AwtistiaethCymru.org

Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol
National Autism Team

AutismWales.org

Arolwg Digwyddiad Cyflogaeth Ar-Lein y Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol

Adroddiad ar y Canlyniadau

Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol, Gorffennaf 2021

Cynnwys:

Cefndir a chyd-destun t.3

Crynodeb Gweithredol t.4

Cwestiwn 1: Beth yw eich sefyllfa waith ar hyn o bryd? t.6

Cwestiwn 2: Pa bynciau ymhlith y canlynol ydych chi'n teimlo fyddai o fantais i chi ddysgu rhagor o wybodaeth amdanynt? t.8

Cwestiwn 3: Beth yw'r dull dysgu mwyaf effeithiol i chi? t.11

Cwestiwn 4: A oes unrhyw addasiadau rhesymol y gallai'r tîm eu gwneud i'ch helpu chi deimlo'n fwy cyfforddus gyda digwyddiad ar-lein? t.13

Pa weithgareddau rhyngweithiol fyddech chi'n teimlo'n gyfforddus yn eu gwneud? t.16

Cefndir a Chyd-destun:

Ar 3 Rhagfyr 2021 bydd y Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol yn cynnal digwyddiad cyflogaeth ar-lein ar gyfer pobl awtistig. I sicrhau bod y digwyddiad yn fuddiol i bobl awtistig, rhwng 21 Mehefin a 23 Gorffennaf cynhaliodd y Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol arolwg ar gyfer pobl awtistig a'u rhieni/gofalwr. Cynhyrchwyd yr arolwg gydag Autistic UK a gynhaliodd wiriadau sensitifrwydd a mewnbwn gwerthfawr o ran sut i wneud yr arolwg yn effeithiol a hygyrch i bobl awtistig. Roedd Anabledd Dysgu Cymru a Hawdd ei Ddeall Cymru, a gyfieithodd yr arolwg i ffurf hawdd ei ddeall, hefyd yn rhan o'r gwaith cynhyrchu i wneud yn siŵr ein bod ni'n diwallu anghenion pobl awtistig gydag anableddau dysgu ac yn clywed eu lleisiau.

Mae'r arolwg yn gofyn i bobl rannu pa bynciau fyddai'n ddefnyddiol iddyn nhw a'u dull dysgu gorau, i sicrhau bod y digwyddiad yn cael ei drefnu yn seiliedig ar anghenion a barn pobl awtistig. Byddwn yn defnyddio'r ymatebion i ddiffinio paramedrau'r digwyddiad ac i benderfynu pa bynciau y dylem ni ganolbwyntio arnyn nhw yn ystod y sesiynau a sut y dylem ddarparu'r sesiynau hynny.

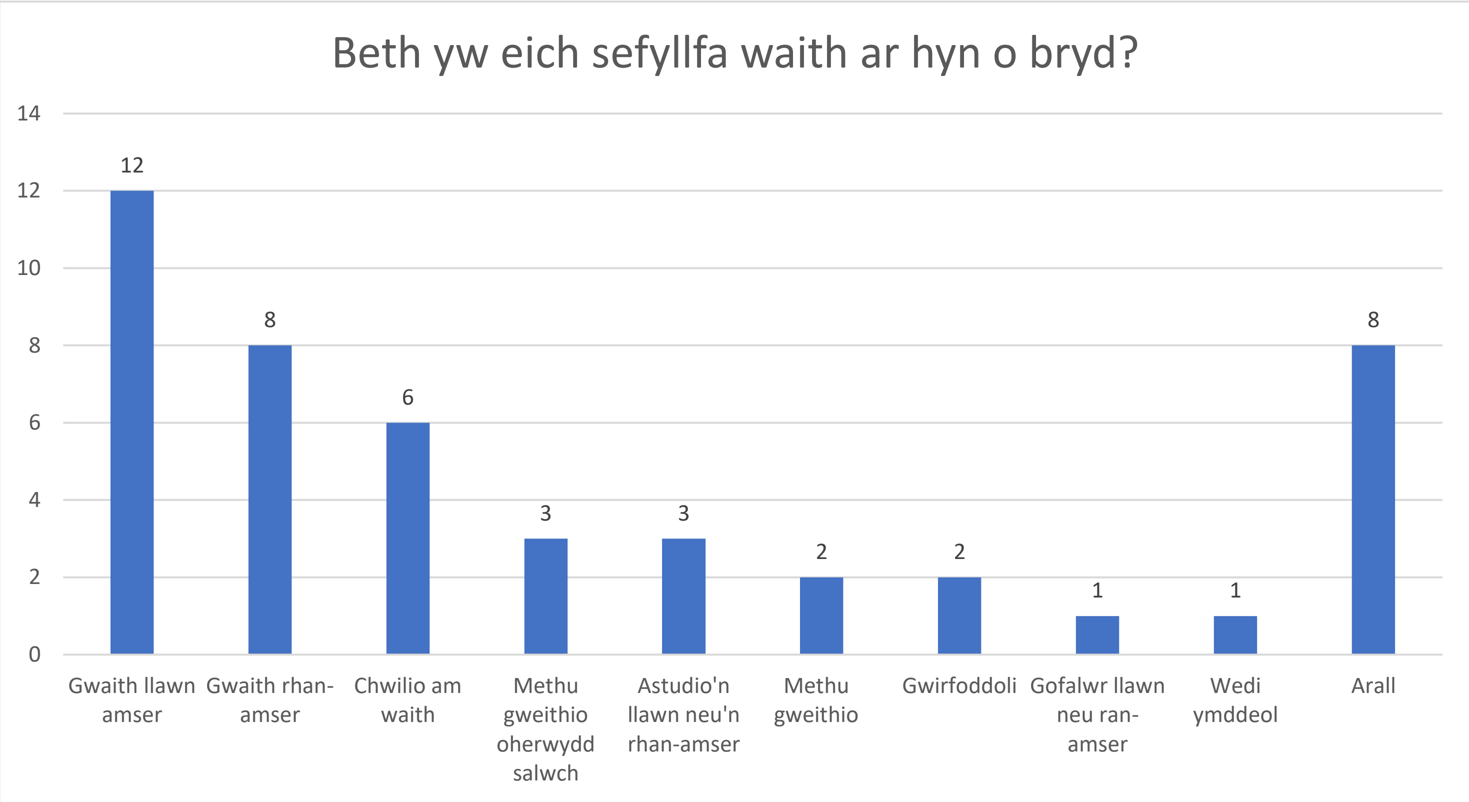
Crynodeb Gweithredol:

- Roedd dau fersiwn o'r arolwg. Cafwyd cyfanswm o **46** ymateb – 45 ymateb i'r arolwg ar-lein ac 1 ymateb i'r arolwg Hawdd ei Ddeall.
- Mae'r adroddiad yn nodi canlyniadau'r ddau arolwg.
- Roedd yr arolwg yn cynnwys 8 cwestiwn. Roedd cwestiynau 7 ac 8 yn gofyn i ymatebwyr nodi a ydyn nhw'n dymuno derbyn yr wybodaeth ddiweddaraf am y digwyddiad, felly nid ydym ni'n rhoi llawer o' sylw i'r rhain yn yr adroddiad hwn.
- Roedd y mwyafrif o'r ymatebwyr yn gweithio llawn amser, rhan-amser neu'n chwilio am waith.
- Roedd gan yr ymatebwyr amrywiaeth o brofiadau gwaith a'r ystod oedran yn amrywio o flwyddyn 11 i fod wedi ymddeol.
- Ar y cyfan, y 5 pwnc a fyddai fwyaf buddiol yw:
    - Cyfathrebu eich anghenion i gyflogwr (37)
    - Mynd i'r afael â sefyllfaoedd anodd yn y gweithle (32)
    - Gwybodaeth am hunan-ofal: rheoli eich iechyd a'ch lles (24)
    - Datgelu ac addasiadau rhesymol (23)
    - Canfod gwaith sy'n iawn i mi (23)
- Mae'r ymatebwyr yn dysgu orau drwy ddefnyddio deunyddiau ac adnoddau ysgrifenedig (30) a gweithdai ymarferol (30).
- Mae ar y rhan fwyaf angen cymorth ychwanegol gyda'r canlynol:
    - Cymorth i ganolbwyntio yn ystod y digwyddiad
    - Gwybodaeth ysgrifenedig/sleidiau cyn y digwyddiad
    - Amserlen eglur yn amlinellu amseroedd y digwyddiad
    - Rheolau eglur o ran cyfathrebu (yn cynnwys rhoi gwybod i fynychwyr pryd y mae'n iawn iddyn nhw siarad neu gyfathrebu'n ddieiriau
    - Canllawiau clir o ran sut i ddefnyddio'r platfform ar-lein
- O ran pa weithgaredd 'rhyngweithiol' maen nhw'n teimlo fwyaf cyfforddus gydag o, dewisodd y rhan fwyaf 'cymryd rhan mewn cwis neu bleidlais' (39).
- Darparodd 32 o ymatebwyr eu cyfeiriadau e-bost er mwyn derbyn yr wybodaeth ddiweddaraf am y digwyddiad ac o'r rhain darparodd 5 eu cyfeiriadau cartref.

- Mynegodd 14 ddiddordeb mewn bod yn rhan o grŵp cynghori ar wahân i drefnu’r digwyddiad gyda'r Tîm Awtistiaeth Cenedlaethol a’r grŵp trefnu digwyddiadau.

