

# Canolfannau Cyfweld ac Asesu

Mae detholiad arbenigol yn cynnwys nifer o asesiadau gyda phaneli gwahanol, gyda rhai yn cynnwys cyfweiliadau strwythuredig ac eraill ystod o dasgau neu senarios. Mae gan y rhan fwyaf o arbenigeddau dair gorsaf o leiaf. Os ydych chi'n gwneud cais am swyddi'r GIG nad oes angen canolfan asesu lawn arnynt, bydd angen i chi barhau i ddatblygu sgiliau cyfweld ardderchog, gan fod y broses yn strwythuredig ac yn drylwyr.

## Cyflwyno'ch hun yn y cyfweiliad

Dylech fod yn barod ar gyfer cwestiynau yn gofyn am enghreifftiau penodol o brofiad a chyflawniadau sy'n ymwneud â gofynion y swydd hanfodol, felly darllenwch Fanylbau Personol yn ofalus a meddylwch ar sefyllfaoedd posibl.

Mae ymchwil cyfathrebu wedi canfod y byddwch yn cyfleu gwybodaeth yn y pum munud cyntaf o gyfweiliad trwy:

**55% - iaith gorfforol / arwyddion di-eiriau**

**38% - tôn a chyflymder y llais**

**7% - y geiriau a ddywedwch**

Bydd hunan-gyflwyno'n dda ac ymddangos yn hyderus a sicr i gyd yn helpu i greu argraff gyntaf bositif. Gwnewch gyswllt llygaid gyda holl aelodau'r panel, nid dim ond y person sy'n gofyn y cwestiwn. Cadwch iaith y corff "ar agor" - osgoi ystumiau nerfus (tapio pen, clymu gwallt, troedfeddio ac ati). Mae lwfans yn cael ei wneud yn aml ar gyfer nerfau cychwynnol, felly rhowch amser i chi'ch hun setlo i lawr ac yna canolbwyntio ar adeiladu cydberthynas â'r panel. Mae sut y dywedwch yr hyn a ddywedwch gael gymaint o effaith, os nad yw'n fwy na'r geiriau eu hun a'r iaith rydych chi'n eu defnyddio.

Ymddiddorwch yn eich ateb, peidiwch â swnio fel tasech wedi gor ymarfer, a cheisiwch addasu'ch llais.

Gall ymgeiswyr fethu â gwneud argraff trwy beidio ag ateb y cwestiwn, felly gwrandewch yn ofalus. Gofynnwch am ailadrodd cwestiwn os nad ydych yn glir am yr hyn yr ydych wedi'i glywed. Mae pedair thema sylfaenol y mae panel eisiau eu cyrraedd wrth ofyn cwestiwn:

- Pam ydych chi wedi gwneud cais am y swydd / arbenigedd hwn? (Buddiant ysgogol)
- Beth allwch chi ei wneud i ni? (Pa sgiliau, gwybodaeth a gallu deallusol allwch chi ei gynnig?)
- Sut fath o berson wyt ti? (Beth yw eich agweddau, gwerthoedd a'ch lefelau cymhelliant? A fydddech chi'n mynd ymlaen ag eraill yn ein tîm?)
- Beth sy'n eich gwahaniaethu wrth yr holl ymgeiswyr eraill?

Pan ofynnir cwestiwn, ceisiwch feddwl pa un o'r themâu hyn y mae'n anelu ato. Fframiwch eich ateb yn unol â hynny.

## Cyfweiliad Portffolio/CV

Yn yr orsaf hon bydd y ffocws ar eich rhesymau dros wneud cais i arbenigedd, pa dystiolaeth sydd gennych chi mai chi yw'r math cywir o ymgeisydd. Bydd yn rhaid ichi siarad amdanoch chi - yn aml y pwnc anoddaf i bawb! Efallai y gofynnir i chi gyflwyno eich portffolio ymlaen llaw neu ei hunan-sgorio ymlaen llaw neu ei roi i'r panel yn yr ystafell. Gellir gofyn am bortffolios mewn cyfweiliadau ar gyfer swyddi nad ydynt yn rhai hyfforddi ac ymgynghorol, felly cadwch y wybodaeth wedi'i ddiweddarau ac ewch ag ef gyda chi i bob cyfweiliad.

- Sicrhau bod eich portffolio yn gyfoes a sicrhewch ei fod yn daclus ac wedi'i drefnu yn dda gydag adrannau wedi'u labelu'n glir.
- Rhowch CV byr ar y blaen – wedi'i ddylunio i'r arbenigedd yr ydych yn ymgeisio amdano.
- Dangoswch unrhyw feysydd rydych chi am i'r panel eu gweld - gwnewch yn siŵr eu bod yn sefyll allan fel y gellir dod o hyd iddynt mewn amser cyfyngedig. Peidiwch â bod ofn siarad am brofiadau mwy heriol na bylchau portffolio. Gall y rhain ddangos arfer myfyriol a dangos mewnwelediad personol.
- Gwerthwch eich hun! Dangoswch sut y gallwch ddangos diddordeb gwirioneddol yn yr arbenigedd, hyd yn oed os nad ydych wedi cael swydd neu gylchdroad ynddi.

