ADDYSG CYMRU
EDUCATION WALES
cenhadaeth ein cenedl | our national mission

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Pecyn cymorth gweithredu cwnsela mewn ysgolion ac yn y gymuned (diwygiwyd 2020)

PHOTO REDACTED DUE TO THIRD PARTY RIGHTS OR OTHER LEGAL ISSUES

Pecyn cymorth gweithredu cwnsela mewn ysgolion ac yn y gymuned (diwygiwyd 2020)

Cynulleidfa

Darparwyr a rheolwyr gwasanaethau cwnsela; gweithwyr proffesiynol eraill gan gynnwys athrawon, gwasanaethau brys, gweithwyr cymdeithasol, gweithwyr yn y trydydd sector a phobl sy'n gweithio mewn gwasanaethau ieuenctid.

Trosolwg

Cyhoeddwyd y *Pecyn Cymorth Gweithredu Cwnsela mewn Ysgolion* am y tro cyntaf yn 2011. Ar y pryd, roedd y pecyn cymorth yn adeiladu ar *Gwasanaethau Cwnsela mewn Ysgolion yng Nghymru – Strategaeth Genedlaethol* (2008). Gyda'i gilydd, roedd y strategaeth genedlaethol a'r pecyn cymorth gwreiddiol yn paratoi'r ffordd ar gyfer deddfwriaeth newydd (o dan Ddeddf Safonau a Threfniadaeth Ysgolion (Cymru) 2013), yn ei gwneud yn ofynnol i awdurdodau lleol gynnig darpariaeth resymol o wasanaethau cwnsela annibynnol i blant a phobl ifanc rhwng 11 a 18 oed a dysgwyr ym Mlwyddyn 6 yn yr ysgol gynradd.

Lluniwyd y pecyn cymorth gwreiddiol ar y cyd gan Lywodraeth Cymru a Chymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain (BACP). Mae'r fersiwn ddiwygiedig hon hefyd wedi cael ei datblygu gyda mewnbwn gan BACP ac mewn cydweithrediad agos â gweithgor yn cynnwys arweinwyr ym maes cwnsela a darparwyr gwasanaethau o awdurdodau lleol ledled Cymru. Mae'n adlewyrchu amrywiaeth o newidiadau ers i'r canllawiau gwreiddiol gael eu cyhoeddi, fel newidiadau mewn cyfraith a pholisi, cynnydd yn y gwasanaethau cwnsela a ddarperir i blant a phobl ifanc mewn lleoliad cymunedol, a'r defnydd o gwnsela ar-lein.

Y camau y mae angen eu cymryd

Dylai pob awdurdod lleol ac ysgol ddilyn y canllawiau hyn wrth ystyried eu polisïau a'u harferion cwnsela. Dylai awdurdodau lleol hefyd sicrhau eu bod yn hygyrch i reolwyr gwasanaethau cwnsela a darparwyr cysylltiedig, yn ogystal ag athrawon ysgol, aelodau eraill o staff ysgol a gweithwyr proffesiynol perthnasol.

Yn sgil y pandemig COVID-19 presennol, mae'r rheini sy'n darparu gwasanaethau llesiant emosiynol a meddyliol wedi gorfod datblygu ffyrdd newydd o weithio. A hynny er mwyn sicrhau y gall plant a phobl ifanc gael mynediad priodol i'r cymorth sydd eu hangen arnynt o hyd. Mae'r rheini sy'n darparu cwnsela wedi ymateb yn gyflym. I sicrhau y gall cleientiaid presennol a rhai newydd gael y cymorth a'r gefnogaeth sydd eu hangen arnynt, maent yn gweithio mewn ffordd sy'n ystyriol o'r angen i barhau i gadw pellter cymdeithasol. I gadarnhau hynny, gan weithio ar y cyd â chomisiynwyr a darparwyr, rydym wedi datblygu rhestr o gwestiynau cyffredin yn llyw.cymru/canllawiau-i-ddarparwyr-gwasanaethau-cwnsela-mewn-ysgolion-ac-yn-y-gymuned-coronafeirws**. Bydd hyn yn helpu i sicrhau bod modd parhau i ddarparu gwasanaethau cwnsela o ansawdd uchel a chyson o dan yr amgylchiadau presennol.**

OGL © Hawlfraint y Goron 2020 WG37758 ISBN digidol 978 1 80038 395 1

Rhagor o wybodaeth

Dylid cyfeirio ymholiadau am y ddogfen hon at:
Iechyd a Lles mewn Ysgolion
Is-adran Cymorth i Ddysgwyr
Llywodraeth Cymru
Parc Cathays
Caerdydd
CF10 3NQ

e-bost: mentalhealth.schools@llyw.cymru

@LlC_Addysg

Facebook/AddysgCymru

Copïau ychwanegol

Mae'r ddogfen hon ar gael ar wefan Llywodraeth Cymru yn llyw.cymru/addysg-a-sgiliau

Dogfennau cysylltiedig

Mae'r canllawiau hyn yn disodli'r *Pecyn Cymorth Gweithredu Cwnsela mewn Ysgolion* (2011).

Cynnwys

Rhagair gan y Gweinidogion 1

Cefndir a chyd-destun 3

Astudiaeth achos: Liam 9

Rôl y cwnselydd 12

Gweithio yn unol â fframwaith moesegol a gweithdrefn gwyno 13

Defnyddio gwasanaethau cwnsela 16

Astudiaeth achos: Max 25

Ystyriaethau ar gyfer atgyfeirio 26

Cymwysterau a phrofiad cwnselwyr 30

Goruchwylio cwnselwyr 33

Rheoli llinell a gwasanaethau cwnsela 35

Lleoliadau cwnsela ar gyfer hyfforddeion a myfyrwyr ar ôl cymhwyso 37

Astudiaeth achos: Jenny 41

Gweithio mewn partneriaeth 42

Cwnsela fel rhan o ddull gweithredu ysgol gyfan a system gyfan 44

Rôl yr ysgol a'r person cyswllt 45

Creu lle cwnsela effeithiol 47

Gwasanaethau cwnsela a ddarperir y tu allan i'r ysgol 49

Cwnsela ar-lein 51

Astudiaeth achos: A.B. 54

Codi ymwybyddiaeth o'r ffaith bod gwasanaethau cwnsela ar gael 57

Cadw a chynnal cofnodion 58

Cyfrinachedd a rhannu gwybodaeth 60

Astudiaeth achos: John 62

Diogelu 64

Datblygiad proffesiynol parhaus (DPP) 70

Hunanofal cwnselwyr 72

Monitro canlyniadau/gwerthuso gwasanaethau 74

Cyfeiriadau 76

Rhagair gan y Gweinidogion

Lluniwyd y *Pecyn cymorth gweithredu cwnsela mewn ysgolion ac yn y gymuned (diwygiwyd 2020)* er mwyn helpu cwnselwyr, rheolwyr gwasanaethau cwnsela, athrawon a gweithwyr proffesiynol eraill sy'n dod i gysylltiad yn rheolaidd â phlant a phobl ifanc ag anawsterau iechyd a lles emosiynol. Ni fwriedir iddo gymryd lle hyfforddiant arbenigol. Yn hytrach, mae'n cynnig ffordd gyflym a hwylus o gyfeirio at egwyddorion cyffredinol arfer gorau ac yn cyfeirio at ffynonellau eraill o gymorth a chyngor.

Mae'r pecyn cymorth diwygiedig yn disodli'r *Pecyn Cymorth Gweithredu Cwnsela mewn Ysgolion* a gyhoeddwyd ar y cyd â Chymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain (BACP) yn 2011. Roedd pecyn cymorth 2011 yn gosod y sylfeini ar gyfer datblygu darpariaeth cwnsela mewn ysgolion a chyflwyno deddfwriaeth (sy'n unigryw i Gymru o hyd) yn 2013 sy'n ei gwneud yn ofynnol i awdurdodau lleol ddarparu gwasanaethau cwnsela i bob dysgwr o oedran ysgol uwchradd a dysgwyr Blwyddyn 6 ysgol gynradd.

Ledled y DU, amcangyfrifir y bydd un o bob pedwar plentyn yn dangos rhywfaint o dystiolaeth o anawsterau o ran lles emosiynol, a bydd gan dri phlentyn mewn ystafell ddosbarth o faint cyfartalog broblem o ran lles emosiynol hefyd. Gan fod data o fwletin cwnsela ystadegol diweddaraf Llywodraeth Cymru (2018–19) yn dangos bod 11,753 o bobl ifanc wedi defnyddio gwasanaethau cwnsela yn ystod y flwyddyn honno, mae bellach yn bwysicach nag erioed bod ein dysgwyr yn gallu cael gafael ar wasanaethau cwnsela o safon dda yn gynnar ac yn hawdd, sy'n sicr o helpu i atal problemau iechyd emosiynol rhag datblygu neu fynd yn fwy difrifol.

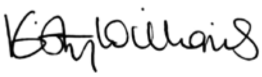
Ar ôl ei gyhoeddi, bydd ein pecyn cymorth cwnsela newydd yn adnodd gwerthfawr i ddarparwyr gwasanaethau cwnsela o ran arfer gorau wrth ddarparu'r gwasanaeth yn yr ysgol ac, yn gynyddol, mewn lleoliadau cymunedol. Yn bwysicach na hynny, bydd yn hybu darpariaeth gyson a thegwch o ran mynediad i'r bobl ifanc hynny y mae angen y gwasanaeth arnynt.

Mae'r ddogfen hefyd yn pwysleisio pwysigrwydd sefydlu cydberthnasau â phlant a phobl ifanc – gweithio gyda nhw fel defnyddwyr gwasanaethau unigol ac fel grwpiau sydd â phrofiad ac a all helpu i wella'r gwasanaethau a ddarperir drwy rannu'r profiadau hyn. Yn ogystal â hyrwyddo cwnsela, dylai plant a phobl ifanc a'u teuluoedd, yn ogystal â staff ysgol, gael eu cefnogi i ddeall cwnsela a sut y gallai eu helpu nhw.

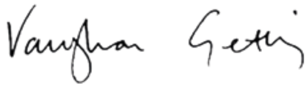
Mae sawl cyfeiriad at hawliau dynol plant o dan Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) yn sail i'r pecyn cymorth hwn, a byddem yn annog awdurdodau lleol i ystyried sut y mae'r gwasanaethau a gynigiant yn cefnogi ac yn hyrwyddo'r hawliau hyn.

Mae'r pecyn cymorth cwnsela newydd yn ategu ein canllawiau a gyhoeddwyd yn ddiweddar, *Ymateb i faterion hunan-niweidio a theimladau hunanladdol ymhlith pobl ifanc: Canllawiau i athrawon, gweithwyr proffesiynol, gwirfoddolwyr a gwasanaethau ieuenctid* (2019) ac mae'n elfen bwysig iawn yn y broses o ddatblygu dull ysgol gyfan a system gyfan Llywodraeth Cymru o gefnogi plant a phobl ifanc ag anawsterau o ran lles emosiynol.

Hoffem ddiolch ar goedd i arweinwyr cwnsela awdurdodau lleol, y darparwyr gwasanaethau a'r cydweithwyr eraill a gyfrannodd at y pecyn cymorth hwn, am eu hymroddiad, eu gwaith caled a'u hymrwymiad parhaus i godi'r safonau a sicrhau cysondeb mewn gwasanaethau cwnsela i'n holl blant a phobl ifanc. Rydym hefyd yn ddiolchgar iawn am gyfraniad sylweddol ein cydweithwyr yn BACP ac am eu cymorth wrth ychwanegu at ei gynnwys a sicrhau ei fod yn addas i'r diben.



Kirsty Williams AS
Y Gweinidog Addysg



Vaughan Gething AS
Y Gweinidog Iechyd
a Gwasanaethau Cymdeithasol

Cefndir a chyd-destun

Cwnsela yn gyffredinol

Mae cwnsela yn un o amrywiaeth o wasanaethau sy’n helpu i ddiwallu anghenion iechyd, emosiynol a chymdeithasol pobl ifanc, ac mae’n arwain at ddiwylliant ysgol iach, ond ni fwriedir iddo gymryd lle’r cymorth a ddarperir gan oedolion cyfrifol mewn lleoliadau addysgol i hybu lles pobl ifanc. Gall cael gafael ar wasanaeth cwnsela yn gynnar ac yn hawdd atal problemau o ran lles emosiynol rhag datblygu neu fynd yn fwy difrifol, a gall feithrin ymddiriedaeth a hyder er mwyn galluogi pobl ifanc i gael gafael ar wasanaethau mwy arbenigol os bydd angen.

Diben

Bwriedir i’r pecyn cymorth hwn gynnig cymorth ymarferol i gwnselwyr a rheolwyr gwasanaethau cwnsela ac i’r rhai sy’n gyfrifol am hyrwyddo lles emosiynol o ddydd i ddydd mewn ysgolion (fel pennaeth a chorff llywodraethu pob ysgol gynradd ac uwchradd yng Nghymru) ac mewn lleoliadau cymunedol. Nod y pecyn cymorth hwn yw helpu gwasanaethau cwnsela i gael yr wybodaeth sydd ei hangen arnynt i ddarparu gwasanaeth o safon uchel, gan sicrhau gwerth am arian a chanlyniadau gwell i blant a phobl ifanc, a sicrhau bod rhanddeiliaid eraill yn cael yr wybodaeth sydd ei hangen arnynt i weithio ar y cyd â gwasanaethau cwnsela.

Mae’r canllawiau hyn yr un mor gymwys i gwnsela a ddarperir mewn ysgolion a chymunedau ac yn ceisio ein gwneud i gyd yn ymwybodol o’i argaeledd er mwyn lleihau stigma a normaleiddio’r defnydd o wasanaethau cwnsela.

Mae Llywodraeth Cymru yn ddiolchgar iawn am y cymorth a’r cyngor sylweddol gan arweinwyr cwnsela awdurdodau lleol a darparwyr gwasanaethau cwnsela ledled Cymru wrth ddatblygu’r pecyn cymorth hwn, yn enwedig:

- Alison Theaker, Rhondda Cynon Taf
- Christian Davies-Trigg, Casnewydd
- Claire Leahey, Caerdydd
- Claire Madden, Blaenau Gwent
- Dan Trevor, Sir Ddinbych
- Lyn Herde, Sir Benfro.

Hoffem hefyd ddiolch i BACP, yn enwedig:

- Sue Dale
- Jo Holmes
- Caroline Jesper
- Cathy Bell.

Diffiniad o les meddyliol

Mae Sefydliad Iechyd y Byd yn diffinio lles meddyliol fel:

'Cyflwr lle mae unigolion yn cydnabod eu galluoedd, yn gallu ymdopi â straen arferol bywyd, gweithio'n gynhyrchiol ac yn llwyddiannus, a gwneud cyfraniad at eu cymunedau.'

Cefndir

Mae Llywodraeth Cymru yn ymrwymedig i wella iechyd a lles emosiynol plant a phobl ifanc. Ledled y DU, amcangyfrifir y bydd un o bob pedwar plentyn yn dangos rhywfaint o dystiolaeth o salwch emosiynol, a bydd gan dri phlentyn mewn ystafell ddosbarth o faint cyfartalog anawsterau o ran eu hiechyd emosiynol. Mae hanner problemau iechyd emosiynol yn dechrau erbyn i unigolyn gyrraedd 14 oed, a thri chwarter erbyn i unigolyn gyrraedd canol ei ugeiniau[1]. Gan fod tystiolaeth yn dangos bod y broblem hon yn cynyddu, mae'n bwysig bod plant a phobl ifanc yn cael y cymorth sydd ei angen arnynt mor gyflym ag y dylent.

Gall mynd i'r afael â phroblemau fel gorbryder, iselder ac anhwylderau bwyta yn gynnar helpu i osgoi problemau iechyd meddwl mwy difrifol yn ddiweddarach mewn bywyd, a chael effaith gadarnhaol ar gyrhaeddiad personol, cymdeithasol ac addysgol y person ifanc ac, yn y pen draw, ei gyfleoedd bywyd. Mae hyn yn ganolog i strategaeth iechyd meddwl Llywodraeth Cymru ar gyfer pob oedran, *Law yn Llaw at Iechyd Meddwl: Strategaeth ar gyfer Iechyd Meddwl a Lles yng Nghymru* (2012)[2].

Mae sicrhau bod plant a phobl ifanc yn cael gofal mewn modd amserol a phriodol nid yn unig yn flaenoriaeth allweddol i Lywodraeth Cymru, ond hefyd yn cyd-fynd â'r CCUHP, yn enwedig yr erthyglau canlynol.

- Erthygl 6 – Mae gan bob plentyn hawl i fyw. Dylai llywodraethau sicrhau bod plant yn goroesi ac yn datblygu i'w llawn botensial.
- Erthygl 12 – Mae gan bob plentyn yr hawl i fynegi ei safbwyntiau, ei deimladau a'i ddymuniadau … ac i'w safbwyntiau gael eu hystyried a'u cymryd o ddifrif.
- Erthygl 19 – Dylai llywodraethau sicrhau bod plant yn cael y gofal priodol, a'u cadw rhag trais, camdriniaeth ac esgeulustod gan eu rhieni neu unrhyw un arall sy'n edrych ar eu hôl.
- Erthygl 24 – Mae gan blant yr hawl i gael gofal iechyd o ansawdd da ac i ddŵr glân, bwyd maethlon ac amgylchedd glân er mwyn iddyn nhw gadw'n iach.
- Erthygl 39 – Rhaid i blant sydd wedi profi esgeulustod a chamdriniaeth gael y cymorth a'r gefnogaeth briodol sy'n eu galluogi i adfer eu hiechyd, eu hunanbarch a'u bywyd cymdeithasol.

[1] www.who.int/mental_health/maternal-child/child_adolescent/en
[2] llyw.cymru/law-yn-llaw-iechyd-meddwl-ein-strategaeth-iechyd-meddwl

Y cyd-destun deddfwriaethol a pholisi

Iechyd Meddwl

Ers mis Ebrill 2013, mae'n ofynnol i awdurdodau lleol, o dan Ddeddf Safonau a Threfniadaeth Ysgolion (Cymru) 2013 ('Deddf 2013'), sicrhau bod gwasanaeth cwnsela annibynnol yn cael ei ddarparu'n rhesymol i blant a phobl ifanc rhwng 11 a 18 oed yn eu hardaloedd ac i ddysgwyr ym Mlwyddyn 6 yn yr ysgol gynradd. Cafodd canllawiau statudol[3] i awdurdodau lleol, a wnaed o dan adran 92(2) o Ddeddf 2013, eu cyhoeddi yn 2013 mewn perthynas â darparu gwasanaethau cwnsela annibynnol i blant a phobl ifanc. Wrth arfer eu swyddogaethau mewn perthynas â darparu gwasanaethau cwnsela annibynnol, rhaid i awdurdodau lleol ystyried y canllawiau hyn.

Mae Deddf Iechyd Meddwl 1983 (a ddiwygiwyd yn sylweddol yn 2007) yn gymwys yng Nghymru a Lloegr, ac mae'n caniatáu i bobl sydd ag 'anhwylder meddyliol' gael eu derbyn i'r ysbyty, eu cadw yno, a'u trin heb eu caniatâd – naill ai er eu hiechyd a'u diogelwch eu hunain, neu er diogelwch pobl eraill.

Prif ddiben Deddf Iechyd Meddwl 1983 yw caniatáu gweithredu gorfodol, lle y bo angen, er mwyn sicrhau bod pobl sydd ag 'anhwylderau meddyliol' yn cael y gofal a'r driniaeth sydd eu hangen arnynt. Mae'n nodi'r meini prawf y mae'n rhaid eu bodloni cyn cymryd camau gorfodol, ynghyd â dulliau amddiffyn a diogelu cleifion.

Rhoddwyd Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010, y mae iddo bedair rhan, ar waith yng Nghymru yn 2012, ond nid yw'r mesur hwn yn gosod unrhyw ddyletswyddau newydd ar fyrddau iechyd lleol nac awdurdodau lleol i roi triniaeth iechyd meddwl na darparu gwasanaethau cymorth iechyd meddwl i blant. Fodd bynnag, mae'r cyd-destun deddfwriaethol ar gyfer darparu gwasanaethau cwnsela i blant a phobl ifanc a gwasanaethau iechyd meddwl plant a'r glasoed (CAMHS) yn cynnwys:

- dyletswyddau'r bwrdd iechyd lleol o dan adran 1 o Ddeddf Gwasanaeth Iechyd Gwladol (Cymru) 2006, sy'n gosod dyletswydd ar Weinidogion Cymru i barhau i hybu gwasanaeth iechyd cynhwysfawr sydd wedi'i gynllunio i sicrhau gwelliant (a) yn iechyd corfforol ac iechyd meddwl pobl Cymru ac (b) atal, canfod a thrin salwch
- dyletswyddau awdurdodau lleol i ddarparu gwasanaethau i 'blant mewn angen' o dan Ran 3 o Ddeddf Plant 1989 ('Deddf 1989')
- dyletswyddau awdurdodau lleol i ddarparu gwasanaethau lles i blant anabl o dan adran 28A o Ddeddf Cleifion Cronig a Phersonau Anabl 1970.

Diogelu

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 ('Deddf 2014') (adran 131) yn atgyfnerthu'r trefniadau diogelu presennol ar gyfer plant drwy gyflwyno dyletswydd newydd i hysbysu'r awdurdod lleol ac mae'n diffinio 'plentyn sy'n wynebu risg'. Mae'r Ddeddf, yn adran 130(4), yn diffinio 'plentyn sy'n wynebu risg' fel plentyn 'sy'n cael, neu sy'n wynebu risg o gael, ei gam-drin neu ei esgeuluso neu ddioddef mathau eraill o niwed, ac y mae arno anghenion am ofal a chymorth'. Bydd yn ofynnol i bartneriaid perthnasol (a ddiffinnir yn adran 130(5)), gan gynnwys partneriaid ym meysydd iechyd, yr heddlu a'r gwasanaeth prawf, hysbysu'r awdurdod lleol os oes sail resymol dros

[3] llyw.cymru/gwasanaethau-cwnsela-annibynnol-canllawiau-i-awdurdodau-lleol

gredu bod plentyn yn wynebu risg. Yn dilyn hysbysiad o'r fath, bydd awdurdodau lleol yn penderfynu p'un a ddylid arfer eu dyletswydd bresennol i ymchwilio yn unol ag adran 47 o Ddeddf Plant 1989. Canlyniad allweddol y pecyn o fesurau o dan y Ddeddf yw sicrhau bod partneriaid diogelu'n cael eu cefnogi gan fframwaith cryfach a mwy effeithiol ar gyfer cydweithredu amlasiantaethol.

Llesiant

Yn ogystal â hynny, mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 yn gosod dyletswydd ar gyrff cyhoeddus (gan gynnwys awdurdodau lleol, byrddau iechyd lleol ac Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru) i bennu amcanion llesiant er mwyn sicrhau eu bod yn gwneud y cyfraniad mwyaf posibl at gyflawni pob nod llesiant, gan gynnwys y nod o greu Cymru iachach: cymdeithas lle mae llesiant corfforol a meddyliol pobl cystal â phosibl a lle deellir dewisiadau ac ymddygiadau sydd o fudd i iechyd yn y dyfodol.

Y Gymraeg

Sefydlodd Mesur y Gymraeg (Cymru) 2011 ('y Mesur') fframwaith cyfreithiol i osod dyletswyddau ar sefydliadau penodol i gydymffurfio â safonau ymddygiad mewn perthynas â'r Gymraeg. Mae'r Mesur yn darparu y gall Gweinidogion Cymru, drwy reoliadau, bennu safonau yn y meysydd canlynol:

- darparu gwasanaethau
- llunio polisïau
- gweithredu
- hyrwyddo
- cadw cofnodion.

Ers 1 Ebrill 2017, mae'n ofynnol i awdurdodau lleol yng Nghymru gydymffurfio â Safonau'r Gymraeg. Rhaid i bob awdurdod lleol gydymffurfio â'r safonau fel y'u nodir yn eu hysbysiad cydymffurfio. Cyflwynwyd yr hysbysiadau cydymffurfio gan Gomisiynydd y Gymraeg yn unol â Rheoliadau Safonau'r Gymraeg (Rhif 1) 2015[4].

Anghenion addysgol arbennig/anghenion dysgu ychwanegol

Mae'r fframwaith deddfwriaethol presennol ar gyfer cefnogi plant ag anghenion addysgol arbennig (AAA) wedi'i nodi yn Neddf Addysg 1996 a chaiff ei ddisgrifio yng *Nghod Ymarfer Anghenion Addysgol Arbennig Cymru* (2002)[5]. Mae'n sefydlu system lle y bydd ysgolion ac awdurdodau lleol yn cynnig darpariaeth addysgol arbennig i blant ag AAA yn unol â chynlluniau anstatudol mewn ysgolion neu Ddatganiadau AAA statudol.

Fodd bynnag, pan fyddant yn cychwyn, bydd y darpariaethau sydd wedi'u cynnwys yn Neddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018 yn cyflwyno fframwaith deddfwriaethol newydd. Ymhlith pethau eraill, bydd y fframwaith hwn yn cael gwared ar y termau 'anghenion addysgol arbennig (AAA)' a 'darpariaeth addysgol arbennig (DAA)' gan ddefnyddio'r termau 'anghenion dysgu ychwanegol (ADY)' a 'darpariaeth ddysgu ychwanegol (DDdY)' yn eu lle ac yn rhoi cynllun cymorth statudol i bob plentyn ag ADY – y cynllun datblygu unigol (CDU). Caiff y system ei disgrifio yn y Cod Anghenion Dysgu

---

[4] www.comisiynyddygymraeg.cymru/Cymraeg/Sefydliadau/Pages/ChwilioSafonau.aspx
[5] llyw.cymru/anghenion-addysgol-arbennig-cod-ymarfer

Ychwanegol, a fydd yn disodli *Cod Ymarfer Anghenion Addysgol Arbennig Cymru* (2002). Disgwylir i'r system newydd hon gael ei rhoi ar waith o fis Medi 2020 ymlaen.

Profiadau niweidiol yn ystod plentyndod

Profiadau trawmatig sy'n digwydd cyn 18 oed yw profiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Ymhlith y profiadau hyn mae rhai sy'n niweidio'r plentyn yn uniongyrchol (e.e. cam-drin geiriol, corfforol neu rywiol) a rhai sy'n effeithio ar yr amgylchedd lle y mae'n byw (e.e. byw mewn cartref lle mae trais domestig, camddefnyddio cyffuriau neu alcohol, problemau iechyd a lles emosiynol, carchariad, rhieni'n gwahanu).

Dengys ymchwil[6] gan Iechyd Cyhoeddus Cymru fod 47 o bob 100 o oedolion yng Nghymru wedi dioddef o leiaf un profiad niweidiol yn ystod eu plentyndod, a bod 14 wedi dioddef pedwar neu fwy. Pan fydd plant a phobl ifanc yn cael profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, byddant yn fwy tebygol o wneud yn wael yn yr ysgol, yn fwy tebygol o ymddwyn mewn ffyrdd sy'n beryglus ac yn niweidiol i iechyd, ac yn fwy tebygol o ymwneud â throseddu. Pan fyddant wedi profi clwstwr o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod, bydd y tebygolrwydd hwn yn cynyddu. Er bod profiadau niweidiol mewn plentyndod yn digwydd ym mhob cymuned, mae'r rhai sy'n byw mewn ardaloedd o amddifadedd yn wynebu mwy o risg o gael profiadau niweidiol niferus yn ystod plentyndod.

Mae profiadau niweidiol yn ystod plentyndod hefyd yn effeithio ar les emosiynol. Mae nifer yr achosion o les meddyliol gwael ymhlith oedolion yn cynyddu wrth i nifer y profiadau niweidiol yn ystod plentyndod gynyddu[7]. Canfu astudiaeth Iechyd Cyhoeddus Cymru yn 2016 fod oedolion â phedwar neu fwy o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod bum gwaith yn fwy tebygol o fod â lles meddyliol gwael na'r rhai heb unrhyw brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod.

Mae Llywodraeth Cymru, ar y cyd ag Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn ariannu canolfan arbenigedd mewn profiad niweidiol yn ystod plentyndod – yr Hwb Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod[8]. Ei hamcanion yw:

- codi ymwybyddiaeth o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod ymhlith gweithwyr proffesiynol a chymdeithas
- cefnogi datblygiad dulliau gweithredu sy'n cael eu llywio gan brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod
- creu newid hirdymor neu helaeth drwy lywio polisïau a rhaglenni.

Mae'r Hwb Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod hefyd yn gweithio gyda'r heddlu fel rhan o'r rhaglen Camau Cynnar Gyda'n Gilydd ac wedi datblygu deunydd hyfforddi ar gyfer ysgolion. Drwy sicrhau bod pob gweithiwr proffesiynol yn wybodus ynghylch profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, caiff plant a phobl ifanc agored i niwed eu cefnogi gan rwydwaith o wasanaethau sy'n deall:

- pam y gall fod ganddynt anawsterau cymdeithasol, emosiynol ac ymddygiadol
- y modd mwyaf priodol i liniaru effaith eu profiadau niweidiol yn ystod plentyndod.

[6] www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/newyddion/40001
[7] www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/newyddion/41958
[8] www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/page/96400

Gwaith ieuenctid

Gall gwaith ieuenctid ddarparu cyfleoedd i bobl ifanc ddod at ei gilydd, creu cysylltiadau a gwneud ffrindiau, darparu cefnogaeth gan gymheiriaid ymysg ei gilydd, a siarad ag oedolyn y gallant ymddiried ynddo mewn lle diogel. Yn fwy cyffredinol, drwy waith ieuenctid, caiff pobl ifanc eu cefnogi i ddatblygu'n gyfannol, meithrin gwydnwch a dealltwriaeth o'u hawliau a'u lle mewn cymdeithas. Mae'r gydberthynas wirfoddol hon sy'n cefnogi datblygiad personol, cymdeithasol ac emosiynol person ifanc yn cael effaith ataliol sy'n lleihau'r risg o broblemau'n gwaethygu ar ôl cyfnod o amser. At hynny, er mai nod gwaith ieuenctid yw bod yn hygyrch a chynhwysol i bob person ifanc, mae llawer o sefydliadau a gwasanaethau gwaith ieuenctid yn aml yn cyrraedd y rhai mwyaf agored i niwed neu'r rhai mwyaf ymylol yn eu plith, sy'n golygu y gellir ymyrryd neu atgyfeirio'n gynt cyn i berson ifanc wynebu argyfwng.

Yn 2019–20 rhoddodd Llywodraeth Cymru gyllid ychwanegol sylweddol i gefnogi'r gwaith o ddarparu'r gwasanaethau hollbwysig hyn, gan gynnwys £2.5m ychwanegol i nodi a chefnogi pobl ifanc â phroblemau lles emosiynol drwy ddulliau gweithredu gwaith ieuenctid. Nodwyd y cyllid hwn eto yng nghyllideb ddrafft 2020–21, ac ym mis Mehefin 2019 cyhoeddodd Llywodraeth Cymru *Strategaeth Gwaith Ieuenctid Cymru* newydd. Felly, mae gan waith ieuenctid a gwasanaethau ieuenctid yng Nghymru rôl bwysig i'w chwarae fel rhan o ddull partneriaeth i gefnogi lles emosiynol gwell mewn pobl ifanc.

Cydgynhyrchu

Er mwyn gwella iechyd a lles emosiynol yn ein hysgolion, mae'n bwysig gwrando ar ddisgyblion, y rhai sydd â phrofiad o broblemau iechyd a lles emosiynol a'r rhai sydd heb brofiad o'r fath. Dylai disgyblion a rhieni/gofalwyr fod yn ganolog i'r gwaith o ddatblygu gwasanaethau cwnsela, yn enwedig o ran gwerthuso.

Wrth ei wraidd mae cydberthnasoedd cilyddol sy'n seiliedig ar ymddiriedaeth, parch a chydfuddiant. Gellir hwyluso cyfleoedd i gyfrannu at ddatblygu gwasanaethau cwnsela a bod yn rhan o'r prosesau monitro ac atebolrwydd drwy grwpiau megis y cyngor ysgol neu gymdeithasau rhieni ac athrawon, ond dylid hefyd roi cyfle i ddisgyblion unigol a rhieni/gofalwyr (h.y. nid mewn cyd-destun grŵp) gymryd rhan.

Dylai ysgolion ymgysylltu â phartneriaid a'u dysgwyr er mwyn parhau i adolygu gweithgarwch yn erbyn y pecyn cymorth hwn ac yn unol â'r Safonau Cenedlaethol ar gyfer Cyfranogiad Plant a Phobl Ifanc[9] a'r Egwyddorion Cenedlaethol ar gyfer Ymgysylltu â'r Cyhoedd yng Nghymru[10].

