



Prifysgol Abertawe
Swansea University

This document is available in English / Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg

Llawlyfr Mentora Cyfoedion

-Ar gyfer Staff-

Academi Cynwysoldeb a Llwyddiant Dysgwyr Abertawe

abertawe.ac.uk/academi-cynwysoldeb

Addysg Uwch **Academi**  Higher Education **Academy**



SWANSEA
UNIVERSITY
STUDENTS'
UNION

UNDEB
MYFYRWYR
PRIFYSGOL
ABERTAWE

Cyflwyniad

Defnyddiwch y llawlyfr hwn i **gyflwyno mentora cyfoedion yn effeithiol yn eich Cyfadran neu'ch Ysgol.**

Mae'n cynnwys gwybodaeth a manylion allweddol am gynlluniau mentora cyfoedion a'r ffordd orau o sefydlu un, gan ddibynnu ar anghenion pob adran unigol a'i myfyrwyr.

Cynnwys

Cyflwyniad	1
Beth yw Mentora Cyfoedion?	3
Pam mae angen Cynllun Mentora Cyfoedion arnom?.....	4
Mathau o Gynlluniau Mentora Cyfoedion.....	5
Buddion a Gwobrau	6
Rolau a Chyfrifoldebau.....	7
Canllawiau a Chyngor.....	9
Arfer Gorau	10
1. Partneriaeth rhwng Staff a Myfyrwyr	11
2. Ymrwymiad Staff	11
3. Recriwtio a dethol mentoriaid	12
4. Hyfforddiant	13
5. Paru Mentor a Mentai	14
6. Cefnogaeth barhaus i fentoriaid	15
7. Gwobrwyo a Chydnabyddiaeth	16
8. Gwerthuso ac adborth.....	17
9. Marchnata a Hysbysebu	18
10. Amserlen	19
Cwestiynau Allweddol.....	20
Dogfennau Enghreifftiol.....	21
Rhagor o wybodaeth.....	22
Polisiâu Prifysgol Abertawe.....	23
Unrhyw gwestiynau?	24



Beth yw Mentora Cyfoedion?

Mae mentora gan gyfoedion yn helpu myfyrwyr newydd i ymgartrefu yn y brifysgol drwy alluogi grwpiau bach i gwrdd â mentor, ar sail trefniadau hyblyg, i drafod pryderon sylfaenol am fywyd prifysgol a dysgu mwy gan fyfyrwr profiadol.

Rhaid bod mentoriaid yn eu hail flwyddyn o astudio neu uwch.

Yn darparu'r modd y gall myfyrwyr:

- Wneud ffrindiau
- Ymgylfarwyddo â bywyd prifysgol
- Derbyn eu hunaniaeth newydd fel myfyrwyr

Mae'n ategu:

- Gweithgareddau Sefydlu
- Mentora Academaidd, Cyngori neu Diwtora
- Gwasanaethau Myfyrwyr

Buddion i'r:

- Mentai
- Mentor
- Adran



Pam mae angen Cynllun Mentora Cyfoedion arnom?

Newidiadau i'r System Addysg:

- **Mae ehangu'r sector addysg uwch ar raddfa fawr** wedi arwain at:
 1. Gynnydd yn nifer y myfyrwyr 'anhraddodiadol' ag ystod ehangach o gymwysterau mynediad.
 2. Gynnydd yn nifer y myfyrwyr 'anhraddodiadol' ag ystod ehangach o gymwysterau mynediad.
- **Mae cynnydd mewn ffioedd dysgu** wedi arwain at ddisgwyliadau uwch a mwy o bwysau ar brifysgolion i ddarparu gwasanaeth yr ystyrir ei fod yn cynnig 'gwerth am arian'.



Mathau o Gynlluniau Mentora Cyfoedion

Bydd pob adran yn penderfynu ar y math o fentora mwyaf addas iddi. Fodd bynnag, argymhellwn gynllun **Mentora Grŵp, ar sail Optio Allan**, o ran effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd.

Optio allan

Dynodir mentor i fyfyrwyr newydd ac, ar ôl cyfarfod cychwynnol, maent yn dewis parhau â'r broses fentora ai peidio.

Angen llawer o adnoddau - angen recriwtio nifer mawr o fentoria.

