Hybu llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion

Trosolwg

Mae'r safon hon yn amlinellu'r gofynion ar gyfer hybu llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion. Mae'n cynnwys cefnogi unigolion i ddatblygu perthnasoedd cadarnhaol, meithrin gwytnwch a deall, mynegi a rheoleiddio emosiynau.

Meini prawf perfformiad

Rhaid i chi allu:

1. creu amgylcheddau cynhwysol, diogel a chroesawgar sy'n gwerthfawrogi unigolion ac yn eu cefnogi
2. nodi a chytuno ar rolau a chyfrifoldebau eich hun ac eraill i hybu llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion
3. gweithio mewn partneriaeth ag unigolion ac eraill i gytuno, cynllunio, monitro a gwerthuso canlyniadau tymor byr, tymor canolig a thymor hir ar gyfer cymorth sy'n ymwneud â llesiant emosiynol a chymdeithasol
4. gweithio mewn partneriaeth ag unigolion ac eraill i gynllunio, monitro a gwerthuso'u sgiliau cymdeithasol, sgiliau emosiynol a rheoleiddio emosiynol
5. annog unigolion i archwilio, cydnabod a mynegi eu meddyliau, syniadau ac emosiynau
6. cefnogi unigolion i fynegi eu gobeithion a'u dyheadau ar gyfer y dyfodol
7. cefnogi unigolion i ofyn cwestiynau a gwneud dewisiadau gwybodus
8. arsylwi a chefnogi datblygiad cymdeithasol ac emosiynol drwy sefyllfaoedd sy'n digwydd yn naturiol gydag eraill
9. annog unigolion i adnabod emosiynau pobl eraill ac ymateb iddynt, gan hybu empathi ac ymatebion cefnogol
10. ysgogi unigolion i gymryd rhan mewn tasgau, gweithgareddau, chwarae neu brofiadau newydd ystyrlon
11. annog unigolion i ystyried gwybodaeth a risgiau cyn gweithredu
12. dilysu emosiynau ac annog mynegiant emosiynol mewn ffyrdd sy'n lleihau niwed i unigolion ac eraill
13. hybu gwytnwch drwy annog unigolion i fynd i'r afael â heriau, datrys gwrthdaro a dysgu o rwystrau
14. modelu ac annog trafodaethau ac arferion adferol
15. hybu cydnabyddiaeth o agweddau cadarnhaol bach mewn bywyd bob dydd er mwyn gwella'r ymdeimlad o fodlonrwydd ac optimistiaeth ymysg unigolion
16. gweithio mewn partneriaeth ag unigolion ac eraill i adrodd yn ôl am y cynnydd a wnaed tuag at ganlyniadau tymor byr, tymor canolig neu dymor hir ar gyfer cymorth sy'n ymwneud â llesiant emosiynol a chymdeithasol
17. gweithio mewn partneriaeth i wneud unrhyw newidiadau sydd eu hangen i'r cymorth neu'r canlyniadau
18. cwblhau'r cofnodion a'r adroddiadau sydd eu hangen ar gyfer hybu llesiant

emosiynol a chymdeithasol unigolion

19. myfyrio ar sut y gwnaethoch chi gyflawni eich rolau a'ch cyfrifoldebau i hybu llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion

Gwybodaeth a dealltwriaeth

Mae angen i chi wybod a deall:

1. sut mae creu amgylcheddau diogel, cynhwysol a chroesawgar
2. sut mae enwi emosiynau, gan ddefnyddio dulliau cyfathrebu cynhwysol sy'n cwrdd â dewisiadau ac anghenion unigolion
3. sut mae cynllunio, monitro a gwerthuso cymorth sy’n ymwneud â llesiant emosiynol a chymdeithasol
4. rôl eiriolaeth, cymuned, rhwydweithiau cefnogi a thechnoleg ddigidol wrth gefnogi llesiant emosiynol a chymdeithasol
5. sut mae arsylwi a nodi arwyddion o straen a thrallod
6. sut mae adnabod a monitro ymddygiad fel ffordd o gyfathrebu a mynegi emosiynau
7. sut mae monitro patrymau ymddygiad yn cefnogi datblygiad strategaethau rhagweithiol ar gyfer rheoleiddio emosiynol
8. y ffactorau amgylcheddol, datblygiadol a synhwyraidd a allai effeithio ar reoleiddio emosiynol
9. dylanwad niwrowahaniaeth ac anghenion ychwanegol ar lesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion
10. sut mae ffactorau cymdeithasol, corfforol ac economaidd yn dylanwadu ar ddatblygiad emosiynol a chymdeithasol a phrofiadau unigolion
11. dylanwad diwylliant, cefndir a daliadau ysbrydol ar lesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion
12. sut mae defnyddio egwyddorion sy'n ystyriol o drawma i gefnogi llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion
13. pwysigrwydd urddas, caredigrwydd a thosturi mewn perthynas â llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion
14. sut mae dilysu emosiynau unigolion a’u cefnogi i ddeall emosiynau pobl eraill
15. sut mae cefnogi datblygiad sgiliau emosiynol a chymdeithasol
16. egwyddorion rheoli risg a chymryd risgiau cadarnhaol
17. pwysigrwydd eich llesiant a’ch diogelwch eich hun a phobl eraill
18. sut mae cefnogi unigolion i wneud dewisiadau gwybodus ac ystyried anghenion pobl eraill
19. gwerth gweithgareddau grŵp a phrofiadau newydd o ran datblygu llesiant emosiynol a chymdeithasol
20. sut mae modelu ac annog sgyrsiau ac arferion adferol

21. y cofnodion a'r adroddiadau sydd eu hangen i hybu llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion
22. damcaniaethau sy'n berthnasol i lesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion
23. y gofynion cyfreithiol, y safonau ymarfer, y fframweithiau a'r canllawiau perthnasol ar gyfer hybu llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion
24. gofynion y gweithle mewn perthynas â chydraddoldeb, amrywiaeth, cynhwysiant a hawliau wrth hybu llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion
25. sut mae gweithio mewn partneriaeth gydag eraill i hybu llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion
26. sut mae eich profiadau personol a'ch rhagfarn ddiarwybod yn gallu effeithio wrth hybu llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion, a sut i fynd i'r afael â hyn
27. rôl goruchwyliaeth, ymarfer myfyriol, a dysgu a datblygu wrth hybu llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion

Geirfa

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

Hybu llesiant emosiynol a chymdeithasol unigolion

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	HSCCLD310
Galwedigaethau perthnasol	Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant
Cyfres/Set	Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant, Dysgu a Datblygu
Geiriau Allweddol	llesiant emosiynol a chymdeithasol, Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant, Dysgu a Datblygu