

Cynllun datblygu personol - canllaw

Mae cynllun datblygiad personol y Cyngor Optegol Cyffredinol yn cynnwys dwy elfen:

- Y cynllun datblygu personol
- Cwmpas ymarfer

Ar ddechrau'r cylch, mae'n ofynnol i chi gwblhau a lanlwytho cynllun datblygiad personol (CDP) i'ch cyfrif MyCPD ac ateb cwestiynau cwmpas ymarfer.

Pwrpas y cynllun datblygiad personol yw i chi bennu eich agenda eich hun ar gyfer DPP, a'ch helpu i gynllunio eich DPP fel ei fod yn adlewyrchu eich cwmpas ymarfer a'ch dyheadau ar gyfer dysgu a datblygiad proffesiynol yn ystyrlon. Bydd hefyd yn cael ei ddefnyddio yn yr ymarfer myfyriol gorfodol y byddwch yn ei gwblhau yn ystod chwe mis olaf y cylch DPP.

Dylech adolygu a diweddarau eich CDP a'ch cwestiynau cwmpas ymarfer yn rheolaidd drwy gydol y cylch. Gallwch lwytho fersiynau newydd i fyny ac archifo hen fersiynau yn MyCPD.

Gall y GOC edrych ar unrhyw wybodaeth y byddwch yn ei lanlwytho i MyCPD os cewch eich dewis ar gyfer adolygiad cofrestrai, ond ni fydd yn cael ei defnyddio mewn unrhyw achos addasrwydd i ymarfer.

Yma rydym yn rhoi arweiniad ar sut i gwblhau templed CDP GOC a chreu eich cynllun. Gallwch gael gafael ar dempled CDP gwag yn MyCPD y gallwch ei lawrlwytho a'i ddefnyddio. Nid oes rhaid i chi ddefnyddio'r templed y mae'r GOC yn ei ddarparu – gallech ddefnyddio templed arall a ddarparwyd gan eich cyflogwr, eich corff proffesiynol, neu eich templed eich hun os yw'n well gennych. Rhaid i unrhyw dempled a ddefnyddiwch gynnwys:

- Y deilliannau dysgu yr hoffech eu cyflawni
- Cynllun yn manylu ar sut y byddwch yn cyflawni eich deilliannau dysgu arfaethedig drwy DPP a arweinir gan y darparwr neu DPP hunangyfeiriedig
- Amserlen ar gyfer cwblhau pob deilliant dysgu yr ydych wedi'i nodi

Cwmpas ymarfer

Er mwyn eich helpu i ddeall pob agwedd ar eich ymarfer proffesiynol presennol, dylech lenwi eich atebion o'r cwestiynau cwmpas ymarfer rydych wedi'u cwblhau ar MyCPD. Bydd yr atebion hyn yn eich helpu i feddwl yn fwy eang am eich rôl a'ch dyheadau proffesiynol wrth lunio eich cynllun datblygiad personol, ac i ystyried pa ganlyniadau dysgu y mae angen i chi eu cyflawni. Mae templed CDP GOC

yn gofyn am y wybodaeth ganlynol o'ch cwestiynau cwmpas ymarfer:

Enw:	Rhif GOC:	Math o gofrestrai:
Rwy'n treulio'r rhan fwyaf o'm hamser yn y sefydliadau hyn:	Rwy'n ymgymryd â'r meysydd ymarfer uwch hyn:	
Diddordebau neu gyfleoedd proffesiynol yr hoffwn eu dilyn:	Beth fydd yn wahanol yn fy ngwaith ymhen tair blynedd:	

Cynllun datblygu personol

Mae eich cynllun datblygiad personol yn nodi eich deilliannau dysgu arfaethedig yn ystod y cylch DPP. Gallwch ystyried canlyniadau clinigol ac anghlinigol. Mae saith pennawd i dempled CDP GOC. Dangosir y rhain isod gydag esboniad byr o bob pennawd. Bydd y canllawiau canlynol yn eich helpu i greu a llenwi eich templed CDP. Gellir lawrlwytho templed gwag o MyCPD.

