Cyfenw		Rhif y Ganolfan	Rhif yr Ymgeisydd
Enw(au) cyntaf			2

TAG UWCH

1570N50-1

S24-1570N50-1

DYDD MAWRTH, 21 MAI 2024 – BORE

IECHYD A GOFAL CYMDEITHASOL, A GOFAL PLANT

Uned 5 – Safbwyntiau damcaniaethol ynghylch ymddygiad oedolion

2 awr 30 munud

	I'r Arholwr yn Unig		
	Cwestiwn	**Marc Uchaf**	**Marc yr Arholwr**
Adran A	**1.**	**18**	
	2.	**22**	
Adran B	**3.**	**22**	
	4.	**20**	
	5.	**18**	
	Cyfanswm	**100**	

1570N501 01

CYFARWYDDIADAU I YMGEISWYR

Defnyddiwch inc neu feiro du. Peidiwch â defnyddio beiro gel na hylif cywiro.

Ysgrifennwch eich enw, rhif y ganolfan a'ch rhif ymgeisydd yn y blychau ar ben y dudalen hon.

Atebwch **bob** cwestiwn.

Ysgrifennwch eich atebion yn y lleoedd gwag priodol yn y llyfryn hwn. Os nad oes digon o le, defnyddiwch y tudalennau ychwanegol yng nghefn y llyfryn, gan wneud yn siŵr eich bod chi'n rhoi'r rhif cywir ar bob cwestiwn.

GWYBODAETH I YMGEISWYR

Mae cwestiynau Adran A yn ymwneud â'r deunydd sydd wedi'i ryddhau ymlaen llaw.

Mae nifer y marciau wedi'i nodi mewn cromfachau ar ddiwedd pob cwestiwn neu ran o gwestiwn. Dylech chi rannu eich amser yn briodol.

100 yw cyfanswm nifer y marciau sydd ar gael.

Cofiwch fod angen defnyddio Cymraeg da a chyflwyniad trefnus a chlir yn eich atebion. Bydd ansawdd eich cyfathrebu ysgrifenedig, gan gynnwys defnyddio atalnodi a gramadeg yn gywir, yn cael ei asesu yn eich ateb i gwestiwn **5**.

JUN241570N50101

ⓗ WJEC CBAC Cyf.

Astudiaeth achos i'w defnyddio gyda chwestiynau 1 a 2 yn Adran A

Tan yn ddiweddar, roedd Nico, sy'n 65 oed, yn rhedeg busnes trin gwallt llwyddiannus oedd wedi cael ei drosglwyddo i lawr drwy ei deulu ers tair cenhedlaeth (*three generations*). Roedd Nico yn gweithio gyda'i unig blentyn, Sofia. Fe wnaeth hi ymuno ag ef yn y busnes ar ôl hyfforddi yn y coleg.

Pan oedd Sofia yn 21 oed, fe wnaeth hi symud allan o gartref y teulu i fyw'n ddi-rent (*rent-free*) yn y fflat uwchben y salon. Fel unig blentyn, roedd hi'n mwynhau perthynas agos â'i rhieni. Roedden nhw'n aml yn mwynhau siopa gyda'i gilydd yn ystod eu hamser rhydd. Roedd Nico ac Aria (mam Sofia) wrth eu bodd yn sbwylio Sofia ac yn aml yn prynu anrhegion iddi. Roedd Nico yn falch iawn (*very proud*) o'i ferch ac yn aml yn gwneud sylwadau am ei gallu i drin gwallt, ei synnwyr ffasiwn da a'i dawn (*flair*) wrth ddodrefnu (*furnishing*) ei fflat.

Flwyddyn yn ôl, bu farw Aria yn sydyn ar ôl afiechyd byr. Roedd hwn yn gyfnod llawn tristwch a straen i'r teulu. Roedd Nico yn methu ymdopi a doedd e ddim yn teimlo'n ddigon da i ddychwelyd i'r gwaith, ac felly cafodd Sofia ei gadael i reoli'r busnes o ddydd i ddydd. Roedd hi'n gweithio oriau hir yn y salon a doedd ganddi ddim llawer o amser iddi hi ei hun.

Chwech mis yn ddiweddarach, cafodd Nico alwad ffôn gan y banc i ddweud bod y cyfrif busnes mewn gorddrafft (*overdrawn*). Roedd Nico wedi drysu (*confused*), a gofynnodd i Sofia sut gallai hyn fod wedi digwydd.

