SCHOOL IN-REACH SERVICE

GWASANAETH MEWNGYMORTH YSGOLION

HYFFORDDIANT I STAFF ADDYSG

Gwasanaeth Mewngymorth Ysgolion Caerdydd a'r Fro

Un o nodau craidd y Gwasanaeth Mewngymorth Ysgolion yw uwchsgilio staff addysg i allu cefnogi anghenion lles emosiynol a meddyliol dysgwyr. Mae'r Gwasanaeth Mewngymorth Ysgolion wedi datblygu ystod o hyfforddiant ar les emosiynol a phynciau iechyd meddwl. Mae'r rhain ar gael am ddim i staff addysg sy'n gweithio yng Nghaerdydd a'r Fro.

SESIYNAU DYSGU BYR

Cyflwyniadau byr, wedi'u recordio ymlaen llaw, i bynciau lles emosiynol ac iechyd meddwl ar gyfer staff addysg.

Y SYLFEINI

Gweminarau i ddarparu gwybodaeth a dealltwriaeth ar sut i gefnogi lles emosiynol dysgwyr yn gyffredinol.

ADEILADU GWYBODAETH

Gweminarau a gweithdai sy'n adeiladu gwybodaeth a dealltwriaeth ar bynciau a grwpiau mwy penodol.

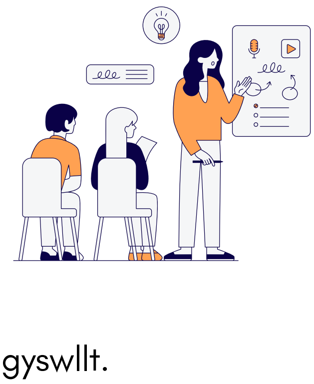
PECYN CYMORTH THERAPIWTIG

Gweithdai rhyngweithiol sy'n meithrin sgiliau a gwybodaeth i gyflwyno ymyriadau lles emosiynol.

Y DULL HAENOG

Gall hyfforddiant sylfaenol fod o fudd i grwpiau staff cyfan, tra gallai pynciau arbenigol fod yn fwy priodol ar gyfer y rhai mewn rolau penodol h.y. Cydlynydd ADY, staff bugeiliol, arweinwyr lles, oedolion allweddol.

Mae ein pasbort ar gyfer dysgu yn aml yn cael ei adolygu a'i ddatblygu ar sail adborth. Ein nod yw datblygu ein hyfforddiant ar y cyd â chydweithwyr o wasanaethau iechyd, awdurdodau lleol ac addysg sy'n cefnogi plant a phobl ifanc.



Gweler y dudalen olaf am fanylion cofrestru a gwybodaeth gyswllt.

SCHOOL IN-REACH SERVICE GWASANAETH MEWNGYMORTH YSGOLION | Emotional Wellbeing & Mental Health Lles Emosiynol ac Iechyd Meddwl | CYPF Children, Young People & Family Health Services | PPIT Gwasanaethau Plant, Pobl Ifanc ac Iechyd Teuluol | GIG CYMRU NHS WALES Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro Cardiff and Vale University Health Board

SESIYNAU DYSGU BYR

- **CYFLWYNIAD I ORBRYDER** (15 MUNUD)
  Trosolwg byr o beth yw gorbryder a sut y gall ymddangos mewn pobl ifanc, gan gynnwys yr arwyddion a'r symptomau. Rhai syniadau cyffredinol ar sut i gefnogi dysgwr sy'n orbryderus neu'n ofidus.

- **CYFLWYNIAD I OCD** (15 MUNUD)
  Trosolwg byr o Anhwylder Gorfodaeth Obsesiynol (OCD), mythau cyffredin, beth sy'n cynnal OCD a sut mae'n effeithio ar ddysgwyr. Rhai syniadau cyffredinol ar sut i gefnogi dysgwr sy'n profi OCD.

- **CYFLWYNIAD I 'PACE'** (10 MUNUD)
  Trosolwg byr o elfennau PACE (chwarëusrwydd, derbyniad, chwilfrydedd ac empathi) a chyflwyniad i sut y gall hyn fod yn ddefnyddiol wrth ryngweithio â dysgwyr.

