiau iddi fod adra
a dylem ni drïo hyn".

00:06:36:13 - 00:06:38:07

Ac yn ffodus,

00:06:38:07 - 00:06:41:10

fel y dywedais, bydd ei hwyres

00:06:41:10 - 00:06:45:18

yn gyffyrddus, os yw pethau'n mynd yn sgrech

a'i hangen hi yn y tymor byr,

00:06:45:20 - 00:06:49:20

y gallai ddod heibio a helpu

ei nain gyda'r pethau hynny.

00:06:49:20 - 00:06:52:02

lawn, felly nid ateb parhaol,

00:06:52:02 - 00:06:58:03

ond dros dro,

os oes problemau, bore a gyda'r nos,

00:06:58:05 - 00:07:00:04

gallai'r wyres helpu allan.

00:07:00:04 - 00:07:01:03

Ac mae'n debyg bod hynny'n

00:07:01:03 - 00:07:04:12

rhoi cyfle i weld sut y bydd pethau'n gweithio

ar ôl iddi fynd adra.

00:07:04:15 - 00:07:07:21

Ia, trio pethau i weld

a chael syniad o

00:07:07:22 - 00:07:12:11

sut y gallai pethau

weithio o ddydd i ddydd.

00:07:12:13 - 00:07:15:04

Oherwydd weithiau rydym ni'n poeni,

maen nhw'n poeni

00:07:15:04 - 00:07:18:04

bod y pethau a allai fynd o'i le'n waeth

na realiti'r sefyllfa.

00:07:18:04 - 00:07:22:00

A dw i'n teimlo eu bod yn ffyddiog

y gall hyn weithio.

00:07:22:00 - 00:07:24:11

Ia, ac maen nhw wedi siarad gyda

chi'n agored am hynny.

00:07:24:11 - 00:07:27:22

Mae'n swnio fel bod ymddiriedaeth

dda rhyngoch chi a nhw ar y funud.

00:07:27:23 - 00:07:33:08

Ia, dw i newydd dreulio amser yn gwranddo,

00:07:33:10 - 00:07:36:02

ac maen nhw'n benderfynol fel teulu.

00:07:36:02 - 00:07:38:12

Hyd yn oed...

00:07:38:12 - 00:07:40:08

un o'r brodyr

sy'n byw yn Ne Affrica,

00:07:40:08 - 00:07:43:08

mae wedi llwyddo

i fod yn rhan o'r galwadau ffôn

00:07:43:08 - 00:07:46:20

er mwyn rhoi ei bersbectif

ar bethau o ran beth yw

00:07:46:21 - 00:07:50:18

gobeithion

a disgwyliadau pawb am hyn.

00:07:50:20 - 00:07:52:17

Mi ges i fy nharo gan faint

00:07:52:17 - 00:07:55:17

wyddoch chi am bob person

a theimlad da am y teulu.

00:07:55:17 - 00:07:59:17

Gallaf bron eu gweld a'i dychmygu

hi yn y gegin gyda'i g?r.

00:07:59:17 - 00:08:03:14

Mae wedi bod yn drawma a dychryn

iddyn nhw i gyd, ond mae teimlad cryf

00:08:03:14 - 00:08:06:03

eu bod yn gallu cyd-dynnu

i symud i'r cyfnod nesaf.

00:08:06:03 - 00:08:06:22

la.

00:08:06:22 - 00:08:10:17

Felly oes 'na gytundeb o ran? Y dylai hi fynd adra

00:08:10:17 - 00:08:12:14

o dan yr amgylchiadau hynny?

00:08:12:14 - 00:08:16:16

Yn sicr, a dw i'n meddwl pan ofynnoch chi am

un o'r risgiau blaenoriaeth,

00:08:16:16 - 00:08:20:09

nad risg ydy o ond ofn

ei bod yn gorfod aros yn yr ysbyty.

00:08:20:11 - 00:08:23:02

Ac mae hynny'n hollol

groes i'w dymuniad.

00:08:23:02 - 00:08:27:04

Felly mae'n feddygol ffit

i gael ei rhyddhau r?an.

00:08:27:04 - 00:08:32:20

Felly'r cwestiwn i ni r?an

yw, ydyn ni'n iawn i'w chefnogi i fynd adra?

00:08:32:20 - 00:08:37:02

Ac ar sail y wybodaeth sydd gen i,

y sgysiau a'r ymweliadau,

00:08:37:04 - 00:08:40:08

dw i'n awyddus i gefnogi

hynny cyn gynted â phosib.

00:08:40:10 - 00:08:45:19

A phwy sydd fwyaf ffyddiog am hynny?

Ei bod yn bryd iddi fynd adra?

00:08:45:21 - 00:08:46:20

Hi sydd.

00:08:46:20 - 00:08:48:03

Felly ai hi sydd fwyaf ffyddiog?

00:08:48:03 - 00:08:49:03

Ia hi sydd fwyaf ffyddiog.

00:08:49:03 - 00:08:51:08

Pwy arall felly?

00:08:51:10 - 00:08:54:07

Mae Mr Davies eisiau ei chael yn ôl.

00:08:54:07 - 00:08:57:04

Dw i'n meddwl mai'r prif

berson yw'r wyres,

00:08:57:04 - 00:09:00:14

mae hi'n ffyddiog iawn,

a'r meibion hefyd.

00:09:00:14 - 00:09:03:08

Felly rhyngddynt, dw i ddim yn meddwl

00:09:03:08 - 00:09:07:04

mewn gwirionedd

bod unrhyw leisiau yn erbyn.

00:09:07:06 - 00:09:10:03

A'r staff sydd wedi bod yn gofalu amdani ar y ward,

sut maen nhw'n teimlo?

00:09:10:03 - 00:09:14:00

Ia, dw i'n meddwl mai'r staff ar y ward

sy'n poeni ychydig am bethau.

00:09:14:02 - 00:09:17:02

Ond dydyn nhw ddim yn cael cyfle

i'w gweld yn ei chartref

00:09:17:02 - 00:09:20:02

a gweld y teulu

a'r cartref wedi'i addasu fel ni.

00:09:20:03 - 00:09:23:12

Felly dim ond yn amgylchedd yr

ysbyty y maen nhw'n ei gweld hi.

00:09:23:14 - 00:09:27:11

Ia, efallai eu bod ychydig nhw'n poeni

mwya am a allai ymdopi yn y cartref.

00:09:27:15 - 00:09:28:23

Ia.

00:09:28:23 - 00:09:32:17

Felly beth yw...

pwy sydd angen cyfrannu o hyn ymlaen?

00:09:32:17 - 00:09:34:18

Beth yw eich...

00:09:34:20 - 00:09:36:14

beth sydd angen digwydd?

00:09:36:14 - 00:09:41:20

Ia, dw i'n meddwl,

y byddai'n dda cael rhywfaint o gymorth

00:09:41:20 - 00:09:46:05

ar gyfer y cyfnodau pontio hynny

ar ddechrau ac ar ddiwedd y dydd.

00:09:46:07 - 00:09:48:18

Felly a allai fynd

00:09:48:18 - 00:09:53:09

i fan hyn a fan arall, gall fynd adra

gyda chymorth y teulu,

00:09:53:11 - 00:09:57:19

gyda chynllun tymor hir i asesu

a gweld a allai ymdopi,

00:09:57:21 - 00:10:01:07

yna trefnu cymorth ychwanegol

pe bai angen hynny.

00:10:01:09 - 00:10:02:19

Alla i... ddrwg gen i dorri ar draws.

00:10:02:19 - 00:10:03:19

Dim ond meddwl am

00:10:03:19 - 00:10:08:07

a fyddai'n agored i'r cam nesaf hwnnw

pe bai angen mwy o gymorth yn y dyfodol?

00:10:08:09 - 00:10:09:09

Byddai dw i'n meddwl.

00:10:09:09 - 00:10:14:11

mae'n sgwrs realistig a

gawsom yn barod.

00:10:14:13 - 00:10:16:01

Does neb yn gwybod.

00:10:16:01 - 00:10:19:17

Gwyddom ddigon i ddweud

mae pobl o gwmpas ac eisiau iddi ddod adra,

00:10:19:17 - 00:10:21:11

ac yn dweud eu bod am helpu

ac yn teimlo'n ffyddiog.

00:10:21:11 - 00:10:24:17

A hithau'n teimlo'n ffyddiog hefyd.

00:10:24:17 - 00:10:28:20

Ond mae'n agored i'r posibilrwydd y
gallai fod angen gofal arni yn y dyfodol.

00:10:28:22 - 00:10:30:12

Felly'n sicr, ia, dyna fo.

00:10:30:12 - 00:10:31:17

Ac mae hynny'n newid mawr iddi.

00:10:31:17 - 00:10:33:10

Dw i ddim yn meddwl ei bod wedi ystyried

00:10:33:10 - 00:10:37:08

hyn nes gorfod mynd i'r ysbyty

ac nad oedd eisiau bod yno.

00:10:37:10 - 00:10:40:18

Felly ar beth y mae angen i ffocws eich
sgwrs fod?

00:10:40:18 - 00:10:43:21

Ai yn yr ysbyty gyda'r staff yno,
ai adra gyda'r teulu?

00:10:43:21 - 00:10:45:23

Ble y mae angen i chi fod nesaf?

00:10:45:23 - 00:10:51:07

Yn y ddau le dw i'n meddwl,
a phawb yn dod at ei gilydd

00:10:51:09 - 00:10:52:03

i hwyluso

00:10:52:03 - 00:10:55:11

sgwrs lle y gallwn rannu unrhyw
wybodaeth ychwanegol a

00:10:55:11 - 00:10:58:11

allai fod ei angen, gwneud yn si?r
bod ganddi'r feddyginiaeth iawn

00:10:58:14 - 00:11:02:19

a bod y bobl sydd o'i chwmpas yn
gwybod beth i'w wneud

00:11:02:19 - 00:11:07:04

ac mae'n debyg tawelu meddyliau'r staff,
oherwydd byddai hynny'n beth da...

00:11:07:04 - 00:11:08:21

Oherwydd mae pawb
yn naturiol ofnus, dydyn nhw?

00:11:08:21 - 00:11:12:03

Ac roedden nhw wedi creu perthynas
gyda hi ac eisiau gwybod y bydd hi'n iawn.

00:11:12:05 - 00:11:14:04

Yn hollol. Ia.

00:11:14:04 - 00:11:16:09

Felly mae'n glir iawn.

00:11:16:09 - 00:11:19:20

Wrth siarad am hyn,
sut fyddech chi'n disgrifio

00:11:19:20 - 00:11:24:09

pa mor bell y daethoch chi?
Chi a'r teulu.

00:11:24:11 - 00:11:26:06

Do, daethoch...

00:11:26:06 - 00:11:28:18

yn bell iawn mewn ychydig o amser.

00:11:28:18 - 00:11:32:04

Dw i'n meddwl mai'r pryder

cyntaf ganddyn nhw oedd

00:11:32:04 - 00:11:33:05

fydd hi'n iawn?

00:11:33:05 - 00:11:36:15

Fydd hi'n fyw, a dweud y gwir,

00:11:36:15 - 00:11:37:13

ar ôl cael strôc?

00:11:37:13 - 00:11:42:03

Mae wedi eu dychryn i gyd.

00:11:42:05 - 00:11:43:15

Ond yn amlwg wrth i'w hiechyd

00:11:43:15 - 00:11:46:20

ddod yn ei flaen,

00:11:46:20 - 00:11:48:20

maen nhw hefyd.

00:11:48:20 - 00:11:53:08

Wrth i'w hyder gynyddu,

ac wrth i'w lles corfforol wella,

00:11:53:08 - 00:11:56:01

felly hefyd eu hawydd i

wneud i hynny ddigwydd.

00:11:56:01 - 00:12:00:04

Felly ni ddaeth allan o nunlle,

00:12:00:06 - 00:12:01:22

mae wedi cymryd amser.

00:12:01:22 - 00:12:05:23

A chi wedi gwranddo'n astud iawn,

i ddeall eu hofnau

00:12:05:23 - 00:12:08:12

a chyrraedd y pwynt hwn.

00:12:08:12 - 00:12:11:01

Felly beth yw'r canlyniad?

00:12:11:01 - 00:12:15:01

Beth y mae'n edrych fel?

00:12:15:20 - 00:12:19:06

Ei bod yn dod yn ôl adra.

00:12:19:14 - 00:12:21:18

I ni fod yn agored ein

00:12:21:18 - 00:12:26:06

meddwl am y posibilrwydd o

gael mwy o gymorth,

00:12:26:06 - 00:12:31:15

os bydd angen,

ac i ni gadarnhau eto ein bod yn gwybod

00:12:31:17 - 00:12:35:02

i sicrwydd beth sydd angen iddyn nhw ei wneud

00:12:35:03 - 00:12:38:10

ac yn gwybod sut i gysylltu

gyda gwahanol aelodau o'r teulu.

00:12:38:12 - 00:12:41:08

Er enghraifft, pe bai'n cael codwm

00:12:41:08 - 00:12:45:16

neu pe bai rhywbeth yn digwydd.

00:12:45:18 - 00:12:47:15

A'n bod mewn ffordd

00:12:47:15 - 00:12:51:06

yn gadael i hynny a

gadael i'r gefnogaeth ddigwydd, ond yn

00:12:51:06 - 00:12:55:17

ffyddiog bod y gefnogaeth deuluol ar

gael i gamu mewn ar unrhyw adeg.

00:12:55:22 - 00:12:59:10

Felly parhau gyda'r sgwrs

holistig agored honno

00:12:59:12 - 00:13:04:08

gyda'r teulu i gyd ym mhob cam

a gweld bod yr ymddiriedaeth yno,

00:13:04:08 - 00:13:06:06

fel eu bod yn cysylltu â phobl

os ydyn nhw'n poeni.

00:13:06:06 - 00:13:06:14

lawn.

00:13:06:14 - 00:13:10:05

A dw i'n teimlo mai fy rôl i yw'r

sicrwydd hwnnw fy mod yn gwrando.

00:13:10:05 - 00:13:13:16

Felly cysylltu ar wahanol adegau a gofyn

00:13:13:16 - 00:13:19:03

“sut y mae'r peth a pheth yn mynd, oes arni

angen rhywbeth arall gen i ar y funud?”

00:13:19:03 - 00:13:21:14

Ond yn ffyddiog bod pethau

mewn llaw.

00:13:21:14 - 00:13:26:13

Gwych. A sut fyddech chi'n dweud

y mae eich egni gyda'r achos hwn?

00:13:26:15 - 00:13:27:20

lawn. Da iawn.

00:13:27:20 - 00:13:31:11

Chi'n gwybod, fel gyda phopeth
ychydig yn bryderus, mae rhywun o hyd.

00:13:31:16 - 00:13:33:16

Ac mae hynny'n realistig,

00:13:33:16 - 00:13:35:17

ond yn ffyddiog

ein bod yn mynd yn y cyfeiriad iawn

00:13:35:17 - 00:13:37:04

ac mai dyma'r penderfyniad iawn.

00:13:37:04 - 00:13:41:10

lawn.

A'u cynorthwyo i gymryd camau

00:13:41:12 - 00:13:43:22

annibynnol a rheoli eu risg,

00:13:43:22 - 00:13:47:01

bod yn glir ar bryd y gallai fod

angen iddynt ofyn am help.

00:13:47:06 - 00:13:50:06

Mae'n teimlo bod ganddynt reolaeth

dda ar bethau.

00:13:50:11 - 00:13:52:02

Gymaint ag y bo'n bosib.

00:13:52:02 - 00:13:53:00

Ond gyda,

00:13:53:00 - 00:13:57:10

chi'n gwybod, y rhif ffôn wrth law os bydd

angen rhywbeth arall arnynt.

00:13:57:12 - 00:13:58:18

Ardderchog.

00:13:58:18 - 00:13:59:12

Diolch Jay.

00:13:59:12 - 00:14:01:02

Diolch yn fawr.

Mae Jay a Rhoda yn actio senario rhwng rheolwr ac ymarferwr sy'n gweithio mewn lleoliad gofal cymdeithasol oedolion.

Mae Rhoda yn defnyddio dull sy'n seiliedig ar gryfderau i fyfyrion ar y gwaith, ac i fagu hyder bod y cynllun yn cyflawni'r hyn sy'n bwysig i'r person y mae Jay yn ei gefnogi.

Dyma enghraifft o sesiwn oruchwylio fer, dosturiol, adfyfyriol. Mae'n dangos ysbryd sesiwn oruchwylio sy'n seiliedig ar gryfderau i roi syniad i chi o sut y gellid eu cynnal.

Sut i ddefnyddio dull sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau mewn Gwasanaethau Gwybodaeth, Cyngor a Chymorth (IAA)

Dyma rai o egwyddorion [Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant \(Cymru\) 2014](#):

- pwyslais ar hybu llesiant
- dull ataliol
- mwy o lais a rheolaeth i'r unigolyn
- gweithio ar y cyd ag unigolion a'u teuluoedd a'u ffrindiau.

Mae'r gwasanaeth IAA yn gwneud cyfraniad pwysig i gyflawni'r egwyddorion hyn. Yn benodol, mae'r sgwrs am 'yr hyn sy'n bwysig' yn gosod y sylfeini ar gyfer sefydlu perthnasoedd positif â phobl ar sail cyd-gynhyrchu.

Bydd sgwrsiau yn y gwasanaethau IAA yn canolbwyntio ar helpu pobl i feddwl am eu hamgylchiadau, gweld eu cryfderau a chryfderau eu teulu a'u cymuned ac ystyried sut gellir hybu llesiant.

Rydym wedi datblygu pecyn hyfforddiant i bobl sy'n gweithio mewn Gwasanaethau IAA i'w helpu i gael sgwrsiau gwell.

[Pecyn adnoddau sgiliau - 'Sgwrsiau am yr hyn sy'n bwysig sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau mewn gwasanaethau gywbodaeth, cyngor a chynorthwy'](#)

DOCX 536KB

[Pecyn adnoddau ar sail sgiliau - Sleidiau PowerPoint](#)

PPTX 1MB

[Pecyn adnoddau i reolwyr - 'sgyrsiau am yr hyn sy'n bwysig', sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau mewn gwasanaethau gwybodaeth, cyngor a chynhorthwy](#)

DOCX 849KB

[Pecyn adnoddau i reolwyr - Sleidiau PowerPoint](#)

PPTX 413KB

Defnyddio dull canlyniadau mewn gwasanaethau gofal cartref

Yma gallwch ddod o hyd i adnoddau hyfforddi i helpu rheolwyr a gweithwyr gofal cartref gymryd agwedd sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau tuag at eu hymarfer.

Adnoddau ar gyfer rheolwyr

Mae'r adnodd yma'n dod â gwybodaeth, syniadau ac offer ymarferol at ei gilydd ar gyfer rheolwyr gofal cartref a phobl sy'n arwain ac yn dylanwadu ar ymarfer.

Mae'n edrych ar bynciau y mae angen i reolwyr fod yn ymwybodol ohonynt fel newid diwylliant a sgyrsiau gyda phartneriaid, gan gynnwys comisiynwyr ac arolygwyr. Mae hefyd yn cynnwys ffyrdd i gefnogi timau staff trwy recriwtio, goruchwylio, dysgu ac adlewyrchu.