Cwestiwn 1: Beth yw eich sefyllfa waith ar hyn o bryd?

Disgrifiad:



Roedd y rhan fwyaf (tua 44%) yn gweithio'n llawn amser neu'n rhan-amser. Roedd yr holl ddewisiadau gwaith yn yr arolwg wedi'u dewis gan o leiaf 1 unigolyn. Mae hyn yn dangos pa mor amrywiol yw profiadau gwaith pobl awtistig.

Nid oes 8 unigolyn yn teimlo bod y dewisiadau yn cyd-fynd â'u sefyllfa waith a bu iddyn nhw nodi ymatebion eraill:

1. "Hoffaf fynd yn ôl i weithio ond dydw i ddim yn siŵr iawn os ydw i'n barod."
2. "Rydw i'n chwilio am waith rhan-amser deuddydd yr wythnos tra'r ydw i yn y coleg."

3. Rydw i’n ateb ar ran fy mab. Mae wedi actio i’r BBC ond oherwydd Covid ychydig iawn sy’n digwydd ac mae arno angen cyngor i ganfod gwaith OCHR YN OCHR â rolau actio posibl i’r dyfodol.”
4. “Gofalwr llawn amser a gwaith rhan-amser.”
5. “Dad sy'n aros gartref.”
6. “Mynd i flwyddyn 11 ym mis Medi.”
7. “Myfyriwr llawn amser gyda swyddi rhan-amser.”
8. “Yn ddi-waith ers peth amser, mae hyn yn gwneud i mi deimlo'n rhwystredig ond mae’r amgylchedd gwaith yn fy nychryn."

Mae’r ymatebion hyn yn awgrymu bod tri ymatebwr arall sydd mewn addysg lawn neu ran-amser sydd hefyd yn chwilio am waith rhan-amser; un ymatebwr sy'n chwilio am waith rhan-amser ochr yn ochr â gyrfa arall; un ymatebwr sy'n chwilio am waith rhan-amser sydd hefyd yn ofalwr; un sy'n rhiant ac yn aros gartref ac yn dymuno mynd yn ôl i weithio ond yn ansicr ynghylch a yw'n barod i wneud hynny.

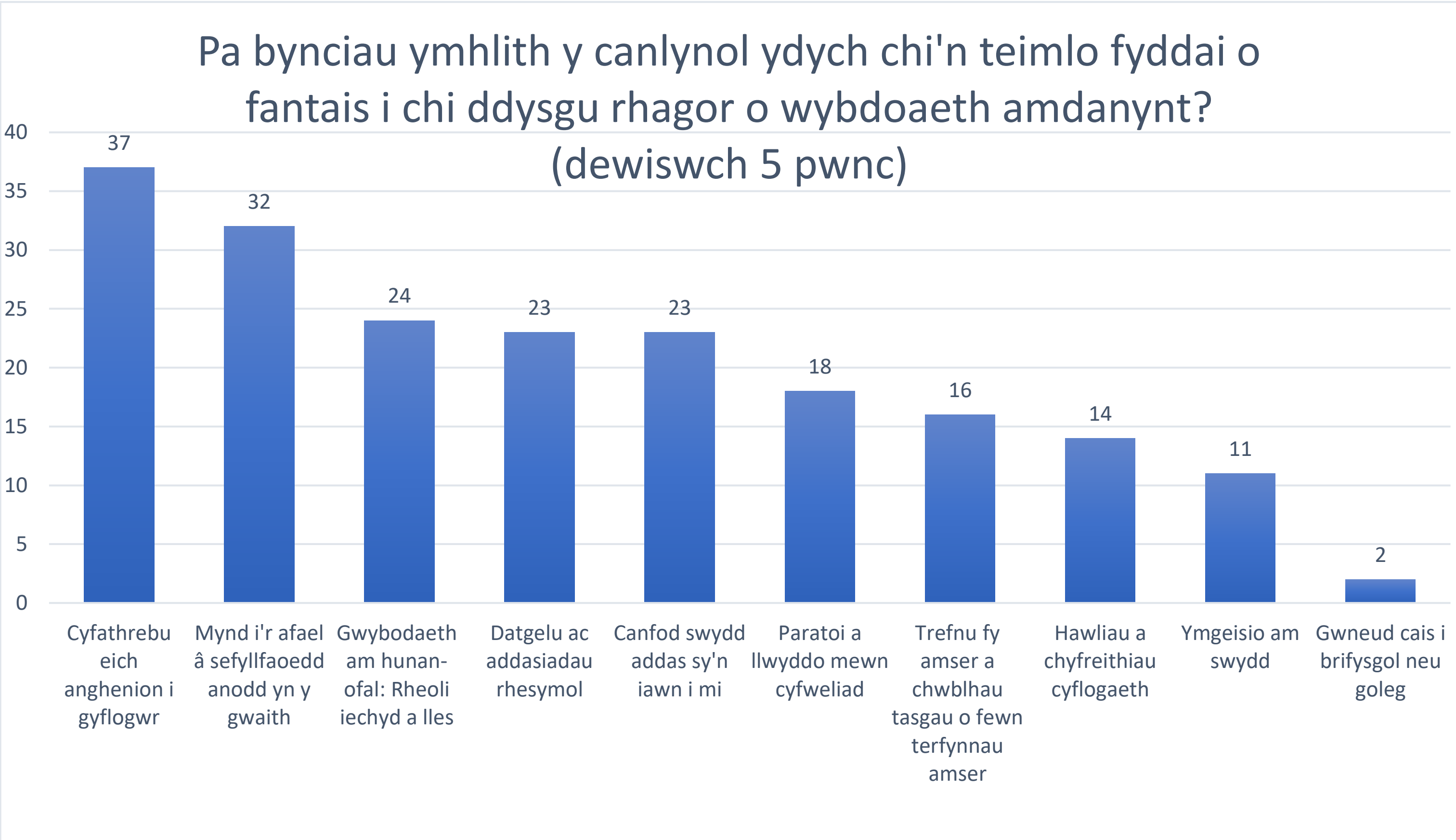
Dadansoddiad:

Mae’n rhaid i'r digwyddiad cyflogaeth ystyried anghenion amrywiol pobl awtistig o ran trefnu’r digwyddiad ac unrhyw gyfarfod trefnu o amgylch ymrwymiadau eraill fel gwaith, gofalu ac astudio ac ati.

Mae’n rhaid i ni hefyd gofio bod yr ymatebwyr ar gamau gwahanol o ran profiad gwaith, ac mae'n rhaid i’r gweithdai a ddarperir, neu’r ffordd y caent eu cynnal, adlewyrchu hynny. Mae’n rhaid i hwyluswyr y gweithdai gadw hyn mewn cof.

Cwestiwn 2: Pa bynciau ymhlith y canlynol ydych chi’n teimlo fyddai o fantais i chi ddysgu rhagor o wybodaeth amdanynt? (dewiswch 5 pwnc)

Disgrifiad:



Gofynnwyd i’r ymatebwyr ddewis 5 pwnc yr hoffan nhw dderbyn rhagor o wybodaeth yn eu cylch. Y pum pwnc mwyaf poblogaidd oedd:

1. ‘Cyfathrebu eich anghenion i gyflogwr’ (37)
2. ‘Mynd i’r afael â sefyllfaoedd anodd yn y gweithle’ (32)
3. ‘Gwybodaeth am hunan-ofal: rheoli eich iechyd a’ch lles’ (24)
4. ‘Datgelu ac addasiadau rhesymol’ (23)
5. ‘Canfod gwaith sy’n iawn i mi’ (23)

Roedd tua 80% o'r ymatebwyr (37 allan o'r 46) yn teimlo bod cyfathrebu eu hanghenion i gyflogwr yn bwnc a fyddai'n fuddiol dysgu mwy amdano. Yr ail bwnc mwyaf poblogaidd oedd mynd i'r afael â sefyllfaoedd anodd yn y gweithle ac roedd 70% o'r ymatebwyr (32) yn teimlo y byddai derbyn rhagor o wybodaeth am hyn yn fanteisiol.

Roedd materion sgiliau fel paratoi ar gyfer cyfweliad a gwneud cais am swydd yn is ar y rhestr o bynciau defnyddiol. Fodd bynnag, ac eithrio gwneud cais i fynd i brifysgol neu goleg, roedd pob dewis wedi derbyn mwy na 10 ymateb.

Roedd 6 yn teimlo nad oedd dewisiadau'r arolwg yn adlewyrchu'r pynciau a fyddai'n fuddiol iddyn nhw, ac felly wedi darparu ateb 'arall'.

1. Cymorth i ymdopi mewn amgylchedd gwaith
2. Peidio â throi cefn ar ddigwyddiadau cymdeithasol efo'r gwaith
3. Colli budd-daliadau ac yna methu â chael gwaith
4. Bwlio yn y gweithle (cydweithwyr a rheolwyr)
5. Sut i ganfod cyflogwyr sy'n parchu fy sgiliau, yn talu'n deg ac yn gadael i mi weithio gartref
6. Ymwybyddiaeth o alergeddau yn y gweithle

Mae'r ymatebion yn awgrymu bod delio â'r profiad o weithio, cynnal cyflogaeth a chyfathrebu anghenion i gyflogwr (ymwybyddiaeth o alergeddau a gofal plant) yn bwysig i ymatebwyr yr arolwg.

