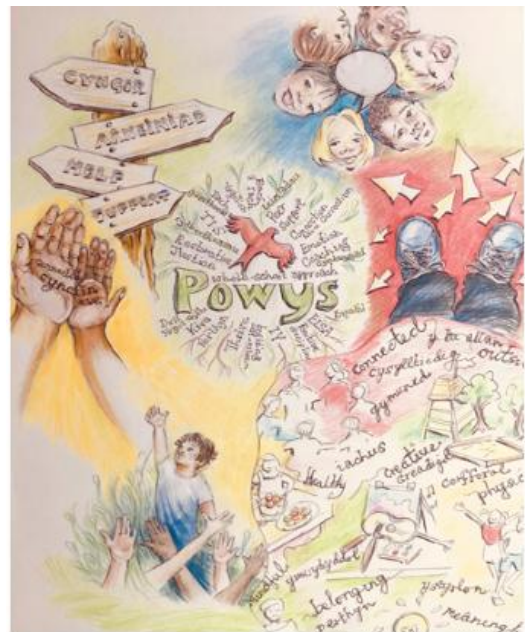


GWASANAETH YSGOLION

Dogfen Polisi a Strategaeth ar sefydlu dull Ysgol Gyfan ar gyfer lechyd Meddwl a Lles Emosiynol yn Ysgolion Powys.

Hydref 2024



Cynnwys

Trosolwg a Diben y Polisi	3
Dull ysgol gyfan o ddatblygu iechyd meddwl a lles emosiynol: crynodeb	4
Cwricwlwm i Gymru	6

Y Pedwar Diben	6
Y Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles (AoLE)	6
Elfennau Gorfodol yn y Cwricwlwm i Gymru.....	7
Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb	7
Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg.....	7
Gofynion ehangach a themâu trawsbynciol	8
Hawliau Dynol	8
Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015	8
Presenoldeb.....	9
Diogelu	9
Cyflawni dull ysgol gyfan.....	9
.....	10
Awgrymiadau ar gyfer datblygu dull ysgol gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl a lles emosiynol: Cynllun Datblygu Ysgol.....	11
Adeiladu ar arfer effeithiol presennol ym Mhowys	22
Cyfleoedd Hyfforddiant a Dysgu Proffesiynol	26
Cymorth sydd ar gael gan asiantaethau allanol	27
Cyfeiriadau yn y Cefndir	27

Hanes y Ddogfen

Dyddiad	Fersiwn	Awdur	Crynodeb o'r Diwygiad
Hydref 2021	1.1	Mary Strong a Christopher Davies	Mae'r polisi newydd hwn yn disodli 'dogfen Polisi a Strategaeth Powys i helpu i wella Iechyd Meddwl a Lles Emosiynol yn Ysgolion Powys (2020)'. Mae'r fersiwn hwn yn cyd-fynd â Fframwaith Llywodraeth Cymru ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer lles emosiynol a meddyliol a'r Cwricwlwm i Gymru.
01.10.23	1.2	Christopher Davies ac Andrew Farrell	Ychwanegwyd Adrannau ar Gyfarfodydd Tîm o Amgylch y Clwstwr (TAC) a Chodi Cyrhaeddiad Pobl Ifanc Difreintiedig (RADY), a diweddarwyd manylion cyswllt swyddogion.
01.10.24	1.3	Mary Strong, Christopher Davies ac Andrew Farrell	Mae'r holl ddiweddariadau wedi'u huwcholeuo mewn melyn. Diwygiwyd manylion Hyfforddi Emosiwn. Diweddarwyd yr adran lles staff. Hawliau Dynol – UNCRPD wedi'i gynnwys

			Manylion asiantaeth allanol wedi'u diweddarau ar gael nawr fel dogfen ar wahân..
--	--	--	--

Y ddogfen i'w hadolygu erbyn 01/10/2025

Dogfen Polisi a Strategaeth ar sefydlu dull Ysgol Gyfan ar gyfer Iechyd Meddwl a Lles Emosiynol yn Ysgolion Powys.

Trosolwg a Diben y Polisi

Mae gwella iechyd meddwl a lles emosiynol pob aelod o'n cymunedau dysgu ym Mhowys yn hanfodol. Ein gweledigaeth ym Mhowys yw bod lles ac iechyd meddwl da yn dod yn flaenoriaeth strategol, wedi'i ymgorffori yn niwylliant ac ethos pob ysgol. Nod y polisi hwn yw cefnogi ysgolion i ddatblygu amgylcheddau cynhwysol ac emosiynol iach ar gyfer plant ac oedolion.

Pam fod agwedd gynhwysol tuag at iechyd meddwl a lles emosiynol mor bwysig i ni ym Mhowys nawr?

Yr Argyfwng Iechyd Meddwl: Mind Cymru 2020

'Anaml iawn y bu amser mwy tyngedfennol ar gyfer blaenoriaethu iechyd meddwl y genedl Gymreig.'

'Gyda chefnogaeth (canfyddiadau'r adroddiad hwn) ... rydym yn annog Llywodraeth Cymru i roi iechyd meddwl wrth wraidd eu cynlluniau adfer.

Cyflwr Iechyd Plant 2020 Cymru:

Rhwng 2014 a 2020 bu bron i gyfraddau hunanladdiad ar gyfer pobl ifanc rhwng 15 a 24 oed ddyblu: o 4.9 fesul 100,000 i 9.7.

Adroddiad Pwyllgor Cymorth Iechyd Emosiynol ac Iechyd Meddwl Senedd Ieuenctid Cymru 'Gadewch i ni Siarad am Iechyd Meddwl.' Hydref 2020

'Mae 60 y cant o blant a phobl ifanc yn profi emosiynau anodd neu broblemau iechyd meddwl o leiaf unwaith yr wythnos yng Nghymru'. Mae'r adroddiad hwn yn gweld y cwricwlwm newydd yng Nghymru, a fydd yn cael ei gyflwyno o 2022 ymlaen fel cyfle i ymgorffori iechyd meddwl yn yr ystafell ddosbarth'.

Adroddiad British Journal of Psychiatry: erthygl gan y Guardian, Chwefror 2021

Mae tua 7% o blant wedi ceisio hunanladdiad erbyn eu bod yn 17 oed ac mae bron i un o bob pedwar yn dweud eu bod wedi hunan-niweidio yn ystod y flwyddyn ddiwethaf... gallai'r ffigyrau godi o ganlyniad i'r pandemig.

Effaith COVID

Mae COVID wedi effeithio ar iechyd meddwl a lles emosiynol pawb. Daw'r canlyniadau isod o'r arolwg "Iechyd Meddwl Pobl Ifanc" (Adroddiad COVID-19 – Medi 2021) ac maent yn tynnu sylw at rai o'r heriau y mae ein plant a'n pobl ifanc yn eu hwynebu yng ngoleuni'r pandemig byd-eang.

Mewn ymateb i'r arolwg:

- Dywedodd rhai pobl ifanc y byddent wedi hoffi cael mwy o gyfathrebu gan athrawon i siarad am eu hiechyd meddwl a'u lles.
- Roedd yn amlwg efallai nad yw pobl ifanc yn cael mynediad at help ar-lein neu dros y ffôn oherwydd nad ydynt yn ymwybodol o'r cymorth a'r cyngor sydd ar gael.
- Dywedodd rhai pobl ifanc nad oeddent yn teimlo bod rhywun yn gwrando arnynt nac yn eu cymryd o ddifrif ar yr adeg yr oeddent yn chwilio am help. Mae pobl ifanc eisiau gallu siarad â rhywun a theimlo bod rhywun yn gwrando arnynt.
- Dywedodd rhai pobl yr hoffent gael mwy o wybodaeth am sut i ofalu am eu hiechyd meddwl a'u lles.

I gloi'r datganiadau uchod, mae angen i les fod yn flaenoriaeth ym mhob ysgol a lleoliad. Mae angen rhoi cyfle i bobl ifanc siarad am ieuchyd meddwl a lles emosiynol a deall mwy amdano. Mae'r pwyntiau uchod yn cysylltu'n uniongyrchol â phwysigrwydd datblygu dull ysgol gyfan o ymdrin ag ieuchyd meddwl a lles emosiynol mewn ysgolion ledled Powys, a pherthnasedd y Maes Dysgu a Phrofiad Ieuchyd a Lles yn y Cwricwlwm i Gymru.

Gellir darllen yr adroddiad llawn yma: [Cyngor Ieuchyd Cymuned Powys - Ieuchyd Meddwl Pobl Ifanc Yn Ystod COVID-19 \(Medi 21\)](#)

Dull ysgol gyfan o ddatblygu ieuchyd meddwl a lles emosiynol: crynodeb

Mewn dull ysgol gyfan, mae lles ac ieuchyd meddwl yn berthnasol i bawb, gydag ymgysylltiad gwirioneddol ar draws y gymuned ysgol gyfan. Mae hyn yn cynnwys: staff, dysgwyr, llywodraethwyr, rhieni/gofalwyr a gwasanaethau allanol. Dylai lles fod yn flaenoriaeth i bawb, ac wrth galon y cwricwlwm, hyrwyddo diwylliant cadarnhaol ym mhob ysgol. Mae cysylltiad annatod rhwng ieuchyd meddwl da ac amgylchedd dysgu effeithiol, a dylid sefydlu ymwybyddiaeth ieuchyd meddwl drwy ddull ysgol gyfan.

Lles yw'r cydbwysedd rhwng cydnerthedd unigolyn a'r heriau y maent yn eu hwynebu. Mae lles cadarnhaol yn ymwneud â datblygu'r gallu i unigolion lywio cyfleoedd ac anawsterau bywyd.

Mae'r pwyntiau canlynol yn crynhoi ein gweledigaeth ar gyfer Powys, gan dynnu ar ddisgwyliadau Fframwaith Llywodraeth Cymru ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer lles emosiynol a meddyliol (2021):

1. Cydnabod a mynd i'r afael ag anghenion lles meddyliol ac emosiynol pob plentyn a pherson ifanc a'r oedolion y maent yn gweithio gyda nhw, gan gydnabod bod lles da i bawb yn galluogi llwyddiant allweddol, ac yn cyflawni

potensial personol, emosiynol ac academaidd.