[Deall a defnyddio dull canlyniadau: Siop-un-stop i bobl sy'n arwain ac yn dylanwadu ar ymarfer mewn gofal cartref](#)

PDF 651KB

Adnoddau ar gyfer gweithwyr

Gallwch ddefnyddio'r adnoddau hyn mewn unrhyw drefn a gallent fod yn ddefnyddiol ar gyfer:

- goruchwyliaeth
- cyfarfodydd tîm
- hyfforddiant
- cymorth cymheiriaid.

Gellir defnyddio'r adnodd hefyd i gefnogi staff sy'n cwblhau'r [Fframwaith Sefydlu Cymru Gyfan ar gyfer Iechyd a Gofal Cymdeithasol \(AWIF\)](#). Rydyn ni wedi nodi lle maen nhw'n cyd-fynd â'r AWIF yn y canllaw.

[Adnodd dysgu gofal cartref: trosolwg bras](#)

PDF 258KB

[Darparu canlyniadau - Pennod 1.1 - Deall canlyniadau](#)

PPTX 471KB

[Darparu canlyniadau - Pennod 1.2 - Cofnodi a monitro canlyniadau](#)

PPTX 479KB

[Darparu canlyniadau - Pennod 1.3 - Cysylltu a'r Fframwaith Canlyniadau Cenedlaethol](#)

PPTX 690KB

[Cynnal sgysiau da – Pennod 2 – Sgwrs am yr hyn sy'n bwysig](#)

PPTX 507KB

[Risg cadarnhaol a Gwneud Penderfyniadau ar y Cyd - Pennod 3 - Cadw cydbwysedd rhwng risg, hawliau a chyfrifoldebau](#)

PPTX 511KB

[Straeon personol am gadw cydbwysedd rhwng hawliau, risg a chyfrifoldebau](#)

PDF 136KB

Gweld trawsgrifiad

Fy enw fi yw Mr David Stanbury Britton a dyma fy stori.

Flynyddoedd maith yn ôl, bues i'n gynghorydd lleol. Gwnes i hynny am dros bedwar deg o flynyddoedd. Mae pobl yn edrych arna' i nawr a gweld dim ond hyn (mae Mr Britton yn amneidio tuag at ei ddwylo tyn) – ond mae llawer mwy i fi na hynny.

Roedd hi'n drychinebus dysgu bod Clefyd Parkinson arnaf. Roedd hi'n anoddach fyth pryd cafodd fy mab ddiagnosis hefyd. Dyw bywyd ddim yn deg weithiau. Rhaid i chi wneud y gorau ohono. Pryd bu farw'r wraig, o'n i ar fy mhen fy hunan. Roedd salwch fy mab yn waeth na fy un fi, ac o'n i yn y tywyllwch. Cassie oedd llygaid fy ngwraig. Mae'r gath fach 'na'n arwydd o obaith; mae hi'n fwy nac anifail.

Ar ôl iddi farw, triodd pobl fy helpu – ond dywedon nhw o hyd, “David, rhaid i chi feddwl o'ch iechyd a chael gwared ar y gath 'na”. Ond beth oedden

nhw'n methu deall oedd nad yw Cassie'n anifail; hon yw fy unig ffrind. Hon sy'n fy atgoffa fi o fy ngwraig bob dydd. O'n i eisiau gwneud ffrindiau newydd a gwneud mwy o bethau ond doedd dim modd i fi symud allan o'r byngalo 'na os nad oedd Cassie'n cael dod hefyd. Doedd neb yn deall hynny. O'n i mewn ac allan o'r ysbyty drwy'r amser, ac o'n i'n poeni pwy fyddai'n gofalu am Cassie pryd nad o'n i yno. Roedd y gofid wedi gwneud i fi'n fwy sâl fyth, ac doedd neb yn deall pam nad o'n i eisiau triniaeth. Y gwir yw - 'na gyd o'n i eisiau oedd bod gyda fy nghath. Ond pam fod hynny mor anodd?

“Rhaid i chi fynd i'r ysbyty, David.”

“Mae'r hen gath ddiawl 'na'n creu llanast ymhob man. Pam eich bod chi ddim yn cael cartref newydd iddi?”

“David, fe fyddwch chi llawer mwy diogel mewn cartref gofal. Oni fyddech chi'n teimlo'n well gyda mwy o bobl o gwmpas?”

Onid yw hi'n ddoniol bod pobl yn meddwl y gallan nhw ddweud wrthyich chi am beth i'w wneud?

Mae pethau llawer yn well nawr. Dwi'n mynd i foreau coffi dairgwaith yr wythnos, a nosweithiau ffilm bob nos iau. Nid ffrindiau'n unig sydd gennyf fi ond ffrind gorau. Dwi'n mynd i'w fflat bob wythnos am joch o chwsgi. Pryd dwi'n mynd i'r ysbyty mae'r gofalwyr dal yn dod i fwydo Cassie. Mae un ohonon nhw hyd yn oed yn chwarae gyda hi fel nad yw hi'n diflasu. Mae hyn yn meddwl y gallwn i wella heb boeni.

Dwi hyd yn oed yn rhan o'r pwyllgor yn y ganolfan. Mae fy nghefnidir o fod yn ymgynghorydd lleol yn meddwl fy mod i'n nabod yr ardal yn dda iawn, ac dwi'n dda o ran trefnu pethau. Dwi wedi cael fy llais nôl, ac mae'n deimlad da.

Gweld trawsgrifiad

When I was younger I trained at Llandough Hospital to be a nurse but I left to have children. I went back there for 13 years or so as an auxiliary working nights cause that way I was there for the kids in the day.

00.31 I've done 20 odd years I worked with different charities but all around mental health, I've been a trustee and Vice Chair and Chair of a couple, and I absolutely loved it. And then about five six years ago, I mean I was walking with a stick by then anyway, but about five six years ago, seven, suddenly everything just crashed and I couldn't...partly my back, I couldn't stand up.

01.00 And it was catastrophic. I was in Llandough for roughly two months and most of the time sort of on the bed, on bed rest, and as the ulcers healed so my foot twisted. So it wouldn't go on the floor at all. It was, it started to get for me almost a game, because the doctors tried very, very hard to discharge me, they kept telling me medically I was fit "You can go home" but I think I'd become one of those social cases where the doctors would say "Go home" and the nurses would say "No she can't til she's got a package of care."

01.46 I accept now I couldn't manage without my package of care. There's a lot I cannot do for myself but it was horrendous. I didn't feel as though I was in control of my home anymore, I didn't feel as though I was in control of me.

02.02 A couple of I went on to what they call Your Choice and it does give me a lot more control. I seem to go in phases say for hospital appointments and I can go to two or three a week for a couple of months, and whereas before I just had to cancel all the meal breaks that it covered well now I can bank them so they're allocated to me in a separate area and I can take them back and use them for whatever I want which is a huge difference from the actual

package of care.

02.38 Before Your Choice was introduced to me if I didn't use that time which could have been I had a hospital appointment or whatever, those hours were lost.

02.51 I used to be involved with five or six charities all around mental health and because of my health I've had to give most of them up. I'm still involved with two. One of them is an Advocacy service, which is really, really brilliant. And when I go to a meeting it used to be I'd have to say cancel lunch and tea calls and I just lose the time and for years I've just lost the time. But now I bank those times so my lunch and tea call will give me an hour back which yes, you're in discussion with the office about when they can send somebody out, but I enjoy doing the meetings but it also means I'm gaining in terms of getting stuff done here that I want.

03.45 I want to get a lot of my crafting stuff down because I want to start doing crafting again but literally this room has been full because everything I've needed for the past six years has been in this one room. And what I'm doing with the banked hours under Your Choice, people come in and they'll help me pack stuff up, they'll take it upstairs and bring down what I want down here.

04.10 And one of my carers she helped - she's the one that helps with the showers in the week, she does my shopping call, and she thinks it's great. She enjoys doing it, and so do the others that have been here. They say they can see a difference in me and they want to get something down that I'm going to do and enjoy doing rather than just - basically I watch telly 20 hours a day.

04.43 And so yes, I've been to Barry Island on a train this summer, and actually got off the train, had a bag of chips and came back again.

04.54 But what - the one thing that - it's been me holding back a bit because Tory the carer's more than happy to do it, I want to try getting on a bus. Now I know the busses take wheelchairs, but my wheelchair like me is slightly bigger than the norm, and the thought of trying to get it onto a bus is scary.

05.20 But before the winter sets in we're going to do that. And yes, I mean if I can manage to accrue the banked hours again and maybe tag it onto the two hours social call, which is what I call it, I don't know what it's supposed to be called, then maybe we will go somewhere on the bus because that's what - that's my next big hurdle, is trying a bus.

05.44 And since I'm getting the extra time with a carer that is - I don't like the word 'dictating' but in a sense that's what I'm doing, I'm saying "This is what I want, this is what will make a difference to my life and my existence."

06.01 And it's happening. So I suppose I am feeling - I'm feeling more confident I think, or better about myself when I'm actually - when the carer's here.

06.16 When the carer isn't here if I'm having a bad day I'll go back into the 'can't do anything for myself' but that's wrong because I do get a lot of support now, and this Your Choice has been really amazing for that.

Gweld trawsgrifiad

00:00

I used to look after a customer who

00:02

lived in the tor vine area she was quite

00:05

a poorly lady she suffered with COPD

00:09

which are quite bad she her husband was

00:11

also quite an ill gentleman and she had

00:14

family but they were full-time and her

00:16

daughter were two women they come home

00:18

on a Friday and it was around the

00:21

Christmas sort of time when she was

00:23

wanted me to take her out into the

00:26

community to do some Christmas shopping

00:27

she hadn't been out for a long long time

00:29

and she wants to go and buy her

00:32

grandchildren Christmas presents but

00:35

they it had to be for me personally so I

00:38

arranged for her mobility scooter to be

00:41

put on charge and made sure it was all

00:43

up and running and because she was on

00:45

oxygen 24/7 how to arrange for somebody

00:47

to bring a small canister of oxygen so

00:51

that we were able to take it out with

00:52

her while she was out in the community

00:54

so I picked her up of any evening and we

00:57

went to come brown shopping with all the

01:00

Christmas lights and she done lots of

01:02

shopping for her grandchildren they were

01:03

you know 16 17 but it was irrelevant to

01:06

her it was the fact that she was able to

01:08

get out and do and buy personal items

01:11

for those children and we don't quite a

01:14

bit of shopping we had a whale of a time

01:16

it was really emotional but it was fun

01:18

as well went to Starbucks that she does

01:20

something where she's never been before

01:22

I had coffee and we had cake just

01:25

general chitchat about anything and

01:27

everything and it was it was just a Me's

01:30

and it was lovely to see her have a

01:32

smile on her face which is not very

01:34

often but it was very emotional for me

01:37

as well it was lovely to see and think

01:39

that I've given somebody a wish that

01:42

they wanted to do but you know that they

01:44

couldn't achieve that without some sort

01:46

of help

01:48

she sadly passed away a couple of months

01:50

after that so I think for me and it was

01:55

something that I will always look back

01:57

on every time I Drive past her home I

01:59

think about it is very fresh in my mind

02:02

although it was several years ago and it

02:05

has been sadly passed away but I think

02:07

for her she probably knew it was her

02:09

last Christmas and it was something that

02:11

she act to achieve to be able again

02:13

and about in the community so yeah

02:16

beautiful

02:17

- lovely lady

02:26

you

Defnyddio dull sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau â gofalwyr

Ceir o leiaf 370,000 o ofalwyr yng Nghymru. Yng Nghymru y mae'r gyfran uchaf (12%) o ofalwyr i'w cael o blith gwledydd y Deyrnas Unedig, ac mae llawer ohonynt yn darparu dros 50 awr o ofal yr wythnos. Dywed Cyfrifiad 2011 wrthym fod dros 30,000 o ofalwyr dan 25 i'w cael yng Nghymru, a bod 7,500 o'r rhain dan 16.

Yn ôl [Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant \(Cymru\) 2014](#) mae gan bob gofalwr sydd angen cymorth ei hunain hawl i gael asesiad. Rhaid i'r asesiad ystyried y canlyniadau y mae'r gofalwr eisiau eu cyflawni, a dyna pam mae angen i chi gael sgwrs am 'yr hyn sy'n bwysig' ar ddechrau eich cysylltiad â nhw.

Adnoddau Asesu Anghenion Cymorth Gofalwyr

Rydym wedi datblygu pecyn cymorth o bedwar adnodd i helpu ymarferwyr i asesu anghenion cymorth gofalwyr. Bydd yr adnoddau'n helpu ymarferwyr i wneud asesiadau o ansawdd o ofalwyr a byddant yn arwain ymarferwyr wrth weithio â gofalwyr a theuluoedd er mwyn canfod beth sydd wir yn bwysig iddyn nhw ac i'w galluogi i gyflawni eu canlyniadau.

Mae'r pecyn cymorth yn cynnwys:

- llawlyfr hyfforddiant sy'n rhoi gwybodaeth ac arweiniad i hyfforddwyr sy'n cynnal sesiynau ffurfiol i ymarferwyr
- pecyn o sleidiau sy'n helpu hyfforddwyr i ddatblygu sesiynau hyfforddiant
- llawlyfr myfyriol i ymarferwyr nad ydynt wedi cael sesiwn hyfforddiant ffurfiol
- pecyn cymorth i ymarferwyr sy'n dwyn ynghyd nifer o offer ymarfer mewn un lle.

Er sylw: Os na allwch weld cyflwyniadau PowerPoint yn Internet Explorer, ceisiwch 'arbed' y ddogfen i'ch bwrdd gwaith i'w gweld.

[Asesu Anghenion Cymorth Gofalwyr - Adnodd A - Llawlyfr Hyfforddwyr](#)

DOCX 964KB

[Asesu Anghenion Cymorth Gofalwyr - Adnodd B - Sleidiau Hyfforddi](#)

PPTX 1MB

[Asesu Anghenion Cymorth Gofalwyr - Adnodd C - Llyfr Gwaith Hunan Hyfforddi Ymarferwyr](#)

DOCX 573KB

[Asesu Anghenion Cymorth Gofalwyr - Adnodd D - Pecyn Cymorth Ymarferwyr](#)

DOCX 298KB

Gwella ansawdd trwy ddefnyddio ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau

Mae'r adnodd yma'n fideo sy'n esbonio sut y gall pobl mewn lleoliadau cofrestredig gwella ansawdd trwy ddefnyddio ymarfer sy'n seiliedig ar

gryfderau.

Mae'n addas i unrhyw un sy'n gweithio mewn lleoliad cofrestredig, gan gynnwys:

- Unigolion Cyfrifol
- rheolwyr cofrestredig
- goruchwylwyr.

Mae'n gyflwyniad sydd wedi'i recordio, lle mae'r hyfforddwr yn cyflwyno ffyrdd ymarferol i chi Gwella profiadau'r bobl rydych chi'n eu cefnogi.

Mae'r adnodd yn cynnwys ymarferion ac esiamplau i chi defnyddio yn eich lleoliad eich hun. Gallwch ddilyn y cyflwyniad a gwneud yr ymarferion fel unigolyn neu fel grŵp.

Mae dwy ran i'r adnodd.

Rhan 1

Mae rhan 1 yn trafod:

- cyd-destun deddfwriaethol
- diffinio ansawdd trwy lens yr unigolyn
- gweithio gyda phobl mewn ffordd sy'n seiliedig ar gryfderau.

Gweld trawsgrifiad

0:00

Mae'r fideo hwn yn disgrifio rhaglen hyfforddi y gellir ei darparu yn ystod un diwrnod neu mewn dwy sesiwn hyfforddi ar wahân.

0:09

Bydd sefydliadau'n gallu ei ddefnyddio mewn nifer o wahanol ffyrdd gyda'r bwriad o roi arweiniad ar ansawdd mewn lleoliadau a reoleiddir,

0:19

felly mae modd ei ddefnyddio gan unigolion cyfrifol sydd wedi'u penodi'n rheolwyr.

0:25

Mae'r rhan gyntaf hefyd yn sesiwn sy'n berthnasol iawn i'w dilyn gan staff.

0:31

Mae'r adnodd hwn yn addas i'w ddefnyddio mewn nifer o wahanol ffyrdd, os byddwch yn dymuno, yn ôl anghenion y sefydliad.

0:39

Mae'n ymdrin ag ansawdd mewn lleoliadau a reoleiddir gan roi pwyslais mawr ar ymgorffori ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau.

0:51

Ond wrth drafod ansawdd, rydym yn edrych ar hynny drwy lygaid yr unigolyn sy'n derbyn cymorth.

0:58

Gair bach yw ansawdd sydd ag ystyr eang iawn am ei fod yn cwmpasu elfennau meintiol yn y rhwystrau, gwrthbwysau,

1:07

prosesau a gweithdrefnau sydd angen eu rhoi ar waith.

1:12

Rhoddir sylw hefyd i'r elfen ansoddol yn y lleoliadau, sy'n ymwneud â phrofiad bywyd pob dydd yr unigolyn

1:21

a sut rydym yn sicrhau, ym mhob gwasanaeth y mae'n ei dderbyn, a beth bynnag yw'r rheswm dros dderbyn y gwasanaeth hwnnw,

1:30

y byddwn yn hyrwyddo profiad bywyd cadarnhaol ar gyfer yr unigolyn i'r

graddau mwyaf posibl.

1:40

Mae'r sesiynau wedi'u rhannu'n nifer o wahanol rannau. Mae rhan gyntaf y sesiwn yn ymwneud â'r cyd-destun deddfwriaethol,

1:50

dechrau meddwl am beth sydd ei angen yn nhermau ymarfer sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn,

1:56

a'r elfen gyffredin wrth drafod pob dim fydd y sylw i ymarfer seiliedig ar gryfderau.

2:04

O ran y cyd-destun deddfwriaethol, byddwn yn canolbwyntio'n bennaf ar y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant

2:14

a Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol (Cymru), y byddaf yn ei galw'n RISCA o hyn ymlaen.

2:23

Mae'n bwysig nodi, gan eich bod mewn lleoliad a reoleiddir, y byddwch yn gweithio'n unol â gofynion RISCA, ond bydd yn bwysig ac yn gymorth

2:33

i chi ddeall cyd-destun y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant

2:39

a'r ffordd y mae'n gosod y sylfaen i'r gofynion yn RISCA. Felly bydd y sesiwn hon yn rhoi mewnwelediad i'r ddwy ddeddf hyn

2:51

a lle mae'r cysylltiadau rhyngddynt a lle maent yn ategu ei gilydd.

2:59

Mae strwythur y sesiwn wedi'i seilio ar yr angen i egluro'r cyd-destun deddfwriaethol

3:06

a deall beth yw ein rolau a'n cyfrifoldebau ond, wrth wneud hynny, canolbwyntio ar ddiffinio ansawdd drwy lygaid yr unigolyn,

3:17

ei gysylltu â'r cyd-destun deddfwriaethol, gan feddwl drwy'r amser am le'r unigolyn yng nghanol y gweithgarwch rydym yn ei gyflawni.