Optio i mewn

Hysbysir myfyrwyr am y cynllun mentora ac maent yn dewis cysylltu ai peidio.

Efallai na fyddai'r myfyrwyr mwyaf anghenus yn cysylltu.

Mentora Grŵp (cymhareb 1:5, mentoriaid a menteion)

Gall menteion ryngweithio â'i gilydd a thrafod pryderon.

Angen cymorth/hyfforddiant mewn dymameg grwpiau ar fentoriaid.

Mentora Un i un

Mae'n galluogi'r myfyrwyr mwy swil i drafod eu pryderon.

Angen llawer mwy o fentoriaid a gall y broses baru fod yn her.



Buddion a Gwobrau

Mentor

- Ymdeimlad o foddhad a thwf personol.
- Bod yn rhan o gymuned a chreu ymdeimlad o gymuned.
- Gwell sgiliau cyflogadwyedd: cyfathrebu, gwaith tîm, rheoli amser a sgiliau rhyngpersonol.
- CV gwell.
- Cwrdd â phobl newydd, creu cylch ffrindiau ehangach.
- Boddhad o helpu myfyriwr arall i deimlo'n fwy cartrefol a gwella ei les a'i hapusrwydd.
- Yn galluogi myfyrwyr Prifysgol Abertawe i ennill y Dyfarniad HEAR Mentora Cymheiriaid SAILS.

Mentai

- Bydd yn teimlo'n llai diamddiffyn ac ansicr.
- Cynnydd mewn hyder cymdeithasol ac academaidd.
- Gwneud ffrindiau ac ymgartrefu'n gynt.
- Ymwybyddiaeth o gymorth a gwasanaethau eraill i fyfyrwyr.

Cyfadran neu Ysgol

- Cymuned gryfach ymhlith myfyrwyr.
- Ymgysylltu a pherfformiad gwell ymhlith myfyrwyr.
- Datblygu rhwydweithiau myfyrwyr/staff.
- Lefelau boddhad myfyrwyr uwch.
- Datblygiad academaidd/personol/cyflogadwyedd i fyfyrwyr.
- Cyfrannu at ddysgu ac addysgu effeithiol ac ehangu cyfranogiad.



Rolau a Chyfrifoldebau

Mentoriaid	Mentoriaid Arweiniol (os yw'n berthnasol)
<ul style="list-style-type: none">✓ Cwblhau'r cwrs hyfforddi.✓ Mentora am X awr yr wythnos.✓ Bod yn wyneb cyfeillgar a chroesawgar.✓ Mynd i gyfarfodydd a chadw mewn cysylltiad â'ch menteion.✓ Gwrando ar eu pryderon a'u cyfeirio at gymorth perthnasol.✓ Bod yn ymwybodol o ddigwyddiadau.✓ Ymateb i e-byst gan Gydlynwyr y Cynllun.	<p>Yr un peth â mentoriaid, ynghyd â'r canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Cyswllt ar gyfer ymholiadau/pryderon mentoriaid a menteion.✓ Cynnal cyfarfodydd tîm mentoriaid.✓ Hysbysu Cydlynwyr y Cynllun am gynnydd y cynllun.✓ Mynd i gyfarfodydd Mentoriaid Arweiniol.
Cydlynwyr Staff	Tîm SAILS Abertawe
<ul style="list-style-type: none">✓ Cysylltu â chydweithwyr a myfyrwyr i asesu diddordeb.✓ Nodi costau a ffynhonnell cyllid.✓ Rheoli'r broses recriwtio a dethol.✓ Hysbysu cydweithwyr am y rhaglen.✓ Cadw mewn cysylltiad â mentoriaid arweiniol, mentoriaid a menteion.	<ul style="list-style-type: none">✓ Darparu cyngor ac arweiniad i staff.✓ Darparu cyfleoedd i staff a myfyrwyr gwrdd ar draws y campws.✓ Annog ymdeimlad o gymuned e.e. digwyddiadau dathlu.✓ Cydgysylltu â SEA a SALT lle y bo'n berthnasol.✓ Lledaenu arfer da.

Cydlynnydd Staff

Tîm SAILS Abertawe

✓ Cyswllt i ymateb i bryderon.



