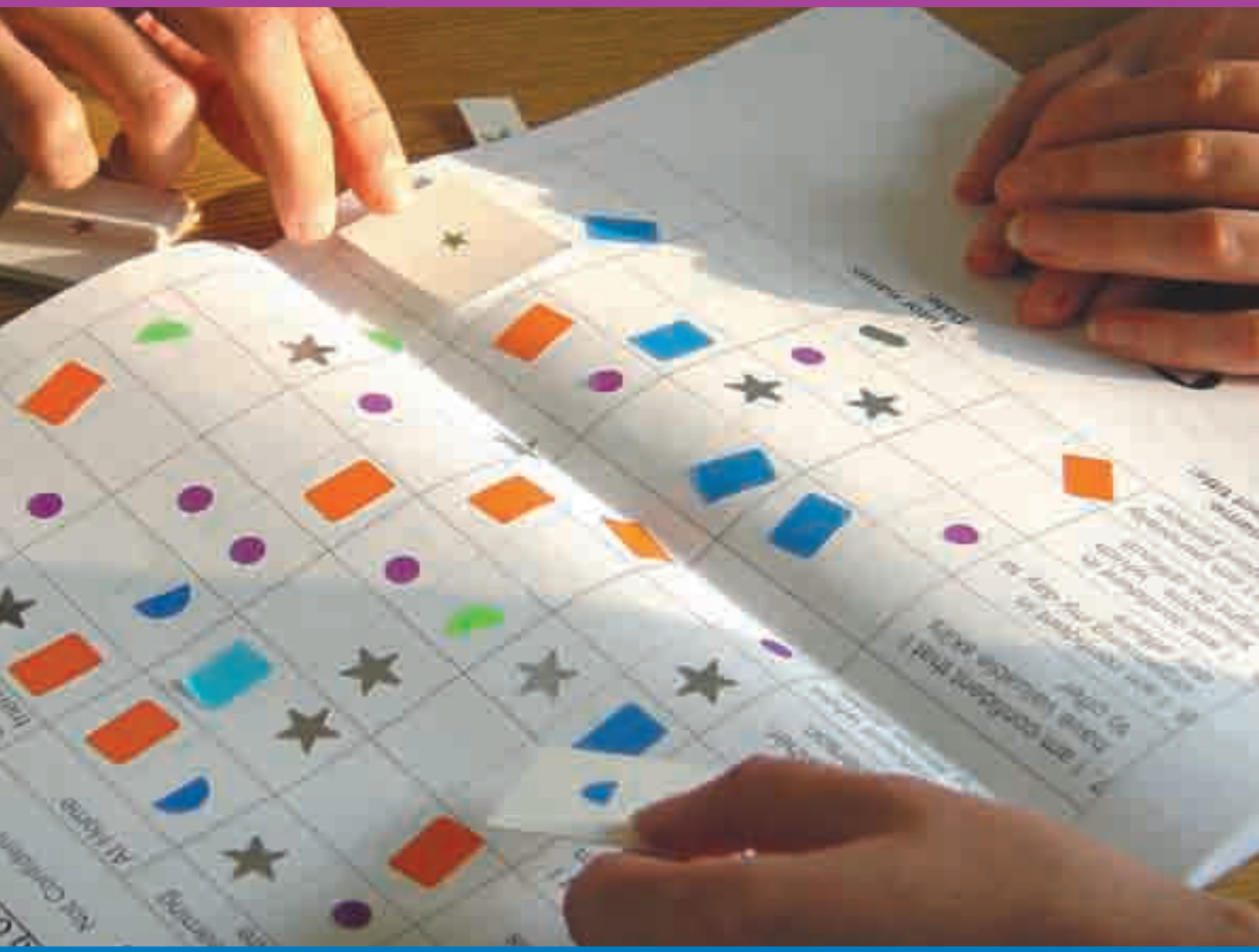
Dal Hyder

Natur a rôl hyder - dulliau o ddatblygu a chofnodi newidiadau yn y cyd-destun dysgu



Jan Eldred, Jane Ward,
Kay Snowdon a
Yanina Dutton

Arweiniad i diwtoriaid

niace promoting adult learning
RAP Regional Achievement Programme
EUROPEAN UNION European Social Fund
ESF UK
ACLF Adult and Community Learning Fund
Llywodraeth Cynulliad Cymru Welsh Assembly Government
department for education and skills creating opportunity, releasing potential, achieving excellence

Diolchiadau

Llawer o ddiolch i'r sefydliadau a gymerodd ran yn yr astudiaeth ac i'r ymarferwyr a'r dysgwyr am eu hamser, eu hymroddiad a'u brwdfrydedd; hebddynt ni fyddai'r astudiaeth yma wedi bod yn bosibl.

Y Cyfranogwyr

Andrew McManus a Paul Kelly, Dysgu Gydol Oes Blackburn a Darwen
Jennie Lavis a Teresa Donoghue, Dysgu Teulu Camden
Sue Bell a Jackie Walker, Gweithdy Chorlton, Manceinion
Amanda Towers a Victoria Emmett, Tîm Sgiliau Bywyd Addysg Oedolion Cumbria
Kevin Pearson, Addysg Oedolion Gateshead Adult
Caz Bell a Hilary Comfort, EETAC Coleg Caerlŷr
Mark Kelly, Coleg Gogledd Dyfnaint
Damion Shaw, Gwasahaeth Addysg Gymunedol yn y Gwaith Rochdale

Am yr Awduron

Mae Jan Eldred yn Uwch Swyddog Datblygu NIACE.
Mae Jane Ward yn Swyddog Datblygu Rhanbarthol Gogledd Orllewin Lloegr NIACE.
Mae Yanina Dutton a Kay Snowdon yn Gynorthwywyr Ymchwil gyda NIACE.

Cefnogwyd cynhyrchiad *Dal Hyder* gan Gronfa Gymdeithasol Ewrop.

Cynllun yr Undeb Ewropeaidd yw Cronfa Gymdeithasol Ewrop (ESF) sy'n cefnogi gweithgareddau i hybu cyfleodd cyflogaeth i bawb. Mae ESF yn helpu pobl sydd angen cefnogaeth ychwanegol i gael swyddi, i wella'u sgiliau a datblygu eu potensial yn y gweithle. Am fwy o wybodaeth gweler: **www.esf.gov.uk**

Ffotograffau © Sue Parkins ar gyfer NIACE.

© NIACE 2005, adargraffwyd yn 2006
Cyfieithiad Cymraeg © NIACE 2006

Cynnwys

Cefndir 3

Cyn i chi gychwyn 4

Defnyddio'r broses Dal Hyder gyda dysgwyr.....12

Strategaethau addysgu a dysgu 18

Astudiaethau achos.....21

Rhestr wirio 27

Croeso i Dal Hyder!

Bwriad yr arweiniad yma yw helpu darparwyr dysgu oedolion a thiwtoriaid i ddatblygu, dynodi a chofnodi newidiadau mewn hyder yn ystod dysgu. Mae hyn yn bwysig oherwydd dywedodd llawer o ymarferwyr a dysgwyr bod cynyddu hyder yn rhan allweddol o ddysgu. Mae'r pecyn yn seiliedig ar ymchwil a wnaethpwyd gan 17 o wahanol ddarparwyr â mynediad i dros 450 o ddysgwyr. Bwriad yr arweiniad yw cysylltu â seilwaith cyfredol addysgu a dysgu, gwella'r profiad dysgu a chynnig tystiolaeth o ddatblygiad. Mae'n gosod dysgwyr yng nghanol y broses ac mae'n ffitio'n dda gyda RAPRA (Adnabod a Chofnodi Cynnydd a Chyrhaeddiad) yn ogystal â fframweithiau Cynllunio Dysgu a Chofnodi Cynnydd a Chyrhaeddiad (PLRA).[1]

Mae dynodi cynnydd mewn dysgu a chyraeddiadau yn rhannau allweddol o'r broses ddysgu. Yr her yw dal cyraeddiadau unigolion a grwpiau'n glir er mwyn dangos i ddysgwyr, tiwtoriaid a chyllidwyr yr hyn sydd wedi ei gyflawni. Os yw cynnydd mewn hyder mor sylweddol ag yr awgrymir gan ddysgwyr a thiwtoriaid, ymddengys bod y dulliau o gasglu tystiolaeth am hyn yn bwysig.

Gobeithiwn y byddwch o'r farn ei fod yn ddefnyddiol a byddwn yn croesawu sylwadau ac adborth ar ei ddefnydd a'i ddatblygiad.

---

[1]Adran Addysg a Sgiliau (2003), *Planning Learning and Recording Progress and Achievement: A Guide for Practitioners*, DfES, Nottingham

Cefndir

Mae cynnydd mewn hyder wedi bod yn rhan amlwg o drafodaethau am yr hyn a enillir gan oedolion fel canlyniad i gymryd rhan fel dysgwyr mewn gweithgareddau dysgu. Tanlinellodd adroddiadau a dderbyniwyd gennym o brosiectau a gymerodd ran yn yr Adult and Community Learning Fund a dwy astudiaeth flaenorol (Eldred, 2002; Ward ac Edwards, 2002)[1,2], arwyddocâd y newidiadau mewn hyder ymhlith dysgwyr. Dangosodd ein hastudiaeth gyntaf, a gyhoeddwyd yn 2004, natur hyder mewn perthynas â dysgu a'i effaith ar unigolion yn ogystal â dulliau o ddal newidiadau mewn hyder yn ystod profiad dysgu (Dutton *et al*.)[3]. Amgaeir crynodeb o'r ymchwil yn y pecyn yma ac mae'r adroddiad cyflawn ar gael ar wefan NIACE (www.niace.org.uk).

Un mater a ddeilliodd o'r astudiaeth a wnaethpwyd gan ymchwil-ymarferwyr, oedd y gallai'r offeryn ymchwil a'r broses o gasglu profiadau a data gael ei addasu i'w ddefnyddio mewn sefyllfa addysgu a dysgu. Cychwynnodd yr ymchwil-ymarfewyr ddefnyddio'r offeryn gyda'u dysgwyr. Roedd aelodau tîm NIACE oedd wedi gwneud yr astudiaeth yn amharod i rannu'r offeryn a'i brosesu'n ehangach cyn iddo gael ei ddatblygu a'i brofi ymhellach mewn gwahanol sefyllfaoedd gyda gwahanol grwpiau o ddysgwyr. Teimlem na fedrem gymryd yn ganiataol y byddai offeryn wedi ei ddylunio ar gyfer ymchwil o reidrwydd yn un y gellir ei drosglwyddo ar gyfer cofnodi datblygiadau mewn sefyllfa addysgu a dysgu. Aethpwyd ati felly i chwilio am gyllidwyr a chytunodd yr Adran Addysg a Sgiliau (DfES) i gefnogi'r cyfnod datblygu nesaf.