3:28

Byddwn yn rhoi rhywfaint o sylw i'r ffordd y byddwn yn gweithio gyda phobl mewn ffordd sy'n seiliedig ar gryfderau.

3:39

Os yw'r adnodd yn cael ei ddefnyddio gyda grŵp, yna byddai'r awgrymiadau canlynol ar y sleid

3:46

yn gallu bod yn ddefnyddiol iawn o ran sicrhau cyfrinachedd yn yr amgylchedd dysgu hwnnw.

3:53

Mwyaf yn y byd y byddwch yn gallu cyfeirio at eich profiadau o weithio gydag unigolion mewn lleoliadau a reoleiddir, mwyaf perthnasol fydd yr hyfforddiant.

4:05

Ond mae'n bwysig iawn, os ydych yn hwyluso'r sesiwn hon mewn grŵp,

4:10

na fyddwch yn rhannu unrhyw wybodaeth bersonol am yr unigolion rydych yn sôn amdanynt.

4:17

Bydd yn ddefnyddiol iawn i chi dynnu ar y profiadau bywyd go iawn hynny sydd gan staff a rheolwyr ac arweinwyr.

4:28

Y cyd-destun deddfwriaethol...

4:38

O ran y cyd-destun deddfwriaethol, dechrau'r daith oedd y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant

4:45

a gafodd ei phasio yn 2014 ac a gafodd ei rhoi ar waith yn 2016.

4:53

Roedd y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant wedi cael ei gweld yn drobwynt o ran darparu gofal cymdeithasol

5:02

a'r ffordd y mae asiantaethau partneriaid yn dod ynghyd i hyrwyddo llesiant dinasyddion Cymru.

5:10

Mae nifer o elfennau craidd yn y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant,

5:15

a'r rhai pwysicaf yw'r rheini sydd ar y sgrin nawr sy'n berthnasol iawn o ran rolau a chyfrifoldebau a'r pwyslais ar gyfer darparwyr a reoleiddir.

5:27

Fel y gallwch weld, mae enw'r Ddeddf yn dangos bod pwyslais mawr ar ein rôl wrth wella llesiant

5:35

a byddwn yn sôn am hynny ymhen ychydig. Yn gysylltiedig â beth rydych yn ei weld am hyrwyddo a gwella llesiant

5:44

mae pwyslais mawr ar ymyrryd yn gynnar ac atal a gallwn feddwl am ymyrryd yn gynnar ac atal mewn nifer o ffyrdd.

5:53

Mae'n golygu ein bod am gynorthwyo pobl yn eu cartrefi eu hunain, yn eu cymunedau eu hunain,

6:00

i'r graddau mwyaf posibl ac am y cyfnod hiraf posibl. Rydym am atal y cynnydd mewn anghenion am ofal a chymorth,

6:09

am atal unrhyw risg sy'n gysylltiedig â'r unigolyn hwnnw rhag cynyddu.

6:15

Ond bydd adegau o bosibl pan fydd angen gofal a chymorth dros dro ar yr unigolyn.

6:23

Gallai dreulio cyfnod mewn lleoliad maeth neu mewn lleoliad gofal preswyl.

6:28

Gallai fod ag angen cael rhywfaint o ofal yn ei gartref gan wasanaethau cymorth cartref

6:34

am gyfnod byr wrth adsefydlu, tra bydd yn gwella, tra bydd yn gweithio ar agweddau o'i lesiant a'i anghenion am ofal a chymorth,

6:43

risgiau sydd wedi'u dynodi yn achos yr unigolyn hwnnw.

6:49

Ond os mai'r bwriad yw i hynny fod yn drefniant dros dro, dylem roi sylw drwy'r amser i'r ffordd rydym yn datblygu ei annibyniaeth,

6:58

sut byddwn yn cryfhau'r unigolyn er mwyn iddo ddychwelyd i'w gartref ei hun,

7:04

os mai hynny yw'r canlyniad arfaethedig. Ond ar yr un pryd, bydd gennym unigolion hefyd, oherwydd eu hanghenion,

7:13

oherwydd unrhyw risgiau a nodwyd, oherwydd eu canlyniadau a beth sy'n

bwysig iddynt,

7:20

a fydd ag angen gofal a chymorth am gyfnod hirach, os nad am byth.

7:25

Law yn llaw â'r Ddeddf, daeth y gofynion newydd o ran gwybodaeth, cyngor a chynhorthwy.

7:32

Mae hyn wedi'i weld mewn rhai mannau fel gwasanaeth, ac yn cael ei ddangos yn aml mewn pethau fel pwyntiau mynediad sengl neu byrth cyswllt, er enghraifft.

7:44

Mewn ardaloedd eraill, maent yn gweld gwybodaeth, cyngor a chynhorthwy yn ddull o weithredu

7:51

yn hytrach na gwasanaeth fel y cyfryw. Ond mae hyn yn berthnasol iawn i'r pwyntiau blaenorol am wella llesiant

8:00

a chryfhau mesurau ymyrryd cynnar ac atal. Sut byddwn yn paratoi unigolion i allu cael at adnoddau eu hunain,

8:08

eu rheoli eu hunain, cael mynediad eu hunain at gymorth sydd ar gael yn y gymuned,

8:14

neu i newid eu sefyllfa drostynt eu hunain? A rhaid i ni gofio nad yw'r cynnig o wybodaeth, cyngor a chynhorthwy

8:23

yn rhywbeth sydd ar gael dim ond i'r rheini sydd ag anghenion gofal a chymorth:

8:28

dylai fod ar gael hefyd i ymarferwyr sy'n cynorthwyo unigolion.

8:33

Law yn llaw â'r Ddeddf, daeth dull newydd o asesu, dull newydd o ystyried cymhwysra

8:40

a dull newydd o ystyried sut i gwrdd ag anghenion unigolion am ofal a chymorth.

8:46

Byddwn yn edrych ar y dulliau o asesu a chynllunio gofal a chymorth maes o law.

8:52

Ond dyma lle mae'r ddwy ddeddf yn dod at ei gilydd oherwydd bydd y rhan fwyaf o ddarparwyr yn cael atgyfeiriadau gan wasanaethau gofal cymdeithasol

9:02

ac felly byddant yn etifeddu'r cynllun gofal a chymorth sydd wedi'i ddatblygu ar gyfer yr unigolyn.

9:10

Felly o safbwynt y darparwr, mae'r cynllun gofal a chymorth a ddatblygwyd gan wasanaethau gofal cymdeithasol

9:17

yn darparu'r wybodaeth y bydd arnoch ei hangen i allu datblygu'r cynllun personol sy'n ofynnol o dan RISCA

9:25

i bennu sut byddwch wedyn yn cwrdd ag anghenion gofal a chymorth yr unigolyn.

9:31

Ac mae'n bwysig cofio, os yw unigolyn yn cael cymorth gan ddarparwr am ei fod wedi'i gomisiynu gan yr awdurdod lleol i ddarparu hynny,

9:40

fod yr awdurdod lleol yn cadw'r cyfrifoldeb dros sicrhau bod anghenion gofal a chymorth yr unigolyn yn cael eu diwallu'n briodol.

9:51

Mae sylw mawr yn cael ei roi i ddiogelu yn y Ddeddf ac mae gweithdrefnau diogelu Cymru wedi'u dyroddi o dan y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant,

10:03

ac mae'n bwysig iawn bod darparwyr yn sicrhau eu bod yn gwbl ymwybodol o gynnwys y gweithdrefnau,

10:09

y rolau a'r cyfrifoldebau a'r dyletswyddau sy'n gysylltiedig â'r gweithdrefnau hynny.

10:16

Ond yn ogystal â hynny, mae angen deall yr ethos a'r diwylliant sy'n sail i'r dull o gyflawni'r gweithdrefnau diogelu hynny.

10:26

Mae eiriolaeth yn elfen bwysig a chanolog yn y Ddeddf. Mae cyfeiriad ati mewn rhan benodol o'r Ddeddf,

10:34

ond mae cyfeiriadau ati hefyd mewn nifer o rannau eraill o'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant

10:42

ac mae nifer o wahanol agweddau ar eiriolaeth. Gellir ei darparu mewn nifer o wahanol ffyrdd, drwy hunaneirioli, eirioli gan y teulu a ffrindiau,

10:52

a hefyd drwy wasanaethau eirioli proffesiynol annibynnol. Y peth pwysig i'w gofio yw'r egwyddor dros ystyried darparu cymorth eirioli i unigolion,

11:02

sef sicrhau bod yr unigolyn yn llawn ddeall y broses, yn llawn ddeall y wybodaeth sy'n cael ei rhannu ag ef,

11:10

a'i fod yn gallu cofio'r wybodaeth yn ddigon hir i ddeall beth sy'n gysylltiedig â derbyn y wybodaeth honno,

11:18

y trafodaethau sy'n digwydd, y penderfyniadau a allai gael eu gwneud. Mae hefyd yn bwysig ein bod yn gallu gweld

11:25

bod yr unigolyn rydym yn ei gynorthwyo yn gallu pwysu a mesur y wybodaeth a gaiff ei darparu

11:31

er mwyn dewis a phenderfynu ar sail gwybodaeth ac, yn olaf, ei fod yn gallu cyfleu barn, dymuniadau a phenderfyniadau.

11:40

Os byddwn yn gweld nad yw'r unigolyn yn gallu goresgyn unrhyw un o'r rhwystrau hynny,

11:45

dyna pryd mae angen i ni ystyried a oes angen darparu cymorth eirioli i'r unigolyn hwnnw.

11:51

Ac yn olaf, mae pwyslais mawr ar gydweithredu a phartneriaeth ar y lefel weithredol a'r lefel strategol.

11:59

Fel darparwyr, mae angen i ni ystyried pwy yw'r gwahanol asiantaethau rydym yn cydweithio â nhw

12:05

er mwyn cwrdd ag anghenion gofal a chymorth yr unigolyn ar lefel strategol a gweithredol.

12:12

Bydd yr awdurdod lleol a'r asiantaethau sy'n bartneriaid iddo yn edrych drwy'r amser ar beth mae llesiant yn ei olygu i unigolion ledled Cymru

12:22

ac o fewn ffiniau'r byrddau iechyd, ac wedyn yn ystyried i ba raddau y mae llesiant unigolion wedi'i wireddu.

12:30

A byddant yn gwneud penderfyniadau ynghylch argaeledd gwasanaethau, y gwasanaethau sydd angen eu comisiynu, eu datblygu a'u datgomisiynu

12:39

ond yn sicrhau drwy'r amser ein bod mewn lle i allu cwrdd ag anghenion unigolion yng Nghymru

12:45

o ran llesiant a gofal a chymorth. Roedd Deddf Rheoleiddio ac Arolygu Gofal Cymdeithasol Cymru

12:52

wedi dod i rym flwyddyn ar ôl y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant, ac mae'r ddeddf hon hefyd yn rhoi pwys mawr ar wella llesiant unigolion

13:02

drwy'r rheoliadau a'r canllawiau statudol. Byddwch yn gweld cyfeiriad at rôl y darparwr o ran hyrwyddo a gwella llesiant.

13:09

Mae'r diffiniad o lesiant yr unigolyn i'w gael yn y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant,

13:16

a dyma lle rydym yn dechrau gweld rhai o'r cysylltiadau â RISCA a byddwn yn edrych wedyn ar y diffiniad o lesiant.

13:23

Mae RISCA yn rhoi mwy o bwys ar sicrhau llais cryfach i unigolion yn y trafodaethau sy'n digwydd ar eu sefyllfa,

13:31

penderfyniadau sydd angen eu gwneud, datblygu ac adolygu'r cynlluniau gyda'r unigolyn:

13:38

mae hyn yn golygu mwy na chael sgwrs gyda'r unigolyn, ac mae'r egwyddor cydgynhyrchu yn gadarn iawn mewn perthynas ag asesu unigolion,

13:47

sef bod unrhyw gynlluniau personol i gael eu datblygu gyda'r unigolyn yn hytrach na'u hysgrifennu ar ei ran.

13:54

Mae pwyslais mawr ar gryfhau'r amddiffyniad i unigolion, nid yn unig mewn cysylltiad â gweithdrefnau diogelu,

14:02

ond yr angen sicrhau ein bod yn ystyried pob agwedd ar lesiant yr unigolyn,

14:07

sicrhau ein bod yn ymateb i'r cwmnïau sy'n cael eu dwyn i sylw'r unigolyn ac ar ei gyfer,

14:14

ac ystyried sut rydym yn rheoli unrhyw risgiau a nodwyd. Ond mae'r risgiau hynny i gael eu rheoli mewn ffordd gadarnhaol

14:22

yn hytrach na hyrwyddo diwylliant lle mae tuedd i osgoi risg. Ceir pwyslais mawr hefyd ar gynyddu atebolrwydd, er enghraifft drwy gyflwyno rôl yr unigolyn cyfrifol.

14:34

Yn nhermau cynyddu atebolrwydd, mae hyn yn cynnwys nid yn unig y pwyslais ar rôl yr unigolyn cyfrifol,

14:42

ond hefyd yr angen i ystyried sut bydd darparwyr yn sicrhau bod ansawdd eu darpariaeth yn cyrraedd y safon sy'n ofynnol

14:51

a byddwn yn edrych ar agweddau ar hynny yn ystod y sesiwn. Gyda golwg ar lesiant, mae dau ddiffiniad ohono yn y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant

15:02

sydd, fel y nodwyd yn gynharach, yn cysylltu â RISCA. Mae diffiniad o lesiant ar gyfer oedolion ac mae diffiniad o lesiant ar gyfer plant.

15:12

Ac ar y sgrin ar y funud byddwch yn gweld y diffiniad o lesiant ar gyfer oedolion.

15:18

Mae'r cod ymarfer o dan y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant yn tynnu sylw at y ddyletswydd i hyrwyddo llesiant

15:26

ac mae'n bwysig nodi nad yw hyrwyddo llesiant bob amser yn golygu bod rhaid i ni ddarparu gwasanaeth neu ymyriad

15:34

neu ddarparu ymarferydd neu weithiwr proffesiynol dynodedig.

15:40

Yn achos rhai pobl, bydd sgwrsio â rhywun am y math o ddiwrnod a gafodd yn ffordd i hyrwyddo ei lesiant.

15:47

Ond mae'r sbectrwm o anghenion a'r sbectrwm o ffyrdd i hyrwyddo llesiant yr unigolyn

15:53

yn gallu amrywio ar y naill law o'r sgwrs am y math o ddiwrnod a gafodd,

15:58

sut mae'n teimlo, a yw'n credu bod arno angen unrhyw gymorth, hyd at gynnal asesiad gan wasanaethau gofal cymdeithasol,

16:06

atgyfeirio i'r darparwr er mwyn darparu cymorth a gwasanaethau, gorfod cwblhau adroddiad risg ar gyfer oedolyn

16:15

oherwydd pryderon bod yr unigolyn yn wynebu neu'n profi risg o gam-drin neu esgeuluso.

16:20

Mae'n bwysig iawn cydnabod bod llesiant yn golygu gwahanol bethau i wahanol bobl ar adegau gwahanol.

16:27

Ac er y dylem sicrhau ein bod yn edrych ar lesiant oedolion mewn ffordd gyfannol,

16:32

ni ddylem fynnu ein bod yn rhoi sylw i bob un o'r cylchoedd a chasglu gwybodaeth ar gyfer pob un ohonynt

16:39

oherwydd ni fyddant i gyd yn berthnasol neu'n ystyrlon neu'n bwysig i'r unigolyn ym mhob achos.

16:45

Weithiau byddwn yn defnyddio term cyffredinol. Ond y cwestiwn pwysig yw, os ydym o ddifrif am weithredu

16:53

mewn ffordd sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn mewn perthynas â'r plentyn neu'r oedolyn,

16:59

a oes angen wedyn i ni dreiddio ymhellach er mwyn deall beth yw union

ystyr y term cyffredinol hwnnw i'r unigolyn?

17:06

Wrth ymarfer, un o'r cwestiynau allweddol i'w ofyn gan bawb yw 'felly beth...'? Er enghraifft, byddwn yn aml yn clywed mai beth sy'n wirioneddol bwysig i Mrs Jones

17:16

yw bod ei hannibyniaeth yn cael ei hyrwyddo neu ei chynnal. Bydd gan bawb farn wahanol am beth mae annibyniaeth yn ei golygu i Mrs Jones

17:24

a beth sy'n digwydd wrth ddefnyddio term cyffredinol fel hwnnw yw y byddwn ni'n aml yn syrthio i'r fagl o ffurfio rhagdybiaethau

17:33

os ydym yn credu ein bod yn gwybod beth mae hynny'n ei olygu heb ofyn y cwestiwn 'felly beth...'.

17:39

Wrth dreiddio ymhellach byddwn yn gofyn "felly beth...mae annibyniaeth yn ei golygu i Mrs Jones?

17:45

Sut mae hi'n gweld annibyniaeth? Sut bydd hi'n teimlo os bydd yr agweddau ar ei hannibyniaeth y mae'n eu nodi yn cael eu hyrwyddo?"

17:52

Un enghraifft arall o dermau cyffredinol sy'n cael eu defnyddio yw 'Mae Mr Smith ag angen cymorth gyda'i ofal personol'.

18:01

Ond beth yw gofal personol? Mae gofal personol yn gallu golygu rhywbeth gwahanol i bob unigolyn.

18:08

Rhaid i ni ofyn y cwestiwn 'felly beth?' er mwyn cael gwybod beth yw'r anghenion gofal personol sy'n bwysig i'r unigolyn hwnnw.

18:17

Bydd anghenion gofal personol yn cael eu dynodi gan yr ymarferydd ac aelodau o'r teulu,

18:23

ond a ydynt yr un fath â beth fyddai'r unigolyn yn ei ddweud. Po bellaf y byddaf yn treiddio, mwyaf fydd fy ngallu i deilwra'r cymorth ar gyfer yr unigolyn.

18:33

Ar y sgrin nawr, gallwch weld y diffiniad o lesiant ar gyfer plant. Mae'n debyg iawn i'r diffiniad o lesiant ar gyfer oedolion

18:42

gan ei fod yn dechrau gyda llesiant corfforol, meddyliol ac emosiynol ac yn mynd yn glocwedd nes cyrraedd addasrwydd llety byw.

18:51

Y ddwy agwedd olaf yw'r rheini sy'n wahanol i'r diffiniad o lesiant ar gyfer oedolion

18:57

gan fod dyletswydd arnom o hyd i hyrwyddo lles a datblygiad plant o dan Ddeddf Plant 1989.

19:05

Un o'r pethau i'w ystyried yw'r angen i geisio rhoi'r gorau i'r defnydd o dermau cyffredinol wrth siarad am unigolion,

19:13

boed hynny mewn trafodaethau neu asesiadau. Rydym yn tueddu i syrthio i'r fagl o ddefnyddio llawer jargon generig.

19:22

Rhai o'r dywediadau cyffredinol y byddwn yn eu clywed am blant yw "er mwyn i'r unigolyn gael ei gadw'n ddiogel, er mwyn i'r plentyn fod yn hapus."