[9] llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-06/canllaw-safonau-cenedlaethol.pdf
[10] participation.cymru/cy/egwyddorion

ASTUDIAETH ACHOS

Liam

> “Gwnaeth fy sesiynau cwnsela yn yr ysgol fy achub i. Gwnaethon nhw newid fy mywyd yn llwyr.”

Cafodd Liam ei atgyfeirio gan ei gwnselydd ysgol pan oedd yn 15 oed. Roedd wedi bod allan o’r ysgol am gyfnod ac yn dioddef o orbryder a hwyliau isel. Roedd wedi’i chael hi’n anodd cynnal cyfeillgarwch ac, yn gyffredinol, nid oedd yn teimlo ei fod yn perthyn. Yn y gorffennol, roedd Liam wedi gweithio gyda CAMHS ac wedi cymryd rhan mewn nifer o wahanol weithdai dros y blynyddoedd.

Nid oedd wedi’i argyhoeddi y byddai cwnsela’n helpu ac roedd yn teimlo ei fod ‘wedi torri a heb obaith o wella’, gan ei ddisgrifio ei hun fel ‘ffrîc’. Gwaith hirdymor oedd y cwnsela, ac roedd yn cael ei adolygu’n gyson. Dywedodd Liam mai’r ffaith nad oedd ei gwnselydd yn ei farnu, a’i fod yn gallu ymddiried ynddo, oedd wrth wraidd ‘agor y drws at ei broblemau’.

Roedd gan Liam sgôr YP-CORE-10 (‘Craidd Person Ifanc’ – Mesur Canlyniadau YP-CORE) o 18 ar ddechrau’r gwasanaeth cwnsela a sgôr o 6 ar y diwedd. Cafodd ei gyfweld chwe mis ar ôl i’r cwnsela ddod i ben.

“Gwnaeth y sesiynau hynny fy achub i, yn bendant. Gwnaethon nhw newid fy mywyd yn llwyr,” meddai Liam.

“Heb y cwnsela, dydw i ddim yn meddwl y byddwn i wedi sefyll fy arholiadau TGAU. Dydw i ddim yn meddwl y byddwn i wedi cyrraedd ble roeddwn i am fod. Byddwn i wedi aros gartref, yn cuddio, fel o’r blaen.

“Rwy’n teimlo fel person newydd. Mae’n anhygoel,” ychwanegodd.

Dechreuodd Liam weithio gyda CAMHS am y tro cyntaf pan oedd yn 6 oed. Roedd yn ei chael hi’n anodd ymdopi yn yr ysgol ac yn mynd drwy gyfnod anodd am fod gan ei frawd salwch angheuol.

“Roeddwn i’n teimlo’n wahanol iawn i lawer o’r plant eraill – doeddwn i ddim yn gallu eistedd gyda nhw. Doeddwn i ddim yn gallu gwneud gwaith ysgol oherwydd doeddwn i ddim yn gallu canolbwyntio. Roeddwn i wir yn teimlo allan o le yn eistedd mewn ystafell ddosbarth arferol.

“Ers oeddwn yn ifanc iawn, roeddwn i’n gweithio gyda CAMHS i ddeall pam roeddwn i’n ymddwyn fel roeddwn i, pam doeddwn i ddim yn gallu gweithredu mewn rhai llefydd penodol, a pham doeddwn i ddim yn gallu gwneud gwaith ysgol.”

Aeth Liam i wahanol grwpiau therapi, gan gynnwys un y mae’n ei alw’n ‘anhygoel’ lle’r oedd plant eraill a oedd yn dioddef o orbryder ac iselder fel yntau.

Yn ystod y cyfnod hwn, roedd yn dal i wynebu anawsterau yn yr ysgol ac roedd plant eraill yn pigo arno.

"Cefais fy nhynnu allan o'r ysgol oherwydd doeddwn i ddim yn teimlo'n ddiogel yn fy amgylchedd. Pan oeddwn i yn yr ysgol, doeddwn i ddim mewn dosbarthiadau arferol felly doeddwn i ddim yn cymdeithasu. Gwnaeth hynny i mi deimlo'n llawer gwaeth. Roeddwn i'n teimlo'n wahanol. Roeddwn i'n teimlo fel ffrîc. Byddwn i'n beirniadu fy hun am bopeth a wnawn."

Ac, o'r diwedd, tuag at ddiwedd Blwyddyn 10, pan oedd Liam yn ôl yn ei ysgol uwchradd, bu datblygiad allweddol.

Dechreuodd weld y cwnselydd ysgol bob wythnos.

"Dyna oedd y trobwynt," meddai. "Hwn oedd y tro cyntaf i mi weld rhywun a gadael popeth allan. Roedd cael y fath gymorth yn anhygoel.

"Byddwn i'n mynd i mewn heb deimlo unrhyw bwysau. Byddwn i wedi ymlacio. Bydden ni'n siarad am bob math o bethau, gan gynnwys fy nicter, oherwydd byddwn i'n colli fy nhymer ac yn gwylltio wrth y waliau, a byddai hi'n eistedd yno'n gwneud dim ond gwrando, a helpodd fi i brosesu fy nheimladau.

"Byddai hi'n gweithio gyda fi mewn gwahanol ffyrdd er mwyn fy helpu i ymdopi. Mewn rhai sesiynau, bydden ni'n siarad yn ddwys am broblemau, ac ar adegau eraill byddem ni'n cael sgwrs fach braf am sut roedd pethau'n mynd. Roedd yn anhygoel cael y sgwrs honno."

Un o'r prif broblemau y gwnaeth cwnselydd Liam ei helpu i'w datrys oedd clywed lleisiau yn ei ben.

Dywedodd Liam: "Roeddwn i'n gallu clywed y lleisiau hyn yn ddi-baid, pryd bynnag y byddwn i'n gwneud rhywbeth o'i le. Pe bawn i'n methu mewn prawf neu'n gwneud camgymeriad, bydden nhw yno'n barhaus yn swnian arna i, ac aeth pethau i'r pwynt lle byddwn i'n methu â chysgu ac yn teimlo ar bigau'r drain, yn eistedd yno, yn eu clywed.

"Doeddwn i ddim am siarad â neb arall am y peth. Ond byddwn i'n siarad â fy nghwnselydd ac yn disgrifio'r hyn roeddwn i'n ei glywed. Roedd cymaint yn haws siarad am y peth yn hytrach na cheisio ymdopi ar fy mhen fy hun bob dydd."

Roedd y gwaith gyda'i gwnselydd yn cynnwys sesiwn i 'gyflwyno'r lleisiau i'r ystafell'. Byddai Liam a'i gwnselydd yn eistedd yn yr ystafell therapi, gyda chadair ychwanegol ar gael i'r lleisiau er mwyn iddynt allu bod yn bresennol.

"Roedd yn bwerus iawn," meddai Liam.

"Roedd gadael i rywun weld yr hyn a oedd yn digwydd yn fy mhen a gwybod bod hynny'n iawn yn beth enfawr i mi. Doeddwn i ddim yn teimlo'n wahanol nac fel ffrîc fel roedd pobl wedi fy ngalw. Roeddwn i'n teimlo'n normal ac yn iawn am unwaith. Gwnaeth hynny wir helpu.

"Rwy'n cofio rhai o'r sesiynau hyn o hyd fel pe baen nhw'n fyw yn fy meddwl. Pan fyddaf yn ei chael hi'n anodd ymdopi, byddaf yn meddwl am yr hyn ddywedodd fy nghwnselydd yn y sesiynau hynny ac yn ei ddefnyddio i'm helpu. Gwnaeth hi fy nysgu i sut i ddeall fy nheimladau a pheidio â'u hofni."

Gwnaeth y sicrwydd y byddai'n cael sesiynau rheolaidd gyda'i gwnselydd ysgol gymaint o wahaniaeth iddo.

"Roedd yn wych oherwydd roeddwn i'n gwybod bod cwnsela'n beth 'wythnosol'.

"Roedd yn teimlo'n llawer haws cael y sesiynau hynny'n aml yn hytrach nag aros tua mis petai rhywbeth mawr wedi digwydd a pheidio â chael unrhyw un wrth law i'm helpu.

"Pan fyddwch chi'n gweithio gyda rhywun yn y fath ffordd, byddwch chi'n teimlo mwy o gysylltiad. Rydych chi wedi gweithio drwy hyn gyda'ch gilydd.

"Mae cael cwnselydd yn yr ysgol mor bwysig. Mae pobl yn ei chael hi'n anodd ymdopi â gwahanol bethau. Mae angen i bobl gael yr hygyrchedd a'r hyblygrwydd y gall cwnselydd ysgol eu cynnig."

Enillodd Liam raddau da yn ei gyrsiau TGAU, gan baratoi'r ffordd i fynd i'r chweched dosbarth.

"Gweithiais i mor galed ym Mlwyddyn 11 i gael graddau da, felly roedd gen i ymdeimlad o gyflawniad am unwaith. Gyda chymorth fy nghwnselydd, roeddwn i wedi llwyddo i ddygymod â phopeth a sefyll fy arholiadau TGAU, sef rhywbeth doeddwn i ddim yn meddwl y gallwn i fyth ei wneud."

Mae Liam yn disgleirio gan lawenydd wrth siarad am y cyflawniadau hyn dros y flwyddyn ddiwethaf, a'r ffordd y mae'n ymdopi â bywyd yn gyffredinol.

"Rwy'n cysgu'n iawn. Rwy'n bwyta'n iawn. Rwy'n teimlo'n well ynof fy hun. Dydw i ddim yn clywed unrhyw beth yn fy mhen. Rwy'n teimlo gymaint gwell."

Yn ddiymdroi, mae Liam yn cydnabod effaith gadarnhaol ei gwnselydd ar ei fywyd ac yn rhoi'r clod iddi am ei helpu i fod yn fwy hyderus a chymdeithasol a dysgu gwahanol ffyrdd o ymdopi â'i ddicter a straen, yn ogystal â'i helpu pan fu farw ei daid.

Ond, yn bwysicaf oll, mae'n cydnabod ei rôl ei hun yn y newid hwn.

"Rwy'n falch iawn ohonof fy hun a phwy ydw i erbyn hyn. Rwyf wedi gweithio'n galed i gyrraedd fan hyn."

Rôl y cwnselydd

Gall cwnselwyr gynnig amgylchedd diogel i blentyn/person ifanc siarad am faterion dyrys yn gyfrinachol a byddant yn gwrando ar ei farn, ei brofiadau a'i deimladau heb farnu, mewn awyrgylch o barch ac empathi, yn seiliedig ar gydberthynas waith ddiogel sy'n llawn ymddiriedaeth.

Gall cwnselwyr alluogi'r plentyn/person ifanc i ganolbwyntio ar ei bryderon, gan roi cyfrwng iddo ystyried problemau penodol, gwneud dewisiadau, ymdopi ag argyfyngau, prosesu teimladau o wrthdaro a gwella ei gydberthynas ag eraill.

P'un a yw hyn yn digwydd mewn ysgol neu mewn lleoliad yn y gymuned, rôl y cwnselydd yw:

- darparu gwasanaeth cwnsela i blant ym Mlwyddyn 6 ac i bobl ifanc rhwng 11 a 18 oed yn ardal yr awdurdod lleol
- trefnu a gweinyddu'r gwasanaeth cwnsela, gyda chymorth gan staff mewn ysgolion/yn y gymuned, yn dibynnu ar y lleoliad
- cyfathrebu a chydgysylltu â staff mewn ysgolion/yn y gymuned, er budd pennaf y person ifanc, a hynny o fewn terfynau cyfrinachedd y cleient
- annog partneriaeth â theulu'r plentyn/person ifanc pan fo hynny'n briodol ac yn fuddiol
- cydgysylltu â staff mewn ysgolion/yn y gymuned wrth dderbyn atgyfeiriadau gan asiantaethau eraill a gwneud atgyfeiriadau atynt
- bod yn adnodd i staff mewn ysgolion/yn y gymuned drwy gynnig gwybodaeth arbenigol am gwnsela a hyrwyddo'r gwasanaeth lle bo modd
- cadw cofnodion cywir o sesiynau cwnsela ac ysgrifennu adroddiadau yn ôl yr angen
- cynnal a datblygu ymarfer proffesiynol drwy drefniadau rheoli a goruchwylio clinigol a hyfforddiant rheolaidd a pharhaus, a thrwy gymryd rhan yn y broses o werthuso ac archwilio'r gwasanaeth
- cwnsela yn unol ag egwyddorion moesegol, fel aelod o gorff cwnsela/seicotherapi proffesiynol.

Mathau o faterion a gyflwynir mewn sesiynau cwnsela

Gall plant a phobl ifanc ddewis defnyddio gwasanaethau cwnsela am amrywiaeth o resymau, e.e. materion teuluol, dicter, straen, gorbryder a hunan-werth.

Mae awdurdodau lleol yn casglu data ar y materion a godir a'r materion amlycaf. Caiff y data hyn eu cynnwys yn natganiad ystadegol blynyddol Llywodraeth Cymru o ddata cwnsela[11], sy'n cynnwys gwybodaeth fanylach am y mathau o faterion a gyflwynir mewn sesiynau cwnsela.

[11] llyw.cymru/cwnsela-ar-gyfer-plant-phobl-ifanc-medi-2018-i-awst-2019

Gweithio yn unol â fframwaith moesegol a gweithdrefn gwyno

Rhaid i bob cwnselydd a goruchwyliwr fod yn aelod o gorff proffesiynol sy'n gysylltiedig â chwnsela neu seicotherapi a chydymffurfio â fframwaith neu god moesegol. Dylai'r cod fod yn seiliedig ar egwyddorion moesegol, sy'n rhoi canllawiau a safonau ar gyfer arfer da.

Gellir cael rhagor o wybodaeth yn Fframwaith Moesegol BACP ar gyfer y Proffesiynau Cwnsela a'r adnoddau atodol cysylltiedig[12]. Bydd angen i gwnselwyr a goruchwylwyr o gyrff proffesiynol eraill (e.e. Cyngor Seicotherapi y DU a'r Gymdeithas Gwnsela Genedlaethol) edrych ar eu fframweithiau a'u codau eu hunain i weld manylion penodol.

Yr hyn sy'n allweddol i Fframwaith Moesegol BACP ar gyfer y Proffesiynau Cwnsela yw ymrwymiad yr aelodau i ymarfer moesegol, sy'n nodi y byddant yn:

- rhoi'r cleientiaid yn gyntaf drwy:
  - sicrhau mai'r cleientiaid yw eu prif flaenoriaeth wrth weithio gyda nhw
  - darparu gwasanaeth o safon briodol i'w gleientiaid
- gweithio yn unol â safonau proffesiynol drwy:
  - weithio o fewn eu cymhwysedd
  - cadw eu sgiliau a'u gwybodaeth yn gyfredol
  - cydweithio â chydweithwyr er mwyn gwella ansawdd yr hyn a gynigir i gleientiaid
  - sicrhau bod eu llesiant yn ddigonol i gynnal ansawdd y gwaith
  - cadw cofnodion cywir a phriodol
- dangos parch drwy:
  - roi gwerth ar bob cleient fel person unigryw
  - diogelu cyfrinachedd a phreifatrwydd cleientiaid
  - cytuno â chleientiaid ynghylch y ffordd y byddant yn gweithio gyda'i gilydd
  - gweithio mewn partneriaeth â chleientiaid
- meithrin cydberthynas briodol â chleientiaid drwy:
  - gyfleu'n glir yr hyn y mae gan gleientiaid hawl i'w ddisgwyl ganddynt
  - cyfleu unrhyw fuddiannau, costau ac ymrwymiadau y gall fod yn rhesymol i gleientiaid eu disgwyl
  - parchu'r ffiniau rhwng eu gwaith gyda chleientiaid a'r hyn sydd y tu hwnt i'r gwaith hwnnw
  - peidio â chamfanteisio ar gleientiaid na'u cam-drin
  - gwrando ar brofiad y cleientiaid o weithio gyda'i gilydd
- cynnal uniondeb drwy:
  - bod yn onest ynglŷn â'r gwaith
  - cyfleu cymwysterau, profiad a dulliau gweithio yn gywir
  - gweithio'n foesegol a chan ystyried yn ofalus sut y byddant yn cyflawni eu rhwymedigaethau cyfreithiol

[12] www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/ethical-framework-for-the-counselling-professions/

- dangos atebolrwydd a gonestrwydd drwy:
  - fod yn fodlon cael trafodaeth agored a gonest â chleientiaid am unrhyw risgiau hysbys sydd ynghlwm wrth y gwaith a'r ffyrdd gorau o weithio tuag at gyflawni'r canlyniadau a ddymunir ganddynt drwy gyfleu unrhyw fuddiannau, costau ac ymrwymiadau y gall fod yn rhesymol i gleientiaid eu disgwyl
  - sicrhau bod cleientiaid yn cael eu hysbysu'n brydlon am unrhyw beth sydd wedi digwydd sy'n peri risg o niwed i'r cleient neu'n achosi niwed yn eu gwaith gyda'i gilydd, p'un a yw cleientiaid yn ymwybodol o hynny ai peidio, a gweithredu'n gyflym i gyfyngu cymaint â phosibl ar unrhyw niwed neu wneud iawn amdano
  - adolygu eu gwaith gyda chleientiaid drwy oruchwylio
  - monitro profiad cleientiaid o'u gwaith ac effeithiau eu gwaith gyda nhw.

Mae'r ymrwymiadau hyn yn crynhoi'r holl egwyddorion, gwerthoedd ac arfer da sydd yn Fframwaith Moesegol BACP, ac yn galluogi ymarferwyr i wneud dewisiadau moesegol wrth ymarfer.

Hefyd, gall aelodau BACP gael gafael ar adnoddau cyfreithiol 'Good Practice in Action'[13] mewn perthynas â gweithio mewn ysgolion yng Nghymru, Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon, ac adnoddau cyffredinol mewn perthynas â gweithio gyda phlant a phobl ifanc.

Bydd angen i gwnselwyr sy'n aelodau o gyrff proffesiynol eraill edrych ar godau moesegol neu ganllawiau'r cyrff hynny.

Cwynion

Rhaid bod gweithdrefn gwyno ysgrifenedig glir ar waith sy'n caniatáu cwynion mewn perthynas â gwasanaethau neu gwnselwyr unigol. Bydd y weithdrefn hon yn syml, yn cael ei hysbysebu'n dda ac yn nodi sut y gellir ei defnyddio. Rhaid i'r weithdrefn fod yn addas i blant ac yn hygyrch.

Lle y caiff gwasanaeth ei gomisiynu gan yr awdurdod lleol, bydd gan ddarparwr y gwasanaeth weithdrefn gwyno ysgrifenedig sy'n dderbyniol i'r awdurdod lleol.

Argymhelliad

Dylai gwasanaethau gyflogi cwnselwyr a goruchwylwyr sy'n aelodau o gyrff proffesiynol sy'n gysylltiedig â chwnsela neu seicotherapi ac, fel y cyfryw, feddu ar god neu fframwaith moesegol a gweithdrefn gwyno sefydledig. Dylai'r rhain fod yn hygyrch ac ar gael i gleientiaid, ysgolion a darparwyr gwasanaethau.

Disgwylir i gwnselwyr gael eu goruchwylio yn unol ag argymhellion eu cyrff proffesiynol. Mae BACP yn disgwyl i bob un o'i haelodau gael eu 'goruchwylio'n ddigonol', fel y nodir yn yr adrannau ar Arfer Da yn ei Fframwaith Moesegol ar gyfer y Proffesiynau Cwnsela (pwyntiau 50–61). Mae rhagor o adnoddau mewn perthynas â goruchwylio ar gael i aelodau ar dudalennau gwe 'Good Practice in Action' BACP. Bydd angen i aelodau o gyrff proffesiynol eraill edrych ar y canllawiau a gynigir gan y cyrff hynny.

[13] www.bacp.co.uk/ethical_framework/newGPG.php

Cynghorir awdurdodau lleol a gwasanaethau a gomisiynir i sicrhau bod cwnselwyr yn ‘gymwys i ymarfer’ gyda phlant a phobl ifanc. Fel arfer, byddai hynny’n golygu eu bod wedi cwblhau hyfforddiant cwnsela craidd digonol, ynghyd â hyfforddiant arbenigol ar gyfer gweithio gyda phlant a phobl ifanc. Mae BACP wedi llunio cymwyseddau seiliedig ar dystiolaeth ar gyfer gweithio gyda phlant a phobl ifanc (4–18 oed)[14]. Er enghraifft, mae cyrsiau hyfforddi craidd a achredwyd gan BACP yn cynnwys o leiaf 450 awr o amser addysgu. Yn ogystal ag amser addysgu, mae o leiaf 100 awr o gwnsela dan oruchwyliaeth yn ofynnol (byddai angen i gwnselwyr achrededig gael eu goruchwylio am o leiaf 1.5 awr y mis, yn ychwanegol at eu 450 awr o amser gyda chleientiaid).

[14] www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/competences-and-curricula

Defnyddio gwasanaethau cwnsela

Cynhwysiant a chydraddoldeb

Dylai'r gwasanaeth cwnsela greu amgylchedd lle mae plant a phobl ifanc yn teimlo'n ddiogel a'u bod yn cael eu derbyn. Felly, dylai cwnselwyr fod yn ymrwymedig i hyrwyddo'r ffaith bod y gwasanaeth yn gwbl gynhwysol, gan sicrhau mynediad cyfartal a derbyn amrywiaeth plant a phobl ifanc sy'n defnyddio'r gwasanaeth.

Nodweddion gwarchodedig

Mae angen i wasanaethau cwnsela mewn ysgolion weithio'n rhagweithiol dros gydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant. Ni ddylid gwahaniaethu yn erbyn plant a phobl ifanc sydd â'r nodweddion gwarchodedig a nodir yn Neddf Cydraddoldeb 2010. Mae nodweddion o'r fath yn cynnwys oedran, anabledd, hil, crefydd neu gred, rhyw, cyfeiriadedd rhywiol, beichiogrwydd a mamolaeth.

Dylai gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc fod yn ymwybodol bod mwy o ferched na bechgyn yn gofyn am wasanaethau cwnsela[15]. Fodd bynnag, nid yw hyn yn golygu bod mwy o angen i ferched gael gwasanaethau cwnsela na bod ganddynt fwy o broblemau lles emosiynol na bechgyn. Mae'r canfyddiadau iechyd meddwl o Astudiaeth Cohort y Mileniwm[16] yn dangos bod problemau iechyd meddwl ddwywaith yn fwy cyffredin ymhlith bechgyn 11 oed na merched, gyda phroblemau ymddygiad yn digwydd yn llawer amlach ymhlith bechgyn na merched. Mae angen i ysgolion, lleoliadau cymunedol a gwasanaethau cwnsela ystyried yr hyn y gallant ei wneud i annog bechgyn, yn ogystal â merched, i geisio cymorth pan fo'i angen.

Dylid bod yn ofalus wrth weithio gyda phlant a phobl ifanc nad ydynt yn uniaethu â'r rhywedd a bennwyd ar eu cyfer pan gawsant eu geni, p'un a ydynt yn y broses o newid rhywedd ai peidio. Dylid defnyddio'r rhagenw sydd orau ganddynt i'w cyfarch, h.y. ef, hi neu nhw, bob amser.

Y Gymraeg

Ers 2016, mae'n ofynnol i awdurdodau lleol gydymffurfio â Safonau'r Gymraeg. Prif egwyddor y Safonau yw na ddylai awdurdodau lleol drin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg wrth ddarparu gwasanaethau a gweithredu o ddydd i ddydd.

Gosodir safonau penodol ar awdurdodau lleol sy'n gosod dyletswyddau arnynt mewn perthynas â darparu gwasanaethau, llunio polisïau a materion gweithredol. Mae'r safonau darparu gwasanaethau'n ymwneud â darparu gwasanaethau fel caffael, hunaniaeth gorfforaethol, cyfarfodydd a chyfathrebu, ac maent yn berthnasol i ddarparu gwasanaethau cwnsela i blant a phobl ifanc.

Dylai awdurdodau lleol sicrhau bod plant a phobl ifanc y byddai'n well ganddynt gael gwasanaeth cwnsela yn Gymraeg yn gallu cael yr un lefel o wasanaeth â'r rhai y byddai'n well ganddynt gael gwasanaeth cwnsela yn Saesneg.

[15] llyw.cymru/cwnsela-ar-gyfer-plant-phobl-ifanc-medi-2018-i-awst-2019
[16] cdn.basw.co.uk/upload/basw_120221-1.pdf

Dylai gwerthuso gwasanaeth fyfyrio ar y ddarpariaeth Gymraeg ac ystyried a yw'r gwasanaeth yn wahanol i'r un Saesneg o ran agweddau megis argaeledd, amseroedd aros a chanlyniadau.

Mae'r un mor bwysig bod cwnselwyr yn gallu cael gafael ar oruchwylwyr yn eu hiaith eu hunain.

Anghenion Dysgu Ychwanegol (ADY)

Dylai system addysg gynhwysol alluogi pob dysgwr i fanteisio ar gyfleoedd cyffredin mewn ffyrdd sy'n berthnasol i'w hanghenion. Mae hyn yn cynnwys yr angen i gael gafael ar gymorth cwnsela. Gall fod angen addasu gwasanaethau cwnsela er mwyn bod yn briodol i blant a phobl ifanc ag anghenion dysgu ychwanegol (ADY).

Mae'n bosibl y bydd rhai plant a phobl ifanc ag ADY, megis plant a phobl ifanc ag awtistiaeth, yn ei chael hi'n anodd ymdopi ag ymyriadau therapiwtig lle mae angen myfyrio a hunanadnabod. Gall fod angen i gwnselwyr gael hyfforddiant a chymorth er mwyn gwneud yr addasiadau hyn i'r gwasanaethau cwnsela a ddarperir ganddynt.

Mae'n debygol y bydd angen i weithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc ag anghenion cymhleth weithio fel rhan o rwydwaith cymorth, a ddylai gynnwys rhieni neu ofalwyr y plentyn a gweithwyr proffesiynol eraill.

Mae'n ofynnol i awdurdodau lleol, o dan Ddeddf Safonau a Threfniadaeth Ysgolion (Cymru) 2013, gynnig darpariaeth resymol o wasanaethau cwnsela i blant a phobl ifanc rhwng 11 a 18 oed yn eu hardal a dysgwyr ym Mlwyddyn 6 mewn ysgolion cynradd yn eu hardal. Mae hyn yn cynnwys ysgolion prif ffrwd ac ysgolion arbennig fel ei gilydd.

Grwpiau eraill o blant a phobl ifanc ag anghenion penodol

Hefyd, gellir wynebu heriau penodol wrth ddarparu gwasanaethau cwnsela i grwpiau penodol, er enghraifft y canlynol.

Anhwylder Sbectrwm Awtistiaeth (ASD)

Mae ymwybyddiaeth o ASD a chyflyrau niwroddatblygiadol eraill wedi codi'n sylweddol yng Nghymru dros y degawd diwethaf. Gall llawer o blant ag ASD (neu nodweddion ar ASD cyn diagnosis) gael budd yn llwyddiannus o'r therapi. Fodd bynnag, oherwydd natur y cyflwr, efallai y bydd angen i gwnselwyr a seicotherapyddion addasu'r ymarfer er mwyn cael canlyniadau llwyddiannus.

Fodd bynnag, dylid nodi bod pob unigolyn sy'n cael diagnosis o ASD yn unigryw ac na fydd pob addasiad yn addas i bob plentyn oherwydd ffactorau amrywiol (e.e. math o bersonoliaeth, dewisiadau synhwyraidd a chyflyrau a all ddigwydd ar yr un pryd). Os oes amheuaeth, gofynnwch i'r plentyn beth sydd orau ganddo neu gofynnwch i oedolyn y gellir ymddiried ynddo (lle y bo'n addas).

Nodwedd ar ASD: addasiadau yn ymarferol

Awydd i fod yr un fath

Mae llawer o blant a phobl ifanc ag ASD yn dibynnu ar orchwylion arferol penodol oherwydd cyfyngiad eu natur ragweladwy. Gall newidiadau annisgwyl fod yn annifyr a gall arwain at orlwytho'r synhwyrau neu achosi trallod emosiynol megis colli rheolaeth neu gau lawr yn emosiynol.

Ceisiwch gadw'r un amser ar gyfer apwyntiadau (lle y bo'n bosibl) a defnyddiwch yr un ystafell (lle y gallwch). Os nad yw hyn yn bosibl, rhowch gymaint o rybudd â phosibl i'r person ifanc neu i'r plentyn am unrhyw newidiadau.

Alexithymia (Attwood & Garnett, 2016)[17]

Alexithymia yw term a roddir i bobl sy'n ei chael hi'n anodd dehongli a mynegi eu cyflwr emosiynol. Efallai na fydd llawer o blant ag ASD yn gallu cysylltu eu hymatebion corfforol â'u teimladau (e.e. ddim o reidrwydd yn cysylltu'r teimlad o gyfogi a bod yn benysgafn â phryder).

Lle y bo'n bosibl, dylai ymarferwyr fynegi mewn geiriau sut y gall plentyn ymateb mewn sesiynau a chysylltu hynny ag emosiwn. Efallai y bydd yn rhaid i ymarferwyr fodelu hyn mewn gwaith therapiwtig. Gall gweithio ar nodi emosiynau a sut olwg fydd ar bobl pan fyddant yn eu profi fod yn ddefnyddiol er mwyn sicrhau bod y plentyn yn nodi ei ymateb yn gywir (e.e. yn cysylltu gweiddi ar ei fam a thaflu teganau â rhwystredigaeth neu ddicter).

Eithafion mewn proffil synhwyraidd

Gall llawer o blant ag ASD fod yn chwilio am synhwyrau neu eu hosgoi mewn ymateb i'w hamgylchedd. Mae'n bwysig bod ymarferwyr yn ymchwilio i ba ffactorau sy'n sbarduno'r synhwyrau i'r plentyn ac addasu i gyd-fynd â'r rhain, e.e. pylu'r golau neu gau'r bleinds mewn ystafell os yw plentyn yn orsensitif i olau.

Yn ogystal â'r pum synnwyr arferol yr ydym yn ymwybodol ohonynt, mae tri synnwyr arall a all effeithio ar blant ag ASD. Mae'n bwysig ymchwilio i'r rhain a gweld sut y gallant effeithio ar y ffordd y mae plentyn neu berson ifanc yn profi ei amgylchedd.

- Interodderbyniaeth – ymdeimlad o gyflwr mewnol y corff megis blinder a phoen.
- Propriodderbyniaeth – ymdeimlad o ystum neu symudiad yn y corff.
- Festibwlar – ymdeimlad y corff o gydbwysedd.

Yn ei chael hi'n anodd deall cyfathrebu dieiriau

Yn aml, defnyddir cyfathrebu dieiriau mewn sgwrs i bwysleisio pwynt neu ystyr mewn brawddeg. Gan fod ystumiau a chyfathrebu dieiriau yn gallu newid am nad yw eu hystyr yn glir bob tro, defnyddiwch iaith uniongyrchol er mwyn gadael i'r plentyn neu'r person ifanc wybod beth rydych yn ei ddisgwyl ganddo.

Mae ASD yn cynnwys (ymhlith heriau eraill) anawsterau wrth ryngweithio'n gymdeithasol a chyfathrebu. Mae iaith uniongyrchol yn dileu'r angen i'r plentyn neu'r person ifanc ddyfalu'r hyn rydych am ei gael ganddynt.

Diddordebau arbennig

Mae gan lawer o blant neu bobl ifanc ag ASD bynciau sydd o ddiddordeb mawr iddynt. Lle y bo'n bosibl, gall ymgorffori diddordeb arbennig arwain at fwy o ddiddordeb mewn gweithgarwch therapiwtig neu fwy o ymgysylltu (os yw dadbersonoli yn well).

Er enghraifft, i blentyn sy'n hoffi Postman Pat: 'Beth wyt ti'n feddwl sy'n digwydd i'w gorff pan mae'n grac?'.

[17] Attwood, T & Garnett, M (2016) *Exploring Depression and Beating the Blues*, Jessica Kingsley Publishers

Heriau o ran graddio

Mae llawer o bobl ag ASD yn ei chael hi'n anodd graddio. Mae hyn yn ymwneud â phatrymau meddwl caeth a heriau o ran dychymyg a hyblygrwydd cymdeithasol.

