Rhif ymchwil cymdeithasol: 55/2026

Dyddiad cyhoeddi: 23/03/2026

Crynodeb o Ymchwil:

Cyflawni Dull Ysgol Gyfan ar Gyfer Llesiant Emosiynol a Meddyliol: enghreifftiau o ymarfer yr adroddwyd gan ysgolion eu bod o gymorth

Mae’r ddogfen yma hefyd ar gael yn Saesneg.

This document is also available in English.

© Hawlfraint y Goron ISBN Digidol 978-1-83745-350-4

Crynodeb o Ymchwil:

Cyflawni Dull Ysgol Gyfan ar Gyfer Llesiant Emosiynol a Meddyliol: enghreifftiau o ymarfer yr adroddwyd gan ysgolion eu bod o gymorth

Awduron:

Stephen Burgess, Laura Nesbitt, Suzanne Pritchard, Michael Davies

Adroddiad Ymchwil Llawn: Burgess, S. a Nesbitt, L. a Pritchard, S. a Davies, M. (2026) Crynodeb o Ymchwil: Cyflawni Dull Ysgol Gyfan ar Gyfer Llesiant Emosiynol a Meddyliol: enghreifftiau o ymarfer yr adroddwyd gan ysgolion eu bod o gymorth. Caerdydd: Llywodraeth Cymru, GSR adroddiad rhif 55/2026.

Ar gael yma: https://www.llyw.cymru/darparu-dull-ysgol-gyfan-ar-gyfer-llesiant-emosiynol-meddyliol-enghreifftiau-ymarfer-defnyddiol

Barnau'r ymchwilydd yw'r rheiny a fynegir yn yr adroddiad hwn, ac nid o reidrwydd rhai Llywodraeth Cymru

Am ragor o wybodaeth cysylltwch â:

Cangen Ymchwil Ysgolion

Gwasanaethau Gwybodaeth a Dadansoddi

Llywodraeth Cymru

Parc Cathays

Caerdydd

CF10 3NQ

Ffôn: 0300 025 9247

Ebost: YmchwilYsgolion@llyw.cymru

Tabl cynnwys

Geirfa 2
1. Cyflwyniad a chefndir 4
2. Methodoleg 5
2.1. Cam 1 – cam cwmpasu 5
2.2. Cam 2 – cyfweliadau grŵp gyda chydlynwyr 5
2.3. Cam 3 – gweithdai gydag ysgolion 6
2.4. Cam 4 – ymweliadau astudiaethau achos 6
2.5. Cam 5 – gweithdai adborth 7
2.6. Grŵp llywio 7
3. Canfyddiadau 7
3.1. Maes 1: meithrin diwylliant cadarnhaol yn yr ysgol sy'n cefnogi camau i gyflawni WSAEMWB 8
3.1.1. Cymryd yr awenau – Hyrwyddo WSAEMWB 8
3.1.2. Darparu cefnogaeth o ran iechyd meddwl a llesiant i deuluoedd a dysgwyr 9
3.2. Maes 2: meithrin cysylltiadau ar draws cymuned yr ysgol gyfan 9
3.2.1. Creu cysylltiadau â dysgwyr a theuluoedd 9
3.3. Maes 3: cydweddu WSAEMWB â'r Cwricwlwm i Gymru 10
3.3.1. Gwneud cysylltiadau clir rhwng WSAEMWB a'r cwricwlwm 10
3.4. Maes 4: cefnogi llesiant staff 12
3.5. Rhwystrau a wynebir gan ysgolion wrth roi WSAEMWB ar waith 12
4. Casgliadau 13
4.1. Maes 1: Meithrin diwylliant cadarnhaol yn yr ysgol sy'n cefnogi cyflawni WSAEMWB 13
4.2. Maes 2: Meithrin cysylltiadau ledled y gymuned gyfan 13
4.3. Maes 3: Cydweddu WSAEMWB â'r Cwricwlwm i Gymru 14
4.4. Maes 4: Cefnogi llesiant staff 14

Geirfa

Maes Dysgu a Phrofiad (MDaPh)

Mae'r Cwricwlwm i Gymru'n cynnwys 6 thema amserol drosfwaol, neu Feysydd Dysgu a Phrofiad. Mae'r rhain yn cynnwys MDaPh Iechyd a Lles. Mae'r MDaPhau yn cysylltu â 4 diben y cwricwlwm, ac mae canllawiau cenedlaethol ar gael i helpu ysgolion i gynllunio eu cwricwlwm yn unol â'r MDaPhau. Cyfeirir at y MDaPhau hyn weithiau fel 'meysydd'.

Cwricwlwm i Gymru

Cwricwlwm cenedlaethol integredig, sy'n canolbwyntio ar y dysgwr, sy'n ei gwneud yn ofynnol i ysgolion gynllunio eu cwricwlwm (weithiau gan weithio gydag ysgolion eraill) yn unol â gofynion a chanllawiau statudol cenedlaethol. Mae gan y cwricwlwm 4 diben craidd sy'n amlinellu gweledigaeth a rennir ar gyfer pob plentyn ac unigolyn ifanc. Mae yna hefyd 6 Maes Dysgu a Phrofiad trosfwaol.

Gwasanaeth Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc (CAMHS)

Gwasanaeth iechyd meddwl arbenigol y GIG sy'n cefnogi iechyd meddwl plant a phobl ifanc drwy gymysgedd o ofal sylfaenol ac eilaidd.

Swyddogion Ymgysylltu â Theuluoedd (SYThau)

Cyflogir Swyddogion Ymgysylltu â Theuluoedd gan ysgolion i feithrin cysylltiadau rhwng yr ysgol a theuluoedd drwy gynnig cefnogaeth, arweiniad, a rhywun i siarad ag ef. Gall ysgolion ddefnyddio enwau eraill ar gyfer y rolau hyn, fel Swyddogion Cyswllt Teulu neu Swyddogion Ymgysylltu â'r Gymuned.

Dogfen y fframwaith ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol

Canllawiau statudol Llywodraeth Cymru a gyhoeddwyd yn 2021. Mae'r fframwaith yn nodi nifer o gamau y mae angen i ysgolion eu cymryd, a nifer o ofynion y mae angen iddynt eu bodloni i gefnogi datblygiad WSAEMWB. Mae'r fframwaith yn cefnogi dull ysgol gyfan i helpu i fynd i'r afael ag anghenion llesiant emosiynol a meddyliol plant a phobl ifanc, gan gydnabod na all ysgolion ar eu pennau eu hunain ddiwallu holl anghenion poblogaeth gymhleth. Mae'r fframwaith wedi'i gynllunio i adeiladu ar y gwaith da y mae llawer o ysgolion eisoes yn ei wneud.

Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Mewn Ysgolion (SHRN)

Partneriaeth rhwng Llywodraeth Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru, a Phrifysgol Caerdydd sy'n ystyried polisïau, ymarfer ac ymchwil. Nod y SHRN yw gwella iechyd a lles plant a phobl ifanc yng Nghymru drwy weithio gydag ysgolion cynradd ac uwchradd i gynhyrchu a defnyddio tystiolaeth o ansawdd da ar gyfer gwella iechyd.

Rhwydwaith Ysgolion Cymru sy'n Hyrwyddo Iechyd a Lles (WNHWPS)

Galwyd y rhaglen hon yn y gorffennol yn Rhwydwaith Cynlluniau Ysgolion Iach Cymru, ac mae hi wedi cefnogi ysgolion yng Nghymru i sefydlu dull ysgol gyfan mewn perthynas ag iechyd a lles ers 1999.

Dulliau ysgol gyfan

Mae dulliau ysgol gyfan yn cydnabod nad cwricwlwm yr ysgol yn unig sy'n addysgu ac yn dylanwadu ar iechyd a lles dysgwyr, ond pob agwedd ar amgylchedd yr ysgol (e.e. staff, oedolion eraill a dysgwyr eraill yn arddangos ymddygiad cadarnhaol; yr amgylchedd ffisegol; polisïau'r ysgol; ethos yr ysgol; a'r amgylchedd dysgu). Mae dulliau ysgol gyfan yn gweithio ar draws cymuned yr ysgol gyfan, ac yn cydnabod bod pob lleoliad yn unigryw.

Adnodd Hunanwerthuso'r Dull Ysgol Gyfan ar gyfer Llesiant Emosiynol a Meddyliol

Adnodd sy'n helpu ysgolion i werthuso cynnydd ysgolion yn erbyn dogfen y fframwaith ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Mae'r adnodd yn hwyluso'r gwaith o ddechrau, datblygu a chynnal WSAEMWB (Whole School Approach to Emotional and Mental Well-being).

1. Cyflwyniad a chefndir

Comisiynwyd Strategic Research and Insight gan Lywodraeth Cymru i greu adnodd i gefnogi ysgolion i gyflawni 'dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol' (y cyfeirir ato fel WSAEMWB). Roedd yr ymchwil yn nodi arferion yr oedd ysgolion yn adrodd eu bod wedi'u helpu i gyflawni WSAEMWB. Mae'r crynodeb hwn o'r ymchwil yn amlinellu canfyddiadau allweddol yr adroddiad llawn, Archwilio ymarfer i gefnogi'r gwaith o gyflwyno'r Dull Ysgol Gyfan ar gyfer Lles Emosiynol a Meddyliol: Enghreifftiau o Arferion Da gan ysgolion yng Nghymru. Mae'r adroddiad llawn wedi'i gynllunio fel adnodd i ysgolion sy'n cyflawni WSAEMWB. Cynhyrchwyd ffeithluniau cysylltiedig hefyd.

Yn 2021, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru'r Fframwaith ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol (y 'Fframwaith') ac roedd yn ei wneud yn ofynnol i ysgolion ddatblygu a chynnal WSAEMWB. Buddsoddwyd adnoddau sylweddol mewn cefnogi ysgolion i fodloni'r gofyniad, gan gynnwys y Fframwaith ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol a'r adnodd hunanwerthuso cysylltiedig a chanllawiau'r adnodd hunanwerthuso. Cafodd pwysigrwydd WSAEMWB ei sbarduno'n bennaf gan 2 ffactor allweddol:

- pryderon ynghylch patrymau iechyd meddwl a llesiant a oedd yn dirywio ymhlith plant a phobl ifanc, sydd wedi'u gwaethygu gan y pandemig Covid-19 a'r argyfwng costau byw. Mae hyn yn cynnwys arwyddion o duedd lle mae heriau o ran iechyd meddwl a llesiant yn cael eu hadrodd ymhlith oedrannau ysgol gynradd iau (e.e. Einhorn *et al*, 2024; GIG, 2020; dangosfwrdd data SHRN; UNICEF, 2025; Llywodraeth Cymru, 2022);
- mae ysgolion wedi cael eu cydnabod ers tro fel cyd-destunau pwysig ar gyfer hyrwyddo iechyd meddwl a llesiant plant a phobl ifanc ar adeg dyngedfennol, a all ddylanwadu ar eu hiechyd yn y dyfodol (e.e. Higgins and Booker, 2023; Sefydliad Iechyd y Byd (WHO), 2026; Wyn *et al*, 2000).

Ers y 1990au, mae dulliau ysgol gyfan[1] wedi cael eu hyrwyddo i sicrhau y defnyddir amgylchedd yr ysgol gyfan i helpu i wella iechyd meddwl a chorfforol plant a phobl ifanc. Mae dulliau ysgol gyfan yn cydnabod bod pob agwedd ar yr ysgol (y cyfeirir atynt fel amgylchedd yr ysgol gyfan neu'r amgylchedd dysgu) yn dylanwadu ar ymddygiad dysgwyr. Er enghraifft, mae hyn yn cynnwys cwricwlwm yr ysgol, yr amgylchedd cymdeithasol, ethos yr ysgol, yr amgylchedd ffisegol, a pholisïau'r ysgol. Mae dulliau ysgol gyfan yn gyfannol, maent yn gweithio ar draws yr holl agweddau hyn ar amgylchedd yr ysgol i gefnogi iechyd a llesiant gwell ar gyfer plant, yn ogystal â chanlyniadau cymdeithasol, emosiynol ac addysgol (Higgins a Booker, 2023; Wyn *et al*, 2000).

I gydnabod rôl ganolog WSAEMWB o ran cefnogi iechyd a llesiant plant a phobl ifanc yng Nghymru, dyluniwyd yr ymchwil yn bwrpasol i ganfod enghreifftiau o arferion a'u crynhoi ar sail themâu (yn ôl meysydd gweithgareddau a nodau gweithgareddau). Nid gwerthusiad

[1] Er y defnyddiwyd 'WSAEMWB' i gyfeirio at ddull statudol penodol Llywodraeth Cymru, mae'r term 'dulliau ysgol gyfan' yn cyfeirio at theori ac arferion o ran dulliau ysgol gyfan yn fwy cyffredinol.

oedd yr ymchwil, ac ni chafodd arferion a adroddwyd fel rhai a oedd o gymorth eu profi'n annibynnol na'u cysylltu â data canlyniadau. Roedd yr ymchwil yn amlygu'r ffaith bod ysgolion eisiau enghreifftiau i ddysgu oddi wrthynt ond, oherwydd bod pob ysgol yn wahanol, mae angen i bob un addasu arferion i'w cyd-destun unigryw ei hun.