Yn dilyn cyhoeddi'r adroddiad ymchwil, mynegodd nifer o ddarparwyr addysg oedolion ddiddordeb pellach mewn cymhwyso'r ymchwil a'r data i'w cyd-destun hwy. Teimlent fod yr adroddiad yn adlais o'u profiadau hwy eu hunain ac roeddent yn awyddus i roi cynnig ar yr offeryn gyda'u dysgwyr. Arweiniodd cais am sefydliadau a fedrai fod â diddordeb mewn datblygiadau pellach at gyfranogiad wyth safle pellach mewn gwahanol rannau o Loegr mewn hyfforddiant ymwybyddiaeth o natur yr astudiaeth ymchwil, y cyfleoedd a gyflwynwyd a'r prosesau y gellid ymgymryd â hwynt. Yn dilyn y sesiynau hyfforddi a datblygu yma, cymerodd wyth sefydliad, yn cydweithio â 41 grŵp ac yn cynnwys tua 350 o ddysgwyr, ran yn natblygiad y broses Dal Hyder.

Anogwyd y safleoedd a gymerodd ran i newid ac addasu'r offeryn Dal Hyder i adlewyrchu gofynion eu dysgwyr. Anogwyd hwynt i ystyried potensial yr offeryn i wella addysgu a dysgu ac asesu ei ddefnyddioldeb i'w dysgwyr 'hwy' yn eu sefyllfaoedd 'hwy'. Anogwyd hwy hefyd i ystyried yn ofalus sut i gael adborth oddi wrth ddysgwyr, eu cyd-ddysgwyr, staff addysgu a staff cynorthwyol. Roedd yn glir o gychwyn y broses yma bod parau a grwpiau o staff yn cydweithio i gytuno sut i symud ymlaen, gan osod eu dysgwyr yng nghanol eu hystyriaethau. Cytunodd yr ymarferwyr a'u grwpiau dysgu i roi adborth i'r tîm NIACE ar ôl chwech i wyth wythnos ac eto ar ddiwedd y prosiect peilot.

Wedyn casglodd y tîm NIACE y data a'r adborth er mwyn cynhyrchu'r arweiniad yma ar gyfer ei ddefnyddio gan eraill. Cynnwys y pecyn yma yw canlyniadau ein hymdrechion, dychymyg, hyblygrwydd ac ymateb y darparwyr dysgu a wirfoddolodd i ymgyfrannu. Gobeithiwn y bydd yn ysbrydoli eraill i ystyried defnyddio Dal Hyder: cynnwys dysgwyr yn y broses, defnyddio strategaethau addysgu a dysgu creadigol sy'n datblygu hyder mewn offeryn ymwybodol, gan gofnodi'r canlyniadau.

---

[1]Eldred, J. (2002), *Moving on with Confidence: Perceptions of Success in Teaching and Learning in Adult Literacy*, NIACE, Caerlŷr

[2]Ward, J. ac Edwards, J. (2002), *Learning Journeys: Learners' Voices; Learners' News on Progress in Achievement in Literacy and Numeracy*, LSDA, Llundain

[3] Dutton *et al*. (2004), *Catching Confidence*, NIACE, Caerlŷr

Cyn i chi gychwyn

Mae'r adran yma'n amlinellu'r camau ymarferol, themâu cyffredin a chwestiynau y dylai rheolwyr, tiwtoriaid a'r rhai hynny a fydd yn paratoi i gyflwyno'r broses Dal Hyder i ddarparwyr fynd i'r afael â hwy. Rydym wedi seilio'r cyngor yma ar brofiadau ac adborth a roddwyd i ni gan yr holl unigolion a gymerodd ran yn y prosiect peilot.

Diffiniadau

Defnyddiwyd y termau canlynol yn y testun i ddisgrifio gwahanol agweddau Dal Hyder

Y **broses Dal Hyder** yw'r disgrifydd ar gyfer proses gyffredinol sy'n cynnwys diffinio lefelau hyder, gan ystyried a thrafod hyder a newidiadau mewn hyder a dal y cynnwys ac/neu'r canlyniadau.

Yr **offeryn Dal Hyder** yw'r dull a ddefnyddir i ddal adfyfyrio ar lefelau hyder. Yn wreiddiol roedd ar ffurf grid ac ers hynny mae wedi ei addasu i amrywiaeth o ddyluniadau yn cynnwys gridiau, llyfrau gwaith, mapiau meddwl a fersiynau electronig.

Mae'r **datganiadau** yn amlinellu gwahanol weithgareddau cyffredin neu benodol y mae pobl yn eu gwneud. Er enghraifft, 'Rwy'n hyderus y gallaf siarad mewn grŵp'.

Gall **sefyllfaoedd** ym mywydau pobl gynnwys 'y ganolfan ddysgu', 'y cartref' a llefydd/pobl eraill y maent yn ymwneud a hwynt yn rheolaidd.

Mae'r **symbolau** yn berthnasol i wahanol lefelau hyder. Er enghraifft, y petryal i ddynodi lefel 'hyder'. Gall y symbolau hyn fod ar ffurf sticeri, cardiau, lluniau wedi eu tynnu â llaw, siapiau o gyfrifiadur neu linellau rhif.

Mae'r **blychau** ar gyfer eu defnyddio gan ddysgwyr i osod y symbolau mewn ymateb i'r datganiadau

Paratoi tiwtoriaid

Dim ond os oes gan diwtoriaid y cyfle i gymryd rhan mewn datblygiad a gefnogir, a phroses gynllunio y bydd y broses Dal Hyder yn llwyddiannus.

Gweithio gyda chydweithwyr

Darganfu'r ymarferwyr a'r darparwyr a gymerodd ran yn natblygiad y broses Dal Hyder bod gweithio gyda chydweithwyr yn eu helpu i baratoi ar gyfer gweithio gyda dysgwyr. Cafodd gwybodaeth, syniadau a dychymyg eu cyfnewid; rydym yn cynghori unrhyw diwtoriaid â diddordeb mewn defnyddio Dal Hyder i gwrdd â'u cydweithwyr i ystyried yr holl bynciau a drafodir yn fanwl yn yr adrannau canlynol. Drwy'r paratoad hynny, bydd tiwtoriaid a dysgwyr mewn gwell sefyllfa i ddatblygu a dal newidiadau mewn hyder a fydd yn sail pellach i'w haddysgu a'u dysgu.

Deall hyder

Dylai tiwtoriaid gael gwybodaeth am astudiaeth o hyder, y dystiolaeth ymchwil sy'n sail i'r arweiniad yma. Bydd hyn yn rhoi'r wybodaeth iddynt am bwysigrwydd hyder, nodweddion hyder, y berthynas rhwng hyder a dysgu, yn cynnwys strategaethau y gellir eu defnyddio i gynorthwyo twf mewn hyder drwy'r broses ddysgu. Amgaeir copi yn y pecyn yma.

Y manteision i ddysgwyr

Mae'n bwysig bod tiwtoriaid yn deall pa mor fanteisiol y gall Dal Hyder fod i ddysgwyr, gan fod hyn yn sicrhau eu hymrwymiad i'r broses ac yn eu helpu i'w gyflwyno i ddysgwyr fel agwedd gadarnhaol o'u rhaglen. Mae'r broses a'r dulliau wedi eu cynllunio i sicrhau bod dysgwyr yn teimlo'u bod yn berchen y broses a dylai eu lles hwy fod yn hollbwysig. Rydym wedi dynodi'r manteision canlynol:

- Gall y broses ynddi hi ei hunan helpu dysgwyr i ennill hyder.
- Gall helpu dysgwyr i ddynodi ac olrhain y newidiadau yn eu hyder a mynegi ffactorau sy'n cefnogi'r datblygiadau hyn.
- Gall helpu dysgwyr i ddynodi cyrchnodau dysgu.
- Mae myfyrio ar eu profiadau a'u cynnydd yn helpu dysgwyr i gynyddu eu sgiliau a meddwl am eu dysgu hwy eu hunain a'r prosesau dysgu mewn offeryn mwy beirniadol a dadansoddol.
- Mae rhannu a chymharu profiadau'n helpu i ddatblygu deinameg grŵp adeiladol a chefnogol.

Diffinio lefelau hyder

Nid yw diffiniadau o hyder yn absoliwt ac er mwyn i diwtoriaid fod yn gyfarwydd â'r disgrifwyr lefel allweddol a'u hystyr argymhellwn eu bod yn cwblhau'r un gweithgaredd â'u dysgwyr. Bydd hyn yn eu helpu i benderfynu pa ymagwedd tuag at ddiffiniadau fyddai'n fwyaf addas ar gyfer eu dysgwyr.
(Gweler tudalen 12)

> *"Dylid cofio nad dod i un diffiniad yw'r pwrpas ond helpu dysgwyr i ganolbwyntio yn eu meddyliau hwy eu hunain fod gwahaniaethau ym mha mor hyderus y maent yn deimlo. Nid prawf neu ymarfer geirfa yw hwn - dechrau proses ydyw. Mae'n paratoi dysgwyr ar gyfer y cyfnod nesaf."*
>
> *(Tiwtor, EETACC Coleg Caerlŷr)*

Integreiddio Dal Hyder

Bwriad Dal Hyder yw ategu a ffitio i mewn i raglenni addysgu a dysgu cyfredol ac arferion ansawdd. Bydd angen i dimau a thiwtoriaid ddynodi'r dulliau mwyaf priodol o integreiddio'r defnydd o'r broses i mewn i'w rhaglenni.

Dethol rhaglenni

Dylai tiwtoriaid gytuno a yw'r dysgwyr, y gosodiad a chynnwys y cwrs yn fuddiol ar gyfer defnyddio'r broses. Mae angen iddynt gredu y bydd y broses yn gwella'r profiad dysgu ac yn helpu'r dysgwyr i fanteisio i'r eithaf o gymryd rhan. Cynlluniwyd y broses i fod yn hyblyg ac ymatebol, heb gyfyngu'r tiwtoriaid na'r dysgwyr.

