

1872



PRIFYSGOL

ABERYSTWYTH  
UNIVERSITY

1872



Yr Adran Seicoleg



Fframwaith  
Rhagoriaeth  
Addysgu

#### Yr Adran Seicoleg

Penbryn 5, Campws Penglais,  
Prifysgol Aberystwyth  
SY23 3UX

+44 (0) 1970 622189

aberystwyth.university

@AberUni

#### Gwybodaeth bwysig

Roedd yr wybodaeth a gyhoeddir yn y llyfryn hwn am y rhaglenni gradd yn gywir pan anfonwyd y ddogfen i'w argraffu (Gorffennaf 2019), ond gellid ei newid. Cyn gwneud cais, rydym yn cyngori darpar fyfyrwyr i edrych ar ein gwefan i gael yr wybodaeth a'r manylion diweddaraf am y cwrs gan gynnwys ein gofynion mynediad, er mwyn bod yn sicr fod y cynllun yn addas i'w gofynion.

## Cynnwys

- 3 Croeso
- 5 Cyrsiau
- 10 Adnoddau a Chyfleusterau
- 12 Blwyddyn mewn Diwydiant, ac yn Astudio Dramor
- 14 Cyflogadwydd
- 16 Straeon Myfyrwyr
- 20 Ymchwil
- 22 Cymdeithas Seicoleg
- 24 Sut i Wneud Cais





## Croeso

Croeso i'r Adran Seicoleg yma ym Mhrifysgol Aberystwyth, ble rydym yn defnyddio ein gwybodaeth a'n brwdfrydedd dros Seicoleg i gynnig addysg ardderchog i chi gan rai o'r ymchwilyr gorau yn eu maes.

Mewn lleoliad o brydferthwch eithriadol, a gyda'r berthynas agos rhwng staff yr Adran a'n myfyrwyr, rydym yn parhau i dyfu o ran maint a statws.

Gyda lefelau uchel o fodlonrwydd myfyrwyr, flwyddyn ar ôl blwyddyn, rydym yn ymhyfydu yn gweld ein myfyrwyr yn dysgu, herio a thyfu i fod yn Seicolegwyr y dyfodol.

Rydym yn darparu amgylchedd dysgu ardderchog ar gyfer eich datblygiad academiaidd a phersonol, ynghyd â chyfleoedd i astudio dramor am flwyddyn neu flwyddyn yn gweithio mewn diwydiant.

Mae Aberystwyth wedi'i lleoli ar lannau Bae Ceredigion ar arfordir gorllewinol Cymru, o fewn amgylchedd naturiol hyfryd. Mae'r lleoliad yn cynnig arfordir hyfryd gydag ehangder o rostiroedd a dyffrynnoedd coediog.

Mae'r hyn yr ydych yn ei astudio hefyd yn bwysig ac yn Aberystwyth rydym yn falch bod ein holl gyrsiau'n cael eu hachredu gan Gymdeithas Seicolegol Prydain - nod ansawdd a gydnabyddir yn eang gan gyflogwyr yn y maes proffesiynol ac sy'n rhoi cyfle i raddedigion ddod yn aelodau graddedig a/neu siartredig o'r gymdeithas.

Mae'r hyblygrwydd i allu dewis o amrywiaeth eang o fodiwlau yn golygu y gallwch deilwra eich dysgu i gyd-fynd â'ch diddordebau.

Cewch ragor o wybodaeth amdanom drwy ddarllen y llyfryn hwn.

**Yr Athro Nigel Holt**  
Pennaeth yr Adran





# Psychology

BSc

Mae'r radd Anrhydedd Sengl hon wedi'i chynllunio i ddatblygu a llunio eich dealltwriaeth o'r meddwl ac o ymddygiad dynol.