2. Methodoleg

Roedd y dull ymchwil ailadroddol yn cynnwys 5 cam, gyda phob cam yn llywio'r camau dilynol.

2.1. Cam 1 – cam cwmpasu

Roedd y cam hwn yn canolbwyntio ar ymchwil ddesg a chyfweliadau. Yn ystod yr ymchwil ddesg, fe aeth arbenigwyr ati i helpu i lunio rhestr o ffynonellau tystiolaeth yng nghyswllt dulliau ysgol gyfan; roedd dadansoddiad thematig o ffynonellau allweddol wedi helpu i lywio a llunio'r ymchwil. Ymhlith y ffynonellau yr oedd gwaith o Gymru, gweddill y DU, ynghyd ag enghreifftiau rhyngwladol. Roedd yr adolygiad yn canolbwyntio ar ddulliau ysgol gyfan yn gyffredinol, a dulliau ysgol gyfan ar gyfer iechyd meddwl a lles yn benodol. Roedd yr ymchwil ddesg hefyd yn ystyried rhywfaint o lenyddiaeth gysylltiedig i ddarparu cyd-destun, fel y mudiad ysgolion iach ac effeithiau lle ar iechyd. Er bod y mwyafrif o'r enghreifftiau a gynhwyswyd yn yr adroddiad terfynol o'r cyfnod ar ôl 2020, cynhwyswyd rhai enghreifftiau cynharach hefyd. Ymhlith yr enghreifftiau a adolygwyd yr oedd: cyhoeddiadau academaidd; adolygiadau systematig; adroddiadau; polisïau; canllawiau; adnoddau hyfforddi; ymgynghoriadau; ac adnoddau gan grwpiau diddordeb ac elusennau.

Yn ogystal â hynny, cynhaliwyd 6 chyfweliad lled-strwythuredig ar-lein gydag 8 o randdeiliaid allweddol a chanddynt safbwyntiau strategol a chenedlaethol ar gyflawni'r fframwaith WSAEMWB. Derbyniodd y cyfranogwyr gopïau o'r cwestiynau ymlaen llaw. Cynhaliwyd cyfweliadau ar-lein a oedd yn para hyd at 1 awr. Cafodd y cyfweliadau eu recordio, eu cofnodi'n ysgrifenedig a'u dadansoddi'n unol â'r cwestiynau ymchwil. Roedd y cam cwmpasu wedi canfod 4 maes pwysig ar gyfer cefnogi datblygiad a chyflawni WSAEMWB; a llywiodd hyn y dull a ddefnyddiwyd ar gyfer camau 2 i 5.

- maes 1: meithrin diwylliant cadarnhaol yn yr ysgol sy'n cefnogi'r gwaith o gyflawni WSAEMWB
- maes 2: meithrin cysylltiadau ar draws cymuned yr ysgol gyfan
- maes 3: cydweddu WSAEMWB â'r Cwricwlwm i Gymru
- maes 4: cefnogi llesiant staff

2.2. Cam 2 – cyfweliadau grŵp gyda chydlynwyr

Cynhaliwyd cyfweliadau grŵp ar-lein gyda 36 o staff byrddau iechyd ac awdurdodau lleol a oedd yn ymwneud â chefnogi darpariaeth WSAEMWB ar draws 7 ardal bwrdd iechyd lleol. Roedd hyn yn cynnwys cydlynwyr WSAEMWB a chydlynwyr Rhwydwaith Ysgolion Cymru sy'n Hybu Iechyd a Lles. Yn yr adroddiad hwn, cyfeirir at y cyfranogwyr hyn i gyd fel 'cydlynwyr'. Cynhaliwyd 7 cyfweliad grŵp, 1 ar gyfer pob bwrdd iechyd. Cynhaliwyd

cyfweliadau grŵp ar-lein a oedd yn para 90 munud. Derbyniodd y cyfranogwyr gopi o'r testunau ymlaen llaw. Cafodd y drafodaeth ei strwythuro ar sail y 4 maes ymarfer, ac roedd yn archwilio barnau'r cydlynwyr ynghylch cyflawni WSAEMWB mewn ysgolion, gan gynnwys llwyddiannau, heriau ac ymarfer yr oeddent yn teimlo eu bod yn effeithiol, neu yr oedd yr ysgol wedi adrodd eu bod yn effeithiol. Roedd y cydlynwyr hefyd wedi helpu i nodi ysgolion i gymryd rhan yng ngham 3.

2.3. Cam 3 – gweithdai gydag ysgolion

Cynhaliwyd tri gweithdy grŵp gyda staff o 23 o ysgolion ar draws pob un o'r 7 bwrdd iechyd. Nodwyd yr ysgolion a gymerodd ran gan gydlynwyr fel rhai a oedd yn dangos eu bod wedi cyflawni WSAEMWB yr ystyriwyd ei fod yn effeithiol ac wedi datblygu'n dda. Yn yr ysgolion a gymerodd ran, dewiswyd y staff a fynychodd y gweithdai oherwydd bod ganddynt wybodaeth dda am y modd yr oedd eu hysgol wedi cyflawni WSAEMWB; roedd llawer ohonynt yn aelodau o'r uwch dîm arweinyddiaeth (UDA), ac yn cynnwys penaethiaid.

Darparwyd crynodeb o agenda'r gweithdy, yn ogystal â'r meysydd ymarfer (gan gynnwys enghreifftiau o weithgareddau y gallai'r rhain eu cynnwys) i'r cyfranogwyr ymlaen llaw. Parhaodd pob gweithdy am 3 awr, ac fe'u cynhaliwyd ar-lein i leihau costau mynychu i ysgolion o safbwynt adnoddau. Darparodd Llywodraeth Cymru gyllid i dalu costau cyflenwi hanner diwrnod i gefnogi cyfranogiad. Roedd y drafodaeth yn archwilio arferion yr oedd ysgolion yn ystyried eu bod yn effeithiol o ran helpu i gyflawni eu WSAEMWB ar draws y 4 maes allweddol. Cafodd y gweithdai eu recordio, a rhestrwyd a disgrifiwyd yr holl feysydd ymarfer a grybwyllwyd ar draws y 4 maes ymarfer.