19:34

Mae'r hyn sy'n gwneud plant yn hapus yn amrywio rhwng y naill blentyn a'r llall.

19:39

Felly gofynnwch y cwestiwn 'felly beth?'. Felly beth sy'n gwneud y plentyn hwn yn hapus?

19:45

Sut bydd y plentyn hwn yn teimlo pan fydd y pethau hynny'n digwydd?

19:52

Un gweithgarwch y gallech ei wneud ar eich pen eich hun neu mewn grŵp yw meddwl beth mae llesiant yn ei olygu i chi fel unigolyn.

20:02

Yn gyntaf oll, meddyliwch am y geiriau y byddech yn eu defnyddio i ddisgrifio llesiant.

20:08

Gallech wneud nodyn ohonynt neu ofyn i rywun arall wneud hynny. Wedyn cymerwch gam yn ôl a gofyn i chi'ch hun/eich gilydd,

20:17

beth mae'n ei olygu go iawn, heb ddefnyddio jargon generig? Ydych chi wedi defnyddio geiriau y byddwn yn eu defnyddio'n gyffredinol wrth ymarfer,

20:27

neu ydych chi wedi disgrifio beth sy'n bwysig i chi go iawn? Felly os ydych yn gwneud y gweithgarwch hwn mewn grŵp a rhywun,

20:35

er enghraifft, yn dweud beth sy'n bwysig i mi, beth mae llesiant yn ei olygu i mi, yw 'iechyd corfforol da',

20:43

bydd gweddill y grŵp yn cael eu hannog i ofyn y cwestiynau 'felly beth?' -

20:48

'Felly beth mae iechyd corfforol yn ei olygu i chi? Sut rydych chi'n gweld

hynny?

20:53

Sut mae'n gwneud i chi deimlo?' Heriwch eich hun neu heriwch eich gilydd drwy ofyn y cwestiwn, 'felly beth?'

21:03

er mwyn gallu treiddio'n ddyfnach a meddwl beth mae hyn yn ei olygu.

21:08

Mae bron yr un peth â gofyn beth sy'n eich gwneud yn unigryw, beth sy'n eich gwneud yn unigolyn,

21:16

sut mae'ch meddwl yn gweithio, beth sy'n gwneud i chi wenu o gymharu â beth sy'n gwneud i bawb arall wenu.

21:24

Mae'n amser am egwyl byr nawr. Felly rydym wedi ystyried pa fath o beth yw llesiant a beth mae'n ei olygu,

21:33

ond mae hefyd yn bwysig i ni ystyried yr egwyddorion sydd yn y ddwy ddeddf hyn

21:39

sydd, yn y bôn, yn sail i'r ymarfer a'r dull o weithredu y dylem eu defnyddio i gynorthwyo unigolion.

21:48

Beth sydd ar y sgrin yw'r egwyddorion craidd, ond byddai'n well gen i eu galw'n sylfeini ar gyfer ymarfer.

21:56

Rhaid i ni gofio bod y rhain weithiau'n gallu troi'n flychau ticio ar ffurflenni.

22:02

Dyma'r termau sy'n cael eu defnyddio drwy'r amser, ond pan fyddwn yn camu'n ôl,

22:08

a fyddwn yn manteisio ar y cyfle i ddisgrifio beth mae hyn yn ei olygu wrth ymarfer?

22:14

A fyddwn yn disgrifio beth mae'n ei olygu drwy lygaid yr unigolyn? A fyddwn yn disgrifio beth mae'n ei olygu drwy lygaid yr aelod staff, er enghraifft?

22:25

Mae'n bwysig iawn ein bod yn gallu cymryd pob un o'r egwyddorion hyn a'u trosi i beth maent yn ei olygu wrth ymarfer.

22:33

Felly os ydych yn gyfrifol am arwain ar ansawdd yn eich sefydliad, er enghraifft,

22:39

gallech fod am ystyried y rhain fel rhyw ffordd i fesur ansawdd,

22:44

nid mewn ystyr biwrocraidd, ond yn fwy yn nhermau'r ffaith bod y rhain yn agweddau ar ansawdd ein dull o gynorthwyo unigolion.

22:54

Felly cymerwn bob un yn ei dro a gofyn beth mae'n ei olygu. Gadewch i ni gymryd dewis a rheolaeth yn gyntaf.

23:04

Byddaf am glywed beth yw syniadau, barn, dymuniadau a phrofiadau'r unigolyn gymaint â phosibl.

23:11

Rydym am allu hyrwyddo dewis a rheolaeth. Nid yw hyn yn bosibl bob tro,

23:18

ond nid yw hynny'n golygu na ddylem wneud ymdrech i'w gyflawni. Bydd achosion lle nad yw unigolion yn gallu rhannu eu llais mewn geiriau.

23:28

Ac rydw i'n meddwl ei bod yn hanfodol i ni newid y pwyslais wrth feddwl pam mae hyn yn bwysig oherwydd beth rydym am ei wneud wrth hyrwyddo llais, 23:40

dewis a rheolaeth yw cael dealltwriaeth o ba fath o fywyd sydd gan yr unigolyn.

23:47

Sut mae'n teimlo? Sut mae am fyw ei fywyd? Os yw'r unigolyn yn gallu cyfleu hyn yn eiriol, gorau oll.

23:56

Ond gellir cael adegau pan fyddwn yn dibynnu ar bobl eraill er mwyn gallu rhannu'r mewnwediadau hynny,

24:05

rhai fel brodyr a chwirydd, rhieni, neiniau a theidiau, gofalwyr, cymdogion, ffrindiau, ac efallai ymarferwyr eraill.

24:15

Ond beth sy'n bwysig, wrth dynnu ar ein harsylwadau o'r unigolyn, wrth dynnu ar y mewnbwn gan unigolion eraill,

24:23

yw ein bod yn sicrhau ein bod yn meddwl am yr unigolyn drwy'r amser

24:28

yn hytrach na beth mae pobl eraill yn ei ddweud am eu teimladau eu hunain.

24:33

Er enghraifft, gallent deimlo'n euog am nad ydynt yn gallu cynorthwyo'r unigolyn fel y byddent yn dymuno;

24:41

gallent ddweud beth maen nhw'n meddwl sydd ei angen ar yr unigolyn. Felly lle rydym yn tynnu ar arsylwadau am ymddygiad, terminoleg, iaith, iaith y corff, er enghraifft,

24:53

mae'r arsylwadau hynny yr un mor bwysig â'r geiriau y mae rhywun yn eu cyfleu i ni

25:00

wrth i ni dynnu ar y mewnbwn gan bobl eraill. A'r mewnwelediad hwnnw i fywyd yr unigolyn:

25:08

rhaid i ni sicrhau eu bod yn siarad am yr unigolyn ei hun.

25:13

Gyda golwg ar gydgynhyrchu, mae hynny'n cael ei ddisgrifio'n aml drwy ddweud, "rydym yn gweithio mewn partneriaeth â phobl"

25:23

ond mae cydgynhyrchu'n ymwneud mewn gwirionedd â cheisio lleihau'r anghydbwysedd grym

25:30

a geir weithiau rhwng ymarferwyr ac unigolion. Ac os ystyriwch beth yw ein rôl ni,

25:37

ein rôl ni yw deall pa fath o fywyd sydd gan yr unigolyn er mwyn nodi a oes ganddo unrhyw anghenion am ofal a chymorth,

25:47

beth yw ei ganlyniadau arfaethedig, beth sy'n bwysig iddo, a pha risgiau sydd wedi'u nodi yn achos yr unigolyn hwnnw.

25:57

Wedyn, o ran y ffordd y mae hynny'n trosi i ymarfer, mae fel pe bawn yn ysgrifennu asesiad:

26:04

dylwn weld tystiolaeth ym mhob dim fod yr asesiad yn fath o sgwrs rhwng dau.

26:10

Dylid datblygu'r cynllun personol gyda'r unigolyn neu ei gynrychiolydd.

26:16

Nid yw'n fater o ddweud ein bod wedi cael sgwrs fach braf â chi ac felly y byddwn yn mynd ati nawr i ysgrifennu'r cynllun.

26:25

Mae'r cynllun yn ymwneud â'r ffordd y bydd yr unigolyn hwnnw'n cael ei gynorthwyo yn ei fywyd pob dydd

26:31

felly dylid galluogi'r unigolyn hwnnw i gyfrannu at ffurfio'r cynllun hwnnw i'r graddau mwyaf posibl.

26:39

Byddwn yn sôn am ddulliau seiliedig ar gryfderau yn ystod gweddill y sesiwn.

26:44

Mae hyn yn fwy na mater o ysgrifennu'r pethau da neu'r pethau neis am yr unigolyn.

26:49

Mae gwahaniaeth rhwng dweud bod blwch ar y ffurflen lle gallwn ddisgrifio cryfderau

26:56

a dweud ein bod yn mabwysiadu dull seiliedig ar gryfderau. Wrth nodi cryfderau'r plentyn neu oedolyn hwnnw,

27:05

mae'n bwysig iawn bod y cyswllt hwn yn cyrraedd y pwynt hwnnw, fel bod ystyr a phwrpas iddo.

27:12

Does dim pwynt mewn ysgrifennu mewn blwch rywle ar y ffurflen o dan y pennawd 'cryfderau'

27:18

fod Betty yn dal i allu gyrru car yn 87 oed os byddwch wedyn yn cael sgwrs

gyda Betty ac yn gofyn, "Pryd wnaethoch chi yrru car ddiwethaf, Betty?"

27:27

a hithau'n ateb, "Ddim ers blwyddyn neu ddwy gan fy mod i wedi colli pob hyder a go brin y byddaf i'n gyrru car eto."

27:37

Nid enwi'r pethau sy'n gweithio'n dda i'r unigolyn y byddaf i, ond meddwl am y ffordd rydym yn defnyddio'r rheini i ddatblygu'r cynllun ar gyfer yr unigolyn.

27:47

Byddai defnyddio dull seiliedig ar gryfderau yn golygu datblygu cynlluniau personol

27:53

sy'n ategu cryfderau'r unigolyn, y pethau y mae'n gallu eu gwneud drosto'i hun,

27:59

y pethau y mae pobl eraill yn gallu ei helpu i'w gwneud. Ni ddylai'r cynllun gael ei seilio ar y pethau nad yw'r unigolyn yn gallu eu gwneud

28:08

neu'r pethau y mae arno angen help i'w gwneud. Drwy wneud defnydd da o ddull seiliedig ar gryfderau,

28:15

bydd gen i gynllun sy'n ategu ac yn adeiladu ar sail cryfderau'r unigolyn.

28:21

Wrth sôn am ganolbwyntio ar ganlyniadau, rydym yn sôn yn y bôn am beth sy'n bwysig i'r unigolyn.

28:28

Beth sy'n gwneud iddo wenu? Beth sy'n gwneud iddo deimlo'n fodlon? Beth sy'n rhoi pwrpas iddo, yn gwneud iddo deimlo ei fod yn unigryw?

28:38

Mae gwahaniaeth rhwng dweud bod rhywbeth yn bwysig iawn i mi a dweud mai dyma sydd orau gen i o ran y ffordd i ddiwallu fy anghenion.

28:47

Felly pan fydd rhywun yn dweud ei bod yn well ganddo gawod yn hytrach na bath,

28:52

dyna'r flaenoriaeth o ran y ffordd i ddiwallu'r anghenion gofal personol.

28:58

Mae hynny'n wahanol iawn i'w glywed yn dweud "Rydw i am allu eistedd yn yr ardd ac edrych ar y goeden a blannodd fy ngŵr ar ôl i ni briodi,

29:07

gan ei bod yn rhywbeth arbennig iawn i mi": mae hynny'n rhywbeth sy'n unigryw i'r unigolyn.

29:14

Mae cymryd risgiau cadarnhaol yn rhywbeth sy'n digwydd yn amlach nag rydym yn tybio,

29:19

yn ôl pob tebyg. Y cwestiwn yw, a ydym yn dweud yn benodol ein bod o blaid cymryd risgiau cadarnhaol?

29:28

Mae elfen o risg ym mywyd pawb. A beth sydd angen ei ystyried yw cydestun yr holl egwyddorion eraill rydych yn eu gweld ar y sgrin,

29:38

oherwydd does dim modd eu hystyried ar wahân i'w gilydd. Ond wrth feddwl am gymryd risgiau cadarnhaol,

29:46

rydym yn ystyried beth mae'r unigolyn yn ei ddweud wrthym am y profiad bywyd y byddai'n dymuno ei gael o ddydd i ddydd.

29:54

Lle roeddem wedi nodi bod cryfderau gan yr unigolyn, a oes pethau y mae'n gallu eu gwneud drosto'i hun

30:02

neu y mae pobl eraill yn gallu ei helpu i'w gwneud. Ydyn ni'n gwneud gormod dros rywun?

30:07

Ydyn ni'n rhoi gormod o wasanaeth neu a ydym yn rheoli agweddau ar ei fywyd pob dydd yn rhy fanwl heb fod angen gwneud hynny?

30:16

Y peth allweddol yw sut byddwn wedyn yn egluro, yn magu hyder ac yn rhannu â'n gilydd mai ein bwriad yw hyrwyddo'r arfer o gymryd risgiau

30:27

er mwyn rhoi'r bywyd mwyaf bodlon posibl i'r plentyn neu oedolyn hwnnw.

30:34

Y peth allweddol wrth gymryd risgiau cadarnhaol yw bod pawb ohonom yn deall y risgiau,

30:39

yn deall tebygolrwydd y risgiau hynny, effaith y risgiau rydym yn eu rhannu,

30:45

y dull o reoli'r risgiau hynny drwy gynllunio, a'n bod yn cydasesu hynny ac yn mesur yr effaith ar brofiad yr unigolyn i weld a yw'n gymesur.

30:56

Dyma lle mae angen i ni feddwl ynghylch faint rydym yn ei wneud ac y byddwn yn ei wneud ar gyfer y plentyn neu oedolyn.

31:05

Gyda golwg ar fod yn gymesur, byddaf yn gweld rhai cynlluniau

31:10

sy'n fanwl dros ben o ran disgrifio bron pob symudiad gan yr unigolyn o ddydd i ddydd.

31:16

Rhaid i ni gofio bod plant ac oedolion yn derbyn gwasanaethau gofal a chymorth

31:21

gan ddarparwyr am fod ganddynt anghenion penodol sydd wedi'u dynodi,

31:27

am fod risgiau wedi'u dynodi mewn perthynas â'r unigolyn, a'r unigolyn wedi dweud wrthym beth sy'n bwysig iddo.

31:35

A dylem gynllunio dull o weithredu sy'n ymateb i'r tri maes hyn.

31:40

Mae angen i ni adael hyblygrwydd i'r unigolyn ddewis, newid ei feddwl,

31:46

gwneud rhywbeth gwahanol o ddydd i ddydd os yw'n bosibl. Felly mae'n ymwneud â faint fyddwn yn ei wneud yn y pen draw ar gyfer yr unigolyn

31:56

yn hytrach na gyda'r unigolyn, neu hyd yn oed gadael i'r unigolyn wneud rhai o'r pethau drosto'i hun.

32:05

Mae'n amser am egwyl byr nawr.

32:13

Byddwn yn rhoi ychydig o sylw nawr i ymarfer drwy weithio gyda phobl mewn ffordd seiliedig ar gryfderau.

32:21

Ond mae'n bwysig sylweddoli bod hyn yn ymwneud â'r dull o weithredu sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn.

32:27

Mae'n golygu sicrhau ein bod yn deall yr unigolyn sydd ar ganol yr holl weithgarwch.

32:34

Dyma'r pwynt o godwyd o'r blaen yn y gweithgarwch ar lesiant, sef treiddio'n ddyfnach,

32:41

gofyn y cwestiynau 'felly beth?', a deall yn iawn beth mae hyn yn ei olygu i'r unigolyn.

32:49

Wrth ystyried y rheoliadau a'r canllawiau statudol o dan RISCA,

32:55

mae'n ddiddorol iawn mapio'r camau ar daith yr unigolyn o'r pwynt y mae'r darparwr yn cael yr atgyfeiriad

33:03

hyd at derfynu unrhyw ymyriad neu ddarpariaeth. Ac unwaith eto,

33:09

bydd hynny'n amrywio yn ôl amgylchiadau'r unigolyn. Mae'n bosibl y bydd y ddarpariaeth wedi'i rhoi ar waith am gyfnod penodol.

33:19

Mae'n bosibl y bydd anghenion yr unigolyn wedi cynyddu fel bod arno angen math gwahanol o gymorth

33:27

neu mae'n bosibl y bydd yr unigolyn wedi marw ac nad oes angen y gwasanaeth bellach ar gyfer yr unigolyn hwnnw.

33:36

Ond y peth pwysig i'w ystyried yw sut byddwn yn sicrhau bod pawb yn deall pob cam o'r daith,

33:43

yn deall beth yw ansawdd ar bob un o'r camau hyn ac yn deall pam rydym yn hyrwyddo dull o weithredu sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn

33:52

ac yn seiliedig ar gryfderau ar bob un o'r camau hynny ar daith yr unigolyn yn y gwasanaeth.

34:01

Gan ddechrau â'r atgyfeiriad (a allai fod yn hunanatgyfeiriad,

34:07

yn un gan wasanaeth iechyd, neu'n un gan wasanaeth gofal cymdeithasol),

34:12

y peth pwysig yw eich bod chi fel darparwr, drwy'r atgyfeiriad hwnnw,

34:18

yn casglu cymaint o wybodaeth â phosibl er mwyn cael dealltwriaeth o fywyd yr unigolyn.

34:25

Mae'n bwysig cofio, pan ddaw'r atgyfeiriad a phan fydd y darparwr yn dechrau cynnal ei asesiad

34:32

o addasrwydd yn unol â'r rheoliadau, fod rhaid i ni gysylltu hynny â'r datganiad o ddiben.

34:40

Felly gyda'r atgyfeiriad oddi wrth y person sy'n comisiynu'r gwasanaeth,

34:45

dylid cael cynllun gofal a chymorth ac, efallai, asesiad.

34:51

Ond gorau po fwyaf o wybodaeth y gallwch ei chasglu ar y cam hwnnw

34:56

am yr unigolyn er mwyn cynnal yr asesiad o addasrwydd. Bydd hynny'n caniatáu i chi wirio,

35:04

ar sail y datganiad o ddiben, fod yr hyn y gofynnwyd i chi ei wneud yn gyson â beth rydych wedi datgan eich bod yn ei ddarparu fel darparwr.

35:15

Mae hefyd yn gyfle i chi feddwl am baru. Gallai fod yn fater o baru aelod staff i gynorthwyo'r unigolyn.

35:23

Gallai fod yn fater o baru'r unigolyn â'r bobl eraill sydd eisoes yn derbyn y gwasanaeth.