Canllawiau a Chyngor

1. Ni ddylai mentor roi ei **rif ffôn** i'r mentai nes ei fod wedi cwrdd â'r mentai ac mae'r mentai'n gyfforddus i'w dderbyn.
2. Dylai'r mentor a'r mentai **gwrdd mewn lle cyhoeddus bob amser.**
3. Dylai mentor **ddefnyddio ei e-bost** yn y brifysgol i gysylltu â'r mentai y tro cyntaf.
4. Dylai mentoriaid fod **yn gwrtais** a defnyddio iaith briodol.
5. Mae pob sgwrs rhwng mentor a mentai yn **gyfrinachol** (heblaw am achosion arbennig).
6. Darllenwch y **canllawiau mentora** (ar wefan SAILS) am wybodaeth am derfynau'r berthynas.
7. Dylai mentoriaid roi **cyngor academaidd cyffredinol yn unig.**

Pynciau i fentoriaid eu trafod â'u menteion:

- Ble i ddod o hyd i bethau ar y campws.
- Sut i fod yn rhan o gymdeithasau myfyrwyr.
- Gweithdrefnau'r Brifysgol a ble i ddod o hyd i wybodaeth.
- Materion adrannol - natur y gwaith gwrs a gwybodaeth am gyrsiau penodol neu arholiadau etc.
- Sut i ymdopi â sioc cyrraedd!
- Sut i gydbwysu bywyd ac astudio.
- Sut i ymdopi ar gyllideb gyfyngedig.
- Mynd o fan i fan yn Abertawe.
- Beth i'w wneud yn Abertawe.
- Pwy yw eu cynrychiolydd myfyrwyr.



Rhestr Wirio Cynllun Mentora Ilwyddiannus:

- ✓ Gweithio mewn partneriaeth â myfyrwyr
- ✓ Ymrwymiad gan staff a threfnwyr
- ✓ Proses recriwtio a dethol effeithiol
- ✓ Hyfforddiant i'r mentoriaid
- ✓ Paru mentoriaid ag unigolion addas
- ✓ Cefnogaeth barhaus i fentoriaid
- ✓ Gwobrwyo a chydabod mentoriaid
- ✓ Gwerthuso'ch cynllun a gweithredu ar adborth
- ✓ Marchnata a hysbysebu effeithiol
- ✓ Amserlen strwythuredig ar waith

1. Partneriaeth rhwng Staff a Myfyrwyr

Mae gweithio gyda myfyrwyr wrth wraidd creu cynllun mentora cyfoedion sy'n canolbwyntio ar anghenion myfyrwyr:

- Gweithio mewn partneriaeth â chymdeithasau myfyrwyr.
- Ymgynghori â nhw wrth lunio'r cynllun.
- Ceisio cyngor ar farchnata a digwyddiadau a drefnir.
- Ymgynghori â myfyrwyr ar hyfforddiant.
- Eu cynnwys mewn adolygiadau.
- Gweithio gyda chynrychiolwyr myfyrwyr yn y Gyfadran/Ysgol.

2. Ymrwymiad Staff

Cydlynnydd staff - gwasanaethau academaidd neu broffesiynol - i fod yn gyfrifol am:

- Gweithredu fel pwynt cyswllt.
- Darparu parhad a sefydlogrwydd.
- Rheoli'r cynllun o ddydd i ddydd.
- Cynnal safonau moesegol.
- Ymdrin â phroblemau mentoriaid.
- Goruchwylio'r broses werthuso.

3. Recriwtio a dethol mentoriaid

Os gwelwch yn dda, cysylltwch â Phartner Busnes AD y Gyfadrn i gytuno ar broses i **wiriadau Hawl i Weithio a monitro/cofnodi** oriau gwaith sy'n ofynnol i rai myfyrwyr gan gynnwys y rheiny sydd ar **ar fisâu Llwybr Myfyrwyr (Haen 4 gynt)**.