2.4. Cam 4 – ymweliadau astudiaethau achos

Cynhaliwyd ymweliadau astudiaethau achos mewn 9 ysgol a oedd wedi cymryd rhan mewn gweithdai ysgolion. Roedd yr ysgolion a ddewiswyd wedi mynegi diddordeb mewn cymryd rhan mewn astudiaethau achos yn ystod y gweithdai cam 3, ac roeddent wedi bod yn ymgymryd ag ymarfer yr oeddent hwy, ac mewn sawl achos, cydlynwyr, wedi nodi eu bod o gymorth o ran cyflawni WSAEMWB. Dyluniwyd y strategaeth samplu i gasglu ystod amrywiol o arferion ar draws y 4 maes gweithgaredd. Nod y broses ddethol hefyd oedd cyflawni ystod o fathau o ysgolion ar draws sawl bwrdd iechyd.

Roedd pob ymweliad astudiaeth achos yn cynnwys ymweliad 1 diwrnod â'r ysgol, gan 2 ymchwilydd, a oedd yn cynnwys cymysgedd o gyfweliadau, adolygiad o ddogfennaeth yr ysgol, ynghyd ag arsylwadau anffurfiol. Cyn pob ymweliad, roedd y tîm wedi adolygu'r ymarfer a ddisgrifiwyd gan yr ysgol yn y gweithdy, a llunio nodiadau helaeth o dan y gwahanol feysydd ymarfer, ynghyd â phwyntiau nodedig a pherthnasol eraill. Cyn yr ymweliad, cynhaliwyd galwad ffôn gyda phob ysgol at ddibenion cynllunio, pryd y cytunwyd ar yr arferion i'w harchwilio. Cytunwyd hefyd ar ddulliau ar gyfer dangos arferion ac roeddent yn cynnwys: troeon dysgu; arsylwadau; cyfweliadau a thrafodaethau grŵp; ac adolygu dogfennaeth.

Lluniodd yr ysgolion amserlen o weithgareddau i gyflawni'r nodau hyn. Yn ystod yr ymweliadau, gwnaed nodiadau arsylwadol gan yr ymchwilwyr a aeth ati wedyn i'w

hysgrifennu ar ffurf adroddiad. Cynhaliwyd cyfweliadau a thrafodaethau grŵp â gwahanol bobl, yn dibynnu ar argaeledd, ac roeddent yn cynnwys: y pennaeth; yr Uwch Dim Rheoli; arweinwyr lles; staff dysgu a chymorth; dysgwyr; llywodraethwyr a theuluoedd.

2.5. Cam 5 – gweithdai adborth

Ar ôl dadansoddiad rhagarweiniol o'r holl ddata, cynhaliwyd 2 weithdy adborth i wirio synnwyr y canfyddiadau, ynghyd â'u dilysu a'u mireinio. Parhaodd y rhain am 2 awr, ac fe'u cynhaliwyd ar-lein i leihau'r ymrwymiad amser o ran yr ysgolion. Gwahoddwyd pawb a oedd wedi cymryd rhan yng nghamau 2 i 4 i fynychu gweithdai adborth ar-lein. Mynychodd 17 o bobl, a oedd yn cynnwys cydlynwyr a staff ysgolion. Cyflwynwyd canfyddiadau a oedd yn dod i'r amlwg, a gwahoddwyd y cyfranogwyr i roi adborth, ynghyd ag egluro pwyntiau, a thrafod pa mor ymarferol a defnyddiol oedd enghreifftiau o arferion effeithiol. Roedd yr adborth yn ddefnyddiol o safbwynt darparu dealltwriaeth ddyfnach o'r canfyddiadau.

2.6. Grŵp llywio

Arweiniwyd y prosiect gan Grŵp Llywio a oedd yn cynnwys swyddogion o Lywodraeth Cymru, academyddion ac ymchwilwyr iechyd cyhoeddus, cynrychiolwyr o ysgolion, awdurdodau lleol, a chonsortia rhanbarthol. Cyfarfu'r grŵp 3 gwaith yn ystod y prosiect: yn ystod cam 1 i ddarparu mewnbwn ar wybodaeth bresennol a dyluniad y prosiect; rhwng camau 2 a 3 ar gyfer darparu diweddariad ar yr ymchwil, a rhwng camau 4 a 5 ar gyfer cael adborth ar ganfyddiadau a oedd yn dod i'r amlwg. Roedd y Grŵp Llywio wedi helpu i lywio amcanion a dyluniad yr ymchwil, yn ogystal â darparu cyd-destun ar gyfer rhai o'r canfyddiadau.

Yn yr adroddiad hwn, rydym yn mabwysiadu'r derminoleg a ganlyn:

- 'Teuluoedd', i gyfeirio at bobl sy'n oedolion yn amgylchedd cartref dysgwyr
- 'Ysgolion', i gyfeirio at bob lleoliad addysgol a gymerodd ran yn y gwaith ymchwil
- 'Dysgwyr', i gyfeirio at ddisgyblion
- 'Swyddogion Ymgysylltu â Theuluoedd (SYTh) i gyfeirio at rolau sy'n canolbwyntio'n gyfan gwbl neu'n rhannol ar ymgysylltu â theuluoedd a'r gymuned

3. Canfyddiadau

Mae'r bennod hon yn cynnwys canfyddiadau o bob cam o'r ymchwil. Mae'r canfyddiadau wedi'u rhannu'n 4 maes, fel a ganlyn:

- 3.1 meithrin diwylliant cadarnhaol sy'n cefnogi cyflawni WSAEMWB
- 3.2 meithrin cysylltiadau o fewn ysgolion ac ar draws cymuned yr ysgol gyfan
- 3.3 cydweddu WSAEMWB a'r Cwricwlwm i Gymru
- 3.4 cefnogi llesiant staff mewn ysgolion

Cyflwynir y canfyddiadau ar sail themâu, yn hytrach na fesul ysgol. Gall gwahaniaethau o ran nodweddion ysgolion godi heriau o safbwynt addasu ymarfer rhwng ysgolion ac, o ganlyniad, cyflwynwyd gwybodaeth gyd-destunol ar lefel ysgolion yn yr adroddiad llawn i

alluogi ysgolion i asesu eu cyd-destun eu hunain, a myfyrio ynghylch hynny, ynghyd â nodi pa arferion sy'n gweithio, ac efallai ddim yn gweithio yn eu hysgol eu hunain.

3.1. Maes 1: meithrin diwylliant cadarnhaol yn yr ysgol sy'n cefnogi camau i gyflawni WSAEMWB

Yn ystod cam cwmpasu'r astudiaeth hon, nodwyd bod meithrin diwylliant cadarnhaol yn yr ysgol, sy'n cefnogi WSAEMWB cyfannol, yn hanfodol. Ar sail y gwaith maes, roedd yn amlwg y gall hyn fod yn heriol, ei fod yn cymryd amser i'w gyflawni, ac i gael cefnogaeth gan gymuned yr ysgol. Adroddwyd gan ysgolion bod amrywiaeth o enghreifftiau o ran arferion o gymorth ar gyfer datblygu a chynnal diwylliant cadarnhaol mewn ysgolion, a oedd yn gefnogol i WSAEMWB.

