



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Addysg a Gwellu Iechyd
Cymru (AaGIC)
Health Education and
Improvement Wales (HEIW)

Cynllun Hyfforddi Iechyd Meddwl Amenedigol a Babanod Cymru



Cynllun Hyfforddi Iechyd Meddwl Amenedigol a Babanod Cymru

Ar gyfer pwy mae'r cynllun hyfforddi?

Bwriad y Cynllun Hyfforddi Rhwydwaith Iechyd Meddwl Amenedigol a Babanod Cymru hwn yw deall anghenion dysgu yr aelodau hynny o'r gweithlu yng Nghymru a allai gwrdd â theuluoedd yn y cyfnod amenedigol, a ddiffinnir fel cyfnod beichiogrwydd, genedigaeth plentyn a'r ail flwyddyn wedi genedigaeth.

Mae hyn yn cynnwys ymarferwyr sy'n gweithio ym meysydd iechyd, gofal cymdeithasol a gwasanaethau a mudiadau'r trydydd sector.

Gellir gwneud enillion pwysig a pharhaol i deuluoedd sy'n derbyn y gofal cywir ar yr adeg cywir a chan y bobl gywir, gan bobl sydd â'r sgiliau, yr wybodaeth a'r gefnogaeth gywir.

Sut cafordd y cynllun hyfforddi ei ddatblygu?

Mae Cynllun Hyfforddi Iechyd Meddwl Amenedigol Cymru wedi ei addasu, gyda chaniatâd, o Gynllun Hyfforddi Iechyd Meddwl Amenedigol NHS Education for Scotland (NES) ac wedi'i ddatblygu'n unol â Fframwaith Gwricwlaidd Iechyd Meddwl Amenedigol a Babanod Cymru (IMAB).

Mae'r fframwaith hwn yn amlinellu'r sgiliau a'r wybodaeth sydd eu hangen ar ymarferwyr sy'n gweithio gyda theuluoedd yn y cyfnod amenedigol.

Mae'n dosbarthu ymarferwyr fel:

- GWYBODUS
- MEDRUS
- UWCH
- ARBENIGOL

Mae'r uchod yn seiliedig ar 'y math o gyswllt maen nhw'n ei gael â theuluoedd yn y cyfnod hwn yn ogystal â'r lleoliad lle maen nhw'n gweithio'.

Nid yw'r fframwaith, fodd bynnag, yn diffinio pa rôl ymarferydd sy'n cydfynd â pha lefel ymarfer.

Tabl 1:

Mae'r tabl hwn yn amlinellu'r lefelau ymarfer y gallai ymarferwyr weithio ynddynt gyda theuluoedd yn y cyfnod amenedigol, wedi'u cymryd o Fframwaith Gwricwlaidd IMAB.

GWYBODUS	Gwybodaeth a sgiliau sylfaenol sy'n ofynnol i'r holl staff sy'n gweithio ym maes iechyd, gofal cymdeithasol a lleoliadau trydydd sector. (Pob aelod o staff)
MEDRUS	Gwybodaeth a sgiliau sy'n ofynnol i'r holl staff sydd â chyswllt uniongyrchol a/neu sylweddol â menywod yn ystod beichiogrwydd a'r cyfnod ôl-enedigol, eu babanod, partneriaid a theuluoedd. (Holl staff mamolaeth, ymwelwyr iechyd, gofal sylfaenol, gwaith cymdeithasol plant a theuluoedd, trydydd sector perthnasol)
UWCH	Gwybodaeth a sgiliau sy'n ofynnol i'r holl staff sydd â chyswllt mwy rheolaidd a dwys â menywod a allai fod mewn perygl o/sydd wedi eu heffeithio gan salwch meddwl amenedigol, eu babanod, partneriaid a theuluoedd. (Holl staff iechyd meddwl, gan gynnwys oedolion; CAMHS, dibyniaethau, ayyb; yn ogystal â mamolaeth, gofal sylfaenol, ymwelwyr iechyd a staff trydydd sector sy'n gweithio mewn rôl uwch)
ARBENIGOL	Gwybodaeth a sgiliau sy'n ofynnol i staff sydd, yn rhinwedd eu swydd a lleoliad ymarfer, yn darparu rôl arbenigol wrth asesu, gofalu, trin a chefnogi menywod a allai fod mewn perygl o/sydd wedi eu heffeithio gan salwch meddwl, eu babanod, partneriaid a theuluoedd. Yn aml bydd ganddynt rolau arweinyddol mewn addysg, hyfforddi a chydlynu a datblygu gwasanaethau. (Staff sy'n gweithio o fewn gwasanaethau iechyd meddwl amenedigol a babanod arbenigol)