Ein hethos yw dysgu mewn ffordd sy'n caniatáu ichi ddatblygu gwybodaeth gysyniadol a damcaniaethol y gallwch ei defnyddio i ddatrys problemau mewn sefyllfaoedd go iawn. Mae'r radd wedi'i hachredu gan Gymdeithas Seicolegol Prydain ac wedi'i hadeiladu o amgylch pynciau craidd hanfodol ym maes seicoleg, sy'n sylfaen ar gyfer yr amrywiaeth o fodiwlau dewisol arbenigol yr ydym yn eu cynnig yn yr ail a'r drydedd flwyddyn.

## Byddwch yn mwynhau:

- astudio mewn adran a chanddi hanes eithriadol o ran boddhad myfyrwyr a chyflogadwyedd.
- trafodaethau ysgogol â staff sy'n weithgar wrth ymchwilio a chanddynt amrywiaeth o arbenigedd;
- cyfarpar tracio llygaid, EEG, Biopac, a mesur ymddygiadol;
- ffocws ar gymhwyso seicoleg i'r "byd go iawn";
- gradd sydd wedi'i hachredu'n llawn gan Gymdeithas Seicolegol Prydain;
- cyfle i astudio dramor (N1FW) neu weithio mewn diwydiant (WF7F) ar leoliad yn rhan o'ch gradd;



Math o radd: BSc



Cod UCAS: C800



Hyd: 3 blynedd



Hefyd ar gael gyda blwyddyn integredig mewn gwaith (WF7F) a blwyddyn integredig yn astudio dramor (N1FW).



Mae modiwlau craidd a strwythur y cwrs yma'n cynnwys:

## Blwyddyn 1

- > Applications of Psychology
- > Brain, Behaviour and Cognition
- > Conceptual and Historical Issues in Psychology
- > Designing Psychological Research Projects
- > Cyflwyniad i dulliau ymchwil mewn seicoleg
- > Introduction to Core Topics in Social and Individual Behaviour
- > Personal Development and Organisational Behaviour

## Blwyddyn 2

- > Cognitive Psychology
- > Seicoleg mewn gweithred
- > Qualitative Research Methods
- > Quantitative Research Methods
- > Social Psychology
- > Dewis o fodiwlau Blwyddyn 2

## Blwyddyn 3

- > Behavioural Neuroscience
- > Developmental Psychology and Individual Differences
- > Prosiect Ymchwil Seicoleg
- > Dewis o fodiwlau Blwyddyn 3

# Psychology and Criminology

BSc

Mae'r radd Anrhydedd Cyfun hon yn gyfuniad o ddau bwnc cydgyssylltiedig sy'n cyfuno'n effeithiol er mwyn i chi gael dysgu am agweddau damcaniaethol ar droseddau o safbwynt cymdeithaseg, athroniaeth a seicoleg y meddwl troseddol.

Byddwch yn mwynhau:

- gradd sydd wedi'i hachredu'n llawn gan Gymdeithas Seicolegol Prydain;
- astudio mewn amgylchedd cefnogol sy'n rhoi'r pwyslais ar fyfyrwyr;
- rhyngweithio â'n staff academiaidd, cynorthwyol a thechnegol sydd yma i'ch helpu chi;
- gallu manteisio ar arbenigedd staff mewn dwy adran sy'n weithgar ym maes ymchwil;
- agwedd arloesol at ddysgu ac addysgu;
- cyfleusterau ymchwil arloesol, modern, ac ardaloedd dysgu myfyrwyr o'r radd flaenaf;
- y cyfleu i wneud blwyddyn mewn diwydiant fel rhan o'ch cynllun gradd.

**Mae modiwlau craidd a strwythyr y cwrs yma'n cynnwys:**

**Blwyddyn 1**


- > Brain, Behaviour and Cognition
- > Crime, Control and Prevention
- > Elements of Criminology
- > Foundations of Law
- > Cyflwyniad i dulliau ymchwil mewn seicoleg
- > Introduction to Core Topics in Social and Individual Behaviour

**Blwyddyn 2**


- > Cognitive Psychology
- > Qualitative Research Methods
- > Quantitative Research Methods
- > Social Psychology
- > Dewis o fodiwlau Blwyddyn 2


**Blwyddyn 3**

- > Behavioural Neuroscience
- > Developmental Psychology and Individual Differences
- > Prosiect ymchwil Seicoleg
- > Dewis o fodiwlau Blwyddyn 3

 **Math o radd:** BSc

 **Cod UCAS:** CM89

 **Hyd:** 3 blynedd

 Hefyd ar gael gyda blwyddyn integredig mewn diwydiant (A1C6).



