ColegauCymru
CollegesWales

GOFYNION POLISI COLEGAUCYMRU AR GYFER LLYWODRAETH NESAF CYMRU

THEMA 3: HAWL I LES AR GYFER DYSGWYR A STAFF

Mawrth 2021

BRIFF COLEGAUCYMRU

Mae'r cyfarwyddyd hwn yn ehangu Thema 3 *Llwyddiant Pellach: Argymhellion Polisi ar gyfer Llywodraeth nesaf Cymru mewn Addysg Ôl-16 a Dysgu Gydol Oes yng Nghymru* ColegauCymru. Ynghyd â'n hadroddiad *Galluogi Adnewyddu: Addysg Bellach a Datblygu Dinasyddiaeth, Galwedigaethau a Chymunedau Busnes Gwell yng Nghymru*, mae'r dogfennau hyn yn cyflwyno gweledigaeth a gweithredu ymarferol ar gyfer addysg bellach yng Nghymru.[1]

Crynodeb

Mae ColegauCymru yn amlygu'r angen i ddysgwyr a staff mewn sefydliadau addysg bellach (SABau) yng Nghymru dderbyn darpariaeth les ac iechyd meddwl o ansawdd uchel.

Gyda hyn mewn golwg, dylai Llywodraeth nesaf Cymru:

- Gefnogi'r sector trwy gydgrynhoi cyllideb bresennol Iechyd Meddwl a Lles yn y dyraniad cyllid addysg bellach, er mwyn cymhwyso 'ymagwedd coleg cyfan' parhaus tuag at iechyd meddwl a chymhwyso arfer gorau presennol.
- Gwella ansawdd a darpariaeth gweithgaredd corfforol i gefnogi lles actif, er mwyn gwella cadernid emosiynol a chorfforol cymuned y coleg trwy gyllid hirdymor parhaus.
- Sicrhau bod pob polisi a strategaeth iechyd meddwl yn gydlynol ar draws pob lleoliad addysg yn cynnwys dysgu seiliedig ar waith a'i fod yn ystyried y sector addysg bellach yn llawn. Dylai hyn gynnwys ymestyn y gwasanaeth cwnsela mewn ysgolion i leoliadau addysg bellach ar gyfer yr un grŵp oedran y mae'n berthnasol iddynt mewn ysgolion.
- Cefnogi hyblygrwydd parhaus wrth gyflwyno a dysgu – er enghraifft, elfennau o ddysgu gartref a gweithio gartref – ar gyfer dysgwyr a staff mewn unrhyw ddatblygiad polisi yn y dyfodol.

[1] John Buchanan et al., *Galluogi Adnewyddu: Addysg Bellach a Datblygu Dinasyddiaeth, Galwedigaethau a Chymunedau Busnes yng Nghymru*, ColegauCymru, 2021, ar gael yn: https://www.colleges.wales/image/publications/reports/Enabling%20Renewal%20-%20FE/Enabling%20Renewal%20-%20FE.pdf

Cydgrynhoi cyllidebau, cymhwyso 'ymagwedd coleg cyfan' a chyflwyno polisi addysg mwy cydlynol

Gwnaed llawer o waith da yn ystod Senedd presennol Cymru yn ymwneud ag iechyd meddwl plant a phobl ifanc. Mae ColegauCymru yn croesawu'r ymrwymiad hwn. Ond, ar adegau, mae wedi bod yn ddi-drefn gyda'r ffocws pennaf ar ysgolion a disgyblion, yn hytrach na phobl ifanc yn yr ystod lawn o leoliadau addysg.

