



Mae sawl her wedi bod ynghlwm â gweithio fel Hyfforddwr Sgiliau o gartref yn ystod y cyfyngiadau symud. Un o'r rhai mwyaf yw'r ffaith fy mod i'n gweithio wrth fwrdd y gegin sy'n agos at yr oergell, beth allai fynd o'i le? Wel, mae cerdded at yr oergell yn ymestyn eich coesau ond hefyd eich stumog!

Ond ar nodyn mwy difrifol, yr hyn yr wyf i wedi'i ddysgu yw sut y gall diffyg strwythur mewn bywyd beunyddiol effeithio ar les meddyliol.

Ar y cychwyn, roedd hi'n anodd llunio unrhyw fath o drefn newydd ond mae'n rhyfedd sut yr ydym ni i gyd yn gaeth i'n harferion a'r drefn newydd yn dod yn 'arfer newydd' yn fuan iawn. Fel Hyfforddwr, rwyh gwerthfawrogi sut mae dysgu yn cadw'r ymennydd yn effro, ond nid yw dysgu ddim ond yn golygu cwblhau cwrs. Ar lefel bersonol, gall fod yn ddysgu i fod yn hyblyg drwy addasu i wahanol ffyrdd o weithio, a dod o hyd i ffyrdd newydd o ddatrys problemau.

Mae cwsmeriaid hefyd wedi addasu yn ystod y cyfnod rhyfedd hwn ac maen nhw erbyn hyn yn cwblhau cyrsiau ar-lein a thrwy Skype, rhywbeth nad ydyn nhw wedi ei ystyried neu deimlo'n ddigon hyderus i'w wneud o'r blaen. Mae cwsmeriaid wedi cwblhau cyrsiau fel Diogelwch Bwyd, Cymorth Cyntaf, Diogelu Oedolion a Hyfforddwr Personol. Nid yn unig y maen nhw wedi ennill cymwysterau, ond maen nhw hefyd wedi gwella eu sgiliau digidol.

Mae darparu'r gwasanaeth hwn wedi bod yn llesol, gan ei fod wedi caniatáu i bobl gadw'n ddiogel yn eu cartrefi a'u galluogi nhw i uwchsgilio ar yr un pryd. Bydd y gwaith paratoi hwn yn eu helpu pan fyddan nhw'n gallu chwilio am waith ar ôl i'r cyfyngiadau symud gael eu llacio. Hefyd, mae dysgu rhywbeth newydd yn wych ar gyfer hunan-barch ac mae'n atal anesmwythder a diflastod. Fel y dywedodd un cwsmer, "Rwy'n ddiolchgar am y gefnogaeth a'r cyfloed i ddysgu, rwyf wedi mwynhau'r profiad ac mae wedi fy ngwneud i i fod eisiau parhau i ddysgu" Dyddiaduron Cyfnod Clo'