2. Dylai dull ysgol gyfan cynhwysol gefnogi iechyd meddwl a lles emosiynol da i bawb. Mae'n ymwneud â meithrin cydnerthedd a sicrhau camau ataliol drwy ddatblygu perthnasoedd cadarnhaol rhwng holl aelodau cymuned yr ysgol.
3. Galluogi pob dysgwr i wybod sut, pryd a ble i fynd ati i chwilio am gymorth i'w hunain ac i eraill.
4. Cydnabod cyfrifoldeb yr ysgolion i nodi arwyddion o lesiant gwael a sicrhau bod cymorth effeithiol yn cael ei roi ar waith pan fydd dysgwr yn profi gofid mwy difrifol.
5. Cydnabod arfer effeithiol presennol ym Mhowys a chefnogi'r gwaith o ddatblygu dull strategol ysgol gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl a lles emosiynol drwy ddefnyddio'r dulliau hyn, neu ddulliau tebyg, sy'n seiliedig ar dystiolaeth yn eich lleoliad.
6. Mae angen cysylltu'r polisi hwn â chwricwlwm yr ysgol, gan sefydlu lles da drwy bob agwedd ar fywyd yr ysgol. Drwy eu cylch gwella ysgolion, mae angen i ysgolion nodi eu cryfderau a'u meysydd datblygu, gan gyd-lunio cynllun i fynd i'r afael â bylchau ac adolygu effaith camau gweithredu. Dylai'r broses hon o fyfyrrio a gwella fod yn barhaus.
7. Dylai'r broses hon ddarparu cyfleoedd i blant a phobl ifanc ddweud wrth bartneriaid/ rhanddeiliaid beth yw eu barn am y camau gweithredu sy'n cael eu rhoi ar waith, gan nodi'r hyn sy'n bwysig iddyn nhw ac ar eu cyfer.
8. Cyfrifoldeb holl aelodau cymuned yr ysgol yw hyrwyddo'r polisi hwn yn weithredol; Corff Llywodraethu, Uwch-dîm Arweinyddiaeth, Staff Addysgu a Chymorth.
9. Dylai Cyrff Llywodraethu a Phenaethiaid benodi arweinydd dynodedig ar gyfer iechyd meddwl a lles emosiynol ym mhob ysgol, er mwyn cydlynu dull cydweithredol gyda'r holl randdeiliaid.
10. Gweithio i fod yn gydweithredol o fewn a rhwng ysgolion, clystyrau, Awdurdodau Lleol, rhanbarthau a phartneriaethau amlasiantaethol, er mwyn manteisio i'r eithaf ar sgiliau, gwybodaeth a phrofiadau cyffredin, gan na all ysgolion ar eu pen eu hunain ddiwallu anghenion pob plentyn a pherson ifanc.
11. Yr Awdurdod Lleol i hwyluso hyfforddiant i'r holl staff allweddol, er mwyn sicrhau bod pob ysgol a chymuned yn dod yn fwy gwybodus ac mewn sefyllfa

well i nodi, deall a chefnogi anghenion iechyd meddwl a lles emosiynol.

12. Yr Awdurdod Lleol i roi sylw i'r polisi hwn wrth gyflwyno addysg heblaw yn yr ysgol (EOTAS).

13. Bydd y polisi hwn yn cael ei adolygu'n flynyddol.

Cwricwlwm i Gymru

Dylai'r polisi hwn, ynghyd â Fframwaith Llywodraeth Cymru ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer lles emosiynol a meddyliol, gefnogi ac ategu'r Fframwaith Cwricwlwm i Gymru.

Dylid ystyried bod agwedd ysgol gyfan at iechyd meddwl a lles emosiynol yn ganolog i lwyddiant y pedwar diben. Dylid darparu cyfleoedd pwrpasol i *bob* plentyn a pherson ifanc ddysgu am les emosiynol a meddyliol ar draws pob agwedd ar gwricwlwm ysgol, ac yn benodol o fewn Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles. Dylai cwricwlwm pob ysgol roi iechyd a lles wrth ei wraidd; gan sicrhau bod iechyd meddwl yn cael yr un cydraddoldeb ag iechyd corfforol a lles emosiynol a chyrhaeddiad.

Mae [Fframwaith Cwricwlwm i Gymru](#) yn rhoi cyfle i bob ysgol gynllunio cwricwlwm cynhwysol ac ymatebol sy'n diwallu anghenion *pob* dysgwr, yng nghyd-destun yr ysgol unigol. Mae'r Fframwaith yn annog ysgolion i adeiladu eu gweledigaeth eu hunain ar gyfer y cwricwlwm, gan sefydlu'r weledigaeth gyffredin o'r pedwar diben, a'r dysgu a ddiffinnir ar lefel genedlaethol a lleol. Mae Cwricwlwm i Gymru hefyd yn caniatáu i ymarferwyr fod yn greadigol a datblygu profiadau dysgu pwrpasol, dilys ac ystyrlon drwy ystod eang o gyfleoedd a chyd-destunau, sy'n diwallu anghenion pawb. Felly, dylid ystyried y polisi hwn, ynghyd â Fframwaith Llywodraeth Cymru, o fewn cynllun cwricwlwm ysgol.

Y Pedwar Diben

Y [Pedwar Diben](#) yw'r weledigaeth gyffredin o'r Cwricwlwm i Gymru, sy'n cynrychioli uchelgeisiau a dyheadau pob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru o 3 i 16 oed. Mae lles emosiynol a meddyliol yn chwarae rhan bwysig wrth ganiatáu i'n dysgwyr 'fod' a 'dod yn' y Pedwar Diben. Drwy ddod yn *unigolion iach a hyderus*, bydd dysgwyr yn adeiladu eu lles meddyliol ac emosiynol, gan ddatblygu hyder, cydnherthedd ac empathi. Trwy'r sgil *effeithiolrwydd personol* [sy'n rhan annatod o'r pedwar diben](#), dylai dysgwyr ddatblygu dealltwriaeth o'r ffactorau sy'n effeithio ar eu hiechyd meddwl a'u lles emosiynol, a chael eu cefnogi i reoli profiadau a gweithredu gydag empathi, tosturi a charedigrwydd drostynt eu hunain ac eraill.

Y Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles (AoLE)

Mae Polisi Powys a [Fframwaith Llywodraeth Cymru](#) yn cefnogi ac yn ategu'r [Maes Iechyd a Lles](#). Mae'r Maes hwn yn ymwneud â datblygu gallu dysgwyr i lywio cyfleoedd a heriau bywyd, gan roi pwysigrwydd ar iechyd meddwl a lles emosiynol, a'i gysylltiadau â lles corfforol a chydnerthedd. Mae dysgu am iechyd meddwl a lles emosiynol yn un o [Ddatganiadau O'r Hyn Sy'n Bwysig](#) yn y Cwricwlwm i Gymru. Mae'r Datganiadau hyn yn elfennau gorfodol o gwricwlwm pob ysgol, a thrwy'r

datganiadau hyn y gellir archwilio egwyddorion, pynciau a materion allweddol, gan roi hyblygrwydd i ysgolion nodi'r meysydd hynny sy'n berthnasol i anghenion eu dysgwyr, eu hysgol/lleoliad, a'u cymuned.

Elfennau Gorfodol yn y Cwricwlwm i Gymru

Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb

Mae Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn elfen orfodol o'r Cwricwlwm i Gymru a dylai fod yn rhan o ddull ysgol gyfan, wedi'i integreiddio'n effeithiol a'i ddatblygu ar draws y cwricwlwm. Mae Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn chwarae rhan allweddol wrth gefnogi hawliau dysgwyr i fwynhau perthnasoedd boddhaus, iach a diogel drwy gydol eu hoes. Dylai dysgwyr ddatblygu dealltwriaeth o sut mae ffydd, credoau, hawliau dynol a diwylliant pobl yn gysylltiedig â phob agwedd ar Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb, gan ddeall sut y gall yr hawliau hyn gyfrannu at les pawb. Gall y themâu a'r materion a gwmpesir gan elfen orfodol Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb effeithio ar les emosiynol a meddyliol ein dysgwyr. Ar draws y themâu hyn, dylai cynnwys y cwricwlwm yn Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb fod yn gynhwysol ac adlewyrchu amrywiaeth. Felly, dylai'r dysgu o fewn Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb hefyd ddatblygu ymwybyddiaeth a dealltwriaeth dysgwyr o wahanol hunaniaethau, safbwyntiau a gwerthoedd ac amrywiaeth o berthnasoedd, rhyw a rhywioldeb, gan gynnwys bywydau LHDTC+. Pan fydd ysgolion yn cynllunio ar gyfer darparu Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb, dylid ystyried ffactorau fel datblygiad corfforol a meddyliol ac emosiynol dysgwyr.

Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg (RVE)

Bydd Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg yn ofyniad statudol yn y Cwricwlwm i Gymru ar gyfer pob dysgwr o 3 i 16 oed. Un o nodweddion pedwar diben y cwricwlwm yw y bydd dysgwyr yn cael cymorth i ddatblygu fel unigolion iach, hyderus, sy'n barod i fyw bywydau boddhaus fel aelodau gwerthfawr o gymdeithas. Darperir cyfleoedd ar gyfer datblygiad ysbrydol yn y [datganiadau o'r hyn sy'n bwysig](#) i Ardal y Dyniaethau ac mae gan Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb lawer o gyfraniadau gwerthfawr a nodedig i'w gwneud.

Dylai Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb gynnwys cymorth i ddysgwyr; datblygu ymdeimlad o'u natur unigryw a'u gwerth; myfyrio ar eu teimladau a'u barn eu hunain a'u mynegi; datblygu dyheadau a dysgu byw gyda siom; dangos empathi ac ystyriaeth i eraill; datblygu tosturi a helpu eraill; datblygu llais a gwrando gyda pharch at leisiau pobl eraill a ffurfio perthnasoedd da. Gall yr holl ffactorau hyn gael effaith gadarnhaol ar iechyd meddwl a lles emosiynol dysgwyr.