35:30

Os penderfynir eich bod chi fel darparwr yn gallu darparu cymorth i'r unigolyn,

35:36

bydd yn ofynnol i chi ddarparu Llawlyfr Gwybodaeth y Gwasanaeth. Mae'r rheoliadau a'r canllawiau statudol

35:44

yn dweud beth yn union i'w gynnwys yn Llawlyfr Gwybodaeth y Gwasanaeth

35:49

ond mae'n bwysig iawn eich bod chi fel darparwr yn aros ac yn meddwl o ddifrif

35:55

ar gyfer pwy y mae'r llawlyfr hwn. Edrychwch eto ar y llawlyfr hwnnw a chwiliwch am y jargon, y termau generig.

36:04

Ewch yn ôl at y llawlyfr hwnnw a'i ddarllen fel pe baech yn blentyn

36:09

neu'n oedolyn sy'n dod i'r lleoliad neu'n derbyn y gwasanaeth am y tro cyntaf.

36:15

Pa wahaniaeth rydym yn ei wneud ym mywyd yr unigolyn? Ydych chi'n deall beth sydd yn y llawlyfr hwnnw?

36:22

Ydy'r llawlyfr yn rhoi'r wybodaeth sydd ei hangen arnoch? Rhai o'r llawlyfrau gorau rydw i wedi'u gweld

36:29

yw'r rheini sydd wedi'u datblygu gyda'r unigolion sy'n derbyn y cymorth

36:34

gan y sefydliad mewn cartrefi plant preswyl. Rydw i wedi gweld plant a staff yn cynhyrchu fersiwn o Lawlyfr Gwybodaeth y Gwasanaeth ar ffurf DVD.

36:46

Byddwch yn cael barn y staff am y math o fywyd sydd yn y cartref, ond mae'r plant a phobl ifanc hefyd yn cyfrannu at y math o fywyd sydd yn y cartref hwnnw.

36:57

Rydw i wedi gweld enghreifftiau lle mae darparwyr wedi gofyn i'r staff gerdded allan o'r adeilad

37:03

a sefyll wrth y gât ffrynt, gan edrych yn ôl ar y cartref, a disgrifio beth maent yn ei weld.

37:10

Yn disgrifio sut maent yn teimlo wrth gerdded i lawr y llwybr. Pa fath o deimlad yw hwnnw?

37:17

Pa fath o deimlad yw mynd drwy'r drws ffrynt? Beth fyddwch yn ei weld, yn ei arogleuo, yn ei glywed?

37:25

Felly dyna'r llawlyfrau gwybodaeth. Rhaid iddynt gwrdd â gofynion y ddeddfwriaeth.

37:31

Mae hefyd yn bwysig ystyried a yw'r llawlyfr yn darparu'r wybodaeth y mae'r unigolyn am ei chael.

37:38

Gofynnwch i bobl sy'n derbyn eich gwasanaeth yn barod, a phobl sydd wedi gadael y gwasanaeth,

37:43

a oeddent wedi cael y wybodaeth a oedd yn bwysig iddynt o'r llawlyfr.

Wedyn byddwn yn llofnodi'r cytundeb gwasanaeth ac yna datblygu'r cynllun personol ar gyfer yr unigolyn.

37:56

Nawr, mae angen i'r cynllun personol fod ar gael cyn y diwrnod cyntaf y bydd yr unigolyn yn y lleoliad.

38:04

Dylai gael ei seilio'n bennaf ar wybodaeth a ddarparwyd gan wasanaethau gofal cymdeithasol.

38:10

Ond mae'n bwysig iawn i ni ddechrau ystyried egwyddorion y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant,

38:16

nid yn unig yr egwyddorion sy'n sail i RISCA, wrth ddatblygu'r cynlluniau.

38:22

Felly a ydynt yn dangos tystiolaeth o lais, dewis a rheolaeth yr unigolyn?

38:29

Lle mae hynny'n briodol? Lle mae'n bosibl? A yw'r cynllun wedi'i gydgyhyrchu gyda'r unigolyn?

38:36

A yw'n seiliedig ar gryfderau? A yw'n canolbwyntio ar ganlyniadau?

38:41

A yw'n hyrwyddo'r arfer o gymryd risgiau cadarnhaol? Efallai ei bod yn rhy gynnar ar hyn o bryd i edrych yn fanwl ar y maes hwnnw,

38:50

ond dyma pam rydych yn gweld y camau nesaf yn y broses. A yw'n gymesur?

38:55

Dydyn ni ddim yn adnabod yr unigolyn yn dda iawn ar hyn o bryd am nad yw wedi cyrraedd y lleoliad hyd yn oed neu ddechrau derbyn y gwasanaeth.

39:06

Wedyn mae'r unigolyn yn dechrau derbyn y gwasanaeth. Fel darparwr, mae'n ofynnol i chi gynnal asesiad darparwr.

39:13

Unwaith eto, mae'r un set o egwyddorion yn gymwys wrth i'r unigolyn ddechrau derbyn y gwasanaeth

39:20

neu ymgynefino â'r lleoliad newydd lle bydd yn byw.

39:26

Bydd staff yn y lleoliad yn meithrin perthynas â'r unigolion ac yn ennill eu hymddiriedaeth

39:33

wrth iddynt ddod yn fwy cyfforddus â'u sefyllfa a'u trefniadau byw efallai.

39:38

Dyna pam mae'n bwysig iawn bod y cynllun personol hwnnw'n cael ei adolygu wedyn

39:44

ar ôl y saith diwrnod cyntaf ar sail yr egwyddorion rydym newydd eu disgrifio.

39:50

Ond byddwch yn gwneud hynny ochr yn ochr â'r plentyn neu'r oedolyn a fydd bellach wedi cael gwell syniad o'r hyn sy'n digwydd o'i amgylch.

39:58

Bydd cofnodion dyddiol ac wythnosol yn cael eu cadw, a bydd staff yn cael

eu goruchwylio.

40:05

Ac unwaith eto, un o'r pethau pwysicaf i'w hystyried wrth ddarparu'r gwasanaeth

40:10

neu wrth adolygu cynlluniau personol yw y gall fod yn hawdd iawn mynd i'r arfer o fonitro a mesur y gweithgarwch sy'n cael ei ddarparu.

40:20

Maent yn cael y gofal sydd ei angen arnynt, maent yn cael y gwasanaeth sydd ei angen arnynt,

40:26

maent yn cael cyfleoedd i wneud beth sy'n bwysig iddynt, ond un o'r cwestiynau sy'n cael ei anghofio'n aml

40:33

yw "Pa effaith rydym yn ei chael ar fywyd yr unigolyn o ddydd i ddydd?" Felly yn y cofnodion wythnosol neu ddyddiol hynny, yn y sesiynau goruchwylio,

40:43

wrth adolygu'r cynlluniau sydd ar waith, yn ogystal â sicrhau ein bod yn cydymffurfio â'r ddeddfwriaeth,

40:51

dylem sicrhau ein bod yn cyflawni beth rydym wedi'i nodi yn y cynllun

40:56

a'n bod yn ystyried yr effaith a pha wahaniaeth rydym yn ei wneud ym mywyd yr unigolyn.

41:02

Dyma egluro cyd-destun y berthynas rhwng y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant a RISCA.

41:11

Roedd y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant wedi cyflwyno model

asesu y gallwch ei weld ar y sgrin nawr, sef y pum cylch ar yr ochr chwith.

41:23

Mae llawer o'r asesiadau mewn gofal cymdeithasol yn cael eu galw'n sgysiau beth sy'n bwysig neu'n asesiadau beth sy'n bwysig.

41:32

Os ydych wedi clywed cyfeirio at 'beth sy'n bwysig', yr hyn mae'n ei olygu yn y bôn yw asesiad o'r unigolyn.

41:39

A'r hyn a ddylai ddigwydd drwy'r broses asesu yw canfod beth yw amgylchiadau personol yr unigolyn,

41:47

beth yw canlyniadau arfaethedig yr unigolyn, hynny yw, beth mae'n ei ddweud sy'n bwysig iddo.

41:55

Ond dydw i ddim am roi gweddill y model mewn blychau ar wahân: rydw i am ddangos y cysylltiadau rhyngddynt.

42:03

Felly pan fydd unigolyn yn dweud mai'r rhain yw'r pethau sy'n wirioneddol bwysig iddo,

42:10

dyma sut rydw i am fod, yn y sgwrs am beth sy'n bwysig, byddwn yn defnyddio'r dull asesu wedyn

42:17

i ystyried beth sy'n rhwystro'r canlyniadau arfaethedig hynny ar hyn o bryd.

42:24

Pam nad ydych yn gallu gwneud y pethau rydych yn eu disgrifio (rhwystrau)?

42:29

Wedyn ystyrir faint o'r pethau hyn y byddwch yn gallu eu gwneud eich hun.

42:34

Pwy arall fydd yn gallu'ch helpu? Beth sydd ar gael i chi yn y gymuned?

42:40

Wedyn byddwn yn ystyried y risgiau a fydd yn codi os nad yw'r unigolyn yn gallu gwneud y pethau sy'n bwysig iddo,

42:47

os nad yw'n gallu teimlo fel y mae am deimlo. Dyna beth fyddaf am edrych arno ac am ei ganfod drwy'r asesiad gofal a chymorth.

42:59

Ac i'r un graddau, mae angen canfod beth yw anghenion gofal a chymorth yr unigolyn.

43:05

Mae'r Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant wedi cyflwyno meini prawf cymhwysra sydd wedi'u seilio nawr ar anghenion gofal a chymorth yr unigolyn.

43:17

Felly drwy'r asesiad hwnnw, byddaf nid yn unig yn dynodi canlyniadau arfaethedig yr unigolyn

43:24

ond hefyd yn ceisio canfod beth yw anghenion gofal a chymorth yr unigolyn,

43:29

a gallaf ddefnyddio'r model yn yr un ffordd ag ar gyfer canfod y canlyniadau arfaethedig

43:36

- byddaf yn dynodi'r anghenion gofal a chymorth ac yn edrych wedyn gyda'r unigolyn a'r rheini sydd o'i amgylch

43:43

i weld beth sy'n rhwystro'r anghenion hynny rhag cael eu diwallu. I ba raddau mae'n gallu diwallu'r anghenion hynny ei hun?

43:52

Pwy sy'n gallu ei helpu? Beth sydd ar gael iddo yn y gymuned i ddiwallu'r angen?

43:59

Pa risg fydd yn codi os nad yw'r angen yn cael ei ddiwallu? Mae'r holl wybodaeth hon yn sail i'r penderfyniadau ynghylch cymhwysra.

44:09

Os nodir bod angen cymwys am ofal a chymorth gan yr unigolyn, bydd hwnnw'n cael ei droi wedyn yn gynllun gofal a chymorth ar gyfer yr unigolyn.

44:20

Mae'r blwch ar yr ochr dde yn ddisgrifiad lefel uchel o beth mae angen ei gynnwys yn y cynllun gofal a chymorth.

44:26

Dyma beth sy'n cael ei drosglwyddo i'r darparwyr wedyn. Fel rydym newydd weld,

44:33

mae'r dull o weithredu sydd newydd ei ddisgrifio, sef nodi'r canlyniadau arfaethedig,

44:39

nodi'r anghenion gofal a chymorth, edrych ar hyn gyda'r unigolyn a'r rheini sydd o'i amgylch,

44:45

beth sy'n eu rhwystro, pa risg sy'n codi os na fydd canlyniadau'n cael eu cyflawni,

44:52

yn ddull o weithredu y gall darparwyr ei ddefnyddio yr un modd wrth wneud eu hasesiadau ac wrth ffurfio cynlluniau.

45:01

Unwaith y bydd y darparwr yn derbyn y cynllun gofal a chymorth, bydd y dyletswyddau o dan RISCA yn dod i rym

45:10

mewn perthynas â chynnal asesiadau a datblygu'r cynllun personol.

45:16

Mae RISCA yn dweud yn glir fod angen i'r cynllun personol gynnwys canlyniadau personol yr unigolyn,

45:24

dealltwriaeth o'i anghenion gofal a chymorth, beth yw ei ddewisiadau personol o ran diwallu ei anghenion a chyflawni ei ganlyniadau personol,

45:35

beth yw'r risgiau neu heriau a nodwyd ar gyfer yr unigolyn ac a oes angen ystyried asesiadau arbenigol sydd wedi'u cynnal neu sydd angen eu cynnal.

45:48

Meddyliwch amdano fel cynllun gofal a chymorth sy'n disgrifio yn syml beth sydd i ddigwydd a pham,

45:55

ond bod y cynllun personol yn mynd gam ymhellach drwy ddisgrifio'n fanwl sut byddwn yn gallu cyflawni hyn.

46:04

Yn y blwch llwyd mae crynodeb o beth fydd yn cael ei gynnwys wedyn yn y cynllun personol ar gyfer yr unigolyn.

46:12

Rhaid cofio'r egwyddorion a ddisgrifiwyd yn gynharach a'u gwneud yn sail i'r dull o ddatblygu'r cynlluniau.

46:23

Er bod y sleid hon yn ymddangos yn eithaf cymhleth, mae'n dangos yn union beth sydd angen ei gofnodi drwy'r asesiad a'r broses cynllunio.

46:34

Y geiriau a glywn yn aml wrth ymarfer yw 'eisiau' ac 'angen';

46:40

yn cael eu mynegi gan bawb sydd o amgylch yr unigolyn, ac weithiau byddai'r unigolyn yn gallu defnyddio'r geiriau hynny,

46:47

er enghraifft 'Dyma beth rydw i eisiau i chi ei wneud. Beth mae angen i chi ei roi i mi yw...

46:53

Beth mae angen i chi ei wneud ar gyfer fy mam yw... Beth rydyn ni ei eisiau yw i chi alw heibio bedair gwaith y diwrnod i ddarparu gofal.

47:02

Rydyn ni eisiau i chi stopio'r plentyn rhag bod yn agored i berygl. Beth mae angen i chi ei wneud yw rhoi lleoliad sefydlog i'r plentyn'.

47:11

Yn eithaf aml, mae'r geiriau 'eisiau' ac 'angen' wedi'u defnyddio i ddisgrifio gwasanaethau,

47:17

gweithgareddau, ymyriadau, pethau sy'n cael eu gwneud 'ar gyfer' yr unigolyn.

47:23

Ond beth mae angen i ni ei ddeall a'i ddisgrifio yw anghenion gwirioneddol yr unigolyn am ofal a chymorth

47:31

ac nid yr angen am wasanaeth neu ymyriad penodol.

47:36

Dyma lle mae'r jargon am anghenion gofal a chymorth yn codi. Er enghraifft, dywedir bod 'anghenion gan y person mewn perthynas â'i ofal personol'

47:46

neu 'bod angen help ar y person gyda'i feddyginiaeth' neu 'mae angen cymorth ar y person i allu cymdeithasu'

47:53

- byddwn yn mynd i'r arfer o ddisgrifio beth rydym yn credu sydd angen ei ddarparu.

47:59

Yn lle hynny, mae'n fwy defnyddiol o lawer i ni ddisgrifio anghenion gofal a chymorth

48:05

drwy egluro pam mae ar yr unigolyn angen rhywbeth yn y lle cyntaf. Felly, wrth ddisgrifio anghenion gofal a chymorth,

48:13

peidiwch â meddwl am beth sydd ar yr unigolyn ei angen ond yn hytrach pam mae arno angen rhywbeth.

48:19

Er enghraifft, os ydym yn cofnodi bod ar rywun angen help gyda'i ofal personol,

48:26

dylem nodi beth yw'r gofal personol sydd ei angen a pham mae ei angen.

48:31

Ai am fod yr unigolyn wedi cael UTI o'r blaen fel bod angen i ni sicrhau ei fod yn lân ac yn cael ei gadw'n lân.

48:40

Ai am ei fod yn dueddol i gael briwiau pwyso fel bod angen i ni ei gadw'n lân.

48:46

A yw'r angen gofal a chymorth yn ymwneud â rheoli ei anghenion emosiynol, ei helpu i hunanreoli o ganlyniad i drawma y mae wedi'i brofi o'r blaen.

48:58

A yw ei angen am gymorth gyda meddyginiaeth yn ymwneud â'r ffaith nad yw'n gallu symud ei fysedd yn ddigon deheuig i dynnu tabledi o becynnau poteli plastig

49:09

neu am ei fod yn anghofio cymryd y feddyginiaeth oherwydd problemau cof?
Felly mae anghenion gofal a chymorth yn disgrifio'r rheswm dros yr angen
am y cymorth

49:19

yn hytrach na pha gymorth sydd ei angen. A rhaid i ni gyfuno hynny â beth
sy'n bwysig i'r unigolyn,

49:27

beth yw'r canlyniadau y mae'n dweud sy'n bwysig iddo a beth yw'r risgiau a
nodwyd mewn perthynas â'r unigolyn.

49:35

Gan gofio'r egwyddor o gymryd risgiau cadarnhaol. Felly yn yr asesiadau a'r
cynlluniau, mae angen cynnwys beth sydd o fewn y llinell las hon.

49:46

A mwyaf yn y byd y gallwn ni ddisgrifio hyn drwy'r lens hwn, mwyaf fydd y
cyfle i ni hwyluso llesiant pobl

49:53

drwy eu profiadau bywyd yn hytrach na chynnig atebion dros dro.

49:59

Felly unwaith eto, gallwn weld lle mae'r egwyddorion ar gyfer ymarfer yn
berthnasol

50:06

a lle mae angen iddynt fod yn sail i'r dulliau gweithredu, yr ymarfer, y camau
gweithredu, y rhannau o'r broses y dylem ei dilyn.

50:18

Myfyriwch ar y mewnbwn sydd wedi'i rannu mewn trafodaethau, gennych chi
neu yn y grwpiau,

50:25

gan ystyried yr egwyddorion ar gyfer ymarfer sydd ar y sgrin.

50:30

Rhannwch â'ch gilydd y profiadau hynny lle rydych chi wedi gweld yr egwyddorion hynny ar waith.

50:37

Beth fyddwch yn ei glywed wrth ddarparu gwasanaethau a chymorth sy'n rhoi sicrwydd i chi mai dyna'r ymarfer a'r diwylliant sydd yn eich sefydliad chi?

50:46

Efallai fod hynny'n fater o beth rydych yn ei weld yn cael ei gofnodi neu ei ysgrifennu

50:53

yn y gwaith papur sydd angen ei gwblhau. Myfyriwch ynghylch pa mor dda rydych chi wrth gyflawni'r egwyddorion,

51:02

gan geisio defnyddio dull seiliedig ar gryfderau. Dechreuwch y sgwrs/myfyrdod drwy nodi'r pethau rydych yn gwybod eich bod yn eu gwneud yn dda,

51:14

y pethau rydych yn hyderus amdanynt, a sut rydym yn gwybod ein bod yn eu gwneud yn dda.

51:20

Felly treuliwch tua 15-20 munud yn eich grwpiau yn dadansoddi hyn, sut mae'n dod i'r amlwg yn eich sefydliad chi.

51:29

Rhannwch enghreifftiau lle mae hyn yn gweithio'n dda, enghreifftiau lle rydych yn myfyrio ar hyn,

51:35

meysydd lle gellid gwneud ychydig mwy neu wneud rhywbeth yn wahanol.