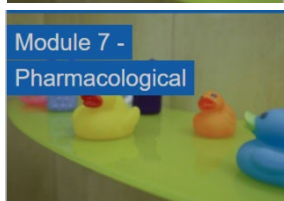
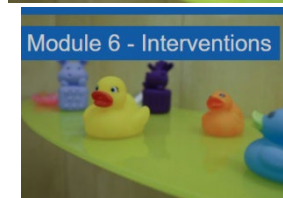
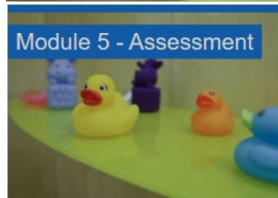
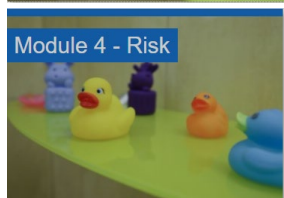
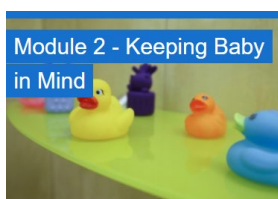
Cefnogi Gwybodaeth: Adnoddau E-ddysgu

I helpu i fynd i'r afael ag anghenion ymarferwyr, mae'r E-adnoddau canlynol wedi cael eu mabwysiadu a'u haddasu gyda chaniatâd gan NES gan Rwydwaith Iechyd Meddwl Amenedigol Cymru ac ar gael am ddim i bawb gael mynediad iddynt:

[Modiwlau "Iechyd Meddwl Amenedigol a Babanod Hanfodol"](#) : - [Learning@Wales: Mewngofnodwch i'r safle \(gig.cymru\)](#)

1.

- Cyflwyniad i Iechyd Meddwl Amenedigol a Babanod.
- Cadw'r babi mewn cof.
- Stigma.
- Risg.
- Asesu.
- Ymyrraeth.
- Ymyrraeth ffarmacolegol.



Modiwl 1 –
Cyflwyniad
Hanfodol

Modiwl 2 –
Cadw'r Babi
Mewn Cof

Modiwl 3 –
Stigma

Modiwl 4 – Risg

Modiwl 5 –
Asesu

Modiwl 6 –
Ymyriadau

Modiwl 7 – Ymyriadau
Ffarmacolegol

Pa adnoddau sy'n iawn i fi?

Iechyd Meddwl Amenedigol a Babanod Hanfodol – Modiwlau E-ddysgu

Mae hi'n bwysig bod gan yr holl staff sy'n gweithio gyda menywod a'u teuluoedd yn ystod beichiogrwydd a'r cyfnod ôl-enedigol yr wybodaeth, sgiliau ac agweddau i sicrhau eu bod yn darparu gofal priodol.

Roedd argymhellion gan y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg (2017) yn cynnwys yr angen i ddatblygu cyfres o declynnau addysgol i gyd-fynd â chymwyseddau'r Fframwaith Gwricwlaidd, y gellid eu defnyddio fel rhan o'r rhaglen gynefino ar gyfer pob aelod o staff newydd i'r gwasanaethau amenedigol.

Mewn ymateb i'r adroddiad cafodd Rhwydwaith Iechyd Meddwl Amenedigol Cymru ac Addysg a Gwella Iechyd Cymru ganiatâd gan gydweithwyr yn NHS Education for Scotland i addasu a mabwysiadu eu hadnoddau hyfforddi i Gymru.

Modiwlau E-ddysgu.

Mae pob modiwl yn cymryd rhwng 30 a 45 i'w gwblhau ac yn cefnogi cynefino a datblygiad proffesiynol parhaus staff ar lefelau estynedig ac arbenigol fel yr amlinellir yn y fframwaith gwricwlaidd. Byddai grwpiau staff yn cynnwys pob aelod o staff iechyd meddwl, gan gynnwys oedolion, CAMHS, dibyniaethau, ayyb, yn ogystal â mamolaeth, gofal sylfaenol, ymwelwyr iechyd a staff y trydydd sector sy'n gweithio mewn rôl estynedig a staff sy'n gweithio o fewn gwasanaethau IMAB.

Trosolwg o'r Modiwlau.