Mae hanner yr holl broblemau iechyd meddwl yn ymddangos cyn 14 oed, gydag un mewn pedwar yn dioddef cyflyrau iechyd meddwl erbyn 24 oed.[2] Mae hyn yn golygu, er bod cymorth iechyd meddwl yn allweddol mewn ysgolion, ei fod hefyd yn hanfodol bod darpariaeth briodol yn parhau ym mhob lleoliad ôl-16, yn cynnwys addysg bellach, gwasanaethau ieuenctid ac addysg uwch. Un maes sydd yn cael ei ddiystyru'n aml yw dysgu seiliedig ar waith (WBL) a lles prentisiaid. Nodir bod pandemig COVID-19 wedi cael effaith ddifrifol ar iechyd meddwl plant a phobl ifanc, yn ogystal ag oedolion, gan wneud y mater hwn yn bwysicach nag erioed. Mae gan brentisiaid, yn ogystal â'r straen ychwanegol o gyflawni eu cymhwyster ar ôl cwblhau eu fframwaith, y pryder ychwanegol ynghylch cyflogaeth yn y dyfodol. Gall prentisiaid ifanc hefyd wynebu'r her o addasu i fyd gwaith ar ôl eu cyfnod mewn addysg ffurfiol. Cafodd 1,690 o brentisiaid eu rhoi ar ffyrlo llawn ar 29 Ionawr 2021 ac, yn ôl ystadegau Llywodraeth Cymru, roedd nifer y prentisiaid ar ffyrlo yn parhau i gynyddu wrth i effaith economaidd y cyfnod clo gael ei deimlo gyda niferoedd sylweddol hefyd yn cael eu rhoi ar ffyrlo[3] Mae'n bwysig, wrth i bobl iau gael eu hannog i ddilyn llwybr prentisiaeth, nad yw anghenion y grŵp hwn o ddysgwyr yn cael eu diystyru.

Yn yr adroddiad "Cadernid Meddwl"[4] (2018), edrychodd Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg (CYPE) y Senedd ar y newidiadau oedd eu hangen i gymorth emosiynol ac iechyd meddwl ar gyfer plant a phobl ifanc yng Nghymru. Er bod yr adroddiad yn cyfeirio at "ysgolion a cholegau" gyda'i gilydd, roedd y ffocws ar gyflwyno ymagwedd "ysgol gyfan", gan sefydlu lles yn ethos yr ysgol gyfan, y cwricwlwm, a hyfforddiant staff. Mae ColegauCymru yn cytuno y dylai cymorth iechyd meddwl ddechrau yn ifanc a chefnogi dysgwyr pan fyddant ei angen. Fodd bynnag, mae'r term "ymagwedd ysgol gyfan" yn gwthio sefydliadau ôl-16 a dysgu seiliedig ar waith i'r cyrion, ac mae awgrym y bydd y cymorth iechyd meddwl yn gorffen unwaith y bydd person ifanc yn gadael yr ysgol. Yn ystod tystiolaeth lafar i'r Pwyllgor CYPE yn Ionawr 2021, dywedodd y Gweinidog Addysg "Nid yw anghenion iechyd meddwl plant a phobl ifanc o reidrwydd yn dod i ben pan fyddant yn gorffen yn yr ysgol; mae angen i ni sicrhau bod cymorth ar gael mewn addysg bellach ac addysg uwch".[5] Mae ColegauCymru yn cefnogi'r

---

[2] Young Minds, *Impact Report 2018-2019* https://youngminds.org.uk/media/3396/impact-report-2018-19-low-res.pdf

[3] Llywodraeth Cymru, *Prentisiaid a roddwyd ar ffyrlo neu a ddiswyddwyd yn ystod pandemig coronafeirws (COVID-19): hyd at 29 Ionawr 2021* https://gov.wales/apprentices-furloughed-or-made-redundant-during-coronavirus-covid-19-pandemic-29-january-2021

[4] Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg Cynulliad Cenedlaethol Cymru, *Cadernid Meddwl* (Ebrill 2018) Iechyd Emosiynol ac Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc yng Nghymru (senedd.cymru)

[5] Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg 21/01/2021 – Senedd Cymru (senedd.cymru)

datganiad hwn a sylw blaenorol y Gweinidog am symud o ymagwedd ysgol gyfan i ymagwedd system gyfan. Dylai Llywodraeth nesaf Cymru sicrhau bod ymagwedd gyson tuag at iechyd meddwl dysgwyr a darpariaeth cymorth yn ystod pob cyfnod o addysg. Dylai'r cymorth y gall plentyn ei gael yn yr ysgol eu dilyn nhw i'r coleg, y chweched dosbarth, gwasanaethau ieuenctid a thu hwnt. Yn yr un modd, ac nid yw hyn wedi bod yn ffocws i Senedd bresennol Cymru yn yr un ffordd, mae angen ystyried gwasanaethau cymorth mewn addysg oedolion, yn cynnwys lleoliadau cymunedol.

