SEMESTER DAU 2025

ADRAN SEICOLEG

SC20720 : SEICOLEG IECHYD

Amser : **DAU AWR**

Atebwch DDAU (2) gwestiwn o'r dewis o bump (5)

Caniateir i fyfyrwyr gael 1 (un) papur A4 dwyochrog o nodiadau yn yr arholiad hwn

MAE MYFYRWYR YN CAEL CYFLWYNO ATEBION I'R PAPUR HWN NAILL AI YN Y GYMRAEG NEU'R SAESNEG

Ar ôl eistedd, DIM OND tudalen flaen y llyfr(au) atebion a'r papur presenoldeb y mae myfyrwyr yn cael eu llenwi.

PEIDIWCH Â THROI'R PAPUR ARHOLIAD DROSODD TAN Y DYWEDIR WRTHYCH AM WNEUD HYNNY.

1. Mae seicolegydd iechyd wedi bod yn cynnal ymyriad ymarfer corff llwyddiannus yn y gymuned mewn tref leol. Mae demograffig y dref yn bennaf gwyn gyda statws economaidd-gymdeithasol cymharol uchel. Mae tref gyfagos wedi gofyn i'r seicolegydd ddarparu'r un ymyrraeth yn eu cymuned sydd â demograffig mwy amrywiol yn ddiwylliannol gyda statws economaidd-gymdeithasol is. Gan ddefnyddio eich gwybodaeth am fapio ymyrraeth a seicoleg iechyd, ystyriwch pam na fydd cyflawni'r un ymyrraeth o reidrwydd mor effeithiol mewn dwy gymuned wahanol ac argymell y broses y dylai'r seicolegydd ei dilyn i lywio eu dull.

2. Mae Mrs Webb yn dychwelyd adref yn dilyn ymgynghoriad gyda'i meddyg teulu ac yn trosglwyddo i'w theulu sut y cafodd yr ymgynghoriad ei ruthro, bod y meddyg teulu yn swta ac roeddent yn teimlo eu bod yn cael eu gorfodi i gytuno i newidiadau i'w ffordd o fyw nad ydynt yn teimlo y gallant eu cyflawni. Gan ddefnyddio tystiolaeth ymchwil a'ch gwybodaeth am seicoleg iechyd, trafodwch oblygiadau posibl yr arddull gyfathrebu a ddefnyddir yn yr ymgynghoriad ac awgrymu sut y gellid gwella'r ymgynghoriad hwn i gefnogi newid ymddygiad ffordd o fyw.

3. Mae gwasanaeth iechyd meddwl newydd sy'n seiliedig ar dechnoleg wedi cael ei gynnig o fewn bwrdd iechyd. Mae'r bwrdd iechyd wedi sylwi ar nifer sylweddol o bobl sy'n cymryd rhan o dri grŵp, sef demograffig iau, demograffig hŷn sydd wedi gweithio mewn galwedigaethau proffesiynol gyda'r angen i ddefnyddio cyfrifiaduron, a phobl oedrannus sy'n byw mewn ardaloedd anghysbell sydd â chefnogaeth deuluol. Gan ddefnyddio eich gwybodaeth am seicoleg iechyd, ystyriwch, gan ddefnyddio tystiolaeth ymchwil, sut y gellid esbonio'r tueddiadau hyn a sut y gellid gwella'r nifer sy'n manteisio o grwpiau eraill.

4. Mae seicolegydd iechyd yn ystyried ffyrdd gwahanol o annog pobl i ddilyn llwybr cerdded hirach yn y parc cyhoeddus fel ffordd o gynyddu eu gweithgarwch corfforol. Gan ddefnyddio eich gwybodaeth am seicoleg iechyd, trafodwch strategaethau a thechnegau gwahanol y gellid eu hystyried i gynyddu cymhelliant, bwriad a chamau gweithredu i gymryd y llwybr hirach.

5. Mae Mr Smith wedi derbyn diagnosis cronig o Glefyd Rhwystrol Cronig yr Ysgyfaint (clefyd anadlol dirywiol). Nid yw Mr Smith yn gwybod llawer am y cyflwr felly mae'n eithaf pryderus am yr hyn y gallai hyn ei olygu. Mae wedi bod yn ymchwilio i'w gyflwr ac mae'n bwriadu manteisio ar gynllun adsefydlu'r ysgyfaint yn ei ardal. Gan ddefnyddio eich gwybodaeth am seicoleg iechyd, trafodwch sut mae Mr Smith yn ymddangos fel pe bai'n ymdopi â'i ddiagnosis a sut y gallai'r amgylchedd a brofwyd yn ystod adsefydlu'r ysgyfaint gyfrannu at ei ddulliau ymdopi dros amser (yn gadarnhaol neu'n negyddol).

DIWEDD Y PAPUR