Cymorth i Astudio – Canllawiau i Fyfyrwyr

Beth yw’r broses Cymorth i Astudio?

Gall bywyd prifysgol fod yn her, ac weithiau mae’n bosibl y bydd arnoch chi angen ychydig o gymorth ychwanegol er mwyn manteisio i’r eithaf ar eich amser yma yn Aberystwyth. Dyna ble mae proses Cymorth i Astudio yn bwysig.

Mae'r broses ar gael i'ch helpu os ydych chi'n wynebu anawsterau a allai fod yn effeithio ar eich astudiaethau neu'ch lles. Mae'n golygu cydweithio i ddeall yr heriau a allai fod yn eich wynebu a sicrhau eich bod yn cael y cymorth cywir. Ein nod ni yw rhoi'r dulliau angenrheidiol ichi i lwyddo'n academaidd ac i fanteisio i’r eithaf ar eich amser yn y brifysgol.

Fel arfer, bydd atgyfeiriad at Cymorth i Astudio yn cael ei wneud gan aelod o’r staff os oes ganddyn nhw bryderon parhaus y gallech fod yn cael trafferth a bod arnoch chi angen cymorth a chyngor ychwanegol.

Beth yw ystyr y gwahanol gamau?

Mae gan y broses dri cham, sydd wedi’i seilio ar lefel y pryder:

Cam 1 – Pryder lefel isel

Sgwrs anffurfiol os oes arwyddion cynnar y gall fod angen cymorth arnoch, sef sgwrs gyda'ch Tiwtor Personol fel arfer, a fydd yn siarad trwy unrhyw bryderon ac yn helpu i roi cynllun cymorth ar waith.

Cam 2 – Pryder lefel ganolig

Mae hyn hefyd yn anffurfiol, ond bydd y cam hwn fel arfer yn cynnwys rhywun o’r Gwasanaethau i Fyfyrwyr a'ch adran academaidd. Gyda'ch gilydd, byddwch chi'n siarad am eich anghenion ac yn cytuno ar gynllun cymorth.

Cam 3 – Pryder lefel sylweddol

Mae'r cam hwn yn digwydd pan fydd yna bryderon mwy difrifol neu barhaus, yn enwedig ynghylch eich lles, eich ymddygiad, neu'ch gallu i ymwneud â bywyd prifysgol. Mae cyfarfod ffurfiol yn cael ei arwain gan Gadeirydd o’r Gwasanaethau Myfyrwyr a bydd yn cynnwys ambell aelod staff allweddol o’r Gwasanaethau Myfyrwyr a'ch adran academaidd, ac o dimau eraill yn y brifysgol yn ôl yr angen, i sicrhau eich bod yn cael yr help sydd arnoch ei angen.

Beth yw canlyniadau posibl y cyfarfod?

Bydd y canlyniad bob amser yn canolbwyntio ar yr hyn sydd orau ar gyfer eich lles a'ch llwyddiant chi. Mae’r canlyniadau posibl yn cynnwys:

- **Cau’r achos** – mae pethau'n mynd yn dda, a does dim angen gweithredu ymhellach (er y gallwn ni ailagor yr achos yn nes ymlaen os oes angen).
- **Yr achos yn aros yn agored** – bydd nifer o gamau ategol yn cael eu cytuno, a byddwn ni’n trefnu cyfarfod adolygu i wirio’ch cynnydd.

- **Uwchgyfeirio** – Yng Nghamau 1 neu 2, fe allai'r achos symud i'r cam nesaf os oes angen mwy o gymorth.
- **Cymryd amser allan** – yng Ngham 3, efallai y penderfynir mai'r canlyniad gorau fyddai ichi gymryd saib dros dro o'ch astudiaethau er mwyn canolbwyntio ar eich iechyd a'ch lles.

Ar ôl y cyfarfod fe gewch chi neges ebost i gadarnhau'r canlyniad ac unrhyw gamau y cytunwyd arnyn nhw – bydd y rhain yn cael eu trafod gyda chi yn gyntaf yn y cyfarfod. Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu os nad ydych yn siŵr am unrhyw un o'r camau sydd i'w cymryd, yna mae croeso ichi gysylltu â ni.

Mae gennych chi hefyd yr hawl i apelio yn erbyn unrhyw benderfyniadau sy'n cael eu gwneud.

Oes angen imi wneud unrhyw beth ar gyfer y cyfarfod?

- **Derbyniwch y gwahoddiad calendr** er mwyn cadarnhau y byddwch chi'n bresennol.
- **Methu dod?** Rhowch wybod inni cyn gynted â phosibl er mwyn i'r cyfarfod gael ei aildrefnu. Fel arall, bydd y cyfarfod yn mynd yn ei flaen, a bydd penderfyniad yn cael ei wneud yn eich absenoldeb.
- **Gwybodaeth ategol** – does dim angen ichi baratoi, ond os oes gennych chi unrhyw wybodaeth ategol, fel diagnosis meddygol, a allai esbonio'ch sefyllfa, mae croeso ichi ei rhannu yn y cyfarfod.
- **Cymerwch ran yn y broses** – mwyaf agored y byddwch chi'n cymryd rhan, gorau i gyd y gallwn ni'ch cefnogi.

Ga i ddod â rhywun gyda mi i gefnogi?

Cewch yn bendant. Rydyn ni'n deall y gall y sgyrsiau hyn deimlo braidd yn llethol. Mae croeso ichi ddod â rhywun i'ch cefnogi, er enghraifft:

- Rhiant neu warcheidwad
- Ffrind
- Cynrychiolydd o Undeb y Myfyrwyr
- Aelod o staff y brifysgol

Holwch i wneud yn siŵr eu bod nhw'n fodlon dod i'r cyfarfod a chysylltwch â ni i roi gwybod y byddan nhw'n bresennol.

Cwestiynau neu bryderon?

Rydyn ni yma i helpu. Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau am y broses neu awydd siarad amdani, cysylltwch â ni:

Ebost: s2s@aber.ac.uk

Ffôn: 01970 621761