Wrth graffu ar gyllideb ddrafft 2021-22 ar 21 Ionawr 2021, ni allia'r Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, Vaughan Gething AS, nodi faint o'r £9.2 biliwn ym Mhrif Grŵp Gwariant (MEG) Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol oedd wedi cael ei ddyrannu i ddarpariaeth oedd yn benodol i blant a phobl ifanc[6]. Fodd bynnag, nododd fod plant a phobl ifanc yn cael cyfran deg o'r cyllid o'i gymharu â gwasanaethau oedolion, gyda blaenoriaethau yn ymwneud ag iechyd meddwl. Er bod cyllidebau'n cael eu dyrannu ar sail ddamcaniaethol, mae ColegauCymru yn dadlau y dylai Llywodraeth nesaf Cymru gydgrynhoi cyllid ar gyfer iechyd meddwl mewn addysg bellach i ddyraniad cyffredinol addysg bellach er mwyn sicrhau bod colegau'n gallu cynllunio eu cymorth gyda mwy o sicrwydd. Mae Argymhelliad 15 yn adroddiad craffu Pwyllgor CYPE o Gyllideb Ddrafft 2021-2022 Llywodraeth Cymru[7] yn datgan y dylai'r pwyllgor olynol "gadw briff gwylio ar ddyraniadau i gefnogi iechyd meddwl dysgwyr yn ystod y flwyddyn ariannol nesaf, pan fydd cyllid addysg uwch a phellach yn cael ei ddosbarthu i sefydliadau". Bydd hyn yn hanfodol i fonitro gweithgaredd Llywodraeth nesaf Cymru.

Mae llawer o ymarfer rhagorol ym mhob coleg ar draws Cymru o ran cymorth iechyd a lles meddwl ond mae angen cymorth i ledaenu arfer da.[8] Mae angen i ddyraniadau cyllid ar gyfer cymorth iechyd meddwl fod yn rhan o'r dyraniad cyffredinol i golegau, yn arbennig am y bydd anghenion iechyd meddwl dysgwyr wedi newid yn sylweddol ers 2018 o ganlyniad i bandemig COVID-19. Cyhoeddodd y Comisiynydd Plant "Coronafeirws a fi: ymatebion arolwg ar gyfer pobl ifanc 15-18 oed" ym mis Hydref 2020.[9] Er bod y cyfnod clo newydd ddechrau ar adeg yr arolwg, mae'n datgelu bod yr ansicrwydd yr oedd pobl ifanc yn ei wynebu eisoes yn cael effaith ar eu hiechyd meddwl. Yn galonogol, dywedodd dros hanner yr ymatebwyr y byddent yn troi at staff y coleg (neu'r ysgol) am gymorth emosiynol ac iechyd meddwl os byddai angen. Mae hyn yn cadarnhau bod colegau'n cael eu hystyried yn ffynhonellau cymorth dibynadwy gan ddysgwyr, ond mae hefyd yn pwysleisio'r angen am gyllid parhaus mewn meysydd fel hyfforddiant er mwyn i staff fod yn hyderus wrth gynnig cymorth.

---

[6] https://senedd.wales/media/xtho221a/cr-ld14081-e.pdf tud.5
[7] https://senedd.wales/media/xtho221a/cr-ld14081-e.pdf
[8] Er enghraifft, ym mis Rhagfyr 2018, dyfarnwyd £175,000 i GolegauCymru weithio gyda cholegau AB yng Nghymru ar brosiectau peilot iechyd meddwl fyddai'n gwella darpariaeth bresennol, yn datblygu ymyriadau newydd ac, yn bwysig iawn, yn annog cydweithredu a rhannu arfer gorau ymysg sefydliadau. Gyda chyllid Llywodraeth Cymru, mae'r sector yn gyffredinol wedi creu 25 o adnoddau o ganlyniad i'r prosiect hwn, sydd i gyd ar gael i ddysgwyr ar wefan Hwb. Oherwydd llwyddiant y prosiect, dyrannwyd mwy o gyllid ar gyfer ei barhau yn 2020 gyda cholegau yn perchnogi'r cyllid a'r gwaith o'i ledaenu.
[9] Cynhaliwyd yr arolwg yn wreiddiol ym mis Mai 2020, yn agos at ddechrau'r cyfnod clo cenedlaethol cyntaf, ac ymatebodd 4,357 o bobl ifanc i gyd. https://www.childcomwales.org.uk/wp-content/uploads/2020/10/Briefing_Report_1518_FINAL_CYM.pdf

Mae darpariaeth gwasanaethau prentisiaeth yn cael ei sicrhau trwy ymarfer caffael a gyflawnir trwy fframwaith caffael. Mae'r gwasanaeth a ddarperir wedi ei ddosbarthu fel cymorth i fusnes, e.e. y cyflogwr, gan ei fod, wrth gwrs, yn wasanaeth galwedigaethol pwysig i'r prentis. Mae gwahanu darpariaeth dysgu seiliedig ar waith ac addysg bellach, sydd yn digwydd ar hyn o bryd, yn cyflwyno heriau arbennig o ran diogelu lles prentisiaethau iau. Mae sawl rheswm pam y dylai Llywodraeth Cymru yn y dyfodol ystyried diwygio darpariaeth dysgu seiliedig ar waith, yn arbennig yr angen i fynd i'r afael â heriau eraill amlwg iechyd neu les meddwl.