Rhinweddau Personol

- Cyfrifol a dibynadwy
- Gallu dangos menter
- Bodlon dysgu
- Cyfeillgar
- Ymrwymedig
- Sgiliau gwranddo

Gallu Academaidd

- Dim angen bod ar frig y dosbarth ond angen ymdopi â'r gwaith academaidd
- Gallu darparu cymorth academaidd cyffredinol anffurfiol (e.e. dyddiadau cau)

Digwyddiad Gwybodaeth

- Esbonio'r rôl, y cyfrifoldebau a'r ymrwymiad
- Amlinellu'r buddion a'r cyfleoedd
- Sgwrs gan fentoriaid presennol

Y Broses Ddethol

- Ffurflen gais wedi'i chwblhau a datganiad personol
- Cyfweliadau
- Cynnig cyfleoedd eraill i ymgeiswyr aflwyddiannus
- Arsylwi ar fyfyrwyr yn ystod y broses hyfforddi

4. Hyfforddiant

Mae angen **paratoi** a **chefnogi** mentoriaid i feithrin eu hyder a rhoi gwybodaeth ymarferol iddynt, gan eu galluogi i ddarparu cymorth effeithiol i fenteion ac osgoi unrhyw broblemau.

Mae adnoddau hyfforddiant mentora cyfoedion ar gyfer staff Prifysgol Abertawe ar gael yn ffolder SharePoint SAILS.

Pynciau Hyfforddi a Awgrymir

- Beth yw mentor?
- Terfynau a chyfrinachedd
- Hunanymwybyddiaeth
- Ymwybyddiaeth o amrywiaeth
- Sgiliau cyfathrebu
- Cyfarfodydd â menteion
- Beth i'w wneud mewn anawsterau
- Ymwybyddiaeth o wasanaethau'r Brifysgol
- Ymwybyddiaeth o sgiliau astudio
- Dynameg grŵp
- Trafod cyfarfodydd mentoriaid

Pwy fydd yn darparu'r hyfforddiant?

- Staff mewnol
- Dylid cynnwys mentoriaid presennol i roi dealltwriaeth o sefyllfaoedd gwahanol a allai godi

Hyfforddiant mentai - ddim yn angenrheidiol ond rhaid rheoli disgwyliadau yn y berthynas.

5. Paru Mentor a Mentai

Mae'n hanfodol bod gan fentai fentor addas y gall ryngweithio ag ef a dysgu ganddo'n effeithiol.

Gwiriwch a oes unrhyw rai o'ch menteiod ar eich cynllun dan 18 oed.

Os felly, ymgynghorwch â **Swyddog Diogelu eich Cyfadran** a darllen canllaw y Llywodraeth ar **wiriadau DBS**:

[DBS checks: detailed guidance - GOV.UK \(www.gov.uk\)](https://www.gov.uk)

Dulliau paru mentoriaid â menteion

1. Mae mentai yn dewis ei fentor a gall fod sawl mentor ganddo (anstrwythuredig).

2. Gall y mentai/mentor nodi dewis adeg gwneud cais (e.e. benywaidd, rhyngwladol).

3. Trefnu rota sesiynau galw heibio i fentoriaid lle gall myfyrwyr gael eu mentora heb drefnu ymlaen llaw.

3. Paru ar sail meini prawf penodol (ar sail gwybodaeth ar ffurflenni cais) e.e.

- Academaidd - yn ôl disgyblaeth.
- Personol – diddordebau.
- Demograffeg - rhyw, rhyngwladol, grŵp lleiafrifol ethnig .

6. Cefnogaeth barhaus i fentoriaid

Dylai hyfforddiant alluogi mentoriaid i fod yn annibynnol a rheoli eu perthnasoedd mentora, ond bydd angen cefnogaeth barhaus arnynt hefyd.

Mathau o Gefnogaeth

Cydlynnydd Staff (a mentoriaid arweiniol):

Gweithredu fel cyswllt enwedig ar gyfer ymholiadau mentoriaid.

Cyfarfodydd Tîm:

Trafod pryderon ac ymholiadau.

Rhwydwaith Cefnogi Ar-lein (e.e. Yammer):

Mewnbwn gan fentoriaid a monitro gan staff.

Ffurflen Adborth:

I'w chytuno â'r mentai ar ôl pob cyfarfod.

7. Gwobrwyo a Chydnabyddiaeth

Gwobr Ariannol

X Ddim yn briodol nac yn gynaliadwy yn ôl canllawiau Prifysgol Abertawe.

Cymhelliant personol yw'r ffactor allweddol.

