

# CVs Meddygol



## Datblygu CV meddygol

Mae eich CV yn garreg sylfaen ar gyfer llawer o agweddau ar ddatblygiad eich gyrfa, er enghraifft:

- Eich DPP neu eich E-bortffolio
- Prosesau asesu megis yr ARCP blynyddol
- Sail ar gyfer ceisiadau ysgrifenedig am swyddi
- Ceisiadau am swyddi ar hap
- Adeiladu rhwydweithiau gyrfa ("*Anfona i fy CV atoch chi*")

Yn fyr, mae CV yn eich hysbysebu chi. Mae hysbyseb dda yn gwneud i rywun eisiau gwybod mwy am gynnyrch. Mewn CV, **chi** yw'r cynnyrch.

## Dechrau Arni

Mae dechrau ysgrifennu bob amser yn anodd, ond mae angen llai o feddwl i lunio rhai adrannau o'ch CV – manylion personol, dyddiad geni, addysg, canlyniadau arholiadau ac ati. Dechreuwch gyda'r rhain a byddwch wedi gwneud cynnydd ar unwaith.

Elfen allweddol o ddrafftio eich CV yw alinio'r sgiliau a'r diddordebau rydych wedi eu datblygu gyda'r opsiynau gyrfa penodol rydych chi'n gobeithio eu harchwilio. Meddyliwch yn galed am y sgiliau rydych wedi'u datblygu o'r ysgol feddygol, cyfnodau dewisol, eich hyfforddiant hyd yma, profiad gwaith arall (am dâl a di-dâl), a hyd yn oed hobiau a diddordebau perthnasol. Yna edrychwch i weld sut maent yn cyfateb i'r gofynion a amlinellir mewn hysbysebion swyddi, disgrifiadau swydd neu fanylebau person.

Canolbwyntiwch ar gyflwyno'r sgiliau a'r priodoleddau o'ch profiad yn y gorffennol sy'n dangos tystiolaeth o'ch addasrwydd ar gyfer y rôl benodol. Er enghraifft:

- Meddygaeth academaidd – profiad ymchwil, cyhoeddiadau
- Hyfforddiant arbenigol – sgiliau, doniau a phrofiadau sy'n berthnasol i'r fanyleb person ar gyfer yr arbenigedd

Os ydych yn ystyried nifer o opsiynau gyrfa, dylech deilwra a chreu CV ar gyfer pob un, gan addasu'r dystiolaeth i gyfateb ym mhob achos.

## Elfennau allweddol CV meddygol

- Manylion personol: enw, cyfeiriad, manylion cyswllt. Mae manylion ynghylch oedran, teulu, statws priodasol yn ddiangen
- Rhif GMC ac unrhyw wybodaeth arall sy'n ymwneud â chymhwysedd e.e. statws preswyliaeth, canlyniadau PLAB/IELTS
- Cynllun gyrfa: nod eich gyrfa, sut bydd y swydd hon yn ffitio i'r cynllun
- Cymwysterau proffesiynol: fel arfer mewn trefn sydd i'r gwrthwyneb i'r drefn gronolegol (y mwyaf diweddar yn gyntaf)
- Addysg: soniwch am wobrau, rhagoriaeth, astudiaethau dewisol, aseiniadau astudiaeth arbennig
- Profiad gyrfa: dylech gynnwys teitl y swydd a'r lleoliad mewn trefn sydd i'r gwrthwyneb i'r drefn gronolegol. Rhowch frawddeg neu ddwy yn drosolwg o'ch rôl a'ch cyfrifoldebau, rhowch fwy o wybodaeth am swyddi diweddar.
- Sgiliau ymarferol: Crynowch eich profiad o'r arbenigedd, a hefyd eich sgiliau technegol/clinigol allweddol
- Cyrsiau ychwanegol
- Gwaith ymchwil: ynghyd ag unrhyw gyhoeddiadau a chyflwyniadau cysylltiedig
- Addysgu: pwy a pha bynciau
- Archwilio: dylech gynnwys eich rôl yn y broses, y canlyniad a'r gwelliannau mesuradwy
- Rheoli/Arweinyddiaeth: dylech gynnwys rolau y tu allan i'r gwaith
- Gwella ansawdd: prosiectau rydych wedi ymwneud â hwy neu wedi eu harwain
- Sgiliau perthnasol eraill: sgiliau heblaw rhai clinigol, e.e. iaith a sgiliau TG arbennig
- Diddordebau: Dylech gynnwys un neu ddau o'ch diddordebau sy'n ychwanegu gwerth at eich cais
- Canolwyr: O leiaf ddau a gofawch eich bod wedi gofyn iddyn nhw'n gyntaf

Dylech osgoi rhestrau hir o swyddi, cyrsiau, cyflwyniadau ac ati. Dylech glystyru a grwpio'r eitemau a chynnwys esboniad byr neu bwyntiau bwled yn amlygu'r pwyntiau neu'r cyflawniadau allweddol

ddefnyddio ffontiau bach i gynnwys mwy o wybodaeth ar y CV.

## Iaith ac arddull

Mae sut rydych chi'n dweud rhywbeth yn gallu bod yr un mor bwysig â'r hyn rydych chi'n ei ddweud. Mae'r un peth yn wir wrth ysgrifennu CV. Rhaid i chi fod yn gadarnhaol, yn broffesiynol ac yn frwdfrydig yn eich CV.