Darganfu'r ymarferwyr oedd yn gwneud ymchwil ar y broses Dal Hyder y gellid ei defnyddio yn y rhan fwyaf o feysydd y cwricwlwm. Fodd bynnag, roedd rhai rhaglenni'n fwy addas nag eraill ar gyfer defnyddio Dal Hyder. Dangosodd rhai safleoedd ymchwil bod cyfleoedd dysgu neu gyrsiau fel gwneud gwisgoedd neu drefnu blodau yn anaddas, tra darganfu eraill bod y broses yn gwella profiad dysgwyr oedd yn cyfranogi yn y rhaglenni hyn neu rai tebyg. Ymddengys bod hyn yn awgrymu bod tiwtoriaid, os ydynt wedi eu hargyhoeddi gan y broses, o'r farn y gellir ei chymhwyso ar gyfer y rhan fwyaf o feysydd y cwricwlwm. Awgrymodd cydweithwyr o un sefydliad bod cyrsiau o un sesiwn yr wythnos am lai na chwe wythnos yn rhy fyr gan fod yr amser oedd ei angen ar gyfer defnyddio'r broses â'r amser addysgu a dysgu yn anghymesur.

Gall y broses fod yn arbennig o fuddiol i ddysgwyr sy'n:

- dychwelyd i ddysgu;
- brin o hyder oherwydd profiadau dysgu yn y gorffennol;
- mynychu cyrsiau lle mae canlyniadau datblygiad personol yn cael eu cofnodi yn ychwanegol at y prif bwnc;
- mynychu rhaglenni dysgu lle mae'r cwricwlwm yn cynnwys canlyniadau datblygiad personol, er enghraifft pendantrwydd ac adeiladu hyder;
- datblygu eu sgiliau llythrennedd, iaith ac/neu rifedd.

> *"Fy nghyngor i yw mai'r peth pwysicaf yw eich bod yn teimlo'n gysurus wrth ddefnyddio'r offerynnau. Rwy'n barod i fynd cyn belled â dweud os nad ydych yn teimlo'n weddol gysurus, peidiwch â'i wneud."*
>
> *(Tiwtor, EETAC Coleg Caerlŷr)*

Iaith, llythrennedd a rhifedd

Dengys ein hymchwil bod datblygu hyder yn ymddangos fel pe bai'n cael effaith gadarnhaol ar ddatblygiad llwyddiannus sgiliau llythrennedd, iaith a rhifedd. Gall tiwtoriaid ddefnyddio'r broses Dal Hyder i gynorthwyo datblygiad penodol sgiliau siarad, gwrando, darllen ac ysgrifennu mewn darpariaeth arwahanol a mewnol. Rydym wedi mapio offeryn grid Dal Hyder i Gwricwlwm Craidd Llythrennedd Oedolion ar Fynediad 3 a Lefel 1 (gweler tud 7) i ddangos lle y gallai fod y mwyaf cymwys. Mae'r broses hefyd yn ategu cynnydd Cynllunio Dysgu a Chofnodi a fframwaith Cyrhaeddiad (PLRA).

Er mai'r cysylltiad â llythrennedd a datblygiad iaith yw'r amlycaf, gall y broses Dal Hyder hefyd roi offeryn gwerthfawr ar gyfer gwella rhifedd, gan mai diffyg hyder yw un o'r rhwystrau mwyaf sylweddol i gynnydd yn y maes yma.

Ffit gydag arferion ansawdd

> *"Chwiliwch am ddulliau o integreiddio Dal Hyder i mewn i'r hyn yr ydych eisoes yn ei wneud. e.e. amser tiwtorial, gweithgareddau hunan-asesiad, cyflwyniad i'r rhaglen neu weithgaredd dysgu."*
>
> *(Tiwtor, Gweithdy Chorlton)*

Mae'r broses Dal Hyder yn ategol ac mae'n ffitio'i mewn yn dda gyda dulliau eraill megis hunan-asesiad, Cynlluniau Dysgu Unigol a gwahanol fathau o asesiad. Bydd angen i ymarferwyr a thiwtoriaid ystyried sut i integreiddio'r broses i mewn i ymagweddau ac arfer cyfredol, yn cynnwys defnyddio RARPA neu PLRA, amser tiwtorial a hunan-asesiad. Mae'r canlynol yn dangos sut y mae'n cysylltu â RARPA.

Mae **RARPA** yn broses ansawdd sy'n cyfeirio at gynnydd a chyrhaeddiad dysgwyr mewn darpariaeth heb achrediad. Mae'r broses Dal Hyder yn adlewyrchu egwyddorion canolog ymagwedd RARPA, sef bod yn rhaid iddi ganoli ar y dysgwr; rhaid iddi ateb y gofyn a bod yn hyblyg ac anfiwrocrataidd. Mae ymagwedd RARPA'n cynnwys cymhathu proses gyfnodol, a chaiff y ffit rhwng Dal Hyder â phum elfen y broses eu rhestru yn y tabl ar dudalen 8.

Enghraifft o offeryn Mapio Dal Hyder i Gwricwlwm Craidd Llythrennedd Oedolion

Datganiadau	Cwricwlwm Craidd cyfeiriol at Fynediad 3 a Lefel 1
1. Rwy'n hyderus pan fyddaf yn cwrdd â phobl newydd	SLlr/E3.4,4,5,6; L1.3,4,5,6
2. Rwy'n hyderus y gallaf ddysgu pethau newydd	Rt/E3.2,4,5,8; L1.2,3,4 Rw/E3.3,5; L1.1,3 Rs/E3.2; L1.1.2
3. Rwy'n hyderus y gallaf ddysgu o'r cwrs yma	SL1r/E3.1,2,3,4,5,6 SL1r/L1.1,2,3,4,5,6
4. Rwy'n hyderus y gallaf ddefnyddio'r hyn a ddysgais yn fy mywyd bod dydd	SLc/E3.1,2; L1.1,2 SLr/E3.5; L1.4,5
5. Rwy'n hyderus i siarad mewn grŵp	SLc/E3.1,2,3;L1.1,3,4 SL/E3.2; L1.3 SLr/E3.6; L1.6
6. Rwy'n hyderus i siarad ag un person arall nad yw'n gyfarwydd i mi	SLc/E3.4; L1.2 SLr/E3.4,5,6; L1.3,4,5,6
7. Rwy'n hyderus pan fyddaf yn ysgrifennu pethau i lawr	Wt/E3.1,2,3,4; L1.1,2,3,4,5,6 Ws/E3.1,2,3; L1.1,2,3 Ww/E3.1,2,3; L1.1,2
8. Rwy'n hyderus fod gennyf i sgiliau gwerthfawr i'w cynnig	SLc/E3.1,3; L1.1,2,3
9. Rwy'n hyderus am fy sgiliau darllen	Rt/E3.1,2,3,4,5,6,7,8,9 Rt/L1.1,2,3,4,5
10. Rwy'n hyderus fy mod yn gallu darllen a deall papur newydd	Wt/E3.1,2,3,4 Wt/L1.1,2,3,4,5,6

Proses gyfnodol RARPA	Ffit gyda Dal Hyder
Amcanion sy'n briodol ar gyfer dysgwr unigol neu grŵp o ddysgwyr	Gallai cynyddu hyder gael ei gynnwys yn yr amcanion dysgu cyffredinol
Asesiad cychwynnol i sefydlu pwyntiau cychwyn	Bydd gweithgaredd cyntaf Dal Hyder yn helpu i ddal lefelau hyder cychwynnol
Dynodi amcanion dysgu addas a heriol, cychwynnol, wedi ei hail-negodi a'u hail-gyrchu	Gall trafodaethau yn ystod y gweithgaredd cyntaf helpu i ddynodi amcanion dysgu mewn perthynas â hyder ac agweddau eraill o'r rhaglen ddysgu
Dynodi cynnydd a chyrhaeddiad yn ystod y rhaglen, yn cynnwys myfyrio dysgwr ac adborth tiwtor	Gellir cyfeirio at y cofnod o'r gweithgaredd cyntaf er mwyn trwytho'r broses yma
Diwedd y rhaglen asesu sy'n cynnwys hunan-asesiad dysgwr, asesiad tiwtor ac adolygiad o gynnydd a chyrhaeddiad cyffredinol	Gellir defnyddio'r ail weithgaredd a'r offeryn cofnodi i roi tystiolaeth ar gynnydd a chyrhaeddiad mewn cysylltiad â hyder. Gallai adfyfyrio gwerthfawr ar ddysgu ehangach hefyd ymddangos i drwytho'r adolygiad yma.

Dethol ac addasu eich offeryn Dal Hyder

Dylai tiwtoriaid fod yn gyfarwydd iawn â'r offeryn y maent yn ei ddefnyddio. Dylai'r broses baratoi gychwyn gydag archwiliad o'r gridiau amgaeedig, map meddwl a llyfryn. Wedyn dylai pob tîm neu diwtor benderfynu pa ddull(iau) y maent yn dymuno eu defnyddio. Bydd angen iddynt addasu'r model(au) y maent wedi eu dethol i weddu i'r dysgwyr arbennig a'r sefyllfaoedd y maent yn gweithio ynddynt. Dylech ystyried:

- *y fformat* – sef grid, map meddwl, offeryn seiliedig ar luniau o'r cyfrifiadur neu rywbeth arall mwyaf priodol?
- *yr iaith* – oes angen i chi newid unrhyw beth yn yr iaith i sicrhau ei bod yn hygyrch ac yn briodol ar gyfer eich dysgwyr? Ystyriwch lefelau llythrennedd wrth wneud hyn.
- *y sefyllfaoedd* – oes angen i chi eu haddasu i adlewyrchu bywydau'r dysgwyr? Er enghraifft, ydi'r categori gwaith yn addas ar gyfer dysgwyr nad ydynt yn gweithio?
- *y datganiadau* – ydych chi eisiau eu newid neu gael llai ohonynt?
- *y symbolau* – ydych chi eisiau eu newid ac a fyddwch yn defnyddio cardiau a/neu sticeri neu ddull gwahanol, megis dewislen o'r cyfrifiadur?

DS. Peidiwch newid y dewisiadau i odrif o lefelau hyder gan fod ymchwil wedi dangos bod dysgwyr yn tueddu i ddewis y categori canol mwy niwtral ac nad ydynt bob amser yn ystyried yn ddigon gofalus cyn mynegi barn.

Pryd i ddefnyddio'r offeryn

Mae'r offeryn yn gweithio ar ei orau pan y'i defnyddir ar gychwyn y rhaglen/gweithgaredd dysgu i ddal lefelau cychwynnol hyder. Mae'n bwysig penderfynu pryd a sut i ail-ymweld a'r broses. I'r mwyafrif bydd hyn ar ddiwedd y gweithgaredd dysgu er mwyn dynodi'r 'pellter a deithiwyd'. Mae hyn yn galluogi dysgwyr i weld newidiadau'n glir a myfyrio ar y rhesymau drostynt, yn ogystal â'r effaith ar eu dysgu a meysydd ehangach o'u bywydau.