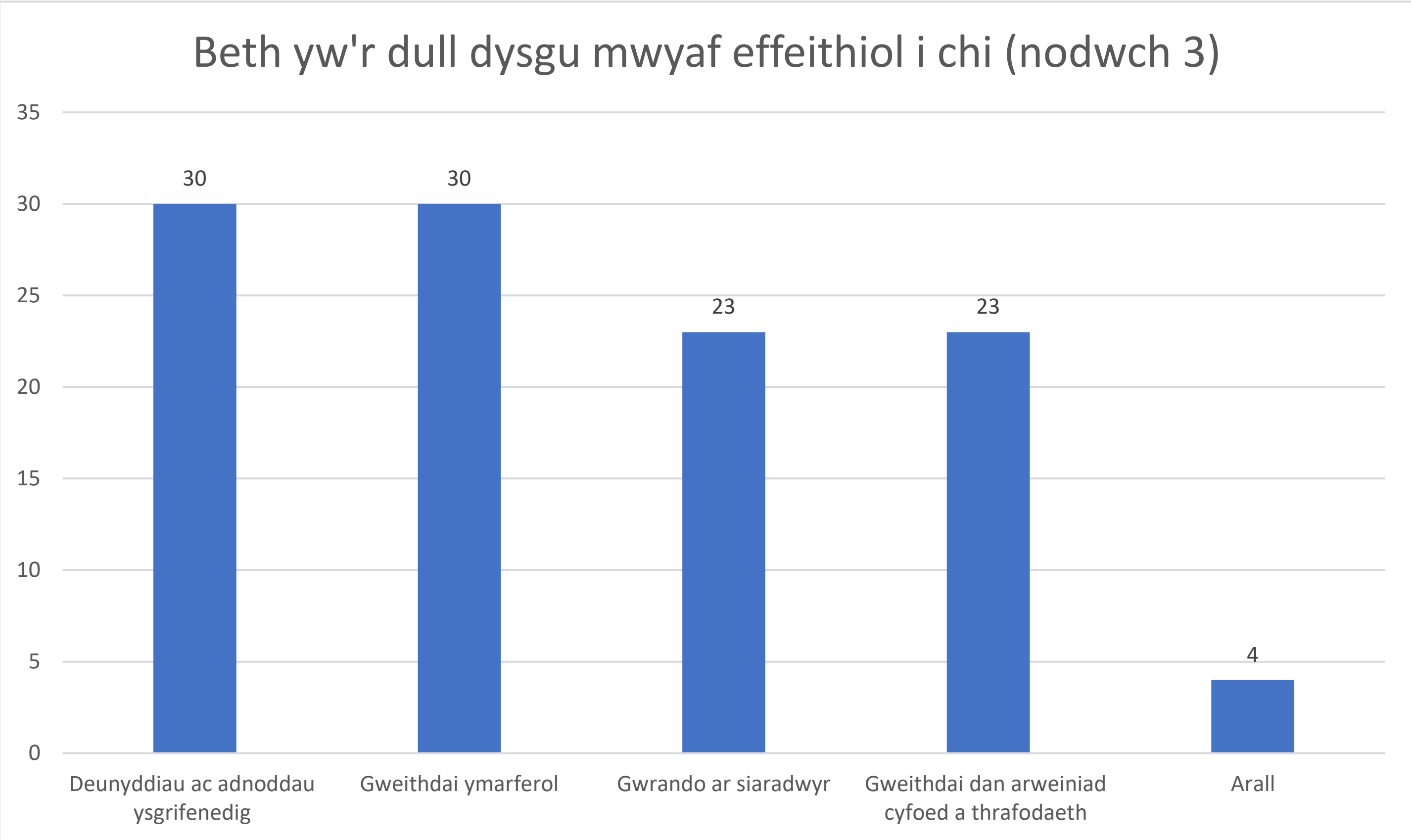
Dadansoddiad:

Bydd profiad gwaith neu sefyllfa bersonol unigolyn yn penderfynu pa gymorth sy'n fuddiol iddyn nhw, ac mae canlyniadau'r cwestiwn hwn yn adlewyrchu profiadol amrywiol yr ymatebwyr. Fodd bynnag, mae gwybodaeth a chymorth ychwanegol am y profiad o fod yn y gweithle (yn cynnwys cyfathrebu anghenion i gyflogwr, rheoli eich lles a mynd i'r afael â sefyllfaoedd anodd) yn bynciau a ystyrir yn fuddiol i'r rhan fwyaf o'r ymatebwyr. Mae canfod swydd addas sy'n iawn i'r unigolyn hefyd yn thema bwysig. Mae'n bwysig bod y digwyddiad cyflogaeth yn darparu cefnogaeth gyda'r materion hyn.