Gofynion ehangach a themâu trawsbynciol

Hawliau Dynol

Mae'r polisi hwn hefyd yn rhoi sylw dyledus i [Hawliau Dynol](#), gofyniad ehangach a thema drawsbynciol o fewn y Cwricwlwm i Gymru. Mae gan blant a phobl ifanc a phobl anabl hawliau dynol penodol wedi'u gwarantu o dan Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) a Chonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau (UNCRPD).

Mae gan bob plentyn yng Nghymru hawliau o dan [CCUHP](#) i fod yn ddiogel, i gael eu trin â chydarddoldeb a dim gwahaniaethu, i gael eu cefnogi i ddatblygu eu hiechyd corfforol a meddyliol, i fynegi eu meddyliau a'u teimladau, i fod yn rhan o benderfyniadau a wneir amdanynt, i dderbyn cymorth ychwanegol os ydynt yn anabl, ac i dderbyn addysg sy'n eu galluogi i gyflawni eu potensial. Yn benodol, mae'r polisi hwn yn cefnogi datblygu'r canlynol:

- Erthygl 6, sy'n cydnabod bod gan bob plentyn a pherson ifanc yr hawl i oroesi a'r hawl i ddatblygu
- Erthygl 12, sy'n datgan bod gan blant yr hawl i ddweud beth maen nhw'n feddwl ddylai ddigwydd pan fo oedolion yn gwneud penderfyniadau sy'n effeithio arny'n nhw, ac i'w barn gael ei hystyried
- Mae Erthygl 24, sy'n dweud y dylai gofal iechyd i blant a phobl ifanc fod cystal â phosibl, ond mae hefyd yn mynd ymhellach na hyn drwy ddweud bod gan blant a phobl ifanc yr hawl i fod yn fodlon yn gorfforol ac yn feddyliol.
- Erthygl 29, sy'n dweud y dylai addysg plentyn neu berson ifanc helpu ei feddwl, ei gorff a'i ddoniau i fod y gorau y gall. Dylai hefyd adeiladu eu parch at bobl eraill a'r byd o'u cwmpas. Yn benodol, dylent ddysgu parchu eu hawliau a hawliau pobl eraill.

Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015

Mae [Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol \(Cymru\) 2015](#) yn ofyniad ehangach o fewn y Cwricwlwm i Gymru. Er nad yw'r Ddeddf hon yn gosod dyletswyddau penodol ar ysgolion, mae'n ei gwneud yn ofynnol i lywodraeth leol a chenedlaethol gyflawni datblygu cynaliadwy. Mae hyn yn golygu bod yn rhaid i ni gydweithio i wella lles economaidd, cymdeithasol, amgylcheddol a diwylliannol Cymru.

Un o'r Saith Nod Llesiant yw 'Cymru iachach.' Mae'r nod penodol hwn yn canolbwyntio ar ddatblygu “*Cymdeithas lle mae llesiant corfforol a meddyliol pobl cystal â phosibl a lle deallir dewisiadau ac ymddygiadau sydd o fudd i iechyd yn y dyfodol*”. Gall ysgolion ystyried y Ddeddf hon wrth ddatblygu eu dull ysgol gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl a lles emosiynol, gan ystyried nodau cenedlaethol.

Gellir ystyried yr holl agweddau uchod o fewn cynllun cwricwlwm ysgol, gan sicrhau bod Polisi Powys a Fframwaith Llywodraeth Cymru yn cefnogi ac yn ategu'r Cwricwlwm i Gymru.

Presenoldeb

Gall presenoldeb yn yr ysgol fod yn gymhleth iawn ac ni ddylid ei ystyried ar wahân i agweddau eraill ar addysg a lles dysgwyr. Mae llawer o achosion sylfaenol dros absenoldeb dysgwyr. Mae p'un a yw dysgwr yn mynychu'r ysgol yn dibynnu ar lawer o ffactorau, ac yn achos unrhyw ddysgwr penodol, mae'r rhesymau'n aml yn gyfuniad o achosion generig a phenodol. Mae cymorth da ar gyfer lles dysgwyr ac iechyd meddwl ac amgylchedd dysgu effeithiol wedi'u cysylltu'n hanfodol, a dylid hyrwyddo'r ddau drwy ddull ysgol gyfan.

Mae gwella presenoldeb yn fwyaf effeithiol pan fydd yr ysgol yn mabwysiadu nifer o ddulliau ac ymyriadau sy'n ategu ei gilydd ac sy'n gorgyffwrdd. Mae'r mentrau a ddefnyddir gan ysgolion i annog presenoldeb yn cael eu dylanwadu gan nifer o ffactorau lleol, gan gynnwys tueddiadau rhieni ac amgylchiadau cymdeithasol ac economaidd. Oherwydd y cymhlethdod cyd-destunol hwn a'r angen i ganolbwyntio ar y dysgwr, mae gwella presenoldeb yn gofyn am ddull ysgol gyfan a system gyfan. Mae gwella presenoldeb, fel gydag unrhyw agwedd arall ar wella addysg, yn dibynnu ar ehangder a chydlyniant yr ymateb gan y system addysg a phartneriaid. (*Llywodraeth Cymru, 2023, Perthyn, ymgysylltu a chymryd rhan: Canllawiau ar wella ymgysylltiad a phresenoldeb dysgwyr, t. 1*).

Diogelu

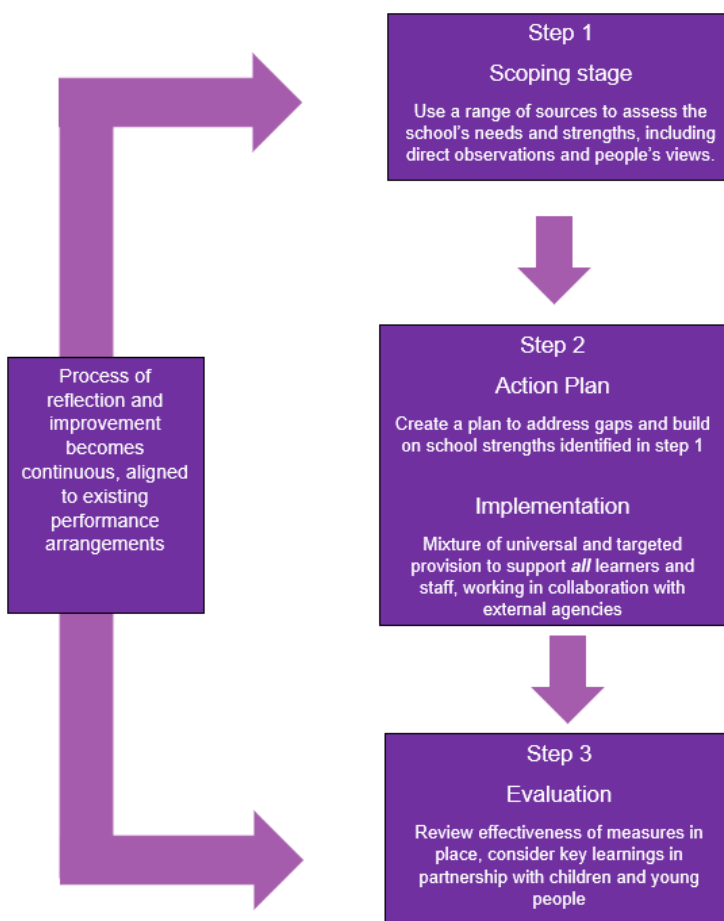
Mae rôl addysg wrth ddiogelu plant yn effeithiol yn hanfodol gan fod lleoliadau addysg yn dod i gysylltiad aml â phlant a theuluoedd a gallent fod yr unig weithwyr proffesiynol yn eu bywydau. Mae lleoliadau addysg yn aml yn dod â phlentyn i gysylltiad ag oedolyn y maent yn ymddiried ynddo a bydd staff yn dod i adnabod y plentyn a'r teulu yn ogystal â'u cymuned ehangach. Daw hyn â chyfrifoldebau a chyfleoedd, a dylai diogelu gael ei wreiddio yn niwylliant lleoliad addysg fel y gellir cychwyn ymyrraeth gynnar ac atal, lleihau risgiau a lleihau effaith trawma. Nid yw'r dull lles ysgol gyfan (lleoliad) yn ymwneud â hyrwyddo un fenter unigol, nac ymyrraeth dros unrhyw fenter arall gan nad oes ateb syml, a bydd angen i bob ysgol ystyried sut mae'n mynd i'r afael â'i hanghenion yn unol â'i hamgylchiadau unigryw ei hun. Yn ei hanfod, mae'r fframwaith yn ymwneud ag atgyfnerthu'r pethau bach sy'n adeiladu'r perthnasoedd cadarnhaol sydd, yn anad dim, yn gwneud gwahaniaeth ac sy'n meithrin yr ymdeimlad o gymuned ac o berthyn - nid yn unig perthnasoedd rhwng dysgwyr a staff, ond hefyd perthnasoedd sy'n rhychwantu cymuned, ffiniau statudol a thrydydd sector, fel bod y system gyfan, gan weithio o amgylch yr ysgol neu'r lleoliad addysg yn ganolbwynt i'r gymuned, yn gallu creu ethos sy'n gwerthfawrogi ac yn cefnogi lles emosiynol a meddyliol. Mae angen cefnogaeth y system addysg gyfan ar y dull hwn a bydd pob rôl a chyfrifoldeb yn yr adran hon yn cyfrannu at ei lwyddiant. (*Llywodraeth Cymru, 2022, Cadw dysgwyr yn ddiogel: Rôl awdurdodau lleol, cyrff llywodraethu a pherchnogion ysgolion annibynnol o dan Ddeddf Addysg 2002, tud.13*)

Cyflawni dull ysgol gyfan

Mae'r polisi hwn yn darparu canllawiau a thempled i ddatblygu a sefydlu dulliau ysgol gyfan effeithiol cyson o ymdrin â lles o fewn ein hysgolion a'r gymuned ehangach, er mwyn sicrhau parhad a thegwch i bawb.

Drwy eu cylch gwella ysgolion, mae angen i ysgolion nodi eu cryfderau a'u meysydd datblygu, gan gyd-lunio cynllun i fynd i'r afael â bylchau ac adolygu effaith camau gweithredu. Dylai'r broses fyfyrto a gwella hon fod yn barhaus. Gellir defnyddio'r camau a amlinellir yn y cylch hunan-wella isod i gefnogi ysgolion yn y broses hon.