- **CYFLWYNIAD I TICIAU A SYNDROM TOURETTE** (10 MUNUD)
  Cyflwyniad byr i Syndrom Tourette ac Anhwylder Tic Swyddogaethol, gan archwilio eu nodweddion, eu heffaith ar ddysgwyr, a strategaethau ymarferol i staff addysg gynnig cefnogaeth wybodus a thosturiol. Wedi'i ddatblygu ar y cyd â Thîm Ymyriadau EWMH.

- **DEALL AC YMATEB I HUNAN-NIWED** (WEDI'I RECORDIO)
  Hyfforddiant wedi'i recordio ymlaen llaw ar beth yw hunan-niwed, yr arwyddion a'r ffactorau risg sy'n gysylltiedig â hunan-niwed, sut i ymateb yn effeithiol i berson ifanc sy'n hunan-niweidio a chodi ymwybyddiaeth o'r cymorth sydd ar gael. Wedi'i ddatblygu gan y Gwasanaeth Mewngymorth Ysgolion ar y cyd â'r Tîm Argyfwng a Gwasanaeth Seicoleg Addysgol Caerdydd.

Y SYLFEINI

- **CYFLWYNIAD I'R GWASANAETH MEWNGYMORTH YSGOLION** (1 AWR)
  Cyflwyniad hyd awr i'r Gwasanaeth Mewngymorth Ysgolion a sut mae'n ymwneud â chyd-destun strwythur a gwasanaethau grwpiau gofal Lles Emosiynol ac Iechyd Meddwl (EWMH) sy'n rhan ohono. Mae'r sesiwn yn rhoi gwybodaeth i leoliadau addysg am bopeth mae angen i chi ei wybod am atgyfeiriadau a chael mynediad i wasanaethau. Mae'n rhannu gwybodaeth am strwythur y Tîm Mewngymorth Ysgolion a'n cynnig gwasanaeth (gan gynnwys hyfforddiant a grwpiau).

- **GWREIDDIO 'PACE' YN YR YSTAFELL DDOSBARTH** (2 AWR – WYNEB YN WYNEB)
  Mae'r hyfforddiant 1 awr 30 munud hwn yn gyflwyniad byr i PACE (chwarëusrwydd, derbyniad, chwilfrydedd ac empathi) sy'n un agwedd ar DDP (seicotherapi datblygiadol dyadig) a ddatblygwyd gan Dr Dan Hughes. Ein nod yw rhoi dealltwriaeth i chi o rai ffyrdd o berthnasu â phobl ifanc a'i gilydd a all ddod yn rhan annatod o'ch diwylliant a'ch ymarfer o fewn lleoliadau addysg. I gael rhagor o wybodaeth am DDP, ewch i: https://ddpnetwork.Org/

ADEILADU GWYBODAETH

Mae'r pecynnau hyfforddi hyn yn adeiladu ar wybodaeth a dealltwriaeth o'n hyfforddiant 'sylfeini' fel 'Deall ac Ymateb i Drallod' ac 'Gwreiddio 'PACE' yn yr Ystafell Ddosbarth'. Felly, byddem yn disgwyl i staff fod â gwybodaeth sylfaenol am y pynciau hyn eisoes, cyn cael mynediad at yr hyfforddiant 'adeiladu gwybodaeth'

- **RHEOLI DIWEDD CYFNOD A PHONTIO YN EFFEITHIOL** (3 AWR – WYNEB YN WYNEB)
  Gweithdy rhyngweithiol 3 awr a fydd yn archwilio effaith pontio a diweddiadau ar ddysgwyr a staff, a'i nod yw adeiladu sgiliau a gwybodaeth ynghylch cymorth pontio cyffredinol a gwell i ddysgwyr a'u teuluoedd. Mae'r hyfforddiant yn darparu offer a gweithgareddau creadigol y gellir eu defnyddio yn ystod cyfnodau pontio a diweddiadau. Mae'r sesiwn yn un wyneb yn wyneb gan ei fod yn brofiadol ac yn caniatáu lle ar gyfer enghreifftiau ymarferol. **Uchafswm o 20 aelod o staff fesul grŵp, gan fod y sesiwn yn brofiadol ac yn caniatáu lle i enghreifftiau ymarferol.**