Gan fod nifer o ymatebwyr yn teimlo y byddai’r pynciau eraill yn fuddiol iddyn nhw, mae’n bwysig bod y digwyddiad cyflogaeth hefyd yn ceisio cynnwys gweithdai ar y themâu a'r sgiliau hyn a/neu ddarparu adnoddau eraill ar y themâu/sgiliau hyn er mwyn diwallu anghenion amrywiol pobl (e.e. ar ffurf pecyn adnoddau neu weithdai).

Cwestiwn 3: Beth yw'r dull dysgu mwyaf effeithiol i chi? (nodwch 3)

Disgrifiad:



Gofynnwyd i'r ymatebwyr ddewis tri dull dysgu sy'n effeithiol iddyn nhw. Yr ymatebion mwyaf poblogaidd oedd 'deunyddiau ac adnoddau ysgrifenedig' a 'gweithdai ymarferol' (65% o'r ymatebwyr wedi dewis y rhain). Y dulliau mwyaf poblogaidd wedyn oedd 'gwrando ar siaradwyr' a 'gweithdai a thrafodaethau dan arweiniad cyfoed' (50% wedi dewis y rhain).

Roedd 4 yn teimlo nad yw'r dull dysgu mwyaf effeithiol iddyn nhw wedi'i restru yn y dewisiadau a bu iddyn nhw roi ymateb 'arall':

1. "Gwylio a dysgu"
2. "Drwy ei wneud fy hun gydag arweiniad"
3. "Tiwtorialau fideo"

4. "Cyrsiau ar-lein y gallaf eu dilyn ar fy nghyflymder fy hun a heb ryngweithiad amser real"

Yn ddiddorol iawn, mae'r rhain oll yn adlewyrchu dull dysgu gweledol. Maen nhw hefyd yn codi materion o ran bod ar bobl efallai eisiau cymryd rhan mewn gweithgareddau ymarferol y tu allan i'r digwyddiad, lle mae ganddyn nhw'r amser i fynd drwy'r gweithgaredd ar eu cyflymder eu hunain.

Dadansoddiad:

Mae'r ymatebion i'r cwestiwn hwn yn dangos fod pobl yn dysgu mewn amrywiaeth o ffyrdd ac y byddai'n syniad da cynnwys gwahanol ddulliau dysgu yn y gweithdai er mwyn eu gwneud yn hygyrch i bawb.

Mae'r ymatebion hefyd yn amlygu pwysigrwydd recordio sesiynau a rhoi dewis i fynychwyr wneud gweithgareddau ymarferol gydag arweiniad y tu allan i'r sesiwn. Mae hwn yn gwestiwn arall y dylid ei ofyn i bobl awtistig drwy'r grŵp cynghori neu ddulliau cynhyrchu ar y cyd eraill.

Cwestiwn 4: A oes unrhyw addasiadau rhesymol y gallai'r tîm eu gwneud i'ch helpu chi fynychu ein digwyddiad ar-lein? Cysylltwch â ni os oes gennych chi unrhyw bryder ynghylch mynychu ar-lein (e.e. palanteipydd / arwyddwr, ACC, anfon unrhyw wybodaeth ysgrifenedig mewn fformatau penodol, er enghraifft, ffont penodol neu gefndir lliw). Nodwch isod:

Disgrifiad:

Cafwyd 11 ymateb i'r cwestiwn yma. Roedd yr ymatebion yn canolbwyntio ar y themâu craidd canlynol:

1. Cymorth i ganolbwyntio yn ystod y digwyddiad:

- "Cymorth i ganolbwyntio"
- "Sicrhau nad oes yna sŵn yn y cefndir"
- "Byddai angen cymorth arnaf i ganolbwyntio ar y digwyddiad ar-lein."
- "Mae'n well gen i ffont mawr clir, os gwelwch yn dda."

2. Gwybodaeth ysgrifenedig/sleidiau cyn y digwyddiad:

- "Derbyn adnoddau ysgrifenedig i'm helpu i ddilyn y sgyrsiau. Rydw i'n ei chael hi'n anodd clywed mewn llefydd prysur, yn enwedig os nad ydw i'n gallu gweld gwefusau'r person sy'n siarad i'm helpu i."
- Gwybodaeth ysgrifenedig/sleidiau ymlaen llaw. Yn fwy na thebyg ni fyddaf yn llwyddo i gysylltu â chi ond mae fy ngallu i fynychu ar-lein yn dibynnu'n llwyr ar sur dw i'n ymdopi ar y diwrnod."

3. Amserlen glir yn amlinellu amseroedd y digwyddiad:

- "Amserlen glir cyn y digwyddiad – yn nodi beth sy'n digwydd, pryd a pha mor hir fydd unrhyw egwyl – a chadw at yr amserlen.
- "Derbyn pecyn gwybodaeth y digwyddiad ymlaen llaw fel fy mod i'n gwybod beth i'w ddisgwyl ac amseroedd y digwyddiad ac enwau'r rheiny fydd yn ei gynnal fel fy mod i'n gwybod yn union pwy yw'r siaradwyr/trefnwyr ymlaen llaw."