Deilliant dysgu	Dyddiad cwblhau	Sut mae hyn yn berthnasol i	Sut byddaf yn cyflawni hyn?	Pam mae'r deilliant dysgu hwn yn bwysig?	Sut fydda i'n gwybod pan fydd hyn	Sut mae hyn wedi effeithio ar fy
Beth yw'r deilliant dysgu i'w gyflawni?	<i>Beth yw eich dyddiad targed ar gyfer cwblhau ac adolygu?</i>	<i>Sut mae hyn yn cefnogi fy ngwybodaeth a'm sgiliau ar gyfer fy nghwmpas ymarfer presennol neu ddyheadol?</i>	<i>Pa weithgareddau DPP fyddaf yn eu cwblhau i gyflawni'r deilliant dysgu?</i>	<i>Pa elfennau penodol wnaeth eich arwain i nodi bod y deilliant dysgu hwn yn angenrheidiol?</i>	<i>Sut byddwch chi'n mesur cyflawniad?</i>	<i>Beth wyf yn ei wneud yn wahanol nawr?</i>

Creu eich cynllun datblygu personol

Mae tri cham i'w dilyn wrth greu eich CDP: [Dadansoddi](#), [Nodi a Chynllunio](#).

1. Dadansoddi

Mae'r cam hwn yn dadansoddi lle rydych chi ar hyn o bryd yn eich rôl broffesiynol a'ch gyrfa, a beth yw eich anghenion datblygu. Meddyliwch am eich cryfderau a'ch gwendidau – a oes unrhyw fylchau yn eich gwybodaeth? I'ch helpu i ddadansoddi eich meysydd i'w datblygu'n llawn, gallech ddefnyddio CDP blaenorol, creu dadansoddiad SWOT i ystyried eich cryfderau, gwendidau, bygythiadau a chyfleoedd, neu drafod eich anghenion datblygu gyda'ch cydweithwyr neu'ch rheolwr llinell. Darperir grid dadansoddi SWOT yn yr atodiad.

2. Nodi

Ar ôl i chi ddadansoddi eich anghenion datblygu, mae angen i chi nodi pa ganlyniadau dysgu rydych chi'n dymuno eu cyflawni, pam mae'r rhain yn bwysig i'ch datblygiad a sut maen nhw'n berthnasol i gwmpas eich ymarfer. Bydd rhoi amcanion **CAMPUS** ar waith yn sicrhau bod ffocws i'ch deilliannau dysgu.

Penodol – Dylai'r canlyniad dysgu fod yn benodol. Os yw'r canlyniad yn rhy eang, yn aml nid oes ffocws i'r canlyniad a gall arwain at ganlyniadau gwael.

Er enghraifft, nod dysgu gwael, amhenodol, fyddai “dysgu mwy am lensys sbectol”. Deilliant dysgu mwy penodol fyddai “dysgu am ddatblygiadau mewn technoleg a ddefnyddir yn y genhedlaeth ddiweddaraf o ddyluniad lens sbectol amrywffocal a'r manteision optegol canlyniadol i'r gwisgwr”.

Mesuradwy – Mae deilliant dysgu wedi'i ddiffinio'n glir yn eich galluogi i fesur y cynnydd rydych wedi'i wneud ac a yw'r canlyniad wedi'i gyflawni.

Cyraeddadwy – A yw'r deilliant dysgu yn ddichonadwy ac yn gyraeddadwy? A fyddai'n haws ei gyflawni pe bai'n cael ei rannu'n ddeilliannau llai?

Oes gennych chi'r adnoddau – amser, cyllideb, offer, neu gymorth?

Perthnasol – A yw'r deilliant dysgu'n berthnasol i gwmpas eich ymarfer a'ch anghenion datblygu? Pam ei fod yn bwysig i chi, i'ch rôl, neu eich cleifion?

Uchelgeisiol a Synhwyrol – Allwch chi bennu amserlen ar gyfer cwblhau'r deilliant dysgu? Mae amserlen glir yn eich helpu i flaenoriaethu eich dysgu a sylweddoli pryd mae deilliannau dysgu i'w cyflawni o hyd.