- **'PACE' AR WAITH** (2 AWR – WYNEB YN WYNEB MEWN LLEOLIADAU UNIGOL)
  Gweithdy 2 awr yn seiliedig ar astudiaethau achos i ymgorffori gwybodaeth o hyfforddiant 'Gwreiddio PACE yn yr Ystafell Ddosbarth' ymhellach. Cyfleoedd i ymarfer ymateb ag agwedd llawn PACE drwy ystod o astudiaethau achos a sefyllfaoedd sydd wedi'u hamlygu gan yr ysgol sy'n derbyn hyfforddiant. **Os hoffech chi gael sesiwn PACE ar Waith yn eich ysgol, trafodwch gyda'ch ymarferydd mewngymorth cysylltiedig. Ar gyfer ysgolion cynradd, e-bostiwch schoolinreach.cav@wales.nhs.uk a bydd y tîm yn cysylltu â chi.**

- **DEALL AC YMATEB I DRALLOD** (2 AWR – WYNEB YN WYNEB)
  Gweminar 2 awr ar sut mae ymennydd plant a phobl ifanc yn gweithio a sut mae hyn yn cysylltu ag emosiynau cryf; ffactorau a allai ddylanwadu ar lesiant plentyn neu berson ifanc; sut y gallai trallod godi yn yr ystafell ddosbarth; cyflwyniad i ffyrdd y gall staff gefnogi plant a phobl ifanc sy'n profi trallod er mwyn gwella eu sefyllfaoedd.

- **YMATEB I YMDDYGIAD Â DWY LAW** (2 AWR – WYNEB YN WYNEB)
  Sesiwn hyfforddi 2 awr sy'n cefnogi staff i ymateb i ymddygiadau ag ymagwedd "dwy-law" (o gysylltu a chywiro) i helpu plant a phobl ifanc i ffynnu. Nod yr hyfforddiant yw cynyddu sgiliau i aros yn llawn 'PACE' hyd yn oed wrth weithredu ffiniau. Dim ond os ydych eisoes wedi derbyn ein hyfforddiant 'Gwreiddio PACE yn yr Ystafell Ddosbarth' y dylech gadw lle ar yr hyfforddiant.

- **ANGHENION SYNHWYRAIDD YN YR YSTAFEL DDOSBARTH** (3 AWR – MEWN LLEOLIADAU UNIGOL)
  Eleni, bydd Gwasanaeth Mewngymorth Ysgolion yn canolbwyntio ar weithio ar y cyd â'r gwasanaeth Therapi Galwedigaethol i hyrwyddo eu hyfforddiant anghenion synhwyraidd, a chefnogi gyda'r ddarpariaeth. Nod ein dull ar y cyd yw tynnu sylw at anawsterau synhwyraidd y gall dysgwyr eu profi a darparu offer ymarferol i gynorthwyo yn yr ystafell ddosbarth a'r lleoliad addysg. Mae'r sesiwn wyneb yn wyneb gan ei bod yn brofiadol ac yn caniatáu lle i enghreifftiau ymarferol. **Bydd ceisiadau am yr hyfforddiant hwn mewn lleoliadau uwchradd unigol yn cael eu hystyried rhwng gwasanaethau i ymateb orau i'r angen. Trafodwch gyda'ch ymarferydd Mewngymorth Ysgolion sy'n gysylltiedig â'ch ysgol/lleoliad.**

PECYN CYMORTH THERAPIWTIG

Gweithdai rhyngweithiol sy’n meithrin sgiliau a gwybodaeth er mwyn cyd-gyflwyno ymyriadau lles emosiynol. Rhaid i fynychwyr feddu ar wybodaeth flaenorol am bynciau hyfforddi 'sylfaenol' a 'meithrin gwybodaeth'.

- **COEDEN BYWYD** (3 AWR - WYNEB YN WYNEB)

  Yn y gweithdy rhyngweithiol 3 awr hwn, bydd y cyfranogwyr yn profi’r ymyrraeth Coeden Bywyd drostynt eu hunain. Math o therapi naratif yw Coeden Bywyd, a all helpu i adeiladu straeon am gryfder a gwydnwch. Bydd y profiad a'r wybodaeth a geir yn y gweithdy hwn yn sylfaen sgiliau i allu cyd-hwyluso ymyriadau grŵp Coeden Bywyd.