> *"Bu dysgwyr yn adfyfyrio sut y teimlent ar ddechrau'r cwrs a dynodi llawer o dwf."*
>
> *(Tiwtor, Gweithdy Chorlton)*

Pan nad yw'n bosibl ymgymryd â'r gweithgaredd ar y cychwyn, gallech ei ddefnyddio unwaith ar ddiwedd y rhaglen, gan wahodd dysgwyr i edrych yn ôl ar sut y teimlent ar ddechrau eu cwrs. Anfantais y dewis yma yw'r posibilrwydd na fydd dysgwyr yn cofio eu teimladau'n gywir, yn arbennig os aeth cyfnod hir o amser heibio ers iddynt gychwyn eu dysgu.

Yr amser sydd ei angen ar gyfer y broses

Mae'r amser a gymerir i gyflwyno hyder fel pwnc ac ymgymryd â'r gweithgaredd yn amrywio o 40 munud i ddwy awr. Mae'r strategaethau y gallwch eu defnyddio i reoli hyn yn cynnwys yr elfennau canlynol:

- cynnwys y gweithgareddau fel rhan o raglen y prif gwrs;
- rhannu'r gweithgaredd dros gyfnod o fwy nag un wythnos; er enghraifft, trafod natur hyder ac edrych ar yr offeryn yn yr wythnos gyntaf a gwneud y gweithgaredd yr wythnos ganlynol;
- ei gyflwyno mewn gweithgareddau tiwtora ac asesu;
- ychwanegu sesiwn ychwanegol.

Dulliau o ddefnyddio Dal Hyder

Bydd angen i diwtoriaid benderfynu ar y dull mwyaf priodol o wneud y gweithgaredd. Gellir ei wneud:

- fel gweithgaredd grŵp;
- mewn parau;
- ar sail un-i-un rhwng dysgwr a thiwtor.

Mae gwneud y gweithgaredd **mewn parau neu** grŵp yn rhoi cyfle i ddysgwyr drafod ac ystyried eu lefelau o hyder. Gallai siarad â chyd-ddysgwyr eu helpu i feddwl yn glir am eu lefelau hyder eu hunain. Gall sylwadau cadarnhaol cyd-ddysgwyr yn y grŵp hefyd hybu hyder dysgwyr a helpu'r grŵp i asio am weddill eu sesiynau dysgu.

Fodd bynnag, mae hyder yn fater personol a allai fod yn anodd i rai pobl ac yn fater na fyddent yn dymuno ei drafod gyda chyd-ddysgwyr. Er enghraifft, teimlai prosiect pobl ifanc yn cynnwys dynion ifanc na fyddai'r dynion mor onest gyda'u hunain mewn grŵp ag a fyddent yn unigol.

Byddai **trafodaeth un-i-un** rhwng tiwtor a dysgwr yn caniatáu archwiliad o bynciau personol a allai fod yn amhosibl mewn sefyllfa grŵp. Mae hyn wedi gweithio'n dda lle mae pobl yn teimlo'n fregus ac yn annhebygol o drafod eu lefel hyder mewn grŵp. Gall defnyddio offeryn yn y ffordd yma, fodd bynnag, gymryd amser a gall fod yn ddwys, ond gall tiwtoriaid a dysgwyr fel ei gilydd elwa o'r drafodaeth. Gallai dysgwyr sy'n defnyddio cyfrifiadur gwblhau'r gweithgaredd ar eu pen eu hunain, i'w ddilyn gyda thrafodaeth gyda'r tiwtor. Gall trafodaeth un-i-un hefyd fod yn fwy addas pan fydd dysgwyr mewn cyfnod gwahanol o'u cwrs dysgu, sydd weithiau'n medru creu anawsterau mewn trafodaeth grŵp pan drafodir newidiadau a brofwyd dros gyfnod o amser.

Cyflwyno dysgwyr i'r offeryn

Dylid cynnwys dysgwyr yn y broses mor gynnar â phosibl yn eu rhaglen ddysgu. Rhaid i diwtoriaid ystyried pryd y dylai hyn fod a sut y gallant sicrhau fod dysgwyr yn cymryd rhan wrth addasu'r offeryn a'r broses i'r modd sy'n cyfateb orau i'w dysgu. Mae sicrwydd cyfrinachedd yn hollbwysig a'r wybodaeth nad oes atebion cywir ac anghywir. Mae tiwtoriaid hefyd wedi darganfod ei bod yn ddefnyddiol paratoi esiamplau i gefnogi eu dehongliadau o wahanol ddatganiadau a sefyllfaoedd.

> *"Mae llyfryn Dal Hyder yn ddull o gofnodi eich hunan-hyder a sut yr ydych yn newid ac yn datblygu yn ystod y cwrs dysgu teuluol yma. Bydd y llyfryn yn gyfrinachol rhyngoch chi â'ch tiwtor. Caiff eich enw ei dynnu oddi arno os rhennir gwybodaeth ag eraill."*
>
> *(Arweiniad tiwtor Camden Education a City Lit.)*

Mae'n hollbwysig bod y tiwtor yn cydweithio â'r dysgwyr mewn dulliau sy'n datblygu'r teimlad mai hwy sy'n berchen yr offeryn. Lle na wnaed hyn yn ein prosiectau peilot roedd tueddiad i'w weld fel gwaith papur ychwanegol ac mae'n ddealladwy pam eu bod yn amharod i gymryd rhan. Roedd Dal Hyder ar ei fwyaf llwyddiannus pan y'i cyflwynwyd mewn modd cadarnhaol, gan ganolbwyntio ar agweddau difyr defnyddio offeryn wedi ei seilio ar weithgaredd.

Dal yr hyn mae dysgwyr yn ei ddweud

Mae'r teimladau, profiadau, storïau a dirnadaeth a ddatgelir gan ddysgwyr yn ystod y broses Dal Hyder yn agweddau hollbwysig o'r broses. Maent yn helpu dysgwyr a thiwtoriaid i ystyried profiadau dysgu, agweddau tuag at ddysgu, sgiliau, gwybodaeth a galluoedd, ac maent yn penderfynu beth fydd y camau nesaf. Maent hefyd yn helpu i ddynodi cynnydd a datblygiad. Mae'n rhaid dod i benderfyniad ar yr offeryn o gofnodi'r rhain ar gyfer eu defnyddio yn y dyfodol gan ddysgwyr, tiwtoriaid, cyllidwyr ac arolygwyr.

> *"Mae tystiolaeth o hyder yn aml yn mynd ar goll mewn trafodaethau a gweithgareddau… Rwy'n awyddus i'w ddefnyddio'n 'swyddogol' ar gyfer cofnodi twf personol."*
>
> *(Tiwtor, Blackburn a Darwen)*

Defnyddio'r broses Dal Hyder gyda dysgwyr

Mae'r adran yma'n defnyddio profiad prosiectau peilot i roi arweiniad ar ddefnyddio'r broses gyda dysgwyr. Mae'n cynnwys awgrymiadau ar gyflwyno gweithgaredd i ddysgwyr, ffyrdd o weithio ar y cyd â dysgwyr i ddiffinio hyder, gweithio gyda'r offeryn ac ymagweddau addysgu a dysgu sy'n adeiladu hyder.

Cyflwyno'r gweithgaredd i ddysgwyr

Egluro pam y mae'r gweithgaredd yn bwysig, sut y gallant elwa, nad prawf ydyw ac nad oes atebion cywir ac anghywir, a'i fod yn rhywbeth y dylent ei fwynhau.

- **Cwblhau gweithgaredd cychwynnol ar gyfer cytuno ar lefelau hyder**
  Mae'n anodd clymu'r syniad o hyder a gwahanol lefelau o hyder wrth ddiffiniad manwl-gywir. Am y rheswm hwn mae'n bwysig gweithio gyda dysgwyr i ddatblygu cyd-ddealltwriaeth o beth mae hyder yn ei olygu.

  Ble bynnag mae hynny'n bosibl defnyddiwch weithgaredd grŵp gan fod hyn yn helpu i gychwyn trafodaeth am hyder ac yn annog pobl i feddwl am wahanol lefelau hyder. Ar ddiwedd y gweithgaredd yma dylai dysgwyr a thiwtoriaid fod yn glir am yr hyn y mae pob lefel o hyder yn ei olygu iddynt.

Dyma rai gweithgareddau sydd wedi eu profi ac a argymhellir a ddatblygwyd gan diwtoriaid i weddu i'r dysgwyr y maent yn cydweithio â hwy. Gallwch ddewis un o'r rhain neu ddatblygu eich gweithgaredd eich hunan i weddu i'ch dysgwyr.

Enghraifft 1: Gweithgaredd nodyn Post-it

Mae'r gweithgaredd yma'n gweithio'n dda gyda dysgwyr sy'n ddigon hyderus i ysgrifennu a darlunio cysyniadau ac fel gweithgaredd hyfforddiadol i diwtoriaid cyn iddynt gychwyn defnyddio'r offeryn Dal Hyder gyda'u dysgwyr.

- Mae angen nodiadau Post-it, pedair tudalen o bapur (maint fflipsiart) ar y wal a phinnau ysgrifennu.
- Ysgrifennu un lefel hyder ar ben uchaf pob tudalen o bapur: hyderus iawn, hyderus, dim yn hyderus, hyder isel iawn.
- Egluro mai prif amcan y gweithgaredd hwn yw meddwl am yr hyn y mae hyder yn ei olygu a chytuno ar ystyr pob un o'r gwahanol gategorïau.
- Gofyn i ddysgwyr ysgrifennu neu ddarlunio ar nodiadau Post-it beth mae pob lefel yn golygu iddynt hwy.

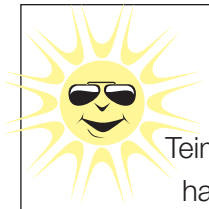
Mae'n bwysig nodi nad oes atebion cywir ac anghywir – mae ystyr y gair yn bwysig ar gyfer cyfnod nesaf y gweithgaredd.

- Gofyn i'r dysgwyr sticio nodiadau Post-it ar y tudalennau fflipsiart o dan y pedwar gwahanol bennawd.
- Gofyn i'r dysgwyr edrych ar y canlyniadau.
- Gwneud crynodeb o'r prif bwyntiau a'u trafod gyda'r grŵp.