51:43

Mae hyn yn crynhoi'r elfen ymarfer sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, gan ei

chysylltu â beth sydd angen i ni ei ddarparu,

51:52

a meddwl eto am y ffordd y byddwn yn edrych ar ansawdd a rhai o'r meysydd allweddol y gallwn ganolbwyntio arnynt

51:59

wrth ystyried a ydym yn sicrhau bod ein hymarfer yn canolbwyntio ar yr unigolyn.

52:06

Fyddwch chi'n disgrifio hyn yn eich datganiad o ddiben? A yw'r dull gweithredu hwnnw wedi'i ddisgrifio yn y llawlyfrau gwybodaeth

52:15

mewn ffordd sy'n ddealladwy i'r unigolyn? A ydym yn ceisio deall beth fydd ei brofiadau?

52:22

A ydym yn meddwl am yr anghenion gofal a chymorth, y canlyniadau arfaethedig, y risgiau?

52:29

A ydym yn treiddio'n ddyfnach ac yn gofyn y cwestiynau 'beth felly?'

52:34

wrth ystyried ein hasesiadau o addasrwydd? Wrth ddatblygu a chynhyrchu ein hasesiadau a chynlluniau personol a chynnal yr adolygiadau,

52:44

a ydym yn disgrifio ein safonau gofal a chymorth, a ydym yn cydnabod bod y safonau gofal a chymorth hynny

52:52

yn gysylltiedig yn uniongyrchol â'r diffiniad o lesiant yn y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant.

53:01

Ac mewn arolygiadau gan Arolygiaeth Gofal Cymru, byddant yn canolbwyntio

ar y canlyniadau llesiant hynny.

53:09

Byddant yn chwilio am dystiolaeth o ymarfer sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn

53:15

ac yn seiliedig ar gryfderau ym mhob agwedd ar beth mae'n ofynnol i ni ei ddarparu.

[Arwain ansawdd fel Unigolyn Cyfrifol: ymgorffori arfer sy'n seiliedig ar gryfderau \(rhan 1\)](#)

PPTX 882KB

Rhan 2

Mae rhan 2 yn esbonio sut i ddefnyddio ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau gydag arweinyddiaeth dosturiol i wella ansawdd gofal.

Gweld trawsgrifiad

0:00

Dyma ran dau y sesiwn hyfforddi am arwain ar ansawdd mewn lleoliad a reoleiddir.

0:08

Felly, ynghylch rhan dau, y nodau ac amcanion fyddai myfyrio ar yr hyn a ddysgwyd yn rhan un

0:15

a sut mae'r ymarfer wedi'i siapio. Does dim disgwyl y bydd pethau wedi newid yn sylfaenol bob tro,

0:22

ond y bydd rhywfaint o feddwl yn digwydd gyda rhywfaint o fyfyrion ac y ceir rhai mewnweliadau newydd efallai i'ch ffordd o ymarfer.

0:34

Mae hynny'n golygu beth rydych yn ei feddwl unigolion neu sefydliad.

0:40

Yn rhan dau, byddwn yn rhoi mwy o sylw i'r dull ymarfer yn seiliedig ar gryfderau

0:46

a chyflwyno egwyddorion arweinyddiaeth dosturiol er mwyn datblygu dull seiliedig ar gryfderau

0:54

a rhoi arweiniad ar sut y gallwn siapio safonau ansawdd a sut y mae'r rhain yn cyfrannu i'n hadolygiadau o ansawdd gofal fel darparwyr.

1:06

Gyda golwg ar ansawdd un o'r pethau allweddol yw bod yn glir ynghylch beth yw'r diffiniadau o ansawdd yn y sefydliad.

1:15

Beth yw ei natur? Beth mae'n golygu? Sut fyddai pobl yn ei brofi?

1:21

Sut mae hynny'n cael ei hyrwyddo ar draws y sefydliad fel bod pawb arall yn ei ddeall?

1:27

Sut mae'n cael ei fesur er mwyn sicrhau ein bod yn cyflawni? Ac wedyn sut mae'n cael ei fonitro

1:34

i weld pa effaith rydym yn cael ar fywydau'r unigolyn rydym yn cynorthwyo.

1:40

Dyma thema'r sesiwn rhan dau. Parhau i ystyried ein dull o weithio gyda phobl trwy ddull seiliedig ar gryfderau,

1:48

Ile mae hynny'n rhywbeth sy'n cael ei drafod yn aml. Fel roeddem wedi trafod yn rhan un, mae'n fwy na mater o ddim ond sylwi ar y cryfderau.

1:59

Mae angen canfod beth sy'n gweithio ac mae angen meddwl am beth mae'r unigolyn yn gallu ei gwneud.

2:06

Rhaid i ni ei weld fel dull o weithredu, dull o weithredu sydd wedyn yn cyfrannu at annibyniaeth,

2:14

cadernid, dewis ar gyfer pobl, a gwella llesiant.

2:20

Rhaid i ni feddwl am ddull seiliedig ar gryfderau mewn nifer o gyd-destunau.

2:26

Er enghraifft, gallai fod am wella sefyllfa'r unigolyn a byddwn yn defnyddio'r cryfderau hwnnw er mwyn gwella ei sefyllfa.

2:35

Neu all e fod am gynnal sefyllfa bersonol yr unigolyn a gall ymwneud hynny.

2:41

Mae angen i ni feddwl am sut byddwn yn mabwysiadu dull seiliedig ar gryfderau er mwyn gwneud hynny.

2:49

Ond, gellid cael achos lle mae sefyllfaoedd unigol yn debygol o ddirywio

2:56

a bod angen i ni feddwl sut byddwn yn cadw cymaint â phosibl o'r annibyniaeth,

3:01

cadernid, a dewis er gwaethaf y dirywiad hwnnw yn amgylchiadau'r unigolyn.

3:09

Rhaid i'r dull seiliedig ar gryfderau fod yn un cydweithredol. Rhaid iddo olygu mwy na dim ond dweud wrth yr unigolyn beth mae'n ei wneud yn dda.

3:19

Os ydyn ni wedi defnyddio'r priodol o gryfderau pobl, rhaid i'r unigolyn cael rhywfaint o hunanhyder

3:26

a mewnweliad o ran beth yw ei gryfderau er mwyn deall beth mae'n gallu gwneud drosto'i hun.

3:34

Mae angen i ni ddeall a yw'r unigolyn yn gallu ymddiried mewn pobl eraill

3:39

a theimlo'n gyfforddus wrth gael pobl eraill yn ei helpu, neu a yw'n teimlo ei fod yn gallu cael mynediad at gymorth yn y gymuned.

3:48

Rhaid i'r dull o weithredu fod yn un cymesur a hyblyg ac yn addas i amgylchiadau'r unigolyn,

3:56

ond, fel yr enghraifft a drafodir yn gynharach, ar allu Beti i yrru car,

4:02

pan rydych yn siarad â hi, mae'n dweud nad yw wedi gyrru'r car ers dwy flynedd

4:07

am ei bod wedi colli hyder ac nad yw'n debygol o yrru car eto.

4:13

Wrth ystyried plant, bydd y cyfeiriadau cryfderau ar gyfer plentyn penodol

4:19

yn ymwneud â'r ffaith ei fod yn mynd i'r ysgol. Ond heb ofyn y cwestiwn, felly beth?

4:26

nid oes cyd-destun i ddangos beth mae hyn yn ei olygu i'r plentyn a pham mae hyn yn gryfder ganddo.

4:34

Ai'r ffaith ei fod yn mynd i'r ysgol a'r cryfderau sy'n gysylltiedig â hynny oherwydd yr amser mae'n ei dreulio yn yr ysgol

4:41

am nad yw yn y cartref ac yn agored i effaith cam-drin domestig rhwng rhieni yn y cartref

4:47

a'r ffaith ei fod e'n chwarae'n yr iard pan fydd yn yr ysgol ac mae hwnnw yw'r unig gyfle sydd ganddo i ddatblygu ei sgiliau cymdeithasol

4:56

a threulio amser gyda chyfoedion? Ai mai'r pryd ysgol y mae'n ei gael yw'r unig bryd boeth maethlon y mae'n cael y diwrnod hwnnw?

5:06

Neu, ai mai'r cogydd neu'r glanhawr yn yr ysgol yw'r oedolyn y mae'r plentyn yn ymddiried ynddo ac yn gwybod y gall mynd ato i siarad ag ef?

5:16

Felly unwaith eto, nid y datganiadau cyffredinol lefel uchel rydym yn chwilio amdanynt.

5:23

Y peth pwysig yw manylion a chyd-destun yr unigolyn a beth mae'n ei olygu i'r unigolyn.

5:30

Bydd y dull seiliedig ar gryfderau yn mynd law yn llaw â pharodrwydd i gymryd risgiau cadarnhaol.

5:39

Os gallwn adnabod cryfderau'r unigolyn, gallwn eu defnyddio. Gallwn wneud defnydd priodol o'r cryfderau hynny

5:46

er mwyn helpu i liniaru unrhyw risgiau sydd wedi'u canfod i'r unigolyn hwnnw.

5:55

Yn y bôn, mae'r dull seiliedig ar gryfderau yn canolbwyntio ar beth sy'n bwysig i'r unigolyn

6:02

ac nid y'm yn gwneud dim ond canfod beth mae'n gallu ei wneud drosto ei hun,

6:08

ond hefyd, pwy a beth sydd o'i amgylch i'w helpu. Er enghraifft, efallai mai pwrpas rhai o'r gweithgareddau, fel ymarfer,

6:18

yw cysylltu yr unigolyn ag aelodau'r gymuned. Er enghraifft, rydym yn gwybod bod dau neu dri o unigolion yn byw ar un stad tai

6:28

nad ydynt yn mynd o'u tŷ, sy'n teimlo eu bod wedi'u hynysu a bod hynny'n cael effaith ar lesiant.

6:35

Felly gallai fod ag angen rhyw fath o ofal neu gymorth i ddelio â chanlyniadau ynysigrwydd.

6:42

Allen ni feddwl am ffordd i ddod â'r unigolion hynny i gysylltiadau â'i gilydd.

6:47

Rhywbeth diddorol am y dull seiliedig ar gryfderau yw ei fod yn golygu cydweithredu

6:54

a derbyn hefyd ei fod yn ymwneud â'r ffordd y mae'r unigolyn yn gweld ei hun.

7:00

Bydd llawer o'r unigolion rydym yn gweithio gyda nhw wedi clywed sgysiau o'u hamgylch am ryw adeg yn disgrifio pethau nad ydynt nhw yn cael eu gwneud

7:09

a phethau na allen nhw eu gwneud - pethau na allwn ganiatáu iddynt eu gwneud am fod risg yn gysylltiedig â nhw,

7:18

neu am y byddant yn cael effaith niweidiol ar yr unigolyn. Felly rhaid i ni feddwl ynghylch sut byddwn yn mabwysiadu'r dull seiliedig ar gryfderau

7:27

Ile mae tôn neu natur unrhyw drafodaeth neu gysylltiad â'r unigolyn wedi bod yn ymwneud â dynodi'r cymorth sydd ei angen arno

7:36

am nad yw'n gallu gwneud pethau penodol ac am fod risgiau'n gysylltiedig â nhw.

7:42

Mae gwybod sut mae'r unigolyn yn cael gweld ei hun mewn sefyllfa, yn gweld ei fyd ei hun, yn wirioneddol bwysig.

7:52

Byddwn yn annog pawb i aros a meddwl am bwy rydym yn eu gweld a disgrifio mewn gwirionedd.

7:58

Wrth wrando ar aelodau teulu, wrth wrando ar ymarferwyr eraill,

8:03

wrth wrando ar gymdogion, gofalwyr, ffrindiau, pwy maen nhw'n eu disgrifio mewn gwirionedd

8:10

o gymharu â'r ffordd y byddai'r unigolyn yn ei ddisgrifio ei hun? Yn bwysicach na hynny, a a fyddwn byth yn gofyn i'r unigolyn?

8:19

Rhannwyd enghraifft â mi'n ddiweddar o fenyw a fu'n fydwraig am flynyddoedd,

8:25

llawer o staff wedi sylwi ei bod yn mynd at aelodau staff yn aml gan afael yn eu breichiau a holi i weld a oeddynt yn iawn

8:33

gan roi sylw mawr i iechyd staff. A dim ond wrth geisio deall y rheswm dros yr ymddygiad hwnnw,

8:40

gan fod dementia gan y fenyw ac nad oedd yn gallu cyfleu mewn geiriau pam roedd yn ymddwyn felly.

8:47

Pryd hynny, roedd y staff wedi dechrau deall hanes y fenyw a'r ffaith ei bod yn arfer bod yn fydwraig.

8:55

felly beth wnaeth y staff oedd mynd ar eBay a phrynu un o'r hen declynnau mesur pwysau gwaed

9:01

y byddai'r fenyw wedi defnyddio wrth ymarfer ei bydwaig. Nawr mae hi'n mynd o gwmpas yn mesur pwysau gwaed yr aelodau staff yn rheolaidd

9:10

achos dyna'r ffordd mae'n gallu dangos ei bod yn gofalu am bobl. Rydw i wedi gweld enghraifft unigolyn a oedd yn arfer bod yn bennaeth ysgol

9:20

ac unwaith yr wythnos byddai staff yn dod ato â'u llyfrau ysgrifennu a phennau ysgrifennu

9:26

ac yn eistedd wrth y bwrdd gyda'r gŵr bonheddig hwn a byddai'n rhoi gwres fel pe bai nôl yn yr ysgol.

9:33

Enghraifft arall yw gŵr sy'n curo ar ddrws y swyddfa pob diwrnod yn y cartref preswyl lle mae'n byw

9:39

er mwyn casglu'i gyflog, sydd ddim ond arian papur. Roedd y gŵr hwn yn arfer bod yn löwr a dyma sut roedd e'n cael ei arian.

9:48

Beth oedd yn bwysig iddo ef oedd ei rôl, fel roedd yn dod ag arian i'r aelwyd

9:53

ac yn rhoi bwyd ar y bwrdd a gofalu am ei deulu. Nid yw wedi colli'r elfen honno o hunaniaeth a phwrpas.

10:01

Felly meddyliwch o ddifrif ar y dechrau, pwy yr ydych yn ei weld, pwy yr ydych yn ei ddisgrifio?

10:08

A ydych yn treulio digon o amser yn ceisio deall yr un y mae'r unigolyn yn ei weld yn y drych?

10:14

A ydych yn gofyn i'r unigolyn pwy y mae'n ei weld yn y drych? Achos mae hynny'n fan cychwyn i sgysiau, i gael gwybod yn iawn pwy yw'r unigolyn.

10:25

Os ydw i'n gweithio gyda phlant a phobol ifanc, byddaf yn gofyn iddynt pwy y maent yn ei weld -

10:31

a ydynt yn eu gweld eu hunain yn arwyr, yn rhywun sy'n gryf ac yn hyderus?

10:36

Neu a ydynt yn eu gweld eu hunain mewn golau gwahanol am fod pobl eraill wedi rhoi disgrifiad negyddol ohonynt efallai?

10:45

A byddaf yn gofyn iddynt a allent fod yn uwch-arwr neu fod â gallu goruwcharwr naturiol?

10:52

Beth fyddai hwnnw? Mae rhywbeth arall am y ffordd rydym ni a phawb arall yn gweld yr unigolyn

11:01

ac am y ffordd y mae'r unigolyn yn ei gweld ei hun. Wrth feddwl am ein dull seiliedig ar gryfderau,

11:07

un ymarferiad y gallwch ei wneud drwy fyfyrrio ar eich pen eich hun neu mewn grŵp

11:13

yw dechrau meddwl sut rydych chi fel sefydliad yn gweithio mewn ffordd seiliedig ar gryfderau.

11:20

Nid yw hon yn golygu dweud wrth rywun ei fod yn gwneud yn dda,

11:26

anfon neges e-bost personol wedyn, prynu teisennau un diwrnod,

11:31

neu roi hanner awr ychwanegol am ginio i rywun. Meddyliwch o ddifrif sut rydych chi'n gweithio mewn ffordd seiliedig ar gryfderau yn eich sefydliad

11:42

fel arweinydd neu uchaf-reolwr neu o ran y ffordd rydych yn gweld arweinwyr neu reolwyr yn gweithredu.

11:49

Beth yw hymddygiadau neu nodweddion eu gweithgareddau o rannu ffordd o arwain?

11:56

Os ydych yn arweinydd ac yn rheolwr ac wedi gweld eich staff yn gweithio ac yn rhyngweithio ac yn ymwneud ag unigolion,

12:04

meddyliwch am beth rydych yn ei weld ac yn ei glywed.

12:09

A yw hyn yn dangos i chi, yn rhoi lle i chi gredu bod staff yn gweithio mewn ffordd seiliedig ar gryfderau?

12:17

Os ydych chi'n aelod o staff, beth rydych yn ei gwneud i hyrwyddo dull seiliedig ar gryfderau

12:22

wrth weithio a chynorthwyo unigolion? Meddyliwch o ddifrif am y gwasanaethau rydych yn eu gwneud.

12:29

Y cwestiwn felly, beth yw hwn eto? Felly pa effaith y mae'r dull hwn yn cael ar y ffordd o ddiwallu anghenion yr unigolion

12:38

a chyflawni canlyniadau. Felly, nid yw'n dim ond mater o ddisgrifio sut rydym ni'n gweithio neu'n arwain.

12:46

Mae'n ymwneud â'r effaith y mae'n ei chael ar y gwasanaethau y mae'n ei wneud.

12:54

Mae mabwysiadu dull seiliedig ar gryfderau yn golygu ein bod yn edrych mewn ffordd gydweithredol ar gryfderau'r unigolyn,

13:03

ei alluoedd, ei amgylchiadau a'r bobl a phethau o'i amgylch.

13:08

Mae'n golygu troi oddi ar y syniad mai diffyg yw'r broblem - y risg, yr her, yr amcan, yr ymrwymiad.

13:17

Mae'n bwysig cofio nad yw'r dull seiliedig ar gryfderau yn ymwneud â threfnu gwasanaethau'n unig.

13:23

Rhaid i ni ystyried pa mor gydnerth, pa mor annibynnol fyddai'r unigolyn heb y gwasanaethau hynny.

13:32

Mae hwn yn set o gwestiynau y gallwch chi ei ddefnyddio. Nid oes awgrym y dylid ei ddefnyddio fel tudalen ychwanegol mewn ffurflen,

13:41

fel dogfen arall i'w llenwi, nac y dylem fynd trwy set o gwestiynau parod fel hon wrth ymarfer.

13:49

Mae'r rhain yn cael eu cynnig fel ffordd i gynnal sgwrs gydag unigolion a gallai ei ddefnyddio mewn nifer o wahanol gyd-destunau.

13:57

Gallai fod yn sgwrs gyffredinol gyda rhywun, gallai fod yn rhan o'r asesiad ar gyfer llunio cynllun personol.

14:04

Gellir ystyried rhai o'r cwestiynau hyn wrth adolygu'r cynllun personol yn ôl y drefn arferol.