Bodddhad Personol

- ✓ Datblygu sgiliau personol a phroffesiynol.
- ✓ Cydnabod drwy seremonïau gwobrwyo/cyfryngau cymdeithasol.
- ✓ Dyfarniad HEAR Mentora Cymheiriaid SAILS Abertawe.

Achrediad

- ✓ e.e. Mae Prifysgol Newcastle wedi cynnwys mentora fel rôl y gellir ei chyflawni fel rhan o fodiwl Datblygiad Graddedigion.
- ✓ Mae'r modiwl yn darparu strwythur ffurfiol sy'n cynnal cynllun ac yn cydnabod cyfraniad staff.

8. Gwerthuso ac adborth

Mae gwerthuso'n hanfodol i lwyddiant a chynladwyedd cynllun. Mae'n darparu tystiolaeth o lwyddiant, meysydd i'w gwella ac ymdeimlad o gyd-berchnogaeth drwy weithredu ar farn y mentoriaid.

Dulliau

- Grŵp ffocws o fentoriaid ar ddiwedd y rhaglen
- Adborth o gyfarfodydd tîm mentoriaid
- Hunanwerthuso unigol ar gyfer mentoriaid
- Arolygon ar-lein o fentoriaid a menteion
- Adborth staff, e.e. mentoriaid academaidd neu diwtoriaid personol

9. Marchnata a Hysbysebu

- **Siarad** am y profiad mentora.
- **Cysylltu â myfyrwyr** i annog cyfranogiad.
- **Lleoliadau myfyrwyr** i helpu i ddatblygu cynllun marchnata a chyfryngau cymdeithasol.
- Hyrwyddo'r cynllun i sicrhau **ymrwymiad**.
- Presenoldeb mewn **digwyddiadau sefydlu**.
- Sicrhau bod POB aelod staff yn ymwybodol, yn enwedig **mentoriaid academaidd neu diwtoriaid personol**.
- Cynnwys y cynllun mewn **gweithgareddau recriwtio myfyrwyr**.
- **Cynnwys mentoriaid** mewn gweithgareddau hyrwyddo.

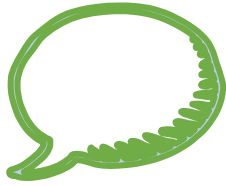
Dulliau i gyflawni hyn:

- ✓ Gwybodaeth cyn cyrraedd.
- ✓ E-byst gan fentoriaid yn ystod y cyfnod cyn cyrraedd.
- ✓ Gwefannau eich Cyfadran/Ysgol.
- ✓ Hysbysfwrdd mentora.
- ✓ Hysbysfwrdd cyffredinol.
- ✓ Wythnos Groeso - "Cwrdd â'ch Mentoriaid".
- ✓ E-byst yn ystod wythnosau 1-4.
- ✓ Mentoriaid Academaidd i ddarparu gwybodaeth.

10. Amserlen

Defnyddiwch yr amserlen hon fel canllaw i'r hyn i'w wneud a phryd, i sefydlu cynllun newydd neu barhau â chynllun presennol.

Mis	Gweithgareddau
Medi / Hyd /Tach	<ul style="list-style-type: none"> • Asesu lefel y diddordeb ymhlith staff a darpar fentoriaid (e-byst, arolygon a chyfarfodydd staff). • Dechrau hyrwyddo cynllun y flwyddyn nesaf (cyfarfodydd mentoriaid academaidd, digwyddiadau cyhoedduswydd cyflogadwyedd ym mis Hydref). • Gwybodaeth am gynllun y flwyddyn nesaf ar gael: Diwrnodau Agored, gwefannau adrannau.
Rhag / Chwe	Gwerthuso ac adborth ar gynllun y flwyddyn gyfredol (os yw'n briodol).
Chwe	Sesiwn wybodaeth i ddarpar fentoriaid.
Mawrth	Recriwtio mentoriaid - drwy ddatganiadau personol, cyfweiliadau.
Ebr/Mai	<ul style="list-style-type: none"> • Sesiynau hyfforddi i fentoriaid. • Cyfweiliadau terfynol i sicrhau addaswydd mentoriaid. • Creu tudalen Facebook ar gyfer mentoriaid newydd.
Mai/ Mehefin	<ul style="list-style-type: none"> • Cynllunio digwyddiadau Wythnos Groeso gyda mentoriaid a sesiwn friffio derfynol. • Gwerthuso ac adborth ar gynllun y flwyddyn gyfredol (os yw'n briodol).
Awst	Paratoi gwybodaeth am y cynllun mentora yn y Pecyn Croeso i fyfyrwyr newydd sy'n dechrau ym mis Medi.
Medi	<ul style="list-style-type: none"> • Paru mentoriaid â menteion, hysbysu staff am y cynllun. • Digwyddiad 'Cwrdd â'ch Mentor' yn ystod yr Wythnos Groeso. • Dechrau ffurfiol i'r mentora.