# Psychology with Counselling

BSc

Ar y cynllun gradd hwn byddwch yn cyfuno astudiaeth o gysyniadau seicolegol craidd ag elfennau o wybodaeth a sgiliau sy'n ymwneud â chwswela, er mwyn datblygu eich dealltwriaeth o ymddygiad dynol ac ymagweddau i ddarparu cymorth seicolegol drwy gwnsela. Mae'r cynllun gradd yn rhoi sgiliau hyblyg a hynod ddeniadol i fyfyrwyr, y gallant eu defnyddio yn y gweithle. Mae hefyd yn gam delfrydol tuag at yrfa mewn cwnsela, seicotherapi, seicoleg glinigol a seicoleg iechyd. Sylwer na fydd y radd hon yn golygu eich bod yn cymhwyso fel ymarferydd cwnsela.

Byddwch yn mwynhau:

- gradd sydd wedi'i hachredu'n llawn gan Gymdeithas Seicolegol Prydain;
- dysgu am ystod o ymagweddau therapiwtig a thechnegau cwnsela;
- ymagwedd wybyddol ymddygiadol a seicodynamig at gwnsela sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn;
- cyfleoedd i ddatblygu sgiliau ymarferol sy'n gysylltiedig â chwswela;
- cyfleusterau o'r radd flaenaf yn cynnwys labordai wedi'u gosod â chamerau a microffonau;
- astudio mewn adran a chanddi hanes ardderchog o ran cyflogadwyedd myfyrwyr.

**Mae modiwlau craidd a strwythyr y cwrs yma'n cynnwys:**  
Blwyddyn 1

- > Brain, Behaviour and Cognition
- > Conceptual and Historical Issues in Psychology
- > Cyflwyniad i dulliau ymchwil mewn seicoleg
- > Introduction to Core Topics in Social and Individual Behaviour
- > Personal Development and Organisational Behaviour
- > Introduction to Evidence-Based Practice in Counselling
- > Foundations of Counselling: Skills and Theory I

**Blwyddyn 2**

- > Cognitive Psychology
- > Qualitative Research Methods
- > Quantitative Research Methods

- > Social Psychology
- > Issues in Clinical Psychology
- > Health Psychology
- > Foundations of Counselling: Skills and Theory II
- > Dewis o fodiwlau Blwyddyn 2

**Blwyddyn 3**

- > Behavioural Neuroscience
- > Developmental Psychology and Individual Differences
- > Prosiect Ymwchil Seicoleg
- > Counselling-focused Psychology Research Project
- > Dewis o fodiwlau Blwyddyn 3



**Math o radd:** BSc

**Cod UCAS:** C843

**Hyd:** 3 blynedd

# Psychology and Education

BSc

Mae'r radd gyfun newydd hon mewn Seicoleg ac Addysg, sydd wedi'i hachredu gan Gymdeithas Seicoleg Prydain, yn cynnig cyfle i chi astudio maes arbenigol, lle y gall gwybodaeth yn un o'r disgyblaethau fod o gymorth uniongyrchol i ddeall a chymhwyso gwybodaeth yn y llall.

Yn ystod y radd hon byddwch yn datblygu dealltwriaeth fwy trylwyr o ddatblygiad gwybyddol a chymdeithasol plant, a chewch gyfle i astudio ac ymdrin â'r ffordd y mae polisi ac ymarfer addysgol yn ategu'r rhain.