Mae hyn yn cysylltu â'r angen i gefnogaeth ar draws lleoliadau addysg fod yn fwy cydlynol. Fel enghraifft o ymagweddau anghyson, yn 2020, ymgynghorodd Llywodraeth Cymru ar ganllawiau fframwaith ar sefydlu ymagwedd ysgol gyfan, heb ystyried lleoliadau addysgol eraill.[10] Mewn llawer o achosion, mae colegau a lleoliadau dysgu seiliedig ar waith yn ymdrin â dysgwyr o'r un ystod oedran â dosbarthiadau chweched mewn ysgolion ac mae'n annheg i gymorth gael ei ddarparu wedi ei bennu yn ôl lleoliad, yn hytrach nag angen neu gyfnod mewn bywyd. Mae angen i Lywodraeth nesaf Cymru gael ymagwedd llawer mwy cydgysylltiedig tuag at ystyried a darparu cymorth.

Yn yr un modd, mae'r ymagwedd tuag at gwnsela yn amrywio hefyd. Yn unol ag Adran 92 o Ddeddf Safonau a Threfniadaeth Ysgolion (Cymru) 2013, mae'n ofynnol ar awdurdodau lleol ddarparu gwasanaethau cwnsela annibynnol rhesymol ar gyfer plant a phobl ifanc rhwng 11 a 18 oed a disgyblion Blwyddyn 6 ysgolion cynradd. Yn unol â datganiad ystadegol mwyaf diweddar Llywodraeth Cymru, derbyniodd 11,753 o blant neu bobl ifanc wasanaethau cwnsela yn 2018/19, cynnydd o 3 y cant o'i gymharu â 2017/18.[11] Nid yw'r ffigurau ar gyfer 2019/20 a 2020/21 wedi cael eu cyhoeddi eto ac rydym yn aros am effaith pandemig COVID-19.

Nid oedd angen unrhyw fath o atgyfeirio ar naw deg y cant o blant a phobl ifanc a dderbyniodd wasanaeth cwsnela mewn lleoliad ysgol unwaith yr oedd y sesiynau cwnsela wedi eu cwblhau. Mae hyn yn amlygu llwyddiant y sesiynau cwnsela hyn mewn ysgolion. Mae ColegauCymru yn annog Llywodraeth nesaf Cymru i baru darpariaeth sydd ar gael mewn ysgolion â'r ddarpariaeth mewn addysg bellach a lleoliadau dysgu seiliedig ar waith, er mwyn i ddysgwyr allu parhau i gael cymorth wrth iddynt bontio rhwng lleoliadau addysg.

Mae'n rhaid i gymorth ar gyfer dysgwyr fod ar gael yn eu dewis iaith. Os yw dysgwr wedi defnyddio eu gwasanaethau iechyd meddwl trwy gyfrwng y Gymraeg tra'u bod yn mynychu'r ysgol, er enghraifft, yna dylai'r gwasanaeth hwn fod ar gael iddynt o hyd wrth iddynt bontio i sefydliad ôl-16. Dylai'r sector addysg bellach dderbyn cymorth digonol er mwyn gallu darparu gwasanaethau dwyieithog i ddysgwyr. Dylai Llywodraeth nesaf Cymru sicrhau bod digon o weithwyr proffesiynol yn cael hyfforddiant ym maes iechyd meddwl i allu gweithio'n hyderus trwy gyfrwng y Gymraeg. Ni ddylai pobl sydd yn dewis cael mynediad at y gwasanaethau hyn trwy gyfrwng y Gymraeg orfod aros mwy

[10] https://gov.wales/sites/default/files/consultations/2020-07/consultation-document-draft-framework-guidance-on-embedding-a-whole-school-approach.pdf
[11] Llywodraeth Cymru, Datganiad Ystadegol (Mawrth 2020) https://gov.wales/sites/default/files/statistics-and-research/2020-05/counselling-children-and-young-people-september-2018-august-2019.pdf

na'r rheiny a ddewisodd gael mynediad trwy gyfrwng y Saesneg. Dylai'r holl adnoddau perthnasol, y deunyddiau darllen a'r gwasanaethau ar-lein fod ar gael yn ddwyieithog.