Dechreuodd Sofia grio gan ddweud mai ei bai hi oedd y cyfan. Roedd hi wedi bod yn trosglwyddo arian o'r cyfrif busnes i'w chyfrif personol am ei bod hi'n cael trafferth rheoli ei chaethiwed i siopa. Fe wnaeth hi esbonio bod siopa ar-lein wedi ei helpu i ymdopi â cholli ei mam, y straen o redeg y busnes ar ei phen ei hun a phoeni am Nico. Roedd Sofia wedi defnyddio ei chynilion (*savings*) i gyd a'r holl opsiynau credyd oedd ar gael iddi. Roedd ganddi lawer o gardiau credyd er mwyn gallu prynu eitemau, er ei bod hi'n gwybod y gallai hyn achosi dyled tymor hir (*long-term debt*).

Ymateb cyntaf Nico oedd dicter (*anger*) ac anghrediniaeth (*disbelief*) gan ei fod wedi ymddiried yn Sofia, ond roedd hefyd yn teimlo'n euog. Cytunodd Nico i helpu ei ferch i gael cefnogaeth. Cytunodd hefyd i geisio cael cymorth iddo ef ei hun, ar ôl sylwi nad oedd yn ymdopi â marwolaeth ei wraig. Aeth Nico i weld ei feddyg teulu. Fe wnaeth y meddyg awgrymu cwnsela profedigaeth (*bereavement counselling*) fyddai'n cynnwys therapi siarad.

Ar ôl chwilio ar-lein, penderfynodd Nico a Sofia ymuno â grŵp cefnogi. Fe wnaeth y grŵp cefnogi gyfeirio Sofia at gwnselydd oedd yn cynnig therapi ymddygiad gwybyddol (*cognitive behavioural therapy*: CBT).

Fe wnaeth Nico a Sofia drafod dyfodol y salon. Fe wnaethon nhw benderfynu cyflogi rheolwr dros dro (*temporary manager*) i redeg y busnes tra byddai Sofia yn dychwelyd i'r coleg i astudio cwrs rheoli busnes. Byddai'r hyfforddiant ychwanegol hwn yn rhoi'r sgiliau a'r hyder i Sofia i ymdopi â rhedeg busnes y teulu ar ei phen ei hun yn y dyfodol.

© WJEC CBAC Cyf.

Arholwr yn unig

ADRAN A

Atebwch **bob** cwestiwn.

1. Darllenwch yr astudiaeth achos am Nico ac atebwch y cwestiynau isod.

(a) Amlinellwch **dri** ffactor cymdeithasegol fyddai wedi gallu effeithio ar Nico. [6]

1570N501 03

© WJEC CBAC Cyf.

Arholwr yn unig

(b) Disgrifiwch sut byddai therapi siarad yn gallu helpu Nico i ymdopi â marwolaeth ei wraig. [6]

© WJEC CBAC Cyf.

Arholwr yn unig

(c) Trafodwch sut mae therapi siarad yn seiliedig ar egwyddorion gofal person-ganolog. [6]

1570N501
05

© WJEC CBAC Cyf.

Arholwr yn unig

2. (a) Crynhowch (*summarise*) **dri** ffactor fyddai wedi gallu cael effaith ar wydnwch (*resilience*) Sofia. [6]

ⓗ WJEC CBAC Cyf.

Arholwr yn unig

(b) Gan ddefnyddio damcaniaeth dysgu cymdeithasol Bandura, esboniwch gaethiwed Sofia i siopa. [8]

1570N501
07

Arholwr yn unig

(c) Trafodwch sut byddai therapi ymddygiad gwybyddol (CBT) yn gallu cefnogi unigolyn sydd ag ymddygiad caethiwus (*addictive behaviour*). [8]

ⓗ WJEC CBAC Cyf.

Arholwr yn unig

ADRAN B

Atebwch **bob** cwestiwn.

3. Mae Yousef yn 25 oed. Pan oedd yn ei arddegau (*teenager*), cafodd Yousef ddamwain wnaeth achosi anaf i'w ben (*head injury*) a'i adael gydag anabledd dysgu.

(a) Disgrifiwch sut byddai anabledd dysgu yn gallu effeithio ar ymddygiad Yousef. [8]

1570N501 09

© WJEC CBAC Cyf.