Hefyd, cyhyd â'ch bod yn bodloni'r gofynion mynediad, cewch warant o gyfweiliad ar gyfer y cwrs TAR Cynradd yn Aberystwyth.

Byddwch ym mwynhau:

- bod yn rhan o ddwy adran gefnogol iawn, yr Adran Seicoleg a'r Ysgol Addysg;
- dull arloesol o ddysgu ac addysgu gyda chymorth staff a chanddynt ddi-ddordebau ymchwil gweithredol;
- adnoddau ymchwil mewnol modern a manau dysgu i'r myfyrwyr;
- rhyngweithio â'n staff academiaidd, cynorthwylol a thechnegol sydd yma i'ch helpu chi;

**Math o radd:** BSc

**Cod UCAS:** CX80

**Hyd:** 3 blynedd

**Mae modiwlau craidd a strwythyr y cwrs yma'n cynnwys:**

**Blwyddyn 1**

- > Brain, Behaviour and Cognition
- > Child Development
- > Introduction to Core Topics in Social and Individual Behaviour
- > Cyflwyniad i dulliau ymchwil mewn seicoleg
- > Policies and Issues in Education
- > The Learner and the Learning Environment

**Blwyddyn 2**

- > Cognitive Psychology
- > Psychology of Learning and Thinking
- > Qualitative Research Methods
- > Social Psychology
- > Dewis o fodiwlau Blwyddyn 2

**Blwyddyn 3**

- > Behavioural Neuroscience
- > Critically Reflecting and Evaluating Learning and Skills
- > Developmental Psychology and Individual Differences
- > Psychology Research Project for Joint Honours
- > Dewis o fodiwlau Blwyddyn 3



## Adnoddau a Chyfleusterau

- Cymorth gweinyddol: ar gyfer ymholiadau mawr a mân
- Adnoddau llyfrgell: mynediad at adnoddau dysgu seicoleg ar-lein ac all-lein a chyfnodolion
- Arweiniad ar Yrfaeodd: byddwch yn derbyn cymorth a chyngor ar bob cam o'ch llwybr cynllunio gyrfa drwy sgysiau, gweithdai a sesiynau galw-heibio yn yr adran.

### Technoleg, cyfarpar ac ystafelloedd:

- o Cyfarpar ymchwil bioffisegol rhagorol  
System BioPac
- o Cyfarpar tracio llygad diweddaraf  
System Tobii
- o Recordiadau gweithgarwch yr ymennydd  
System EEG 64 Sianel
- o Arsylwi ymddygiadol gan ddefnyddio drych dwyffordd a chamerau  
System Reoli Fideo ac Ystafelloedd Golygu Fideo
- o Cynnal arbrofion lle mae'r sain yn gwanhau mewn amgylchedd tawel  
Siambwr Anatseiniol
- o Cynnal arbrofion seicometrig ar iaith mewn amgylchedd sy'n gyfeillgar i blant  
Labordy Datblygiad Plant
- o Labordy cyffordus â system recordio osodedig  
Cyfweiliadau a Thrafodaethau Grŵp
- o Ardal dawel i ysgrifennu nodiadau'r reecordiadau gyda thrawsgrifiad Olympus  
Ystafell Drawsgriifo
- o Paratoi bwyd ar gyfer arbrofion blasu ac aroglu yn ein Bio-Gegin  
Ardal Paratoi Bwyd
- o Ardaloedd ar gyfer ymchwilio ar gyfrifiaduron neu astudio'n dawel  
Ciwbiclau Ymchwil



## Blwyddyn yn Niwydiant

Rydym yn annog ein myfyrwyr i ystyried astudio ein cynllun gradd Seicoleg 4-blynedd (WF7F) neu'n cynllun gradd Seicoleg a Throseddeg 4-blynedd (A1C6). Mae'r ddau gynllun yn cynnwys blwyddyn mewn diwydiant. Mae'r flwyddyn mewn diwydiant yn gyfle gwych i ehangu eich CV gyda phrofiad yn y gweithle, a hefyd i fyfyrwyr ar y llwybr gyrfaoel yr hoffech ei ddilyn. Bydd hefyd yn helpu i roi ar waith yn ymarferol yr hyn yr ydych yn ei ddysgu mewn darlith neu ddsbarth tiwtorial. Gall blwyddyn o brofiad yn y gweithle hefyd fod yn atyniadol iawn i ddarpar gyflogwyr.