Cylch Hunan-Wella



(Llywodraeth, Cymru.
Fframwaith ar sefydlu dull
ysgol gyfan ar gyfer lles
emosiynol a meddyliol,
2021. Tud., 8).

Rôl Offeryn Hunanasesu y Tîm Ysgolion sy'n Hybu Iechyd

Gall offeryn hunanasesu Ysgolion sy'n Hybu Iechyd helpu ysgolion i archwilio eu dull at iechyd meddwl a lles emosiynol ar draws holl feysydd bywyd a dysgu'r ysgol, gan gynnwys yr amgylchedd a'r ethos, yn ogystal â'r cwricwlwm a pholisïau. Mae'r offeryn wedi'i gynllunio i'w ddefnyddio fel rhan o gylch adolygu rheolaidd sy'n llywio ac yn dangos tystiolaeth o broses ddatblygu'r ysgol ac yn helpu i ddangos bod yr ysgol yn cyflawni ei chyfrifoldeb statudol i weithredu a sefydlu dull ysgol gyfan o ymddrin ag iechyd meddwl a lles emosiynol fel y'i mapiwyd yn y Fframwaith statudol (2021).

Y broses o gwblhau'r offeryn, a'r trafodaethau ar draws cymuned yr ysgol yw rhan fwyaf gwerthfawr y broses. Mae llawer llai o werth mewn grŵp bach o unigolion sy'n cwblhau'r offeryn ar wahân. Gall y broses amlygu a dathlu'r hyn sy'n gweithio'n dda, yn ogystal â thynnu sylw at feysydd i'w datblygu.

Efallai y byddwch yn ystyried rhannu meysydd o arfer effeithiol a meysydd o angen neu flaenoriaeth gyda'ch clwstwr a chydag ymarferydd cymorth Tîm sy'n Hybu Iechyd yr ysgol, er mwyn helpu i lywio cymorth lleol a chenedlaethol yn y dyfodol.

Mae Offeryn Hunanasesu'r Tîm Ysgolion sy'n Hybu Iechyd hefyd yn rhoi cyfle i ysgolion gael trosolwg o'u darpariaeth bresennol ac mae'n cynnig dull strwythuredig o adolygu a gweithredu, gan alluogi ysgolion i fonitro, dathlu a nodi meysydd i'w datblygu ymhellach.

Dylai'r ysgol ystyried y canlynol:

- Cwblhau'r adolygiad drwy broses ar y cyd (drwy ymgynghori a thrafod) - yn ddelfrydol gyda gwahanol grwpiau o fewn yr ysgol, megis yr Uwch-dîm Arweinyddiaeth, athrawon, staff cymorth, rhieni a dysgwyr.
- Nodi meysydd o arfer effeithiol, a blaenoriaethau ar gyfer datblygu pellach, ar gyfer cynllunio byrdymor a/neu hirdymor
- Gweithio gyda'u clwstwr ysgolion i rannu syniadau a chynlluniau posibl y gellir eu gweithredu ar y cyd (er enghraifft, ar gyfer hyfforddiant neu ddatblygiadau mewn clystyrau).
- Defnyddio cymorth allanol, fel Ysgolion Iach a/neu Arweinwyr Awdurdodau Lleol ar gyfer Lles a Chydraddoldeb i gael cyngor ar y broses adolygu a chynllunio dull Ysgol Gyfan, gan nodi meysydd cyffredin i'w datblygu a all lywio canllawiau, hyfforddiant neu gymorth lleol neu genedlaethol yn y dyfodol.

Gellir dod o hyd i'r offeryn drafft yma:

[Iechyd Cyhoeddus Cymru - Dull Ysgol Gyfan ar gyfer Lles Emosiynol a Meddyliol \(Offeryn Hunanasesu\)](#)

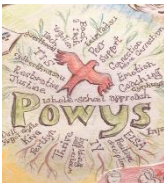
Awgrymiadau ar gyfer datblygu dull ysgol gyfan o ar gyfer iechyd meddwl a lles emosiynol: Cynllun Datblygu Ysgol

Mae'r tabl isod yn cynnig awgrymiadau ar gyfer datblygu dull ysgol gyfan ar gyfer iechyd meddwl a lles emosiynol. Mae'r awgrymiadau hyn yn cynnwys targedau posibl Cynllun Datblygu Ysgol a Meini Prawf Llwyddiant sy'n gysylltiedig â'r pwyntiau bwled cryno (tud., 3 a 4).

	Bydd angen i ysgolion/leoliadau:	Targedau Cynllun Datblygu Ysgolion (CDY) posibl:	Meini prawf llwyddiant:
	Ymgorffori lles da drwy bob agwedd ar fywyd yr ysgol, gan gynnwys cwricwlwm yr ysgol. Drwy eu cylch gwella ysgolion, mae angen i ysgolion nodi eu cryfderau a'u meysydd datblygu, gan gyd-lunio cynllun i fynd i'r afael â bylchau ac adolygu effaith camau gweithredu. Dylai'r broses fyfyrion a gwella hon fod yn barhaus.	- Gall dysgwyr siarad yn agored am eu hiechyd meddwl, eu teimladau, eu syniadau a'u hemosiynau a rhai pobl eraill. - Mae dulliau addysgu a dysgu yn gwneud y mwyaf o ddulliau cyfranogol. - Rhoddir cyfleoedd i ddysgwyr ddatblygu ac ymarfer sgiliau llythrennedd emosiynol. - Anogir dysgwyr i reoli risgiau, mynegi syniadau ac emosiynau.	Mae lles emosiynol a meddyliol yn cael ei ddatblygu drwy gydol cwricwlwm yr ysgol a gweithgareddau allgyrsiol. Mae dulliau trawsgwricwlaidd yn hyrwyddo lles meddyliol ac emosiynol ar draws y cwricwlwm, nid yn y Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles yn unig.
	Darparu cyfleoedd i blant a phobl ifanc ddweud wrth bartneriaid/ rhanddeiliaid beth yw eu barn am y camau gweithredu sy'n cael eu rhoi ar waith, gan nodi'r hyn sy'n bwysig iddyn nhw ac ar eu cyfer.	- Rhoddir cyfle i ddysgwyr gyfrannu at ddatblygiad lles emosiynol a meddyliol yn eu hysgol/leoliad. - Mae Cynghorau Ysgol yn sicrhau bod llais pob dysgwr yn cael ei glywed. - Mae dysgwyr yn teimlo eu bod yn cymryd rhan ym mywyd yr ysgol. - Polisiâu sy'n gyfeillgar i ddysgwyr yn cael eu rhannu â/wedi'u hysgrifennu gan ddysgwyr -	Mae llais disgyblion effeithiol yn effeithio ar y ddarpariaeth. Mae llais disgybl clwstwr effeithiol yn effeithio ar ddarpariaeth ehangach o fewn y clwstwr.

	Datblygu dull ysgol gyfan cynhwysol a ddylai gefnogi iechyd meddwl a lles emosiynol da i bawb. Mae'n ymwneud â meithrin cydnerthedd a sicrhau camau ataliol drwy ddatblygu perthnasoedd cadarnhaol rhwng holl aelodau cymuned yr ysgol.	- Mae perthnasoedd cadarnhaol yn cael eu datblygu'n weithredol rhwng dysgwyr a staff ac aelodau o'r gymuned ysgol ehangach, gan ddefnyddio dulliau ysgol gyfan, fel Hyfforddi Emosiynau - Mae holl aelodau cymuned yr ysgol yn deall sut i ddatblygu ymddygiad cadarnhaol. - Ymdrinnir â gwrthdaro a bwlio mewn modd cyson. Mae dulliau adferol wedi'u gwreiddio ar draws yr ysgol gyfan. - Mae rhieni/gofalwyr yn deall dull y lleoliad o ddatblygu ethos a diwylliant cadarnhaol ac yn deall sut y gallant gefnogi'r dull hwn yn y cartref.	Canlyniadau arolygon lles dysgwyr (ee HAPPEN a SHRN) Mae holiaduron Rhieni/Gofalwyr/Staff yn llywio blaenoriaethau'r CDY. Mae Polisiâu Gwrthfwlio / Ymddygiad Cadarnhaol effeithiol yn cael eu llunio. Mae hyn yn cynnwys polisiâu yn cael eu cynhyrchu gan ddysgwyr.
	Cydnabod a mynd i'r afael ag anghenion lles meddyliol ac emosiynol pob plentyn a pherson ifanc a'r oedolion y maent yn gweithio gyda nhw, gan gydnabod bod lles da i bawb yn galluogi llwyddiant allweddol, ac yn cyflawni potensial personol, emosiynol ac academiaidd.	- Nodir anghenion emosiynol a meddyliol dysgwyr a staff. Caiff gwybodaeth ei rhannu'n briodol. - Mae'r holl staff yn deall effaith profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, trawma, trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol ac ati. - Mae anghenion lles emosiynol a meddyliol yn bwydo i mewn i bwyntiau gweithredu yn y Cynllun Datblygu Ysgol/Lleoliad. Caiff	Mae arolygon lles dysgwyr a staff/ holiaduron yn llywio pwyntiau gweithredu ar gyfer CDY. -Holiaduron Lles Staff Powys (a rennir gan yr ALI)

		y rhain eu hadolygu a'u diweddarau'n rheolaidd.	
	- Cydnabod cyfrifoldeb yr ysgolion i nodi arwyddion o les gwael a sicrhau bod cymorth effeithiol yn cael ei roi ar waith pan fydd dysgwr yn profi gofid mwy difrifol. Dylid cefnogi pob dysgwr i wybod sut, pryd a ble i fynd ati i chwilio am gymorth iddyn nhw eu hunain ac i eraill.	- Mae'r holl staff yn derbyn hyfforddiant priodol ac yn gallu nodi anghenion lles emosiynol a meddyliol sydd angen cymorth asiantaeth allanol ar gyfer holl aelodau cymuned yr ysgol. - Mae staff yn gwybod sut i gysylltu ag asiantaethau allanol priodol, neu'n gwybod pa aelodau o staff i siarad â nhw, i gefnogi'r anghenion emosiynol a meddyliol newidiol yn yr ysgol/lleoliad. - Mae Cynghorau Ysgol yn creu gwybodaeth sy'n ystyriol o ddysgwyr ac sy'n cael ei rhannu'n weithredol i sicrhau bod gwybodaeth ar gael i bob dysgwr.	Mae pob aelod o'r gymuned ddysgu yn gwybod sut, pryd a ble i fynd ati i chwilio am gymorth iddyn nhw eu hunain ac i eraill. Fe wnaeth y tîm o amgylch y Clwstwr rannu rhestr gyda'r holl staff (tud. 24)
	Annog ethos lle mae lles meddyliol ac emosiynol yn cael ei drafod yn agored. Dylai'r holl staff wybod sut i geisio cymorth ar gyfer eu lles meddyliol ac emosiynol eu hunain.	- Mae uwch arweinwyr yn gwybod sut i gefnogi staff i gael mynediad at wasanaethau iechyd galwedigaethol a chynghori. Mae cyfeirio clir yn hysbysu'r holl staff am y gwasanaethau hyn - Yn dilyn absenoldeb staff, dilynir gweithdrefnau dychwelyd i'r gwaith i helpu i nodi	Mae'r holl staff yn gwybod sut i geisio cymorth ar gyfer materion lles emosiynol a meddyliol.

