Cynorthwyo unigolion â'u hanghenion gofal personol

Trosolwg

Mae'r safon hon yn nodi'r gofynion wrth gynorthwyo unigolion â'u hanghenion gofal personol. Mae hyn yn cynnwys cynorthwyo unigolion i sicrhau hylendid personol eu corff, eu hewinedd a'u dannedd ac i reoli gwisgo amdanynt a'u hymddangosiad personol.

Meini prawf perfformiad

Rhaid i chi allu:

1. nodi a chytuno ar rolau a chyfrifoldebau eich hun ac eraill i gynorthwyo unigolion â’u hanghenion gofal personol
2. gweithio mewn partneriaeth ag unigolion ac eraill i gadarnhau beth mae’r unigolyn yn gallu ei wneud yn annibynnol a pha gymorth sydd ei angen
3. gweithio mewn partneriaeth i gytuno ar sut i wneud gofal personol yn unol ag anghenion, dewisiadau, a chynllun gofal neu gymorth unigolion
4. sicrhau bod dulliau atal a rheoli heintiau, ac offer diogelu personol, yn cael eu defnyddio
5. cynorthwyo unigolion i gasglu’r holl adnoddau sy’n ofynnol ar gyfer hylendid personol a gwisgo, a’u rhoi yn rhywle sydd o fewn cyrraedd
6. cynorthwyo unigolion i wneud yn siŵr bod tymheredd yr ystafell a thymheredd y dŵr yn cwrdd â’u dewisiadau
7. annog a chefnogi annibyniaeth unigolion mewn perthynas â hylendid y corff
8. annog a chefnogi annibyniaeth unigolion mewn perthynas â gofal dwylo, traed ac ewinedd
9. annog a chefnogi annibyniaeth unigolion mewn perthynas â gofal dannedd a deintgig
10. annog a chefnogi annibyniaeth unigolion mewn perthynas â gwisgo a’u hymddangosiad
11. cynorthwyo unigolion i wneud yn siŵr bod eu hylendid personol a’u hymddangosiad yn cwrdd â’u hanghenion a’u dewisiadau
12. cynorthwyo unigolion i lanhau, dychwelyd, a storio eu heitemau personol
13. gwneud yn siŵr bod yr amgylchedd yn cael ei adael yn barod i'w ddefnyddio y tro nesaf
14. cyfrannu at gofnodion ac adroddiadau sydd eu hangen i gynorthwyo unigolion â’u hanghenion gofal personol
15. myfyrio ar sut y gwnaethoch gyflawni eich rolau a'ch cyfrifoldebau i gynorthwyo unigolion â’u hanghenion gofal personol, gydag adborth gan eraill

Gwybodaeth a dealltwriaeth

Mae angen i chi wybod a deall:

1. sut mae cael gafael ar wybodaeth am unigolion a'u hanghenion gofal personol, a'i hadolygu
2. sut mae defnyddio egwyddorion sy'n ystyriol o drawma i gynorthwyo unigolion â'u hanghenion gofal personol
3. sut mae annog a chefnogi annibyniaeth unigolion mewn perthynas â gofal personol, a pham fod hyn yn bwysig
4. pwysigrwydd urddas, caredigrwydd a thosturi wrth gynorthwyo unigolion â'u gofal personol
5. sut mae cynorthwyo rheoleiddio emosiynol yn ystod gweithgareddau gofal personol
6. sut y gall newidiadau i ddewisiadau, amodau ac amgylchiadau unigolion effeithio ar anghenion gofal personol
7. dylanwad niwrowahaniaeth ac anghenion ychwanegol ar y cymorth sydd ei angen ar gyfer gofal personol
8. dylanwad diwylliant, cefndir ac ysbrydolrwydd ar anghenion gofal personol unigolion
9. y gwahanol fathau o bethau ymolchi, deunyddiau ac offer a ddefnyddir ar gyfer gofal personol, a phwysigrwydd arferion cynaliadwy
10. y mathau o ddyfeisiau ac adnoddau digidol a all gynorthwyo unigolion â'u hanghenion gofal personol
11. sut mae cynorthwyo unigolion i alw am gymorth os oes angen
12. pwysigrwydd gwirio tymheredd yr ystafell a thymheredd y dŵr
13. pam mae hylendid y corff yn bwysig a'r effaith ar iechyd a llesiant
14. sut mae cadw'r croen yn iach, ac arwyddion sy'n dangos newidiadau neu ddirywiad
15. sut mae cynorthwyo unigolion i ofalu am eu dannedd a'u deintgig, ac arwyddion sy'n dangos newidiadau neu ddirywiad
16. effaith gofal deintyddol afreolaidd ar allu cyfathrebu, maeth, ymddangosiad, iechyd ac ansawdd bywyd yr unigolyn
17. sut mae gofalu am y dwylo, y traed a'r ewinedd, ac arwyddion sy'n dangos newidiadau neu ddirywiad
18. sut mae cefnogi dewisiadau unigolion o ran rheoli gwallt dydy'n nhw ddim eisiau ar y pen neu'r corff

19. sut mae cefnogi dewisiadau unigolion o ran golchi, cribo, sychu a steilio'u gwallt
20. pwysigrwydd dillad ac ymddangosiad yr unigolyn i’w hunaniaeth
21. gwahanol fathau o brostheteg a chymhorthion cosmetig y gall unigolion eu defnyddio
22. sut mae sicrhau hylendid dwylo effeithiol a defnyddio cyfarpar diogelu personol wrth ymgymryd â gofal personol, a pham fod hyn yn bwysig
23. pwysigrwydd gwneud yn siŵr bod yr amgylchedd yn cael ei adael yn lân ac yn barod i'w ddefnyddio y tro nesaf
24. y cofnodion a’r adroddiadau sydd eu hangen i gynorthwyo unigolion â’u hanghenion gofal personol
25. y gofynion cyfreithiol, y safonau ymarfer, y fframweithiau a’r canllawiau perthnasol ar gyfer cynorthwyo unigolion â’u hanghenion gofal personol
26. gofynion y gweithle mewn perthynas â chydraddoldeb, amrywiaeth, cynhwysiant a hawliau wrth gynorthwyo unigolion â gofal personol
27. sut mae gweithio mewn partneriaeth ag eraill i gynorthwyo unigolion â’u hanghenion gofal personol
28. sut mae ymateb i faterion a phryderon a allai godi yn ystod gofal personol
29. sut mae eich profiadau personol a’ch rhagfarn ddiarwybod yn gallu effeithio wrth gynorthwyo unigolion â’u hanghenion gofal personol, a sut i fynd i'r afael â hyn
30. rôl goruchwyliaeth, ymarfer myfyriol, a dysgu a datblygu wrth gynorthwyo unigolion â’u hanghenion gofal personol

Geirfa

Mae'r eirfa ar gyfer y Safon Alwedigaethol Genedlaethol hon ar gael ar wefan Sgiliau Gofal a Datblygu.

Cynorthwyo unigolion â'u hanghenion gofal personol

Datblygwyd gan	Skills for Care & Development
Fersiwn rhif	1
Dyddiad cymeradwyo	31 Ion 2026
Dyddiad Adolygu Dangosol	31 Ion 2031
Dilysrwydd	Ar hyn o bryd
Statws	Gwreiddiol
Sefydliad cychwynnol	Skills for Care and Development
RCU gwreiddiol	HSCCLD210
Galwedigaethau perthnasol	Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant
Cyfres/Set	Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant, Dysgu a Datblygu
Geiriau Allweddol	Gofal personol, Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant, Dysgu a Datblygu