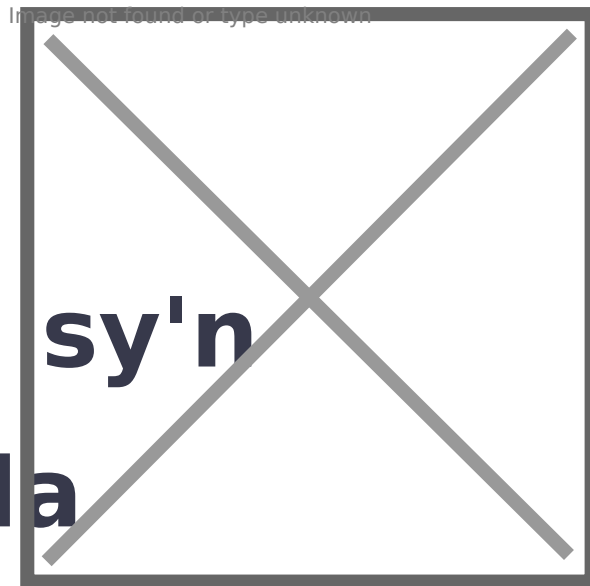


Grŵp 1: pobl sy'n gweithio gyda dinasyddion



Sgiliau a gwybodaeth ddefnyddiol i bobl yng ngrŵp 1 sydd am weithio mewn ffordd sy'n seiliedig ar gryfderau.

Cyhoeddwyd gyntaf: 29 January 2025

Diweddariad olaf: 4 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/sefydlur-dull-syn-canolbwyntio-ar-ganlyniadau/nid-hyfforddiant-yn-unig-ymarfer-syn-seiliedig-ar-gryfderau-mewn-gofal-cymdeithasol/nid-hyfforddiant-yn-unig-grŵp-1> am y fersiwn diweddaraf.

Sgiliau a gwybodaeth ddefnyddiol i bobl yng ngrŵp 1 sydd am weithio mewn ffordd sy'n seiliedig ar gryfderau.

Os yw pawb sy'n gweithio ym maes gofal cymdeithasol yng Nghymru yn gyfarwydd â dulliau seiliedig ar gryfderau, gallan nhw eu defnyddio i hyrwyddo canlyniadau cadarnhaol i'r bobl y maent yn eu cefnogi.

Pwy sydd yn y grŵp hwn

Mae'r grŵp hwn yn cynnwys unrhyw un sy'n gweithio gyda dinasyddion, gan gynnwys pobl sy'n:

- cynnal gweithgareddau ymgysylltu, fel grwpiau ffocws
- delio â chanmoliaeth neu gwynion am wasanaethau
- asesu anghenion a chynllunio ymyriadau
- rhoi gofal a chefnogaeth.

Gallan nhw fod yn:

- weithwyr gofal cymdeithasol neu ymarferwyr
- weithiwr cymorth
- weithwyr cymdeithasol
- bobl sy'n gweithio ym maes iechyd, blynyddoedd cynnar a gofal plant, addysg a gwasanaethau tebyg.

Gwybodaeth

Dylai pawb yn y grŵp hwn:

- deall egwyddorion allweddol ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau a pham rydyn ni'n eu defnyddio
- deall manteision gweithio mewn ffordd sy'n seiliedig ar gryfderau
- cydnabod y gwahaniaeth rhwng arferion sy'n seiliedig ar gryfderau ac sy'n seiliedig ar ddiffyg
- deall pam mae sefydliadau'n symud i ffwrdd o arfer sy'n seiliedig ar ddiffyg i arfer sy'n seiliedig ar gryfderau
- bod yn ymwybodol o ddeddfwriaeth berthnasol, gan gynnwys [Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant \(Cymru\) 2014](#) a sut mae'n hyrwyddo llais, dewis a rheolaeth pobl
- deall y polisiau a'r canllawiau sy'n cefnogi arferion sy'n seiliedig ar gryfderau yn eu sefydliad
- gwybod pryd i ddefnyddio ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau mewn maes gwaith penodol, megis amddiffyn plant, diogelu, gwaith cymdeithasol neu ymyriadau cyffuriau ac alcohol
- adnabod sut olwg sydd ar rwydwaith cymorth da i rywun, gan ddechrau gyda theulu'r unigolyn ac yna'r gymuned a gwasanaethau lleol
- cydnabod y pethau yn eu sefydliad sy'n ei gwneud hi'n anodd gweithio mewn ffordd sy'n seiliedig ar gryfderau, a sut i weithio gydag eraill i oresgyn y rhain.

Sgiliau

Dylai pawb yn y grŵp hwn allu:

- cynnal sgwrs 'beth sy'n bwysig', gan ddefnyddio sgiliau fel 'OARS', sy'n dod o gyfweld ysgogol:
 - cwestiynau agored

- datganiadau
- sylwadau
- crynodebau.
- meithrin perthynas gref, hyderus a pharchus gyda dinasyddion a chydweithwyr drwy:
 - ymgysylltu â'r person ar ei lefel nhw eu hun
 - canolbwyntio ar yr hyn sy'n bwysig
 - bod yn sensitif [i'w hangenhion a'u profiadau bywyd](#)
 - meddwl am y posibiladau ar gyfer y person hwnnw
 - cynllunio *gyda* 'r person yn hytrach nag *i'r* person.
- cael sgysiau anodd mewn ffordd dosturiol
- ysgrifennu adroddiadau a chynlluniau mewn ffordd sy'n:
 - canolbwyntio ar gryfderau'r unigolyn
 - defnyddio geiriau'r person ei hun
 - esbonio'r penderfyniadau yn glir
 - dangos sut y daethant i benderfyniad
 - esbonio sut mae'r person yn teimlo am benderfyniadau.
- gwneud asesiadau sy'n cofnodi ac yn adeiladu ar gryfderau unigol, teulu a chymunedol
- cynnal sgysiau 'beth sy'n bwysig' sy'n osgoi labeli, jargon ac iaith oddefol
- defnyddio arfer sy'n seiliedig ar gryfderau mewn maes gwaith penodol, megis amddiffyn plant, diogelu, gwaith cymdeithasol neu ymyriadau cyffuriau ac alcohol
- gwrandao ar – ac eirioli dros – pobl eraill sy'n gweithio mewn ffordd sy'n seiliedig ar gryfderau.

Sut i gefnogi pobl yn y grŵp hwn

Gallwch gefnogi pobl yn y grŵp hwn drwy:

- weithio tuag at ddiwylliant cadarnhaol yn eich sefydliad
- weithio [i werthoedd ymarfer sy'n seiliedig ar gryfderau](#)
- cynnig cyfleoedd ar gyfer ymarfer myfyriol rheolaidd.