Gellir cynnal lleoliadau blwyddyn mewn diwydiant mewn amrywiaeth o sectorau gan gynnwys iechyd, addysg, ffensiog, llywodraeth a busnes. Mae lleoliadau ar gael ledled y DU (ac ymhellach) ond mae ein partneriaid gwirfoddol lleol yn cynnwys: Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda, Ysgol Gynradd Llwyn yr Eos, Gwasanaeth Cyfiawnder Ieuencid a Gwasanaeth Troseddau Ieuencid Ceredigion ac amrywiaeth o elusennau

## Blwyddyn astudio tramor

Dewis arall sydd ar gael i fyfyrwyr yw ein gradd Seicoleg 4 blynedd sy'n cynnwys blwyddyn integredig yn astudio dramor (N1FW). Mae'n gyfle gwych i gyfoethogi eich CV, a hefyd i gael blas ar wlad newydd, cysylltiadau newydd, diwylliant newydd ac agwedd newydd at astudio Seicoleg. Gall pob un o'r rhain chwarae rhan bwysig yn eich datblygiad personol a'ch penderfyniadau yn y dyfodol.

Ar hyn o bryd, rydym yn cydweithredu'n academiaidd yn Ewrop, Canada, Awstralia, Siapan ac y USA.



## Astudio trwy gyfrwng y Gymraeg

Fel Brifysgol, rydym yn falch i gynnig dewis o fodiwlau i chi y gellir eu dysgu'n rhannol neu'n llwyr drwy gyfrwng y Gymraeg. Yn ogystal, gall myfyrwyr gyflwyno unrhyw ddarn o waith cwrs drwy gyfrwng y Gymraeg a chael cefnogaeth tiwtor sy'n medru'r Gymraeg.

Bydd ein cynlluniau gradd Seicoleg yn eich paratoi ar gyfer amrywiaeth o yrfaedd, gan sicrhau bod gennych y profiadau a'r sgiliau trosglwyddadwy y bydd eu hangen arnoch yn y gweithle. Mae pob un o'n cynlluniau gradd hefyd yn gam tuag at gyfleoedd astudio pellach - graddau Meistr neu PhD - os oes yn well gennych hynny.







## Cyflogadwyedd

Bydd ein cynlluniau gradd Seicoleg yn eich paratoi ar gyfer amrywiaeth o yrfaeodd, gan sicrhau bod gennych y profiadau a'r sgiliau trosglwyddadwy y bydd eu hangen arnoch yn y gweithle. Mae pob un o'n cynlluniau gradd hefyd yn gam tuag at gyfleoedd astudio pellach - graddau Meistr neu PhD - os oes yn well gennych hynny.

Mae gan yr Adran Seicoleg ffigurau rhagorol ar gyfer cyflogadwyedd myfyrwyr neu astudiaethau pellach, gyda'i myfyrwyr yn mentro i feysydd arbenigol fel Seicoleg Glinigol, Addysgiadol, Galwedigaethol a Chwaraeon ac Ymarfer Corff. Ymhlith y meysydd eraill mae Seicotherapi, cwnsela, gwaith cymdeithasol a gofal iechyd.