3.1.1. Cymryd yr awenau – Hyrwyddo WSAEMWB

Yn aml, roedd cyfranogwyr yn atgyfnerthu pwysigrwydd cael cefnogaeth uwch arweinwyr i sicrhau llwyddiant WSAEMWB. Pan fydd y pennaeth yn hyderus o ran y dull a ddefnyddir, ac yn hyrwyddwr ac yn arweinydd allweddol ar gyfer y WSAEMWB, gall hyn helpu i sicrhau ymgysylltiad yr ysgol gyfan, ynghyd ag ymrwymiad parhaus, a helpu i integreiddio llesiant a WSAEMWB yn niwylliant yr ysgol.

Roedd yn amlwg y gall rhoi tîm arweinyddiaeth ar waith i oruchwylio cyflawni WSAEMWB fod o gymorth; gall cynnwys aelodau staff eraill i arwain y gwaith hwn fod yn effeithiol, gan ei fod yn dwyn ynghyd gwahanol syniadau, ac yn meithrin capasiti a chadernid. Mae sicrhau bod gan arweinwyr WSAEMWB ddealltwriaeth glir o WSAEMWB, a hyder ynddo, yn caniatáu iddynt gyfathrebu ei bwrpas yn effeithiol. Pan fydd arweinwyr yn modelu dulliau cyson ac ymddygiadau cadarnhaol, gallant helpu i ymgorffori'r dull fel rhan o ethos yr ysgol.

Adroddodd rhai ysgolion fod arweinwyr yn chwarae rhan bwysig wrth gefnogi staff trwy gyflwyno a chynnal WSAEMWB, gan gynnwys darparu hyfforddiant priodol i gefnogi'r gwaith o gyflawni WSAEMWB; rhoi hyder i staff gyflawni WSAEMWB, a chefnogi llwyth gwaith staff i liniaru'r effeithiau ar staff lle mae WSAEMWB yn gofyn am fwy o waith ganddynt.

Roedd yn amlwg, o arsylwadau a sylwadau uniongyrchol gan rai staff, y gallai dull myfyriol a seiliedig ar dystiolaeth o gyflwyno a chynnal WSAEMWB helpu i ddatblygu dull cryfach, sy'n addas i'r ysgol. Defnyddiodd yr arweinwyr amrywiaeth o ffynonellau data i helpu i lywio ac arwain eu WSAEMWB, gan gynnwys: canfyddiadau ymchwil o Gymru a thu hwnt; adroddiadau ysgol SHRN; siarad ag ysgolion eraill yn y clwstwr, ac mewn mannau eraill yng Nghymru; Pecyn Cymorth Beth sy'n Gweithio Iechyd Cyhoeddus Cymru; adroddiadau dysgu WSAEMWB Iechyd Cyhoeddus Cymru; astudiaethau achos ysgolion; ynghyd â gweld arferion ar waith mewn ysgolion eraill. Mae dull myfyriol, ac sy'n seiliedig ar dystiolaeth, llwyddiannus yn cydnabod ei bod yn aml yn bwysig addasu arferion yn ôl yr ysgol, yn hytrach na dibynnu ar fodel parod.

Ystyriwyd gan rai bod cael cefnogaeth gan gymuned yr ysgol gyfan yn swyddogaeth allweddol o ran arweinyddiaeth ac, yn ei dro, gall cynnwys cymuned yr ysgol gyfan yn natblygiad WSAEMWB helpu i sicrhau ei chefnogaeth. Adroddwyd bod negeseuon a

chyfathrebu clir, cryf a chyson yng nghyswllt WSAEMWB yn bwysig, a gall ymgynghori ynghylch y sianelau cyfathrebu gorau ar gyfer gwahanol aelodau o gymuned yr ysgol gyfan fod yn ddefnyddiol.

Mae'r Fframwaith a'r defnydd o'r adnodd hunanarfarnu yn ei gwneud yn glir bod angen i ysgolion ddeall anghenion staff, dysgwyr a theuluoedd o ran llesiant. Dangosodd arferion y modd y gall gwneud hynny helpu ysgolion i ymateb i anghenion lleol a chyflwyno dulliau sy'n fuddiol i ddysgwyr unigol, teuluoedd a staff, yn ogystal â chymuned yr ysgol gyfan. Dangosodd rhai ysgolion nad proses untro yw deall anghenion o ran llesiant; a dangoswyd arferion ganddynt o ran gwaith monitro parhaus i gadw golwg ar anghenion newidiol unigolion a'r gymuned. Dangosodd trafodaethau gyda staff a chydlynwyr, ynghyd ag arsylwi ymarfer, bod rhaid i'r UDA fod yn barod i ofyn cwestiynau ynghylch llesiant ei gymuned, ynghyd â derbyn yr hyn a ganfyddir ganddi, a gweithredu ar hynny, er bod parodrwydd i wneud hyn yn amrywio. Chwaraeodd cydlynwyr rôl bwysig o ran cefnogi UDA i ymchwilio i anghenion o ran llesiant.

3.1.2. Darparu cefnogaeth o ran iechyd meddwl a llesiant i deuluoedd a dysgwyr

Adroddodd ysgolion, gyda lefelau cynyddol o orbryder ymhlith dysgwyr, o ganlyniad i'r pandemig COVID-19, ynghyd â'r argyfwng costau byw, bod nifer gynyddol o ddysgwyr yn colli ysgol oherwydd gorbryder.

Gall darparu cymorth i deuluoedd a dysgwyr helpu i gyflawni WSAEMWB mewn ysgolion drwy fynd i'r afael â'r heriau dyddiol sy'n effeithio iechyd meddwl a llesiant. Er enghraifft, trwy weithredu arferion fel "amser cylch", neu greu amgylchedd tawel, bu modd i ysgolion fynd i'r afael â phroblemau fel gorbryder yn sgil arholiadau.