- Dewiswch eiriau effeithiol sy'n cyfleu eich gallu i gyflawni. Y geiriau gorau i'w defnyddio yw geiriau GWEITHREDU. Dyma rai enghreifftiau:

Cyflawni	Rheoli	Cynhyrchu
Perswadio	Cyflwyno	Trefnu
Rhoi ar waith	Datblygu	Ymchwilio
Cyd-drafod	Creu	Cynnal

- Dechreuwch eich brawddegau â'r geiriau gweithredu hyn; peidiwch â gordefnyddio 'fi'.
- Cadwch y brawddegau'n fyr, a cheisiwch osgoi naratif. Bydd hyn yn gwneud i'ch CV swnio'n fachog ac yn gryno.
- Defnyddiwch iaith gadarnhaol bob amser. Soniwch am eich cryfderau - os na wnewch chi, fydd neb arall yn gwneud hynny drosoch chi.

## Awgrymiadau cyflwyno

Mae cyflwyniad a gosodiad yn bwysig hefyd:

- Peidiwch ag ysgrifennu "Curriculum Vitae" ar y brig – mae'n amlwg beth ydyw!
- Peidiwch â gadael gormod o ofod gwyn ar unrhyw dudalen.
- Cadwch yr wybodaeth wirioneddol allweddol ar y dudalen flaen – dyma'r un y bydd y detholwyr yn ei darllen, gan sganio'r tudalennau dilynol o bosib.
- Byddwch yn gyson o ran eich tabiau, eich pantio a'ch pwyntiau bwled, a defnyddiwch ffont sy'n hawdd ei ddarllen. Mae ffontiau plaen fel Arial neu Tahoma yn gweithio'n dda.
- Defnyddiwch brint bras i amlygu gwybodaeth, yn hytrach na phriflythrennau neu danlinellu. Os byddwch chi'n ceisio defnyddio mwy nag un o'r dyfeisiau hyn ar y tro i amlygu adrannau neu deitlau, bydd y cynnwys yn dechrau "gweiddi" ar y darlennydd.
- Cofiwch gadw maint y testun yn ddarllenadwy; peidiwch â syrthio i'r fagl o

Mae CV meddygol ac academiaidd yn tueddu i fod yn hwy na'r norm 2-dudalen yn y rhan fwyaf o sectorau ond nid yw hynny'n esgus i gynhyrchu cyfrolau. Ni ddylai CV meddygol gyrfa gynnwys fod yn fwy na 3-4 tudalen, a dylai hyd yn oed STET geisio sicrhau nad yw eu CV yn hwy na rhyw 8-10 tudalen.

Mae hyn yn golygu tocio rheolaidd; pryd bynnag y byddwch yn ychwanegu manylion profiad gyrfa newydd at eich CV, golygwch beth o'r deunydd hyn.

## Proffil Personol neu Nod Gyrfa

Gall hon fod yn ffordd ardderchog o dynnu sylw atoch eich hun a rhoi syniad o'ch cynllun gyrfa i'r darlennydd. Mae angen gwneud hyn yn dda, gan fod proffil personol a ysgrifennwyd yn wael yn gallu creu argraff gyntaf negyddol.

- Ni ddylai'r datganiad fod yn fwy na dwy neu dair brawddeg fer yn amlinellu eich nod gyrfa, beth rydych chi'n ei gynnig, ac am beth rydych chi'n chwilio ar hyn o bryd. Gallwch addasu hyn i gyfateb i wahanol arbenigeddau neu geisiadau am swyddi.
- Os byddwch chi'n cynnwys proffil personol, gofawch fod y sgiliau a amlygir gennych yn cael eu hategu gan weddill eich CV.

Os ydych chi'n gwneud cais i weithio tu allan i'r Deyrnas Unedig, gwiriwch fformat CV safonol y wlad honno ac addaswch eich CV yn unol â hynny. Yn yr Unol Daleithiau, er enghraifft, mae pwyslais ar ddogfen grynodol, ac mewn rhai gwledydd disgwylir ffotograff; mae eraill yn disgwyl portffolio o dystiolaeth atodol.

## CVs yn y llwybr gyrfa sefydledig

Yn ddiweddarach yn eich gyrfa bydd gennych gyfoeth o brofiad gwaith a bywyd a all fod yn werthfawr i gyflogwr yn y dyfodol. Os byddwch chi'n newid cyfeiriad gyrfa neu arbenigedd dylech ganolbwyntio ar sgiliau trosglwyddadwy a gafwyd mewn swyddi blaenorol, yn hytrach na sgiliau arbenigol a feistrolwyd.

Gall fformat *Swyddogaethol* i'ch CV, yn hytrach nag un *Cronolegol*, fod yn ddefnyddiol. Bydd angen o hyd i chi roi cyfrif am yr hyn yr oeddech chi'n ei wneud yn ystod cyfnodau dilynol o amser. Fodd bynnag, gallwch greu sawl pennawd sy'n tynnu sylw at y sgiliau a'r

rhinweddau yr ydych am eu defnyddio mewn cyfeiriad newydd, ac yna amlinellu cyflawniadau a phrofiadau allweddol ar gyfer pob un, e.e.

- Ymchwil/Academaidd
- Rheoli Prosiectau
- Addysgu/Addysg
- Gwaith aml-ddisgyblaeth
- Arweinyddiaeth a Rheoli
- Mathau o ofal am gleifion/gyswllt sy'n berthnasol i'r opsiwn sydd gennych mewn golwg (e.e. brys/cronig, cleifion hŷn neu iau ac ati)