Wrth ystyried ymagwedd "coleg cyfan" neu "system gyfan", mae'n bwysig cofio bod effaith COVID-19 ar iechyd meddwl yn cyrraedd dysgwyr sy'n oedolion hefyd. Gall fod y cymorth sydd ei angen arnynt yn wahanol i'r hyn sydd ei angen ar bobl ifanc. Mae llawer o fuddion iechyd i addysg oedolion, yn cynnwys effaith gadarnhaol ar iechyd meddwl person. Mae ymchwil yn dangos bod addysg oedolion yn meithrin: teimlad o hunaniaeth, gallu i ymdopi â theimlad o ddiben mewn bywyd (Hammond, 2004); a lefel uwch o les (Swyddfa Ystadegau Gwladol y DU, 2012 LA). Yn ddiweddar, dathlodd Addysg Oedolion Cymru – Y Coleg Cymunedol Cenedlaethol, sydd yn darparu mynediad at addysg o ddysgu ar lefel cyn mynediad i gymwysterau lefel pedwar i bob oedolyn ar draws Cymru, un o'u dysgwyr oedd wedi goresgyn ei iselder a'i orbryder trwy fynychu cwrs yn y gymuned[12]. Un enghraifft yw hyn o'r ffordd y gall addysg oedolion a dysgu gydol oes gael effaith sylweddol ar ddysgwyr o bob oed a dylid ei fyfyrio wrth ystyried ymagweddau "system gyfan" tuag at ddarpariaeth iechyd meddwl. Mae angen i Lywodraeth nesaf Cymru ystyried y ffordd orau o fodloni anghenion dysgwyr sydd yn oedolion o ran iechyd a lles meddwl er mwyn iddynt allu gwireddu eu potensial llawn.

Cefnogi gweithgaredd corfforol a lles actif

Mae gweithgaredd corfforol yn allweddol i ddatblygu dinasyddion iachach a hapusach yng Nghymru ac mae'r sector addysg bellach eisoes yn chwarae rhan bwysig. Yng Nghymru, mae addysg bellach ar hyn o bryd yn darparu addysg ar gyfer 45,000+ o ddysgwyr amser llawn 16-19 oed.[13] Ar hyn o bryd, mae ColegauCymru, trwy gyllid grant Chwaraeon Cymru, yn ymgysylltu tua 11% o'r boblogaeth hon trwy weithgaredd prosiect Lles Actif.[14] Mae hyn fel arfer wedi ei ddylunio i ymgysylltu grwpiau llai egnïol, mwy anodd eu cyrraedd yn hytrach na dysgwyr chwaraeon. Mae'r gwaith cyflwyno'n gweithio gyda rhyw 5,000 o ddysgwyr y flwyddyn.[15]

Ym mis Gorffennaf 2020, cyhoeddodd ColegauCymru Strategaeth Lles Actif 2020-2025, gyda'r nod o wella iechyd a lles cymunedau coleg ar draws Cymru.[16] Bydd y Strategaeth Lles Actif yn cynorthwyo colegau i wella lles emosiynol, cymdeithasol a chorfforol yn y sector, gan hybu cymunedau coleg iachach a gweithlu sydd yn addas ar gyfer cyflogaeth yn y dyfodol. Mae Lles Actif yn rhoi cyfle i GolegauCymru a cholegau sydd yn aelodau i wneud gwahaniaeth i iechyd, lles a ffyniant dysgwyr, cymunedau a Chymru fel cenedl, yn y dyfodol. Mae'n ategu strategaeth Llywodraeth Cymru, *Pwysau*

[12] https://www.adultlearning.wales/cym/newyddion/277/0/
[13] Dysgwyr unigryw sydd wedi'u cofrestru mewn sefydliadau addysg bellach yn ôl grŵp oedran, dull dysgu a rhyw (llyw.cymru)
[14] Data ColegauCymru, casglwyd trwy system Upshot
[15] Mae colegau yn darparu addysg i fwy na 3000 o ddysgwyr mewn rhaglenni galwedigaethol a Safon Uwch yn ymwneud â chwaraeon. Nid yw'r ffigur hwn yn cynnwys pynciau eraill gydag elfen o weithgaredd corfforol neu wirfoddoli fel y celfyddydau perfformio, teithio a thwristiaeth, gofal plant ac iechyd a gofal cymdeithasol, ond byddai'n cynnwys gwasanaethau cyhoeddus ac addysg awyr agored
[16] ACTIVE WELLBEING STRATEGY eng.pdf (colleges.wales)