		patrymau absenoldeb/achosion sylfaenol. - Polisi drws agored i staff - Cyfeirio at wasanaethau perthnasol - Hysbysfwrdd staff - 'Gwiriadau' lles rheolaidd gyda staff - Hyfforddiant staff i adnabod arwyddion o straen ac ati.	
	Cydnabod arfer effeithiol presennol ym Mhowys a chefnogi'r gwaith o ddatblygu dull strategol ysgol gyfan ar gyfer iechyd meddwl a lles emosiynol, drwy ddefnyddio dulliau sy'n seiliedig ar dystiolaeth.	- Adeiladu ar yr arferion presennol i gryfhau'r gwaith o ddatblygu dull ysgol gyfan ar gyfer iechyd meddwl a lles emosiynol	Caiff arfer effeithiol ei rhannu o fewn ac ar draws ysgolion a lleoliadau Powys drwy weithio o un ysgol i'r llall a chyfleoedd dysgu proffesiynol.
	Gofynion statudol pellach: - Cyfrifoldeb holl aelodau cymuned yr ysgol yw hyrwyddo'r polisi hwn yn weithredol; Corff Llywodraethu, Uwch-dîm Arweinyddiaeth, Staff Addysgu a Chymorth. - Dylai Cyrff Llywodraethu a Phenaethiaid benodi arweinydd dynodedig ar gyfer iechyd meddwl a lles emosiynol ym mhob ysgol, er mwyn cydlynu dull cydweithredol gyda'r holl randdeiliaid. - Awdurdod Lleol i hwyluso hyfforddiant i'r holl staff allweddol, er mwyn sicrhau bod pob ysgol a chymuned yn cael gwell gwybodaeth ac mewn sefyllfa well i nodi, deall a chefnogi anghenion iechyd meddwl a lles emosiynol. - Bydd y polisi hwn yn cael ei adolygu'n flynyddol.		

Awgrymiadau ar gyfer nodi anghenion lles dysgwyr

Mae HAPPEN <<https://happen-wales.co.uk/registration/>> (Health and Attainment of Pupils in Primary School Evaluation Network) yn rhwydwaith ysgolion cynradd sy'n dod ag addysg, iechyd ac ymchwil ynghyd yn unol â'r Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles (Maes) yn y Cwricwlwm i Gymru. Drwy gymryd rhan yn arolwg HAPPEN, caiff ysgolion ddealltwriaeth well o iechyd corfforol, seicolegol, emosiynol a chymdeithasol dysgwyr, er mwyn galluogi pawb i gydweithio i wella lles a chyflawniad academiaidd.

Mae'r arolwg am ddim hwn wedi'i anelu at ddysgwyr ym Mlynnyddoedd 4, 5 a 6, ac mae'n rhoi cyfle i blant a phobl ifanc ddysgu a gwneud penderfyniadau gwybodus am wahanol agweddau ar iechyd a lles. Gellir defnyddio adroddiad HAPPEN i ddylanwadu ar gynllun cwricwlwm ysgol, yn enwedig ar gyfer y Maes Iechyd a Lles, yn ogystal â llywio rhaglenni ysgol fel Llais y Dysgwr, gan ganiatáu i blant fod yn uchelgeisiol ac yn greadigol wrth wella eu lles eu hunain a lles eraill. Mae ysgolion yn derbyn adroddiadau unigol sy'n cyd-fynd â'r Cwricwlwm i Gymru, gan ddangos y darlun cyffredinol o iechyd a lles yn eich ysgol.

Dysgwch fwy am HAPPEN [yma. <https://youtu.be/yiUZTP1Hjes>](https://youtu.be/yiUZTP1Hjes)

Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Mewn Ysgolion (SHRN)

Mae'r Rhwydwaith [Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion <https://www.shrn.org.uk/>](https://www.shrn.org.uk/)

(SHRN) yn rhwydwaith o ysgolion cynradd ac uwchradd yng Nghymru sydd wedi ymuno ag ymchwilwyr, Llywodraeth Cymru a sefydliadau eraill i gefnogi iechyd pobl ifanc. Mae ysgolion sy'n ymuno â'r Rhwydwaith yn derbyn Adroddiad Iechyd a Lles Myfyrwyr unigol bob dwy flynedd. Mae hyn yn seiliedig ar ymatebion dysgwyr i Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr electronig y mae ysgolion yn ei gynnal. Mae'r adroddiadau'n cynnwys testun cefnogol gyda dulliau ysgol gyfan awgrymedig, canfyddiadau ymchwil diweddar a chysylltiadau ag asiantaethau cenedlaethol cefnogol.

Awgrymiadau ar gyfer datblygu a chefnogi lles staff

Mae'r nodau canlynol yn cynnig awgrymiadau ynghylch sut y gall Ysgolion a'r Awdurdod Lleol gefnogi a datblygu lles staff o fewn a ledled Powys.

Nodau ar gyfer datblygu lles staff

Mae ysgolion yn nodi cryfderau a meysydd i'w datblygu drwy'r canlynol:

- Adborth rheolaidd am les staff (ee eitem sefydlog ar yr agenda ar gyfarfodydd staff)
- Adolygu strwythur rheoli – arweinyddiaeth ddosbarthiadol
- Llinellau cyfathrebu a chymorth effeithiol
- Adolygu llwyth gwaith – yr hyn sy'n bwrpasol ac yn effeithiol o ran lles staff
- Nodi'r adnoddau a'r cymorth presennol sy'n cael ei ddarparu i ysgolion

Mae Awdurdod Lleol Powys yn nodi cryfderau a meysydd i'w datblygu drwy'r canlynol:

- Adborth rheolaidd am les staff a chyfleoedd i rannu arfer effeithiol (ee ymweliadau cymorth ysgol/ Gweithgor Lles/ cyfleoedd dysgu proffesiynol)
- Cymorth ar gyfer arweinyddiaeth ddosbarthiadol mewn ysgolion
- Llinellau cyfathrebu a chymorth effeithiol rhwng Staff Awdurdodau Lleol a Staff Ysgol
- Adolygu disgwyliadau'r llwyth gwaith ar ysgolion – nodi blaenoriaethau a chydweithio effeithiol rhwng timau

- Nodi a rhannu arferion ac adnoddau effeithiol presennol i ysgolion o asiantaethau sirol/ allanol
- Cefnogi ysgolion i nodi a gweithredu strategaethau lles staff priodol drwy ddull ysgol gyfan

Cymorth ar gyfer lles staff: rôl arweinyddiaeth ysgolion

Mae'r tabl isod yn cynnig awgrymiadau ar gyfer ysgolion wrth gefnogi lles staff drwy ddull ysgol gyfan.

Anelu	Sut?	
Datblygu a sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer lles emosiynol a meddyliol	Mabwysiadu Polisi Lles Meddyliol ac Emosiynol Powys. Mynediad at hyfforddiant ac adnoddau Dysgu Proffesiynol ar gyfer ysgolion i gefnogi datblygiad dull ysgol gyfan o sicrhau lles. Cael mynediad at Offeryn Hunanasesu Ysgolion iach a'i roi ar waith. Cael mynediad at gymorth gan Arweinwyr Lles a Chydraddoldeb awdurdodau lleol ac ymarferwyr mewn ysgolion ee Hyrwyddwyr Hyfforddi Emosiynau Cydweithio ag Arweinwyr Lles a Chydraddoldeb ac asiantaethau allanol i nodi adnoddau sydd eisoes ar gael a bylchau yn y ddarpariaeth. Sicrhau bod holl aelodau cymuned yr ysgol, gan gynnwys llywodraethwyr, yn deall eu rolau a'u cyfrifoldebau o ran	Polisi Iechyd Meddwl a Lles Emosiynol Powys Safle Dysgu Proffesiynol Powys Iechyd Cyhoeddus Cymru – Dull Ysgol Gyfan ar gyfer Lles Emosiynol Cynnig Dysgu Proffesiynol Powys Safle Adnoddau Powys Iechyd Meddwl a Lles Emosiynol Powys mewn Ysgolion – Rhestr Rhestr y Tîm o Amgylch y Clwstwr (tud. 24)