4. Rheolau clir o ran cyfathrebu (yn cynnwys rhoi gwybod i fynychwyr pryd y mae'n iawn iddyn nhw siarad neu gyfathrebu heb eiriau):

- "I'r rheiny sy'n gweld y digwyddiadau hyn yn anodd, egluro bod cyfranogiad drwy wylio a gwrando yn unig yn iawn h.y. bod dim rhaid iddyn nhw siarad na throi'r fideo ymlaen. Byddai system debyg i fathodynnau gwyrdd/melyn/coch yn syniad da ar-lein."
- "Gadel i bobl gyfathrebu'n ddieiriau drwy deipio/ysgrifennu ac ati."
- "Rheolau clir o ran sut i sicrhau bod modd i mi gyfathrebu yn ôl yr angen heb gael fy moddi gan gyfranogwyr mwy swnllyd."

5. Canllawiau clir o ran sut i ddefnyddio'r platfform ar-lein:

- "Dydw i ddim yn siŵr iawn sut mae digwyddiadau ar-lein yn gweithio, ond gallaf holi fy nheulu sy'n gallu defnyddio Zoom a Teams."

Dadansoddiad:

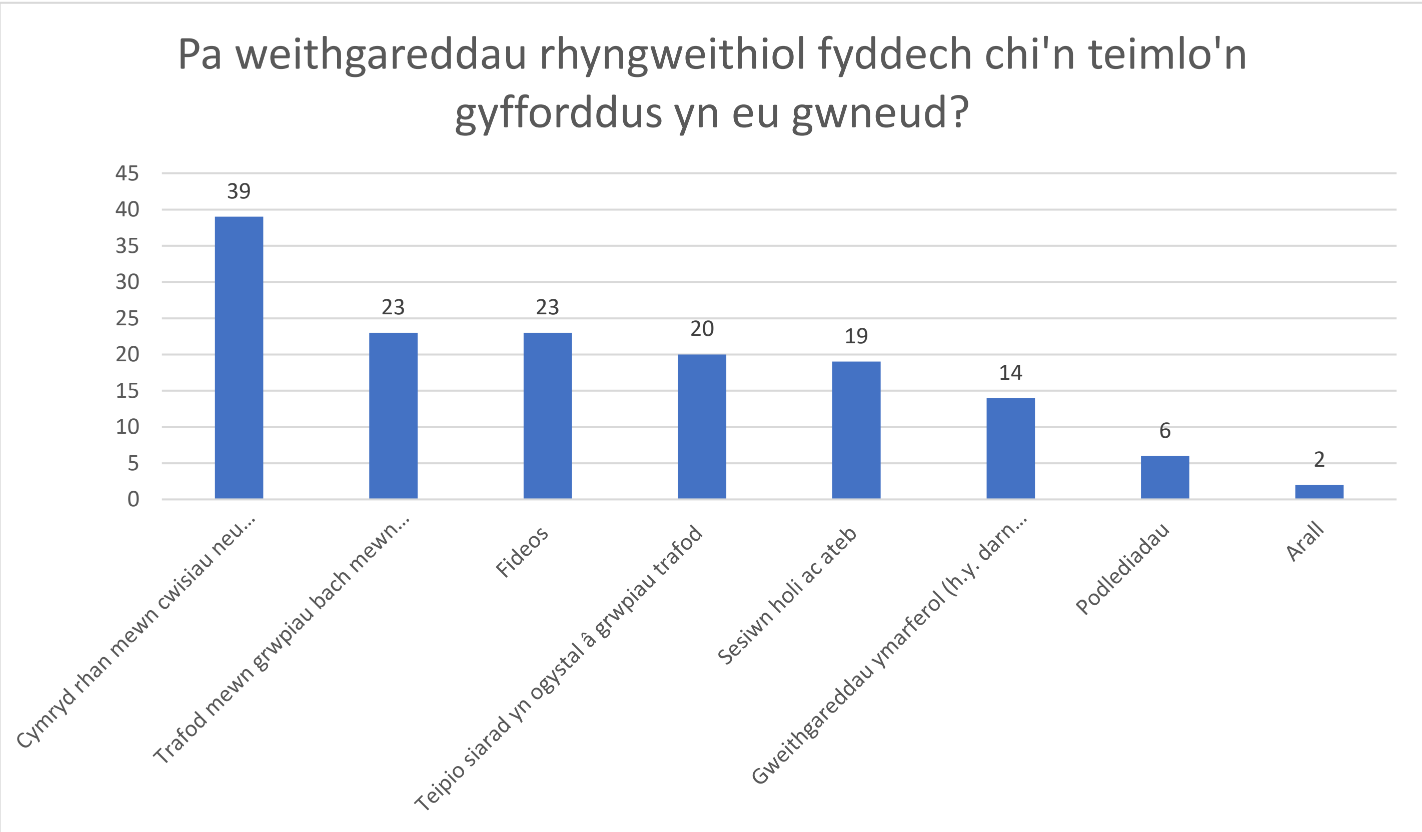
Mae'r ymatebion hyn yn amlygu pwysigrwydd addasu pethau i helpu mynychwyr ganolbwyntio ar y digwyddiad, i ddeall cynnwys y digwyddiad, i baratoi ar gyfer y digwyddiad ac i deimlo'n gyfforddus wrth gymryd rhan neu fynychu'r digwyddiad. Mae'n rhaid i hwyluswyr y