## Straeon Myfyrwyr

Lisa

**Graddiodd mewn Seicoleg (C800), 2018.**

Rwy'n cael fy nghyflogi gan y Bwrdd Iechyd Lleol i gynllunio a chomisiynu gwasanaethau camddefnyddio sylweddau a chefais fy nerbyn i wneud BSc Seicoleg ym Mhrifysgol Aberystwyth. Gan fy mod i'n gweithio'n amser llawn, astudiais yn rhan-amser dros sawl blwyddyn. Yn ystod y cyfnod hwn, dysgais wybodaeth am fy newis bwnc a hefyd sgiliau a fu'n ddefnyddiol iawn megis dealltwriaeth well a manylach am ddata ac ystadegau a gwella fy sgiliau fy hun wrth ymchwilio a chyflwyno gwybodaeth. Roedd pwnc fy nhraethawd hir yn uniongyrchol gysylltiedig â'm gwaith a chafodd ei dderbyn fel tystiolaeth mewn strategaeth comisiynu camddefnyddio sylweddau ranbarthol a fydd yn cael ei defnyddio i bennu cyfeiriad ariannu am gyfnod o 3-5 mlynedd.

Samjhana

**Seicoleg, gyda blwyddyn integredig mewn diwydiant (WF7F). Ar leoliad ar hyn o bryd.**

Rwy'n treulio fy Mlwyddyn mewn Diwydiant gyda Heddlu Swydd Bedford yn yr Adran Gwella'n Barhaus. Mae fy ngwaith prosiect wedi dod â mi i gysylltiad â gwahanol adrannau'r heddlu, wrth imi gwblhau cyfnodau mewn gwahanol adrannau er mwyn dysgu mwy am eu gwaith. Mae'r profiad ymarferol hwn o weithio yn yr Heddlu yn brofiad dysgu anhygoel, sy'n fy nghynorthwyo i wella a datblygu sgiliau a fydd o gymorth ar ôl graddio, ac wedi f'annog hefyd i feddwl ymhellach am fy niddordebau a'r hyn yr hoffwn ei wneud yn y dyfodol.

Camilla

**Psychology (C800) graddiodd yn 2017.**

Ar ôl graddio dechreuais weithio fel seicolegydd cynorthwyl ar gyfer Seicolegydd Clinigol mewn cwmni preifat; rhoddodd y swydd hon gyfle imi ehangu fy ngwybodaeth ymchwil, a phrofi seicometrig yn benodol, ac arsylwi gwahanol dechnegau therapiwtig. Ar ôl yr interniaeth hon, gweithiais fel Seicolegydd Cynorthwyl ar gyfer gwasanaeth IAPT, gydag ymarferwyr therapi gwybyddol ymddygiadol a Seicolegwyr Cwnsela. Dysgais am bwysigrwydd asesiadau clinigol ac effeithiolrwydd therapi EMDR (therapi dadsensiteiddio ac ailbrosesu drwy symud y llygaid) wrth leihau trawma. Cychwynnais ar Ddoethuriaeth Broffesiynol mewn Seicoleg Cwnsela ym Mhrifysgol Regents ac rwy'n gweithio fel ymarferydd dan hyfforddiant gyda chleientiaid sy'n gwella o gaethiwed i alcohol a chyffuriau, yn Ysbyty Cymunedol Edgware, Llundain.

# Straeon Myfyrwyr

Melisa

**Graddiodd mewn Seicoleg (C800), 2017**

Enillodd Melisa Basol radd BSc mewn Seicoleg o Brifysgol Aberystwyth yng Ngorffennaf 2017 cyn mynd i Brifysgol Caergrawnt i astudio ar gyfer MPhil. Dechreuodd ei PhD mewn Seicoleg yng Ngholeg Penfro, Caergrawnt, yn yr hydref, 2018.

Mae Melisa yn un o blith 92 o fyfyrwyr sydd wedi ennill ysgoloriaeth ar ôl cael eu dewis o gyfanswm o 5,798 o ymgeiswyr. Dyfernir Ysgoloriaethau Gates Caergrawnt i'r bobl fwyaf eithriadol yn academiaidd sy'n ymroi'n llwyr i gymdeithas o bob cwr o'r byd ac fe'u hystyrir yn ysgoloriaethau uwchraddedig rhyngwladol mwyaf clodfawr Prifysgol Caergrawnt.