Gallwch nodi a gosod cynifer o ddeilliannau dysgu ag y dymunwch. Awgrymwn y dylech anelu at gyflawni o leiaf 4 neu 5 deilliant dysgu yn y cylch. Mae 4 rhes i dempled CDP GOC – gallwch fewnosod rhesi ychwanegol os oes angen. Ar ôl i chi nodi eich deilliannau dysgu, gallwch nawr nodi'r rhain yn eich cynllun datblygu personol a llenwi'r colofnau “Sut mae hyn yn berthnasol i'm cwmpas ymarfer?” a “Pam mae'r deilliant dysgu hwn yn bwysig?” cyfatebol.

3. Cynllunio

Y cam olaf yw ystyried sut a phryd y byddwch yn cyflawni eich deilliannau dysgu. Mae pobl yn dysgu mewn gwahanol ffyrdd, ac mae'n bwysig eich bod yn dewis dull dysgu neu ddatblygiad proffesiynol sy'n addas i'ch anghenion datblygu a'ch hoff arddull dysgu. Meddyliwch pa DPP neu ddysgu rydych chi wedi'i wneud yn y gorffennol – pa ddull o weithio oedd y gorau i chi?

Ai'r ffordd orau o gyflawni'r deilliant dysgu yw drwy DPP a arweinir gan y darparwr neu DPP hunangyfeiriedig, drwy ddysgu ymarferol neu ddysgu seiliedig ar theori? Efallai y bydd angen mwy nag un dull dysgu arnoch i gyflawni rhai deilliannau dysgu.

Ar ôl i chi gynllunio sut y cyflawnir eich deilliant dysgu, nodwch hyn yn y golofn “Sut y byddaf yn cyflawni hyn” yn eich cynllun datblygu personol ar gyfer y deilliant dysgu penodol hwnnw.

Gwerthuso effaith deilliant dysgu

Dylid cwblhau colofn olaf y CDP pan fydd y deilliant dysgu penodol wedi'i gyflawni. Mae'n gofyn i chi fyfyrion ar sut mae cwblhau'r DPP a chyflawni'r deilliant dysgu wedi effeithio ar y ffordd rydych chi'n ymarfer. Efallai y byddai'n ddefnyddiol i chi edrych ar y datganiad myfyrio rydych chi wedi'i gwblhau ar gyfer y gweithgareddau DPP sy'n gysylltiedig â'r deilliant dysgu hwn neu greu datganiad myfyrio ar gyfer hyn os nad ydych eisoes wedi gwneud hynny. Gall y cwestiynau canlynol hefyd eich helpu i werthuso:

- Beth ydych chi'n ei wneud yn wahanol o ganlyniad uniongyrchol i gyflawni'r deilliant dysgu?
- A yw'r deilliant dysgu hwn wedi cael effaith ar weithredoedd a dysgu pobl eraill?
- Sut mae'r deilliant dysgu wedi bod o fudd i'ch cleifion, prosesau neu ymarfer?

Cofiwch adolygu a diweddarau eich cynllun datblygiad personol a'r cwestiynau cwmpas ymarfer yn rheolaidd drwy gydol y cylch DPP. Dylai eich cynllun datblygiad personol wedi'i gwblhau nawr gael ei lanlwytho i'ch cyfrif MyCPD. Pan fyddwch wedi cwblhau a lanlwytho eich CDP ac wedi ateb y cwestiynau cwmpas ymarfer, byddwch yn gallu cael mynediad at bob maes yn eich cyfrif MyCPD.

Atodiad – Grid dadansoddi SWOT

Cryfderau	Gwendidau
<i>Beth ydw i'n dda am ei wneud?</i>	<i>Beth sy'n anodd i mi?</i>
Cyfleoedd	Bygythiadau
<i>Pa adnoddau a chyfleoedd sydd ar gael?</i>	<i>Pa rwystrau allwn i eu wynebu?</i>