Iach, Cymru Iach, yn arbennig o ran uchelgais Amgylchedd Egnïol.[17] Gall y sector addysg bellach chwarae mwy o ran yn cefnogi dinasyddion a chymunedau egnïol yn y dyfodol. Fodd bynnag, er mwyn sicrhau parhad y gwaith hwn, mae'n rhaid i gyllid tymor hwy ar gyfer chwaraeon a lles fod yn flaenoriaeth i Lywodraeth nesaf Cymru, yn arbennig er mwyn cyflawni nodau *Pwysau Iach, Cymru Iach* erbyn 2030.

Mae hyn yn arbennig o bwysig yng ngoleuni COVID-19 a'i effaith gysylltiedig ar lefelau gweithgaredd corfforol. Mae addasu i bandemig COVID-19 wedi bod yn flaenoriaeth i'r sector addysg bellach yng Nghymru ers y cyfnod clo gwreiddiol ym mis Mawrth 2020. Mae ymgysylltiad wedi parhau gydag ymagwedd arloesol yn cefnogi cyflwyno wedi ei addasu. Yn ddiweddar, mae ColegauCymru, gan ddefnyddio cyllid adferiad Chwaraeon Cymru, wedi dechrau gweithio ar brosiect newydd yn edrych ar chwaraeon addysg bellach a'i rôl yn yr adferiad yn dilyn y pandemig. Dangosodd ymchwil gan Sport England a gyhoeddwyd ym mis Ionawr 2021 fod lefelau gweithgaredd corfforol oedolion a phlant wedi gostwng yn ystod COVID-19.[18] Yn yr un modd, cyhoeddodd Chwaraeon Cymru ganlyniadau eu Harolwg Cenedlaethol oedd yn cynnwys y cyfnod o Ebrill 2019 – Ebrill 2020. Gellir defnyddio'r adroddiad hwn fel llinell sylfaen i bennu gweithgaredd oedolion (16+ oed) yng Nghymru cyn COVID-19. Yn 2019-20, nododd 59% o oedolion eu bod wedi cymryd rhan mewn rhyw fath o weithgaredd chwaraeon yn y pedair wythnos diwethaf (1,468,000 o bobl). Mae'r gyfradd hon heb newid o'i chymharu â chanlyniadau blynyddoedd blaenorol (2016-17, 2017-18, a 2018-19).[19] Dangosodd arolwg ar-lein dilynol o 1,007 o oedolion a gymerwyd ym mis Hydref 2020 fod lefelau cyffredinol gweithgaredd corfforol oedolion yn ymddangos yn debyg i'r hyn yr oeddent cyn cyflwyno cyfyngiadau cyntaf COVID-19 ym mis Mawrth. Fodd bynnag, ymddengys bod y pandemig wedi ehangu anghydraddoldebau o ran cyfranogiad ar draws y ddau ryw, statws economaidd-gymdeithasol, salwch neu gyflyrau hirsefydlog, ac oed.[20] Gall y sector addysg bellach chwarae rhan fawr yn mynd i'r afael â'r anghydraddoldebau hyn ac yn helpu i ailymgysylltu dysgwyr mewn gweithgaredd.

Gofynnodd yr arolwg diweddar "Coronafeirws a fi" gan Gomisiynydd Plant Cymru sut roedd pobl ifanc yn cadw corff a meddwl iach yn ystod y pandemig. O'r tri phrif weithgaredd a ddewiswyd, roedd ymarfer corff yn yr awyr agored yn drydydd (68%) y tu ôl i ddefnyddio'r cyfryngau cymdeithasol i gadw mewn cysylltiad (74%) a siarad â ffrindiau (70%).[21] Mae hyn yn dangos, er bod y ganran yn dal yn uchel, bod gweithgaredd corfforol yn wynebu cystadleuaeth gan fathau llai egnïol o strategaethau lles y mae pobl ifanc yn eu mabwysiadu.