Gallai hyn gymryd peth amser ac os yw dysgwyr yn poeni am eu dealltwriaeth o'r termau efallai y bydd arnynt angen peth cymorth ac arweiniad. Rhoddir enghreifftiau o ymatebion a roddwyd gan ddysgwyr eraill ar ochr arall y dudalen.

- Cytuno gyda'r dysgwyr beth yw ystyr y categorïau.

Gweithgaredd Post-it: enghreifftiau

<table>
<tr>
<td> 

Hyderus iawn

Teimladau – hapus, cysurus, hamddenol, pendant, abl.
Teimlad o lwyddiant annibynnol
Datganiadau – dim problem
Rwy'n gallu ei wneud, rwy'n mwynhau
Rwy'n credu medra'i wneud hyn
Does arna'i ddim ofn dim byd

</td>
<td>**Hyderus**

Teimladau – cysurus
Datganiadau – Fe wnaf roi cynnig arni
Rwy'n gallu siarad
Nid wyf erioed wedi gwneud hyn o'r blaen, ond rwy'n fodlon rhoi cynnig arni
Mae'n debyg y gallaf ei wneud

</td>
</tr>
<tr>
<td>

Dim yn hyderus

Teimladau – swil, pryderus, rhwystredig,negyddol
Datganiadau – Mwy na thebyg na fedrai'i wneud
Fyddai'n well gen i beidio gwneud
Rwy'n ansicr am y sefyllfa
Nid wyf yn meddwl y byddaf o unrhyw werth ond wna'i roi cynnig arni

</td>
<td>**Hyder isel iawn**

Teimladau – nerfus, ofnus, pryderus, dim hunan-barch, dim diddordeb
Datganiadau – Fedra'i ddim anadlu, fedra'i ddim gwneud hyn a nid wyf eisiau gwneud
Ni fyddaf byth yn medru gwneud hyn
Rwy'n osgoi bod mewn sefyllfaoedd arbennig

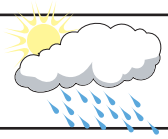
</td>
</tr>
</table>

Enghraifft 2: Gweithgaredd Sticeri

Mae grwpiau wedi darganfod bod y gweithgaredd yma'n addas ar gyfer dysgwyr sy'n oedolion ifanc a'r rhai sy'n cael trafferth gyda'r gweithgaredd Post-it oherwydd ei fod yn rhoi'r iaith a'r eirfa iddynt ar gyfer cychwyn mynegi'r hyn y maent yn ei deimlo ac yn meddwl.

- Rydych angen sticeri (mae labeli yn faint da) a phedair tudalen o bapur (maint fflipsiart) ar wal.
- Ysgrifennu un o'r lefelau hyder ar ben uchaf pob tudalen o bapur: hyderus iawn, hyderus, dim yn hyderus, hyder isel iawn.
- Argraffu neu ysgrifennu'r gwahanol ddatganiadau sy'n berthnasol i wahanol lefelau hyder ar y labeli a'u gosod ar y wal. Gellir hefyd ddefnyddio lluniau sy'n cynrychioli lefelau o hyder. Dangosir enghreifftiau o'r sticeri yma ar y dudalen nesaf.

Gweithgaredd sticeri: enghreifftiau o sticeri y medrid eu defnyddio

Rwy'n hollol ddiwerth	Methu cyfathrebu	Mewn rheolaeth	Nosweithiau di-gwsg
Unig		Pryderus	Yn medru tyfu fel person
Egnïol	Gofidus	Rociwch ymlaen!	
Ofnus	Llwyddiannus	Dim yn cyflawni	Materion iechyd meddwl
Ofni'r anhysbys		Cysurus	Bob amser yn petruso
	Sicrwydd	Fedra'i ddim	Dwi ddim yn gwthio fy hunan
Fedra'i ddim gwneud hyn	Dim problem	Balch	Optimistig
Beth yw'r broblem?	A wnaf ofyn am help?		Parod i gymryd her
Fe fedraf wneud hyn heddiw	Cyflawni	Gwella	Cael fy nal yn ôl gan ofn
Hamddenol	Cyrraedd yna	Methu mynd ymhellach	Mae pawb yn fy nghasau

- Egluro mai nod y gweithgaredd yma yw meddwl am yr hyn y mae hyder yn ei olygu a chytuno ar ystyr pob un o'r categorïau.
- Gofyn i'r dysgwyr roi'r sticeri ar y lefel hyder mwyaf priodol ar dudalennau'r fflipsiart.
- Gofyn i'r dysgwyr edrych ar y canlyniadau.
- Crynhoi'r prif bwyntiau a'u trafod gyda'r grŵp.
- Cytuno gyda'r dysgwyr ar yr hyn y mae'r categorïau'n ei olygu

Enghraifft 3: Gweithgaredd wynebau

Mae'r gweithgaredd amgen yma'n arbennig o addas lle nad yw dysgwyr yn gysurus gyda darllen ac ysgrifennu mewn sefyllfaoedd grŵp.

Gosodwch y pedwar symbol yma ar fwrdd gwyn/mur

Hyderus iawn

Hyderus

Dim yn hyderus

Hyder isel iawn

- Gofynnwch i'r dysgwyr weiddi'r gair/geiriau sy'n dangos y radd honno o hyder.
- Ysgrifennwch rai ar y bwrdd.
- Trafodwch bob lefel.
- Cytunwch gyda'r dysgwyr ar yr hyn y mae'r categorïau'n ei olygu.

Eglurwch yr offeryn i'r dysgwyr

Trafodwch y datganiadau a'r sefyllfaoedd a ddefnyddiwyd, gan roi enghreifftiau i ddarlunio lle mae angen. Gwnewch yn siŵr eu bod yn ddealladwy ac yn briodol. Oes rhai o'r dysgwyr yn dymuno newid unrhyw beth?

- **Penderfynwch gyda'r dysgwyr oes angen i'r holl ddatganiadau gael eu hateb yng nghyswllt yr holl sefyllfaoedd.**

  Gofynnodd rhai grwpiau i'r dysgwyr gwblhau'r blychau oedd yn berthnasol i'w presenoldeb yn y ganolfan ddysgu (a ail-enwid yn aml i'r man lle'r oedd y dysgu'n digwydd). Gosododd rhai o'r dysgwyr sticeri yn yr holl flychau, tra rhoddodd eraill sticeri yn unig yn y blychau oedd yn bwysig a pherthnasol iddynt hwy.

- **Rhoi'r deunydd y byddwch yn ei ddefnyddio i'r dysgwyr, megis yr offeryn, y sticeri a'r cardiau.**

  Ein profiad wrth ddefnyddio fformat grid ei fod ar ei orau ar ôl cael ei gynyddu i faint A3.

  Os ydych yn defnyddio grid, gellir defnyddio cardiau o'r un maint â'r blychau ar y grid gyda symbolau i ddynodi lefelau hyder.

  Mae defnyddio cardiau cyn gosod sticer yn y blychau yn galluogi ystyried a thrafod y dewis sy'n cael ei wneud gan ganiatáu felly i bobl newid eu meddwl cyn gwneud y penderfyniad terfynol.

  Bu'r cardiau'n ddefnyddiol i rai dysgwyr, yn arbennig wrth wneud gweithgaredd mewn grwpiau, tra roedd yn well gan eraill ddefnyddio'r sticeri ar unwaith

- **Gofyn i ddysgwyr drafod ac wedyn ddewis y lefel o hyder sy'n gweddu orau i bob datganiad a sefyllfa.**

  Os ydynt yn gweithio mewn grwpiau anogwch hwy i drafod eu dewis gydag eraill. Anogwch y dysgwyr i symud y cardiau o gwmpas a thrafod eu dewisiadau gyda chyd-ddysgwyr os ydynt yn gweithio mewn parau, neu mewn grŵp neu mewn trafodaeth un-i-un gyda thiwtor. Mae hyn yn caniatáu adfyfyrio manwl ar eu hyder mewn gwahanol sefyllfaoedd.
  Teimlai'r rhan fwyaf o ddysgwyr ei bod yn haws cwblhau un neu ddau ddatganiad ar y tro, ac wedyn ei drafod a phenderfynu ar ei lefel hyder cyn symud ymlaen at y datganiadau eraill.

- **Gofyn i ddysgwyr gofnodi eu dewis yn y blwch perthnasol**

  Mae gwahanol ddulliau ar gyfer gwneud hyn yn cynnwys gosod sticeri yn y blychau, dewislen gyfrifiadurol a llusgo a gosod, a mapiau meddwl.

  Defnyddiwch adran chwith y blwch pan fydd y gweithgaredd yn cael ei wneud am y tro cyntaf, ac wedyn ar yr ochr dde yr ail waith. Mae hyn yn cynorthwyo'r dysgwr i sylwi ac ystyried unrhyw newidiadau dros gyfnodr ac ar y gwahaniaethau rhwng gwahanol agweddau o'u bywyd

- **Cofnodi hanfod yr hyn a ddywedir yn ystod y drafodaeth**

  Gall dyfyniadau sy'n dal y newid yn hyder dysgwyr fod yn dystiolaeth ddefnyddiol.

  Mae rhai sefydliadau wedi defnyddio peiriant MP3 i recordio sgyrsiau dysgwyr tra bod eraill wedi gwneud nodiadau neu wedi defnyddio dyfyniadau dysgwyr. Mae'r broses o gwblhau'r offeryn mor bwysig â chofnodi newidiadau mewn lefelau hyder.

- **Gwnewch lungopi o'r grid i ganiatáu i'r dysgwr a'r tiwtor gadw copi ar gyfer cyfeirio ato.**

- **Ailadrodd y gweithgaredd ychydig cyn cyrraedd diwedd y rhaglen.**

  Annog dysgwyr i ddynodi unrhyw newidiadau mewn lefelau hyder (cadarnhaol a negyddol) ac ystyried y rhesymau dros y newidiadau yma ac effaith y newidiadau ar eu dysgu a'u bywydau'n gyffredinol.

  Mae myfyrio ar bwyntiau cychwyn yn ystod y gweithgaredd olaf yn ddull pwerus ar gyfer cefnogi dysgwyr i adnabod y pellter a deithiwyd.

  Fodd bynnag, os credwch bod y lefel hyder a ddewiswyd ganddynt y tro cyntaf yn dylanwadu ar eu hail ddewis ystyriwch ofyn iddynt gwblhau'r ail weithgaredd cyn gweld eu dewisiadau o'r gweithgaredd cyntaf. Gallai hyn fod yn ddefnyddiol lle mae dysgwyr yn teimlo rheidrwydd i gofnodi cynnydd mewn hyder hyd yn oed os nad dyma'r achos.