Os ceir anawsterau wrth raddio gan ddefnyddio rhifau (e.e. 'Beth yw'r gwahaniaeth rhwng 4 a 6 ar raddfa 10 pwynt?'), gall fod yn well defnyddio delweddau, emojis neu liwiau ar gyfer graddio. Mae hyn yn golygu y gellir defnyddio offer graddio ond mae angen ei addasu yn unol â dealltwriaeth plentyn neu berson ifanc.

Awtistiaeth mewn merched

Yn aml, ni wneir diagnosis ar gyfer merched ag awtistiaeth, ac felly efallai na fyddant yn dod i sesiwn gwnsela gyda diagnosis. Mae hyn am eu bod ychydig yn wahanol i fechgyn o ran awtistiaeth, ac felly gwneir diagnosis anghywir ar gyfer eu hanawsterau neu ni wneir diagnosis o gwbl.

Yn groes i stereoteipiau traddodiadol, maent yn aml yn gwneud cyswllt llygad, mae ganddynt synnwyr digrifwch da ac mae ganddynt ddiddordebau tebyg i ferched niwronodweddiadol. Fodd bynnag, **dwysedd** y diddordebau hyn sy'n wahanol. Yn aml, maent yn fedrus iawn yn 'cuddio' eu hanawsterau cymdeithasol, ond mae'r ymdrech o wneud hyn yn eu blino'n lân a gall arwain at orbryder, iselder a phroblemau lles emosiynol eraill.

Gallant fynd i sesiynau cwnsela heb wybod wir pwy ydyn nhw, sef canlyniad blynyddoedd o esgus bod yn gymdeithasol a chuddio eu gwahaniaethau. Bydd sefyllfaoedd cymdeithasol yn heriol i lawer, wrth iddynt frwydro i ddehongli ac ymateb yn briodol yn eu rhyngweithio â'u grŵp o gymheiriaid. Gall hyn arwain at gamddealltwriaeth a bwlio. Yn aml, maent yn berffeithwyr, ac yn gweithio'n galed ac yn ufudd; ni fydd athrawon o bosibl yn ymwybodol o'u brwydrau mewnol. Gall rhieni/gofalwyr roi gwybod am achosion o golli rheolaeth gartref, ac eto nid yw'r ysgol yn gweld ymddygiad o'r fath.

Yn aml, mae merched ag awtistiaeth yn defnyddio cwnsela fel ffordd o ddygymod â'u diagnosis, gan ddysgu hunandosturi a hunandderbyn. Gall deimlo'n anghymodlon a gwahanol arwain weithiau at hunanbarch isel a gellir trafod hyn mewn sesiynau cwnsela. Gall siarad â dieithryn fod yn eithaf heriol mewn lleoliad therapiwtig a gall dulliau therapiwtig creadigol fod yn haws iddynt. Hefyd, gallant ymgodymu â rhesymu haniaethol a chysyniadol felly bydd angen i'r therapydd addasu ei ddull gweithredu a'i iaith yn unol â hynny. Weithiau, bydd rhoi cymorth tyner ar gyfer sgiliau cymdeithasol yn helpu merched ag awtistiaeth.

Plant a phobl ifanc anneuaidd a thrawsryweddol

Nid yw pob plentyn yn nodi ei fod yn wrywaidd yn unig neu'n fenywaidd yn unig, yn fachgen neu'n ferch, naill ai yn yr ystyr ymgorfforedig, yr ystyr mewnol neu o ran eu rhywedd cymdeithasol (neu gyfuniad o'r rhain). Y term ymbarél ar gyfer pobl nad yw eu rhywedd yn wrywaidd yn unig neu'n fenywaidd yn unig, h.y. cysoni â syniadau traddodiadol rywedd deuaidd, yw 'anneuaidd' ar hyn o bryd. Mae anneuaidd yn derm cyffredinol sy'n cynnwys termau eraill fel rhyweddhylifol (lle mae profiad o rywedd yn newid dros amser), anrywedd (*agender*) (dim rhywedd), deurywedd (cyfuniad o ryweddau gwrywaidd, benywaidd a rhai eraill o bosibl) a *genderqueer* (term ymbarél arall).

Daw pobl anneuaidd hefyd o dan yr ymbarél trawsryweddol neu draws ond nid yw pawb sy'n anneuaidd yn ystyried eu bod yn 'draws', ac mae'n well gan rai y term 'traws' i 'anneuaidd'. Mae traws yn golygu rhywun sy'n anghyson â'i rywedd neilltuedig i ryw raddau.

Gall pobl anneuaidd ddefnyddio ystod o ragenwau gan gynnwys 'ef' a 'hi' ond efallai y bydd yn well ganddynt ragenwau niwtral o ran rhywedd megis 'nhw' neu 'eu' neu *'zie'* a *'hir'*. Pa ragenwau bynnag a ddefnyddir, mae'n bwysig cadarnhau gyda'n cleientiaid a defnyddio'r rhagenwau cywir i ddangos ein bod yn derbyn ac yn deall.

Mae nifer cynyddol o blant a phobl ifanc yn adnabod eu hunain o fewn sbectra amrywiol o ryweddau, ac mae ymchwil yn dangos bod nodi effeithiau trawsnewid yn gynnar yn cael effaith gadarnhaol ar lesiant, ac yn dangos bod y gallu i gael gafael ar gymorth trawsnewid yn gwella lles emosiynol. Er enghraifft, canfu un astudiaeth o'r fath o Ganada, fod llai o bobl ifanc sy'n trawsnewid yn ceisio lladd eu hunain pan fydd rhieni/gofalwyr yn gefnogol ac yn gadarnhaol, gan bwysleisio pwysigrwydd deall a derbyn.

Ymgorfforir gofal therapiwtig priodol mewn dull o dderbyn, empathi ac ystyriaeth gadarnhaol ddiamod sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, a all ein harwain i gredu bod gennym ddull gweithredu anfeirniadol ymhob agwedd ar ein gwaith. Fodd bynnag, dywed Sam Hope (MPACP), therapydd ac awdur blaenllaw yn y maes hwn, ein bod i gyd yn gwneud tybiaethau, gan nodi ein bod yn credu ein bod yn gwybod beth yw rhywedd rhywun yr eiliad y mae'n cerdded i mewn drwy'r drws.

Gan gynnig awgrymiadau o ran arferion da wrth weithio o fewn tybiaethau o'r fath, mae Hope yn dyfynnu'r bardd Americanaidd o'r 19eg ganrif, Walt Whitman, 'be curious not judgemental', gan bwysleisio bod y broses ddysgu yn un o ddarganfod, gan ein galluogi i anghofio'r hyn rydym eisoes yn meddwl ein bod yn ei wybod a chynnig dull gostyngedig ac amheuthun o ddarganfod pethau am berson arall. Fel rhan o'r broses ddysgu hon mae Hope yn nodi ei bod yn iawn wneud camgymeriadau ar hyd y ffordd, e.e. cael rhagenwau yn anghywir ond wedyn gweithio gyda rhywun sydd wedi dewis rhannu ei stori â ni fel therapyddion a hynny mewn ffordd ddewr.

Mae *10 Tips for Working with Trans Students*[18] yn ganllaw defnyddiol i weithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc drawsryweddol ac mae wedi cael ei rhannu ar gyfer y pecyn cymorth hwn drwy Sam Hope ac rydym yn ddiolchgar am hynny.

Plant/pobl ifanc sy'n ceisio lloches ac sy'n ffoaduriaid

Mae angen ystyried anghenion penodol plant a phobl ifanc o deuluoedd sy'n ceisio lloches neu sy'n ffoaduriaid. Bydd y rhan fwyaf o'r plant hyn yn mynychu ysgolion yn y pedair ardal wasgaru, sef Caerdydd, Casnewydd, Abertawe a Wrecsam. Fodd bynnag, mae gan bob awdurdod lleol yng Nghymru deuluoedd o ffoaduriaid wedi'u hadsefydlu ac mae llawer ohonynt yn cefnogi plant a phobl ifanc dan oed sydd ar eu pen eu hunain felly rhaid i bob ysgol fod yn ymwybodol o'r ystyriaethau hyn.

Mae'n bosibl y bydd plant a phobl ifanc o deuluoedd sy'n ceisio lloches neu sy'n ffoaduriaid wedi cael profiadau arbennig o drawmatig yn ystod eu bywydau. Efallai y byddant wedi profi'r trawma yn eu gwlad enedigol, ar y daith i'r DU, neu yn ystod y broses o geisio lloches. Felly, mae'n bosibl y bydd nifer yr atgyfeiriadau at wasanaethau mwy arbenigol yn fwy.

Mae'n debygol y bydd angen i blant o'r cefndiroedd hyn gael gwasanaethau cyfieithu ar y pryd er mwyn eu galluogi i gael gwasanaethau cwnsela. Bydd angen i ysgolion ddarparu cymorth yn yr ystafell ddosbarth er mwyn galluogi'r plant hyn i fanteisio ar addysg. Fodd bynnag, efallai na fydd yn briodol nac yn ddymunol defnyddio'r cymorth hwn er mwyn i'r

18 https://hopecounsellingandtraining.files.wordpress.com/2016/05/10-tips-for-working-with-trans-students.pdf

plentyn gael gwasanaethau cwnsela. Dylai ysgolion sicrhau bod gwasanaethau cyfieithu ar y pryd ar gael, er enghraifft LanguageLine, thebigword, Gwasanaeth Cyfieithu Cymru (GCC) neu ddarparwr arall.

Mae'n bosibl y bydd rhai datgeliadau'n effeithio ar gwnselwyr sy'n darparu gwasanaethau cwnsela i blant a phobl ifanc o deuluoedd sy'n ceisio lloches neu sy'n ffoaduriaid. Dylai gwasanaethau cwnsela sicrhau bod cymorth priodol ar gael i gwnselwyr sy'n ymateb i ddatgeliadau sy'n peri gofid.

Efallai na fydd cwnselwyr yn ymwybodol o agweddau ar y system ceisio lloches a'r system i ffoaduriaid cyn cwnsela rhywun o'r cefndir hwn. Mae Llywodraeth Cymru wedi creu gwefan 'Noddfa'[19] er mwyn helpu ffoaduriaid a cheiswyr lloches i ddeall eu hawliau yng Nghymru. Mae'r wefan hon yn cynnwys gwybodaeth a fydd yn galluogi ffoaduriaid ifanc a cheiswyr lloches yn ogystal â chwnselwyr i nodi gwasanaethau cymorth lleol sy'n deall materion yn ymwneud â ffoaduriaid a cheiswyr lloches. Gallai hyn fod yn ddefnyddiol iawn os nad yw cwnselydd yn gweithio'n aml gydag unigolion o'r cefndir hwn.

Mae Llywodraeth Cymru hefyd wedi llunio cyfres o ganllawiau[20] ar hawliau plant a phobl ifanc o deuluoedd sy'n ceisio lloches neu sy'n ffoaduriaid. Mae'r adnoddau hyn wedi eu hysgrifennu mewn fformat hawdd ei ddarllen ac maent ar gael mewn amrywiaeth o ieithoedd gwahanol.

Plant/pobl ifanc sy'n fyddar ac sydd â nam ar eu clyw

Mae angen i gwnselwyr ddeall y gwahanol ffyrdd o gyfathrebu'n effeithiol â phlant a phobl ifanc fyddar (hynny yw, y rhai ag unrhyw fath o nam ar eu clyw). Gall CAMHS i blant/pobl ifanc fyddar roi cymorth/cyngor. Mae pob plentyn/person ifanc byddar yn wahanol a bydd angen teilwra sesiynau yn unol ag anghenion cyfathrebu penodol pob plentyn. Fodd bynnag, gall yr awgrymiadau canlynol helpu.

- Mae llawer o blant/pobl ifanc fyddar yn dibynnu ar ddarllen gwefusau a mynediad at sain er mwyn cyfathrebu, felly mae'n bwysig sicrhau bod ystafell wedi'i goleuo'n dda a'i bod yn dawel. Cyn i'r sesiwn ddechrau, dylai'r cwnselydd bob amser ofyn i'r plentyn/person ifanc byddar a yw cynllun yr ystafell yn addas.
- Er y gall torri cyswllt llygad i wneud nodiadau fod yn beth cyffredin mewn sesiynau fel arfer, dylai cwnselwyr gofio y gallai torri cyswllt llygad darfu ar lif sgwrs â phlentyn/person ifanc byddar. Os bydd y cwnselydd yn cymryd nodiadau, gall fod yn ddefnyddiol esbonio i'r plentyn ymlaen llaw pa fath o nodiadau a gymerir a pham, a beth fydd yn digwydd i'r nodiadau wedyn.
- Bydd plant/pobl ifanc fyddar yn rhyngweithio â'r byd mewn ffordd weledol felly gall defnyddio technegau gweledol yn ystod sesiynau, fel arddangosiadau, fideos, siartiau troi a byrddau gwyn, fod o gymorth.
- Mae'n fuddiol ysgrifennu unrhyw gytundebau/camau gweithredu/penderfyniadau mewn iaith glir i'r person ifanc fynd â nhw gydag ef, ac ysgrifennu unrhyw air y mae'r cwnselydd neu'r person ifanc yn ei chael hi'n anodd ei ddeall.
- Cofiwch fod darllen gwefusau neu ddilyn dehongliad Iaith Arwyddion Prydain yn arbennig o flinderus. Mae'n werth ystyried sut mae'r person ifanc yn teimlo yn ystod y sesiwn a ph'un a fyddai'n fuddiol meddwl am ffyrdd o rannu'r drafodaeth yn rhannau llai.

[19] noddfa.llyw.cymru/
[20] llyw.cymru/plant-ar-eu-pen-eu-hunain-yn-ceisio-lloches-canllawiau-i-weithwyr-proffesiynol

- Mae'n bosibl y bydd rhai plant/pobl ifanc fyddar wedi profi rhywfaint o oedi wrth gaffael iaith, ac efallai y byddant yn ymwybodol o'r teimladau sydd ganddynt, ond heb ddigon o eirfa i'w 'labelu' a thrafod emosiynau haniaethol. Gall tynnu lluniau helpu'r plant/pobl ifanc hyn i fynegi emosiwn. Hefyd, gall iaith haniaethol fod yn heriol i rai pobl ifanc fyddar.
- Bydd rhai plant/pobl ifanc fyddar yn ddefnyddwyr Iaith Arwyddion Prydain (BSL) iaith gyntaf, a dylid defnyddio dehonglydd sy'n meddu ar gymwysterau priodol a phrofiad o weithio gyda phlant mewn achosion o'r fath. Mae'n bosibl y bydd pobl ifanc fyddar eraill yn cyfathrebu ar lafar mewn gwersi, ond yn teimlo'n fwy cyfforddus yn defnyddio iaith arwyddion yn gymdeithasol ac yn hapusach yn defnyddio dehonglydd arwyddion. O ystyried natur bersonol a sensitif cwnsela, mae'n bwysig ystyried a yw'r person ifanc yn teimlo'n gyfforddus gyda'r dehonglydd sydd wedi'i drefnu. Mae hefyd yn bwysig sicrhau y gall y dehonglydd ddiwallu anghenion cyfathrebu penodol y person ifanc (e.e. bydd rhai'n defnyddio Cymraeg/Saesneg â Chymorth Arwyddion yn hytrach na BSL). Dylai cwnselwyr gynnal cyswllt llygad â'r person ifanc byddar wrth siarad ag ef, yn hytrach na'r dehonglydd. Gallai fod yn werth cyfarfod â'r dehonglydd cyn y sesiwn i drafod fformat y cwestiynau. Yn yr un modd, gall fod yn ddefnyddiol holi'r dehonglydd i gadarnhau a oedd y sesiwn yn rhy gyflym ar gyfer y dehongli.
- Mae cyfathrebu gan ddefnyddio iaith arwyddion yn defnyddio mynegiant wyneb er mwyn dangos emosiwn a chyfleu gwybodaeth ramadegol; felly dylai cwnselwyr fod yn ymwybodol o hyn wrth edrych ar iaith corff arwyddwr.
- Fel pob plentyn, gall plant byddar brofi anawsterau emosiynol am resymau nad ydynt yn gysylltiedig â'u byddardod. Fodd bynnag, mae'n fuddiol bod yn sensitif i'r rhwystrau y mae pobl ifanc fyddar yn eu hwynebu wrth fyw mewn cymdeithas lle mae'r mwyafrif helaeth o bobl yn clywed. Gall y rhwystrau hyn olygu bod pobl ifanc fyddar yn fwy agored i wynebu anawsterau fel teimlo'n ynysig a chael eu bwlio.
- Mae rhagor o wybodaeth am fyddardod ar gael gan y Gymdeithas Genedlaethol i Blant Byddar[21].

Plant sy'n colli addysg

Defnyddir y term plant sy'n colli addysg i gyfeirio at blant o oedran ysgol gorfodol nad ydynt ar gofrestr ysgol ac nad ydynt yn derbyn addysg addas heb fod yn yr ysgol (e.e. yn y cartref, yn breifat neu mewn addysg heblaw yn yr ysgol), ac sydd wedi bod heb unrhyw ddarpariaeth addysgol am gyfnod sylweddol o amser, sef pedair wythnos neu fwy fel arfer.

Mae'n ofynnol i awdurdodau lleol yng Nghymru wneud trefniadau i'w galluogi i ganfod pwy yw'r plant yn eu hardal nad ydynt wedi'u cofrestru mewn ysgol ac nad ydynt yn derbyn addysg addas[22]. Mae nifer o resymau pam mae plant a phobl ifanc efallai yn colli addysg, megis:

- maent yn symud i mewn i ardal awdurdod lleol ac nid ydynt yn cofrestru ag ysgol leol
- ni allant fynychu'r ysgol o'u dewis am nad oes lleoedd ar gael ac nid ydynt yn derbyn y cynnig o le amgen
- maent yn rhoi'r gorau i fynd i'r ysgol oherwydd anghydfod, am fod eu rhieni'n anfodlon, am eu bod wedi'u gwahardd yn answyddogol neu am eu bod wedi cael eu tynnu oddi ar gofrestr yr ysgol

[21] www.ndcs.org.uk/
[22] llyw.cymru/cynhwysiant-lles-ymddygiad-a-phresenoldeb

- nid ydynt yn cwblhau'r broses o bontio rhwng darparwyr, e.e. o'r ysgol gynradd i'r ysgol uwchradd neu o ysgol i addysg heblaw yn yr ysgol
- maent yn symud i mewn i'r DU ac yn peidio â chofrestru ag ysgol
- maent yn ymuno â'r system Plant sy'n Derbyn Gofal neu â sefydliad diogel, neu'n gadael, a hynny heb unrhyw rybudd na gwaith cynllunio ymlaen llaw
- cânt eu gwahardd neu eu tynnu allan o ysgolion annibynnol
- nid ydynt am gael eu canfod – gall teuluoedd newid eu henwau a symud yn gyflym o le i le yn y DU
- mae bob amser yn bosibl y gall plentyn neu berson ifanc fod yn blentyn sy'n colli addysg am ei fod yn wynebu risg o niwed sylweddol.

Pan fydd plant yn colli addysg, mae'n her gallu eu hadnabod a'u cyfeirio at wasanaethau cwnsela sydd ar gael. Mae'n anodd amcangyfrif faint o bobl ifanc yng Nghymru nad ydynt yn derbyn addysg bob blwyddyn, ond drwy beidio â derbyn addysg gall y bobl ifanc hyn fod wedi'u hynysu ac yn agored i niwed. Gall y gwasanaeth cwnsela fod yn adnodd pwysig ar gyfer ymgysylltu â'r bobl ifanc hyn, gan weithio ar unrhyw broblemau emosiynol sydd ganddynt a gweithio tuag at eu dychwelyd i fyd addysg lle y cânt gyfle i dorri'n rhydd o'r cylch y maent wedi mynd iddo.

Mae'n bosibl y bydd plant sy'n colli addysg wedi profi cydberthynas anodd â'r ysgol, a'i bod yn well ganddynt gael eu cwnsela mewn lleoliad yn y gymuned. O dan yr amgylchiadau hyn, bydd angen i gwnselwyr weithio'n agos gyda gwasanaeth lles addysg yr awdurdod lleol.

Plant wedi'u gwahardd o'r ysgol

Ni ddylai gwaharddiad o'r ysgol gael ei ddefnyddio fel rheswm i beidio â pharhau i gynnal sesiwn gwnsela plentyn. Os bydd plentyn neu berson ifanc sy'n cael cwnsela yn cael ei wahardd dros dro, dylid gwneud trefniadau iddo barhau â'i sesiynau cwnsela naill ai ar safle'r ysgol neu mewn lleoliad amgen yn y gymuned.

Os caiff plentyn neu berson ifanc ei wahardd yn barhaol, dylid gwneud trefniadau iddo barhau i gael sesiynau cwnsela mewn lleoliad addas yn y gymuned nes y deuir o hyd i leoliad addysg amgen iddo.

Pryd bynnag y bydd plentyn neu berson ifanc sy'n cael sesiynau cwnsela (neu sydd ar restr aros i gael darpariaeth o'r fath) yn cael ei eithrio dros dro neu'n barhaol, rhaid i unigolyn cyswllt yr ysgol neu'r pennaeth roi gwybod i'r gwasanaeth cwnsela er mwyn sicrhau bod y ddarpariaeth gwnsela yn parhau i fod ar gael iddo.

Plant sy'n cael addysg heblaw yn yr ysgol (EOTAS)

Pan fydd plentyn neu berson ifanc yn cael darpariaeth EOTAS, dylai'r awdurdod lleol sicrhau bod ei ddarparwr addysg yn ymwybodol o'r ddarpariaeth gwnsela sydd ar gael yn yr ardal, a sut i gael gafael arni, os bydd angen y ddarpariaeth honno arno.

Materion gweithredol

Dewis
Er mwyn i wasanaeth cwnsela fod yn llwyddiannus, rhaid bod y plentyn/person ifanc am ymgysylltu ag ef. Felly, mae'n bwysig nodi nad yw cwnsela'n orfodol ac y gall plentyn/person ifanc ddewis peidio â chymryd rhan neu ddewis peidio â pharhau ag ef. Mae hyn hefyd yn

rhoi gwerth ar y plentyn/person ifanc ac yn parchu ei hawl i gael ei hysbysu a'i gynnwys mewn trafodaethau amdano ef ei hun, yn unol ag Erthygl 12 o Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn[23].

Er mwyn i blentyn/person ifanc gael gwasanaeth cwnsela, rhaid iddo ddeall natur cwnsela a gallu ymrwymo i gontract cwnsela dilys ar lafar, gan gynnwys y gallu i ddeall egwyddor cyfrinachedd a'r angen i'w diystyru pan honnir bod y person ifanc yn wynebu risg o hunan-niwed neu niwed gan rywun arall.

Cymhwysedd Gillick

Pan fydd plentyn/person ifanc yn gofyn am wasanaeth cwnsela, bydd angen penderfynu a yw'n meddu ar 'gymhwysedd Gillick'[24] gan ystyried:

- aeddfedrwydd y plentyn/person ifanc
- p'un a yw'n dangos digon o ddeallusrwydd a dealltwriaeth i allu deall yr hyn a gynigir, h.y. cwnsela
- p'un a yw'n dangos digon o ddeallusrwydd a dealltwriaeth o ganlyniadau ei weithredoedd
- p'un a yw'n deall y bydd ei lesiant yn debygol o ddioddef os na fydd yn derbyn gwasanaeth cwnsela.

Os yw'r plentyn/person ifanc yn gymwys yn ôl diffiniad Gillick, yna bydd yn gallu defnyddio gwasanaeth cwnsela heb yn wybod i'w riant/gofalwr, heb gydsyniad ei riant/gofalwr ac yn groes i ddymuniad ei riant/gofalwr, hyd yn oed. Fodd bynnag, mae arferion da yn golygu partneriaeth â'r rhieni/gofalwyr a byddai'n bwysig ystyried sut y gellid cefnogi'r plentyn/person ifanc drwy hysbysu'r rhieni/gofalwyr, os yw hynny'n briodol, ac yn unol â dymuniad y plentyn/person ifanc.

Y Rheoliad Cyffredinol ar Ddiogelu Data (GDPR)

Os yw'r plentyn neu'r person ifanc yn gymwys i gytuno i gael gwasanaeth cwnsela, yna bydd angen iddo hefyd roi cydsyniad penodol ar sail gwybodaeth i'r cwnselydd (neu'r gwasanaeth cwnsela) sy'n cadw cofnodion, a bydd angen iddo wybod cynnwys y cofnodion hynny, eu diben, pwy fydd yn eu gweld ac am faint o amser y cânt eu cadw.

Mae rhagor o wybodaeth am hyn ac am gydsynio i gwnsela i'w gweld yn adnoddau 'Good Practice in Action' BACP[25], yn benodol GPiA 002 *Counselling children and young people in England, Northern Ireland and Wales in school contexts*, 031 *Safeguarding children and young people within the counselling professions in England and Wales*, a 105 *The General Data Protection Regulation (GDPR) legal principles and practice notes for the counselling professions*.

[23] www.complantcymru.org.uk/ccuhp-hawliau-plant
[24] http://cinaps.co.uk/Gillick_Competent.html
[25] www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/good-practice-in-action

ASTUDIAETH ACHOS

Max

"Am y tro cyntaf, roeddwn i'n teimlo bod gen i le i fod yn fi fy hun, i edrych ar bwy oeddwn i a phwy roeddwn i am fod."

Roedd Max ym Mlwyddyn 11 pan gafodd ei atgyfeirio at wasanaeth cwnsela'r ysgol gan athro a oedd yn pryderu amdano oherwydd straen arholiadau.

Roedd ganddo sgôr asesiad YP-CORE-10 o 18 a byddai'n mynd i banig llwyr pan fyddai'n meddwl am ei arholiadau. A dweud y gwir, nid oedd yn teimlo y gallai sefyll ei arholiadau o gwbl. Roedd yn teimlo ei fod wedi ymddieithrio oddi wrth yr ysgol. Nid oedd yn gallu dilyn ei amserlen adolygu ac roedd yn teimlo dan bwysau i aros yn y chweched dosbarth, ac arweiniodd hyn, yn ei dro, at gynyddu ei lefelau pryder.

Roedd yr ychydig sesiynau cwnsela cyntaf yn canolbwyntio ar ddadansoddi ei brofiad ysgol. Bu'n araf yn darllen fel disgybl ysgol gynradd ac nid oedd erioed wedi ffynnu'n academaidd na theimlo'n gyfforddus yn yr ysgol. Soniodd am gael ei fwlio'n barhaus pan oedd yn iau, a arweiniodd at hwyliau isel, a'r effaith a gafodd hyn arno wedyn.

Wrth i'r sesiynau fynd yn eu blaen, roedd Max yn teimlo'n fwy hyderus ynglŷn ag ystyried ei opsiynau ar gyfer y dyfodol. Roedd hyn yn rhan bwysig o'i gyfnod gyda'r gwasanaeth cwnsela, am iddo gael cyfle i fynegi ei hun, gan archwilio ei ymdeimlad o hunaniaeth wrth baratoi ar gyfer y cam nesaf yn ei fywyd. Roedd yn ymgysylltu'n dda â'r gwasanaeth a, chydag anogaeth, dechreuodd dreulio amser gartref yn ymchwilio ac yn gwneud ceisiadau am waith a hyfforddiant.

Yn ystod y cyfnod hwn, diflannodd ei bryder ynglŷn ag arholiadau. Roedd wedi penderfynu peidio â phoeni'n ormodol p'un a allai gael y graddau uchaf ai peidio, am ei fod wedi gosod ei fryd ar lwybr ar gyfer y dyfodol a oedd yn gadarnhaol ac yn cyd-fynd â'i ddiddordebau. Byddai'n cyrraedd pob sesiwn yn edrych yn hapusach ac wedi ymlacio'n fwy. Roedd yn mwynhau treulio amser yn ymchwilio i'r hyn roedd ganddo ddiddordeb ynddo a'r hyn a oedd yn dylanwadu ar ei ffordd o feddwl a'i farn.

Yn y sesiwn gwnsela olaf, dywedodd ei fod wir wedi hoffi dod i'r sesiynau ac y byddai wedi bod yn fuddiol petai wedi dod i wybod am y gwasanaeth ynghynt, gan ei fod wedi bod yn gymaint o gymorth iddo. Dywedodd ei fod wedi cael budd o gael rhywun yn gwrando arno fel unigolyn, a'i fod yn teimlo ei fod yn cael ei glywed yn hytrach na dim ond cael ei weld fel 'myfyriwr arall'.

Llwyddodd Max i sefyll ei arholiadau a chwblhau Blwyddyn 11. Aeth ei sgôr YP-CORE o 18 i 13, i 10 ac yna i 0. Cafodd Max saith sesiwn i gyd.

(Darparwyd gan Ceri Jones, Gwasanaeth Cwnsela Pobl Ifanc Torfaen.)

Ystyriaethau ar gyfer atgyfeirio

Gall cwnsela helpu i feithrin hunan-barch, hyder cymdeithasol, hunaniaeth a lles emosiynol cyffredinol plant/pobl ifanc. Mewn lleoliadau addysg, mae cwnsela'n cefnogi iechyd emosiynol y plentyn/person ifanc, sy'n sail i gyflawniad academaidd ac yn hwyluso'r broses o feithrin a rheoli cydberthnasau buddiol.

Pwy all wneud atgyfeiriadau?

Dylai dulliau fod ar gael i blant a phobl ifanc hunanatgyfeirio'n uniongyrchol drwy sianelau cyfrinachol a chadarn. Yn y lle cyntaf, gall fod yn fuddiol grymuso'r plentyn/person ifanc (yn enwedig person ifanc sy'n deall y broses gwnsela) i hunanatgyfeirio. Fodd bynnag, dylai dulliau atgyfeirio hefyd fod ar gael er mwyn i weithwyr proffesiynol eraill neu oedolion â dyletswydd gofal allu atgyfeirio'r plentyn/person ifanc yn uniongyrchol at y gwasanaeth. Dylid cyfeirio ac atgyfeirio at wasanaethau cwnsela yn sensitif gyda'r plentyn/person ifanc. Gall atgyfeiriadau ddod i law gan y canlynol.

- Byddai atgyfeiriadau gan rieni neu warcheidwaid cyfreithiol yn llwybr pwysig i mewn i'r gwasanaeth oherwydd gallai hyn fod yn gyfle i gefnogi'r plentyn/person ifanc drwy ddulliau systemig.
- Gall pobl sy'n gweithio yn y gymuned, fel gweithwyr cymdeithasol, gweithwyr ieuenctid, Tîm o Amgylch y Teulu, timau troseddau ieuenctid a gweithwyr gwirfoddol eraill yn y trydydd sector wneud atgyfeiriadau hefyd, yn ogystal ag ymarferwyr iechyd fel meddygon teulu, gweithwyr iechyd, nyrsys a gweithwyr proffesiynol o fewn CAMHS.
- Gall atgyfeiriadau gan staff mewn ysgolion prif ffrwd lle mae'r rhan fwyaf o wasanaethau cwnsela annibynnol yn cael eu darparu fod yn llwybr arbennig o bwysig i mewn i'r gwasanaeth. Mae staff sy'n gweithio mewn addysg y tu allan i ysgolion prif ffrwd, fel ysgolion preifat a cholegau addysg bellach, hefyd yn gallu gwneud atgyfeiriadau at y gwasanaeth.

Yr hyn sydd wrth wraidd y gwasanaeth yw cwnsela therapiwtig un i un cyfrinachol a ddarperir i blant/pobl ifanc. Lle y bo'n briodol, a chyda chaniatâd y plentyn/person ifanc, gall y cwnselydd ymgysylltu ac ymgynghori â'r atgyfeiriwr neu, mewn ysgol, gyda pherson cyswllt yr ysgol.

Pam gwneud atgyfeiriad?

Dylid ystyried y pwyntiau canlynol wrth atgyfeirio plentyn/person ifanc at wasanaeth cwnsela.

- A ymgynghorwyd yn llawn â'r plentyn/person ifanc ynglŷn â'i atgyfeiriad ac a roddwyd gwybodaeth iddo am gwnsela? Beth yw eich rhesymau dros wneud yr atgyfeiriad?
- A oes unrhyw wybodaeth briodol a pherthnasol arall am gefndir teuluol neu gyfraniad asiantaethau eraill a all fod yn ddefnyddiol?
- Sut mae'r plentyn/person ifanc hwn yn dod yn ei flaen yn yr ysgol? (A oes unrhyw newidiadau academaidd a/neu gymdeithasol wedi cael eu nodi?)