Arholwr yn unig

Mae Yousef yn byw gyda'i rieni sy'n ei gefnogi ac yn gofalu amdano. Maen nhw'n bryderus (*anxious*) am Yousef gan eu bod nhw'n sylweddoli efallai na fyddan nhw'n gallu ymdopi yn y dyfodol, ac y bydd angen gofal ffurfiol (*formal care*) arno.

(b) Esboniwch sut bydd datblygu gwydnwch o fudd (*benefit*) i Yousef yn y dyfodol. [6]

© WJEC CBAC Cyf.

Arholwr yn unig

Mae rhieni Yousef wedi gallu ei gefnogi gartref drwy ddefnyddio'r system goleuadau traffig ar gyfer rheoli ymddygiad. Mae Yousef wedi gallu cymryd rhan yn y rhan fwyaf o agweddau ar fywyd pob dydd.

(c) Ystyriwch sut mae'r system goleuadau traffig ar gyfer rheoli ymddygiad yn enghraifft o ddull cadarnhaol a rhagweithiol (*positive and pro-active approach*). [8]

Arholwr yn unig

4. Mae Mair yn 49 oed. Mae ganddi fab yn ei arddegau (*teenage son*), mae hi'n gweithio'n amser llawn, ac mae hi'n cefnogi ei rhieni oedrannus (*elderly parents*). Mae hi wedi cyfaddef wrth ei ffrind Elen nad yw hi wedi bod yn cysgu'n dda ers rhai misoedd a'i bod hi'n teimlo'n bryderus am bopeth. Dywedodd Mair ei bod hi'n gyndyn (*reluctant*) i weld ei meddyg teulu ac nad oedd hi eisiau cymryd meddyginiaeth. Awgrymodd Elen fod Mair yn rhoi cynnig ar ymarfer ymwybyddiaeth ofalgar (*practising mindfulness*) gan ei bod hi wedi darllen adolygiadau cadarnhaol am y dechneg hon.

(a) Disgrifiwch y meysydd datblygiad allweddol allai fod yn effeithio ar Mair. [6]

Arholwr yn unig

(b) Esboniwch sut byddai ymarfer ymwybyddiaeth ofalgar yn gallu helpu Mair. [6]

Arholwr yn unig

Fe wnaeth Elen ddweud hefyd y dylai Mair roi cynnig ar therapi cwnsela gan fod hynny wedi bod yn llesol (*beneficial*) iddi hi. Fe wnaeth Elen gyfeirio Mair at gwnselydd sy'n defnyddio'r dull dyneiddiol (*humanistic approach*).

(c) Gwerthuswch y cryfderau a'r cyfyngiadau (*limitations*) o ddefnyddio'r dull dyneiddiol i gefnogi Mair. [8]

© WJEC CBAC Cyf.

Arholwr yn unig

5. Mae Maya newydd ddechrau swydd newydd fel dirprwy reolwr (*deputy manager*) mewn cartref gofal preswyl i oedolion hŷn. Mae gan Maya brofiad o weithio â'r cynllun Pili Pala o gefnogi dementia. Mae'r rheolwr wedi gofyn iddi wneud cyflwyniad am y cynllun Pili Pala yn y cyfarfod staff nesaf.

Disgrifiwch nodweddion allweddol y cynllun Pili Pala a dadansoddwch beth yw manteision y cynllun Pili Pala i bobl sy'n byw â dementia. [18]

Arholwr yn unig

DIWEDD Y PAPUR

© WJEC CBAC Cyf.

Rhif y Cwestiwn	Tudalen ychwanegol, os oes ei hangen. Ysgrifennwch rifau'r cwestiynau ar ymyl chwith y dudalen.

Arholwr yn unig

Rhif y Cwestiwn	Tudalen ychwanegol, os oes ei hangen. Ysgrifennwch rifau'r cwestiynau ar ymyl chwith y dudalen.	Arholwr yn unig

ⓗ WJEC CBAC Cyf.

TUDALEN WAG

PEIDIWCH AG YSGRIFENNU
AR Y DUDALEN HON

ⓗ WJEC CBAC Cyf.

TUDALEN WAG

PEIDIWCH AG YSGRIFENNU AR Y DUDALEN HON

ⓗ WJEC CBAC Cyf.