Strategaethau addysgu a dysgu

Rydym wedi distyllu'r agweddau ar addysgu a dysgu a awgrymwyd gan yr ymarferwyr a gymerodd ran yn ein hymchwil fel rhai hanfodol ar gyfer helpu i adeiladu hyder. Gellid eu defnyddio fel rhestr wirio wrth gynllunio a chyflwyno gweithgareddau dysgu oedolion.

- Dylid ceisio dwyn pobl â pheth tebygrwydd yn eu cefndir neu brofiadau at ei gilydd mewn grwpiau dysgu. Gellid gwneud hyn drwy weithio gyda sefydliadau cyfeirio megis ysgolion, cymdeithasau tai, sefydliadau cymdogaeth neu gymunedol. Ymddengys bod dysgwyr sy'n teimlo fod ganddynt gefndir neu brofiadau tebyg yn datblygu cefnogaeth effeithiol a chyd-strategaethau defnyddiol yn y sefyllfa ddysgu. Mae hyn yn helpu i adeiladu hyder.

- Cynllunio dysgu gan gyfleu'r cynlluniau fel bod dysgwyr yn wybodus ac yn medru rhagweld patrymau gweithgaredd a phresenoldeb. Dangosodd yr ymchwil bod tiwtoriaid o'r farn bod cynnwys dysgwyr yn y cyfnod cynllunio'n eu helpu i ymdopi â'r sefyllfa newydd.

- Cynnnwys gweithgareddau megis trafodaethau sy'n myfyrio ar brofiadau a rennir, sy'n adeiladu'r grŵp ac yn datblygu ymddiriedaeth.

- Cydnabod y gallai dysgwyr ddod â phrofiadau dysgu negyddol o'u gorffennol. Bydd hyn yn helpu dysgwyr i ddeall unrhyw bryderon am ddychwelyd i sefyllfa ddysgu gan helpu tiwtoriaid wrth fynd i'r afael â rhwystrau a achosir gan y fath agweddau.

- Llunio rhaglenni unigol ble bynnag mae hynny'n bosibl i ddangos bod dysgwyr yn gweithio tuag at eu hamcanion a'u dyheadau hwy eu hunain. Mae hyn hefyd yn eu helpu i weithio yn ôl eu pwysau. Mae dysgwyr yn awgrymu bod gweithio yn ôl eu pwysau tuag at eu hamcanion eu hunain, mewn sefyllfaoedd anghystadleuol yn eu helpu i deimlo'n fwy hyderus.

- Darparu cynifer ag sy'n bosibl o gyfleoedd i ddatblygu sgiliau mewn trafodaethau, lleisio barn a gwneud cyflwyniadau. Dangosodd dysgwyr bod siarad yn helpu i adeiladu eu hyder a bod lleisio barn yn dystiolaeth o dwf mewn hyder.

- Defnyddio gweithgareddau ymarferol mor aml â phosibl - ymddengys bod gwneud pethau newydd a diddorol yn adeiladu hyder a hefyd yn dystiolaeth o dwf mewn hyder.

- Cadw llygad ar grwpio cymdeithasol a chyfeillgarwch o fewn y grŵp ac adeiladu ar y rhain; ceisiwch sicrhau nad oes neb yn cael eu hynysu.

- Sicrhau bod pawb yn teimlo'n gynwysedig ac yn rhan o'r grŵp. Gellir gwneud hyn trwy weithio mewn grwpiau a pharau, gan adeiladu ar berthynas a chyfeillgarwch newydd neu gyfredol yn ogystal â sesiynau tiwtorial. Dangosodd yr astudiaeth bod perthynas a chyfeillgarwch rhwng dysgwyr yn ddulliau pwysig o adeiladu hyder yn y sefyllfa ddysgu.

- Adfyfyrio'n gyson gyda'ch grŵp ac unigolion ar weithgareddau, dysgu ac ymddygiadau. Yn ogystal â'r ystafell ddosbarth, cynhwyswch hefyd weithgareddau eraill bywyd bob dydd. Tanlinellwch y pethau cadarnhaol a'r hyn y 'gellir ei wneud'. Yn raddol, gweithiwch ar agweddau negyddol a heriol. Teimlai tiwtoriaid bod adfyfyrio'n cynnig cyfleoedd i adeiladu hyder trwy ddynodi agweddau a newidiadau cadarnhaol mewn dysgu a fedrai, fel arall, aros yn gudd. Dywedodd dysgwyr bod peth o'r dystiolaeth am yr hyn y maent yn awr yn medru ei wneud yn cael ei weld y tu allan i'r ystafell ddosbarth.

- Cynnig adborth llafar yn rheolaidd, yn gyfrinachol, a hefyd o flaen y grŵp. Dylid cynnig camoliaeth ac anogaeth, a sicrhau bod hyn yn ddiffuant er mwyn osgoi ymddangos yn nawddoglyd. Ceisiwch gael y grŵp i gymryd rhan trwy gynnig adborth a chanmoliaeth. Dangosodd dysgwyr bod y fath adborth ac anogaeth yn eu helpu i deimlo'n dda am eu dysgu gan adeiladu eu hyder trwy eu gallu i ddysgu pethau newydd. Fe wnaethant roi'r argraff hefyd bod gwrando a dibynnu ar ei gilydd yn gymorth i'w dysgu.

- Peidio bod yn feirniadol a gweithio i ddatblygu arferion cyfleoedd cyfartal. Dangosodd dysgwyr bod eu lefelau hyder isel yn deillio o deimlad eu bod yn fethiant, wedi eu hynysu, yn wahanol ac wedi eu hallgau. Roedd absenoldeb beirniadaeth o help iddynt adeiladu eu hyder yn eu hunaniaeth fel dysgwyr.

- Sicrhau bod dysgu'n hwyl ac yn cynnwys chwerthin!

Sylwadau dysgwyr a thiwtoriaid

Gwybodaeth am y gweithgaredd

Fe wnes fwynhau gwneud y grid gan ei fod yn gwneud i mi feddwl amdanaf fy hun a sut yr wyf wedi newid ers i mi ddod yma.

Dysgwr

Fel offeryn rydym wedi ei gael yn ddefnyddiol, ond yn bwysicach mae'r dysgwyr wedi ei gael yn ymarfer defnyddiol ar gyfer mesur datblygiad eu hyder hwy eu hunain.

Tiwtor

Mae'r grid yn ardderchog oherwydd mewn rhai cyrsiau, fel ein cwrs ni, cynyddu hyder yw'r prif amcan a'r prif ganlyniad, ac nid yw dulliau asesu eraill yn ystyried hyn.

Tiwtor

Gwybodaeth am hyder a dysgu

Roedd fy hyder yn wirioneddol isel y tro cyntaf i mi ddod yma. Wrth gerdded i mewn fy ngreddf oedd, '*Fedru di fyth ei wneud oherwydd dyna beth mae pobl wedi'i ddweud wrthyt ti*'. Mae'r bobl rwyf wedi cwrdd â hwy a gweithio gyda hwy wedi gwella fy hyder mewn offeryn da iawn ers i mi ddechrau dod yma.

Dysgwr

Mae gwybodaeth o'r pwnc yn beth mawr oherwydd os ydych chi'n gwybod am eich pwnc rydych yn medru siarad amdano

Dysgwr 1

… Ond mae hwnna'n gyfyngiad. Rydych yn dweud er mwyn bod yn hyderus bod yn rhaid i mi wybod popeth am y peth…mae hynny oherwydd eich bod chi'n hyderus yn y maes hwnnw, rydych chi'n gwybod popeth amdano. Ond…fydden i'n dweud fodd bynnag, mae'n rhaid i chi fod yn hyderus cyn y gallwch chi oresgyn unrhyw beth sy'n cael ei roi o'ch blaen, pa waeth beth sydd yn cael ei roi yno – rydych chi'n symud ymlaen i'r man lle rydych, roeddech wedi wynebu sefyllfa newydd ac wedi llwyddo i'w goresgyn, rydych wedi defnyddio'r hyn yr ydych yn ei wybod i helpu gyda hyn.

Dysgwr 2

Doeddwn i ddim wir erioed wedi defnyddio cyfrifiadur. Dwi rhyfeddu at yr hyn rwy'n medru ei wneud. Dwi'n teimlo'n hapus iawn weithiau ar ôl gwneud rhywbeth, 'Rwy'n gallu gwneud hwnna'. Wnes i fyth feddwl y buaswn i'n gallu ei wneud, felly ydw, rwyf wedi ennill llawer trwy ddod i'r dosbarth. Mae fy hyder wedi tyfu, heb amheuaeth.

Dysgwr

Ond rwy'n credu bod pobl yn eich trin chi, os ydych dros 60 â gwallt yn britho, maent yn eich gweld fel rhywun methedig. Rydych yn dechrau dweud wrthych chi eich hunan 'wel rwy'n gallu dod i ben â fy mywyd bob dydd ond fydden i byth yn gallu dysgu unrhyw beth newydd'. Ac rwy'n credu unwaith eich bod chi'n dechrau defnyddio cyfrifiaduron, ac yn gwneud mwy a mwy rydych yn dechrau sylweddoli bod eich ymennydd yn dal i weithio ac mae hynny'n rhoi'r hyder i chi eich bod yn dal i fedru dysgu.

Dysgwr

Rydym yn cael tipyn o anogaeth i helpu'n gilydd yma. Ers i mi ddod yma mae fy hyder wrth helpu pobl eraill, o safbwynt addysg, wedi gwella. Cyn hyn fyddwn i ddim wedi ceisio helpu unrhyw un, hyd yn oed petawn yn meddwl fy mod yn gwybod. Fuaswn i ddim wedi dweud dim byd oherwydd nid oedd fy hyder mor uchel â hynny oherwydd nad oeddwn yn medru ei ysgrifennu i lawr.

Dysgwr

Astudiaethau achos

Mae'r astudiaethau achos canlynol yn dangos sut y datblygodd y broses Dal Hyder. Roedd yr wyth sefydliad yn adlewyrchu gwahanol ardaloedd daearyddol, proffiliau dysgwyr a mathau o ddarpariaeth.

Roedd **Dysgu Gydol Oes Blackburn a Darwen** yn cynnwys addysg oedolion yn y gymuned o amrywiaeth o gwricwla. Rhoddodd saith tiwtor gynnig ar y gweithgaredd gyda naw grŵp. Cwblhaodd cyfanswm o 53 dysgwr yr offeryn; roeddent yn ddynion a menywod o wahanol grwpiau oedran ac mewn cyfnodau gwahanol yn eu bywydau o fod yn rhieni i ymddeoliad.