	cefnogi lles staff, gan nodi bod hyn yn rhan hanfodol o'r dull ysgol gyfan. Sefydlu amgylchedd gwaith cadarnhaol lle mae'r holl staff yn teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi, bod pawb yn ymddiried ynddynt ac yn eu parchu, a bod modd rhannu a thrafod iechyd meddwl a lles emosiynol yn agored ac yn onest.	
Adborth rheolaidd am les staff	Defnydd rheolaidd o arolygon lles staff: adborth a chynlluniau gweithredu dilynol i fynd i'r afael â phryderon yn cael eu rhannu gyda staff a llywodraethwyr. Lles staff yn flaenoriaeth barhaus/ eitem sefydlog ar yr agenda mewn cyfarfodydd staff/ llywodraethwyr.	Ysgolion/Lleoliadau Powys - Arolwg Asesu Lles Staff Holiaduron Llesiant Staff Powys (a rennir gan yr ALI)
Adolygu strwythur rheoli – arweinyddiaeth ddosbarthiadol	Adolygu strwythur rheoli gyda staff/llywodraethwyr/ Awdurdod y Diwydiant Diogelwch i ystyried manteision arweinyddiaeth wasgaredig i alluogi unigolion ar bob lefel i ddylanwadu'n gadarnhaol ar newid a datblygiad ysgol: mwy o foddhad mewn	Powys PL - Llwybrau Proffesiynol (google.com)

	swyddi, rhannu gwybodaeth yn fwy effeithiol a gwella ysgolion yn gyffredinol. Adolygu mynediad staff at Raglenni Arweinyddiaeth Cenedlaethol – ee Athrawon Newydd Gymhwysol/ Llwybr Dysgu Cynorthwyydd Addysgu/ Rhaglen Datblygu Arweinyddiaeth Ganol/ Rhaglen Datblygu Uwch Arweinwyr/ Cymhwyster Proffesiynol Cenedlaethol ar gyfer Prifathrawiaeth – modiwlau sy'n canolbwyntio ar les Ystyried mynediad at raglenni hyfforddi a mentora Gall ysgolion unigol gael mynediad at gymorth gan asiantaethau a darparwyr allanol fel Portal (os yw'n briodol).	
Llinellau cyfathrebu a chymorth	Adolygu swydd ddisgrifiadau i sicrhau rolau a chyfrifoldebau clir. Sicrhau bod yr holl staff yn gwybod pwy, sut a phryd i geisio cymorth. Nodi adnoddau a chymorth cyfredol a ddarperir ar gyfer ysgolion, ee Cymorth Addysg/ adnoddau Canolfan	Cymorth Addysg ar gyfer Lles Staff Taith o amgylch gwefan cymorth addysg newydd. - Fideo Canolfan Anna Freud - Cefnogi lles staff yn yr ysgol <https://v Grŵp Gwaith Llesiant Pob Ysgol Ym Mhowys <https://teams.microsoft.com/l/team/19%3a4JzMj7boBTWgbJ5ed6-4b8e-b458-7e2d65419298&tenantId=4f3f0e52-b734-416

	Anna Freud. Cefnogi targedau Rheoli Perfformiad sy'n canolbwyntio ar ddatblygu lles (safonau arweinyddiaeth broffesiynol) Gall Ysgolion Unigol gael mynediad at gymorth gan asiantaethau a darparwyr allanol fel Care First (os yn briodol).	
Adolygu llwyth gwaith – beth sy'n bwrpasol ac yn effeithiol o ran lles staff?	Mae amserlenni cyfarfodydd staff yn cynnwys trafodaethau rheolaidd ynghylch llwyth gwaith a lles staff. Cynhelir trafodaethau rheolaidd i nodi blaenoriaethau mewn perthynas â llwyth gwaith Ffyrdd o symud ymlaen o'r camau a nodwyd yng nghanlyniadau'r holiaduron.	Polisi Iechyd Meddwl a Lles Emosiynol Powys

Cymorth ar gyfer lles staff: rôl y sir.

Nod	Sut?	Adnoddau sydd ar gael
Datblygu a sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer lles emosiynol a meddyliol	Polisi Iechyd Meddwl a Lles Emosiynol Powys Tîm Dysgu Proffesiynol i ddarparu hyfforddiant ac adnoddau perthnasol i ysgolion ynghylch datblygu dull ysgol gyfan at iechyd meddwl a lles emosiynol Cefnogaeth a chynghor ar gael gan staff yr Awdurdod Lleol (ee Arweinwyr Powys ar gyfer Rheolwyr Lles a Chydraddoldeb/Cynhwysiant).	Polisi Iechyd Meddwl a Lles Emosiynol Powys Cynghor gan Arweinwyr Powys ar gyfer Lles a Chydraddoldeb Gweithgor Llesiant

	Cydweithio cryf rhwng Staff Awdurdodau Lleol, Ysgolion ac Asiantaethau Allanol i nodi'r cymorth/ adnoddau sydd ar gael a bylchau yn y ddarpariaeth. Darparu'r wybodaeth a'r cymorth diweddaraf i ysgolion Gweithgor Lles Ysgolion Powys – gweithgor/ rhwydwaith cydweithredol i rannu a thrafod agweddau sy'n ymwneud â lles. Mae hyn hefyd yn cynnwys gweithio gydag asiantaethau allanol a chyfluoedd i ysgolion rannu arfer effeithiol. Staff Yr Awdurdod Lleol i rannu arfer effeithiol bresennol ar gyfer cefnogi lles staff	Ysgolion Powys (misol) Adnoddau a gwybodaeth ar gael ar Powys SharePoint Iechyd Meddwl a Lles Emosiynol mewn Ysgolion ym Mhowys – Rhwydwaith Hwb
Adborth rheolaidd am les staff	Mae Arweinwyr Lles a Chydraddoldeb yn parhau i ddarparu adnoddau i gefnogi adborth rheolaidd am les staff, ee holiaduron sy'n cyd-fynd â'r dull Ysgol Gyfan ar gyfer Iechyd Meddwl a Lles Emosiynol. Mae'r holiadur wedi'i alinio ag arolygon dysgwyr presennol– HAPPEN a'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion i sicrhau dull cyson o gefnogi dull ysgol gyfan o sicrhau lles.	Ysgolion/Lleoliadau Powys - Arolwg Asesu Lles Staff Holiaduron Lles Staff Powys (a rennir gan yr ALI)
Adolygu strwythur rheoli - arweinyddiaeth ddosbarthiadol	Rhaglenni Arweinyddiaeth Cenedlaethol sydd ar gael i staff – ee Athrawon Newydd Gymhwys/ Llwybr Dysgu Cynorthwydd Addysgu/ Rhaglen Datblygu Arweinyddiaeth Ganol/ Rhaglen Datblygu Uwch Arweinwyr/ Cymhwyster Proffesiynol Cenedlaethol ar gyfer Prifathrawiaeth – modiwlau sy'n canolbwyntio ar les Rhaglenni hyfforddi a mentora Gall Ysgolion Unigol gael mynediad at gymorth gan asiantaethau a darparwyr allanol, fel Portal (os yn briodol).	Powys PL - Llwybrau Proffesiynol (google.com)
Llinellau cyfathrebu a chymorth: Pwy? Sut? Pryd? i geisio cefnogaeth	Rolau a chyfrifoldebau clir wedi'u cynnwys ym mholisi Addysg a Lles Staff Awdurdodau Lleol i rannu gwybodaeth wedi'i diweddarau ynghylch y cymorth sydd ar gael. Targedau Rheoli Perfformiad a awgrymir – canolbwyntio ar lesiant (safonau arweinyddiaeth broffesiynol) Gall Ysgolion Unigol gael mynediad at gymorth gan asiantaethau a darparwyr allanol fel Vivup (os yn briodol). Cyngor ar gael gan Arweinwyr Lles a Chydraddoldeb.	Cyfarfodydd y Tîm o amgylch y Clwstwr Cymorth Addysg ar gyfer Lles Staff Taith o amgylch wefan Cymorth Addysg newydd. - Fideo Poster Penaethiaid ar gyfer Penaethiaid'.pdf

	Gall penaethiaid gael cymorth gan grŵp 'Penaethiaid ar gyfer Penaethiaid' y Gweithgor Lles Penaethiaid.	
Adolygu llwyth gwaith – beth sy'n bwrpasol ac yn effeithiol o ran lles staff?	Ffyrdd o symud ymlaen o'r camau a nodwyd yng nghanlyniadau'r holiaduron ee amserlenni cyfarfodydd staff i gynnwys trafodaethau rheolaidd ynghylch llwyth gwaith a lles	Polisi Iechyd Meddwl a Lles Emosiynol Powys
Nodi'r adnoddau a'r cymorth presennol a ddarperir mewn ysgolion	Arweinwyr Lles a Chydraddoldeb i weithio gyda gwasanaethau priodol yr Awdurdod Lleol, ac asiantaethau allanol i nodi'r adnoddau a'r cymorth presennol sydd ar gael i ysgolion.	Cynnig Dysgu Proffesiynol Powys Safle Adnoddau Powys

Adeiladu ar arfer effeithiol presennol ym Mhowys

Un o brif nodau'r polisi hwn yw adeiladu ar yr arfer effeithiol presennol yn ysgolion Powys. Mae'r adran hon yn rhoi trosolwg o rai arferion effeithiol sydd eisoes ar waith i ddatblygu dull ysgol gyfan ar gyfer iechyd meddwl a lles emosiynol.

Tîm o Amgylch y Clwstwr (TAC)

Mae cyfarfodydd Tîm o Amgylch y Clwstwr (TAC) Powys yn darparu cyfleoedd ar gyfer cyfathrebu dwy ffordd rhwng ysgolion ac asiantaethau cymorth. Gall ysgolion dynnu sylw at faterion lles a chynhwysiant a all fod yn peri pryder i'w dysgwyr a'u teuluoedd. Mae ymarferwyr ysgol eraill ac asiantaethau allanol yn cydweithio drwy ddull aml-asiantaeth i drafod, datrys problemau a nodi unrhyw gymorth priodol. Mae cyfarfodydd y Tîm o Amgylch y Clwstwr yn nodi effaith gadarnhaol y rhwydwaith cymorth gan gynnwys ar les staff; mae gallu cael gafael ar y cymorth cywir ar yr amser cywir yn lleihau llwyth gwaith ac yn cynyddu'r sicrwydd eu bod yn gweithio fel tîm yn hytrach nag ar eu pen eu hunain, a bod dysgwyr yn cael y cymorth priodol ar gyfer ystod eang o anghenion lles ar yr adeg briodol.