Cwestiynau Allweddol

Rhowch sylw i'r cwestiynau hyn cyn rhoi cynllun mentora cyfoedion ar waith yn eich Cyfadran/Ysgol:

1. **Diben a nodau** eich cynllun?
2. **Amseru** - beth ddylai ddigwydd a phryd?
3. Pwy fydd yn **gymwys** i fod yn fentor/fentai?
4. Sut byddwch yn **hysbysebu'r** cynllun?
5. **Math** o fentora? (e.e. mentora grŵp)
6. **Adnoddau** hyfforddi?
7. Sut caiff mentoriaid eu **hyfforddi**?
8. A fyddwch yn **paru** mentoriaid a menteion?
9. Sut byddwch yn darparu ar gyfer **amrywiaeth**?
10. **Monitro** a **gwerthuso'r** cynllun?



Dogfennau Enghreifftiol

Mae'r templedi a ddarperir ar **wefan SAILS** yn tynnu elfennau o arfer sefydliadau eraill ynghyd a gellir eu haddasu i weddu i gynlluniau lleol.

I weld, lawrlwytho ac argraffu'r templedi hyn, ewch i:

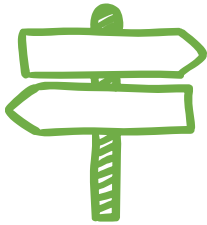
abertawe.ac.uk/academi-cynwysoldeb/mentora-cymheiriaid

✓ **Ffurflen gais mentor enghreifftiol** i fyfyrwyr sydd am wneud cais i fod yn fentor.

✓ **Cytundeb wedi'i lofnodi gan fentoriaid** sy'n gallu helpu i greu ymrwymiad i'r rôl fentora. Gellir defnyddio'r cytundeb fel rhan o'r hyfforddiant, fel bod y mentoriaid yn deall y cynnwys ac yn teimlo eu bod yn berchen arno.

✓ **Cytundeb wedi'i lofnodi gan fenteion:** gall eu helpu i ddeall disgwyliadau a chyfyngiadau'r berthynas fentora.

✓ **Holiaduron gwerthuso enghreifftiol i fentoriaid a menteion** i gael adborth a chynghor ar y cynllun.



Rhagor o wybodaeth

[Uned Addysg Bellach yr Alban: Llawlyfr mentora cyfoedion enghreifftiol](#)

[Canllaw Prifysgol Essex i fentora cyfoedion](#)



Polisiau Prifysgol Abertawe

Rhowch sylw i'r polisiau hyn - yn enwedig os byddwch yn gweithio gyda phobl o dan 18 oed.

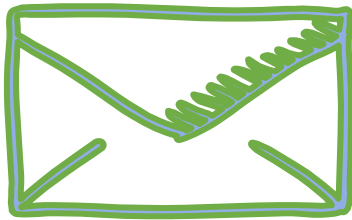
[Gwiriadau Datgelu a Gwahardd](#)

[Diogelu pobl dan 18 oed](#)

[Cydraddoldeb ac Amrywiaeth](#)

[Urddas yn y Gweithle](#)

Unrhyw gwestiynau?



Cysylltwch

**Academi Cynwysoldeb a Llwyddiant
Dysgwyr Abertawe (SAILS)**

cynwysoldeb@abertawe.ac.uk



Mae'r gwaith hwn wedi'i drwyddedu dan drwydded ryngwladol Priodoli-
Anfasnachol-Rhannu'n Gyfartal 'Creative Commons' 4.0