Profwyd yr offeryn mewn tri fformat grid gwahanol gan ddefnyddio wyth o'r deg datganiad gwreiddiol. Fe'i defnyddiwyd gan rai dysgwyr ar bapur, tebyg i'r grid gwreiddiol lle defnyddiwyd sticeri. Defnyddiodd y lleill y fersiynau electronig o'r grid; galluogodd un ohonynt y dysgwyr i lusgo a chlicio'i lefel hyder ar y blwch, a galluogodd y llall ddysgwyr i ddewis eu lefelau hyder o flychau tynnu lawr. Daliwyd y drafodaeth a'r farn am y lefelau hyder mewn un grŵp trwy flychau sylwadau dysgwyr a ddefnyddiwyd i gofnodi eu teimladau. Defnyddiwyd chwaraewr MP3 bach i gadw adborth a sylwadau dysgwyr ar ôl iddynt gwblhau'r grid am yr eildro. Gwnaethpwyd y gridiau yn ystod y sesiwn gyntaf neu'r ail sesiwn ac eto yn sesiwn olaf y cwrs.

Bu'r tiwtoriaid yn llwyddiannus wrth gyflawni integreiddiad di-dor o'r grid electronig i mewn i ddosbarthiadau TGCh. Llwyddodd y tiwtoriaid i wneud y broses yn addas ar gyfer eu dysgwyr eu hunain

Mae gan ganolfan allanol **EETAC Coleg Caerlŷr** diwtoriaid yn gweithio o fewn ystod eang o feysydd dysgu. Rhoddodd pedwar tiwtor brawf ar y gweithgaredd gyda 30 o ddysgwyr. Roedd y dysgwyr yn cynnwys menywod â Saesneg yn ail iaith iddynt ac oedolion ag anawsterau corfforol. Roedd y cyrsiau'n cynnwys trefnu blodau a gwneud dillad a thorri patrymau, gydag achrediad ar lefelau 1 a 2.

Cadwyd yr offeryn yn debyg i'r grid gwreiddiol gyda deg datganiad, er i'r geiriau gael eu newid. Mewn un grŵp trefnodd y tiwtor i gydweithiwr wneud nodiadau a dyfyniadau o dan benawdau tra'r oedd y dysgwyr yn gwneud y gweithgaredd. Daliodd tiwtoriaid beth o'r hyn a ddywedwyd gan ddysgwyr ar dudalen wahanol. Defnyddiwyd yr offeryn yn ail neu drydedd wythnos rhaglen ddeng wythnos ac eto ar y diwedd.

Roedd gwneud gweithgaredd oedd yn cyflwyno trafodaeth am hyder yn bwysig. Roedd gwneud y gweithgaredd yn agos at yr amser pan ddechreuodd y dysgwyr eu cwrs yn heriol. "Yn ein profiad ni mae dysgwyr yn mwynhau'r gweithgaredd ac yn gwerthfawrogi'r broses a'r canlyniad".

Roedd **Dysgu Teulu Camden Family** (Awdurdod Lleol) yn cynnwys rhieni a gofalwyr, yn arbennig fenywod o amrywiaeth o wahanol gefndiroedd diwylliannol. Rhoddodd tri thiwtor brawf ar weithgaredd mewn tri grŵp gyda chyfanswm o 30 o ddysgwyr. Roedd y cyrsiau'n cynnwys dysgu teuluol heb achrediad, Tystysgrif Addysgu Oedolion City & Guilds Lefel 3 a Helpu Ysgolion, achrededig ar Lefel 1.

Ail-eiriwyd ac ail-fformatiwyd datganiadau'r offeryn gynnwys blychau sylwadau a gynhyrchwyd ar ffurf llyfryn gydag un datganiad ar bob tudalen. Derbyniodd tiwtoriaid nodiadau arweiniad i'w helpu i

addasu'r offeryn i weddu i'w dysgwyr. Gwnaethpwyd y gweithgaredd gan y dysgwyr yn ail/trydedd wythnos y cwrs ac eto bum wythnos yn ddiweddarach. Ysgrifennodd y dysgwyr neu'r tiwtor nodiadau o'r sylwadau a wnaed yn ystod y drafodaeth yn y blychau sylwadau. Categorïodd rhai dysgwyr eu hunain fel hyderus iawn yn y cyfnod cyntaf, ond ar ôl ailfeddwl teimlent eu bod wedi ennill mwy o hyder gan ddyfeisio categori estynedig, megis 'hyderus iawn +'.

Roedd yn bwynt trafod da ar gyfer dysgwyr a gwnaeth iddynt feddwl am eu lefelau hyder hwy eu hunain. Cafodd y gweithgaredd dderbyniad da gan y dysgwyr, er i rai ddweud eu bod yn hyderus am fod y person nesaf atynt wedi dweud wrthynt eu bod. Gwnaeth hyn hi'n anodd i gael cofnod cywir o lefelau hyder cychwynnol y dysgwyr. Yn y dyfodol byddent yn ystyried gweithredu'r arbrawf yma ar sail unigol.

Cafwyd ymgyfraniad tiwtoriaid o amryw feysydd o'r cwricwlwm yn **Coleg Gogledd Dyfnaint**, Barnstaple. Rhoddodd chwe thiwtor gynnig ar yr offeryn gyda 14 grŵp yn cynnwys 122 o ddysgwyr. Roedd y dysgwyr yn dod o gymysgedd o gefndiroedd yn cynnwys myfyrwyr â materion iechyd meddwl ac anableddau eraill, rhai â materion hyder a phobl ifanc ag ymddygiad heriol. Roedd y dysgu'n cynnwys sgiliau llythrennedd, iaith a rhifedd ar lefelau mynediad 1 - 3, datblygiad personol achrededig a heb achrediad, cyrsiau celfyddyd lefel 1-2 a rhaglen sylfaenol oedd yn cynnwys Sgiliau Allweddol a TGAU.

Addasodd y tiwtoriaid y dulliau gan greu gwahanol fersiynau priodol ohono ar gyfer dysgwyr. Cytunodd tiwtoriaid bod angen cwtogi'r nifer o golofnau o bedair i dair gan ddileu'r golofn 'Yn y Gweithle/O Gwmpas'. Newidiodd tiwtoriaid yr iaith hefyd gan gwtogi ar y nifer o ddatganiadau. Hefyd, newidiodd y tiwtor celfyddyd y datganiadau ac ymddangosiad y grid.

Roedd yr offeryn yn llwyddiant wrth gychwyn trafodaethau grŵp gan arwain at rai sgyrsiau da am hyder. Bu'n llwyddiant wrth ddangos i ddysgwyr sut yr oedd eu hyder mewn sawl maes wedi gwella gan roi asesiad cyffredinol o'r 'pellter yr oeddent wedi ei deithio' erbyn diwedd eu cwrs.

Teimlai tiwtoriaid y byddai'r offeryn wedi gweithio'n well petaent wedi medru ei ddefnyddio o'r cychwyn cyntaf yn hytrach na'i gyflwyno ar ddechrau'r ail dymor. Mae'n wir bod rhai dysgwyr wedi dweud nad oeddent yn medru gweld perthnasedd y gweithgaredd, gan eu bod yn gwneud cwrs celf. Teimlai rhai o'r dysgwyr ifancach nad oedd ganddynt yr hunanhyder i nodi lefelau eu hyder mewn sefyllfa grŵp lle roeddent yn teimlo o dan bwysau oddi wrth eu cyd-ddysgwyr.

Mae **Gweithdy Chorlton** yn cynnig dysgu sgiliau sylfaenol mewn canolfan addysg gymunedol. Rhoddodd dau diwtor brawf ar yr offeryn ar sail un-i-un gyda chwe dysgwr ag anghenion llythrennedd, iaith a rhifedd gwahanol. Fe'i cyflwynwyd fel rhan o raglen diwtorial chwe awr. Roedd pob cyfweliad yn parhau am tua dwy awr.

Defnyddiwyd yr offeryn mewn dau fodd gwahanol; roedd y ddau yn golygu defnyddio lliwiau llachar a chwtogi ar y nifer o ddatganiadau a ddefnyddiwyd. Roedd y fersiwn gyntaf yn golygu defnyddio grid ar becyn cyfrifiadurol Excel. Roedd gan y grid saith datganiad a phopeth arall yn debyg i'r un gwreiddiol. Gallai dysgwyr lusgo'r symbol oedd yn cynrychioli eu lefel hyder i'r man priodol ar y grid.

Map meddwl gweledol oedd yr ail fersiwn oedd yn defnyddio saith datganiad. Crëwyd hwn ar gyfer y nifer mawr o ddysgwyr dyslecsig yn narpariaeth llythrennedd, iaith a rhifedd y ganolfan. Defnyddiwyd y ddau offeryn gyda phobl oedd wedi bod yn dysgu ers peth amser. Cwblhaodd y dysgwyr y gweithgaredd yn ôl-weithredol, gan ystyried beth oedd lefel eu hyder pan oeddent yn dechrau dysgu ac yna lefel bresennol eu hyder. Caniataodd y map meddwl i'r gweithgaredd fod yn llai unionlin. Gellid llenwi'r blychau mewn unrhyw drefn, a hyn yn ei alluogi i ffitio'i mewn gyda llif y sgwrsio. Cafodd y sgyrsiau eu recordio ar dâp er mwyn cael cofnod o'r pwyntiau defnyddiol a dyfyniadau dysgwyr. Cyn cychwyn y gweithgaredd roedd y tiwtoriaid wedi cynnal trafodaethau gyda'r dysgwyr am yr hyn yr oedd y gwahanol lefelau o hyder yn ei olygu iddynt hwy.

Ar y cyfan roedd y gweithgaredd yn ymarfer defnyddiol ac yn fan cychwyn da i helpu dysgwyr i asesu eu cyraeddiadau a'r pellter yr oeddynt wedi ei deithio. Roedd hefyd yn ddiddorol i'r tiwtoriaid i weld y gwahaniaethau yn y dysgwyr nad ydynt fel arfer yn chwilio amdanynt. Yr her oedd trefnu agweddau ymarferol yr offeryn: sicrhau'r offer ar gyfer recordio'r drafodaeth, cael gofod i gwrdd a sicrhau bod digon o amser ar gael.

Mae **Cyngor Addysg Oedolion Gateshead** yn cynnwys addysg gymunedol mewn ystod o feysydd cwricwlwm ac mae'n cynnwys dysgu teuluol ac oedolion ifanc. Defnyddiodd pum tiwtor yr offeryn gyda chyfanswm o 53 dysgwr, a 40 o'r rhain yn fenywod o wahanol oed. Cadwyd yr offeryn yn yn y fformat grid arferol ac fe'i profwyd gyda dysgwyr oedd yn ymwneud ag addysg antur, dysgu teuluol a chyrsiau hyder.

