Llesiant gwell ar gyfer y gweithlu

Cyhoeddwyd gyntaf: 3 Ionawr 2024

Diweddariad olaf: 18 Ionawr 2024

Lawrlwythwyd y ddogfen hon o gofalcymdeithasol.cymru ac efallai nid hwn yw'r fersiwn diweddaraf.
Ewch i https://gofalcymdeithasol.cymru/amdanom-ni/ein-canlyniadau/adroddiad-effaith-2022-i-2023/llesiant-gwell-ar-gyfer-y-gweithlu-gofal-cymdeithasol-ar-blynyddoedd-cynnar am y fersiwn diweddaraf.

Llesiant gwell ar gyfer y gweithlu gofal cymdeithasol a'r blynyddoedd cynnar.

Trosolwg o'n cynnydd yn erbyn y canlyniad hwn o'n cynllun strategol yn ystod 2022 i 2023.

Mae eich llesiant yn bwysig

Mae llesiant y gweithlu yn ganolbwynt allweddol i'n gwaith. Rydyn ni am i'r gweithlu fod yn hapus, yn iach a chael cefnogaeth, fel eu bod yn eu tro yn cefnogi llesiant y bobl sydd dan eu gofal.

Clywsom ni gan **1,000 a mwy o bobl** a ddywedodd fod iechyd a llesiant y gweithlu yn hollbwysig ac mae'n ganolbwynt allweddol i **strategaeth y gweithlu ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol**

Y llynedd oedd ein hail flwyddyn lawn o gyflawni'r strategaeth ac fe barhaodd yn gyfnod heriol i'r sector. Er gwaethaf heriau sylweddol y tair blynedd diwethaf, rydyn ni wedi gwneud cynnydd ac ar yr un pryd wedi dechrau ystyried cam nesaf gweithredu'r strategaeth, o 2023 ymlaen.

Yn ystod y flwyddyn, fe wnaethon ni gyhoeddi dri chynllun i gefnogi'r gwaith o gyflawni strategaeth y gweithlu. Y rhain yw:

- cynllun gweithlu gwaith cymdeithasol
- cynllun gweithlu gofal uniongyrchol
- cynllun gweithlu strategol iechyd meddwl.

Fframwaith iechyd a llesiant

Ym mis Hydref 2022, cyflwynwyd ein **fframwaith iechyd a llesiant** cyntaf ar gyfer y rhai sy'n gweithio ym maes gofal cymdeithasol a gofal plant, chwarae a blynyddoedd cynnar.

Mae'n disgrifio llesiant da yn y gweithle a sut i greu gweithleoedd sy'n cefnogi llesiant staff.

“Dwi wedi bod yn defnyddio'r model fframwaith i rannu'r hyn a ddysgwyd ag arweinwyr yn fy awdurdod lleol.”

– Rheolwr y gweithlu

Cymorth gan gymheiriaid

Yn 2022 i 2023, buom ni’n cynnal **sesiynau cymorth cymheiriaid** ar-lein bob pythefnos ar gyfer rheolwyr gofal cartref a sesiynau deufisol ar gyfer rheolwyr cartrefi gofal:

- roedd **93 y cant** o'r rhai a gymerodd ran yn teimlo eu bod yn cael eu cefnogi'n emosiynol ac yn cefnogi eraill
- dywedodd **69 y cant** eu bod yn teimlo’n llai ynysig yn eu swydd.

“Doeddwn i ddim yn sylweddoli gymaint oeddwn i angen y sesiynau hyn nes i mi ddechrau arnyn nhw, o bosib un o'r ychydig bethau positif i ddeillio o'r pandemig."

– Rheolwr gofal cymdeithasol

Cymuned llesiant

Dywedodd y gweithlu wrthyn ni yr hoffent allu cysylltu a siarad ag eraill sy'n cefnogi llesiant yn y gweithlu, a chanfod beth sy'n gweithio.

Felly, fe wnaethon nil lansio ein cymuned ymarfer llesiant ar-lein yn ystod y flwyddyn, lle gall pobl siarad ag eraill am gefnogi llesiant yn y gwaith, a dysgu beth sy'n gweithio. Ar ddiwedd y flwyddyn, roedd gennym ni **95 o aelodau** ac mae'r gymuned yn parhau i fynd o nerth i nerth.

Yn 2022 i 2023, fe wnaethon ni ddatblygu **adnoddau** i gefnogi llesiant y gweithlu gofal cymdeithasol a blynyddoedd cynnar, ac ymwelodd mwy na **7,000** â'r wybodaeth a’r adnoddau ar ein gwefan.