- Sut y bydd cwnsela'n helpu'r plentyn/person ifanc hwn?
- A ymgynghorwyd â'r plentyn/person ifanc ynghylch rhoi gwybod i'w rieni/gofalwyr am y cwnsela ai peidio, ac a yw wedi cydsynio i hynny?

Ymhlith y dangosyddion cyffredin ar gyfer atgyfeirio at wasanaeth cwnsela mae:

- safon gwaith ysgol yn dirywio'n syfrdanol
- mynd yn dawedog neu'n rhy gynhyrfus
- newidiadau sydyn, hwyliau ansad a/neu ymddygiad sy'n ymddangos yn annodweddiadol a/neu ymddygiad eithafol
- gwrthod mynd i'r ysgol/presenoldeb yn yr ysgol wedi gwaethygu
- yn bwlio eraill neu'n cael ei fwlio, yn hysbys bod rhywun wedi cael ei gam-drin yn rhywiol, yn gorfforol neu'n emosiynol neu fod amheuaeth o hynny, neu o gael ei esgeuluso
- anawsterau oherwydd tor-perthynas yn y teulu
- anawsterau/perthnasau o fewn grŵp cyfoedion
- wedi cael profedigaeth neu wedi dioddef colled neu wahaniad
- hunan-barch isel
- newidiadau mewn ymddangosiad/diffyg hunanofal
- tystiolaeth o hunan-niwed, e.e. briwiau
- camddefnyddio alcohol a chyffuriau
- seiberfwlio/pryder gwahanu oddi wrth ffôn symudol/secstio ac ati
- ei chael hi'n anodd mynegi emosiynau'n briodol.

Os nad yw'r sawl sy'n atgyfeirio yn siŵr p'un a ddylid atgyfeirio'r plentyn/person ifanc at wasanaeth cwnsela, gall fod yn ddefnyddiol trafod ei bryderon â'r cwnselydd er mwyn canfod y ffordd fwyaf priodol ymlaen. Fodd bynnag, dylid gwneud hyn ar y cyd â'r plentyn/person ifanc.

Os yw'n amlwg bod atgyfeiriad yn briodol a bod y person ifanc yn cytuno â hynny, bydd angen cysylltu â'r gwasanaeth cwnsela yn uniongyrchol drwy'r dulliau sydd wedi'u hysbysebu. Mewn lleoliad addysg, gallai hyn fod drwy aelod o staff sy'n gyfrifol am gysylltu â'r gwasanaeth cwnsela. Fodd bynnag, mae'n bwysig nad yw'r person hwn yn ymgymryd â rôl 'ceidwad y porth' ar gyfer atgyfeiriadau am mai cyfrifoldeb y gwasanaeth yn unig yw hyn.

Os nad yw cwnsela'n briodol

Gall fod rhai achosion lle nad yw'n briodol cynnig gwasanaeth cwnsela i blentyn neu berson ifanc, e.e. os nad yw'n barod i gymryd rhan yn y broses. Gallai fod achosion lle bo plentyn/person ifanc yn cael triniaeth neu ymyriad gan wasanaethau haen uwch. Nid yw hyn yn golygu na all y cwnsela ddigwydd, ond mae'n golygu y dylai cwnselwyr gyfathrebu â gweithwyr proffesiynol a nodwyd er mwyn canfod a fydd derbyn gwasanaeth cwnsela yn ychwanegu at yr ymyriadau sydd eisoes ar waith neu'n niweidiol iddynt.

Os oes unrhyw amheuaeth ynglŷn â phriodoldeb darparu gwasanaeth cwnsela i blentyn/person ifanc, dylid cael trafodaeth er mwyn cadarnhau'r materion dan sylw a phenderfynu ar y ffordd orau ymlaen.

Risg

Gall y plentyn, y person ifanc neu'r atgyfeiriwr nodi ar y cais am wasanaeth ei ganfyddiadau o ddifrifoldeb yr effaith ar lesiant a/neu lefel risg y plentyn/person ifanc. Ni ddylid ystyried mai gwasanaeth brys na gwasanaeth ymyrryd mewn argyfwng yw cwnsela. Felly, os oes pryderon difrifol am lesiant y plentyn neu'r person ifanc, mae'n bosibl y bydd angen ei atgyfeirio at feddyg teulu, CAMHS neu wasanaeth amddiffyn plant.

Yr atgyfeiriwr sydd hefyd yn gyfrifol am roi gwybod i'r cwnselydd os yw'r plentyn neu'r person ifanc yn peri unrhyw risg iddo ei hun neu i bobl eraill.

Cyfraniad asiantaethau eraill

Mae plant a phobl ifanc sy'n cael cymorth gan asiantaethau eraill ar y pryd yn dal i fod yn gymwys i ddefnyddio'r gwasanaeth cwnsela. Ar adeg atgyfeirio, mae'n hanfodol bod y cwnselydd yn cael gwybod a yw'r plentyn neu'r person ifanc wedi cael ei weld yn y gorffennol/a yw'n gweithio gydag unrhyw asiantaethau eraill ar hyn o bryd, megis gwasanaethau seicoleg addysg, gwasanaethau cymdeithasol plant neu wasanaethau cymorth ymddygiad, a lefel bresennol y cyfraniad hwnnw. Cyfrifoldeb yr atgyfeiriwr yw rhoi gwybod i'r cwnselydd, er enghraifft, os yw'n gwybod bod person ifanc yn blentyn sy'n derbyn gofal neu fod ganddo gynllun gofal a chymorth.

Mae'n arfer da sicrhau, wrth ddarparu gwasanaeth cwnsela, nad oes unrhyw orlwytho amlwg yn y cymorth neu'r ymyriadau a roddir i'r person ifanc ar y cyd â'r hyn a roddir yn rhywle arall. Lle y bo'n briodol, gall fod yn ddefnyddiol trafod yr achos ag asiantaethau eraill sy'n rhoi cymorth ar hyn o bryd, er mwyn sicrhau y bydd y cwnsela'n ategu'r ymyriadau presennol. Mae hyn yn arbennig o wir yn achos gwaith a wneir ar y cyd â CAMHS. Fodd bynnag, dylai'r cwnselydd ystyried cyfrinachedd yn llawn a cheisio caniatâd y plentyn/person ifanc cyn trafod yr achos ag ymarferwyr arall lle bo modd (gweler yr adran 'Cyfrinachedd a rhannu gwybodaeth' ar dudalen 60).

Mae hefyd yn arfer da canfod a yw'r plentyn/person ifanc yn rhan o unrhyw achos cyfreithiol sydd wrthi'n mynd rhagddo neu sydd ar ddod. Mae gan blant/pobl ifanc hawl i gael gwasanaeth cwnsela yn ystod unrhyw ymchwiliad troseddol neu achos llys os ydynt wedi dioddef trosedd neu fod yn dyst i drosedd[26]. Fodd bynnag, dylid cofio y gall y gweithwyr proffesiynol dan sylw gael eu galw i'r llys eu hunain fel tystion mewn perthynas ag unrhyw therapi a roddir cyn y treial troseddol[27].

Yn y sefyllfaoedd hyn, dylai cwnselwyr ofyn am arweiniad gan reolwr y gwasanaeth, yr arweinydd cwnsela yn yr awdurdod lleol a/neu'r arweinydd amddiffyn plant neu ddiogelu mewn achosion unigol, cyn dechrau darparu gwasanaeth cwnsela i blentyn/person ifanc. Cynghorir yn gryf y dylid dilyn y canllawiau a nodir gan Wasanaeth Erlyn y Goron ar y cyd â'r Swyddfa Gartref a'r Adran Iechyd ar gyfer rhoi therapi i dystion sy'n blant[28].

[26] www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/476900/code-of-practice-for-victims-of-crime.PDF
[27] www.cps.gov.uk/legal-guidance/therapy-provision-therapy-vulnerable-or-intimidated-adult-witnesses
[28] www.cps.gov.uk/publications/prosecution/therapychild.html

Cyfrinachedd

Mae angen arfer disgresiwn a chadw cyfrinachedd cymaint â phosibl a pharchu hawl y person ifanc i breifatrwydd. Felly, dylai gweithwyr proffesiynol, staff ysgol, neu bobl eraill sy'n rhan o'r broses fod yn ymwybodol mai dim ond ar sail 'angen gwybod' ac, yn bwysig ddigon, gyda chaniatâd y person ifanc, y dylid trafod yr atgyfeiriad â phobl eraill (gweler yr adran 'Cyfrinachedd a rhannu gwybodaeth' ar dudalen 60). Er bod cyfrinachedd yn bwysig, diogelwch plentyn ddylai ddod yn gyntaf bob amser. Felly, bydd yr angen i amddiffyn plentyn bob amser yn drech na phwysigrwydd cyfrinachedd.

Mae'n hanfodol bod sesiynau cwnsela'n cael eu gweld fel rhywbeth gwirfoddol a chyfrinachol ac fel ffordd o roi cymorth yn hytrach na mesur disgyblu i blentyn/person ifanc. Dylid nodi'n glir mai cyfle ydyw i siarad am broblemau a phryderon gyda'r nod o'u datrys neu eu rheoli'n haws.

Mae'r sesiwn gyntaf yn gyfle i'r cwnselydd a'r cleient wneud penderfyniad ynghylch p'un a ddylid darparu gwasanaeth cwnsela ai peidio. Rhaid i'r sawl sy'n gyfrifol am atgyfeirio'r plentyn/person ifanc barchu penderfyniad y cwnselydd a'r plentyn/person ifanc os teimlir nad yw cwnsela'n briodol ar hyn o bryd.

Ystyriaethau ymarferol

Mae'n bwysig bod plant a phobl ifanc yn gweld gwasanaeth cwnsela fel gwasanaeth ar eu cyfer nhw. Felly, wrth sefydlu gweithdrefnau, dylid cynnwys sylwadau gan blant a phobl ifanc ar bob cam o'r broses gwnsela.

Gellir defnyddio system blwch post diogel, negeseuon testun, ffôn, gwasanaeth galw heibio, cardiau wedi'u hargraffu ymlaen llaw â phortread darluniol arnynt neu systemau eraill fel dulliau cyfathrebu. Gellir arddangos a dosbarthu gwybodaeth hawdd ei deall yn unol â'r hyn a gytunwyd, i hysbysu plant a phobl ifanc am y gwasanaeth.

Cymwysterau a phrofiad cwnselwyr

Mae pob gwasanaeth cwnsela mewn ysgol am ddarparu gwasanaethau o ansawdd da sy'n seiliedig ar dystiolaeth er mwyn diwallu anghenion ein plant a'n pobl ifanc.

Gellir dangos hyn drwy achrediad gwasanaeth BACP (neu gorff cymeradwy tebyg), sef y safon ansawdd gydnabyddedig ar gyfer sefydliadau sy'n darparu gwasanaethau cwnsela a seicotherapi. Mae achrediad gwasanaeth yn dangos bod gwasanaeth cwnsela'n cynnig gwasanaeth atebol, moesegol, proffesiynol ac ymatebol i gleientiaid, staff, gwirfoddolwyr a rhanddeiliaid.

Er mwyn sicrhau y gall gwasanaethau gynnal y ddarpariaeth bresennol, ac ansawdd a diogelwch yn y dyfodol er budd defnyddwyr gwasanaeth, rhaid i bob cwnselydd a benodir i weithio gyda phlant a phobl ifanc feddu ar gymhwyster cwnsela ffurfiol a bod yn gymwys i weithio gyda phlant a phobl ifanc yn unol â'r gofynion diogelu angenrheidiol.

Felly, rhaid i gwnselwyr:

- feddu ar wybodaeth am sail ddamcaniaethol cwnsela, a dangos hynny drwy feddu ar ddiploma neu radd mewn cwnsela. Fodd bynnag, nid yw cymwysterau ar eu pen eu hunain yn ddigon i ddangos bod cwnselydd wedi cael hyfforddiant a phrofiad digonol
- meddu ar sgiliau sy'n eu galluogi i weithio gyda phlant a phobl ifanc, fel y dangosir yn erbyn fframwaith cymhwysedd seiliedig ar dystiolaeth, e.e. fframwaith cymhwysedd plant a phobl ifanc BACP[29]
- dangos datblygiad proffesiynol parhaus ac adolygu ymarfer. Gall hyn fod drwy achrediad (gan BACP[30] neu gorff proffesiynol cydnabyddedig tebyg). Fel arall, os nad ydynt wedi'u hachredu, mae angen i gwnselwyr fod yn gweithio tuag at achrediad a rhaid iddynt allu dangos tystiolaeth o gymhwysedd, sgiliau a phrofiad, megis:
  - tystiolaeth o gynllun hyfforddiant a datblygiad proffesiynol parhaus cyfredol
  - tystiolaeth o adolygiadau blynyddol
  - tystiolaeth o oruchwylio
  - adborth gan blant/pobl ifanc
  - gwybodaeth am ganlyniadau ar gyfer y plant/pobl ifanc y maent wedi'u cwnsela
  - bod wedi cofrestru â chymdeithas therapi briodol fel BACP.

Gall cwnselwyr yr aseswyd eu bod wedi cyrraedd y lefel briodol o gymhwyster a chymhwysedd yn erbyn safonau gofynnol y gymdeithas ymuno â chofrestr BACP, a gaiff ei hachredu gan yr Awdurdod Safonau Proffesiynol (PSA)[31]. Mae'r PSA ei hun yn atebol i Lywodraeth y DU. Mae ei wefan yn cynnwys dolen i'w adnodd 'gwirio ymarferydd' sy'n darparu ffordd hawdd i ysgolion a'r cyhoedd wirio cofrestrau.

[29] www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/competences-and-curricula
[30] www.bacp.co.uk/membership/accredited-membership
[31] www.professionalstandards.org.uk

Gofynion diogelu

Rhaid i bob cwnselydd a benodir gael gwiriad manylach gan y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd (DBS)[32].

Argymhelliad

Bydd gwasanaethau'n cyflogi cwnselwyr sy'n meddu ar gymwysterau proffesiynol, sydd â phrofiad o weithio gyda phlant a phobl ifanc, ac sy'n cael goruchwyliaeth glinigol briodol (gan oruchwyliwr clinigol sydd â llawer o brofiad, hyfforddiant, sgiliau a gwybodaeth ddigonol am gwnsela plant a phobl ifanc ac sy'n cymryd rhan mewn datblygiad proffesiynol parhaus yn rheolaidd).

O ystyried mor agored yw'r grŵp cleientiaid i niwed, mae'n hollbwysig bod cwnselwyr yn gymwysedig fel y nodir yn y pwyntiau bwled ar dudalen 30 ac yn gallu dangos lefelau uchel o sgiliau ymarfer mewn perthynas â gweithio gyda phlant a phobl ifanc.

Cwnselwyr dan hyfforddiant

Pan fydd cwnselwyr dan hyfforddiant, bydd angen iddynt gael eu cefnogi gan system ddiogel, gan gynnwys lefelau priodol o oruchwyliaeth sy'n diwallu eu hanghenion yn llawn ac yn amddiffyn anghenion y plentyn neu'r person ifanc. Dylai fod gan oruchwylwyr hyfforddeion lawer o brofiad, hyfforddiant, sgiliau a gwybodaeth ddigonol am gwnsela plant a phobl ifanc. Dylai cleientiaid gael eu hasesu ymlaen llaw gan gwnselydd profiadol a chael eu dyrannu yn unol â chymhwysedd yr hyfforddai a chyda chydsyniad llawn y plentyn/person ifanc. Dylid rhoi gwybod i ysgolion a chleientiaid pan gaiff gwasanaethau eu darparu gan hyfforddeion.

Dylai cwnselwyr dan hyfforddiant sydd ar gyrsiau hyfforddi sy'n canolbwyntio ar oedolion ddysgu'r elfennau sydd wedi'u cynnwys ar Gam 1 cwricwlwm hyfforddi BACP ar gyfer cwnsela plant a phobl ifanc[33] (neu'r hyn sy'n cyfateb iddo) cyn dechrau gweithio gyda chleientiaid iau.

Cyfnod sefydlu

Rhaid rhoi trefniadau sefydlu ar waith yn unol â gweithdrefnau sefydledig, er mwyn sicrhau bod y cwnselydd yn deall strwythurau, polisïau a phrosesau y sefydliadau a'r asiantaethau y byddant yn gweithio gyda nhw/mewn partneriaeth â nhw. Dylai trefniadau sefydlu gynnwys:

- cyfnod sefydlu i'r staff a strwythur staffio
- polisïau, cynlluniau a gweithdrefnau
- llawlyfr staff
- ethos a diwylliant
- prosesau bugeiliol
- diogelu: polisi amddiffyn plant

[32] www.gov.uk/government/organisations/disclosure-and-barring-service
[33] www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/competences-and-curricula

- diogelu staff (bydd hyn yn cynnwys diogelwch digonol ar gyfer y cwnselwyr eu hunain, gan gynnwys yr hawl i dynnu’n ôl o ysgol os na fyddant yn teimlo’n ddiogel yno)
- anghenion dysgu ychwanegol
- dyddiadau’r tymhorau
- diwrnodau hyfforddiant i’r staff
- gwaith papur cleientiaid
- cyfrinachedd
- Cymhwysedd Gillick
- atal hunan-niwed a hunanladdiad
- atgyfeirio ymlaen (gan gynnwys ffactorau meddygol, lles emosiynol ac achosion brys).

Goruchwylio cwnselwyr

Mae goruchwyliaeth glinigol yn drefniant ffurfiol sy'n galluogi cwnselwyr i drafod eu gwaith yn rheolaidd â rhywun sy'n gymwysedig ac yn brofiadol ym maes cwnsela a goruchwyliaeth glinigol.

Rhaid i bob cwnselydd gymryd rhan mewn goruchwyliaeth glinigol reolaidd er mwyn cynnal a monitro safonau a chydymffurfio â'i god moesegol. Bydd cwnselwyr yn treulio amser mewn cydberthynas oruchwylio yn ystyried eu hachosion yn fanwl ac yn ddienw. Bwriad goruchwyliaeth yw hybu gwydnwch wrth weithio mewn amgylchedd sydd mor heriol yn emosiynol ac, yn arbennig, sicrhau bod cwnselwyr yn gweithio'n ddiogel ac yn effeithiol gyda chleientiaid i gyrraedd y safonau uchaf o ran ymarfer moesegol.

Gall y cyflogwr ariannu goruchwyliaeth glinigol yn unol â'r telerau ac amodau cyflogaeth. Lle nad yw hyn yn digwydd, rhaid bod gan asiantaethau cyflogi systemau i sicrhau bod cwnselwyr yn cymryd rhan mewn goruchwyliaeth glinigol.

Dylai cwnselwyr ymgymryd â goruchwyliaeth glinigol gyda goruchwyliwr sydd â phrofiad, gwybodaeth a dealltwriaeth helaeth o gwnsela plant a phobl ifanc, ac o weithio mewn ysgol. Er bod sgiliau cwnsela yn berthnasol o hyd, mae angen set sgiliau benodol ar gyfer goruchwylio sy'n wahanol i'r hyn sy'n angenrheidiol i gwnsela cleientiaid. Felly, yr arfer safonol i'r goruchwyliwr yw meddu ar gymhwyster mewn goruchwylio ymgynghorol neu brofiad proffesiynol helaeth o oruchwylio a hyfforddiant gan sefydliad hygred.

Mae goruchwyliaeth glinigol yn wahanol i waith rheoli achosion ac yn cwmpasu llawer o elfennau ychwanegol. Mae BACP yn awgrymu y dylai goruchwyliaeth gynnwys gweithio'n fanwl ar y gydberthynas rhwng yr ymarferydd a'r cleient er mwyn sicrhau'r canlyniadau a ddymunir ac effeithiau cadarnhaol. Er mwyn cyflawni hyn, mae angen lefelau digonol o breifatrwydd, diogelwch a chyfyngiant er mwyn i'r sawl sy'n cael ei oruchwylio ymgymryd â'r gwaith hwn. Felly, mae angen i'r holl oruchwyliaeth glinigol, neu ran sylweddol ohoni, fod yn annibynnol ar reolwyr llinell (pwynt 61 o'r Fframwaith Moesegol ar gyfer y Proffesiynau Cwnsela, BACP, 2018)[34].

Un enghraifft o hyn yw pan fydd y goruchwyliwr yn gweithio i'r un sefydliad ond bydd yn annibynnol ar reolwyr llinell neu ddim yn gweithio mewn rôl a fyddai'n creu cydberthynas ddeuol â'r sawl sy'n cael ei oruchwylio. Cyfyngiad y trefniant hwn yw'r diwylliannau sefydliadol anweledig a allai effeithio ar y gwaith gyda chleientiaid. Gall fod yn anodd arsylwi ar hyn a gweithio arno os yw'r goruchwyliwr a'r sawl sy'n cael ei oruchwylio yn gweithio i'r un sefydliad. Fel arall, gellid clustnodi goruchwyliwr sy'n meddu ar gymwysterau a phrofiad addas ac sy'n allanol i'r sefydliad i ymgymryd â'r gwaith goruchwylio. Byddai'r person hwn yn annibynnol ar reolwyr llinell ac mewn sefyllfa well i fod yn annibynnol ar ddiwylliannau sefydliadol anweledig. Mae'n ddoeth sicrhau nad oes cydberthynas ddeuol yn bodoli rhwng y cwnselydd a'r goruchwyliwr allanol.

Gellir trefnu goruchwyliaeth mewn sawl ffordd wahanol. Y trefniant arferol yw rhoi trefniant un i un ar waith lle bydd y goruchwyliwr a'r cwnselydd yn cwrdd mewn lle preifat i fyfyrio ar waith y cwnselydd gyda chleientiaid.

[34] www.bacp.co.uk/events/learning_programmes/ethical_framework/documents/ethical_framework.pdf

Gall cwnselwyr hefyd gymryd rhan mewn sesiynau goruchwylio grŵp a hwylusir gan oruchwyliwr cymwysedig a phrofiadol. Fel arall, gellir cynnal sesiynau goruchwylio grŵp heb i oruchwyliwr cymwysedig fod yn bresennol. Yn y trefniant hwn, byddai'r cwnselwyr yn ystyried materion yn ymwneud ag ymarfer gyda'u cymheiriaid. Fodd bynnag, mewn sesiwn goruchwylio grŵp, mae'n bosibl na fydd llawer o amser i bob cwnselydd gyflwyno ei holl waith angenrheidiol gyda chleientiaid. Felly, mae'n arfer da i'r trefniant hwn fod yn ychwanegol at y sesiynau goruchwylio un i un gyda goruchwyliwr cymwysedig, yn hytrach na chymryd eu lle.

Wrth ystyried faint o oruchwyliaeth glinigol y dylai cwnselydd cymwysedig ymgymryd ag ef, mae'n ddoeth sicrhau ei bod yn ddigonol i ddarparu'r cymorth sydd ei angen ar gyfer ei waith gyda chleientiaid, yn enwedig i sicrhau diogelwch y cleient. Gall cymhlethdod a nifer y sesiynau cwnsela olygu bod gofynion dwys ar y cwnselydd, a dylai'r cymorth sydd ei angen fod yn gymesur â'r galw. Bydd faint o oruchwyliaeth sydd ei hangen yn dibynnu'n fawr ar lefel profiad y cwnselydd. Byddai hyn yn arbennig o wir yn achos cwnselydd dan hyfforddiant y byddai angen iddo gael mwy o arweiniad na chwnselydd profiadol er mwyn sicrhau ei fod yn darparu gwasanaeth o safon ddiogel i'w gleientiaid. Hefyd, gall codau moesegol ddylanwadu ar y lefel ofynnol o oruchwyliaeth sydd ei hangen. Er enghraifft, mae BACP yn ei gwneud yn ofynnol i'r cwnselwyr hynny sy'n aelodau achrededig, neu aelodau o BACP sydd am wneud cais i gael eu hachredu, ymgymryd ag o leiaf 1.5 awr o oruchwyliaeth glinigol bob mis lle y byddant yn gwneud gwaith gyda chleientiaid. I hyfforddeion ar gyrsiau wedi'u hachredu gan BACP, mae angen awr o oruchwyliaeth am bob wyth awr o waith gyda chleientiaid, o leiaf 1.5 awr o oruchwyliaeth y mis a goruchwyliaeth o leiaf unwaith bob pythefnos.

Rheoli llinell a gwasanaethau cwnsela

Mae angen i drefniadau llywodraethu'r gwasanaeth cwnsela gwmpasu materion clinigol a materion yn ymwneud â rheoli, ac felly ddarparu ar gyfer cymhlethdodau technegol ac emosiynol therapi neu waith therapiwtig, yn ogystal â rhoi polisïau ar waith a manylion gweithredol y gwaith.

Mae i drefniadau ar gyfer llywodraethu ymarferwyr mewn gwasanaeth fel elusen, asiantaeth neu sefydliad gyd-destun a lleoliad penodol ac mae cyfrifoldeb yn gysylltiedig â nhw i gynnal safonau'r proffesiynau cwnsela a safonau'r asiantaeth neu'r sefydliad. Gelwir y gwaith o weinyddu gweithgareddau sy'n cyfrannu'n uniongyrchol at ddarparu gwasanaethau yn rheoli llinell y gwasanaeth; ei rôl yw sicrhau bod y sefydliad yn bodloni telerau ei gytundeb i ddarparu gwasanaeth dan gontract. Mae angen i'r cyfrifoldeb cyffredinol am ddarparu gwasanaethau dan gontract, boed hynny gan yr ysgol, yr awdurdod lleol neu asiantaeth trydydd sector, gael ei gydgysylltu a'i oruchwylio gan reolwr llinell. Lle bo ysgol neu awdurdod lleol yn dyfarnu contract i sefydliad neu unigolyn i ddarparu'r gwasanaeth cwnsela, byddai'r gwaith rheoli llinell a'r oruchwyliaeth glinigol yn rhan o'r contract cyffredinol fel arfer.

Nodau rheoli llinell

Tasg rheolwr llinell yw helpu pobl i gyflawni nodau ac amcanion y sefydliad ar gyfer y gwasanaeth er mwyn sicrhau:

- yr ymarfer rheoli a'r ymarfer clinigol moesegol gorau posibl
- bod y sefydliad yn bodloni telerau ei gytundeb i ddarparu gwasanaeth dan gontract
- bod polisïau a gweithdrefnau'r sefydliad yn cael eu rhoi ar waith, gan gynnwys pob mater sy'n gysylltiedig â risg a diogelu plant a phobl ifanc
- moesoldeb ac ansawdd parhaus y gwasanaeth a ddarperir.

Rolau a chyfrifoldebau rheolwyr llinell gwasanaeth cwnsela

Yr hyn sy'n allweddol yw cadw golwg ar y gwaith, cytuno ar amcanion ar gyfer darparu'r gwasanaeth a'u monitro, sicrhau dealltwriaeth o bolisïau ehangach yr ysgol neu'r awdurdod lleol a chefnogi'r cwnselwyr yn eu hysgolion neu eu lleoliadau cymunedol. Mae'r rôl hon yn cynnwys:

- recriwtio, dethol a phenodi cwnselwyr a goruchwylwyr sy'n meddu ar gymwysterau a phrofiad addas ac sydd wedi cael gwiriadau diogelwch ac wedi cyflwyno geirdaon addas
- cadw golwg ar gyfnod sefydlu priodol yr ymarferwyr er mwyn sicrhau ei fod yn cynnwys hyfforddiant diogelu
- cyflawni'r swyddogaethau gweinyddol sydd eu hangen i gefnogi, monitro a gwerthuso gwaith ymarferwyr
- sicrhau bod safonau a moesau sefydliadol yn cael eu dilyn a'u cynnal

- sicrhau bod goruchwyliaeth glinigol barhaus ddigonol a phriodol yn cael ei chyflawni heb gynnwys rheolwyr llinell, gan wneud trefniadau amgen yn achos salwch neu argyfwng arall
- cadw golwg ar safonau, gweithdrefnau a moeseg ymarfer rheoli ac ymarfer clinigol y gwaith cwnsela a goruchwylio, a'u monitro
- adolygu, monitro a diweddaru'r safonau, gweithdrefnau a moeseg o ran ymarfer clinigol
- cynnal adolygiadau blynyddol gyda chwnselwyr a chadw mewn cysylltiad â goruchwylwyr clinigol er mwyn myfyrio ar eu hymarfer gyda'r bwriad o nodi anghenion hyfforddiant a/neu feysydd datblygiad proffesiynol
- sicrhau bod ansawdd y gwasanaeth a ddarperir yn cael ei gynnal a'i ddatblygu drwy gynnal adolygiadau perfformiad rheolaidd, monitro allbynnau a gwerthuso canlyniadau
- sicrhau darpariaeth ddigonol ar gyfer cadw cofnodion cleientiaid.

Er mwyn darparu gwasanaethau therapiwtig sy'n cynnwys gwaith cymhleth ac emosiynol heriol, mae angen lefelau digonol o breifatrwydd, diogelwch a chyfyngiant. Mae BACP yn argymell[35] y canlynol: 'Good supervision is much more than case management. It includes working in depth on the relationship between practitioner and client in order to work towards desired outcomes and positive effects. This requires adequate levels of privacy, safety and containment for the supervisee to undertake this work. Therefore a substantial part or preferably all of supervision needs to be independent of line management.'

Mae BACP wedi llunio fframwaith cymwyseddau seiliedig ar dystiolaeth ar gyfer gwaith gyda phlant a phobl ifanc (4–18 oed)[36] a chwricwlwm hyfforddiant goruchwylio[37].

---

[35] www.bacp.co.uk/ethical_framework/new_ef.php
[36] www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/competences-and-curricula
[37] www.bacp.co.uk/media/2044/bacp-counselling-supervision-training-curriculum.pdf

Lleoliadau cwnsela ar gyfer hyfforddeion a myfyrwyr ar ôl cymhwyso

Cefndir

Mae gweithio'n therapiwtig gyda phlant a phobl ifanc yn golygu bod gofynion cyfreithiol, clinigol a moesegol mwy cymhleth na'r rhai sy'n gysylltiedig â chwnsela oedolion. Mae angen rhoi strwythurau priodol ar waith i sicrhau yr ymdrinnir â'r gofynion hyn yn llawn mewn perthynas â lleoliadau ar gyfer hyfforddeion a myfyrwyr ar ôl cymhwyso. Felly, mae'n arfer gorau bod gweithio integredig yn digwydd rhwng yr asiantaethau sydd â'r wybodaeth, yr adnoddau a'r arbenigedd angenrheidiol i gefnogi lleoliadau ar gyfer hyfforddeion a myfyrwyr ar ôl cymhwyso. Mae'r rhain yn cynnwys:

- sefydliadau hyfforddiant cwnsela cwbl sefydledig
- awdurdodau lleol (sy'n darparu gwasanaeth cwnsela yn uniongyrchol i ysgolion a lleoliadau cymunedol)
- sefydliadau cwnsela cwbl sefydledig (sy'n darparu gwasanaeth cwnsela yn unol â Fframwaith Moesegol BCAP ar gyfer y Proffesiynau Cwnsela ac sy'n gallu cael gafael ar gymorth cyfreithiol).

Diffiniad

Mae'r gwahaniaeth rhwng cwnselwyr dan hyfforddiant a myfyrwyr ar ôl cymhwyso sy'n chwilio am leoliadau mewn ysgol neu leoliad cymunedol fel a ganlyn.

Myfyriwr – mae myfyriwr ar ôl cymhwyso yn gwnselydd sydd eisoes wedi cwblhau cwrs hyfforddi a achredwyd gan BACP neu gymhwyster cyfatebol cronnol ac sy'n meddu ar gymhwyster cydnabyddedig mewn cwnsela neu seicotherapi (o leiaf ddiploma Lefel 4 yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon a Lefel 7 yn yr Alban). Mae myfyrwyr ar ôl cymhwyso yn unigolyn sy'n ymgymryd â hyfforddiant ychwanegol i weithio gyda phlant/pobl ifanc a all ofyn am leoliad cwnsela er mwyn cronni oriau ymarfer tuag at gwrs plant a phobl ifanc arbenigol.

Hyfforddai – mae hyfforddai neu gwnselydd dan hyfforddiant yn unigolyn sy'n astudio er mwyn cymhwyso fel cwnselydd neu seicotherapydd o dan gyfarwyddyd prifysgol neu sefydliadau addysg bellach/uwch neu hyfforddi eraill.

Mae BACP wedi llunio adnoddau 'Good Practice in Action'[38] ar gyfer lleoliadau cwnselwyr dan hyfforddiant, sef 079 i hyfforddwyr, 082 i sefydliadau sy'n cynnig lleoliadau a 090 i hyfforddeion. Maent yn gyffredinol ar gyfer lleoliadau ond maent yn cynnwys gwybodaeth am hyfforddeion sy'n gweithio mewn lleoliadau plant a phobl ifanc.