Cafodd y grid ei addasu i gwrdd ag anghenion dysgwyr. Roedd fformat y grid yn gyfarwydd i'r dysgwyr oedd wedi cwblhau cynlluniau dysgu gwahanol yn y gorffennol. Teimlai tiwtoriaid bod yr ymarfer wedi helpu i greu cyfle i ddysgwyr archwilio yr effaith a gafodd hyder ar eu parodrwydd i roi

cynnig ar weithgareddau newydd. Byddai gan y prosiect ddiddordeb mewn rhoi cynnig ar yr offeryn gyda myfyrwyr o natur fwy academaidd.

Tîm **'*Skills for Life*' Addysg Oedolion Cumbria**. Rhoddwyd prawf ar yr offeryn mewn cwrs llythrennedd a chwrs adrodd stori'r BBC o'r enw 'My life, a personal story'. Roedd pob un o'r dysgwyr yn ddysgwyr newydd â diddordeb arbennig mewn unigedd gwledig ac roedd ganddynt sgiliau llythrennedd is na TGAU Gradd A- C. Roedd cymysgedd o ddynion a menywod ar y cwrs ac ystod oed eang. Roedd cyfanswm o 30 dysgwr.

Defnyddiwyd format y grid gwreiddiol oedd wedi ei addasu i'w wneud yn fwy cyfeillgar ar gyfer llythrennedd, gan fapio cwricwlwm craidd llythrennedd oedolion hefyd. Roedd hyn ar gyfer galluogi tiwtoriaid i sefydlu agweddau ar y cwricwlwm yr oedd dysgwyr yn dod ar eu traws wrth gwblhau'r offeryn. Roedd hefyd o help i fod yn sail i gynllunio. Rhoddwyd yr offeryn i'r dysgwyr yn ystod yr wythnos gyntaf neu'r ail wythnos. Parhaodd y cwrs BBC am chwe wythnos (30 awr) a rhoddwyd yr offeryn i'r dysgwyr unwaith eto yn y chweched wythnos.

Mynegwyd lefelau hyder trwy'r rhifau1-5 yn hytrach na thrwy ddefnyddio symbolau. Gwnaeth tiwtoriaid nodiadau o'r trafodaethau a ddigwyddodd wrth gwblhau'r offeryn. Dangosodd yr adborth cyffredinol bod dysgwyr yn credu bod yr offeryn yn ddull ardderchog o gofnodi'r hyder a enillwyd, ond teimlai rhai y gellid ei wella drwy ei symleiddio. Y teimlad pendant ymhlith tiwtoriaid oedd y gallai'r offeryn fod yn amhrisiadwy petai rhai o'r datganiadau'n cael eu hailddiffinio i weddu'r gynulleidfa o dan sylw.

Mae'r prosiect wedi sefydlu gweithgor i ailedrych ar yr offeryn a'i wneud yn fwy addas ar gyfer y dysgwyr ar y prosiect. Mae'r tiwtoriaid yn bwriadu defnyddio'r offeryn trwy gydol y ddarpariaeth *Skills for Life,* gan ei fod yn ddull ardderchog ar gyfer cofnodi cynnydd mewn hyder.

Mae **Gwasanaeth Dysgu Cymunedol Gwaith-Seiliedig Rochdale** yn cynnig ystod o gyrsiau dysgu o gyfnod mynediad a sylfaen i lefelau uwch, gan roi cyfle i oedolion ddiweddaru ac ymestyn eu cymwysterau.

Defnyddiodd tri thiwtor yr offeryn gyda chyfanswm o 24 o ddysgwyr o ddau grŵp llythrennedd a dau o ddysgwyr â materion iechyd meddwl a fynychodd sesiynau adeiladu hyder. Roedd y dysgwyr o wahanol oed, rhyw (er mai menywod oedd y mwyafrif), hil a gallu.

Cwtogodd y ddau diwtor nifer y datganiadau ar yr offeryn o ddeg i rhwng chwech ac wyth. Cadwyd y cwestiynau a deimlent oedd fwyaf addas ar gyfer y dysgwyr. Cyflwynodd y tiwtor llythrennedd y gweithgaredd fel ymarfer grŵp. Er ei fod yn bryderus ar y cychwyn, unwaith yr oedd y tiwtor wedi cyflwyno'r cysyniad i'r grŵp roedd ganddynt ddiddordeb ac yn awyddus i gymryd rhan. Hyrwyddodd y gweithgaredd drafodaeth o fewn y grŵp a chymerodd y dysgwyr ran yn y gweithgaredd. Cyflwynwyd yr offeryn fel gweithgaredd grŵp gan y tiwtoriaid adeiladu-hyder, ac wedyn cwblhaodd y dysgwyr hwynt ar sail un-i-un gyda'u tiwtor. Roedd rhai o'r dysgwyr yn hoffi defnyddio'r sticeri, tra roedd yn well gan eraill linell rhif i weld y gwahaniaeth yn eu hyder.

Roedd defnyddio'r offeryn fel ymarfer grŵp yn heriol gan fod dysgwyr yn gweithio ar wahanol gyflymder ac yn dymuno trafod y sefyllfaoedd oedd ar yr offeryn. Credent fod yr offeryn ar ei orau ar sail un-i-un.

Defnyddiwyd yr offeryn i ‘ychwanegu gwerth’ i’r dogfennau oedd eisoes yn cael eu defnyddio yn y maes pwysig yma, ac mae wedi dod yn rhan o bortffolios y dysgwyr. Cofnodwyd y trafodaethau a gynhyrchwyd gan y gweithgaredd grid ar Gynlluniau Dysgu Unigol, nodiadau dosbarth, gwerthusiadau dysgwyr, a hefyd yn nyddiaduron personol dysgwyr (adeiladu hyder). Teimlai’r dysgwyr ei fod yn ymarfer defnyddiol ar gyfer mesur datblygiad eu hyder hwy eu hunain. Dymuna’r tiwtoriaid barhau i’w ddefnyddio fel rhan o’u gwaith tuag at adnabod cynnydd yn y maes yma.

Awgrymiadau a chynghorion

Dyma rai awgrymiadau gan sefydliadau a gymerodd ran wrth dreialu'r broses Dal Hyder.

Rydym yn meddwl bod offeryn Dal Hyder yn syniad gwych, ond bod angen ei addasu i gwrdd ag anghenion penodol ein dysgwyr.

Ystyried a chynllunio ar gyfer gwahanol ddulliau dysgu a galluoedd.

Ceisio asio'r offeryn yma â'ch darpariaeth gyfredol er mwyn osgoi'r teimlad ei fod yn ddarn ychwanegol o waith papur i diwtoriaid.

Cyfannwch eich prosiect gyda chynlluniau newydd megis RARPA, e-ddysgu a dysgu cymysg.

Dylid gwneud yn siwr fod y tiwtoriaid o'ch plaid a cheisio eu cael i gymryd rhan wrth deilwria'r deunydd i gynyddu teimlad o berchnogaeth a brwdfrydedd at y prosiect.

Mae'n bwysig bod y grŵp yn rhannu dealltwriaeth o'r hyn y mae categorïau hyder yn ei olygu a sut i gwblhau'r gweithgaredd.

Cynnig dewis o ddulliau i ddysgwyr i gofnodi lefelau hyder sy'n seiliedig ar weithgaredd, ac sy'n cynnwys elfen o hwyl.

Ceisio osgoi gormod o gwestiynau neu grid cymhleth.

Ystyried lefelau llythrennedd a Saesneg dysgwyr ac addasu'r gweithgareddau i adlewyrchu hyn.

Caniatau amser ar gyfer trafodaethau grŵp ond annog dysgwyr i gwblhau'r offeryn ar eu pennau eu hunain.

Egluro i ddysgwyr nad oes atebion cywir ac anghywir ac y bydd unrhyw sylwadau y dymunant eu gwneud yn werthfawr.

Ar gyfer cyrsiau byrrach gallai fod yn bosibl gwneud y gweithgaredd unwaith ar y diwedd gan edrych yn ôl ar sut y teimlai dysgwyr ar y dechrau gan nodi newidiadau.

Rhestr Wirio Dal Hyder

1. Ydych chi'n glir am y rhesymau dros wneud y gweithgaredd yma a pha fantais fydd ynddo i ddysgwyr ac i chi eich hunan?

2. A oes gennych dulliau yn eu lle i baratoi staff ar gyfer datblygu'r broses Dal Hyder yn eu rhaglenni?

3. Ydych chi wedi cynllunio sut y byddwch yn integreiddio'r offeryn i mewn i'r rhaglen ddysgu?

4. Ydych chi wedi addasu'r offeryn i weddu i anghenion y dysgwyr?

5. Ydych chi wedi sicrhau bod dysgwyr:
   - yn deall beth yw'r gweithgaredd;
   - yn gwybod sut y gallent fod ar eu hennill o gymryd rhan;
   - yn dymuno cymryd rhani;
   - wedi rhoi eu caniatâd.

6. A yw'r holl ddeunyddiau gennych y byddwch eu hangen, megis sticeri ac offeryn wedi ei addasu?

7. Ydych chi wedi cynllunio gweithgaredd sy'n:
   - cyflwyno hyder fel pwnc;
   - rhoi cyfle i bawb feddwl amdano;
   - cefnogi dysgwyr i gytuno beth mae'r categorïau yn olygu.

8. Ydych chi wedi cynllunio sut y byddwch yn cyflwyno'r gweithgaredd i ddysgwyr ac wedi meddwl am enghreifftiau y gallech eu defnyddio mewn gwahanol sefyllfaoedd neu ddatganiadau?

9. Ydych chi wedi cytuno ar ffordd o gofnodi proses y gweithgaredd, megis y drafodaeth rhwng dysgwyr am eu lefelau hyder a sut y mae'n newid dros amser ac mewn sefyllfaoedd gwahanol?

10. Ydych chi wedi clustnodi digon o amser i ddysgwyr gwblhau eu gweithgaredd?

11. Ydych chi wedi cynllunio dyddiad ac amser yn y dyfodol ar gyfer sesiynau olynol i fyfyrio ar ddysgu?

niace
promoting adult learning

RAP
Regional Achievement Programme

€SF UK
EUROPEAN UNION
European Social Fund

ACLF

Llywodraeth Cynulliad Cymru
Welsh Assembly Government

department for
education and skills
creating opportunity, releasing potential, achieving excellence