14:12

Byddai arweinwyr a rheolwyr yn gallu defnyddio'r set hon o gwestiynau mewn sgysiau gyda staff

14:18

ar ôl newid ychydig ar y geiriau. Er enghraifft, beth yw'r pethau roeddech yn arfer eu gwneud yn eich swydd

14:25

ond nad ydych yn gallu eu gwneud nawr? Pa lefel o ymreolaeth a oedd gennych ond sydd heb fod gennych nawr yn eich barn chi?

14:35

Pa effaith y mae hyn yn ei chael? Pa lefel o ymreolaeth yr hoffech ei chael wrth gynorthwyo unigolion?

14:43

Beth rydych wedi gallu ei wneud yn eich rôl nad oeddech yn gallu credu roeddech chi'n gallu ei wneud?

14:50

Gallwch eirio'r cwestiynau hyn yn nhermau rhyngweithio, sgysiau, perthnasoedd ac unigolion sy'n cael cymorth.

14:59

Ond meddyliwch hefyd am y rheini rydych yn eu rheoli ac efallai y gallwch ddefnyddio cwestiynau i helpu staff i fabwysiadu dull seiliedig ar gryfderau.

15:12

Un ymarfer buddiol i'w gyflawni fel unigolyn neu mewn grŵp yw canolbwyntio ar unigolyn rydym yn ei gynorthwyo

15:21

oherwydd gallwn siarad yn nhermau eithaf cyffredinol wrth wneud hynny.

15:26

Ar ystyr y dull gweithredu'n seiliedig ar gryfderau, mae'r pwnc yn dod yn fwy am sôn am yr unigolion sy'n cael cymorth gennym.

15:35

Y peth cyntaf i'w wneud yw meddwl am unigolion penodol.

15:40

Meddyliwch am unigolyn rydych yn gweithio gydag ef ac sy'n cael cymorth gan eich sefydliad.

15:47

Wedyn ewch drwy'r cwestiynau sydd ar y sgrin. Meddyliwch am beth mae'r unigolyn hwnnw wedi gallu ei wneud

15:55

ac nad oedd yr unigolyn neu'r bobl o'i amgylch wedi credu y gallai ei wneud.

16:00

Beth maen nhw wedi gallu gwneud drosto'i hun? Beth oedd e'n gallu ei wneud a faint o hynny sy'n ganlyniad i wneud pethau drosto'i hun?

16:10

Pwy sydd wedi ei helpu a beth mae'n credu i'r helpu ei wneud? Pa gymorth y mae'r unigolion wedi cael gan sefydliadau i wneud hyn?

16:19

Pa gymorth allanol a gafodd yr unigolyn? Yr un mor bwysig yw ystyried sut bydd hyn yn effeithio ar ei angen am gymorth yn y dyfodol.

16:29

Wrth gynnig cymorth i unigolion rhaid i ni feddwl bob amser am y dull seiliedig ar gryfderau

16:36

a'r ffordd mae'n hyrwyddo annibyniaeth, cadernid, llesiant, dewis a rheolaeth.

16:43

Ac wrth i ni wneud rhagor i ganfod cryfderau unigolion a'u helpu nhw i'w canfod,

16:48

dylid cynnwys cam ym mhob proses adolygu i ystyried a oes angen i ni barhau i gynorthwyo fel rydym wedi gwneud erioed

16:57

neu yn gwneud ar hyn o bryd. Er enghraifft, os bydd yr unigolyn yn dweud, "Rydw i'n fwy hyderus nawr

17:04

ar ôl i mi brofi fy hun fy mod i'n gallu gwneud y gwasanaethau dasgau hyn,

17:09

dydw i ddim yn meddwl y bydd angen i mi gael help gan unigolion i wneud mwy o hyn ymlaen.

17:15

"Rydw i'n teimlo mwy o hyder yn fy ngallu i roi cynnig ar wneud pethau eraill ar fy mhen fy hun gyda ffrindiau neu aelodau teulu os byddant yn barod ac yn fodlon i fy helpu."

17:26

Meddyliwch am y math o gymorth y bydd angen arnynt yn y dyfodol.

17:32

Felly treuliwch ychydig o amser ar eich pen eich hun neu mewn grŵp yn meddwl ac yn myfyrio am unigolyn rydych yn ei gynorthwyo.

17:41

Gallwch wneud yr ymarfer hwn i ddibenion hyfforddi neu bydd yn werthfawr mewn sesiynau goruchwyllo, cyfarfod o'r tîm, neu sesiynau myfyrio grŵp.

17:53

Felly, er mwyn crynhoi prif nodweddion y dull seiliedig ar gryfderau,

17:59

mae angen meddwl sut mae'n ymddangos y gwerth yng ngalluoedd unigolion.

18:04

Nid yw hwn yn golygu galluoedd meddyliol o reidrwydd. Mae'n ymwneud â gallu'r unigolyn i gynnal ei hun gan ddefnyddio ei sgiliau, ei wybodaeth, a'i gysylltiadau.

18:15

Nid yw canolbwyntio ar gryfderau yn golygu ein bod yn anwybyddu'r heriau neu'n ceisio ffugio bod yr anawsterau yn gryfderau.

18:24

Mae'n golygu sicrhau cydbwysedd cywir wrth ofalu ein bod yn cynorthwyo unigolion mewn ffordd gymesur.

18:32

Rhaid i ni gydweithio â'r unigolyn ei hun neu gyda'r bobl eraill sydd o'i amgylch.

18:38

Gallem weld ein bod mewn sefyllfa lle rydym yn gorfod herio unigolion eraill. Er enghraifft, ceir llawer o atgyfeiriadau i wasanaethau cymdeithasol neu ddarparwyr

18:49

am fod canfyddiad bod angen help ar yr unigolyn i wneud rhywbeth nad yw'n gallu ei wneud.

18:56

Mae'n bwysig cael sgwrs gyda'r atgyfeiriwr a gofyn, pam rydych chi'n credu nad yw'r person yn gallu gwneud hyn?

19:02

Pryd gollodd y gallu i wneud hyn? Rhowch enghreifftiau i mi o resymau dros gredu

19:08

y gallai wynebu risg neu nad yw'n gallu gwneud rhywbeth. Oherwydd yn eithaf aml wrth sôn am risgiau diffyg cryfder

19:17

nid y risg i'r unigolyn sydd ddan sylw bob amser. Gallai fod yn orbryder ymysg gweithwyr proffesiynol,

19:25

yn ganlyniad i euogrwydd yn y teulu yn ofid. Mae'n golygu na fydd bob amser yn cael darlun hollol gywir o'r sefyllfa.

19:33

Gofynnwch y cwestiynau i'r unigolyn ei hun, er enghraifft. Rydw i'n clywed llawer gan bobl eraill am bethau maen nhw'n credu na allwch chi eu gwneud.

19:42

Ond beth allwch chi ei wneud? Beth ydych chi'n gallu ei wneud drosoch chi eich hun neu i helpu pobl eraill?

19:49

Pam rydych chi'n meddwl nad ydyn nhw'n credu y gallwch chi wneud? Ystyriwch y sgwrs yn fanwl

19:54

ac os oes rhai yn mabwysiadu'r dull hwn o weithredu a'i roi ar waith bydd llawer mwy o unigolion yn dechrau cyd-gynhyrchu cymorth

20:03

yn hytrach na'i dderbyn yn oddefol. Felly, yn y rhan olaf hon o'r sesiwn,

20:09

byddwn yn dechrau crynhoi beth rydym wedi'i wneud yn rhan un, a chrynhoi beth rydym wedi'i wneud yn adran gyntaf y rhan dau hon

20:18

er mwyn dechrau ystyried sut byddwn yn diffinio ansawdd. Mae'r arweinyddiaeth yn agwedd allweddol a hyrwyddo ansawdd mewn sefydliad

20:28

ac o ran diffinio ansawdd mae canfod a mesur yn cael ei sicrhau ansawdd priodol

20:34

yn cael ei weld yn dasg i arweinwyr yn aml. Felly y mae yn bennaf, ond mae cyfrifoldeb gan bawb sy'n gweithio mewn sefydliad

20:42

i arwain ar ansawdd mewn un ffordd neu'r llall. Ond o ran y rheiny sydd mewn rolau arwain,

20:48

mae'n bwysig i chi ystyried pa mor dda rydych chi wrth arwain ar y sefydliad.

20:54

Y ffordd rydych yn arwain y sefydliad fydd yn penderfynu a fyddwch yn darparu gwasanaethau ansawdd da neu beidio.

21:03

Erbyn hyn yng Nghymru, mae gennym egwyddorion arweinyddiaeth dosturiol mewn iechyd a gofal cymdeithasol

21:11

a ddatblygwyd gan Addysg a Gwella Iechyd Cymru. Mae'r naratif am yr egwyddorion yn ddiddorol iawn

21:18

oherwydd rydym eisoes wedi trafod y rhan fwyaf o'r pethau sydd ar y sgrin yn rhan un o'r hyfforddiant ac yn adran gyntaf y rhan dau hon.

21:28

Wrth drafod yr egwyddorion, nid rydym yn clywed toreth o eiriau generig a thechnoleg sy'n ddiarth i bobl,

21:35

felly un peth i'w ystyried fel arweinydd a rheolwr yw sut byddwch yn trosi'r egwyddorion i iaith a themau y gall pobl ei dderbyn a'i ddeall.

21:46

Un ffordd i ddefnyddio'r egwyddorion hyn yw meddwl am beth maent yn ei ddweud wrthym am yr hyn sydd angen i ni ei wneud a pham.

21:54

Ond mae angen i arweinwyr hefyd allu disgrifio ffordd i gyflawni egwyddorion.

22:00

Er enghraifft, fel arweinydd ni fyddwch am sefyll o flaen grŵp o staff a dweud rhywbeth fel,

22:06

"Byddaf yn sicrhau fy mod yn cryfhau parch, llais, dylanwad, a dewis" oherwydd byddai'r rhan fwyaf o'r gweithlu yn troi at ei gilydd ac yn meddwl,

22:15

'Beth mae hynny'n ei feddwl?' Bydd angen i chi allu dweud rhywbeth fel, "Dyma beth rydw i am ei wneud."

22:22

"Dyma'r ymdrech y byddaf yn ceisio ei wneud." "Dyma sut byddaf yn ei gyflawni." "A dyma sut byddaf am i chi deimlo os byddwn yn arwain fel hyn."

22:31

Felly mae angen i ni allu trosi'r egwyddorion i gyfleu'r profiad y caiff y bobl rydym yn eu harwain.

22:40

Gallech gyflawni'r gweithgarwch canlynol fel unigolyn neu mewn grŵp i ystyried ffyrdd i roi'r egwyddorion hyn ar waith.

22:48

Os ydych yn arweinydd neu'n rheolwr, treuliwch ychydig o amser yn meddwl

22:53

pa fath o nodweddion ac ymddygiadau y bydd eu hangen os ydych yn arwain yn unol â'r egwyddorion arweinydd neu dosturiol.

23:03

Pa deimladau fydd gan y staff o ganlyniad i hyn os ydynt yn cael eu harwain yn dosturiol?

23:09

Ac yn y pen draw, os bydd staff yn teimlo eu bod yn cael eu harwain yn dosturiol, bydd hynny'n cael ei amlygu yn y ffordd y maent yn cynorthwyo unigolion wedyn.

23:19

Os ydych yn aelod staff treuliwch ychydig o amser yn meddwl am yr hyn rydych am ei weld

23:25

mewn arweinwyr a rheolwyr o ran ymddygiadau a nodweddion eu gweithgareddau.

23:31

Sut byddwch am deimlo? Sut fyddwch yn teimlo os yw'r arweinydd neu reolwr yn arwain yn unol â'r egwyddorion hyn?

23:40

Fel rhan olaf o'r sesiwn byddwn yn meddwl am ffyrdd i ddechrau siapio,

23:45

disgrifio, a diffinio'r agweddau ar ansawdd sy'n wirioneddol bwysig.

23:52

Ar y dechrau, roeddem wedi sôn am y camau allweddol wrth bennu a rheoli ansawdd.

23:59

Y cam cyntaf yw diffinio ansawdd a math o brofiad a geir o'r ansawdd hwnnw.

24:05

Yr ail gam yw penderfynu sut i hyrwyddo o fewn y sefydliad. Y trydydd cam yw penderfynu sut i'w fesur.

24:14

A'r pedwerydd yw penderfynu sut i fonitro ei effaith a phrofiadau'r unigolyn.

24:22

Cyn i ni ddechrau trafod y cyd-destun deddfwriaethol a'r cyd-destun polisi ansawdd,

24:29

bydd yn ddefnyddiol i ni aros a meddwl am sefyllfa bresennol eich sefydliad.

24:34

Felly, fel unigolyn, neu mewn grŵp, cymerwch ddeg munud i feddwl am y prif elfennau mewn ansawdd yn eich sefydliad

24:44

a sut mae ansawdd yn cael ei ddiffinio a'i hyrwyddo. Rhaid i ni ystyried beth yn union rydym yn ei fesur

24:52

Er enghraifft, bydd pawb yn adolygu polisïau gweithdrefnau, bydd rheolwyr yn adolygu be sydd mewn asesiadau, cynlluniau personol, dogfennau adolygu.

25:03

Rydym yn gwybod bod rhaid i ni gyflawni'r dasg honno. Y cwestiwn yw, beth rydym yn chwilio amdano?

25:10

Felly os yr awn nôl at yr egwyddorion ymarfer a drafodwyd yn gynharach

25:16

os oeddwn, er enghraifft, yn adolygu cynlluniau personol a'r adolygiad o'r cynlluniau personol hynny,

25:23

a fyddwn am weld tystiolaeth eu bod wedi'u cwblhau neu a fyddaf hefyd yn chwilio am dystiolaeth o lais, dewis, a rheolaeth yr unigolyn,

25:33

bod y cynllun wedi'i gyd-gynhyrchu, ei fod yn canolbwyntio ar ganlyniadau ac yn seiliedig ar gryfderau,

25:40

ei fod yn cynnwys elfen o gymryd risgiau cadarnhaol, ai fod yn gymesur?

25:46

Felly, ar eich pen eich hunain neu mewn grŵp, rhaid i ni ystyried o ddifrif beth yw'r elfennau allweddol

25:54

neu ddisgrifiadau allweddol o ansawdd, sut maent yn cael eu hyrwyddo,

25:59

a sut rydym yn gwybod a ydynt yn cael effaith ar brofiad bywyd pob dydd yr unigolyn.

26:06

Bydd llawer o drafodaethau am ansawdd y gweithgareddau a gynhelir yn cael eu seilio ar ansawdd y gofal sy'n cael ei ddarparu i'r unigolyn.

26:17

Bydd o gymorth i ni sicrhau ein bod yn ystyried pob agwedd yr ansawdd.

26:22

Mae ansawdd yn cynnwys gofal sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn sy'n rhan helaeth yng ngwaith, fel rydym wedi trafod trwy gydol yr hyfforddiant.

26:32

Ond wrth feddwl am beth arall sydd wedi ei gynnwys yn rheoliadau a'r canllawiau statudol,

26:38

mae ansawdd hefyd yn cynnwys ymarfer diogel ac effeithiol a threfniadau iechyd a diogelwch fel trefniadau i reoli digwyddiadau,

26:49

rheolau meddyginiaeth, trefniadau diogelu. Agwedd bwysig arall ar ansawdd yw arweinyddiaeth,

26:56

rheoli a diwylliant fel rydym newydd ei drafod mewn perthynas ag arweinyddiaeth dosturiol,

27:03

Ile roeddem wedi sôn am yr angen i'w diffinio, hyrwyddo, mesur, monitro, a sefydlu diwylliant sefydliad.

27:11

Mae pob un o'r pethau hyn yn dylanwadu ac yn effeithio ar ansawdd, fel y mae ein prosesau recriwtio yn sicrhau ein bod yn dilyn prosesau sefydlu,

27:21

yn cofrestru ein staff gyda Gofal Cymdeithasol Cymru, a'n bod yn rhoi sylw i elfen ar y rheoliadau a chanllawiau sy'n ymwneud â'r gweithlu.

27:32

Er enghraifft, fel unigolyn cyfredol, byddwch yn cynnal adolygiad o ansawdd gofal,

27:38

yn cynnig anweliadau yn asesu a yw'r adnoddau'n ddigonol,

27:43

cwblhau adroddiadau ac ati. Felly mae hyn yn eich atgoffa bod ansawdd yn cynnwys nifer o wahanol feysydd,

27:51

yr effaith ar brofiad yr unigolyn a gynorthwyir yn un o'r pethau pwysig

27:57

os nad y pwysicaf i'w ystyried wrth werthuso ansawdd.

28:03

Mae AGC yn glir iawn yn eu canllawiau fod adolygiad ansawdd gofal effeithiol

28:10

yn un sy'n ceisio canfod y graddau y mae anghenion pobl eu hangen.

28:16

Ond pa mor dda ydyn ni wrth ddiffinio ansawdd? Oherwydd os ewch yn ôl at y rheoleiddio a'r canllaw statudol

28:26

fe welwch fod nodweddion ansawdd yn britho'r holl ddogfennau. Nid yw'r nodweddion wedi eu datgan yn gryno ac mewn un lle.

28:35

Bydd llawer o adolygiadau ansawdd gofal yn rhestru ac yn disgrifio nifer fawr o weithgareddau.

28:41

Byddant yn cynnwys rhywfaint o brofiad yr unigolyn, ond mae hyn yn dystiolaeth feintiol ar y cyfan.

28:48

Felly rhaid i ni ystyried beth fyddwn yn ei dweud ar ben y safonau ansawdd fel sefydliad.

28:54

At beth rydym yn anelu? Sut byddwn yn ei fesur? A sut byddwn yn gwybod ein bod yn ei gyflawni?

29:02

Ac mae angen y safonau ansawdd hynny fod yn glir o jargon, yn rhywbeth y mae pawb yn gallu uniaethu ag ef.

29:12

Fel y gwelwch ar y sleidiau, mae rheoleiddiad a chanllawiau yn glir ynghylch beth yw safon ansawdd.

29:18

Mae gofyn i ni fod yn fesuradwy o ran gwybodaeth a beth sydd angen ei wneud er mwyn cyrraedd y safon ansawdd sydd wedi cael ei ddatgan.

29:28

Mae gofyn i ni fod yn fesuradwy o ran effaith y caiff ar unigolyn a'r profiad bywyd pob dydd.

29:35

Dylai safon ansawdd fod wrth wraidd y datgan o'r diben. Mae'n ddigon posibl y bydd cyfeiriad atynt yn eich llawlyfr gwybodaeth.

29:44

Mae angen canolbwyntio a ydynt yn ymweliadau chwarterol yr arolygydd cofrestredig.

29:50

Mae angen iddynt fod yn amlwg yn y ffyrdd a gynhyrchir ac adolygu cynlluniau personol.

29:56

Mae angen iddynt fod yn amlwg yn y ffordd y mae staff yn gweithio o ddydd i ddydd wrth gynorthwyo'r unigolyn.

30:03

Er enghraifft, y ffordd maent yn eu helpu i ddiwallu anghenion gofal personol yr unigolyn,

30:10

ei gynorthwyo i fynd allan yn y gymuned, i fynd i'r ysgol, ac ati.

30:19

Felly, mae wir angen i ystyried sut rydym yn diffinio ansawdd.