[38] www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/good-practice-in-action

Contractau a chytundebau

Mae'n bwysig bod y cytundebau a wneir rhwng pob parti sy'n rhan o'r broses yn agored ac yn dryloyw, ac y cytunir arnynt cyn i'r cwnsela ddechrau yn yr ysgol neu'r lleoliad cymunedol.

Mae'n arfer gorau i bob parti (gwasanaeth cwnsela, sefydliad hyfforddi, hyfforddai neu gwnselydd dan hyfforddiant, goruchwyliwr, a mentor) lunio a llofnodi cytundeb ysgrifenedig sy'n nodi'n glir rolau a chyfrifoldebau pawb cyn i'r gwaith ddechrau. Rhaid i'r cytundeb hwn gyfeirio at y gydberthynas rhwng pob parti a'r ffordd y caiff gwybodaeth ei rhannu rhyngddynt.

Strwythur

Rhaid i'r hyfforddai neu'r myfyriwr fod mewn lleoliad lle mae cwnselydd cymwysedig a phrofiadol ar gael sydd naill ai'n gweithio yn y lleoliad dan sylw neu'n gysylltiedig ag ef, ac sy'n gallu mentora gwaith y myfyriwr ac yn barod i wneud hynny. Rhaid i'r myfyriwr hefyd allu cael gafael ar oruchwyliwr cwnsela cymwysedig sydd â phrofiad o gwnsela plant a phobl ifanc mewn ysgol neu leoliad cymunedol. Dylai'r gwasanaeth cwnsela hefyd gynnal cyfarfodydd cymorth rheoli yn rheolaidd. Dylai'r gwasanaeth cwnsela, y lleoliad sy'n lletya a'r mentor gynnal rhaglen sefydlu ar gyfer yr hyfforddai neu'r myfyriwr er mwyn sicrhau bod pawb yn deall polisïau, gweithdrefnau a phrotocolau ar gyfer ymarfer cwnsela ac yn eu dilyn yn briodol.

Asesu achosion

Dylai fod proses y cytunwyd arni ar gyfer asesu cleientiaid y bydd yr hyfforddai neu'r myfyriwr yn eu cwnsela. Y mentor neu arweinydd clinigol y gwasanaeth cwnsela ddylai gwblhau'r asesiadau hyn. Dylai hyn sicrhau bod cleientiaid a gaiff eu clustnodi ar gyfer hyfforddeion neu fyfyrwyr yn addas ar gyfer eu lefel o gymhwysedd, arbenigedd neu gymhwyster. Ar ôl cyfnod o brofiad ymarferol, gall fod yn bosibl i'r hyfforddai neu'r myfyriwr gwblhau asesiadau. Fodd bynnag, dylid ystyried hyn yn ofalus ar y cyd ag arweinydd y gwasanaeth cwnsela, y mentor, y goruchwyliwr a'r hyfforddai neu'r myfyriwr ei hun, cyn bwrw ymlaen. Ar ôl ystyried hyn, gellid rhoi arweiniad i'r hyfforddai neu'r myfyriwr ar ddulliau asesu er mwyn sicrhau y gellir gwneud gwaith moesegol a diogel.

Cymorth

Mae angen i'r hyfforddai neu'r myfyriwr gael tri math o gymorth drwy gydol ei gyfnod yn y lleoliad.

Mentoriaeth – dylai'r mentor fod yn gwnselydd cymwysedig a phrofiadol. Bydd y mentor yn cynnig arweiniad a chymorth i'r hyfforddai neu'r myfyriwr ac felly dylai fod yn gweithio yn yr ysgol neu'r lleoliad cymunedol neu'n gysylltiedig â'r ysgol neu'r lleoliad cymunedol. Dylai'r mentor hybu cydberthnasau gwaith cydweithredol o fewn y lleoliad a chynnig cyfleoedd i'r hyfforddai neu'r myfyriwr gael profiad o bob agwedd ar y gwasanaeth yn y lleoliad neu ddysgu am yr agweddau hynny.

Goruchwyliaeth – dylai gwaith clinigol yr hyfforddai neu'r myfyriwr gael ei oruchwylio gan gwnselydd sy'n oruchwyliwr medrus a chymwysedig ag o leiaf ddwy flynedd o brofiad o weithio mewn ysgol a lleoliad cymunedol i bobl ifanc. Mae goruchwylio gwasanaeth cwnsela yn sicrhau bod anghenion yr hyfforddai neu'r myfyriwr a'i gleientiaid yn cael eu diwallu'n barhaus. Dylai amlder y goruchwylio adlewyrchu faint o waith clinigol a wneir a pha mor gymhleth ydyw, yn ogystal â lefel profiad a chymhwysedd yr hyfforddai neu'r myfyriwr. Mae'n debygol y bydd angen goruchwylio hyfforddai neu fyfyriwr o leiaf bob pythefnos. Yn aml, gall cyfuniad o oruchwyliaeth unigol a goruchwyliaeth grŵp fod yn fuddiol i ymarferwyr.

Rheoli llinell – dylai'r gwasanaeth cwnsela roi cymorth i'r hyfforddai neu'r myfyriwr ar ffurf cyfarfodydd cymorth rheolaidd. Dylai hyn efelychu fformat tebyg i'r cymorth rheoli llinell a roddir i gwnselwyr cyflogedig (gweler yr adran 'Rheoli llinell a gwasanaethau cwnsela' ar dudalen 35 am ganllawiau manwl).

Ystyriaethau penodol ar gyfer myfyrwyr ar ôl cymhwyso

Dylai'r gwasanaeth cwnsela gadarnhau bod y myfyriwr sy'n gwneud cais am y lleoliad:

- wedi cwblhau diploma mewn cwnsela (o leiaf) yn llwyddiannus
- yn meddu ar yr wybodaeth, sgiliau, agwedd a chymhwysedd priodol sydd eu hangen i weithio yn yr ysgol neu'r lleoliad cymunedol dan sylw, a bod ganddo gymhwyster, tystysgrifau a geirdaon gan gyflogwyr blaenorol neu sefydliadau hyfforddi i brofi hynny lle y bo'n briodol
- wedi'i gofrestru ar gwrs hyfforddi plant a phobl ifanc arbenigol lle mae oriau ar leoliad yn gweithio gyda phlant a phobl ifanc yn ofynnol, a bod asesiad a gynhaliwyd yn unol â'r cwrs wedi canfod ei fod yn gymwys i ddechrau gweithio gyda phlant a phobl ifanc
- yn aelod o sefydliad proffesiynol ac yn ymrwymedig i weithio'n unol â chod moeseg ar gyfer ymarfer y cytunwyd arno; mae'n ofynnol i aelodau BACP weithio'n unol â'i Fframwaith Moesegol ar gyfer y Proffesiynau Cwnsela
- yn fodlon cael gwiriad gan y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd (DBS).

Ystyriaethau penodol ar gyfer cwnselwyr dan hyfforddiant

Mae arfer gorau yn sicrhau:

- y bydd cwrs hyfforddi'r cwnselydd dan hyfforddiant yn cynnwys ffocws digonol ar ddatblygiad plant a gweithio'n therapiwtig gyda phlant a phobl ifanc, sy'n cyfateb i Gam 1 cwricwlwm hyfforddi plant a phobl ifanc BACP[39]
- bod asesiad a gynhaliwyd yn unol â'r cwrs wedi canfod bod yr hyfforddai yn gymwys i ddechrau gweithio gyda phlant a phobl ifanc
- bod lleoliadau i hyfforddeion yn cael eu trefnu o ail flwyddyn y cwrs ymlaen ac nid cyn hynny. Mae hyn yn galluogi'r hyfforddai i feithrin y ddealltwriaeth ddamcaniaethol angenrheidiol a llwyddo mewn digon o asesiadau yn yr ystafell ddosbarth i ddangos ei fod yn barod i weithio gyda phlant a phobl ifanc

[39] www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/competences-and-curricula

- bod yr hyfforddai yn gweld dim mwy na thri chleient yr wythnos mewn sesiynau therapiwtig hyd at 50 munud o hyd – gall y llwyth achosion cleientiaid hwn gynyddu, gyda chytundeb y goruchwyliwr a'r mentor, wrth i'r hyfforddai ddod yn fwy medrus
- bod yr hyfforddai'n treulio'r un faint o amser yr wythnos ag a dreulir yn cwnsela yn ymgymryd â gwaith prosesu, cadw cofnodion, myfyrio ac ymgynghori cefnogol
- mae BACP[40] yn nodi y dylai hyfforddeion sy'n astudio ar gyrsiau achrededig gael eu goruchwylio am o leiaf awr o amser cyflwyno am bob wyth awr o waith gyda chleientiaid, ac y dylai hynny ddigwydd o leiaf unwaith bob pythefnos ac am o leiaf 1.5 awr ar ffurf goruchwyliaeth unigol bob mis
- gall fod yn ofynnol i'r mentor roi cadarnhad i'r sefydliad hyfforddi bod yr hyfforddai wedi bodloni'r meini prawf y cytunwyd arnynt ar gyfer lleoliadau ar y cwrs hyfforddi. Hefyd, mae'n bosibl y bydd yn ofynnol paratoi adroddiad ar gynnydd yr hyfforddai.

Gwerthuso

Rhaid i'r contract gwreiddiol y cytunir arno gan bob parti gynnwys proses ar gyfer gwerthuso gwaith hyfforddeion neu fyfyrwyr yn effeithiol. Byddai'r broses hon yn cynnwys rhoi sylw i holiaduron boddhad cleientiaid, data canlyniadau fel y'u mesurir gan adnoddau gwerthuso y cytunwyd arnynt, a phresenoldeb cleientiaid mewn sesiynau cwnsela a drefnwyd.

Diogelwch cleientiaid

Er mwyn sefydlu cydberthynas effeithiol, ymddiriedus a thryloyw â chleientiaid, dylai hyfforddeion/myfyrwyr roi gwybod i gleientiaid eu bod dan hyfforddiant (neu sicrhau bod cleientiaid wedi cael gwybod hynny).

[40] www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/good-practice-in-action

ASTUDIAETH ACHOS

Jenny

“Rwy’n teimlo’n well, yn ysgafnach – dydy’r gofid ofnadwy roeddwn i’n ei deimlo ddim yn broblem mwyach.”

Roedd Jenny, myfyrwraig Blwyddyn 10, wedi dioddef o orbryder gwael am fod pethau’n anodd gartref. Roedd hi wedi profi meddyliau hunanladdol a chafodd ei hatgyfeirio at wasanaeth cwnsela gan ei meddyg teulu. Ei sgôr asesiad YP-CORE-10 oedd 21. Datgelodd Jenny fod gan ei mam broblem yfed a’i bod yn teimlo gofid ofnadwy am hynny.

Wrth i’r sesiynau fynd yn eu blaen, disgrifiodd yr adeg pan ddaeth o hyd i un o nodiadau hunanladdiad ei mam, a’r cyfrifoldeb roedd hi’n ei deimlo pan gyrhaeddodd yr heddlu a’i theulu ehangach. Gwnaeth y cyfrifoldeb hwn iddi deimlo fel petai’n cario pwysau trwm, a oedd yn flinderus ac yn llethol iddi.

Aeth Jenny yn ei blaen i ddisgrifio pyliau dwys o orbryder, lle y byddai’n mynd i le tawel ac yn eistedd yn ei chwrcwd ar y llawr fel ffordd o reoli teimladau o glawstroffobia a phanig.

Byddai’n disgrifio’r profiad fel cerdded ar raff. Roedd yn ei chael hi’n anodd ymlacio ac nid oedd ei strategaethau ymdopi bob amser yn gweithio. Hefyd, roedd hi’n pryderu am waith ysgol. Roedd hi’n poeni bod pawb yn disgwyl iddi wneud yn dda, a ychwanegodd at ei gorbryder.

Yn y nawfed sesiwn roedd yn bryderus ac mewn hwyliau isel. Roedd hi’n dal i deimlo gofid, ond roedd yn teimlo’n bellach i ffwrdd. Er bod hwn yn deimlad rhyfedd iddi, roedd yn haws ymdopi ag ef. Roedd hi wedi archwilio’r hyn a oedd yn ei gwneud yn fregus yn y sesiynau blaenorol ac nid oedd yn teimlo’r un lefel o gyfrifoldeb mwyach.

Yn y sesiwn ganlynol ar ôl seibiant, dywedodd ei bod yn dysgu sut i ymbellhau oddi wrtho drwy newid ei ffordd o feddwl am bethau: “Rwy’n teimlo’n well, yn ysgafnach – dydy’r gofid ofnadwy roeddwn i’n ei deimlo ddim yn broblem mwyach.”

Soniodd am faddau iddi hi ei hun am ei bod wedi prosesu llawer o’i theimladau ac wedi llwyddo i’w derbyn.

Roedd hon yn adeg hollbwysig iddi, am ei bod yn caniatáu iddi hi ei hun ymateb i’w hanghenion ei hun yn hytrach nag anghenion pobl eraill. Hefyd, dechreuodd gymdeithasu â grwpiau cyfoedion gwahanol, gan arbrofi â’i gallu newydd i ymddiried ynddi hi ei hun.

Yn ystod yr 11eg sesiwn, dywedodd ei bod yn mynd ar ei gwyliau a’i bod yn edrych ymlaen at hynny. Byddai ei mam yn aros gyda’i chwaer ac roedd hyn yn iawn ganddi. Roedd Jenny’n symud ymlaen â’i bywyd ei hun heb deimlo’r cyfrifoldeb a oedd yn faich ar ei hysgwyddau o’r blaen.

Yn ystod y sesiwn olaf, roedd yn ymddangos yn wahanol. Roedd yn teimlo’n dda ac nid oedd yn gallu cofio ei phwl diwethaf o orbryder. Ei sgôr YP-CORE oedd 12: “Mae’r stwff yn dal yno, ond rwy’n delio ag ef yn wahanol.” Roedd cwnsela wedi bod o gymorth mawr.

(Darparwyd gan Wendi Jones – Cynghorau Sir Gwynedd ac Ynys Môn)

Gweithio mewn partneriaeth

Mae'n bwysig gweithio mewn partneriaeth yng nghyd-destun darparu gwasanaethau cwnsela i blant a phobl ifanc, a hyrwyddo hynny, er mwyn atgyfnerthu gallu'r partneriaid a sicrhau y bydd canlyniadau'r bartneriaeth yn berthnasol i bobl ifanc ac yn gynaliadwy yn y tymor hir.

Bydd cwnselydd plentyn/person ifanc yn gweithio mewn partneriaeth gyda'r asiantaeth sy'n rheoli'r gwasanaeth cwnsela (a all fod yn awdurdod lleol neu'n sefydliad yn y sector gwirfoddol), mewn amrywiaeth o leoliadau (gan gynnwys ysgolion a lleoliadau priodol eraill lle y gellir darparu gwasanaethau cwnsela), yn unol â phrotocolau y cytunwyd arnynt. Bydd llwyddiant y bartneriaeth yn dibynnu ar y graddau y caiff perchenogaeth, ymrwymiad a chyd-atebolrwydd eu rhannu gan y sefydliadau partner.

Nodi pwy sy'n rhan o'r bartneriaeth

Mae pob cwnselydd yn atebol i'r plant a'r bobl ifanc y mae'n gweithio gyda nhw, a rhaid i bob cwnselydd lynu wrth god neu fframwaith moesegol ei briod gorff llywodraethu proffesiynol. Hefyd, mae cwnselwyr unigol a'r asiantaethau sy'n eu rheoli yn atebol i'r sefydliadau lletya a all hwyluso'r gwasanaeth cwnsela (e.e. ysgolion a sefydliadau lletya priodol eraill lle y darperir gwasanaethau cwnsela).

Mae'r enghraifft o weithio mewn partneriaeth ag ysgolion yn helpu i egluro sut y gellir hwyluso gweithio mewn partneriaeth drwy gael aelodau 'cyswllt' dynodedig o staff sy'n aelodau o uwch dîm arwain yr ysgol. Bydd hyn yn cynnwys cynnal cyfarfodydd rheolaidd rhwng y cwnselydd a'r person cyswllt a rhoi trefniadau ar waith, megis amserlennu, blaenoriaethu pobl ifanc sy'n wynebu risg, a'r hyn a fydd yn digwydd os bydd cwnselydd yn sâl (a sut y rhoddir gwybod i'r cleientiaid).

Argymhelliad

Dylai gwasanaethau cwnsela geisio ffurfio cysylltiadau cryf rhwng ysgolion/sefydliadau lletya, asiantaethau a'u cymunedau er budd y gwasanaeth a ddarperir i bobl ifanc a phlant.

Er eu bod yn annibynnol, mae angen i wasanaethau cwnsela ystyried barn eu partneriaid a'u defnyddwyr er mwyn helpu i gynnal gwasanaeth o safon uchel a sicrhau datblygiad parhaus. Un enghraifft o hyn fyddai cynnal fforymau i blant a phobl ifanc ac oedolion. Gallai'r fforwm i blant a phobl ifanc gynnwys cleientiaid blaenorol a fyddai'n fodlon rhannu profiadau, a gallai'r fforwm i oedolion gynnwys staff ysgol, staff awdurdod lleol, CAMHS[41] a rhanddeiliaid eraill. Gallai'r holl safbwyntiau lywio trafodaethau am ddatblygiad y gwasanaeth yn y dyfodol.

[41] llyw.cymru/sites/default/files/publications/2018-03/cydweithio-rhwng-gwasanaethau-iechyd-meddwl-plant-a'r-glasoed-a'r-gwasanaeth-cwnsela.pdf

Dengys tystiolaeth fod ysgolion ac asiantaethau eraill yn gwneud sylwadau cadarnhaol am y ffordd y mae gwasanaethau cwnsela'n cefnogi plant a phobl ifanc yn emosiynol ac yn academaidd. Mae mentrau amrywiol sy'n cefnogi llesiant plant a phobl ifanc, fel cymorth i gyfoedion, grwpiau anogaeth[42] a rhaglenni Childline[43], i gyd yn cyfrannu at iechyd a lles plant a phobl ifanc.

Hefyd, gall gwasanaethau cwnsela greu amgylchedd cadarnhaol i hwyluso strategaethau ar gyfer dysgu. Gall cwnselwyr hefyd gyfrannu at ofal bugeiliol plant a phobl ifanc drwy fynd i'r afael â'u hanghenion emosiynol.

Darparu cyfleusterau mewn partneriaeth

Mae'n bwysig bod plant a phobl ifanc sy'n defnyddio gwasanaethau cwnsela yn teimlo'n ddiogel ac yn gyfforddus. Dylai'r cwnsela ddigwydd mewn ystafell lle na fydd dim byd yn tarfu ar y sesiwn. Dylai fod ystafell ddynodedig ar gyfer cwnsela sy'n edrych ac yn teimlo'n wahanol i ystafell ddosbarth neu swyddfa.

Partneriaeth gyda rhieni/gofalwyr

Wrth weithio gyda phlant a phobl ifanc oed ysgol uwchradd, nid oes angen cydsyniad rhiant na gofalwr ar yr amod y tybir bod y person ifanc yn gymwys yn ôl diffiniad Gillick (gweler yr adran 'Defnyddio gwasanaethau cwnsela' ar dudalen 16). Dylai rhieni a gofalwyr gael gwybod am unrhyw gyhoeddusrwydd ynglŷn â gwasanaeth cwnsela'r ysgol a sut mae'n gweithio pan fydd eu plentyn yn ymuno â'r ysgol. Er ei bod yn bwysig gweithio mewn partneriaeth â rhieni a gofalwyr, ni ddylai hyn amharu ar natur gyfrinachol y sesiynau cwnsela.

Gall gweithio mewn partneriaeth â rhieni/gofalwyr fod o fudd i'r gydberthynas gwnsela. Dylai fod polisi clir ynghylch ymrwymo i ddiogelu cyfrinachedd cwnsela, sy'n pennu cyfyngiadau pendant ar y graddau y caiff rhieni eu cynnwys, wedi'i ategu'n bendant gan ffactorau moesegol a chyfreithiol.

Cydweithio

Bydd cwnselwyr, therapyddion seicolegol, seicolegwyr a chlinigwyr iechyd meddwl eraill yn gwasanaethu plant a phobl ifanc orau pan fyddant yn rhannu safbwyntiau a chyfrifoldeb wrth ddiwallu anghenion plant a phobl ifanc a sicrhau cynnydd therapiwtig.

Dylai gwybodaeth bersonol bob amser gael ei rhannu o fewn ffiniau fframwaith Cytundeb Rhannu Gwybodaeth Bersonol Cymru (WASPI)[44], sy'n galluogi sefydliadau sy'n darparu gwasanaethau i rannu data personol yn rheolaidd mewn ffordd sy'n cydymffurfio â gofynion diogelu data.

[42] nurturegroups.org
[43] www.childline.org.uk/get-support
[44] www.waspi.org/hafan

Cwnsela fel rhan o ddull gweithredu ysgol gyfan a system gyfan

Ceir tystiolaeth[45] bod cysylltiad cryf rhwng llesiant a deilliannau addysgol. Mae plant â lefelau uwch o les emosiynol, ymddygiadol, cymdeithasol ac ysgol, ar gyfartaledd, yn cyrraedd lefelau cyflawniad academaidd uwch ac yn ymgysylltu'n well yn yr ysgol, ar y pryd ac yn ddiweddarach. Mae llesiant plant a phobl ifanc yn hanfodol i'w gallu i ddysgu – os ydynt yn llwglyd, yn flinedig neu'n bryderus neu'n ofnus, ni fyddant yn barod yn gorfforol nac yn emosiynol i ddysgu.

Rhaid i lesiant plentyn/person ifanc fod wrth wraidd ein system addysg gynhwysol. Dyma pam mae llesiant wedi cael ei ychwanegu fel un o'r pedwar amcan galluogi yn *Addysg yng Nghymru: Cenhadaeth ein cenedl* (2017)[46].

Mae ysgolion mewn sefyllfa dda i gefnogi iechyd a lles emosiynol pob un o'u dysgwyr. Nid mater o ymyrryd pan fydd problemau yn dechrau dod i'r amlwg ydyw (er bod hynny'n hanfodol wrth gwrs). Mae hefyd yn fater o hybu llesiant cadarnhaol drwy helpu plant a phobl ifanc i ymdopi â newidiadau mewn bywyd. Mae'r cwricwlwm newydd yn cael ei ddatblygu gyda'r pedwar diben yn ganolog iddo, ac un o'r dibenion hynny yw helpu ein plant a'n pobl ifanc i fod yn unigolion iach a hyderus sy'n barod i fyw bywyd gan wireddu eu dyheadau fel aelodau gwerthfawr o gymdeithas. Hefyd, un o'r meysydd dysgu a phrofiad yw iechyd a lles.

Dylai hybu lles emosiynol da gael yr un flaenoriaeth â hybu iechyd corfforol da. Mae'n gyfrifoldeb cymdeithasol a rennir a bydd athrawon, ynghyd ag aelodau o'r teulu, yn aml ar flaen y gad o ran sylwi pan fydd problemau lles emosiynol yn dechrau dod i'r amlwg. Drwy fynd i'r afael ag achosion sylfaenol gofid emosiynol plentyn, gellir atal problemau mwy difrifol rhag datblygu, ac os yw'r achos sylfaenol yn rhywbeth sy'n digwydd yn yr ysgol, fel bwlio neu straen arholiadau, gall ysgolion ddelio â'r problemau sylfaenol hyn.

Mae'n bosibl bod plant a phobl ifanc sydd wedi ymddieithrio neu sy'n ymddwyn yn wael yn ymateb i amgylchiadau anodd. Weithiau, gellir datrys hyn ag ymyriadau lefel isel yn yr ysgol, fel dysgu cymdeithasol ac emosiynol neu grwpiau anogaeth. Mewn achosion mwy difrifol, gall ysgolion atgyfeirio plant a phobl ifanc at wasanaethau priodol, gan gynnwys cwnsela, er mwyn sicrhau eu bod yn cael y cymorth cywir. Felly, gall cwnsela ategu'r dulliau eraill sydd ar waith mewn ysgolion i ddiwallu anghenion iechyd, emosiynol a chymdeithasol dysgwyr.

Fodd bynnag, mae'n bwysig peidio ag ystyried cwnsela fel rhywbeth 'ar ei ben ei hun', a dylai fod yn rhan o ddull haenog o ddiwallu anghenion y plentyn/person ifanc. Mae angen rhoi prosesau asesu cadarn ar waith er mwyn sicrhau mai cwnsela yw'r llwybr priodol ar gyfer plant a phobl ifanc. Os nad cwnsela yw'r llwybr mwyaf priodol, neu os rhoddwyd cynnig arno a'i fod wedi methu â diwallu anghenion y plentyn neu'r person ifanc yn ddigonol, yna dylai fod llwybrau atgyfeirio effeithiol ac amserol er mwyn dwysáu neu leihau cymorth yn ôl yr angen. Dyma'r dull gweithredu system gyfan, lle y bydd asiantaethau a darparwyr yn cydweithio â'i gilydd, gyda dealltwriaeth glir o rolau a chyfrifoldebau ei gilydd.

[45] www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/219638/DFE-RR253.pdf
[46] llyw.cymru/sites/default/files/publications/2018-03/addysg-yng-nghymru-cenhadaeth-ein-cenedl.pdf

Rôl yr ysgol a'r person cyswllt

Yr ysgol

Roedd yr adran flaenorol yn tynnu sylw at y ffaith y dylai cwnsela fod yn rhan annatod o ddull gweithredu ysgol gyfan (fel rhan o ddull gweithredu system gyfan ehangach) ar gyfer diwallu anghenion lles emosiynol plant a phobl ifanc, er mwyn sicrhau y gallant gymryd rhan yn llawn yn eu haddysg.

Mae ysgolion mewn sefyllfa dda i gefnogi iechyd a lles emosiynol eu dysgwyr. Dengys tystiolaeth[47] y gall gwasanaethau cwnsela, sy'n darparu cymorth o fewn strategaeth gyffredinol ysgol, fod yn ffordd effeithiol iawn o hybu lles pobl ifanc, eu helpu i ddysgu a chyflawni, yn ogystal â lliniaru problemau lles emosiynol a'u hatal rhag gwaethygu. Mewn ysgolion, gall cwnsela helpu dysgwyr i feithrin sgiliau, gan ei gwneud yn haws ymdopi â chyfnodau pontio personol. Mae cwnselwyr sy'n rhan o ddull gweithredu ysgol gyfan ar gyfer iechyd a lles emosiynol mewn sefyllfa unigryw i adnabod yn gynnar pa blant sy'n wynebu risg, sydd mewn angen, sy'n agored i niwed neu sy'n wynebu risgiau difrifol posibl o ran lles emosiynol yn ifanc.

Mae gan yr ysgol gyfrifoldeb i wneud y canlynol:

- trin y cwnselydd fel y byddai'n trin unrhyw weithiwr proffesiynol allanol arall
- rhoi gwybod i'r cwnselydd am unrhyw ddigwyddiadau arwyddocaol (yn yr ysgol neu yn y gymuned) a all effeithio ar ddysgwyr (fel unigolion neu fel grwpiau)
- sicrhau bod y person cyswllt ar gael i gwrdd â'r cwnselydd yn rheolaidd ar adegau y cytunwyd arnynt
- cefnogi'r broses atgyfeirio fel y bo'n briodol.

Y person cyswllt

Bydd gan bob ysgol berson cyswllt wedi'i hyfforddi'n briodol, a fydd yn gyfrifol am y gwasanaeth cwnsela yn yr ysgol ac yn bwynt cyswllt ar gyfer y gwasanaeth hwnnw. Rhaid i'r ysgol sicrhau bod gan yr aelod o staff a ddynodir yn berson cyswllt ddigon o amser ac argaeledd i gyflawni'r rôl yn briodol. Gall rôl y person cyswllt gael ei chyflawni gan yr uwch berson dynodedig sy'n gyfrifol am ddiogelu, ond nid o reidrwydd. Os nad yr uwch berson dynodedig yw'r person cyswllt, dylai'r cwnselydd gydgysylltu â'r uwch berson dynodedig a rhoi gwybod iddo yn uniongyrchol am faterion yn ymwneud â diogelu (gweler yr adran 'Diogelu' ar dudalen 64).

Bydd y person cyswllt yn cydgysylltu â'r cwnselydd ynglŷn â'r canlynol:

- unrhyw bryderon am lesiant dysgwyr sy'n derbyn gwasanaeth cwnsela ar hyn o bryd
- unrhyw faterion perthnasol yn ymwneud ag amddiffyn plant
- apwyntiadau

[47] strathprints.strath.ac.uk/26793/1/strathprints026793.pdf
www.bacp.co.uk/media/1978/bacp-research-on-counselling-psychotherapy-with-children-young-people-systematic-review-2013.pdf

- atgyfeiriadau a rhestrau aros ar gyfer dysgwyr ysgol (gan gynnwys blaenoriaethu o ran yr angen mwyaf)
- unrhyw fater arall a all effeithio ar y gwasanaeth cwnsela a ddarperir (h.y. yr amgylchedd ffisegol a ddefnyddir i gwnsela) Gweler hefyd yr adran nesaf, 'Creu lle cwnsela effeithiol' ar dudalen 47.

Lle y bo'n briodol, bydd yr ysgol/y person cyswllt yn rhannu gwybodaeth am y gwasanaeth cwnsela â dysgwyr, staff, rhieni/gofalwyr, llywodraethwyr ac asiantaethau allanol, ac yn codi eu hymwybyddiaeth ohono.

Cyfarfodydd

Lle bynnag y bo modd, dylai'r cwnselydd fod yn rhan o unrhyw gyfarfodydd amlasiantaethol yn yr ysgol mewn perthynas â phlant a phobl ifanc unigol (a dylai'r cwnselydd fod yn gallu gweld gwybodaeth berthnasol a all helpu i ddarparu'r gwasanaeth yn effeithiol). Fodd bynnag, bydd cynnwys sesiynau cwnsela yn parhau i fod yn gyfrinachol oni ystyrir bod risg i les a diogelwch y plentyn/person ifanc a/neu rywun arall (gweler 'Cyfrinachedd a rhannu gwybodaeth' ar dudalen 60 a 'Diogelu' ar dudalen 64).

Dylai'r ysgol hefyd sicrhau bod cysylltiadau clir â chyfarfodydd bugeiliol a dangos sut mae cwnsela'n cyd-fynd â hyn fel rhan o ddull gweithredu ysgol gyfan mewn perthynas ag iechyd a lles emosiynol.

Creu lle cwnsela effeithiol

Mae angen darparu adnoddau priodol i'r cwnselydd, p'un a yw'r cwnselydd yn gweithio yn yr ysgol neu'r tu allan iddi.

Ymhlith yr adnoddau hyn mae:

- ystafell wedi'i dynodi'n briodol (yn ddelfrydol yr un ystafell ar gyfer pob sesiwn), sy'n ddiogel, yn breifat ac yn hygyrch, ac sydd ar gael ar yr amseroedd y cytunwyd arnynt ac yn unol â pholisïau iechyd a diogelwch yn y gwaith. Bydd hyn yn helpu'r plentyn/person ifanc i deimlo'n gyfforddus ac yn sicrhau dull cyson o gyflawni'r broses gwnsela. Argymhellir bod golau naturiol mewn ystafell gwnsela, ond mae'n debygol y bydd gorchudd ffenestr/bleindiau y gellid eu defnyddio i sicrhau preifatrwydd priodol yn ystod y sesiwn gwnsela
- dulliau storio diogel sy'n bodloni argymhellion GDPR[48] er mwyn i'r cwnselydd gadw cofnodion a chael digon o le i storio deunyddiau creadigol. Dim ond y cwnselydd ddylai allu cael gafael ar y rhain
- desg a ffôn cyfrinachol i'w defnyddio
- cysylltiad â'r rhyngrwyd yn yr ystafell.

Gan y cwnselydd ddylai'r dyddiadur apwyntiadau fod. Mewn ysgolion, gellir rhannu'r dyddiadur â'r aelod mwyaf priodol o staff, e.e. y person cyswllt neu aelod arall o staff â chyfrifoldeb bugeiliol, er mwyn sicrhau y gellir rhoi gwybod i'r plentyn/person ifanc os yw'r cwnselydd yn sâl, a'r ffordd arall. Mewn lleoliad yn y gymuned, efallai na fydd yn briodol rhannu'r dyddiadur ac, os felly, y gwasanaeth cwnsela ddylai reoli unrhyw apwyntiadau a gaiff eu canslo. Dylai apwyntiadau gael eu gwneud gan y cwnselydd a dim ond eu newid yn unol â'i gyfarwyddyd, a hynny ar y cyd â'r cleient ifanc os oes modd.