Codi Cyrhaeddiad Pobl Ifanc Difreintiedig

Mae Powys wedi gwneud ymrwymiad hirdymor i feithrin gallu o fewn y Gwasanaeth Gwellu Ysgolion a Dysgu ar gyfer goruchwyllo, cyflwyno a chyflawni'r rhaglen Codi Cyrhaeddiad Pobl Ifanc Difreintiedig (RADY) i sicrhau bod ysgolion yn cael eu cefnogi mewn amrywiaeth o ffyrdd i fabwysiadu a sefydlu'r dull teg hwn ar gyfer dysgwyr sy'n gymwys i gael prydau ysgol am ddim a'r rhai o deuluoedd incwm isel.

Defnyddiwyd y cynllun Codi Cyrhaeddiad Pobl Ifan Difreintiedig mewn ceisiadau Grantiau Datblygu Cyhoeddus, grantiau ar gyfer mannau cymunedol/ystafelloedd ymgysylltu â theuluoedd ac i sefydlu diwylliant teg o gynwysoldeb a chymesuredde ar gyfer dysgwyr difreintiedig ar lefel ysgol a chlwstwr. Gall ysgolion gofrestru ar gyfer hyfforddiant Codi Cyrhaeddiad Pobl Ifanc Difreintiedig ar-lein, wedi'i ariannu'n llawn drwy gysylltu ag Arweinwyr Lles a Thegwch Powys drwy'r [wefan Dysgu Proffesiynol](#).

Hyfforddi Emosiynau

Mae Hyfforddi Emosiynau yn ddull ysgol gyfan sy'n seiliedig ar dystiolaeth o **gefnogi iechyd a lles emosiynol cynaliadwy**. Ym Mhowys, mae gennym dîm o Hyrwyddwyr Hyfforddi Emosiynau achrededig sy'n gallu darparu hyfforddiant i ysgolion/lleoliadau. Gellir trefnu hyfforddiant a chefnogaeth drwy gysylltu ag Arweinwyr Lles a Chydraddoldeb Powys drwy'r [wefan Dysgu Proffesiynol](#).

Hyfforddi Emosiynau: beth ydyw a beth nad ydyw.

Mae Hyfforddi Emosiynau'n darparu strwythur i staff wybod sut i ddelio gyda pherthnasoedd â'u dysgwyr mewn problemau bob dydd. Mae'r perthnasoedd parhaus hyn o fudd i ddatblygiad emosiynol dysgwyr, a gall yr hyfforddiant sydd ar gael gefnogi cymwyseddau a pherthnasoedd emosiynol staff a dysgwyr: dysgwyr gyda dysgwyr eraill, a dysgwyr gydag oedolion.

Mae hyfforddi emosiynau yn ddull ysgol gyfan o gefnogi iechyd a lles emosiynol cynaliadwy. Nodir effeithiau cadarnhaol mewn ymddygiad dysgwyr, ymwybyddiaeth emosiynol a chyrhaeddiad, perthnasoedd rhwng dysgwyr a staff a hefyd lles y staff. Un o brif fanteision cyflwyno hyfforddiant emosiynau yn eich ysgol/lleoliad, yw ei bod yn ddarpariaeth gyffredinol, gynaliadwy a gellir ei goresgyn dros system bresennol ysgol. Nid oes cwricwlwm, adnoddau i'w prynu, amserlennu na goblygiadau staffio (ar wahân i hyfforddiant cychwynnol).

Gan fod hyfforddi emosiynau yn ddull integredig yn hytrach na "rhaglen" ar wahân, nid oes angen i staff ofni cael eu gadael na'u harwain heb amser i gyflawni effaith. Mae hyfforddi emosiwn yn gynhwysol, gan fod y ffocws ar natur y cyfathrebu rhwng oedolyn a dysgwr ac nid oes angen slot amser i'r plentyn neu'r person ifanc fynd i gael eu "sesiwn hyfforddi emosiynau" unigol.

Mae hyfforddi emosiynau yn ystyriol o'r ffaith ei fod yn digwydd ar hyn o bryd – mae'r ffocws ar yr emosiwn sy'n cael ei deimlo yn yr achos hwnnw – a bod hyfforddi emosiynau oedolion wedi sylwi ar emosiwn y disgybl mewn modd anfeirniadol. Nid yw hyfforddi emosiynau yn rhywbeth sy'n cael ei gadw ar gyfer delio ag adegau o ymddygiad negyddol eithafol neu argyfwng. Mewn gwirionedd, mae'n debygol o fod ar ei leiaf effeithiol ar yr adegau hyn. Dylai hyfforddi emosiwn fod yn broses barhaus, gan gefnogi plant a phobl ifanc i fod yn ymwybodol yn annibynnol o'u hemosiynau a'u hymatebion. Mae Hyfforddi Emosiynau yn lefel gyffredinol o gefnogaeth ac nid oes angen caniatâd rhiant arno.

Mae **tri** cham i Hyfforddi Emosiynau. Dyma nhw:

Cam 1: Adnabod teimladau'r plentyn arall, labelu'r teimlad a dilysu gyda'r plentyn gan gydymdeimlo â nhw.

- Cydymdeimlad gwirioneddol â'r plentyn o'u safbwynt nhw. Nid yw hyn yn golygu cytuno â nhw, dim ond gweld pethau o'u safbwynt nhw
- Cydnabod bod pob emosiwn yn naturiol ac nad yw bob amser yn fater o ddewis
- Defnyddio geiriau i adlewyrchu emosiwn y plentyn neu'r person ifanc yn ôl a'u helpu i labelu'r emosiwn
- Arsylwi – dweud yr hyn a welwch yn hytrach na gofyn cwestiynau treiddgar (efallai na fydd pobl ifanc yn gwybod yr atebion)
- Dweud wrth y person emosiynol eich bod yn deall eu sefyllfa emosiynol ac nad ydych yn eu beio
- Adnabod ymddygiad fel cyfathrebu
- Chwilio am arwyddion corfforol a llafar o'r emosiwn sy'n cael ei deimlo
- Gwrando ar safbwynt y plentyn

Cam 2: Gosod cyfyngiadau ar ymddygiad (os oes angen)

- Nodi terfynau ffiniau ymddygiad derbyniol (gosod terfyn cadarnhaol)
- Egluro na ellir derbyn rhai mathau o ymddygiad
- Cadw urddas y plentyn

Cam 3: Datrys problemau gyda'r plentyn neu berson ifanc

- Archwilio'r teimladau sydd wedi arwain at yr ymddygiad/problem/digwyddiad
- Defnyddio syniadau a chmau gweithredu amgen a allai arwain at ganlyniadau mwy priodol a chynhyrchiol
- Grymuso'r dysgwr i gredu y gall oresgyn anawsterau a rheoli teimladau/ymddygiad

Gellir dod o hyd i ragor o hyfforddiant ac adnoddau ar gyfer Hyfforddi Emosiynau ar [Powys SharePoint](#).

Dulliau ysgol gyfan eraill o ddatblygu rhyngweithiadau a pherthnasoedd cadarnhaol a ddefnyddir ym Mhowys

Blynyddoedd Anhygoel

Mae'r rhaglenni Blynyddoedd Anhygoel yn gyfres o raglenni cyflenwol a chydgyssylltiedig ar gyfer rhieni, athrawon a phlant. Mae'r rhaglenni wedi'u cynllunio i weithio ar y cyd i hyrwyddo cymhwysedd emosiynol, cymdeithasol ac academaidd, ac i atal a lleihau problemau ymddygiadol ac emosiynol mewn plant ifanc. Mae grwpiau Blynyddoedd Anhygoel yn cael eu cynnal ledled **Powys** i alluogi rhieni i rannu eu sgiliau a'u profiadau, ac i ddysgu gan rieni eraill. Mae'r grwpiau'n darparu cyrsiau

strwythuredig sy'n canolbwyntio ar faterion sy'n codi yn y gwahanol grwpiau oedran (0-6 mis, 1-3 oed, 3-6 oed a 6-11 oed).

KiVa

Mae KiVa yn rhaglen ysgol gyfan ar gyfer atal ac ymyrryd â bwlio. Mae'r athroniaeth sy'n sail i KiVa yn ymwneud â phwysigrwydd deall pensaernïaeth gymdeithasol bwlio. Mae KiVa yn canolbwyntio ar rôl gwylwyr (dysgwyr eraill) a sut y gall eu gweithredoedd helpu i fynd i'r afael â bwlio, drwy gefnogi dioddefwr, dweud wrth athro/athrawes, neu beidio â chymeradwyo ymddygiad cyflawnwr. Mae rhaglen KiVa yn cynnwys:

- gwersi atal bwlio
 - ymgysylltu â'r ysgol gyfan wrth godi ymwybyddiaeth am fwlio a'i ganlyniadau
 - hysbysu dysgwyr, rhieni, a chymuned yr ysgol gyfan
 - defnyddio model ymyrraeth glir pan fydd digwyddiadau bwlio yn codi
 - hyfforddi holl staff yr ysgol
 - arolwg blynyddol i gadw golwg ar natur yr ysgol
- Darllenwch fwy am KiVa yn Ysgolion Powys [yma](#).

Cyfiawnder Adferol

Mae arferion Cyfiawnder Adferol yn darparu ystod o strategaethau i ysgolion i hyrwyddo a datblygu perthnasoedd cadarnhaol a rheoli ymddygiad a gwrthdaro, gan fynd i'r afael â bwlio. Mae dulliau adferol yn cynnig fframwaith i adeiladu ar arfer effeithiol presennol. Mae tystiolaeth yn dangos bod defnyddio dulliau adferol ochr yn ochr ag Agweddau Cymdeithasol ac Emosiynol ar Ddysgu yn helpu i ddatblygu mwy o gydnerthedd mewn dysgwyr, gan gefnogi dysgwyr i hunanreoleiddio, a galluogi creu amgylcheddau dysgu cadarnhaol. Dysgwch fwy [yma](#).

Paul Dix

Dywed Paul Dix mai'r rhinweddau y dylai athro/athrawes eu harddangos yw tegwch, parch diamod, tosturi, canmolïaeth, empathi, gwrando ac anogaeth. Dylai athrawon fodol'u'r mathau o ymddygiad y byddem am i blentyn eu cael a'u harddangos drwy gydol eu bywydau. Rôl athro/athrawes yw meithrin perthnasoedd cadarnhaol gyda phob plentyn a chynnal yr agwedd gadarnhaol honno waeth beth yw'r ymddygiad. Mae ysgolion ledled Powys yn defnyddio strategaethau Paul Dix i ddatblygu perthnasoedd a rhyngweithio cadarnhaol gyda dysgwyr.