- Mae'r modiwlau "Cyflwyniad i iechyd meddwl amenedigol" a "Cadw'r babi mewn cof" yn darparu trosolwg o IMAB yn ogystal â'r llwybrau sydd wedi eu datblygu ar gyfer gwasanaethau IMAB.
- Mae'r modiwl "Stigma" yn cefnogi gweithwyr i fynd i'r afael â stigma a gwahaniaethu. Amlygodd adroddiadau *Recent Mothers and Babies: Reducing Risk through Audits and Confidential Enquiries* (MBRRACE) anghydraddoldeb canlyniadau iechyd i fenywod bechiog du, Asiaidd neu leiafrifol ethnig a'u teuluoedd. Gall syniadau cymdeithasol a phersonol o'r hyn yw bod yn riant atal rhieni rhag chwilio am gymorth.

- Mae ein modiwl “Risg” 30 munud yn cydnabod y bydd pob aelod o staff iechyd a gofal cymdeithasol yn dod ar draws menywod a theuluoedd yn y cyfnod amenedigol a bod angen iddynt wybod beth yw’r “baneri coch” a’r “baneri melyn” sy’n arwydd bod angen gweithredu ataliol neu ar frys.
- Mae asesu iechyd meddwl yn y cyfnod amenedigol yn gofyn am gysylltu da rhwng gwasanaethau a chynnwys gwybodaeth amenedigol-benodol, megis hanes obstetrig. Mae ein modiwl “Asesu” yn gynhwysfawr ac yn cynnwys llawer o adnoddau defnyddiol.
- Mae’r cyfnod amenedigol yn achosi llawer o benderfyniadau anodd a dryslyd i fenywod mewn perthynas â’u hiechyd meddwl ac opsiynau ymyrraeth. Gobeithiwn fod ein dau fodiwl ymyrraeth, “Ymyrraethau” ac “Ymyrraethau Ffarmacolegol” yn helpu staff i gefnogi menywod a theuluoedd yn hyderus er mwyn dewis llwybr at adferiad.

Sut ydw i’n gwybod pa fodiwlau ddylwn i eu cwblhau?

Edrychwch ar Dabl 1 er mwyn penderfynu pa lefel sy’n eich disgrifio chi neu’r ymarferydd rydych chi’n eu cefnogi ac i ddod o hyd i’r **dysgu hanfodol** a argymhellir i ymarferwyr sy’n gweithio ar y lefel hwn. Defnyddiwch y dolenni isod i gael mynediad i’r adnoddau hyn.

- [Iechyd Meddwl Amenedigol - Cydweithrediad Iechyd GIG Cymru](#)

*Os oes angen rhagor o wybodaeth i wneud y penderfyniad hwn, gweler **Tabl 1 isod**.*

Noder – does ond angen i ymarferwyr gwblhau’r hyfforddiant a amlinellir ar gyfer eu lefel nhw (h.y. nid oes angen i ymarferwyr a ddosberthir fel “medrus” gwblhau hyfforddiant “gwybodus” yn gyntaf).

Yn olaf, ystyriwch a fydddech chi neu eich ymarferwyr yn elwa o’r **hyfforddiant dewisol** pellach a adwaenir. Gallai’r penderfyniad hwn ddibynnu ar yr amser sydd ar gael gennych ar gyfer cynefino neu ddatblygiad proffesiynol parhaus, yr hyfforddiant neu’r profiad sydd gennych eisoes, a’r lleoliad lle rydych chi’n gweithio.



Sut ydw i'n cael mynediad i'r adnoddau hyn?

Sefydlwch gyfrif am ddim fan hyn - [Learning@Wales: Log in to the site \(nhs.wales\)](https://learning@wales.nhs.uk) er mwyn cael mynediad i ba bynnag rai o'r saith **Modiwl Hanfodol** sydd wedi eu hargymhell i'ch lefel chi.

Solihull Approach ar-lein:

Yn 2020, mewn partneriaeth â Iechyd Cyhoeddus Cymru, cafodd cyrsiau Solihull Approach ar-lein eu darparu ar draws Cymru. Mae'r cyrsiau canlynol ar gael yn rhad ac am ddim yng Ngogledd Cymru ac ar draws gweddill Cymru (ffi fechan)

- 1. Deall eich beichiogrwydd, yr esgor, yr enedigaeth a'ch babi
- 2. Deall eich babi
- 3a. Deall eich plentyn
- 3b. Deall eich plentyn ag anghenion ychwanegol
- 4. Deall ymennydd eich glasoed
- 5. Deall eich ymennydd (i'r glasoed yn unig!)
- 6. Deall teimladau eich plentyn (cwrs blasu)
- 7. Deall iechyd meddwl a llesiant eich plentyn (yn cyd-fynd â 3a a/neu 3b)
- 8. Deall eich perthnasoedd