Dywedodd Melisa: "Mae'n anrhydedd i mi ymuno â chymuned o unigolion uchelgeisiol, tebyg i mi sy'n benderfynol o gael effaith. Ac er bod y gronfa hon yn glodfawr iawn ac yn hael, rwy'n ymwybodol na fyddai'n bosibl heb ymddiriedaeth a chefnogaeth ddiamod fy adran yn Aber. Mae'r hyn rwyf wedi'i gyflawni ond yn dyst i'r arweiniad a'r anogaeth a dderbyniais yn ystod fy ngradd israddedig ac ar ôl hynny."

Simona

**Graddiodd mewn Seicoleg (C800), 2017.**

Astudiais BSc Seicoleg ym Mhrifysgol Aberystwyth a mwynhau pob eiliad. Mae'n Brifysgol wych, mae ansawdd y dysgu o safon uchel iawn ac mae'r darlithwyr yn mwynhau dysgu eu modiwlau. Cefais gymorth hefyd i ddod o hyd i brofiad gwirfoddoli da a fu o fantais wrth imi chwilio am swydd. Ar ôl graddio, euthum yn syth i astudio ar gyfer gradd meistr mewn Seicoleg Glinigol ac Iechyd, ac enillais radd gyda rhagoriaeth. Rwyf bellach yn weithiwr cymorth sy'n helpu pobl i feithrin sgiliau newydd fydd yn caniatáu iddynt fod yn fwy annibynnol a byw gydag urddas. Hefyd, mae gennyf swydd ran-amser fel darlithydd seicoleg mewn canolfan Siapaneaidd yn paratoi myfyrwyr Siapaneaidd ar gyfer y brifysgol. Mae fy mhrofiad yn Aberystwyth wedi fy mharatoi ar gyfer astudiaethau pellach a gyrfa drwy roi imi'r holl wybodaeth a sgiliau ymarferol angenrheidiol.

Conor

**Seicoleg, gyda blwyddyn integredig yn astudio dramor (N1FW). Yn graddio Gorrffennaf 2019.**

Ym Mhrifysgol Bergen yng ngorllewin Norwy, roeddwn yn gallu profi ac ymdrochi mewn diwylliant ac amgylchedd addysgiadol gwahanol; gan gyfoethogi fy sgiliau academiaidd a bywyd personol drwy roi cyfle cwbl unigryw imi - a newidiodd fy mywyd - mewn gwlad gyffrous a hardd.





## Ymchwil

### Llinellau Cyffuriau - Diogelwch i Bobl Ifainc Agored i Niwed yng Nghymru

Dr Gareth Norris (Uwch Ddarlithydd Seicoleg)

Mae'n bosibl bod nifer o bobl wedi gweld neu glywed am 'Llinellau Cyffuriau' yn y newyddion. Yn ddiweddar, gwnaeth Dr Gareth Norris, o Adran Seicoleg Prifysgol Aberystwyth gyflwyno adroddiad i'r Swyddfa Gartref ar ôl gwerthuso ymyrraeth â phobl ifainc yng Ngheredigion, Cymru, sydd mewn perygl o fod yn rhan o Droseddau Difrifol a Chyfundrefnol.

Er gwaethaf lefelau cymharol isel o drosedd yng Ngheredigion, gall nifer o bobl ifainc agored i niwed fod mewn perygl o gael eu hecsploetio gan gangiau cyffuriau a grwpiau trosedd cyfundrefnol eraill; roedd yr ymyrraeth hon wedi'i anelu at bobl ifainc ym mlynnyddoedd ysgol 6 a 7 i roi'r sgiliau iddynt adnabod a gwrthsefyll erledigaeth bosibl.

Roedd y sesiynau'n cynnwys ymdrin ag emosiynau, y cyfryngau cymdeithasol a diogelwch ar y rhyngwyd, a chamddefnyddio sylweddau. Mae'r gwaith yn ffurfio rhan o un o Astudiaethau Achos Effaith yr Adran ar gyfer ymarfer asesu'r Fframwaith Rhagoriaeth Ymchwil (FfRhY, 2021).

