

Diwylliannau sy'n pryderu: pecyn cymorth cadw staff ar gyfer ysgolion

Nid yw'r broblem o gadw athrawon yn y Deyrnas Unedig yn gyfrinach. Er bod Cymru yn perfformio ychydig yn well na chenhedloedd eraill, mae'n dal i gael ei mynegi fel pryder pan fyddwn yn siarad â staff addysg sy'n gweithio mewn lleoliadau yng Nghymru.

Y newyddion da yw bod rhywfaint o dystiolaeth yn dangos yr hyn sy'n gweithio. Rydym wedi datblygu'r pecyn cymorth rhad ac am ddim hwn i helpu i gefnogi ysgolion yng Nghymru i ddechrau meddwl am rai o brif ysgogwyr llesiant da yn y gweithle. Fe'i cynlluniwyd i helpu arweinwyr ac ysgolion i feithrin diwylliannau sy'n helpu staff i aros a ffynnu yn eu rolau.

Mae pob adnodd yn y pecyn cymorth hwn yn cysylltu ag un o'r **gyrwyrr llesiant yn y gweithle hysbys**.



I ddarllen adnodd isod yn Gymraeg: cliciwch arno, yna dewiswch 'CY' ar frig y gweddalen.

Ar gyfer arweinwyr a rheolwyr ysgol:

Cefnogaeth

Mae staff sy'n teimlo eu bod yn cael eu cefnogi yn teimlo dan lai o straen, yn fwy effeithiol ac yn fwy tebygol o aros yn eu rolau. Er mwyn eich cefnogi chi a'ch tîm yn well, cofrestrwch i'r Gwasanaeth Cyngori ar Lesiant am ddim, a ariennir gan Lywodraeth Cymru felly nid oes cost i'ch ysgol.

Dysgwch fwy a chofrestrwch



Dysgu

Pan fydd gan arweinwyr a rheolwyr fynediad at gyfleoedd dysgu a myfyrio, mae manteision eang, iddyn nhw a'u tîmau. Un opsiwn profedig yw Goruchwyliaeth Broffesiynol, sydd ar gael ar hyn o bryd, diolch i gyllid Llywodraeth Cymru. Gwnewch yn siŵr eich bod yn cofrestru tra gallwch chi, gan fod lleoedd yn gyfyngedig.

Dysgwch fwy a chofrestru



Gwerthfawrogiad

Mae dangos gwir werthfawrogiad tuag at staff yn eich ysgol yn cael effaith bwerus ar lesiant yn y gwaith. Mae ein Cyfarwyddwr Rhaglenni a Gwasanaethau, Faye McGuinness, yn siarad am sut y gall ysgolion ddangos eu bod yn gwerthfawrogi eu staff.

Gwyliwch nawr



Hyblygrwydd

Gall ymddiried yn y staff i gyflawni eu gwaith mewn ffordd sydd hefyd yn rhoi rhyddid iddynt reoli blaenoriaethau eraill, fel gofal plant, fynd yn bell i'w cadw'n fodlon ac yn y proffesiwn. Fodd bynnag, mae ystyriaethau penodol ar gyfer gweithredu gweithio hyblyg mewn lleoliadau ysgol. Lawrlwythwch ein canllaw i gael gwybodaeth am sut y gall ysgolion weithredu gweithio hyblyg mewn ysgolion.

Lawrlwythwch adnodd

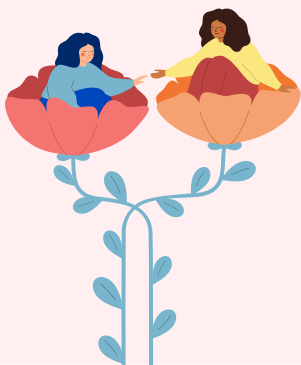


Ar gyfer arweinwyr a rheolwyr ysgol:

Cynhwysiant a pherthyn

Mae'r awydd i deimlo ymdeimlad o berthyn yn brofiad dynol sylfaenol. Cam cyntaf gwych tuag at feithrin amgylchedd tîm mwy cynhwysol a chefnogol yw drwy wneud ein Harchwiliad Diogelwch Seicolegol 5 munud fel tîm.

Lawrlwythwch adnodd



Rheolaeth

Mae rheoli llinell yn sgil bwysig y mae angen buddsoddi ynddi a'i chefnogi. A oes gan eich rheolwyr llinell y sgiliau sydd eu hangen arnynt i gefnogi cydweithwyr a nhw eu hunain? Rhannwch ein hadnodd ar sut y gallant gyflwyno llesiant i drefn ddyddiol i gefnogi'ch tîm.

Lawrlwythwch adnodd



Straen

Mae straen yn risg ddifrifol i lesiant yn y gweithle ac iechyd unigolion os na chaiff ei drin. Cymerwch olwg ar ein canllaw ar sut i ddatblygu Asesiad Risg Straen i leihau'r risg o straen i chi a'ch cydweithwyr a chreu amgylchedd ysgol iach.

Lawrlwythwch adnodd



Ymddiriedaeth

Darllenwch am sut mae bregusrwydd yn un o'r nodweddion mwyaf hanfodol ar gyfer arweinyddiaeth dda a sut y gall helpu arweinwyr ysgol i feithrin ymddiriedaeth ac ysbrydoli eu tîmau.

Darllen mwy



I'r holl staff:

Diben

Gall cymryd amser i fyfyrion ar ein diwrnod, ein hymarfer a'n hymatebion eich helpu i ailafael yn y llawenydd wrth addysgu. Rhwch gynnig ar yr ymarfer myfyriol hwn i ailgysylltu â'ch 'pam' a'i rannu â'ch cydweithwyr.

Lawrlwythwch ymarfer



Egni

Po fwyaf egniol ydych chi, y mwyaf ymgysylltiedig, effeithiol a hapus rydych chi'n teimlo yn y gwaith. Dylai'r holl staff addysg gael eu cefnogi i ddiogelu eu hegni a chymryd seibiannau ystyrion. Edrychwch ar ein hawgrymiadau ar osod ffiniau ar gyfer gwell cydbwysedd rhwng bywyd a gwaith.

Lawrlwythwch ganllaw



Llwyddiant

Mae teimlo ymdeimlad o llwyddiant yn helpu i gadw pobl yn gysylltiedig â'u hymdeimlad o ddiben a chymhelliant. Pryd oedd y tro diwethaf i chi fyfyrion ar eich llwyddiannau, eich sgiliau a'ch ymroddiad? Rhwch gynnig ar ein hymarfer myfyriol ar ddiwedd pob tymor i helpu i'ch atgoffa o'r gwahaniaeth rydych chi'n ei wneud.

Lawrlwythwch ymarfer



Gallwch hefyd rannu ein **poster** llinell gymorth gyda'r holl staff. Mae ein llinell gymorth cefnogaeth emosiynol ar gael i'r holl staff yng Nghymru, 24/7, 7 niwrnod yr wythnos: **08000 562 561**.