gweithdai fod yn ymwybodol o'r anghenion hyn ac addasu'r ddarpariaeth yn briodol.

Mae'n rhaid i'r tîm gyfathrebu'n glir gyda mynychwyr ynghylch amseroedd y digwyddiad, cynnwys y gweithdai a'r rheolau o ran cyfathrebu cyn y digwyddiad. Mae'r ymatebion yn dangos y byddai'n ddefnyddiol creu adnoddau ysgrifenedig yn canolbwyntio ar y materion hyn, yn ogystal â chanllawiau clir ar sut i ddefnyddio Zoom, a'u cylchredeg cyn y digwyddiad. Mae'n rhaid cylchredeg yr adnoddau hyn mewn da bryd i roi digon o amser i bobl amgyffred yr wybodaeth a gofyn cwestiynau cyn y digwyddiad.

Cwestiwn 5: Hoffwn wneud y digwyddiad hwn mor rhyngweithiol â phosib. Pa weithgareddau rhyngweithiol fyddech chi’n teimlo'n gyfforddus yn eu gwneud? (dewiswch bob un sy'n berthnasol)

Disgrifiad:



Mae'r rhan fwyaf o’r ymatebwyr yn teimlo’n fwy cyfforddus yn cymryd rhan mewn cwisiau neu bleidleisiau (tua 85%). Nid oes fawr o wahaniaeth rhwng ‘Sgyrsiau grŵp llai mewn grwpiau ar wahân’, ‘fideos’, ‘teipio siarad yn ogystal â grwpiau trafod’ a ‘sesiwn holi ac ateb’. Roedd llai o ymatebwyr yn teimlo’n fwy cyfforddus yn cymryd rhan mewn gweithgareddau ymarferol neu wrando ar bodlediadau.

Nid oedd dau ymatebwr yn teimlo bod y gweithgareddau rhyngweithiol orau iddyn nhw wedi’u nodi yn y dewisiadau ac felly bu iddyn nhw ddarparu ymatebion eraill.

Roedd yr ymateb cyntaf yn sôn am greu grŵp cyfryngau cymdeithasol neu gymunedol i fynychwyr y digwyddiad gysylltu â’i gilydd: “I’r dyfodol, byddai'n syniad da creu grŵp Facebook i gefnogi pobl awtistig drwy gyflogaeth gan fod hyn yn rhywbeth y mae pobl awtistig yn chwilio amdano.”

Mae’r ail ymateb yn codi materion o ran nad yw pawb yn teimlo’n gyfforddus gyda lefelau penodol o ‘ryngweithio’ neu fod y gair ‘rhyngweithiol’ yn golygu pethau gwahanol i bobl wahanol: “Dydw i ddim yn siŵr iawn am ‘Rhyngweithiol”?!

Dadansoddiad:

Mae’r ymatebion i’r cwestiwn hwn yn dangos fod y mwyafrif yn teimlo’n gyfforddus wrth gymryd rhan mewn cwisiau neu bleidleisiau. Er bod llawer yn teimlo'n gyfforddus wrth gymryd rhan mewn grwpiau trafod bychain, mae’n bwysig cofio nad yw pawb yn teimlo’n gyfforddus wrth siarad neu gymryd rhan mewn gweithgareddau ‘rhyngweithiol’ sy’n gofyn i bobl gyfathrebu ar lafar.

Mae’n bwysig gwneud yn siŵr bod pob gweithdy yn rhoi *dewis* i bobl gymryd rhan drwy wylio a gwrnado, i gymryd rhan yn ddieiriau neu i arsylwi yn hytrach na chyfranogi. Mae’n bwysig bod y gweithdai yn parchu ffiniau pob unigolyn ac yn caniatáu i bobl gymryd rhan cymaint neu gyn lleied â phosibl, a bod arweinwyr y gweithdai yn hwyluso trafodaethau mewn amrywiaeth o ffyrdd.