**Un Cyngor – Ein Gwerthoedd Craidd a’n Hymddygiad**

**Syniadau Ymarferol – i Unigolion**

|  |  |
| --- | --- |
| Delivers, Shapes, Leads logo | Darllenwch drwy’r disgrifiadau o ymddygiadau ar gyfer y lefel sy’n berthnasol i’ch swydd (cyflawni / llunio / arwain). |
| Thought bubble picture | Meddyliwch am a gwnewch nodyn o ba werthoedd ac ymddygiadau craidd yw eich cryfderau (yr ydych yn eu gwneud yn dda yn barod) a pha rai allech eu datblygu. |
| Logo for acting as individuals showing magnifying glass on cartoon image of people | **Ceisiwch ateb y cwestiynau hyn:**   * Rwyf yn credu mai fy nghryfderau yw… * Mae pobl yn dweud wrtha i mod i’n dda iawn yn… * Rwy’n credu fod angen imi roi peth sylw i… * Rwyf weithiau’n cael adborth am… y gallwn weithio arno. * Y peth sydd anoddaf imi yw … * Pan rwy’n gweithio gyda phobl sy’n dangos yr ymddygiadau hyn, rwy’n teimlo … * Pan rwy’n edrych ar y tîm rwy’n rhan ohono, rydyn ni’n wych am … * Pan rwy’n edrych ar y tîm rwy’n rhan ohono, gallem fod yn well am … |
| Picture of paper and pen | **Eich Cryfderau**   1. Meddyliwch am a gwnewch nodyn o enghraifft o pryd wnaethoch chi arddangos yr ymddygiad gwerth craidd hwnnw (Beth oedd y sefyllfa? Beth oeddech chi’n wneud neu beth ofynnwyd ichi wneud? Sut aethoch ati i’w wneud? Beth oedd y canlyniad, a beth ddysgoch chi o hynny?) 2. Edrychwch ar y lefel nesaf – a oes rhai ymddygiadau ar y lefel nesaf yr ydych yn eu harddangos hefyd? |
| Picture of a silhouette of a head with cogs inside the mind | **Eich Datblygiad**   1. A oes unrhyw ymddygiadau gwerth craidd na allwch feddwl am enghraifft ohonynt, neu sy’n anodd ichi? Gwnewch nodyn o’r rhain fel meysydd y gallech eu datblygu 2. Lefel nesaf - a oes unrhyw ymddygiadau gwerth craidd yr ydych yn credu eich bod yn eu gwneud yn rhannol neu y gallech weithio tuag atynt? |
| Logo for Our Behaviours showing two people high fiving each other | **Defnyddio Ein Gwerthoedd a’n Hymddygiadau Craidd**  Unwaith rydych yn glir am eich cryfderau a’r meysydd i’w datblygu, gallwch wedyn ddefnyddio Ein Gwerthoedd Craidd a’n Hymddygiadau mewn trafodaethau gyda’ch rheolwr a chydweithwyr am sut all defnyddio a datblygu’r ymddygiadau helpu:   * I chi ddatblygu yn eich rôl * Cefnogi gwaith tîm * Eich helpu i wneud gwahaniaeth i’r gwasanaeth rydych yn ei ddarparu |

**Dyma rai awgrymiadau ar ddefnyddio Gwerthoedd a’n Hymddygiadau Craidd i’ch helpu i wneud gwahaniaeth…**

Ichi’ch hun, gobeithiwn y byddwch yn:

* Cymryd amser i ddeall yr ymddygiadau a beth maen nhw’n olygu i’ch gwaith
* Meddwl am a chofnodi enghreifftiau o sut rydych yn arddangos yr ymddygiadau i gefnogi trafodaethau gyda’ch rheolwr neu gynllunio eich datblygiad
* Nodi ymddygiadau y gallech eu datblygu neu eu harddangos yn gliriach
* Arsylwi pobl sy’n arddangos yr ymddygiadau a dysgwch o hynny sut allai hynny fod yn ddefnyddiol i sut rydych chi’n gweithio
* Trefnu sgwrs am yr ymddygiadau gyda’ch rheolwr yn eich cyfarfodydd unigol a’ch arfarniad
* Trafod ymddygiadau gyda’ch hyfforddwr neu fentor, gan ganolbwyntio ar sut all ymddygiadau penodol eich helpu i ddatrys materion
* Gofyn am adborth gan eich cydweithwyr a Rheolwr. Gwrandewch ar a gweithredwch ar adborth a gewch

Gyda phobl eraill, gobeithiwn y byddwch yn:

* Cyfeirio at ymddygiadau fel rhan o gyfarfodydd tîm neu brosiect, e.e., pa rai o’r ymddygiadau fydd yn eich helpu i weithio’n well fel tîm neu wella canlyniadau prosiect
* Cydnabod ymddygiad gwych mewn pobl eraill a sôn wrthynt am pam fod hynny’n gymorth a/neu’n ddefnyddiol
* Teimlwch yn gyfforddus i herio ymddygiadau nad ydynt yn ddefnyddiol i sut rydyn ni’n gweithio, gan ganolbwyntio ar yr ymddygiad cadarnhaol rydych ei eisiau a pham mae hynny’n bwysig