3.2. Maes 2: meithrin cysylltiadau ar draws cymuned yr ysgol gyfan

3.2.1. Creu cysylltiadau â dysgwyr a theuluoedd

Yn aml, roedd meithrin cysylltiadau cryf, o ansawdd dda, ar draws cymuned yr ysgol gyfan, wrth wraidd WSAEMWB llwyddiannus. Roedd hyn yn cynnwys meithrin cysylltiadau rhwng staff, dysgwyr, teuluoedd a, lle bo modd, y gymuned ehangach. Adroddodd ysgolion bod cysylltiadau cryf yn bwysig am sawl rheswm, gan gynnwys: helpu i greu ymddiriedaeth, empathi ac ymdeimlad o berthyn; helpu i greu amgylcheddau yn yr ysgol a'r cartref sy'n cefnogi pob aelod o gymuned yr ysgol. Adroddodd ysgolion sut y gall meithrin cysylltiadau fod yn heriol, gan egluro y gall gymryd amser, caredigrwydd ac amynedd. Dywedasant ei fod yn ymwneud â gwrando ar ddysgwyr, teuluoedd, staff ac eraill, ac ymgysylltu â nhw. Adroddodd rhai ysgolion ynghylch gwahanol arferion a ddatblygwyd ganddynt i gyrraedd teuluoedd nad oeddent yn ymgysylltu cymaint, er enghraifft, o ran darparu bwyd i ddysgwyr, sy'n gallu rhoi cyfle i ddatblygu cysylltiadau.

Mae meithrin cysylltiadau â dysgwyr yn bwysig i helpu i greu ymdeimlad o berthyn. Diffinnir ymdeimlad o berthyn gan Iechyd Cyhoeddus Cymru fel "teimlad o ymlyniad emosiynol i'r ysgol. Mae'n cynnwys teimlo eich bod yn cael eich derbyn, eich parchu, eich cynnwys a'ch

cefnogi.” (Iechyd Cyhoeddus Cymru 2024:4). Awgrymodd yr ymchwil bod teimlo’n gyfforddus yn yr ysgol ac ymddiried mewn pobl hefyd yn bwysig i sicrhau ymdeimlad o berthyn ymhlith dysgwyr. Mae ysgolion yn ymgymryd ag amryw arferion i gynnal cysylltiadau â dysgwyr. Er enghraifft, mae presenoldeb staff yn croesawu dysgwyr i mewn i’r ysgol a’r ystafell ddosbarth yn creu pwynt cyswllt dyddiol. Ac mae’n caniatáu i staff holi dysgwyr, a chymryd camau rhagweithiol i chwilio am arwyddion y gallai fod angen cefnogaeth ar ddysgwr.

Roedd gan rai ysgolion un neu ragor o Swyddogion Ymgysylltu â Theuluoedd (SYThau) llawn amser neu ran amser. Teimlai ysgolion a oedd yn cyflogi SYThau eu bod yn hanfodol, gan fod ganddynt fwy o amser i fod ar gael nag aelodau staff eraill, a’u bod yn gallu ymgysylltu â theuluoedd, ac ymateb iddynt, mewn modd mwy ystyriol, gwybodus ac amserol. Nodwyd, lle nad oes gan ysgolion SYThau, bod rhaid i staff eraill ymgymryd â’r rôl hon. Roedd yn ymddangos yn ddefnyddiol i ysgolion feddwl am y rhesymau dros ymgysylltu â’r gymuned fel rhan o WSAEMWB, gan fod dealltwriaeth glir o’r rhesymau hyn yn ôl pob golwg yn helpu ysgolion i’w hegluro i eraill.

Wrth drafod meithrin cysylltiadau, roedd ysgolion yn canolbwyntio ar feithrin cysylltiadau rhwng yr ysgol a’r dysgwyr, a chysylltiadau rhwng yr ysgol a’r cartref. Gellir meddwl am y gymuned ehangach fel y bobl y mae ysgolion yn ymgysylltu â nhw, neu y byddai ymgysylltu â nhw’n ddefnyddiol, ond nad ydynt yn ddysgwyr, yn aelodau staff, neu’n deuluoedd. Gellir ystyried bod darparwyr gwasanaeth fel y Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc (CAMHS) yn rhan o gymuned ehangach yr ysgol. Er ei bod yn gyffredin i ysgolion gael rhai cysylltiadau â’r gymuned ehangach (gan gynnwys darparwyr gwasanaeth), mewn ysgolion lle gwelwyd y cysylltiadau ehangaf, er enghraifft, o ran eu bod yn cynnwys busnesau, preswylwyr lleol ac elusennau lleol, roedd mwy o botensial i gefnogi WSAEMWB.

3.3. Maes 3: cydweddu WSAEMWB â’r Cwricwlwm i Gymru

3.3.1. Gwneud cysylltiadau clir rhwng WSAEMWB a’r cwricwlwm

Dylai sefydlu WSAEMWB ategu cwricwlwm yr ysgol, gan gynnwys y Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Llesiant (MDaPh). O ran canfyddiadau o’r astudiaeth ansoddol a gyhoeddwyd yn ddiweddar ar weithredu’r MDaPh Iechyd a Lles yn y Cwricwlwm i Gymru, er eu bod yn wahanol o ran cwmpas y gwaith ymchwil hwn, maent yn adleisio nifer o’r un themâu. Nododd yr astudiaeth hon hefyd bod rhoi mynediad i ddysgwyr i amgylcheddau anghyfarwydd, esiamplau da cadarnhaol, a llwybrau dilyniant clir, yn gallu ehangu eu gorwelion ac atgyfnerthu 4 diben y Cwricwlwm i Gymru. Mae’r ddau ddarn o waith yn pwysleisio pwysigrwydd arweinyddiaeth gref, dulliau cyfannol ac sy’n canolbwyntio ar gysylltiadau, ynghyd â llais ystyrlon y dysgwr, a defnyddio tystiolaeth fel data SHRN, ochr yn ochr â chydnabod ansawdd amrywiol y cydweithio o fewn clystyrau. Gyda’i gilydd, mae’r ddwy astudiaeth yn cynnig mewnwelediadau cyflenwol i’r amodau sy’n meithrin llesiant ar draws yr ysgol, ynghyd â sut y mae’r amodau hyn yn cael eu cyflawni drwy gyfrwng arferion y cwricwlwm.

Dangosodd ysgolion sut y gallai cynnwys llesiant o fewn amser cyfeiriedig fod yn fodd i bwysleisio’n gryf pa mor bwysig ydyw i staff, gan amlygu nad rhywbeth ‘ychwanegol’ yw

gweithgaredd llesiant, ond gweithgaredd a ddisgwylir, ac sy'n rhan allweddol o'r cwricwlwm a diwylliant yr ysgol. Dywedodd rhai ysgolion bod ychwanegu gweithgaredd WSAEMWB at amser cyfeiriedig yn golygu bod angen cefnogaeth gan uwch arweinwyr i liniaru ei effeithiau ar lwythi gwaith staff. Rhoddwyd sylw pellach i gefnogi staff yn nhermau cyflwyno'r cwricwlwm, gan gynnwys helpu gyda gofynion o ran amser a llwythi gwaith, ym maes 4.