- Siaradwch yn glir ac yn cadw at yr amser a ganiateir neu sy'n cyfyngu ar nifer y sleidiau.
- Byddwch yn ofalus wrth ddweud jôcs - ni fydd pawb yn gwerthfawrogi eich hiwmor.

### Senario Clinigol

Efallai y cyflwynir achos clinigol i chi, gan roi peth amser i feddwl amdano ac yna eich cwestiynu i asesu eich sgiliau clinigol mewn diagnosis, cynllunio triniaeth a gofal cleifion. Gall lefel yr holi fod yn gynyddol, hy mae'r cwestiynau'n mynd yn fwy anodd wrth i chi roi pob ymateb. Peidiwch â phoeni os byddwch chi'n cyrraedd pwynt lle nad oes gennych y wybodaeth i roi ateb cadarn. Gall aseswyr gynyddu eu cwestiynau i nodi'ch trothwy cymhwysedd ond ni fydd o reidrwydd yn disgwyl i chi wybod popeth sydd i'w wybod.

- Gwnewch yn siŵr eich bod yn treulio amser yn edrych ar y wybodaeth cyn i chi ddweud eich bod chi'n barod.
- Byddwch yn ymwybodol y bydd peth o'r wybodaeth yn llai perthnasol; canolbwyntiwch ar ffeithiau allweddol.
- Gwnewch argymhellion pendant a pheidiwch â bod ofn dweud nad ydych chi'n gwybod.

### Cyflwyniadau

Yn yr orsaf hon, efallai y cewch chi bwnc neu ddewis o bynciau, rhai cymhorthion gweledol (ee siart troi gwag) a phrin amser i baratoi cyflwyniad byr, y mae'n rhaid ei gyflwyno wedyn o fewn terfyn amser. Nid yn unig yw'ch sgiliau cyfathrebu sy'n cael eu hasesu, ond eich gallu i feddwl ar eich traed ac o dan bwysau - yr holl sgiliau a ddefnyddiwch wrth weithio gyda chleifion.

- Darllenwch y briff yn ofalus; mapiwch strwythur bras (e.e. trwy ddefnyddio map meddwl) cyn llunio cyflwyniad.
- Ceisiwch ddefnyddio rhywbeth mwy diddorol na geiriau ar y dudalen i gyflwyno gwybodaeth (diagramau, lluniau).
- Gwnewch yn siŵr fod gan eich cyflwyniad strwythur clir. Cyflwynwch hynny trwy esbonio beth fyddwch chi'n ei gwmpasu, cyflwyno'r sgwrs ac yna crynhoi eich prif bwyntiau.
- Byddwch yn ofalus wrth ddweud jôcs - ni fydd pawb yn gwerthfawrogi eich hiwmor.

### Chwarae rôl cleifion

Gall aelodau'r panel neu actorion proffesiynol fod yn gleifion. Gallant weithiau roi "cliwiau" i chi arwain at bwynt lle gallwch ddangos cymhwysedd neu ddealltwriaeth. Efallai y

byddant hefyd yn defnyddio ymddygiadau di-eiriau bwriadol, felly gwyliwch a gwrandewch ar eich claf yn ofalus!

- Peidiwch â gor-actio - ceisiwch ymddangos yn realistig.
- Meddyliwch am y sgiliau sydd eu hangen arnoch i ddangos e.e. empathi, cyfathrebu, newyddion drwg, cyfarwyddo.
- Dangos sgiliau gwranddo yn ogystal â siarad

### Mae ymarfer yn perffeithio!

Ymchwiliwch i'r broses ddethol gyfredol yn drylwyr. Mae canllawiau ymgeiswyr yn aml yn amlinellu beth fydd yn digwydd neu'n cynnig deunydd ymarfer. Gallwch ddarganfod gan yr ymgeiswyr diweddar beth wnaethon nhw, ond cofiwch, gall prosesau newid o flwyddyn i flwyddyn. Gofynnwch i oruchwyliwr addysgol neu gydweithiwr eich rhoi ar eich trywydd a rhoi adborth adeiladol i chi. Gofynnwch i'ch canolfan Ôl-raddedig a oes unrhyw ganolfannau dethol ffug yn cael eu trefnu'n lleol.

### Paratoad Terfynol

Nid oes dim byd yn waeth na dod i gyfweliad yn hwyr, a'ch anadl yn eich dwrn neu wedi anghofio dogfen hanfodol. Meddyliwch o flaen, cewch yr holl waith papur perthnasol ar gyfer y dydd yn barod, byddwch yn glir ynglŷn â chyfarwyddiadau i'r lleoliad, cael eich "gwisgo cyfweliad" yn barod y noson o'r blaen a chadw pen clir.

### Cyfweliadau Ymgynghorwyr

Mae'r cyfweliadau hyn yn wahanol gan fod llai o ffocws ar gymhwysedd clinigol, gan fod eich CCT yn darparu tystiolaeth o hynny. Bydd yn cynnwys panel mawr a llawer mwy o gwestiynau am eich ymwybyddiaeth ehangach o bolisiau, arweinyddiaeth a rheolaeth arbenigedd y GIG. Mae Addysg a Gwelliant Iechyd Cymru yn trefnu cyrsiau cyfweld ymarfer i helpu gyda pharatoi.