*I gael mynediad i **Fodiwlau Solihull Approach Ar-lein**, defnyddiwch y cod mynediad NWSOL ar gyfer Gogledd Cymru a SWSOL ar gyfer gweddill Cymru am ffi fechan ar y wefan:*

<https://inourplace.heiapply.com/online-learning/>

*Noder: Cymerir yn ganiataol y bydd gan bob cydweithiwr iechyd, gofal cymdeithasol a thrydydd sector sy'n gweithio gyda rhieni a theuluoedd, ar ba bynnag lefel ac ym mha bynnag gyd-destun, **hyfforddiant ac adnabyddiaeth briodol o Weithdrefnau Diogelu Cymru** - [Gofal Cymdeithasol Cymru \(diogelu.cymru\)](https://diogelu.cymru)*

Mae'r anghenion hyfforddi ar gyfer y gweithlu yn cael eu hadolygu a'u hailddatblygu ar hyn o bryd (IMAB) mewn cydweithrediad ag AaGIC ac mae gwaith wedi dechrau ar y lefel Gwybodus o hyfforddiant a fyddai'n hanfodol i bob aelod o staff sy'n gweithio gyda rhieni a'u babanod. Yn y cyfamser, byddem yn argymhell y modiwlau canlynol:

Tabl 1: Tabl yn amlinellu'r dysgu hanfodol a dewisol a argymhellir ar gyfer pob lefel o staff.



<i>Lefel Staff</i>	<i>Adnoddau a Argymhellir (Hanfodol).</i>	<i>Adnoddau a Argymhellir (Dewisol).</i>
Gwybodus - Gwybodaeth a sgiliau sylfaenol sy'n ofynnol i'r holl staff sy'n gweithio ym maes iechyd, gofal cymdeithasol a lleoliadau trydydd sector. (<i>Pob aelod o staff</i>)	- Modiwlau "Hanfodol" 1 a 3: "Cyflwyniad i Iechyd Meddwl Amenedigol a Babanod" a "Stigma" A - Cyrsiau Hyfforddi Ar-lein - Emerging Minds https://ihv.org.uk/for-health-visitors/resources/e-learning/Brain Story Toolkit » Alberta Family Wellness Initiative	- Modiwlau "Hanfodol" 2 a 4: "Cadw'r babi mewn cof" a "Risg yn y cyfnod amenedigol" A - Cyrsiau ar-lein Solihull Approach: Deall eich beichiogrwydd, yr esgor, yr enedigaeth a'ch babi; Deall eich babi; Deall eich plentyn
Medrus - Gwybodaeth a sgiliau sy'n ofynnol i'r holl staff sydd â chyswllt uniongyrchol a/neu sylweddol â menywod yn ystod beichiogrwydd a'r cyfnod ôl-enedigol, eu babanod, partneriaid a	- Y ddau fodiwl E-ddysgu IMAP. A - Cyrsiau Hyfforddi Ar-lein - Emerging Minds https://ihv.org.uk/for-health-visitors/resources/e-learning/Brain Story Toolkit » Alberta Family Wellness Initiative	- Modiwlau "Hanfodol" 2 a 6 "Cadw'r babi mewn cof" ac "Ymyriadau"; A - Cyrsiau ar-lein Solihull Approach: Deall eich beichiogrwydd, yr esgor, yr enedigaeth a'ch babi; Deall eich babi; Deall eich



theuluoedd. (Holl staff mamolaeth, ymwelwyr iechyd, gofal sylfaenol, gwaith cymdeithasol plant a theuluoedd, trydydd sector perthnasol)	A <i>Modiwlau “Hanfodol” 3 a 4: “Risg yn y cyfnod amenedigol” a “Stigma”.</i> <i>Hyfforddiant 2 ddiwrnod Lefel Sylfaenol Solihull Approach.</i>	plentyn
Estynedig: Gwybodaeth a sgiliau sy’n ofynnol i’r holl staff sydd â chyswllt mwy rheolaidd a dwys â menywod a allai fod mewn perygl o/sydd wedi eu heffeithio gan salwch meddwl amenedigol, eu babanod, partneriaid a theuluoedd. (Holl staff iechyd meddwl, gan gynnwys oedolion; CAMHS, dibyniaethau, ayyb; yn	A <i>Y ddau fodiwl E- ddysgu Iechyd Meddwl Amenedigol Cymru’</i> A Cyrsiau Hyfforddi Ar-lein - Emerging Minds https://ihv.org.uk/for- health- visitors/resources/e- learning/ Brain Story Toolkit » Alberta Family Wellness Initiative A - Y gyfres gyfan (Modiwalu 1-7) o fodiwlad hanfodol IMAB	Cyrsiau ar-lein Solihull Approach: Deall eich beichiogrwydd, yr esgor, yr enedigaeth a’ch babi; Deall eich babi; Deall eich plentyn