## Y Gymdeithas Seicoleg

### Nosweithiau Cymdeithasol

Ein nod ar gyfer ein nosweithiau cymdeithasol yw darparu awyrgylch hamddenol perffaith er mwyn cwrdd a gwneud ffrindiau ag unigolion sy'n debyg i ni. Mae llwyth o syniadau gan aelodau'r pwyllgor, a chynhelir ein nosweithiau cymdeithasol fel arfer ar nos Fawrth; ceir thema wahanol i bob un, ac rydym yn postio digwyddiad ar y grŵp Facebook ymlaen llaw yn ogystal ag anfon ebyst er mwyn rhoi amser i bawb baratoi! Mae'r digwyddiadau ar nos Fawrth fel arfer yn dilyn llwybr penodol o dafarndai a chlybiau yn y dref ac yn golygu yfed, fel rheol, ond mae croeso i bobl sydd ddim yn yfed hefyd! Rydym yn ceisio sicrhau cydbwysedd hefyd drwy gynnal Nosweithiau Sobor fel nosweithiau ffilm neu gemau yn rheolaidd er mwyn cynnig rhywbeth i bawb! Croesewir syniadau ac rydym yn gwneud ein gorau i wrando a darparu. Rydym hefyd yn trefnu dau bryd o fwyd yn ystod y flwyddyn; y naill adeg y Nadolig a'r llall ar ddiwedd y tymor.

### Academaidd

Fel cymdeithas, mae gennym gysylltiadau agos iawn â'r adran seicoleg. O ganlyniad, rydym yn gallu cynnal grwpiau astudio ar adegau cyflwyno traethodau ac arholiadau, ac yn aml bydd aelodau'r adran yn galw heibio i roi help llaw. Mae gennym hefyd grŵp penodol ar Facebook sy'n llawn o bobl sy'n fwy na pharod i helpu drwy ateb cwestiynau a fydd yn codi yn ystod eich astudiaethau



# Sut i wneud cais

Pan fyddwch wedi penderfynu pa gwrs yr hoffech ei astudio a ble, gallwch ddechrau'r broses o ymgeisio. Dyma gipolwg byr o'r broses a'n gweithdrefnau yma yn Aberystwyth.

## 1 Gwneud cais trwy UCAS.com

Dyddiad cau 15 Ionawr. Cod sefydliad Prifysgol Aberystwyth: A40

**GAIR I GALL:** Cewch rif UCAS 10 digid. Cadwch hwn wrth law oherwydd gofynnir am y rhif nifer o weithiau.

## 2 Bydd y brifysgol yn ystyried eich cynnig

**GAIR I GALL:** Defnyddiwch UCAS Track i gadw llygad ar eich cais. Yn Aberystwyth rydym yn ceisio gwneud penderfyniad o fewn 4 wythnos.

## 3 Bydd y cynnig i'w weld ar UCAS Track

## 4 Penderfynwch ble i fynd

Pan fyddwch wedi cael eich holl gynigion, bydd angen i chi benderfynu i ba brifysgol yr hoffech fynd, o fewn amser penodol. Dyma pryd y bydd angen i chi nodi pa brifysgolion fydd eich dewisiadau cadarn ac wrth gefn.

## 5 Llety

Pan fyddwch wedi gwneud eich dewis cadarn/ wrth gefn gallwch wneud cais am lety (1 Ebrill ymlaen).

## 6 Diwrnod y canlyniadau

Bydd UCAS Track yn cadarnhau eich cynnig o le. Os nad ydych yn sicr beth yw'r cynnig, cysylltwch â'r brifysgol yn uniongyrchol. Gwnewch yn sicr nad ydych ar wyliau ar ddiwrnod y canlyniadau. Os nad ydych yn cael y graddau yr oeddech wedi gobeithio amdanynt, efallai yr hoffech ystyried y broses Glirio

## 7 Dechreuwch bacio!