Mae gan blant a phobl ifanc hawl i breifatrwydd, ac mae cynnal gwasanaeth cwnsela mewn ystafell breifat yn cynnig yr amodau angenrheidiol a hanfodol er mwyn i'r broses gwnsela allu mynd rhagddi'n effeithiol. Wrth i'r plentyn neu'r person ifanc symud drwy'r broses gwnsela, bydd ystafell gwnsela ddynodedig a phriodol yn rhoi cyfle i fynegi emosiynau anodd, fel dicter neu alar. Yn y lle cyntaf, rhaid i'r plentyn neu'r person ifanc deimlo'n ddigon diogel i ddatgelu materion mor bersonol a sensitif. Os bydd y diogelwch hwn dan fygythiad, mae'n debygol iawn y bydd y plentyn neu'r person ifanc yn gwrthod siarad yn agored â'r cwnselydd, am fod arno ofn cael ei weld yn crïo neu ei glywed yn trafod gwybodaeth bersonol.

I sicrhau preifatrwydd, argymhellir y dylai'r ystafell gwnsela fodloni'r gofynion canlynol:

- ei bod mewn ardal addas er mwyn sicrhau na all neb y tu allan i'r ystafell glywed yr hyn sy'n cael ei ddweud ynddi, neu na all synau uwch megis llefain dreiddio y tu allan i'r ystafell i'r amgylchedd ehangach
- na all neb weld mewn i'r ystafell. Byddai hyn yn cynnwys gorchuddio ffenestri'r ystafell. Os oes system teledu cylch cyfyng yn yr ystafell, dylid ei diffodd er mwyn sicrhau y gall y cwnsela ddigwydd mewn amgylchedd preifat, ac na allai unrhyw aelod o staff yr ysgol wylio'r sesiwn yn fyw nac wedi'i recordio. Yn yr achos hwn, dylid cyflawni asesiad risg y cytunwyd arno ymlaen llaw gyda'r cwnselydd a'r ysgol/lleoliad cymunedol

[48] www.bacp.co.uk/bacp-journals/bacp-workplace/january-2018/an-upgrade-for-data-privacy

- ei bod i ffwrdd o ardaloedd prysur yr ysgol neu'r lleoliad cymunedol. Byddai hyn yn golygu nad oes rhaid i blentyn/person ifanc fynd drwy ystafell yn llawn cyd-ddisgyblion neu bobl eraill i gyrraedd yr ystafell gwnsela, neu gael ei weld yn mynd i mewn i'r ystafell, yn ei gadael neu'n aros i gael ei weld
- ei bod wedi ei lleoli mewn man preifat, ond bod gan y cwnselydd ffordd o alw am help os bydd angen.

Gwasanaethau cwnsela a ddarperir y tu allan i'r ysgol

Mae Deddf Safonau a Threfniadaeth Ysgolion (Cymru) 2013 yn ei gwneud yn ofynnol i awdurdodau lleol ddarparu gwasanaeth cwnsela annibynnol ar safle pob ysgol uwchradd a gynhelir ganddynt. Hefyd, gall awdurdod lleol gynnig gwasanaethau cwnsela mewn lleoliadau eraill, e.e. mewn ysgolion annibynnol neu mewn canolfan gymunedol leol, canolfan ieuenctid neu gyfleuster cymunedol arall i blant neu bobl ifanc nad ydynt yn yr ysgol a/neu sydd am gael gwasanaethau cwnsela y tu allan i leoliad addysgol ffurfiol[49].

Pan gaiff gwasanaeth cwnsela ei ddarparu y tu allan i'r ysgol, mae'n annhebygol y bydd yr un math o strwythurau cymorth ar waith. Felly, mae angen i awdurdodau lleol a darparwyr gwasanaethau cwnsela ystyried nifer o fesurau yn ymwneud â chwnsela yn y gymuned er mwyn gallu darparu gwasanaethau cwnsela yn ddiogel ac yn effeithiol. Maent yn cynnwys y canlynol.

Cyfeirio

Er mwyn codi ymwybyddiaeth a hyrwyddo darpariaeth, mae angen rhoi gwybod i blant a phobl ifanc bod gwasanaethau cwnsela ar gael mewn lleoliadau eraill. Trafodir hyn yn fanylach yn yr adran 'Codi ymwybyddiaeth o'r ffaith bod gwasanaethau cwnsela ar gael' ar dudalen 57.

Plant a phobl ifanc sy'n colli apwyntiadau

Yn aml, pan fydd plant/pobl ifanc yn colli eu hapwyntiad cyntaf, ni fydd yr un systemau ar gael ar gyfer cymryd camau dilynol ag sydd ar gael mewn ysgolion. Felly, bydd angen i wasanaethau cwnsela ysgwyddo'r cyfrifoldeb am gymryd camau dilynol mewn perthynas ag apwyntiadau a gollwyd, er mwyn holi a oes angen y gwasanaeth cwnsela o hyd ac, os felly, i gynnig sesiwn arall. Gall fod rhesymau dros beidio â bod yn bresennol (gan gynnwys ffactorau yn ymwneud â risg a diogelu, y gall fod angen eu harchwilio neu eu codi ag asiantaethau eraill). Mae angen i wasanaethau cwnsela roi systemau ar waith i gymryd camau dilynol mewn perthynas ag apwyntiadau a gollwyd, ac ni ddylent gymryd yn ganiataol nad oes angen y gwasanaeth ar y person ifanc mwyach.

Cwnselwyr sy'n gweithio ar eu pen eu hunain

Mae'n bosibl y bydd cwnselwyr sy'n gweithio mewn lleoliadau cymunedol yn darparu gwasanaethau cwnsela y tu allan i oriau gwaith arferol, mewn adeiladau â lefelau staffio cyfyngedig. Dylai cwnselwyr gymryd pob cam rhesymol i sicrhau eu diogelwch eu hunain, fel y byddent yn ei wneud o dan unrhyw amgylchiadau eraill. Mae dyletswydd ar eu cyflogwyr i asesu risgiau i gwnselwyr sy'n gweithio ar eu pen eu hunain a chymryd camau i osgoi neu reoli risgiau lle bo angen. Mae cyngor ar weithio ar eich pen eich hun ar gael ar wefan yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch[50].

[49] llyw.cymru/sites/default/files/publications/2018-03/canllawiau-statudol-i-awdurdodau-lleol-yng-nghymru-ynghylch-darpariaeth-gwasanaethau-cwnsela-annibynnol.pdf
[50] www.hse.gov.uk/pubns/indg73.htm

Hefyd, mae Ymddiriedolaeth Suzy Lamplugh wedi darparu gwybodaeth am ddiogelwch personol yn y gwaith a gweithio ar eich pen eich hun[51] a dylai aelodau BACP ddarllen adnodd 106 'Good Practice in Action' ar weithio ar eich pen eich hun.

Dewis lleoliad

Dylai gwasanaethau cwnsela ac awdurdodau lleol ystyried yr angen i sicrhau diogelwch cwnselwyr a phlant/pobl ifanc wrth benderfynu ar y lleoliad ar gyfer darparu gwasanaethau cwnsela yn y gymuned, gan ystyried:

- ar ba amseroedd y caiff y gwasanaeth cwnsela ei ddarparu
- lefelau staffio'r adeilad ar yr amseroedd hynny – a fydd y cwnselydd a'r cleient ar eu pen eu hunain?
- ble mae'r adeilad – a fydd y cwnselydd a'r cleient yn ddiogel pan fyddant yn cyrraedd ac yn gadael yr adeilad a'i amgylchedd?
- sut y caiff risgiau eu lliniaru.

Plant a phobl ifanc sy'n teithio i gael eu cwnsela yn y gymuned

Bydd angen i blant a phobl ifanc sy'n defnyddio gwasanaethau cwnsela y tu allan i'r ysgol deithio i'r lleoliad lle y caiff y gwasanaeth ei ddarparu ac oddi yno. Gall rhieni/gofalwyr gludo eu plant ond, os na fyddant yn gwneud hynny, neu os nad ydynt yn gwybod bod eu plentyn yn cael ei gwnsela, bydd angen i'r plentyn/person ifanc hwnnw deithio i'r lleoliad ar ei ben ei hun.

Wrth gynnig apwyntiadau yn y gymuned, mae angen ystyried diogelwch y person ifanc sy'n teithio ar ei ben ei hun i'r lleoliad lle y caiff y gwasanaeth cwnsela ei ddarparu, ac oddi yno. Er y gall person ifanc fod wedi dewis gwasanaeth cwnsela yn y gymuned, mae angen ystyried ei ddiogelwch a'i allu i gyrraedd y gwasanaeth cyn trefnu apwyntiad.

Rhaid i gwnselwyr yn y gymuned fod yn glir ynghylch y gweithdrefnau ar gyfer rhoi gwybod am faterion diogelu a'r gweithdrefnau amddiffyn plant wrth weithio y tu allan i ysgol. Rhaid iddynt sicrhau eu bod yn glir ynghylch eu dyletswydd a bod ganddynt fanylion cyswllt ar gyfer rhoi gwybod am unrhyw bryderon.

[51] www.suzylamplugh.org/Pages/Category/downloadable-leaflets

Cwnsela ar-lein

Gall defnyddio platfform ar y we i gyrraedd cynulleidfa o bobl ifanc nad ydynt yn dymuno, nac yn gallu, defnyddio cymorth neu wasanaeth cwnsela wyneb yn wyneb o bosibl, fod yn ased amhrisiadwy. Dylai'r platfform hwn ategu cwnsela wyneb yn wyneb yn hytrach na chael ei ddefnyddio fel dewis amgen. Mae angen i wasanaethau ar y we gael eu cydgysylltu â gwasanaethau yn y system ehangach, o fewn ysgol ac yn y system iechyd a gofal cymdeithasol yn gyffredinol, yn hytrach na chael eu hystyried yn wasanaethau annibynnol. Mae angen llwybrau clir a dylid disgwyl i gwnselwyr weithio fel rhan o dîm. Wrth ystyried defnyddio gwasanaethau cwnsela ar y we, dylid cofio bod sawl math gwahanol.

Testun

- Cyfathrebu cydamserol – mae'r cleient a'r cwnselydd yn cyfnewid negeseuon sydyn mewn amser real yn ystod sesiwn.
- Cyfathrebu anghydamserol – mae'r cleient a'r cwnselydd yn cyfnewid negeseuon e-bost neu ddiogel ag oediad amser.
- Fforymau – platfform i ddefnyddwyr rannu negeseuon ar bynciau cyffredin, sydd naill ai'n negeseuon agored i ddefnyddwyr eraill eu gweld neu'n negeseuon preifat i weinyddwyr y fforwm (h.y. y cwnselydd).

Sain/fideo

- Protocol Llais dros y Rhyngrwyd (VoIP) – mae'r cleient a'r cwnselydd yn cael sgwrs llais amser real gan ddefnyddio amrywiaeth o becynnau meddalwedd dros y rhyngrwyd (h.y. yr un peth â chwnsela dros y ffôn).
- Cyfathrebu fideo – mae'r cleient a'r cwnselydd yn defnyddio system fyw camera a llais i gynnal y sesiwn gwnsela.

Mae darparu gwasanaeth cwnsela ar y platfformau uchod yn cynnig heriau tebyg i gwnsela wyneb yn wyneb, boed yn rhai moesegol neu fel arall. Fodd bynnag, mae hefyd yn cynnig heriau eithaf unigryw. Mae angen i sefydliadau sy'n ymwneud â chwnsela ar-lein fod yn glir ynghylch beth yw'r heriau hyn. Mae'n bwysig bod yn ymwybodol o'r gwahaniaethau niferus a geir wrth ddefnyddio gwahanol blatfformau, a dylai sefydliadau a chwnselwyr ystyried y gwahaniaethau hyn cyn ymwneud â chwnsela ar-lein. Mae *Ethical Framework for the Counselling Professions* (2018)[52] yn nodi:

> 'We will fulfil the ethical principles and values set out in this Ethical Framework regardless of whether working online, face-to-face or using any other methods of communication. The technical and practical knowledge may vary according to how services are delivered but all our services will be delivered to at least fundamental professional standards or better.' ('Good Practice', pwynt 20, tudalen 15)

[52] www.bacp.co.uk/media/3103/bacp-ethical-framework-for-the-counselling-professions-2018.pdf

Mae'r pwyntiau canlynol yn agweddau i'w hystyried wrth ymwneud â chwnsela ar-lein. Mae'r rhain yn cynnwys, ond nid ydynt yn gyfyngedig i'r pwyntiau canlynol.

Lefel sefydliadol

- Gofynion cyfreithiol ar gyfer gweithio yn y DU a'r potensial ar gyfer cleientiaid sy'n eu defnyddio o'r tu allan i'r DU.
- Yswiriant atebolrwydd proffesiynol a phersonol.
- Diogelwch digidol a diogelu data. Rhaid i unrhyw wasanaeth gyrraedd y safonau llywodraethu gwybodaeth a diogelwch sy'n angenrheidiol i weithredu platfform diogel. Mae hyn yn cynnwys amgodio data, ymarfer a pholisïau clir mewn perthynas â data adnabod personol (PII), nodiadau achos diogel ac ystyriaethau gwe-letya diogel a llawer mwy. Am ragor o wybodaeth, ewch i wefan Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth (ICO)[53].
- Ystyriaethau mewn perthynas ag effaith anhysbysrwydd – sicrhau bod gofynion amddiffyn plant yn cael eu bodloni, ochr yn ochr â'r angen am gyfrinachedd.
- Protocolau a systemau technegol ar gyfer cefnogi cleientiaid mewn argyfwng.
- Ystyriaethau ar gyfer ystod oedran cleientiaid.
- Recriwtio cwnselwyr ar-lein hyfforddedig a phrofiadol – cymhwyster ffurfiol mewn cwnsela, profiad o weithio gyda phobl ifanc mewn sefyllfa wyneb yn wyneb, yn ogystal â hyfforddiant ychwanegol ar gwnsela ar-lein o leiaf.
- Hyfforddiant parhaus ar gyfer gweithio ar-lein mewn diwydiant sy'n newid yn gyflym.
- Mae technoleg yn newid yn gyflym a dylai sefydliadau allu ymateb yn hyblyg ac yn unol â datblygiadau technolegol, a hefyd yn ogystal ag adborth gan bobl ifanc sy'n defnyddio'r gwasanaeth.
- Goruchwyliaeth (gan ystyried profiad y goruchwyliwr o weithio ar-lein).
- Bod ar gael pan fydd pobl ifanc am ddefnyddio'r gwasanaeth (y tu allan i oriau swyddfa) a sicrhau bod cymorth rheolwyr a goruchwylwyr ar gael y tu allan i oriau ar gyfer y gwasanaeth ar-lein.
- Rhoi polisi cyfryngau cymdeithasol ar waith y bydd cwnselwyr yn ei ddilyn.
- Cwblhau asesiadau risg iechyd a diogelwch ar gyfer gweithwyr ar-lein.

Lefel ymarferydd

- Cymhwysedd technegol (dylai fod gan y cwnselydd ddigon o wybodaeth am feddalwedd gyfrifiadurol a phrofiad o'i defnyddio).
- Cymhwysedd technegol a chymorth gan dîm TG i gefnogi cwnselwyr yn ystod oriau agor.
- Asesu addasrwydd y cleient ar gyfer y platfform a ddewiswyd a'i oedran, gan gynnwys cymhwysedd Gillick, a dealltwriaeth fanwl o faterion yn ymwneud â chydsyniad a chyfrinachedd.

53 https://ico.org.uk/for-organisations/guide-to-data-protection/

- Rhaid i gleientiaid fod yn gwbl wybodus am bob agwedd ar y gwasanaeth y maent yn ei gael cyn iddynt ei ddefnyddio. Felly, rhaid i ymarferwyr sicrhau eu bod yn cael cydsyniad ar sail gwybodaeth gan y cleient a bod y cleient yn glir ynghylch y gwasanaeth y mae'n ei ddefnyddio.
- Bod yn ymwybodol y gall plentyn/person ifanc ofidio mwy am gymryd rhan ar-lein nag y byddai wyneb yn wyneb mewn sesiwn gwnsela yn amgylchedd cyfarwydd yr ysgol. Yn arbennig, ystyried y rheolau diogelwch ar-lein a addysgir i blant a phobl ifanc, megis peidio â rhannu gwybodaeth bersonol neu deuluol ag unrhyw un ar-lein.
- Rhoi tawelwch meddwl i blant a phobl ifanc fod cwnsela ar-lein yn ddiogel drwy eu hysbysu o'r rhagofalon a ddefnyddir i sicrhau bod y cyfathrebu ar gyfer cwnsela ar-lein yn ddiogel a phwysigrwydd cael oedolyn y gall y cleient ymddiried ynddo yn yr ysgol i gadarnhau nad oes unrhyw amheuaeth ynglŷn â'r cwnselydd hwnnw.
- Gweithdrefn ar gyfer ailgysylltu â chleientiaid os bydd methiant technegol.
- Sut i reoli 'effaith diluddiannu', a all beri i gleientiaid ymddwyn mewn ffordd wahanol iawn ar-lein nag wyneb yn wyneb (e.e. datgelu materion yn llawer cyflymach nag wyneb yn wyneb).
- Rôl distawrwydd, sut y caiff ei ddefnyddio a sut y gellir ei reoli.
- Defnyddio cyfryngau cymdeithasol (presenoldeb cwnselydd ar-lein a ffiniau).
- Gwneud cleientiaid yn ymwybodol o sut i gynnal eu preifatrwydd eu hunain mewn sesiwn gwnsela ar-lein, e.e. atgoffa plant a phobl ifanc o'r angen i ddod o hyd i le tawel a diogel lle na fydd neb yn eu clywed nac yn gweld eu sgrin.
- Mae technoleg gwybodaeth yn newid yn gyflym, felly mae angen i gwnselwyr fod yn barod i addasu ar fyr rybudd.
- Rheoli risg a chyfyngiadau ymyrryd mewn rhai achosion.
- Mae pob agwedd ar ddiogelu, o ran dyletswydd gyfreithiol i rannu gwybodaeth ag asiantaethau perthnasol os oes pryder bod cleient mewn perygl o wneud niwed i'w hun neu i bobl eraill, yr un mor berthnasol ar-lein ag y mae wyneb yn wyneb.

Mae cymhwysedd i gynnal sesiynau therapiwtig ar-lein wedi'i nodi yn fframwaith cymhwysedd BACP ar gyfer cwnsela dros y ffôn ac e-gwnsela[54].

[54] www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/competences-and-curricula

ASTUDIAETH ACHOS

A.B.

Mae A.B. yn ferch 15 oed sydd wedi cwblhau ei harholiadau TGAU yn ddiweddar ac sy'n aros am y canlyniadau er mwyn cael lle yn y coleg addysg bellach o'i dewis, i astudio'r cyfryngau. Roedd hi wedi atgyfeirio ei hun at y gwasanaeth cwnsela cymunedol i ddechrau a, thrwy wneud hynny, cafodd wybod am yr opsiwn ychwanegol o fynychu'r sesiynau hyn drwy'r gwasanaeth 'ar-lein' newydd.

Roedd yn anodd iddi fynychu sesiynau'r gwasanaeth wyneb yn wyneb mwy confensiynol am nad oedd cludiant ar gael iddi ar yr adegau perthnasol.

Hanes y cleient

A.B. yw'r ieuengaf o chwech o blant sydd wedi cael eu magu gan y ddau riant. Roedd ei phedwar brawd a chwaer hŷn wedi ymddieithrio oddi wrth eu rhieni o ganlyniad i anghydfod teuluol ynghylch materion ariannol sawl blwyddyn yn ôl. Achoswyd rhagor o ddadlau pan gafodd tad A.B. ei garcharu am 12 mis oherwydd agweddau cyfreithiol ar yr anghydfod ariannol hwn.

Asesu a'r materion a gyflwynir

Fel gyda phob cleient ar-lein, cafodd A.B. ddewis naill ai sgwrs fideo neu negeseua sydyn. Roedd yn well gan A.B. sgwrs fideo am ei bod yn dibynnu'n fawr ar iaith y corff.

Yn yr asesiad cychwynnol, daeth nodweddion i'r amlwg a oedd yn ymddangos fel rhai sy'n gysylltiedig ag anhwylder gorfodaeth obsesiynol (OCD) cymedrol, er enghraifft dywedodd A.B. fod yn rhaid iddi gadarnhau ei bod wedi gwneud pethau'n iawn, fel diffodd goleuadau. Soniodd ei bod yn aml yn gofyn i bobl eraill gadarnhau ar ei rhan hefyd. Hefyd, mae A.B. yn mynd yn ofidus ac yn ei chael hi'n anodd ymdopi â'i theimladau yn aml.

Yn ystod yr asesiad cychwynnol, dywedodd A.B. mai hi oedd yr un a oedd bob amser yn gwrando ar eraill yn ei grŵp o ffrindiau, a'r un a oedd yn gefn i bawb arall. Roedd wedi dechrau sylwi nad oedd ei ffrindiau'n gwneud yr un peth iddi hi, ac roedd hi'n drist am hyn ac yn teimlo fel petai'n cael ei defnyddio. Dywedodd mai dim ond un ffrind oedd yn ffrind go iawn iddi ac yn dangos yr un empathi ati hi ag yr oedd hi'n ei ddangos at eraill.

Bwriadoldeb

Trafododd y cwnselydd yr hyn yr hoffai A.B. ei gyflawni o'i sesiynau therapi. Dywedodd yr hoffai gael lle diogel i archwilio ei phroblemau, lle y byddai'n teimlo ei bod wir yn cael ei chlywed.

Mae'r model cwnsela Dyneiddiol yn canolbwyntio'n gyfan gwbl ar y cleient ac yn dibynnu'n llwyr ar greu'r amodau cywir lle y gall y cleient archwilio ei feddyliau a'i deimladau mewn

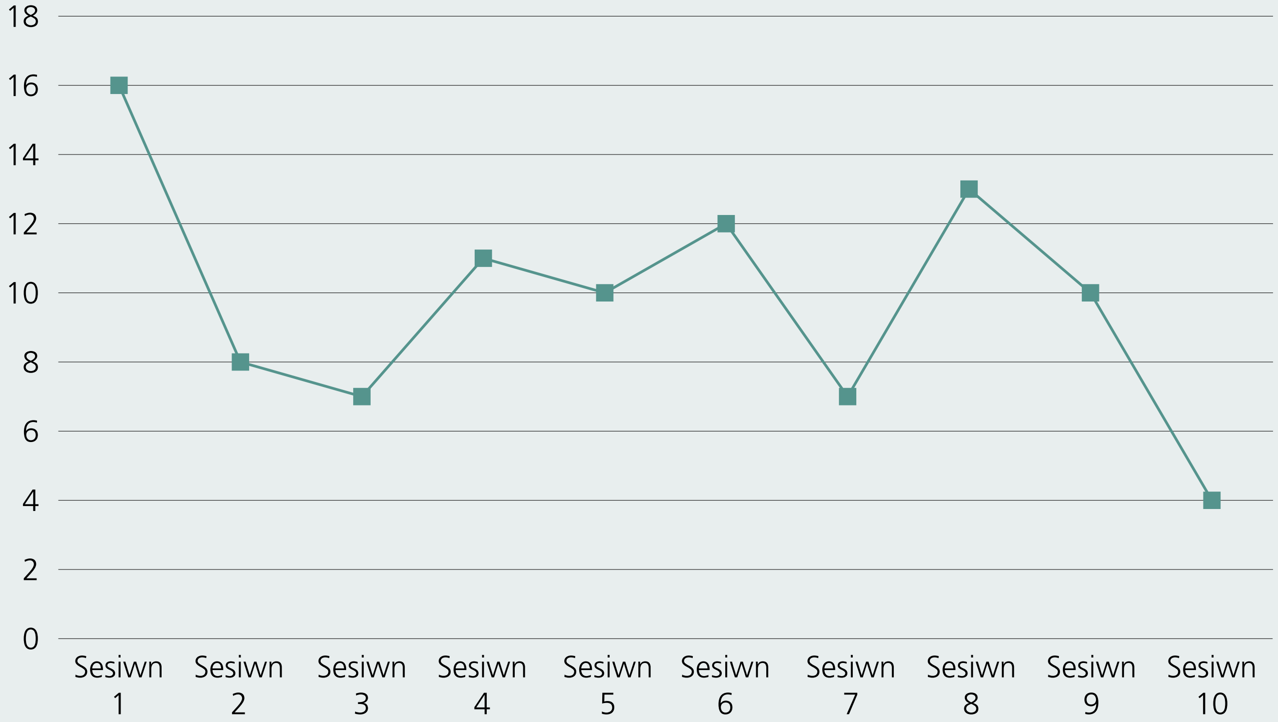
lle diogel heb ofni y bydd yn cael ei feirniadu; ac i brofi'r teimlad ei fod wir yn cael ei glywed mewn ffordd gyson ac empathig. Felly, dyma'r fethodoleg o ddewis y cwnselydd yn seiliedig ar asesiad o anghenion A.B. Y bwriad oedd meithrin cydberthynas agos sy'n llawn ymddiriedaeth gan ddefnyddio'r dull hwn, ynghyd â chyflwyno rhai technegau sylfaenol therapi gwybyddol ymddygiadol i ddatblygu strategaethau ymdopi er mwyn helpu gyda nodweddion ymddygiadol sy'n ymddangos fel rhai OCD cymedrol.

Adnoddau mesur

Caiff y mesur o symudiad (canlyniadau) therapiwtig ei fonitro gan ddefnyddio craidd person ifanc (Mesur Canlyniadau YP-CORE) a gaiff ei gofnodi drwy gydol y daith therapiwtig.

Cynlluniwyd Mesur Canlyniadau YP-CORE i fod yn addas i'w ddefnyddio mewn amrywiaeth eang o fathau o wasanaethau ar gyfer pobl ifanc rhwng 11 ac 16 oed (oedran ysgol uwchradd). Mae'r mesur yn defnyddio 'craidd' traws-ddamcaniaethol o ofid cleientiaid, gan gynnwys llesiant goddrychol, problemau neu symptomau cyffredin a gweithrediad mewn bywyd/yn gymdeithasol.

Sgoriau YP-CORE-10 A.B.



Sesiynau

Roedd yr ychydig sesiynau cychwynnol yn gyfle i A.B. adrodd ei hanes a rhoi trefn ar y daith emosiynol gymysglyd y mae wedi bod arni ers i'w huned deuluol chwalu ac ers i'w thad gael ei garcharu. Yn y sesiynau hyn hefyd, lluniwyd llinell amser o'r adeg y dechreuodd y gorbryder a'r teimlad o gael ei llethu gan bopeth, yn ogystal â'r adeg y dechreuodd gadarnhau ac ailgadarnhau popeth a wna.

Wrth i'r sesiynau fynd yn eu blaen, archwiliodd A.B. y ffordd roedd wedi datblygu ei strategaethau ei hun i ymdopi â'r hyn a oedd yn digwydd gartref drwy gau ei hun i ffwrdd, bron, ac ynysu ei theimladau. Gwelodd ei bod yn canolbwyntio mwy ar broblemau ei ffrindiau.

Dechreuodd gyflawni rôl yr achubwr fwyfwy, a gorfod cyfryngu ffraeau 'dibwys' o fewn ei grwpiau o ffrindiau, gan ymdrechu'n enbyd i gadw'r grŵp gyda'i gilydd. Roedd hyn ynddo'i hun yn ychwanegu at y pwysau roedd A.B. yn teimlo'n cronni y tu mewn iddi.

Wedyn, treuliodd y cwnselydd ac A.B. yr ychydig sesiynau nesaf yn archwilio'r ffordd roedd ei 'hunansiarad' negyddol wedi effeithio ar ei lles emosiynol. Roedd A.B. yn defnyddio dyddlyfr wythnosol i gofnodi enghreifftiau ac yna buon nhw'n ystyried ffyrdd o nodi'r meddyliau hyn yn gyntaf, ac yna eu gwrth-droi i fod yn fwy defnyddiol a chadarnhaol.

Dechreuodd A.B. ystyried y ffordd roedd wedi cau ei phoen allan a'r ffaith ei bod, ers dechrau rhannu ac archwilio ei theimladau, wedi dechrau teimlo'n ysgafnach a'i bod yn gallu ymdopi'n haws. Roedd llai o bwyslais ar yr ofn ei bod wedi gwneud pethau'n anghywir a'r ffaith bod angen iddi gadarnhau pethau sawl gwaith drwy'r amser.

Gwnaeth A.B. a'i chwnselydd edrych ar wahanol dechnegau ymlacio ac ymarferion ymwybyddiaeth ofalgar er mwyn iddi ddatblygu rhywfaint o strategaethau ymarferol i ganolbwyntio ar feddwl yn y presennol

Diweddglo

Erbyn y nawfed sesiwn, roedd A.B. wedi dangos arwyddion addawol iawn o symudiad therapiwtig. Wrth fyfyrio ar ei hwythnosau rhwng sesiynau, roedd wedi dod yn gynyddol amlwg bod ei thaith emosiynol archwiliadol, yn ogystal â'r ymyriadau ymarferol roedd wedi'u dysgu, wedi ei gwneud yn fwy gwydn ac wedi'i helpu i ddatblygu meddylfryd iachach a oedd yn ei galluogi i ganolbwyntio ar ei chwrs yn y coleg a'i nodau mewn bywyd at y dyfodol.

Codi ymwybyddiaeth o'r ffaith bod gwasanaethau cwnsela ar gael

Mae'n bwysig sicrhau bod plant a phobl ifanc a'u rhieni/gofalwyr yn cael gwybod bod gwasanaethau cwnsela ar gael. Dylai'r wybodaeth a roddir iddynt fod yn glir ynghylch pryd mae'r gwasanaethau ar gael, a chynnig asiantaethau cymorth amgen/cymorth y tu allan i oriau a chyfeirio at y cymorth hwn ar yr adegau hyn neu mewn argyfwng.

Gellid gwneud hyn yn y ffordd agored a thryloyw ganlynol.

Mewn ysgolion

- Rhoi gwybod i ddysgwyr Blwyddyn 6 sy'n symud i'r ysgol uwchradd (yn ystod cyfarfodydd pontio) bod gwasanaethau cwnsela ar gael yn yr ysgol.
- Rhannu gwybodaeth am y gwasanaethau cwnsela sydd ar gael ar wefan yr ysgol ac ar gyfrifon cyfryngau cymdeithasol yr ysgol.
- Drwy ddefnyddio cyfryngau gwahanol i roi gwybod i rieni/gofalwyr ar ddechrau pob blwyddyn ysgol bod gwasanaethau cwnsela ar gael yn yr ysgol, e.e. prosbectws yr ysgol, cylchlythyr yr ysgol, gwefan yr ysgol, y cyfryngau cymdeithasol a llythyrau at rieni/gofalwyr.
- Cynnwys plant/pobl ifanc a'u rhieni/gofalwyr mewn unrhyw ddeunydd cyhoeddusrwydd a gaiff ei ddosbarthu ynglŷn â'r gwasanaeth.
- Sicrhau bod gwybodaeth am gwnsela ar gael yn rhwydd yng nghyntedd/llyfrgell yr ysgol.
- Trefnu bod aelodau o dîm cwnsela'r ysgol yn mynd i nosweithiau agored a nosweithiau rhieni i ateb cwestiynau gan ddysgwyr a rhieni/gofalwyr a sicrhau bod gan y cwnselydd bresenoldeb gweladwy. I rieni/gofalwyr, gall hyn chwalu'r dirgelwch ynghylch dull ymyrryd sy'n aml yn gallu gwneud i'r bobl nad ydynt yn rhan uniongyrchol ohono deimlo eu bod yn cael eu cau allan o fywyd eu plentyn.

Yn y gymuned

- Rhoi gwybod bod y gwasanaeth cwnsela ar gael drwy wasanaethau a gweithgareddau eraill y bydd plant a phobl ifanc yn eu defnyddio'n rheolaidd, e.e. gwasanaeth ieuenctid, canolfannau hamdden, meddygfeydd, clybiau chwaraeon, Girlguiding Cymru, Cymdeithas y Sgowtiaid ac ati.
- Tynnu sylw at y gwasanaeth cwnsela drwy'r cyfryngau cymdeithasol a hefyd drwy wefannau sydd wedi'u bwriadu ar gyfer pobl ifanc.
- Cynnwys y gwasanaeth cwnsela mewn cyfeiriaduron gwasanaethau lleol.

