

# Meddwl yn feirniadol - Sesiwn friffio 7 munud

# 1. BETH YW E?

- ▶ Mae meddwl yn feirniadol yn **bwrpasol**. Mae'n golygu cadw **agwedd meddwl agored** a gallu meddwl **am wahanol ffyrdd o ddeall y wybodaeth sydd ger eich bron**.
- ▶ Mae meddwl yn feirniadol hefyd yn cynnwys proses o werthuso honiadau a dadleuon er mwyn dod i gasgliadau rhesymegol a chyson, asesu'r casgliadau hyn yn erbyn meini prawf neu safonau clir a pherthnasol a gallu egluro'r rhesymau dros y penderfyniadau a wnaethoch.

## 2. BETH YW E?

- ▶ Mae sgiliau craidd megis chwilfrydedd proffesiynol, barn broffesiynol, y gallu i gynnal asesiadau trylwyr a dod i gasgliadau yn hanfodol i gynllunio'n ddiogel.
- ▶ Rhaid i ymarferwyr gael dealltwriaeth o'r blociau a'r heriau o ran gwaith diogelu a rhoi strategaethau ar waith i reoli'r rhain, gan gynnwys sefyllfaoedd o elyniaeth a chydymffurfiaeth ffug a herio eu harferion eu hunain ac eraill ar lefel unigol a lefel asiantaeth.

### 3. BETH YW E?

- ▶ Mae meddylwyr beirniadol yn:
- ▶ Agored i wybodaeth newydd a byddant yn ceisio ac yn ystyried dadansoddiadau gwahanol
- ▶ Ymwybodol y gall straen a barn pobl eraill effeithio ar ffordd o feddwl
- ▶ Gallu ystyried gwybodaeth o sawl ffynhonnell, hyd yn oed y rhai sydd â safbwyntiau gwrthgyferbyniol
- ▶ Hunan ymwybodol, hunan adfyfyriol, gwrandawyr gweithredol ac empathetig

## 4. CYDNABOD

- ▶ Mae'n bwysig fod ymarferwyr yn barod ac yn gallu cydnabod y gallai penderfyniad blaenorol fod wedi bod yn un anghywir - er ei fod yn rhesymol ar y adeg y gwnaed y penderfyniad. Mae'r camgymeriadau hyn yn rhan anochel o ymarfer, ac mae eu hadnabod yn elfen hanfodol o arfer da.

## 5. PRIF FATERION

- ▶ Nid yw consensws yn ddiogel bob amser. Nid yw'r ffaith bod pawb yn cytuno yn golygu eu bod yn iawn - ac yn sicr nid yw'n cadw plentyn yn ddiogel. Does dim diogelwch mewn niferoedd - nid yw risg yn gostwng gan fod mwy o bobl yn cytuno.
- ▶ Mae safbwyntiau lleiafrifol yn bwysig a rhaid eu hystyried a'u nodi mewn gwaith aml-asiantaeth. Ystyriwch beth sy'n gwneud profiad y gweithiwr hwnnw yn wahanol i eraill.

## 6. SUT I YMATEB

- ▶ Ar gyfer beth mae'r asesiad?
- ▶ Beth yw'r cefndir?
- ▶ Beth mae'r cefndir yn ei olygu?
- ▶ Beth sydd angen digwydd?
- ▶ Sut ydyn ni'n gwybod ein bod yn gwneud cynnydd?

# 7. CAMAU GWEITHREDU

- ▶ Siaradwch ag arweinydd diogelu'ch asiantaeth os oes unrhyw bryderon gennych.
- ▶ Mae datblygu'r arferion sydd eu hangen i gefnogi meddwl beirniadol yn cymryd ymdrech ymwybodol. Sicrhewch eich bod yn trin eich ymateb cyntaf i sefyllfa, materion neu berson fel rhywbeth dros dro. Ymwrthodwch â'r awydd i ffurfio barn ar sail ymatebion cychwynnol yn unig.
- ▶ Ydych chi wedi arsylwi'n ofalus?
- ▶ Archwiliwch eich ymateb(ion). Ceisiwch ddeall pam eich bod wedi ymateb fel y gwnaethoch. Pa ragdybiaethau yr oeddech yn eu gwneud? Pa brofiadau blaenorol a allai fod wedi cyfrannu at eich ymateb?