Mae'r Cwricwlwm i Gymru yn cysylltu'r syniad o iechyd a llesiant unigolion â dibenion y cwricwlwm, megis bod yn ddinasyddion annibynnol, hyderus, a gwybodus, sy'n barod i fyw bywydau boddhaus; mae dull cyfannol yn deall sut mae'r rhain i gyd yn effeithio ar ei gilydd mewn gwahanol ffyrdd. Felly, gall cynnig cyfleoedd a phrofiadau i ddysgwyr, sydd wedi'u cynllunio i helpu i gyflawni 4 diben y cwricwlwm fod yn werthfawr a helpu i greu cysylltiadau rhwng WSAEMWB a'r Cwricwlwm i Gymru. Siaradodd sawl ysgol am bwysigrwydd creu cyfleoedd a phrofiadau ystyrlon i ddysgwyr a'u cyflwyno iddynt, gyda rhai ysgolion yn canolbwyntio ar y syniad "os na allwch ei weld, allwch chi ddim ei gyflawni". Er enghraifft, cynigiodd ysgolion gyfle i ddysgwyr a'u teuluoedd ymweld â phrifysgolion, tra bo eraill yn cynnig amrywiaeth o glybiau lle gallai dysgwyr gael eu cyflwyno i sgiliau a phrofiadau newydd.

Roedd enghreifftiau eraill o arferion a adroddwyd a allai helpu ysgolion i wneud cysylltiadau rhwng WSAEMWB a'r cwricwlwm yn cynnwys y rheiny a oedd yn sicrhau nad oedd fforddiadwyedd yn eithrio dysgwyr rhag cymryd rhan mewn gwersi neu weithgareddau allgyrsiol. Mae hyn yn arbennig o bwysig gan fod canllawiau'r Cwricwlwm i Gymru yn ei gwneud yn glir bod yn rhaid i gwricwlwm yr ysgol fod yn gynhwysol ar gyfer bob dysgwr. Awgrymodd trafodaethau gyda dysgwyr y gallai fod yn ddefnyddiol hefyd meddwl am gynnydd y modd y mae dealltwriaeth dysgwyr o lesiant yn newid wrth iddynt ddatblygu.

Mae cydweithio'n hanfodol i'r Cwricwlwm i Gymru. Mae'r canllawiau ar gynllunio'r cwricwlwm yn dangos, drwy weithio drwy glystyrau a rhwydweithiau, y gall ysgolion ac ymarferwyr rannu dealltwriaeth y naill a'r llall o gynnydd, a dysgu o hynny, ynghyd â chydweithio i ddatblygu dulliau a rennir o gynllunio cwricwlwm.

Gall cydweithio rhwng ysgolion fod o gymorth hefyd mewn sawl modd, i gyflawni WSAEMWB. Mae cydweithio rhwng ysgolion yn fodd i rannu profiad ac arferion o ran cyflawni WSAEMWB, yn ogystal ag adnoddau, sgiliau a gwybodaeth.

Gwelwyd dau fath o gydweithio yn y gwaith ymchwil hwn. Yn gyntaf, roedd cydweithio rhwng ysgolion cynradd ac uwchradd eisoes yn gyffredin, a gwelwyd fod hyn yn rhywbeth oedd yn dod yn fwy a mwy pwysig (e.e. trosi arferion rhwng ysgolion cynradd ac uwchradd; pontio); gall hyn fod yn arbennig o bwysig o ystyried ffocws y Cwricwlwm i Gymru ar 'gyfnodau, nid oedran', a'r ffaith y gwelir lefelau is o lesiant meddyliol ymhlith dysgwyr iau. Yn ail, mae gweithio mewn clystyrau'n dod yn fwy a mwy pwysig ar gyfer gwella ysgolion, yn enwedig yng ngoleuni'r symudiad tuag at ddatblygu cwricwlwm ar lefel clwstwr yn hytrach nag ysgol, ac roedd enghreifftiau o arferion yn dangos gwahanol ffyrdd y gall gweithio mewn clwstwr gefnogi cyflawni WSAEMWB.

3.4. Maes 4: cefnogi llesiant staff

Ar ddechrau'r prosiect, canfu ymchwil ddesg ystod o dystiolaeth bresennol a oedd yn awgrymu bod gwella llesiant staff, fel rhan o ddull ysgol gyfan, hefyd yn helpu i wella llesiant dysgwyr (e.e. Cavanagh *et al*, 2024; Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2023). Am y rheswm hwn, fe'i nodwyd fel maes ymarfer allweddol a fyddai'n ddefnyddiol i'w archwilio. Ar draws y gwaith ymchwil, rhannodd amrywiaeth o gyfranogwyr yr ymchwil farnau a oedd yn cymeradwyo'r canfyddiad hwn; ystyriwyd bod llesiant staff yn bwysig er budd y staff eu hunain, ac oherwydd bod amgylchedd lle'r oedd staff yn teimlo eu bod yn cael eu cefnogi, bod rhywun yn gwrando arnynt, a bod ganddynt lesiant meddyliol da eu hunain, yn golygu eu bod mewn sefyllfa dda i gefnogi WSAEMWB ac iechyd meddwl a llesiant dysgwyr.

Adroddwyd am ystod eang o arferion i gefnogi lles staff gan ysgolion. Roedd rhai enghreifftiau o arferion i gefnogi llesiant staff o bosibl yn gyflymach i'w gweithredu nag eraill, ac roeddent yn cynnwys, er enghraifft: gweithgareddau i hybu llesiant staff; cymorth personol ar sail un-i-un i staff (e.e. gan yr UDA neu gwnselwyr annibynnol); eu cyfeirio at wybodaeth o ran llesiant; a lle'n bosibl, rhoi hyblygrwydd i staff gydbwyso cyfrifoldebau teuluol â'u gwaith. Er bod rhai aelodau staff yn ystyried bod rhai o'r 'enillion cyflym' hyn o gymorth, teimlai eraill mai'r unig fodd y gellid gwella llesiant staff oedd trwy ddarparu amgylchedd proffesiynol, cefnogol a phriodol ar gyfer addysgu a dysgu. Amlinellwyd enghreifftiau o newidiadau diwylliannol ehangach o'r fath i gefnogi llesiant staff hefyd, ac roeddent yn cynnwys: rhoi modelau cryf ar waith o ran rheoli'r ystafell ddosbarth, ac addysgu a dysgu; darparu cymorth gyda llwythi gwaith; darparu cyfleoedd dysgu a datblygiad proffesiynol parhaus; ac ailddylunio gofod ffisegol i gefnogi llwyth gwaith staff a'u llesiant. Fodd bynnag, awgrymodd yr ymchwil y gallai fod o gymorth defnyddio cyfuniad o wahanol fathau o arferion fel rhan o ddull cyfannol o ymdrin â llesiant staff. Roedd pwysigrwydd defnyddio dulliau priodol i wrando ar leisiau staff, ac yna ystyried yr hyn a ddywedwyd, ac ymateb i hynny, a chyfathrebu ymateb mewn modd priodol (e.e. "fe ddywedoch chi, fe wnaethon ni…") hefyd yn amlwg o enghreifftiau o arferion.

