

## Papur Briffio ar gyfer y Pwyllgor Deisebau

Y Pwyllgor Deisebau | 13 Medi 2016  
Petitions Committee | 13 September 2016

### Papur briffio gan y Gwasanaeth Ymchwil:

Rhif y ddeiseb: [P5-05-708](#)

Teitl y ddeiseb: Gwneud Iechyd Meddwl yn Rhan o'r Cwricwlwm Cenedlaethol

Testun y ddeiseb:

Mae'n bwysig addysgu pobl ifanc am arwyddion a symptomau salwch meddwl, er mwyn hyrwyddo lles meddyliol, trwy ddysgu ffyrdd cadarnhaol o ymdopi a sut i sianelu emosiynau yn gadarnhaol. Mae'n bwysig codi ymwybyddiaeth o iechyd meddwl, er mwyn chwalu'r stigma a'r gwahaniaethu y mae miliynau o bobl yn eu hwynebu bob dydd. Bydd hyn yn dod â gwell dealltwriaeth o sut i gefnogi pobl sydd ag anawsterau meddyliol. Bydd yn haws i fwy o bobl deimlo y gallant geisio, a chael, y cymorth sydd ei angen yn daer, ynghyd ag ymyrraeth gynnar, a fydd yn golygu y gellir arbed mwy o arian y GIG ac achub bywydau. Dim ond os ydym yn gwneud gwahaniaeth yn awr. Rwyf o'r farn y byddai arwyddion a symptomau fy Anorecsia wedi cael eu canfod yn gynt pe buasai iechyd meddwl yn rhan o'r cwricwlwm cenedlaethol, yn lle ei gadael yn rhy hwyr. Rwyf o'r farn y byddai pobl wedi dangos mwy o gefnogaeth a dealltwriaeth pe buasai'r addysg ganddynt. Un fenyw ydw i, yn ceisio fy ngorau i addysgu'r genhedlaeth nesaf, diolch i Fixers UK. Rwy'n rhedeg fy mhrosiect fy hun o'r enw Black Cat Project. Rwy'n gobeithio y bydd y Llywodraeth yn rhoi sylw iddo. Gadewch inni wneud gwahaniaeth yn awr!

### Llywodraeth Cymru

#### Y sefyllfa bresennol

Yn dilyn [adolygiad yr Athro Graham Donaldson o'r cwricwlwm a'r trefniadau asesu yng Nghymru](#), bydd cwricwlwm newydd ar gael erbyn mis Medi 2018 a bydd pob ysgol yn ei ddefnyddio o fis Medi 2021 ymlaen.

O ran y cwricwlwm presennol, mae [Deddf Addysg 2002](#) yn nodi gofynion cyffredinol y cwricwlwm, sef y dylai hybu datblygiad ysbrydol, moesol, diwylliannol, meddyliol a chorfforol disgyblion yn yr ysgol, a'r gymdeithas.

Yn y cwricwlwm presennol, ymdrinnir ag iechyd a lles meddyliol ac emosiynol yn y Cyfnod Sylfaen, y Cwricwlwm Cenedlaethol ac Addysg Personol a Chymdeithasol (ABCh). Mae darparu ABCh yn un o ofynion statudol y cwricwlwm sylfaenol mewn ysgolion, ond caiff ysgolion benderfynu ar y cynnwys yn ôl eu disgrisiwn. Mae'r [Fframwaith addysg personol a chymdeithasol ar gyfer dysgwyr 7 i 19 oed yng Nghymru](#) (2008) yn argymhell dull gweithredu a chanlyniadau dysgu. Canllawiau anstatudol yw'r rhain.

Mae iechyd a lles emosiynol yn un o bum thema'r fframwaith ABCh.

- Yng Nghyfnod Allweddol 3 (14 oed), dylai dysgwyr gael cyfleoedd i ddangos agwedd gyfrifol at gadw'r meddwl a'r corff yn ddiogel ac yn iach, ac i ddeall yr ystod o emosiynau y maent yn eu profi a sut i ddatblygu strategaethau ar gyfer ymdopi â theimladau negyddol a'r manteision o gael mynediad at wahanol ffynonellau o wybodaeth, cymorth a chynghor.
- Yng Nghyfnod Allweddol 4, dylai dysgwyr gael cyfleoedd i dderbyn cyfrifoldeb personol am gadw'r meddwl a'r corff yn ddiogel ac yn iach. Dylent ddeall y ffactorau sy'n effeithio ar iechyd meddwl a'r ffyrdd y gellir meithrin lles emosiynol. Dylent wybod am y sefydliadau statudol a gwirfoddol sy'n cefnogi iechyd a lles emosiynol a sut i gael gafael ar gynghor iechyd proffesiynol a chymorth personol yn hyderus.
- Dylai dysgwyr ôl-16 gael cyfleoedd i gymryd cyfrifoldeb am bob agwedd ar ddatblygiad personol a chymdeithasol a lles. Dylent ddeall sut i asesu'n feirniadol dewisiadau personol sy'n effeithio ar eich ffordd o fyw yng nghyd-destun iechyd corfforol a lles emosiynol, gan ystyried canlyniadau byrdymor a hirdymor unrhyw benderfyniadau o'r fath a'r profiadau bywyd sy'n gwella neu'n lleihau hunan-barch ac archwilio'r ffyrdd gorau o ymdopi â gofynion sefyllfaoedd o'r fath.