- **PETHAU RHYFEDD YW TEIMLADAU/FEELINGS ARE FUNNY THINGS (FAFT)** (3 AWR FESUL GWEITHDY - WYNEB YN WYNEB)

  Cynigir y gweithdai hyn i leoliadau addysg sy’n cyd-hwyluso’r rhaglen grŵp ‘Pethau Rhyfedd yw Teimladau’ ochr yn ochr â’r Gwasanaeth Mewngymorth Ysgolion:

  - **Rhan 1: Defnyddio Dull Adrodd Storïau i adeiladu Sgiliau Llythrennedd Emosiynol (3 awr):** Gweithdy rhyngweithiol yn seiliedig ar brofiad, yn archwilio ffyrdd o ddefnyddio dull adrodd storïau a gweithgareddau i adeiladu llythrennedd emosiynol.

  - **Rhan 2: Dosbarth Meistr Adrodd Storïau (3 awr):** Gweithdy rhyngweithiol dilynol yn seiliedig ar brofiad, i aelodau staff ddatblygu hyder a sgiliau mewn adrodd storïau a chyflwyno'r grŵp FAFT.

Os ydych chi'n ysgol uwchradd sydd â diddordeb mewn rhedeg grŵp Pethau Rhyfedd yw Teimladau yn eich ysgol, trafodwch ofynion hyfforddi gyda'ch ymarferydd mewngymorth cysylltiedig.

Ar gyfer ysgolion cynradd sydd â diddordeb, e-bostiwch schoolinreach.cav@wales.nhs.uk a bydd y tîm yn cysylltu â chi.

SCHOOL IN-REACH SERVICE / GWASANAETH MEWNGYMORTH YSGOLION — Emotional Wellbeing & Mental Health / Lles Emosiynol ac Iechyd Meddwl — CYPF Children, Young People & Family Health Services — PPIT Gwasanaethau Plant, Pobl Ifanc ac Iechyd Teuluol — GIG CYMRU NHS WALES Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro / Cardiff and Vale University Health Board

MYNEDIAD I HYFFORDDIANT

AR GYFER YSGOLION UNIGOL/ LLEOLIADAU

Gellir cyflwyno hyfforddiant mewn ysgolion uwchradd neu leoliadau unigol a'i drefnu trwy gyfarfodydd blaenoriaethu tymhorol. Mae ein gallu i gynnig hyfforddiant staff cyfan mewn ysgolion cynradd yn gyfyngedig, felly cysylltwch â ni i holi.

HYFFORDDIANT MYNEDIAD AGORED

Gall holl staff addysg Caerdydd a'r Fro fynychu fel rhan o'n rhaglen hyfforddiant mynediad agored. Bydd staff yn y lleoliadau hyn yn cael cynnig blaenoriaeth archebu. Os oes argaeledd yn y dyddiau cyn yr hyfforddiant, bydd mannau yn cael eu cynnig i'r rhai y tu allan i addysg sydd wedi dangos diddordeb.

Bydd dyddiadau hyfforddiant mynediad agored yn cael eu rhannu yn ein cylchlythyrau tymhorol ac ar ein gwefan. Gallwch gofrestru ar gyfer ein cylchlythyr yma.

neu sganiwch y cod QR

GWEFAN

CYLCHLYTHYR

Am ragor o wybodaeth, cysylltwch â schoolinreach.cav@wales.nhs.uk

Ewch i **www.cavyoungwellbeing.wales/cy/** am wybodaeth ac adnoddau Lles Emosiynol ac Iechyd Meddwl.

School In-Reach Service / Gwasanaeth Mewngymorth Ysgolion · Emotional Wellbeing & Mental Health / Lles Emosiynol ac Iechyd Meddwl · CYPF Children, Young People & Family Health Services · PPIT Gwasanaethau Plant, Pobl Ifanc ac Iechyd Teuluol · GIG Cymru NHS Wales · Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro / Cardiff and Vale University Health Board