

## Cefnogi Staff Sy'n Cefnogi Myfyrwyr mewn Argyfwng

### 1) Cefndir

Mae'n bosibl fod staff mewn adrannau academiaidd ac adrannau gwasanaeth yn cefnogi myfyrwyr sy'n profi argyfwng personol, emosiynol neu les meddyliol. Mae'r Brifysgol yn cydnabod y gall rhyngweithio â rhywun sydd mewn gofid roi pwysau ar staff, gan olygu eu bod yn teimlo'n ansicr ynghylch sut i ymateb yn ogystal â theimlo'n gyfrifol, yn ddigymorth, yn ofnus, yn rhwystredig neu'n flin. Mae gan y Brifysgol felly strategaeth ar gyfer trin anghenion cefnogi'r staff hynny sy'n cefnogi myfyrwyr mewn argyfwng.

### 2) Pwrpas

Mae Prifysgol Aberystwyth yn ymrwmo i greu'r gweithle gorau posibl i gefnogi staff ac i greu amgylchfyd sy'n cydweithio â'i staff ac yn cyfrannu'n weithredol tuag at wella eu bywydau. Mae Polisi Iechyd a Lles Staff y Brifysgol yn mynegi ymrwymiad y Brifysgol fel cyflogwr cyfrifol i ddarparu gweithle ac arferion rheoli sy'n hybu lles a iechyd ei staff (paragraff 1.2).

At hyn, yn unol â'r polisi (paragraff 1.3) bydd y Brifysgol yn cyflawni ei hymrwymiad drwy:

- Nodi peryglon posibl neu amgylchiadau a allai arwain at lefelau amhriodol o straen sy'n gysylltiedig â gwaith, a chynnal asesiadau risg er mwyn cael gwared ar y risgiau sy'n deillio o'r straen hwnnw, neu i reoli'r risgiau hynny. Byddwn ni wedyn yn sicrhau y bydd yr amgylchiadau hyn a'r asesiadau risg yn cael eu hadolygu'n rheolaidd;
- Ymgynghori â chynrychiolwyr diogelwch yr undebau llafur ac â phobl berthnasol eraill (e.e. Penaethiaid yr Adrannau), ynghylch materion sy'n ymwneud â lles y staff;
- Hybu ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o faterion straen a pha mor bwysig yw lles ac iechyd da yn gyffredinol, drwy nodi ffynonellau o straen yn y gweithle, a'u hatal a'u rheoli, a thrwy eu monitro wedyn. Bydd y Brifysgol yn rhoi hyfforddiant priodol a chymryd camau i hybu iechyd lle y bo hynny'n briodol;
- Rhoi hyfforddiant mwy dwys i'r holl reolwyr a'r staff goruchwylio ynghylch ymarfer rheoli da sy'n cyd-fynd â'r polisi hwn;
- Rhoi gwasanaeth cynghori cyfrinachol i'r staff hynny y mae straen yn amharu ar eu lles.
- Sicrhau bod adnoddau priodol ar gael fel y gall rheolwyr weithredu strategaeth lles staff y Brifysgol fel y'i cytunwyd arni

### 3) Manteision

Trwy gydnabod yr effaith y gall cefnogi myfyrwyr mewn argyfwng ei gael ar staff a thrwy ymateb yn briodol, bydd y Brifysgol yn sicrhau ei bod yn cwrdd â'i hymrwymiaidau i les ei staff, gan wneud y Brifysgol yn amgylchfyd cefnogol ac adeiladol go-iawn.

#### 4) Darpariaeth

Mae'r Brifysgol yn darparu'r gefnogaeth a ganlyn i gynorthwyo staff wrth iddynt ymateb i fyfyrwyr mewn argyfwng:

##### a) Yr adran gartref

Mae cefnogaeth ar gael i bob aelod o staff gan reolwr llinell. Y rheolwr llinell yw'r cyswllt cyntaf o ran unrhyw faterion a allai gael effaith ar yr aelod o staff oherwydd eu bod yn ymwneud â myfyrwyr sy'n profi argyfwng personol, emosiynol neu les meddyliol.

##### b) Gwasanaethau Cymorth Myfyrwyr

Mae cyngor ynghylch rheoli argyfwng ar gael drwy'r ffôn, e-bost neu wyneb-yn-wyneb gan staff Gwasanaethau Cymorth Myfyrwyr. At hyn, mae Gwasanaethau Cymorth Myfyrwyr yn rhoi cyngor ynghylch yr ystod o wasanaethau'r Brifysgol sydd ar gael i gefnogi myfyrwyr mewn argyfwng. Hefyd, mae staff Gwasanaethau Cymorth Myfyrwyr yn cyflwyno ystod o gyrsiau Datblygiad Proffesiynol Parhaus, ac yn cynnal a chadw gwefan gynhwysfawr sy'n rhoi arweiniad i staff ar sut i drin nifer o bynciau sy'n gysylltiedig â chefnogaeth.

Er mai prif nod Gwasanaethau Cymorth Myfyrwyr yw darparu cymorth uniongyrchol i fyfyrwyr, mi fydd, wrth gwrs, yn cefnogi staff wrth iddynt ymwneud â myfyrwyr. Gwneir hyn drwy archwilio'r posibiladau a gwneud awgrymiadau i helpu arwain aelodau'r staff sy'n cefnogi myfyrwyr sy'n profi argyfwng personol, emosiynol neu les meddyliol. Fe fydd y cyngor yn aml yn canolbwyntio ar yr angen am ffiniau, cyfeirio pellach a sicrhau bod yr aelod o'r staff yn ceisio cymorth ei hunan.

##### c) Adnoddau dynol

Cynigir gwasanaethau cwnsela allanol sy'n cynnig modd cwbl gyfrinachol ac annibynnol i staff gael cefnogaeth ar gyfer ystod o faterion 365 diwrnod y flwyddyn a 24/7, boed y materion hynny'n gysylltiedig â'r gwaith ai peidio. Mae'r gwasanaethau hyn ar gael i staff sy'n ceisio cymorth ar gyfer eu hunain o ganlyniad i neu yn ystod ymwneud â myfyrwyr mewn argyfwng, er ei bod hi'n bosibl nad oes llawer yn gwybod hyn. Anghenion yr aelod staff sydd yn arwein y darpariaeth. Gall aelodau staff gysylltu yn uniongyrchol gyda Rhaglen Cymorth i Weithwyr i dderbyn gwasanaeth cwnsela wyneb i wyneb neu drwy ffôn. Mae hefyd ystod o adnoddau ar eu gwefan.

Fersiwn:	1.1	Dyddiad cyhoeddi:	19/7/17
Rheswm am y diweddariad:	Diweddarau gwybodaeth		
Cymeradwywyd:	Pwyllgor Cymorth i Fyfyrwyr PDSC	Yn weithredol o:	19/7/17
Rhanddeiliaid eraill:	Adnoddau Dynol		
Cyswllt:	Caryl Davies, Cyfarwyddwr Gwasanaethau Cymorth i Fyfyrwyr <a href="mailto:ccd@aber.ac.uk">ccd@aber.ac.uk</a>		