Mae angen dealltwriaeth well o'r effaith gyffredinol ar ddysgwyr, yn gorfforol, yn emosiynol ac yn gymdeithasol yn ystod y pandemig. Dylai fod gan bob dinesydd hawl i weithgareddau corfforol a lles, a gall addysg bellach roi ffocws penodol nid yn unig i bobl ifanc ond y gymuned ehangach hefyd. Dylai

[17] Llywodraeth Cymru, *Pwysau Iach, Cymru Iach*, 2019, Adroddiad Blynyddol Bwrdd Partneriaeth Ranbarthol Gogledd Cymru (llyw.cymru)
[18] Sport England, *Understanding the impact of Covid-19*, Ionawr 2021, Cyflwyniad PowerPoint (sportengland-production-files.s3.eu-west-2.amazonaws.com) – tud.5
[19] Chwaraeon Cymru, *Arolwg Cenedlaethol Cymru 2019-20: Chwaraeon a Ffyrdd o Fyw Egnïol* https://www.sport.wales/files/6d37acbb10c06bc46c595c9b77dce7dc.pdf
[20] https://www.sport.wales/comres-research/comres-survey-2-october-2020/
[21] Comisiynydd Plant Cymru, *Coronafeirws a Fi: ymatebion arolwg gan bobl ifanc 15-18* Briefing_Report_1518_FINAL_ENG.pdf (childcomwales.org.uk) tud.11

Llywodraeth nesaf Cymru sicrhau bod pob coleg yn gallu parhau i gynnig ystod eang o weithgareddau corfforol i ddysgwyr o bob math, yn cynnwys dysgwyr anabl a'r rheiny ag anghenion dysgu ychwanegol.

Cefnogi hyblygrwydd parhaus wrth gyflwyno a dysgu

Mae cyflwyno cynyddol ar-lein o ganlyniad i COVID-19 wedi creu heriau a buddion o ran lles dysgwyr a staff. Mae colegau wedi nodi buddion defnyddio technoleg i annog cymhwysedd digidol a defnyddio'r rhyngrwyd i gysylltu â ffrindiau a theulu. Fodd bynnag, mae pryderon lles hefyd yn ymwneud â dysgu digidol. Mae colegau hefyd wedi nodi bod blinder digidol yn fater gwirioneddol ymysg dysgwyr, ac y dylai dysgu digidol hefyd gynnwys dulliau dysgu anghydamserol ("dal i fyny" neu "ar alw"). Gall y math yma o ddysgu fod yn arbennig o ddefnyddiol i'r rheiny fel gofalwyr sydd yn cael budd o gyfleoedd o'r fath. Dylai Llywodraeth nesaf Cymru sicrhau bod elfennau cadarnhaol cyflwyno a dysgu digidol yn cael eu cynnal mewn polisi a mentrau addysg i'r dyfodol, ar ôl COVID-19.

Mae pandemig COVID-19 wedi datblygu "normal newydd" i ddinasyddion, yn cynnwys pobl ifanc, yng Nghymru, nid ym maes addysgu a dysgu yn unig, ond mewn bywyd bob dydd yn gyffredinol. Bydd meysydd newydd, penodol o iechyd meddwl angen ffocws gyda mwy o blant a phobl ifanc sydd yn dysgu gartref yn profi allgáu digidol neu orbryder wedi ei achosi gan COVID-19. Mae'r gorbryder y mae pobl ifanc yn ei wynebu o ran eu dysgu wedi ei amlygu yn adroddiad "Coronafeirws a Fi". Mae'n datgan bod, "Cau busnesau a lleoliadau addysgol dros dro, ynghyd â'r newid i ddysgu o bell neu ar-lein, wedi golygu bod llawer o bobl ifanc wedi profi cyfnod sylweddol o ansicrwydd o ran dysgu a'u dyfodol. I'r rheiny yn y grŵp oedran hwn (15-18) a ymatebodd i'n harolwg, roedd gan fwy o bobl ifanc ddiffyg hyder yn eu dysgu na'r rheiny oedd yn teimlo'n hyderus. Nid oedd 21% yn teimlo'n hyderus o gwbl, roedd 26% ddim yn hyderus; roedd 21% yn hyderus a 7% yn hyderus iawn." Dylai Llywodraeth nesaf Cymru sicrhau bod profiadau a safbwyntiau dysgwyr yn cael eu hystyried fel rhan o unrhyw adolygiadau o ddarpariaeth dysgu neu asesu yn y dyfodol wrth symud ymlaen.