Un cwestiwn a gaiff ei godi'n gyson ac sy'n gallu cyflwyno sawl cyfyng-gyngor moesegol yw hawl rhieni/gofalwyr i wybod bod eu mab neu eu merch yn defnyddio gwasanaeth cwnsela yn yr ysgol. Er y caiff ei gydnabod y gall gweithio mewn partneriaeth â rhieni/gofalwyr fod o fudd i'r gydberthynas gwnsela, mae angen diogelu cyfrinachedd cwnsela, sy'n golygu cyfyngiadau diamod ar gynnwys rhieni, sydd wedi'i seilio'n bendant ar ffactorau moesegol a chyfreithiol.

Mae gan y person ifanc hawl i ddefnyddio gwasanaeth cwnsela heb gydsyniad ei rieni/gofalwyr neu'n groes i ddymuniad ei rieni/gofalwyr os ystyrir ei fod yn 'gymwys yn ôl diffiniad Gillick'. Caiff cymhwysedd Gillick ei drafod yn yr adran 'Defnyddio gwasanaethau cwnsela' ar dudalen 16.

Cadw a chynnal cofnodion

Mae angen i gwnselwyr weithio'n unol â safonau proffesiynol drwy gadw cofnodion cywir a phriodol[55].

Cynghorir ymarferwyr i gadw cofnodion priodol o'u gwaith gyda chleientiaid sy'n ddigonol, yn berthnasol ac ond yn cynnwys yr hyn sy'n angenrheidiol ar gyfer y math o wasanaeth a ddarperir, ac sy'n cydymffurfio â'r gofynion diogelu data perthnasol.

Bydd y cwnselydd yn cadw nodiadau am yr hyn a drafodwyd yn y sesiynau ac yn cyflwyno ei waith i oruchwyliwr cwnsela bob mis fel rhan o oruchwyliaeth glinigol. Bydd hyn yn fodd i fonitro'r ddarpariaeth cwnsela yn effeithiol. Ni fydd gwybodaeth y gellid ei defnyddio i adnabod yr ysgol neu'r person ifanc yn cael ei rhoi i'r goruchwyliwr.

Achosion cyfreithiol

Mae angen i gwnselwyr fod yn ymwybodol o'r ffaith y gall fod achlysuron pan fydd gwybodaeth a ddatgelir yn ystod sesiwn gwnsela yn cael ei defnyddio fel rhan o achos neu gamau cyfreithiol yn nes ymlaen, ac y gall fod yn ofynnol iddynt roi tystiolaeth neu gyflwyno adroddiadau mewn perthynas â'u cleient. Yn y sefyllfaoedd hyn, dylai cwnselwyr ofyn am arweiniad gan reolwr y gwasanaeth, yr arweinydd cwnsela yn yr awdurdod lleol a/neu'r uned amddiffyn plant neu ddiogelu mewn achosion unigol.

Cofnodion ysgol a chofnodi gwybodaeth am gwnsela

Nid yw gwybodaeth am gwnsela yn rhan o gofnod ysgol disgybl. Dylai cwnselwyr gydymffurfio â gofynion cyfredol GDPR a'r Ddeddf Diogelu Data fel y nodir yn y paragraff canlynol am ddiogelu data. Mae rhagor o wybodaeth ar gael gan Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth (gweler paragraff olaf yr adran hon).

Diogelu data

Gan fod cwnselwyr yn trin gwybodaeth bersonol am unigolion, mae rhwymedigaeth arnynt i ddiogelu'r wybodaeth honno yn unol â'r GDPR a'r Ddeddf Diogelu Data.

Daeth GDPR i rym yn y DU ar 25 Mai 2018. Mae GDPR yn cyflwyno gofynion preifatrwydd llym newydd ar gyfer rheolyddion data a phroseswyr data mewn perthynas â thrin data personol. Mae hefyd yn rhoi llawer mwy o reolaeth a hawliau i destunau data dros y ffordd y caiff eu data eu casglu, eu rhannu, eu cadw a'u dinistrio.

[55] www.bacp.co.uk/media/2138/bacp-confidentiality-record-keeping-clinical-reflections-for-practice-gpia065.pdf

Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth

Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth yw awdurdod annibynnol y DU a sefydlwyd er mwyn cynnal hawliau gwybodaeth er budd y cyhoedd, drwy annog tryloywder ymhlith cyrff cyhoeddus a phreifatrwydd data i unigolion. Mae gwefan[56] y Swyddfa'n cynnwys gwybodaeth am gydymffurfio â gofynion y Ddeddf Diogelu Data mewn perthynas â'r canlynol:

- data personol sensitif
- cadw cofnodion
- rheoli diogelwch data personol, gan gynnwys cyfrifiadura cwmwl.

Ymhlith y ffactorau eraill y dylid eu hystyried wrth wneud penderfyniadau am gadw cofnodion mae:

- Cofrestr BACP o Gwnselwyr a Seicotherapyddion a Gweithdrefn Ymddygiad Proffesiynol BACP[57] (sy'n rhoi canllawiau ar wneud cwynion i BACP), sy'n nodi bod yn rhaid i gŵyn gael ei chyflwyno naill ai o fewn tair blynedd i ddiwedd y gydberthynas broffesiynol, neu o fewn tair blynedd i'r dyddiad pan oedd yn rhesymol i'r achwynydd ddod i wybod am y camymddwyn proffesiynol honedig, neu o fewn cyfnod rhesymol ar ôl y camymddwyn proffesiynol honedig
- cyfyngiadau amser i ddwyn achos.

Cyflwyno data i Lywodraeth Cymru

Mae'n ofynnol i awdurdodau lleol gyflwyno gwybodaeth wedi'i hanonymeiddio am eu gwasanaethau cwnsela i Lywodraeth Cymru, mewn cydymffurfiaeth â chyfarwyddyd a roddwyd gan Weinidogion Cymru yn unol ag adran 93 o Ddeddf 2013. Mae Deddf 2013 hefyd yn darparu bod yn rhaid i awdurdod lleol, lle y bo wedi trefnu i berson ddarparu gwasanaeth cwnsela ar ei ran, roi copi o gyfarwyddyd Gweinidogion Cymru i'r person hwnnw a bod yn rhaid i'r person hwnnw gasglu'r wybodaeth sy'n angenrheidiol i gydymffurfio â'r cyfarwyddyd a'i chyflwyno i'r awdurdod lleol.

Yn bwysig ddigon, ni chaiff yr awdurdod lleol, na'r person sy'n darparu'r gwasanaeth cwnsela, gyflwyno gwybodaeth am unigolyn a enwir na chyflwyno gwybodaeth mewn ffordd (naill ai ar ei phen ei hun neu wedi'i chyfuno â gwybodaeth arall) sy'n nodi pwy yw unigolyn neu'n golygu bod modd adnabod unigolyn.

Mae rhagor o wybodaeth am gyflwyno data i Lywodraeth Cymru wedi'i nodi yn nogfen Llywodraeth Cymru *Canllawiau statudol i awdurdodau lleol yng Nghymru ynghylch darpariaeth gwasanaethau cwnsela annibynnol* (2013)[58].

Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi data ar gwnsela ers 2013/14. Ar adeg ysgrifennu'r ddogfen hon, data ar gyfer 2018–19[59]. yw'r diweddaraf sydd ar gael. Gall awdurdodau lleol ddefnyddio'r data i wella gwasanaethau cwnsela ac i nodi tueddiadau mewn lleoliadau addysg (e.e. mwy o achosion o fwlio mewn rhai ysgolion) ac mewn meysydd eraill (materion teuluol, hunan-niwed ac ati.).

[56] ico.org.uk/for-organisations
[57] www.bacp.co.uk/media/5488/bacp-professional-conduct-procedure-feb19.pdf
[58] llyw.cymru/gwasanaethau-cwnsela-annibynnol-canllawiau-i-awdurdodau-lleol
[59] llyw.cymru/cwnsela-ar-gyfer-plant-phobl-ifanc-medi-2018-i-awst-2019?

Cyfrinachedd a rhannu gwybodaeth

Cyfrinachedd

'A client has the legal and ethical right to confidentiality, both in law and as part of the therapist's duty of care to the client, subject to certain legal limitations. The right to ask for confidentiality will depend on the mental capacity of the child client. If the child does not have the capacity to make his or her own decisions, then those with parental responsibility will have the right to make decisions, and also the right to see the child's therapy records (but note that there are certain exceptions in the Data Protection Act 2018 allowing the therapist and school to refuse disclosure of counselling records in order to safeguard the health or safety of the child or others, or to safeguard a police or other investigation in the context of child protection)'.

(adnodd cyfreithiol 'Good Practice in Action' 002 legal resource *Counselling children and young people in England, Northern Ireland and Wales in school settings*)

Ar ddechrau cydberthynas gwnsela, bydd y plentyn neu'r person ifanc a'r cwnselydd yn cytuno ar y ffordd y byddant yn gweithio gyda'i gilydd. Fel arfer, byddai hyn wedi'i nodi mewn contract (wedi'i ysgrifennu mewn iaith briodol o ran oedran) mewn ffordd sy'n berthnasol i lefel aeddfedrwydd a dealltwriaeth y person ifanc.

Yn y contract hwn, ni ddylai pobl ifanc gael cynnig lefel o gyfrinachedd na ellir ei chynnal. Nid oes mo'r fath beth â chyfrinachedd llwyr wrth weithio gyda phlant a phobl ifanc; bydd pryderon ynghylch diogelu yn cael blaenoriaeth dros godau cyfrinachedd arferol bob amser (gweler yr adrannau 'Diogelu' ar dudalen 64 a 'Cadw a chynnal cofnodion' ar dudalen 58).

Yn ogystal ag achosion lle y ceir pryderon ynghylch diogelu, ni fyddai cyfrinachedd yn cael ei gadw pan fo'r cwnselydd yn cyflwyno ei achosion yn ddienw mewn goruchwyliaeth glinigol. Disgwylir i bob cwnselydd drafod penderfyniadau moesegol a moesol anodd mewn perthynas â rhoi gwybod am ddatgeliadau â'i oruchwyliwr clinigol a'i reolwr llinell.

Lle nad oes unrhyw bryderon ynghylch diogelu, dylai'r cwnselydd ymdrin ag unrhyw wybodaeth bersonol am bobl ifanc yn gyfrinachol, p'un a fyddant yn ei chael yn uniongyrchol, yn anuniongyrchol neu drwy ddod i gasgliadau. Mae gwybodaeth o'r fath yn cynnwys enwau, cyfeiriadau, manylion bywgraffyddol a disgrifiadau eraill am fywyd ac amgylchiadau'r person ifanc a allai olygu bod modd adnabod y person ifanc hwnnw.

Cyfrinachedd a rhieni/gofalwyr

Mae gan berson ifanc hawl i ddefnyddio gwasanaeth cwnsela heb yn wybod i'w rieni/gofalwyr, heb gydsyniad ei rieni/gofalwyr neu'n groes i ddymuniad ei rieni/gofalwyr os ystyrir ei fod yn 'gymwys yn ôl diffiniad Gillick'. Caiff cymhwysedd Gillick ei esbonio'n fanylach yn yr adran 'Defnyddio gwasanaethau cwnsela' ar dudalen 16. Caiff pobl ifanc 16 oed a throsodd eu cwmpasu gan y Ddeddf Diwygio Cyfraith Teulu (1969), sy'n darparu sail gyfreithiol dros gael therapi heb gydsyniad rhieni.

Cyfrinachedd yn yr ysgol

Mewn ysgol, ceir tensiwn rhwng sicrhau cyfrinachedd a galluogi ysgolion i weld unigolion a'r cymorth a roddir iddynt mewn modd cyfannol, er mwyn sicrhau bod pecyn o gymorth ar gael. Mewn ysgolion, gall yr atgyfeiriwr (sef yr athro cyswllt o bosibl) gael trosolwg cyffredinol o'r rheswm dros gyflwyno er mwyn gwneud yr atgyfeiriad; fodd bynnag, bydd cynnwys sesiynau cwnsela yn parhau i fod yn gyfrinachol onid ystyrir bod risg i les a diogelwch y plentyn/person ifanc a/neu rywun arall (gweler yr adran 'Diogelu' ar dudalen 64).

Er mwyn cynnal hawl y plentyn/person ifanc i gyfrinachedd, dylid rhoi ystyriaeth briodol i'r bobl hynny, ar wahân i'r cwnselydd, a gaiff wybod bod yr unigolyn yn mynd i sesiynau cwnsela.

Ni ddylid holi'r plentyn/person ifanc am y sesiynau y bydd yn mynd iddynt. Mae'n bosibl na fydd y plentyn/person ifanc am i aelodau eraill o'u deulu na'i grŵp cyfoedion wybod (am resymau amrywiol) ei fod yn gweld cwnselydd. Felly, mae angen bod yn sensitif wrth reoli'r ffordd y rhoddir gwybodaeth i'r plentyn/person ifanc a'r ffordd y siaradir ag ef am gwnsela.

Er mwyn sicrhau cyfrinachedd yng nghymuned ehangach yr ysgol, dylid hefyd ystyried yn ofalus y ffordd y caiff y plentyn/person ifanc ei esgusodi o wersi er mwyn mynd i sesiynau cwnsela a defnyddio gwasanaeth cwnsela mewn modd cyfrinachol. Er enghraifft, bydd rhai ysgolion yn cefnogi'r gwasanaeth cwnsela drwy ddefnyddio system nodiadau. Caiff nodyn ei anfon at athro/athrawes y dosbarth neu athro/athrawes y wers yn atgoffa'r plentyn/person ifanc bod ganddo 'gyfarfod bugeilio' y diwrnod hwnnw. Caiff y nodyn hwn ei rannu heb i'r athro/athrawes gael gwybod am beth mae'r cyfarfod bugeilio. Nid yw byth yn briodol i'r plentyn/person ifanc gael ei alw i'w apwyntiad drwy system sain yr ysgol.

Os yw'r athro/athrawes yn gwybod bod y plentyn neu'r person ifanc yn mynd i sesiynau cwnsela, ni ddylai byth drafod hyn ag ef, oni fydd y plentyn/person ifanc yn codi'r mater ei hun.

I gael gwybodaeth am sicrhau cyfrinachedd drwy ddefnyddio ystafell gwnsela breifat, gweler yr adran 'Creu lle cwnsela effeithiol' ar dudalen 47.

Rhannu gwybodaeth

Dylai gwasanaethau weithio gyda gwasanaethau ac asiantaethau eraill, ac ochr yn ochr â nhw, mewn modd cyfunol, gan gynnal lefelau priodol o gyfrinachedd.

Bydd cwnselwyr yn gweithio mewn ffordd amlddisgyblaethol ac yn cyfathrebu â staff ysgol, asiantaethau eraill a gwasanaethau arbenigol pan fo'n briodol. Mae'n bosibl y bydd cwnselydd yn gweld bod angen cydgysylltu ag asiantaeth arall, rhannu gwybodaeth â hi, mynd i gyfarfodydd amlasiantaethol neu atgyfeirio'r person ifanc at asiantaeth arall i gael rhagor o gymorth.

Dylai pob achos o rannu gwybodaeth bersonol gydymffurfio ag egwyddorion cyfredol GDPR/Deddf Diogelu Data a gall Cytundeb Rhannu Gwybodaeth Bersonol Cymru[60] gynnig fframwaith i hwyluso hyn.

[60] www.waspi.org/hafan

ASTUDIAETH ACHOS

John

> “Mae siarad am broblemau wir yn gallu helpu.”

Roedd John yn 12 oed pan gafodd ei atgyfeirio at wasanaeth cwnsela. Roedd yn gythryblus ac yn anhapus yn yr ystafell ddosbarth, ac yn ddig ac yn ofidus pan oedd gartref. Byddai’n mynd ar goll yn ystod gwersi, yn gwrthod dod i’r ysgol neu’n cwyno ei fod yn sâl ac yn gofyn am gael mynd adref. Roedd John wedi cael diagnosis o anhwylder ar y sbectrwm awtistig ac roedd yn ei chael hi’n anodd cyfathrebu a chyd-dynnu â’i gyfoedion.

Roedd John yn ansicr ynglŷn â’r ffordd y gallai cwnsela newid y rhwystredigaeth roedd yn ei theimlo, gan ddweud, ”Beth all siarad am rywbeth ei wneud i helpu?”

Dechreuodd John a’i gwnselydd gwrdd yn rheolaidd, gan feithrin cydberthynas yn llawn ymddiriedaeth a lle diogel i siarad. Yn raddol, daeth y cwnselydd i ddeall yr anawsterau roedd John yn eu hwynebu, yn enwedig o ran cyfathrebu ag eraill a deall y defnydd o hiwmor, a oedd yn aml yn gwneud iddo deimlo’n ddryslyd ac yn ynysig.

Wrth i’r sesiynau fynd rhagddynt, datgelodd John hanes o fwlio geiriol gan fyfyriwr arall a oedd yn rhannu ei gymorth ystafell ddosbarth ar y pryd. Roedd yr ysgol wedi cymryd camau i ddelio â’r ymddygiad ond roedd John bellach yn teimlo y dylai ‘ei anwybyddu’. Roedd hyn yn anodd am fod John yn gweld y myfyriwr arall bob dydd, gan olygu ei fod yn teimlo’n fwy dryslyd ac yn aml yn barod i ymladd.

Teimlai John yn ofidus ac yn bryderus oherwydd y bygythiad canfyddedig hwn, a achosodd fwy o bryder iddo, felly gweithiodd y cwnselydd gydag ef i archwilio ei ymatebion ymladd a ffoi.

Roedd hefyd yn pryderu am ei gynnydd yn yr ysgol. Roedd am weithio’n galed a chael graddau da, ond nid oedd yn gallu canolbwyntio am ei fod yn teimlo bod gormod yn digwydd yn yr ystafell ddosbarth, gan effeithio ar ei allu i ganolbwyntio ar ei waith.

Ar ôl bwrw golwg dros amserlen ysgol John, daeth yn amlwg i’r cwnselydd bod ei ymddygiad yn dod i’r golwg yn y gwersi roedd yn eu rhannu â’r disgybl a oedd wedi ei fwlio o’r blaen. Gyda chaniatâd John, siaradodd y cwnselydd â’i athro dosbarth a roddodd gynllun ar waith i ddatrys y problemau a oedd yn gysylltiedig â’r myfyriwr arall, yn ogystal â chynllun er mwyn helpu John i ymdopi cystal â phosibl yn y dosbarth.

Wrth i’r sesiynau cwnsela fynd rhagddynt, roedd yn amlwg bod John yn magu hyder a bod ganddo ddealltwriaeth fanylach o’i deimladau a’i emosiynau. Dechreuodd deimlo’n gyfforddus yn y sesiynau ac arbrofi â hiwmor. Yn nes ymlaen, adlewyrchwyd hyn y tu allan i’r gydberthynas gwnsela wrth i John ddatblygu grŵp bach o ffrindiau, gan ryngweithio’n fwy â’i gyfoedion a dysgu’r sgiliau sydd eu hangen i gynnal cyfeillgarwch.

Ymhen amser, cyrhaeddodd John un o'i sesiynau cwnsela yn wên o glust i glust. Roedd wedi cael amserlen newydd ac roedd hefyd wedi cael ei symud allan o'r dosbarth lle roedd yn cael problemau a'i roi mewn grŵp gwahanol. Roedd John yn falch ei fod wedi canfod ffordd o leihau'r pryderon a oedd ganddo a'i fod yn gallu dod â'r sesiynau i ben.

Parhaodd y cwnselydd i arsylwi ar John o gwmpas yr ysgol, gan ei weld yn aml yn sgwrsio â'i gyfoedion, yn chwarae y tu allan, yn cerdded i'w wersi ac, yn gyffredinol, yn ymwneud â bywyd yr ysgol. Bu gwelliant yn ei bresenoldeb yn yr ysgol, roedd yn gallu aros mewn gwersi ac roedd yn amlwg yn blentyn hapusach a oedd yn cymryd rhan lawn ym mywyd yr ysgol.

(Darparwyd gan Jonathan Miller, Cyngor Sir Wrecsam)

Diogelu

Egwyddorion Allweddol

Dylai trefniadau diogelu effeithiol gael eu hategu gan ddwy egwyddor allweddol:

- cyfrifoldeb pawb yw diogelu – mae trefniadau diogelu effeithiol yn golygu bod yn rhaid i bob ymarferwr a sefydliad chwarae ei ran lawn, a hynny'n unigol ac mewn cydweithrediad â'i gilydd
- dull gweithredu sy'n canolbwyntio ar y plentyn – er mwyn i wasanaethau fod yn effeithiol, dylent gael eu seilio ar ddealltwriaeth glir o'r canlyniadau personol i'r plentyn a'r hyn sy'n bwysig iddo.

Dylai hawliau'r plentyn fod yn hollbwysig i'r dull gweithredu a dylai ei fudd pennaf bob amser fod wrth wraidd unrhyw gamau gweithredu a gymerir gan ymarferwyr.

Ni all unrhyw ymarferydd unigol gael darlun llawn o blentyn/person ifanc na'i deulu, a dylid rhoi cymorth fel rhan o ddull gweithredu amlasiantaethol cydgysylltiedig. Mae'r gallu i weithio ar draws asiantaethau yn hanfodol er mwyn meithrin dealltwriaeth well o'r amgylchiadau a'r anghenion o ran gofal a chymorth. Gall cydberthnasau gwaith cryf a dull amlasiantaethol atal anghenion rhag dwysáu a nodi pryd y bydd plentyn neu aelod o'r teulu'n wynebu risg.

Cyd-destun cyfreithiol

Mae Deddf Plant 1989 a Deddf Plant 2004 ('Deddf 2004') yn cynnwys darpariaethau statudol allweddol i sicrhau'r canlynol:

- lle bo achos rhesymol i amau bod plentyn yn cael ei gam-drin, ei esgeuluso neu ei niweidio, neu ei fod yn debygol o ddioddef hynny, mae'n ofynnol i'r awdurdod lleol wneud yr ymholiadau sydd eu hangen yn ei dyb ef i'w alluogi i benderfynu a oes angen iddo gymryd unrhyw gamau pellach i ddiogelu a hybu lles y plentyn (adran 47, Deddf 1989)
- er mwyn cydweithio'n effeithiol, mae angen i asiantaethau roi blaenoriaeth briodol i'w cyfrifoldebau am blant ac annog asiantaethau eraill i rannu pryderon cynnar am ddiogelwch a lles plant a sicrhau bod camau ataliol yn cael eu cymryd cyn i argyfwng ddatblygu (adran 11, Deddf 2004).

Mae Deddf 2014 yn atgyfnerthu trefniadau diogelu yng Nghymru ymhellach ac yn cyflwyno dyletswydd i hysbysu, sy'n ei gwneud yn ofynnol i bartneriaid perthnasol penodedig hysbysu'r awdurdod lleol os gallai plentyn fod yn wynebu risg. Diffinnir plentyn sy'n wynebu risg fel plentyn:

- sy'n cael, neu sy'n wynebu risg o gael, ei gam-drin neu ei esgeuluso neu ddioddef mathau eraill o niwed
- y mae arno anghenion am ofal a chymorth (p'un a yw'r awdurdod yn diwallu unrhyw un neu rai o'r anghenion hynny ai peidio), fel y nodir yn Adran 130 o Ddeddf 2014.

Partneriaid perthnasol

Dylai partneriaid perthnasol (adran 162(4) o Ddeddf 2014) ddeall eu dyletswydd statudol o dan adran 130 o Ddeddf 2014 i hysbysu'r awdurdod lleol os oes achos rhesymol i amau bod plentyn yn wynebu risg.

Hefyd, rhaid i awdurdod lleol wneud trefniadau i hybu cydweithio rhwng swyddogion perthnasol yr awdurdod sy'n arfer ei swyddogaethau ei hun, gan gynnwys addysg. Dylai'r trefniadau gael eu gwneud gyda'r nod o wella llesiant y plentyn. Felly, mae gan bawb mewn gwasanaethau addysg sy'n dod i gysylltiad â phlant a'u teuluoedd ran i'w chwarae o ran diogelu plant, ac mae ymarferwyr addysg mewn sefyllfa allweddol i nodi pryderon yn gynnar a rhoi cymorth i blant er mwyn atal problemau rhag gwaethygu.

Rhoi gwybod am bryderon ynghylch diogelu

Wrth weithio gyda phlant a phobl ifanc, dylai cwnselwyr roi gwybod am unrhyw bryderon sydd ganddynt am les plentyn. Os yw cwnselydd yn pryderu y gall person ifanc fod yn wynebu risg o niwed (e.e. ei ddiogelwch neu ei les) ond nad yw mewn perygl uniongyrchol nac yn wynebu risg o niwed sylweddol, rhaid nodi hyn a rhoi gwybod i'r aelod o staff sydd â chyfrifoldeb dynodedig am ddiogelu, neu i'r asiantaethau priodol. Gall hyn fod yn rhywbeth y mae'r cwnselydd wedi'i glywed neu ei weld, neu'n rhywbeth sydd wedi cael ei ddatgelu iddo. Gall yr achosion hyn fod yn anodd eu barnu ac, felly, dylid eu trafod â'r person dynodedig, cyn gynted â phosibl, a gweithredu o fewn 24 awr.

Mewn ysgol, bydd uwch berson dynodedig â chyfrifoldeb am ddiogelu. Lle y caiff gwasanaeth cwnsela ei ddarparu yn y gymuned, dylid atgyfeirio pryderon ynghylch diogelu at yr asiantaethau priodol.

Os oes gan gwnselydd bryder, neu os yw person ifanc wedi gwneud datgeliad sy'n peri iddo gredu bod unigolyn yn wynebu risg o niwed sylweddol neu enbyd, rhaid i'r cwnselydd ymateb ar frys er mwyn sicrhau diogelwch y plentyn/person ifanc a hysbysu'r uwch berson dynodedig neu wasanaethau cymdeithasol cyn gynted â phosibl am y camau a gymerir.

Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi canllawiau diogelu statudol *Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014: Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl Cyfrol 1 – Cyflwyniad a Throsolwg* (2016)[61] a *Chyfrol 5 – Ymdrin ag Achosion Unigol i Amddiffyn Plant sy'n Wynebu Risg* (2018)[62]. Mae'r canllawiau hyn yn ymwneud â'r ddyletswydd i hysbysu a'r prosesau sy'n dilyn, gan gynnwys y ddyletswydd i ymchwilio o dan Ddeddf Plant 1989.

Mae canllawiau statudol ar wahân, ond cysylltiedig, ar ddiogelu plant tra byddant mewn addysg, *Cadw dysgwyr yn ddiogel – Modiwl 2*[63] yn nodi cyfrifoldebau'r gwasanaeth addysg o ran arfer ei gyfrifoldeb a rennir i gadw plant a phobl ifanc yn ddiogel mewn addysg.

Bydd rhagor o fanylion am ddiogelu i ymarferwyr ar gael yn y gweithdrefnau amddiffyn cenedlaethol, a gaiff eu diweddaru i adlewyrchu newidiadau mewn deddfwriaeth. Yn y cyfamser, mae *Canllawiau Amddiffyn Plant Cymru Gyfan 2008*[64] yn darparu canllawiau gweithredol.

[61] llyw.cymru/diogelu-pobl-cyflwyniad
[62] llyw.cymru/diogelu-plant-syn-wynebu-risg-o-gam-drin-neu-esgeulustod
[63] llyw.cymru/cadw-dysgwyr-yn-ddiogel
[64] www.childreninwales.org.uk/cy/polisi-document/canllawiau-amddiffyn-plant-cymru-gyfan-2008

Mathau o gam-drin ac esgeuluso plant

Mae plentyn neu berson ifanc, hyd at 18 oed, yn cael ei gam-drin neu ei esgeuluso os oes rhywun yn achosi niwed iddo neu'n methu â gweithredu i atal niwed. Gall hyn ddigwydd o fewn teulu, sefydliad neu leoliad cymunedol, gan rywun sy'n gyfarwydd i'r plentyn neu'r person ifanc neu (yn llai aml) gan ddieithryn. Mae angen i gwnselwyr ddeall y mathau gwahanol o gam-drin ac esgeuluso, deall eu cyfrifoldebau os byddant yn pryderu am ddiogelwch neu les person ifanc, neu os bydd y person ifanc neu rywun arall yn datgelu gwybodaeth iddynt. Isod ceir diffiniadau o'r mathau o gam-drin y gall plant neu bobl ifanc eu dioddef, fel y nodir yn *Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl Cyfrol I – Cyflwyniad a Throsolwg*.

Dyma restr nad yw'n hollgynhwysfawr o enghreifftiau ar gyfer pob un o'r categorïau o gamdriniaeth ac esgeulustod:

- cam-drin corfforol – bwrw, taro, gorddefnydd neu gamddefnydd o feddyginiaeth, ataliaeth ddiangen, neu sancsiynau amhriodol, fel y nodir yn erthygl 37 (cosb gorfforol, artaith ac amddifadu o ryddid) CCUHP
- cam-drin rhywiol – trais ac ymosodiad rhywiol neu weithredoedd rhywiol, fel y nodir yn erthygl 34 (camfanteisio'n rhywiol ar bobl a cham-drin rhywiol) CCUHP
- cam-drin seicolegol (gan gynnwys ar-lein), fel y nodir yn erthygl 39 CCUHP (bygwth gwneud niwed neu ymadael, rheolaeth drwy orfodaeth, codi cywilydd, cam-drin geiriol neu hiliol, ynysu neu dynnu'n ôl o wasanaethau neu rwydweithiau cefnogol. Mae ymddygiad cymhellol yn weithred neu'n batrwm o weithredoedd ar ffurf ymosodiadau, bygythiadau, codi cywilydd neu gamdriniaeth arall a ddefnyddir i niweidio, cosbi neu godi ofn ar y dioddefwr
- camdriniaeth ar-lein
- esgeulustod – methu â chaniatáu gofal neu wasanaethau meddygol, esgeulustod wrth gymryd risg, methu â rhoi meddyginiaeth ragnodedig, methu â helpu i gynnal hylendid personol neu ddarparu bwyd, cysgod, dillad; esgeulustod emosiynol
- camdriniaeth ariannol mewn perthynas â phobl a all fod angen gofal a chymorth; mae arwyddion posibl yn y cyswllt hwn yn cynnwys:
  - gweithgarwch anghyffredin mewn cyfrif banc
  - llofnod sy'n wahanol i lofnod arferol y person
  - rhoi rhodd sylweddol i ofalwr neu drydydd parti arall
  - diddordeb sydyn gan berthynas neu drydydd parti arall yn lles y person
  - cwynion bod eiddo personol ar goll
  - dirywiad mewn ymddangosiad personol sy'n gallu awgrymu bod gofynion personol a deiet yn cael eu hanwybyddu.

Mae cam-drin yn digwydd yn gynyddol drwy gamfanteisio'n rhywiol ar blant, sy'n cynnwys gorfodi plant a phobl ifanc, neu ddylanwadu arnynt, i gymryd rhan mewn gweithgareddau rhywiol. Mae'n ffurf ar gam-drin rhywiol lle mae rhyw fath o daliad yn cael ei gyfnewid, a all gynnwys arian, ffonau symudol ac eitemau eraill, cyffuriau, alcohol, lle i aros, amddiffyniad neu anwyldeb, ac yn aml bydd y cyflawnwr yn esgus bod yn gariad. Mae natur agored i niwed y person ifanc a'r broses o feithrin perthynas amhriodol a ddefnyddir gan y rhai sy'n cyflawni'r troseddau yn ei atal rhag adnabod natur gamfanteisiol perthnasoedd ac

yn golygu na all roi cydsyniad ar sail gwybodaeth. Dylai cwnselwyr ddeall arwyddion camfanteisio'n rhywiol ar blant. Gall plant a phobl ifanc hefyd ddangos ymddygiad rhywiol niweidio/troseddol, a dylid hysbysu'n briodol am hyn hefyd. Mae'n bwysig deall nad er mwyn gwneud y plentyn yn droseddwr y dylid hysbysu, ond er mwyn ceisio'r cymorth priodol i'r sawl dan sylw.

Lluniwyd gan Swyddfa Comisiynydd Plant Cymru, mae *Y Ffordd Gywir: Dull Gweithredu Seiliedig ar Hawliau Plant yng Nghymru* (2017)[65] yn fframwaith ymarferol ar gyfer gweithio gyda phlant, sydd wedi ei seilio yn CCUHP. Mae a wnelo â rhoi CCUHP wrth wraidd cynllunio a darparu gwasanaethau ac integreiddio hawliau plant ym mhob agwedd ar wneud penderfyniadau, polisi ac ymarfer.