30:25

Mae'n bwysig iawn tynnu ar yr ymarfer a wnaethoch o'r blaen a meddwl ynghylch am beth yn union rydym yn ei ddiffinio

30:33

wrth ystyried ansawdd. Mae hyn yn bwysicach fyth nawr gan fod angen i ddarparwyr

30:39

gynnwys datganiad o gydymffurfiaeth yn y pedwar maes a gwelwch ar y sgrin

30:45

yn y ffurflen flynyddol i AGC, sydd angen eu cwblhau er mwyn cydymffurfio â rheoliadau

30:53

yn y canllawiau strategol ar gyfer risgiau. Nid yw'r math o ddatganiad sy'n dweud bod pobl yn teimlo bod eu llais yn cael ei glywed

31:02

neu fod ganddynt ddewis ynghylch eu gofal a chymorth a bod cyfleoedd yn cael eu darparu iddynt.

31:09

Rhaid iddyn ni ddangos sut mae hynny'n digwydd. Felly, beth yw'r broses?

31:14

Trwy ba weithgarwch rydym yn sicrhau bod llesiant pobl yn cael ei glywed?

31:20

Sut byddwn yn gwybod bod hynny'n digwydd a pha effaith y mae'n ei chael ar brofiad yr unigolyn?

31:26

Mae'r un peth yn wir am yr ail, trydydd, a'r pedwerydd datganiad. Bydd y broses yn haws o lawer os bydd gennych set o safonau ansawdd su'n glir ac yn cael eu mesur.

31:37

Felly wrth ystyried ansawdd, mae pawb yn meddwl yn nhermau beth maent yn ei weld, ei ddarllen, a'i glywed.

31:44

Mae'r un peth yn berthnasol wrth anfon holiaduron am fodlonrwydd at staff, at unigolion sy'n derbyn cymorth, ac i aelodau'r teulu a rhanddeiliaid.

31:55

Mae angen i chi gasglu tystiolaeth a gwybodaeth ynghylch y pedwar peth sy'n digwydd.

32:01

Mae angen bod yn ymwybodol iawn hefyd yn y prosesau ar gyfer deall a mesur ansawdd yr elfen o ganolbwyntio ar yr unigolyn.

32:09

Mae hyn yn eithaf anodd gan fod angen cyflawni llawer o weithgareddau.

32:15

Byddwn yn annog yr holl ddarparwyr i aros a meddwl am yr holl brosesau rydym yn rhoi ar waith,

32:21

fel yr holiaduron, yr arolygon, A yw'r rhain yn rhoi cyfleoedd go iawn i'r unigolyn?

32:29

Disgrifio ei brofiad? Y cyfarfodydd preswyl rydych yn eu cynnal?

32:34

Cymerwch gam yn ôl a meddwl mewn difrif a ydynt yn cael eu cynnal ar gyfer y preswylwyr neu ar gyfer y sefydliad sy'n darparu gwasanaeth?

32:44

Gyda golwg ar y cwestiwn mewn holiaduron ac arolygon ar gyfer adolygiadau ansawdd gofal,

32:50

a ydych yn gofyn cwestiynau ar sail beth rydych yn credu sydd angen ei wybod neu ar sail beth mae pobl am ddweud wrthyich?

32:58

Cofiwch bob amser am yr angen i ddatblygu dull o drafod ansawdd gofal sy'n seiliedig ar gyd-gynhyrchu.

33:05

Os y bydd yn un unigolyn cyfrifol ac yn gorfod ystyried beth fyddwn yn cynnal o'r adolygiadau ansawdd gofal,

33:14

mae'n debyg y byddwn yn eistedd gyda staff, gyda'r unigolion sy'n derbyn y gofal a chymorth,

33:20

gyda'r teuluoedd a'u ffrindiau, ac yn egluro iddynt beth yw fy rôl yn adolygu meintio mesur ansawdd.

33:28

Mae'n o'r dibenion wrth gynnal ymweliadau rheoleiddiad. Mae angen i mi gael gwybodaeth am brofiad pob un ohonoch.

33:36

Beth fydddech am ddweud wrthym wrth ymgysylltu'r rheolau ac ym mha ffodd y byddwch am wneud hynny?

33:42

Oherwydd a bod yn hollol onest, faint o bobl fyddai'n dewis llenwi holiadur yn hytrach nag eistedd a chael cwpaned a theisen?

33:50

Bydd plentyn mewn cartref preswyl plant yn fwy tebygol o roi gwybod i chi am ei brofiad wrth gicio pêl ar y cae pêl-droed neu fwyta hufen iâ ar lan y môr.

34:01

Felly mae gwir angen i chi feddwl am eich trefniadau ar gyfer casglu gwybodaeth am y pethau rydych am eu gweld ar y sgrin,

34:08

gan sicrhau eich bod yn canolbwyntio ar yr unigolyn ac yn meddwl am fesurau ansoddol i'w rhoi ar waith.

34:16

Er enghraifft, os oes cwestiwn yn yr holiadur sy'n gofyn, 'A ydych chi'n hapus i dderbyn y gwasanaeth?'

34:22

'A ydych chi'n hapus wrth fyw yn y cartref hwn?' a bod pobl yn cael y dewis i ateb 'ydw' neu 'nac ydw',

34:29

pan mae'n fater o ysgrifennu'r adroddiad ar yr adolygiad ansawdd gofal, mae'n debyg y bydd yn dweud 'bod 98% o'r bobl yn y cartref preswyl hwn

34:39

yn dweud eu bod yn hapus' neu 'bod 89 o'r bobl yn y cartref yn dweud eu bod yn teimlo'n ddiogel.'

34:46

Fodd bynnag, nid yw'n glir beth mae hynny'n ei olygu o ran ansawdd, felly rhaid i chi ystyried beth i ehangu'r cwestiwn a gofyn, 'Byth sy'n gwneud i chi deimlo'n hapus?'

34:57

'Pryd oedd y tro diwethaf i chi deimlo'n hapus?' 'Beth sy'n digwydd o'ch cwmpas sy'n gwneud i chi deimlo'n ddiogel?'

35:04

Hefyd, mae pawb am sicrhau bod pobl yn teimlo eu bod mor annibynnol â phosibl,

35:09

felly byddwn yn gofyn y cwestiwn, 'A ydych chi'n teimlo eich bod yn annibynnol?' 'A yw'ch annibyniaeth yn cael ei hyrwyddo?'

35:17

Bydd 92% yn ateb yn gadarnhaol, ond sut rydym ni'n gwybod beth yw annibyniaeth ym meddwl yr unigolyn?

35:25

A sut byddwn yn gwybod yr ydym yn hyrwyddo hynny? A pha effaith mae hyn yn ei chael ar ansawdd bywyd unigolyn,

35:32

cymorth a gwybodaeth yn disgrifio sut mae pobl yn gweld annibyniaeth, a pha gymorth y maent yn ei gael i'w sicrhau?

35:40

Mae hynny'n rhoi darlun llawer cliriach o beth yw ansawdd.

35:45

Felly, dyma ymarfer lle allwch roi cynnig ar ysgrifennu safon ansawdd

35:51

ar gyfer eich sefydliad am bob un o'r datganiadau cydymffurfio hyn.

35:56

Gallwch fyfyrto ar safonau ansawdd rydych eisoes wedi ysgrifennu

36:01

neu feddwl am ysgrifennu rhai newydd. Wrth ystyried y safonau ansawdd, meddyliwch o ddifrif ynghylch pa lens rydych yn edrych trwyddo wrth eu hysgrifennu.

36:12

A oes safon ansawdd sy'n dweud eich bod am sicrhau bod yr holl staff yn teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi wrth weithio yn eich sefydliad?

36:20

A oes cwestiwn mewn holiadur i staff sy'n gofyn, 'a ydych yn teimlo eich bod yn cael eich gwerthfawrogi?'

36:27

Ni fydd yr ateb 'ydw' neu 'nac ydw' yn dweud wrthyf a yw'r staff yn teimlo eu bod yn cael eu bod yn cael eu gwerthfawrogi.

36:34

Ar y llaw arall, os byddaf yn mynd at y staff ac yn gofyn, beth sy'n gwneud i chi deimlo bod chi'n cael eich gwerthfawrogi wrth weithio'n y sefydliad hwn?

36:43

A'u bod yn dweud wrthyf beth sy'n gwneud iddynt deimlo hynny, byddai'n dda disgrifio'u profiad o beth maent yn ei ddweud wrth fesur ansawdd.

36:52

A ydw i am gael safon ansawdd sy'n dweud ein bod yn hyrwyddo canlyniadau ar gyfer unigolion?

36:58

Neu a fyddem yn ysgrifennu safon ansawdd sy'n edrych trwy lens yr unigolyn ac yn dweud,

37:04

'rydw i'n gallu gwneud pethau sy'n gwneud i mi deimlo'n hapus.' 'Gallaf wneud y pethau rydw i'n mwynhau.'

37:11

'Gallaf gysgu yn y nos.' 'Rydw i'n gwybod pam ydw i'n teimlo'n ddiogel yn fy nghartref.'

37:16

'Mae gen i gyfleoedd i dreulio amser gyda ffrindiau a phobl sy'n bwysig.' Sut byddwch yn mesur hyn?

37:23

Gofynnwch gwestiwn amdano yn yr holiadur. Chwiliwch yn y gwaith papur am dystiolaeth bod hyn yn digwydd.

37:30

Ystyriwch hyn wrth adolygu cynlluniau personol. Gofynnwch i bobl i rannu eu profiad wrth gynnal ymweliadau ansawdd gofal.

37:41

Wrth ystyried yr ymarfer blaenorol ar ddatblygiad safonau ansawdd

37:47

gallai'r model hwn fod yn un ddefnyddiol i ddod yn ôl at fyfyrion arno gan ei fod yn ymwneud â dweud beth yw ein safonau ansawdd.

37:55

A ydynt yn glir? A ydynt yn ddealladwy ac wedi eu diffinio? Mae'n golygu ystyried beth rydym yn ei fesur

38:02

a sut byddwn yn cael y dystiolaeth i ddangos ein bod yn cyrraedd y safonau ansawdd neu beidio.

38:09

Wedyn, mae'n golygu ystyried sut byddwn yn defnyddio'r wybodaeth honno i fesur yr effaith ar ansawdd.

38:16

Mae'n bwysig iawn ein bod yn ffurfio barn o ran rhyw fath er nad ydw i'n meddwl am hynny mewn ffordd fiwrocratiaid,

38:24

ond, ar ddiwedd prosesu'r adolygiad o ansawdd gofal, rhaid i ni fod mewn lle i ddweud gyda'n gilydd

38:32

mai dyma beth yw natur yr ansawdd yn ein sefydliad a dyma sut rydym yn gwybod ein bod yn sicrhau hynny

38:39

ac yn gwybod pa effaith rydym yn ei chael. Gellir cael adroddiadau ac adolygiadau o ansawdd gofal

38:46

sy'n disgrifio ac yn rhestru pethau o dan gyfres o benawdau, ond beth sydd ei angen mewn gwirionedd

38:54

yw cynnal dadansoddiad a dod i gasgliad neu grynhoi natur yr ansawdd.

39:00

Model buddiol arall sy'n debyg i'r model hwn o ran casglu gwybodaeth yw'r model myfyrio a dadansoddi sy'n gofyn, 'Beth felly?'

39:09

Nawr beth? Er enghraifft, wrth ysgrifennu a chloi adroddiad ar adolygiad o ansawdd gofal,

39:16

beth yw'r wybodaeth rydw i wedi'i chasglu? Felly beth rydym yn ymfalchïo ynddo?

39:22

Beth sy'n gweithio'n dda? Pa wasanaethau rydym yn eu gwneud ym mywydau pobl?

39:28

Ydyn ni'n gwybod? A oes angen i ni weithio ar rywbeth? A oes meysydd sy'n peri pryder?

39:34

Nawr beth sydd angen i ni wneud i ymateb hyn? Hwn fydd y cynllun gweithredu.

39:40

Bydd y cynllun gweithredu sy'n codi o adolygiad o ansawdd gofal yn un sy'n seiliedig ar gryfderau.

39:47

Mae'n iawn cael cynllun gweithredu ar ôl adolygiad o ansawdd gofal sy'n dweud ein bod yn cydnabod bod rhywbeth penodol yn gweithio'n dda yn ein sefydliad,

39:57

ein bod yn ymfalchïo ynddo ac mae un rhan o'r cynllun gweithredu yn parhau â hynny, cadw'r pwyslais,

40:04

cadw'r egni sy'n gweithio i fuddsoddi yn y pethau sy'n gweithio'n dda, a'n bod yn dweud hynny'n glir yn ein cynllun.

40:12

Yn ail ran ein cynllun bydd y meysydd rydym yn gwybod bod angen gweithio arnynt a rhoi sylw iddynt a dyma sut byddwn yn gwneud hynny.

40:21

Y peth arall i'w ystyried yw beth fydd yn digwydd i'r wybodaeth ar ôl cwblhau'r adroddiad

40:27

ac yr adolygiad o ansawdd gofal? Rydym yn gweld gwahanol ffyrdd o drin y wybodaeth rhwng darparwyr -

40:34

rhai'n ei rannu â'r darparwyr gwasanaethau'n unig neu'n ei rannu â'r comisiynwyr yn unig,

40:39

neu roi copi ohono i staff yn unig, er na fydd yn cael ei rannu â staff nac unigolyn sy'n derbyn y gwasanaethau

40:47

neu deuluoedd mewn nifer o sefydliadau. Mae'n bwysig iawn ystyried yr ethos o ganolbwyntio ar yr unigolyn,

40:54

cyd-gynhyrchu, gweithredu ar sail cryfderau, hyrwyddo llais, dewis y rheolau.

41:00

Yr holl egwyddorion hynny rydym wedi trafod trwy gydol y sesiynau hyfforddi.

41:06

A sicrhau bod gwybodaeth a chanlyniadau'r adolygiad yn cael eu darparu i rieni a gymerodd rhan ym mhroses yr adolygiad o ansawdd gofal.

41:16

Mae'n debyg y byddai'n ormod rhoi copi o'r adroddiad llawn, ond byddai crynodeb weledol sy'n cael ei rannu â staff, aelodau teuluoedd, unigolion a chomisiynwyr

41:26

yn dangos casgliadau o brosesu'r adolygiad o ansawdd gofal yn gallu bod yn haws efallai.

41:33

Unwaith eto, mae'r model 'Beth felly?' 'Beth nawr?' yn fframwaith defnyddiol lle allwch ddweud mai hwn yw'r peth rydym yn ymfalchïo ynddo,

41:43

dyma beth rydym yn gwneud yn dda, dyma'r pethau rydym yn gwybod bod angen i ni weithio arnynt,

41:50

a dyma'r pethau byddwn yn parhau i ymdrechu ynddynt, a dyma sut byddant yn gweithio yn y meysydd sydd angen eu datblygu.

41:57

Dylai proses o adolygiad ansawdd gofal fod yn un gynhwysol nid yn unig pan fydd pobl yn cyfrannu iddi,

42:04

ond hefyd pan fydd pobl yn clywed am ganlyniadau'r adolygiad hwnnw. Dylid rhannu'r canlyniadau hynny'n honest ac yn agored gyda phobl

42:14

yn unol ag egwyddorion arweinyddiaeth dosturiol, y dyletswyddau gonestrwydd, ac ati.

42:21

Crynodeb. Felly, er mwyn crynhoi'r negeseuon allweddol sydd wedi codi yn y sesiwn,

42:29

mae perthynas agos iawn rhwng y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant a RISCA.

42:35

Mae'r ddwy ddeddf yn ategu at ei gilydd yn effeithiol. Mae nifer o gysyniadau, egwyddorion a themau sydd yn RISCA

42:43

yn dibynnu'n helaeth ar y manylion sydd yn y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant. Felly mae'n bwysig iawn i ni ddeall y cysylltiadau rhwng y ddwy ddeddf.

42:52

Rydym wedi edrych ar bwysigrwydd diffinio, deall a mesur ansawdd trwy lygad yr unigolyn yn bennaf,

42:59

gan hepgor y jargon. Bydd y datganiadau cyffredinol yn ddiystyr

43:05

os na fyddwn yn gofyn y cwestiwn, 'Felly beth?' ac yn deall beth yn union mae hyn yn ei olygu i unigolion.

43:12

Trwy gydol y sesiynau rydym wedi ystyried dulliau seiliedig ar gryfderau.

43:17

Cofiwch nad mater o gofnodi pethau sy'n gweithio'n dda yn unig yw'r dull seiliedig ar gryfderau.

43:25

Y dull seiliedig ar gryfderau sy'n ategu ac yn ymgorffori ein ffordd o ymarfer

43:31

ac mae'n gyson â'r egwyddorion mater Mae'n mynd llaw yn llaw â'r ffordd rydym yn hyrwyddo ac yn sicrhau ansawdd ein sefydliad.

43:40

Ac yn olaf, mae arweinyddiaeth dosturiol yn ffordd effeithiol i hyrwyddo'r dull seiliedig ar gryfderau.

43:46

Mae'n gyson ag egwyddorion ymarfer, mae'n elfen allweddol o'r ffordd rydym yn sicrhau ansawdd yn ein sefydliad.

43:54

Felly, os byddwn yn dod â'r holl agweddu hyn ynghyd, byddwn mewn lle i allu hyrwyddo ansawdd mewn lleoliadau a rheoleiddir drwy lens yr unigolyn.

44:05

Mae'n bwysig iawn eich bod yn treulio ychydig o amser yn crynhoi yr holl wybodaeth rydych wedi'i chael

44:13

ac ymarferai yn ystod yr hyfforddiant ac yn eu troi nhw'n beth sy'n ystyrllon i chi fel unigolyn, fel tîm, neu fel sefydliad.

44:22

Un o'r ffyrdd allwch chi wneud hyn yw myfyrio ar y defnyddiau, myfyrio ar y dysgu ac ar yr holl drafodaethau a gafwyd ac ymrwymo i roi'r gorau,

44:31

i wneud un peth o ganlyniad i'r sesiwn ymrwymo, i ddechrau gwneud un peth o ganlyniad i ddysgu a myfyrio

44:39

ac ymrwymo i barhau i wneud un peth. Cadwch y rhain yn fyw.

44:44

Dewch yn ôl atynt a'u hadolygu. Nid gwneud adolygiad trwy ddweud eich bod wedi eu cyflawni yn unig,

44:51

ond eu hadolygu trwy ofyn y cwestiwn, felly beth? Dywedwch wrth eich hun,

44:57

'Rydw i wedi gallu gwneud hynny, felly beth yw'r gwahaniaeth y maen ei wneud?'

45:04

Diolch. Felly dyna ddiwedd y sesiwn. Diolch yn fawr am gymryd rhan.

Arwain ansawdd fel Unigolyn Cyfrifol: ymgorffori arfer sy'n seiliedig ar gryfderau (rhan 2)

PPTX 1MB

Gwerthoedd ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau

Esbonio'r gwerthoedd sydd eu hangen ar bobl i weithio mewn ffordd sy'n seiliedig ar gryfderau.