## Y Cwricwlwm newydd

Fel y nodwyd eisoes, bydd [adolygiad yr Athro Graham Donaldson o'r cwricwlwm a'r trefniadau asesu yng Nghymru](#) yn arwain at gwricwlwm newydd, a fydd ar gael erbyn mis Medi 2018, a bydd pob ysgol yn defnyddio'r cwricwlwm hwn o fis Medi 2021 ymlaen. Yn ôl ei adroddiad, [Dyfodol Llwyddiannus: Adolygiad annibynnol o'r cwricwlwm a'r trefniadau asesu yng Nghymru](#) (Chwefror 2015):

Un thema barhaus yn y dystiolaeth oedd pwysigrwydd lles, yn enwedig iechyd meddwl. Mae angen i ysgolion ofalu am anghenion corfforol ac emosiynol eu plant a'u pobl ifanc a'u helpu i gymryd cyfrifoldeb dros eu bywyd eu hunain, drwy ddeall pwysigrwydd deiet a ffitrwydd, er enghraifft, a bod yn hyderus wrth reoli eu materion eu hunain.

Cyhoeddodd Llywodraeth Cymru ei hymateb i adolygiad Donaldson ym mis Hydref 2015: [Cwricwlwm i Gymru: cwricwlwm am oes](#). Mae gwybodaeth am y newidiadau ar wefan y Llywodraeth.

Un o [bedwar diben y cwricwlwm newydd](#) yw y bydd plant a phobl ifanc yn unigolion iach, hyderus sydd:

- yn meithrin eu lles meddyliol ac emosiynol drwy ddatblygu hyder, cadernid ac empathi;
- yn cymhwyso gwybodaeth am effaith deiet ac ymarfer ar iechyd corfforol a meddyliol yn eu bywyd pob dydd;
- yn gwybod sut i ddod o hyd i'r wybodaeth a'r cymorth sydd eu hangen i gadw'n ddiogel ac iach;
- â'r sgiliau a'r wybodaeth sydd eu hangen i ddelio â'u bywyd pob dydd mor annibynnol ag y gallant.

Bydd y cwricwlwm yn cynnwys chwe 'Maes Dysgu a Phrofiad', gan gynnwys iechyd a lles. Bydd ysgolion yn gallu defnyddio'r meysydd hyn i benderfynu ar eu cwricwlwm eu hunain a sut i'w drefnu.

Mae'r cwricwlwm newydd yn cael ei ddatblygu gan rwydwaith o 'Ysgolion Arloesi'. Mae Ysgrifennydd y Cabinet dros Addysg wedi datgan mewn llythyr at y Pwyllgor (Awst 2016) bod yr Ysgolion Arloesi yn datblygu cynllun y cwricwlwm, gan weithio gydag arbenigwyr addysg, Llywodraeth Cymru, Estyn, addysg uwch, busnesau a phartneriaid allweddol eraill. Aeth ymlaen i ddweud mai eu harbenigedd hwy ar y cyd a fydd yn llunio'r cwricwlwm newydd a byddant yn ystyried tystiolaeth ar gyfer yr holl bynciau, gan gynnwys lles meddyliol.

## Cynulliad Cenedlaethol Cymru

Cyhoeddodd Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg y Pedwerydd Cynulliad ei [Ymchwiliad i Wasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed](#) ym mis Tachwedd 2014. Ar ôl hynny, lansiodd y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol ar y pryd, Mark Drakeford, [raglen Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc](#) ym mis Chwefror 2015. Rhaglen tair blynedd yw Law yn Llaw at Blant a Phobl Ifanc, ac fe'i disgrifir fel rhaglen i wella gwasanaethau amlasiantaeth. Y nod yw gwella'r gwasanaethau iechyd meddwl a'r gwasanaethau emosiynol a ddarperir i blant a phobl ifanc yng Nghymru.

Gwneir pob ymdrech i sicrhau bod y wybodaeth yn y papur briffio hwn yn gywir adeg ei gyhoeddi. Dylai darllenwyr fod yn ymwybodol nad yw'r papurau briffio hyn yn cael eu diweddarau o reidrwydd na'u diwygio fel arall i adlewyrchu newidiadau dilynol.