Cofrestr amddiffyn plant

Dylai pob awdurdod lleol lunio rhestr o'r holl blant sy'n byw yn yr ardal (gan gynnwys y rhai a leolwyd yno gan awdurdod lleol neu asiantaeth arall) yr ystyrir eu bod yn wynebu risg barhaus o niwed sylweddol ac sydd â chynllun gofal a chymorth o ganlyniad i risg o gamdriniaeth neu niwed. Mae'n hanfodol bod yr heddlu, ymarferwyr iechyd ac ymarferwyr addysg yn gallu cael gafael ar yr wybodaeth hon yn ystod oriau swyddfa a'r tu allan iddynt. Fodd bynnag, ni ddylid byth edrych ar y gofrestr yn lle trafod pryderon yn briodol â'r awdurdod lleol a gwneud atgyfeiriad amddiffyn plant priodol.

Cynlluniau gofal a chymorth

Os oes angen gofal a chymorth ar blentyn, bydd ganddo gynllun gofal a chymorth. Gall hyn gynnwys cynllun amddiffyn gofal a chymorth os yw ar y gofrestr amddiffyn plant. Mewn achosion o'r fath, gall gweithio amlasiantaethol i gefnogi plentyn fod yn hanfodol i lwyddiant y cynllun gofal a chymorth, a gall fod angen i'r cwnselydd gydweithio ag asiantaethau eraill sy'n rhan o'r broses hon. Bydd hyn yn golygu bod angen i ymarferwyr o feysydd addysg, gwasanaethau cymdeithasol ac iechyd gydweithio â'i gilydd i sicrhau'r canlyniadau a nodir yn y cynllun gofal a chymorth. Mae rhagor o wybodaeth am y broses hon wedi'i nodi yn y codau ymarfer a'r canllawiau statudol o dan y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014.

Diogelu plant, pobl ifanc a staff

Fel rhan o'r ddyletswydd gofal i blant a phobl ifanc, mae gan gwnselwyr gyfrifoldeb i roi gwybod am bryderon, amheuon, arsylwadau neu ddatgeliadau a rannwyd â nhw mewn perthynas â diogelu/amddiffyn plant sy'n ymwneud ag aelod o staff. Mae'n rhaid cymryd y rhain o ddifrif a gweithredu'n gyflym yn eu cylch.

Dylid nodi'r dyddiad, yr amser, y lleoliad a phwy oedd yn bresennol, a rhoi gwybod am y manylion hynny. Mewn achosion o gam-drin a amheuir neu honiadau o gam-drin yn erbyn staff ysgol, bydd angen i gwnselwyr benderfynu a fyddai'n fwy priodol i'r gwasanaeth cwnsela wneud atgyfeiriadau ymlaen yn uniongyrchol at yr asiantaethau priodol, yn hytrach na hysbysu'r uwch berson dynodedig yn yr ysgol. Un enghraifft fyddai lle y gwneir cyhuddiad yn erbyn pennaeth yr ysgol.

[65] www.complantcymru.org.uk/adnoddau/dull-hawliau-plant/y-ffordd-gywir-2

Hefyd, dylid cadw nodiadau o gyfarfodydd/trafodaethau, gyda chytundeb clir ynglŷn â'r camau i'w cymryd a chan bwy. Os penderfynir na chaiff unrhyw gamau pellach eu cymryd, dylid cofnodi hyn hefyd, ynghyd â'r rhesymau dros y penderfyniad. Dylid cadw'r nodiadau hyn mewn ffeil gyfrinachol, rhag ofn y bydd eu hangen yn nes ymlaen. Mae'n bwysig nodi y dylai cofnodion ysgrifenedig o ddatganiadau gan blentyn neu berson ifanc gael eu hysgrifennu gan ddefnyddio geiriau'r plentyn.

Os bydd pryderon difrifol, ni ddylai asiantaethau wneud eu penderfyniadau mewnol eu hunain o ran p'un ai mater disgyblu neu fater amddiffyn plant ydyw. Dim ond drwy gynnwys gwasanaethau cymdeithasol a'r heddlu y dylid ymgymryd â'r ystyriaethau cymhleth hyn. Yr heddlu sydd â'r pwerau statudol a'r cyfrifoldeb am benderfynu a ddylid cynnal ymchwiliad troseddol.

Hysbysu plant a phobl ifanc

Pan gynhelir cyfarfodydd â phlant/pobl ifanc, dylid esbonio materion yn ymwneud â chyfrinachedd a diogelu yn glir wrth lunio'r contract.

Mae'n bwysig rhoi gwybod i blant/pobl ifanc, lle y bo modd cyn iddynt wneud datgeliad, y gall fod angen i'r cwnselydd rannu'r wybodaeth honno â rhywun arall os bydd yn pryderu am lesiant plentyn neu berson ifanc, er mwyn sicrhau eu bod yn cael eu diogelu rhag niwed. Os bydd angen atgyfeirio pryder ymlaen, dylai cwnselwyr fod yn agored ac yn onest â'r plentyn/person ifanc, gan roi cymaint o wybodaeth â phosibl iddo am y broses a'r camau a gymerir i sicrhau ei ddiogelwch a/neu lesiant (gweler yr adran 'Cyfrinachedd a rhannu gwybodaeth' ar dudalen 60).

Rhannu gwybodaeth ymhlith gweithwyr proffesiynol

Mae rhannu a chyfnewid gwybodaeth yn effeithiol rhwng gweithwyr proffesiynol yn hanfodol er mwyn diogelu plant a phobl ifanc (gweler hefyd yr adran 'Cyfrinachedd a rhannu gwybodaeth' ar dudalen 60). Rhaid i ymarferwyr rannu gwybodaeth yn unol â Deddf Diogelu Data 2018[66], GDPR a dyletswydd cyfrinachedd o dan y gyfraith gyffredin, y mae pob un ohonynt yn darparu ar gyfer rhannu gwybodaeth; ni ddylid eu defnyddio'n awtomatig fel rheswm dros beidio â gwneud hynny. O dan amgylchiadau eithriadol, gellir rhannu gwybodaeth bersonol a sensitif yn gyfreithlon heb gydsyniad os yw hynny'n ofynnol yn ôl y gyfraith neu os yw'r ymarferydd o'r farn bod hynny er budd y cyhoedd. Un o'r amgylchiadau eithriadol yw er mwyn atal camdriniaeth neu niwed difrifol i eraill.

Mae adroddiadau Bichard[67] a Carlile[68] ill dau yn cadarnhau'r angen i fod yn ymwybodol y gall pryderon o nifer o ffynonellau, nad ydynt o reidrwydd o unrhyw bwys ar eu pen eu hunain, gyfuno i lunio darlun mwy a all awgrymu bod plentyn yn dioddef niwed sylweddol, neu'n wynebu risg o hynny, ac felly bod angen i weithwyr proffesiynol weithredu i'w ddiogelu. Lle y bo'n bosibl, dylid rhoi caniatâd cyn rhannu gwybodaeth bersonol â thrydydd partïon; ond gellir rhannu gwybodaeth yn gyfreithlon heb gydsyniad os na all ymarferydd gael cydsyniad gan yr unigolyn, neu os nad yw'n rhesymol disgwyl iddo wneud hynny, neu os gallai cael cydsyniad beri risg i blentyn.

Diogelwch plentyn yw'r brif ystyriaeth wrth bwyso a mesur y buddiannau hyn.

[66] www.gov.uk/data-protection/the-data-protection-act
[67] dera.ioe.ac.uk/6394/1/report.pdf
[68] www.wales.nhs.uk/publications/English_text.pdf

Goruchwylio

Yn ogystal â goruchwylio cwnselwyr yn rheolaidd, lle bo pryder yn ymwneud â diogelu/amddiffyn plant, dylai rheolwyr llinell wneud trefniadau ychwanegol ar gyfer cwnselwyr er mwyn sicrhau bod gweithdrefnau wedi cael eu dilyn a bod cymorth ac arweiniad yn cael eu rhoi i'r aelod(au) o staff sy'n atgyfeirio (gweler yr adran 'Goruchwylio cwnselwyr' ar dudalen 33).

Hyfforddiant

Dylai pob cwnselydd gael gwybod am weithdrefnau diogelu yn ystod ei gyfnod sefydlu. Dylid disgwyl i gwnselwyr gael yr wybodaeth ddiweddaraf am ganllawiau, polisïau a gweithdrefnau diogelu perthnasol a chael unrhyw hyfforddiant diogelu perthnasol a nodir.

Datblygiad proffesiynol parhaus (DPP)

Mae DPP yn ymrwymiad i ddysgu parhaus sy'n galluogi cwnselwyr i ddatblygu a thyfu fel ymarferwyr drwy gydol eu gyrfaoedd, gan sicrhau bod eu gwybodaeth foesegol a chyfreithiol yn gyfredol, yn ogystal â chyfrannu at ddiogelwch cleientiaid.

Yn y cyd-destun hwn, mae DPP yn ychwanegol at y safonau hyfforddi craidd a amlinellir yn yr adran 'Cymwysterau a phrofiad cwnselwyr' ar dudalen 30. Nid yw cyrsiau DPP byr â ffocws ar blant a phobl ifanc yn ddigon i sicrhau lefelau cymhwysedd fel hyfforddiant penodol wrth weithio gyda'r grŵp oedran hwn, a dylent bob amser ategu hyfforddiant craidd.

DPP yw un o werthoedd Fframwaith Moesegol BACP[69] sy'n cyfoethogi ansawdd gwybodaeth broffesiynol a'r ffordd y caiff ei chymhwyso, a bydd aelodau BACP yn cytuno i gynllunio eu DPP, ei gofnodi, ei adolygu a myfyrio arno mewn ffordd strwythuredig.

Mae Cofrestr BACP yn diffinio DPP fel:

'Any learning experience that can be used for the systematic maintenance, improvement and broadening of competence, knowledge and skills to ensure that the practitioner has the capacity to practise safely, effectively and legally within their evolving scope of practice. It may include both personal and professional development.'[70]

Mae'r Fframwaith Moesegol yn glir o ran ei ganllawiau arfer da, gyda ffocws ar gadw sgiliau a gwybodaeth yn gyfredol drwy wneud y canlynol:

- darllen cyfnodolion proffesiynol, llyfrau a/neu adnoddau electronig dibynadwy
- sicrhau eu bod yn gwybod am unrhyw waith ymchwil perthnasol a chanllawiau sy'n seiliedig ar dystiolaeth
- cynnal trafodaethau â chydweithwyr sy'n gweithio gyda materion tebyg
- adolygu eu gwybodaeth a'u sgiliau mewn sesiynau goruchwylio neu drafodaethau ag ymarferwyr profiadol
- ymgymryd â datblygiad proffesiynol parhaus yn rheolaidd er mwyn diweddaru gwybodaeth a sgiliau
- cael yr wybodaeth ddiweddaraf am y gyfraith, rheoliadau ac unrhyw ofynion eraill, gan gynnwys canllawiau sy'n berthnasol i'n gwaith.

Beth sy'n gyfystyr â DPP a faint ohono y dylai cwnselwyr ymgymryd ag ef?

Dylai ymarferwyr feddwl am unrhyw fylchau mewn gwybodaeth neu sgiliau ychwanegol a fydd yn helpu i wella eu hymarfer. Dylai hyn gynnwys cyfleoedd i ddysgu sy'n canolbwyntio ar blant a phobl ifanc ac sy'n cynnwys y mathau o faterion sy'n codi yn eu hymarfer. Mae gan BACP Is-adran Plant, Pobl Ifanc a Theuluoedd benodol lle y gall cwnselwyr ddarllen erthyglau defnyddiol drwy'r cyfnodolyn ar blant, pobl ifanc a theuluoedd yn ogystal â mynd i gynadleddau ar blant, pobl ifanc a theuluoedd lle y gallant ychwanegu dysgu mewn gweithdai at eu portffolio.

[69] www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/ethical-framework-for-the-counselling-professions
[70] www.bacp.co.uk/membership/registered-membership/guide-to-cpd

Dylai'r ffocws fod ar ganlyniadau, neu'r budd a gafwyd o DPP. Fodd bynnag, byddai BACP fel arfer yn disgwyl i aelodau cofrestredig ymgymryd ag o leiaf 30 awr o DPP y flwyddyn.

Gellir cynnwys unrhyw weithgareddau sy'n cael effaith ar ymarfer proffesiynol ar hyn o bryd neu yn y dyfodol, er enghraifft:

- cynadleddau – bod yn aelod o'r gynulleidfa neu roi cyflwyniadau
- modiwlau DPP e-ddysgu
- addysg ffurfiol, darlithoedd, seminarau, cyrsiau
- hyfforddiant mewn swydd
- mentora
- grwpiau cymorth cymheiriaid
- trefnu grwpiau arbenigol
- darllen llyfrau, cyfnodolion neu erthyglau ar y rhyngrwyd
- goruchwylio gwaith ymchwil
- rhaglenni teledu a radio
- gweithdai
- cysgodi gwaith
- ysgrifennu erthyglau neu bapurau.

Dylid trafod DPP mewn sesiynau goruchwylio. Mae arfarniadau hefyd yn gyfle defnyddiol i drafod anghenion o ran DPP.

Adnoddau eraill

Adnodd e-ddysgu am ddim yw MindEd[71], sy'n rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf am amrywiaeth o faterion sy'n effeithio ar les emosiynol plant, pobl ifanc a theuluoedd. Mae'n cynnwys adran gwnsela MindEd, sy'n dangos sut y gellir teilwra'r dysgu i ddiwallu anghenion unigolion ac mae wedi cael adborth da gan y proffesiwn cwnsela.

Er mai adnodd gan y GIG yn Lloegr yw MindEd, mae ei gynnwys yn berthnasol, yn hygyrch ac yn berthnasol i gwnselwyr yng Nghymru ac ym mhob un o bedair gwlad y DU.

Mae BACP yn cynnig adnoddau DPP ar-lein i aelodau ynghyd â chyfleoedd i ymarferwyr ddatblygu eu hadnoddau dysgu eu hunain.

[71] www.minded.org.uk

Hunanofal cwnselwyr

Gellir diffinio hunanofal fel gweithredoedd a gweithgareddau y bydd cwnselwyr yn cymryd rhan ynddynt i ofalu am eu hiechyd corfforol, ysbrydol ac emosiynol er mwyn sicrhau lles emosiynol rhesymol.

Mae hunanofal yn allweddol er mwyn byw bywyd cytbwys, mae'n rhywbeth y gwneir cynlluniau ac y rhoddir amser ar ei gyfer, mae'n ddewis gweithredol yn hytrach na rhywbeth sy'n digwydd yn awtomatig, ac mae'n ffordd o fagu nerth newydd. Mae gwneud amser ar gyfer gweithgareddau fel chwaraeon, ioga neu fyfyrdod, ysgrifennu dyddlyfr, bwyta a chysgu'n dda, ymlacio, dadflino a chael cyfleoedd i chwerthin i gyd yn rhan o ofalu amdanom ein hunain ac yn bethau y byddwn yn aml yn annog pobl eraill i'w gwneud, felly mae angen i ymarferwyr sicrhau eu bod hefyd yn gwneud hyn.

Er bod hunanofal yn gysyniad syml mewn egwyddor, bydd yn aml yn cael ei anwybyddu neu'n cael y flaenoriaeth leiaf mewn cyfnodau o orlwytho. Mae hunanofal yn allweddol i wella hwyliau a gall arwain at lai o bryder a gofid. Mae'n golygu trin ein hunain yn dda ac, yn y pen draw, ein hamddiffyn rhag chwythu plwc. Po fwyaf diogel yw cwnselwyr ynddynt eu hunain, y mwyaf diogel ydynt i weithio gyda chleientiaid. Felly, mae hunanofal o fudd i bawb.

Mae Elizabeth Turp, cwnselydd preifat ac aelod achrededig o BACP, wrth ysgrifennu yn *The Counsellor's Café Magazine* (2017)[72] yn rhestru 10 gwers ddefnyddiol y dylid myfyrio arnynt wrth ystyried yr angen am hunanofal da yn y proffesiwn, gan gynnwys cynnal ffiniau cadarn, dysgu pryd i gymryd saib a gwybod pryd i geisio cymorth.

Gall cwnselwyr ysgwyddo baich achosion sydd naill ai'n teimlo'n rhy drwm, yn rhy agos at yr asgwrn neu'n ormod i ymdopi ag ef ar adegau. Drwy ddysgu i ofyn am gymorth ar adegau o fwy o straen, yn ogystal â gwella hunanymwybyddiaeth, gall cwnselwyr roi blaenoriaeth i hunanofal gan weithio o fewn eu gallu a chynnal safonau proffesiynol uchel.

Mae pwysigrwydd hunanofal yn rhan annatod o Fframwaith Moesegol BACP ar gyfer y Proffesiynau Cwnsela[73], sy'n pwysleisio'r angen i gymryd cyfrifoldeb am ein llesiant ein hunain fel elfen hanfodol o gynnal arfer da gyda chleientiaid drwy wneud y canlynol:

- cymryd camau ymlaen llaw i sicrhau ein diogelwch corfforol ein hunain
- monitro a chynnal ein hiechyd seicolegol a chorfforol ein hunain, yn enwedig sicrhau ein bod yn ddigon gwydn a chywrain i wneud ein gwaith mewn ffyrdd sy'n cyrraedd safonau proffesiynol
- ceisio cymorth a gwasanaethau proffesiynol yn ôl yr angen
- cynnal cydbwysedd iach rhwng ein gwaith ac agweddau eraill ar fywyd.

Yn gryno, mae hunanofal yn cynnwys bod yn ymwybodol o'r hyn a wnawn a pham, sut mae'n teimlo, a beth yw'r canlyniadau a'r buddiannau. I rai, gall hyn gynnwys cael eu cwnsela eu hunain, sef rhywbeth a gaiff ei ystyried yn ystod sesiynau goruchwylio. Mae ceisio cymorth, cydnabod yr hyn sy'n ein gwneud yn agored i niwed a gofyn am help pan fydd ei angen arnom fwyaf, i gyd yn helpu i wahanu anawsterau a heriau personol ac atgyfnerthu ffiniau mewn gwaith gyda chleientiaid.

[72] www.thecounsellorscafe.co.uk/single-post/2017/06/26/10-self-care-lessons-you-can-learn-from-a-Counsellor
[73] www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/ethical-framework-for-the-counselling-professions/ethics

Mae BACP wedi cyhoeddi taflen ffeithiau ‘Good Practice in Action’ ar hunanofal[74], sydd ar gael i aelodau ac ar ei gwefan. Mae’r adnodd hwn yn cynnwys gwybodaeth am hunanofal i ymarferwyr, goruchwylwyr, rheolwyr gwasanaethau, hyfforddwyr, hyfforddeion ac eraill. Ei nod yw normaleiddio hunanofal, cyfeirio at ragor o wybodaeth, llywio ymarfer ac ysgogi trafodaeth a meddwl moesegol.

[74] www.bacp.co.uk/search?q=self%20care%20gpia&UserLocation=52.4509184%2C-1.1911167999999999

Monitro canlyniadau/gwerthuso gwasanaethau

Ystyr monitro canlyniadau yw mesur cynnydd cleientiaid gan ddefnyddio mesurau canlyniadau safonedig, a chadw golwg arno. Mae BACP yn argymell y dylid casglu data ar ganlyniadau er mwyn monitro gwasanaethau, gwerthuso ansawdd canlyniadau a meincnodi gwasanaethau drwy gymharu canlyniadau.

Mae fframwaith cymhwysedd BACP ar gyfer gweithio gyda phlant a phobl ifanc rhwng 4 ac 18 oed[75] yn rhestru'r cymwyseddau canlynol y dylai cwnselwyr sy'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc eu rhoi ar waith yn eu hymarfer mewn perthynas â monitro canlyniadau:

- bod yn gyfarwydd â'r mesurau a ddefnyddir yn gyffredin
- gwybod beth yw diben mesurau a sut y cânt eu defnyddio
- gallu gweinyddu mesurau
- gallu dethol mesurau canlyniadau
- gallu adolygu'r canlyniadau i'r plentyn/person ifanc yn rheolaidd mewn perthynas ag amcanion penodedig.

Mae monitro canlyniadau hefyd yn helpu i ddilyn y cyfarwyddyd yn y Fframwaith Moesegol ar gyfer y Proffesiynau Cwnsela (2018)[76]: 'periodically review each client's progress and, when practicable, seek our client's views on how we are working together'.

Dylai unrhyw waith monitro canlyniadau gael ei wneud mewn ffordd foesegol ac yn unol â'r Canllawiau Moesegol ar gyfer Ymchwil yn y Proffesiynau Cwnsela (2019)[77].

Mae gwerthuso gwasanaeth yn arbennig o bwysig ac mae angen i reolwyr gwasanaeth cwnsela sicrhau bod hyn yn digwydd yn rheolaidd. Mae'r data i'w gwerthuso yn cynnwys cyfran y disgyblion sy'n defnyddio'r gwasanaeth, nifer cyfartalog y sesiynau cwnsela, nifer cyfartalog y sesiynau a gollir a'r newid cyfartalog mewn sgoriau cyn ac ar ôl cael gwasanaeth cwnsela. Mae angen gwerthuso'r defnydd o'r gwasanaeth gan grwpiau penodol, gan gynnwys rhai agored i niwed, yn enwedig os oes dyletswyddau statudol sy'n gysylltiedig â grwpiau penodol (e.e. yr iaith Gymraeg, nodweddion gwarchodedig). Dylai gwasanaethau ystyried y gwahaniaethau yn y defnydd o'r gwasanaeth a'r effaith fesul ysgol unigol er mwyn nodi problemau posibl. Bydd y defnydd o wybodaeth o'r fath yn galluogi rheolwyr gwasanaethau i herio ansawdd ac effaith y gwasanaeth a ddarperir neu i lywio'r gwaith o gynllunio neu gomisiynu gwasanaethau yn y dyfodol.

Pryd y dylid casglu mesurau canlyniadau?

Lle y bo modd, dylid casglu mesurau canlyniadau yn rheolaidd drwy gydol y gwaith therapiwtig – ac, yn ddelfrydol, ym mhob sesiwn – er mwyn sicrhau y caiff mesur 'terfynol' ei gasglu os bydd cleient yn penderfynu dod â'r sesiynau cwnsela i ben cyn y dyddiad gorffen y cytunwyd arno. Fodd bynnag, dylai ymarferwyr bob amser arfer eu barn glinigol wrth benderfynu beth sy'n briodol.

[75] www.bacp.co.uk/media/5863/bacp-cyp-competence-framework.pdf
[76] www.bacp.co.uk/media/3103/bacp-ethical-framework-for-the-counselling-professions-2018.pdf
[77] www.bacp.co.uk/media/3908/bacp-ethical-guidelines-for-research-in-counselling-professions-feb19.pdf

Pa fesurau canlyniadau y dylid eu casglu?

Argymhellir y dylid defnyddio o leiaf un mesur canlyniadau yn rheolaidd yn ystod y cyfarfod therapiwtig. Mewn rhai achosion, gallai rheolwr, cyllidwr neu gomisiynydd y gwasanaeth benderfynu hyn.

Y mesurau mwyaf cyffredin a ddefnyddir gyda phlant a phobl ifanc yw:

- YP-CORE
- Yr Holiadur Cryfderau ac Anawsterau (SDQ)
- Graddfa Sgorio Canlyniadau Plant (CORS)
- Graddfa Sgorio Canlyniadau (ORS)
- mesurau seiliedig ar nodau
- mesurau sy'n ymwneud yn benodol â symptomau, e.e. Graddfa Ddiwygiedig Gorbryder ac Iselder Ymhlith Plant (RCADS)
- holiadur boddhad gwasanaeth (e.e. Holiadur Profiad o Wasanaeth (ESQ).

Pa gymorth sydd ar gael ar gyfer hyfforddi cwnselwyr i ddefnyddio mesurau canlyniadau?

Mae MindEd[78] yn cynnig adnodd e-ddysgu am ddim sy'n rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf am amrywiaeth o faterion sy'n effeithio ar les emosiynol plant, pobl ifanc a theuluoedd. Ceir modiwlau penodol[79] ar ddefnyddio mesurau gan gynnwys:

- monitro newid – pwysig i gleientiaid ac i weithwyr proffesiynol
- defnyddio mesurau canlyniadau
- defnyddio mesurau prosesau.

[78] www.minded.org.uk
[79] www.minded.org.uk/Catalogue/TileView

Cyfeiriadau

Addysg yng Nghymru: Cenhadaeth ein cenedl – Cynllun gweithredu 2017–21 (Llywodraeth Cymru, 2017)
llyw.cymru/sites/default/files/publications/2018-03/addysg-yng-nghymru-cenhadaeth-ein-cenedl.pdf

'Animeiddiad Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod', GIG Cymru
www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/91679

Astudiaeth Cohort y Mileniwm
https://cls.ucl.ac.uk/cls-studies/millennium-cohort-study/

Cadw Dysgwyr yn Ddiogel (Llywodraeth Cymru, 2015)
llyw.cymru/cadw-dysgwyr-yn-ddiogel

Canllawiau ar ddiogelwch personol yn y gwaith a gweithio ar eich pen eich hun, Ymddiriedolaeth Suzy Lamplugh
www.suzylamplugh.org/Pages/Category/downloadable-leaflets

Canllawiau statudol ar gyfer awdurdodau lleol Cymru ar ddarparu gwasanaethau cwnsela annibynnol (Llywodraeth Cymru, 2013)
llyw.cymru/gwasanaethau-cwnsela-annibynnol-canllawiau-i-awdurdodau-lleol

Cenedl Noddfa – Cynllun Ffoaduriaid a Cheiswyr Lloches (Llywodraeth Cymru, 2019)
llyw.cymru/cynllun-ffoaduriaid-cheiswyr-lloches-cenedl-noddfa

'Children and young people competences and curricula', BACP
www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/competences-and-curricula/children-and-young-people/

Cod Ymarfer Anghenion Addysgol Arbennig Cymru (Llywodraeth Cynulliad Cymru, 2002)
llyw.cymru/anghenion-addysgol-arbennig-cod-ymarfer

Code of Practice for Victims of Crime (Y Weinyddiaeth Gyfiawnder, 2015)
www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/476900/code-of-practice-for-victims-of-crime.PDF

Cofrestr BACP o gwnselwyr a seicotherapyddion
www.bacp.co.uk/search/Register?q

Comisiynydd y Gymraeg
www.comisiynyddygymraeg.cymru/Cymraeg/Pages/Hafan.aspx

Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP)
www.complantcymru.org.uk/ccuhp-hawliau-plant/ccuhp-hawliau-plant

Counselling children and young people in England, Northern Ireland and Wales in School Contexts (BACP, 2018)
www.bacp.co.uk/ethical_framework/documents/GPiA002.pdf

Counselling in Schools Project Phase 2: Evaluation Report (Prifysgol Strathclyde, 2006)
strathprints.strath.ac.uk/26793/1/strathprints026793.pdf

'Cwnsela i blant a phobl ifanc, 2018/19', *Datganiad Ystadegol Cyntaf 26 Mawrth 2020* (Llywodraeth Cymru, 2020)
llyw.cymru/cwnsela-ar-gyfer-plant-phobl-ifanc-medi-2018-i-awst-2019

Cyngor y Proffesiynau Iechyd a Gofal (HCPC)
www.hpc-uk.org

Cynllun achredu ar gyfer ymarferwyr unigol, Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain (BACP)
www.bacp.co.uk/membership/accredited-membership/

Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018
llyw.cymru/deddf-anghenion-dysgu-ychwanegol-ar-tribiwnlys-addysg-cymru

Deddf Cleifion Cronig a Phersonau Anabl 1970
www.legislation.gov.uk/ukpga/1970/44/contents

Deddf Diogelu Data 2018
www.gov.uk/data-protection/the-data-protection-act

Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
www.legislation.gov.uk/cy/anaw/2014/4/contents/enacted/welsh

Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014: Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl Cyfrol 1 – Cyflwyniad a Throsolwg (Llywodraeth Cymru, 2016)
llyw.cymru/diogelu-pobl-cyflwyniad

Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014: Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl: Cyfrol 5 – Ymdrin ag Achosion Unigol i Amddiffyn Plant sy'n Wynebu Risg (Llywodraeth Cymru, 2018)
llyw.cymru/diogelu-plant-syn-wynebu-risg-o-gam-drin-neu-esgeulustod

Deddf Iechyd Meddwl 1983: Cod Ymarfer (Yr Adran Iechyd, 2015)
assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/435512/MHA_Code_of_Practice.PDF

Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015
www.legislation.gov.uk/cy/anaw/2015/2/contents/enacted/welsh

Deddf Plant 1989
www.legislation.gov.uk/ukpga/1989/41/contents

Deddf Safonau a Threfniadaeth Ysgolion (Cymru) 2013
www.legislation.gov.uk/cy/anaw/2013/1/contents/enacted/welsh

Deddf y Gwasanaeth Iechyd Gwladol (Cymru) 2006
www.legislation.gov.uk/ukpga/2006/42/section/45

Ethical Framework for the Counselling Professions (BACP, 2018)
www.bacp.co.uk/ethical_framework

Fframwaith Cytundeb Rhannu Gwybodaeth Bersonol Cymru (WASPI)
www.waspi.org/hafan

Grwpiau anogaeth: Llawlyfr i ysgolion (Llywodraeth Cymru, 2010)
llyw.cymru/grwpiau-anogaeth-llawlyfr-i-ysgolion

Gweithdrefn Ymddygiad Proffesiynol BACP (2018)
www.bacp.co.uk/about-us/protecting-the-public/professional-conduct/professional-conduct-procedure/

Gweithdrefnau Amddiffyn Plant Cymru Gyfan 2008 (Plant yng Nghymru, 2008)
www.childreninwales.org.uk/cy/polisi-document/canllawiau-amddiffyn-plant-cymru-gyfan-2008/

Law yn Llaw at Iechyd Meddwl: Strategaeth ar gyfer Iechyd Meddwl a Lles yng Nghymru (Llywodraeth Cymru, 2012)
llyw.cymru/law-yn-llaw-iechyd-meddwl-ein-strategaeth-iechyd-meddwl

Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) 2010
llyw.cymru/mesur-iechyd-meddwl-cymru-2010

Mesur y Gymraeg (Cymru) 2011
www.legislation.gov.uk/cy/mwa/2011/1/contents/enacted/welsh

MindEd
www.minded.org.uk

Plant ar eu pen eu hun yn ceisio lloches: canllawiau i weithwyr cymdeithasol
llyw.cymru/plant-ar-eu-pen-eu-hunain-yn-ceisio-lloches-canllawiau-i-weithwyr-proffesiynol?

'Profiadau Niweidiol Mewn Plentyndod a'u heffaith ar ymddygiad sy'n niweidio iechyd ymysg oedolion Cymru' (Ionawr 2016), Iechyd Cyhoeddus Cymru
www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/newyddion/40001

'Provision of Therapy for Child Witnesses Prior to a Criminal Trial: Practice Guidance', Gwasanaeth Erlyn y Goron
www.cps.gov.uk/legal-guidance/therapy-provision-therapy-child-witnesses-prior-criminal-trial

Rheoliadau Safonau'r Gymraeg (Rhif 1) 2015
www.legislation.gov.uk/cy/wsi/2015/996/contents/made/welsh

Rhwydwaith grwpiau anogaeth
nurturegroups.org

Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth (ICO), 'For organisations'
ico.org.uk/for-organisations

The Counsellors Café
www.thecounsellorscafe.co.uk/single-post/2017/06/26/10-self-care-lessons-you-can-learn-from-a-Counsellor

The Impact of Pupil Behaviour and Wellbeing on Educational Outcomes (Yr Adran Addysg, 2012)
www.gov.uk/government/publications/the-impact-of-pupil-behaviour-and-wellbeing-on-educational-outcomes

Therapy: Provision of Therapy for Vulnerable or Intimidated Adult Witnesses, Gwasanaeth Erlyn y Goron
www.cps.gov.uk/legal-guidance/therapy-provision-therapy-vulnerable-or-intimidated-adult-witnesses

Working alone: Health and safety guidance on the risks of lone working (Yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch, 2013)
www.hse.gov.uk/pubns/indg73.pdf

Y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol, 'Protected characteristics'
www.equalityhumanrights.com/en/equality-act/protected-characteristics

Y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd (DBS)
www.gov.uk/government/organisations/disclosure-and-barring-service

Y Gymdeithas Genedlaethol i Blant Byddar
www.ndcs.org.uk/about_us/index.html

Y Rheoliad Cyffredinol ar Ddiogelu Data (GDPR)
https://ico.org.uk/for-organisations/guide-to-data-protection/guide-to-the-general-data-protection-regulation-gdpr/