ogystal â mamolaeth, gofal sylfaenol, ymwelwyr iechyd a staff trydydd sector sy'n gweithio mewn rôl estynedig)	• <i>Hyfforddiant 2 ddiwrnod Lefel Sylfaenol Solihull Approach.</i>	
Arbenigol: Gwybodaeth a sgiliau sy'n ofynnol i staff sydd, yn rhinwedd eu swydd a lleoliad ymarfer, yn darparu rôl arbenigol wrth asesu, gofalu, trin a chefnogi menywod a allai fod mewn perygl o/sydd wedi eu heffeithio gan salwch meddwl, eu babanod, partneriaid a theuluoedd. Yn aml bydd ganddynt rolau arweinyddol mewn addysg, hyfforddi a chydlynu a datblygu gwasanaethau. (Staff sy'n gweithio o fewn	• <i>Y ddau fodiwl E-ddysgu llechyd Meddwl Amenedigol Cymru'.</i> A • Cyrsiau Hyfforddi Ar-lein - Emerging Minds https://ihv.org.uk/for-health-visitors/resources/e-learning/Brain Story Toolkit » Alberta Family Wellness Initiative A • Y gyfres gyfan (Modiwalu 1-7) o fodiwlau hanfodol IMAB Cymru • <i>Hyfforddiant 2 ddiwrnod Lefel Sylfaenol Solihull Approach.</i>	• Cyrsiau ar-lein Solihull Approach: Deall eich beichiogrwydd, yr esgor, yr enedigaeth a'ch babi; Deall eich babi; Deall eich plentyn



gwasanaethau iechyd meddwl amenedigol a babanod arbenigol)		
--	--	--

Cynnig hyfforddi Rhwydwaith Iechyd Meddwl Amenedigol Cymru ar gyfer pob gwasanaeth cyffredinol:

Mae'r Rhwydwaith IMAB wedi gweithio gyda'r Sefydliad Ymwelwyr Iechyd i ddarparu hyfforddiant i Eiriolwyr Iechyd Meddwl Amenedigol a Babanod ar draws pob bwrdd iechyd yng Nghymru.

Am ragor o wybodaeth am sut gallwch gael mynediad i'r hyfforddiant hwn yn eich ardal chi cysylltwch â'r canlynol -

BIP Aneurin Bevan

- Ceinwen Parry (BIP Aneurin Bevan – Iechyd Meddwl)
Ceinwen.Parry@wales.nhs.uk

BIP Betsi Cadwaladr

- Deborah Griffin (BIPBC – Iechyd Meddwl & Anableddau Dysgu)
deborah.griffin@wales.nhs.uk

BIP Caerdydd a'r Fro

- Kim Jones (BIP Caerdydd a'r Fro – Dechrau'n Deg Y Fro)
kim.jones4@wales.nhs.uk

BIP Cwm Taf Morgannwg

- Martha Sercombe (BIP CTM – Iechyd Cymunedol)
Martha.Sercombe@wales.nhs.uk

BIP Hywel Dda

- Jane Whalley (BIP Hywel Dda – Nyrs Amenedigol Arbenigol)
Jane.Whalley@wales.nhs.uk

Bwrdd Iechyd Addysgu Powys

Jolene Duggan – Iechyd Meddwl Oedolion (BIA Powys)
Jolene.AmyPowell@wales.nhs.uk

Bae Abertawe

- Ann-Marie Thomas (BIP Bae Abertawe - Mamolaeth)
Ann-Marie.Thomas@wales.nhs.uk

lechyd Meddwl Amenedigol ar gyfer Therapyddion Galwedigaethol:

Mae'r [cwrs e-ddysgu](#) hwn ar gyfer therapyddion galwedigaethol sy'n gweithio o fewn Gwasanaethau Iechyd Meddwl Amenedigol a'r rheini sy'n newydd i neu sy'n gobeithio gweithio yn y maes ymarfer arbenigol hwn. Mae wedi'i ddatblygu gan Goleg Brenhinol Therapyddion Galwedigaethol mewn cydweithrediad â E-Learning for Healthcare Health Education England.