

Papur Briffio ar gyfer y Pwyllgor Deisebau

Y Pwyllgor Deisebau 13 Medi 2016

Papur briffio gan y Gwasanaeth Ymchwil:

Rhif y ddeiseb: [P5-05-695](#)

Teitl y ddeiseb: Cyflwyno Addysg Iechyd Meddwl Orfodol mewn Ysgolion Uwchradd

Testun y ddeiseb:

Mae salwch meddwl yn fater sydd bob amser wedi dioddef llawer o stigma mewn cymdeithas. Mae'r geiriau 'Gwallgof', 'Gorffwyll', 'Lloerig' bellach yn eiriau normal ar gyfer disgrifio rhywun gorfywiog, neu'n waeth na hynny, ar gyfer disgrifio unigolyn sy'n cael pwl seiciatrig.

Ym mis Hydref 2015, cynigiodd Brett John a Ffion Rees, Cadeirydd ac Ysgrifennydd Plaid Ifanc Llanelli, gynnig i gynhadledd i gyflwyno addysg iechyd meddwl mewn ysgolion uwchradd. Cafodd ei dderbyn gyda chlod. Fodd bynnag, rydym am wneud llawer mwy na hynny. Rydym yn credu, drwy gyflwyno addysg iechyd meddwl, y gallwn drechu'r stigma sy'n gysylltiedig â salwch meddwl cyn iddo ddechrau o ddifri ymysg myfyrwyr uwchradd. Bydd yn dysgu amrywiaeth o wersi i fyfyrwyr, fel sut mae'n iawn i beidio â bod yn iawn, pam bod salwch meddwl yn datblygu, a'r cymorth sydd ar gael os ydynt yn dioddef.

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 Bersonol 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 bersonol 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 reidrydd na'u diwygio fel arall i adlewyrchu newidiadau dilynol.