Mae angen hyblygrwydd nid yn unig ar ddysgwyr, ond staff hefyd. Ers dechrau'r pandemig, mae staff colegau wedi bod yn gweithio gartref lle y bo'n bosibl. Ar ôl y pandemig, mae'n bwysig cynnal cydbwysedd hyblyg rhwng bywyd a gwaith, a bod arfer da yn cael ei weithredu trwy barhau i weithio gartref lle y bo'n ymarferol. Mae addysgu a dysgu wyneb yn wyneb yn dal yn werthfawr i ddysgwyr a staff.

Yn ôl adroddiad Awst 2020 gan Wiserd "Homeworking in the UK: Before and during the 2020 lockdown",[22] byddai naw allan o ddeg (88.2%) o gyflogeion wnaeth weithio gartref yn ystod y cyfnod clo yn dymuno parhau i weithio gartref mewn rhyw ffordd gyda thua un o bob dau gyflogai (47.3%) eisiau gweithio gartref yn aml neu drwy'r amser. Yn ogystal, nid oedd cyflogeion heb lawer o brofiad o weithio gartref wedi cael profiad gwael o wneud hynny – byddai hanner (50.0%) y gweithwyr cartref

[22] Wiserd, *Homeworking in the UK: Before and during the 2020 lockdown* (Awst 2020)
Homeworking in the UK_Report_Final_3.pdf (wiserd.ac.uk)

newydd yn dymuno gweithio gartref yn aml neu bob amser hyd yn oed pan fydd cyfyngiadau COVID-19 yn caniatáu dychwelyd i weithio 'arferol'. Mae hyn yn awgrymu y bydd lefelau llawer uwch o weithio gartref nag yn y gorffennol yn nodwedd allweddol o'r normal newydd.

Mae dysgu a chyflogaeth prentisiaid wedi cael ei amharu gan COVID-19 a gallant wynebu'r heriau o fod mewn cyflogaeth ansicr fel yr amlygwyd yn gynharach. Mae cymorth ar gyfer dysgu digidol wedi bod yn un maes ychwanegol sydd wedi bod yn anodd mynd i'r afael ag ef oherwydd caffaeliad dysgu seiliedig ar waith. Yn unol â'r pryderon yn ymwneud ag iechyd meddwl a lles cyffredinol prentisiaid, dylai Llywodraeth nesaf Cymru archwilio diwygio'r sylfaen ariannu a mabwysiadu model yn seiliedig ar ddyrannu yn debyg i'r un ar gyfer cyllid addysg bellach a chweched dosbarth. Gallai'r Llywodraeth nesaf wedyn ddefnyddio'r hyblygrwydd uwch hwn i gyflwyno mwy o rannu prentisiaethau.

Mae ColegauCymru yn annog Llywodraeth nesaf Cymru i sicrhau bod materion gweithio gartref ac o bell yn cael eu hystyried wrth i ni geisio cefnogi staff addysg bellach sydd yn eu tro yn parhau i gefnogi dysgwyr. Fel enghraifft o arfer da sydd yn cael ei gydnabod, mae Coleg Penybont wedi ennill gwobrau niferus ar gyfer eu gwaith yn cefnogi iechyd meddwl staff a dysgwyr. Yn ddiweddar, cawsant Wobr Grŵp NCON Beacon Cymdeithas y Colegau am Iechyd a Lles Meddwl 2021. Mae'r coleg wedi creu Strategaeth Les gyda'r nod o greu amgylchedd dysgu a gwaith lle gall pawb ffynnu a chyflawni eu potensial llawn. Maent yn ystyried iechyd meddwl dysgwyr a staff ac yn mesur effaith eu hymyriadau a'u cymorth trwy arolygon staff a dysgwyr cyson, wedi ei gyfuno â deialog a dadansoddi data parhaus. Un enghraifft yn unig yw hyn o arfer gorau gan goleg addysg bellach yng Nghymru.

Y cyfarwyddyd hwn yw'r trydydd mewn cyfres o bump yn cwmpasu'r themâu a nodwyd yn *Llwyddiant Pellach: Argymhellion Polisi ar gyfer Llywodraeth nesaf Cymru Mewn Addysg Ôl-16 a Dysgu Gydol Oes ar gyfer Cymru*.

Ffôn
02920 522 500

E-bost
helo@colegaucymru.ac.uk

ColegauCymru
U7 Cae Gwyrdd
Greenmeadow Springs
Tongwynlais Caerdydd, CF15 7AB

Gwefan
www.colegau.cymru