Cynorthwyr Cymorth Llythrennedd Emosiynol (ELSA)

Mae Cynorthwyr Cymorth Llythrennedd Emosiynol yn cael hyfforddiant ychwanegol penodol gan seicolegwyr addysg y maent yn cael goruchwyliaeth barhaus ganddynt yn dilyn hyfforddiant. Eu rôl yw cefnogi plant a phobl ifanc yn yr

ysgol i ddeall a rheoleiddio eu hemosiynau eu hunain, gan barchu teimladau'r rhai o'u cwmpas hefyd.

<https://www.elsanetwork.org/>

Mae saith carfan o gynorthwywyr addysgu wedi eu hyfforddi ym Mhowys – tua 135 o ymarferwyr. Deallwn fod tua 110 o Gynorthwywyr Cymorth Llythrennedd Emosiynol yn gweithio ym Mhowys ar hyn o bryd, ar draws Ysgolion Cynradd, Uwchradd ac Arbennig. Mae goruchwyliaeth barhaus wedi bod ar gae bob tymor, yn ogystal â chyfleoedd datblygu proffesiynol, sy'n cynnwys hyfforddiant *Nurture ABC* a *LEGO*.

Bellach, gall Gwasanaeth Seicoleg Addysg Powys gynnig hyfforddiant craidd drwy fersiwn gyfunol.

Thrive

Mae rhaglen Thrive yn hyrwyddo iechyd meddwl cadarnhaol plant a phobl ifanc drwy helpu oedolion i wybod sut i gefnogi datblygiad cymdeithasol ac emosiynol plant a phobl ifanc yn effeithiol. Mae Thrive yn gweithio gydag ysgolion, ymddiriedolaethau aml-academi (MATs), awdurdodau lleol, gweithwyr proffesiynol iechyd a gofal cymdeithasol, a rhieni/gofalwyr. Mae ysgolion yn talu tanysggrifiad blynyddol i gael mynediad at y cymorth hwn.

Ysgolion sy'n Wybodus am Drawma (TIS)

Mae Ysgolion sy'n Wybodus am Drawma yn sefydliad sydd wedi ymrwymo i wella iechyd a lles, gyda'r gallu i ddysgu am y plant a'r bobl ifanc mwyaf agored i niwed, sef y rhai sydd wedi dioddef trawma, camdriniaeth, esgeulustod a/neu sydd â phroblemau iechyd meddwl neu broblemau ymlyniad. Mae Ysgolion sy'n Wybodus am Drawma yn y DU yn darparu hyfforddiant priodol ar gyfer ysgolion, cymunedau a sefydliadau fel eu bod yn dod yn lleoedd sy'n wybodus am drawma ac sy'n iach yn feddyliol i bawb. Mae Powys wedi ymrwymo i ddatblygu ysgolion sy'n wybodus am drawma, ac mae llawer o ysgolion a lleoliadau wedi dilyn hyfforddiant Gwybodus am Drawma i ddatblygu dulliau ysgol gyfan effeithiol, lle mae lles yn cael ei ystyried fel y brif flaenoriaeth i bawb. Mae Ysgolion sy'n Wybodus am Drawma yn darparu llawer o ymyriadau i sicrhau bod iechyd perthynol ac emosiynol pawb yn cael ei gefnogi, drwy ddulliau seiliedig ar dystiolaeth sy'n cynnwys astudiaethau ymchwil o seicoleg a niwrowyddoniaeth. Dysgwch fwy [yma](#).

Cyfleoedd Hyfforddiant a Dysgu Proffesiynol

Dylai pob aelod o staff dderbyn hyfforddiant priodol i'w galluogi i gefnogi datblygiad dull strategol ysgol gyfan ar gyfer iechyd meddwl a lles emosiynol. Mae Tîm Dysgu Proffesiynol Powys, ynghyd â thimau eraill ym Mhowys, yn darparu ystod eang o gyfleoedd hyfforddi a dysgu proffesiynol ar gyfer holl staff ysgolion a lleoliadau. Mae

hefyd angen cymorth priodol ar arweinwyr ysgolion ac ymarferwyr i nodi anghenion lles meddyliol ac emosiynol, sy'n gofyn am gymorth asiantaeth allanol ar gyfer holl aelodau cymuned yr ysgol. Mae Powys wedi sefydlu perthnasoedd cadarnhaol gydag ysgolion, Staff Awdurdodau Lleol ac Asiantaethau Allanol i sicrhau bod pob ymarferydd yn cael dysgu a chymorth proffesiynol priodol.

Mae Arweinydd Powys ar gyfer Lles a Thegwch yn darparu ystod o gyfleoedd a hyfforddiant dysgu proffesiynol, gan weithio'n agos gyda staff eraill yn yr Awdurdod Lleol ac asiantaethau allanol, i ddatblygu a darparu dysgu proffesiynol o ansawdd uchel i bawb. Gellir cael mynediad at yr hyfforddiant hwn yn gydamserol ac yn anghydamserol, [drwy SharePoint Powys](#), gan ganiatáu i ysgolion a lleoliadau gael mynediad at hyfforddiant pan fo'n briodol. Mae tîm o Hyrwyddwyr Hyfforddi Emosiynau achrededig hefyd ar gael ym Mhowys, sy'n cynnig cymorth a chynghor i ddatblygu a sefydlu dull profedig ac effeithiol hwn sy'n seiliedig ar dystiolaeth. Mae rhagor o gyfleoedd hyfforddi yn cael eu cyfleu drwy Gylchlythyr y Gwasanaeth Cynhwysiant.

Cymorth sydd ar gael gan asiantaethau allanol

Mae disgwyliadau o [Fframwaith Llywodraeth Cymru](#) yn ei gwneud yn ofynnol i ysgolion gydnabod eu cyfrifoldeb i nodi arwyddion lles gwael, a sicrhau bod cymorth effeithiol yn cael ei roi ar waith pan fydd dysgwr yn profi gofid mwy difrifol.

Mae angen i staff wybod sut i gysylltu ag asiantaethau allanol priodol, neu wybod pa aelodau o staff i siarad â nhw, er mwyn cefnogi anghenion lles meddyliol ac emosiynol newidiol mewn ysgolion a lleoliadau.

Mae Powys yn defnyddio strwythur 'Tîm o Amgylch y Clwstwr' i sicrhau bod pob ysgol a lleoliad yn cael mynediad at gymorth/ymyrraeth briodol. Mae'r strwythur hwn yn helpu i ddarparu cymorth effeithiol i bob dysgwr drwy ddull amlasiantaethol. Mae'r dyfyniad dros y dudalen yn rhan o ddogfen sy'n cael ei diweddarau'n flynyddol.

Tîm o Amgylch y Clwstwr – Rhestr Gyswllt

Gall pob ysgol a lleoliad gael mynediad at restr gyswllt ddiweddaraf y 'Tîm o Amgylch y Clwstwr'. Mae hyn yn helpu ysgolion a lleoliadau i gael mynediad at gymorth priodol. Cliciwch [yma](#) am y fersiwn ddiweddaraf.

Cyfeiriadau yn y Cefndir

- Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018 (*Llywodraeth Cymru, 2018*)

- Cwricwlwm i Gymru 2022: Canllawiau Statudol – Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles, (*Llywodraeth Cymru, 2020*)
- Canllawiau Cwricwlwm i Gymru (*Llywodraeth Cymru, 2020*)
- Canllawiau Cwricwlwm i Gymru, Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg (RVE) (*Llywodraeth Cymru, 2021*)
- Rhaglen gwrth-fwlio KiVa yn ysgolion Powys (2018)
- *Cadernid Meddwl* - Adroddiad ar y newid mawr sydd ei angen mewn cymorth emosiynol ac iechyd meddwl i blant a phobl ifanc yng Nghymru (*Cynulliad Cenedlaethol Cymru, 2018*)
- Cadernid Meddwl: Dwy flynedd yn ddiweddarach (*Senedd Cymru, 2020*)
- Canllawiau Statudol a Chod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb (RSE) – Dogfen Ymgynghori (*Llywodraeth Cymru, 2021*)
- Restorative Approaches in Schools. A Guide for Schools Managers and Governors (*Flanagan H*)
- Cefnogi Lles Staff mewn Ysgolion (*Canolfan Genedlaethol Anna Freud ar gyfer Plant a Theuluoedd, 2021*)
- Gofalu am athrawon. Hyb iechyd meddwl a lles (*Cymorth Addysg, 2021*)
- *Symud Cymru Ymlaen 2016–2021*¹, (*Llywodraeth Cymru, 2016*)
- Tuag at 2040 - Cynllun Llesiant Powys
- Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (*Comisiynydd Plant Cymru, 2021*)
- Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 (*Llywodraeth Cymru, 2015*)
- Llywodraeth Cymru - Perthyn, ymgysylltu a chyfranogi: Canllawiau ar wella ymgysylltiad a phresenoldeb dysgwyr (*Llywodraeth Cymru, 2023*)

- Llywodraeth Cymru – Addysg yng Nghymru – Cenhadaeth ein Cenedl: diweddariad Hydref 2020 (Llywodraeth Cymru, 2020)
- Llywodraeth Cymru - Addysg yng Nghymru: Cenhadaeth ein Cenedl (*Llywodraeth Cymru, 2017*)
- Fframwaith Llywodraeth Cymru ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer lles emosiynol a meddyliol (*Llywodraeth Cymru, 2021*)
- Llywodraeth Cymru - Cadw dysgwyr yn ddiogel: Rôl awdurdodau lleol, cyrff llywodraethu a pherchnogion ysgolion annibynnol o dan Ddeddf Addysg 2002 (Llywodraeth Cymru, 2022)
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 Llywodraeth Cymru (*Llywodraeth Cymru, 2014*)
- Cynlluniau Ysgolion Iach – Rhwydwaith Cymru² (WNHSS), (*Iechyd Cyhoeddus Cymru*)