I rai, roedd yn bwysig cyfathrebu i deuluoedd a chymuned ehangach yr ysgol mai pwrpas cefnogi llesiant staff yw galluogi cefnogaeth fwy effeithiol i ddysgwyr.

3.5. Rhwystrau a wynebir gan ysgolion wrth roi WSAEMWB ar waith

Roedd rhwystrau a heriau o safbwynt cyflawni WSAEMWB o fewn ysgolion, sy'n cynnwys: dosbarthiad anghyfartal o gyllid ac adnoddau; roedd llunwyr polisïau, swyddogion iechyd cyhoeddus ac ymarferwyr ysgol weithiau'n siarad mewn termau gwahanol, gyda fframiau cyfeirio gwahanol. Yn ogystal â hynny, nid oedd yr holl staff yn ymateb yn gadarnhaol i'r un dulliau, gan greu rhwystr o ran eu rhoi ar waith yn gyffredinol.

4. Casgliadau

Mae'r ymchwil yn dangos, yn ôl yr ysgolion a gymerodd ran, bod cyflwyno Dull Ysgol Gyfan ar Gyfer Llesiant Emosiynol a Meddyliol (WSAEMWB) yn cael ei ystyried yn rhywbeth cymhleth, a datblygiadol ac, i raddau helaeth, ei fod yn gweithredu ar sail cysylltiadau. Disgrifiodd ysgolion ledled Cymru eu hunain fel rhai sydd ar wahanol gamau o ran y daith hon, ond adroddwyd ar set gyffredin o themâu ar draws gwahanol gyd-destunau.

4.1. Maes 1: Meithrin diwylliant cadarnhaol yn yr ysgol sy'n cefnogi cyflawni WSAEMWB

- Adroddodd yr ysgolion fod cyflawni WSAEMWB yn broses amlochrog sydd, yn eu profiad nhw, yn dibynnu ar arweinyddiaeth gref, dealltwriaeth o anghenion y gymuned, ac ymgysylltiad parhaus gan gymuned yr ysgol gyfan. Disgrifiwyd uwch arweinwyr fel rhai sy'n chwarae rhan allweddol drwy hyrwyddo lles, modelu ymddygiadau cyson, a sefydlu llesiant o fewn arferion bob dydd.
- Esboniodd llawer o ysgolion bod dulliau sy'n cynnwys staff yn gynnar, sy'n cydnabod pwysau llwythi gwaith, sy'n cefnogi staff ac yn darparu cyfleoedd i staff gyfrannu, yn helpu i feithrin gweithlu sy'n teimlo'n fwy hyderus ac ymrwymedig i werthoedd WSAEMWB.
- Adroddodd ysgolion hefyd fod ymgysylltu â dysgwyr a theuluoedd drwy negeseuon cyson, cysylltiadau cadarnhaol, a chymorth hygyrch, yn helpu i gryfhau ymddiriedaeth ac yn atgyfnerthu'r cyfrifoldeb a rennir dros lesiant.
- O safbwynt ysgolion, roedd y maes hwn yn amlygu pwysigrwydd hyblygrwydd, y gallu i addasu, a dysgu parhaus wrth i anghenion o ran llesiant newid dros amser.

4.2. Maes 2: Meithrin cysylltiadau ledled y gymuned gyfan

- Disgrifiodd yr ysgolion gysylltiad ystyrlon fel rhywbeth y mae'n rhaid iddo fod yn weladwy'n barhaus, ynghyd â chyfathrebu cyson, a chyfleoedd bwriadol i sicrhau rhyngweithio rhwng dysgwyr, staff, teuluoedd a'r gymuned ehangach.
- Nodwyd yn aml bod cysylltiadau cryf â theuluoedd yn ganolog i lwyddiant WSAEMWB. Adroddodd ysgolion fod arfer effeithiol wedi'i seilio ar amynedd, cysondeb a chyfathrebu clir, gyda dulliau wedi'u teilwra yn eu helpu i ymgysylltu â theuluoedd nad ydynt yn chwarae cymaint o ran yn yr ysgol, neu sy'n wynebu sawl rhwystr.

4.3. Maes 3: Cydweddu WSAEMWB â’r Cwricwlwm i Gymru

- Yn ôl ysgolion, mae cydweddu WSAEMWB â’r Cwricwlwm i Gymru yn fwyaf effeithiol pan gaiff llesiant ei drin fel elfen annatod a strategol o gynllunio cwricwlwm, ynghyd â diwylliant yr ysgol ac arferion dyddiol.
- Adroddodd ysgolion hefyd bod cyflwyno dysgwyr i gyfleoedd a phrofiadau’n gallu cryfhau eu llesiant a’i fod yn meithrin hyder a pharodrwydd i fyw bywydau boddhaus—yn enwedig mewn cymunedau sydd â mynediad cyfyngedig at weithgareddau i’w cyfoethogi. Dywedasant fod cyflwyno dysgwyr i amgylcheddau newydd, esiamplau da a llwybrau dilyniant yn helpu i ehangu dyheadau ac yn cefnogi 4 diben y Cwricwlwm i Gymru.
- Nododd ysgolion fod y cydweddiad rhwng y WSAEMWB a’r Cwricwlwm i Gymru’n fwyaf llwyddiannus pan fydd llesiant yn cael ei sefydlu’n fwriadol, a’i gefnogi gan arweinyddiaeth gref.

4.4. Maes 4: Cefnogi llesiant staff

- Ar draws pob lleoliad, adroddodd staff fod teimlo bod rhywun yn gwrando arnynt, eu bod yn cael eu cefnogi, a’u trin yn deg, yn cael effaith gadarnhaol sylweddol ar eu llesiant.
- Awgrymodd yr ysgolion fod buddsoddi mewn llesiant staff yn angenrheidiol ac yn fuddiol i gymuned ehangach yr ysgol. Yn ôl staff, pan fyddant yn teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi, eu cefnogi a’u deall, maent mewn gwell sefyllfa i ddarparu addysg o ansawdd uchel, ynghyd â meithrin cysylltiadau cadarnhaol â dysgwyr a chyfrannu at WSAEMWB cynaliadwy ac effeithiol.