



Cyflawni drwy
Brofiad Gwaith
Achieve through
Work Experience



ASTUDIAETH ACHOS

Profiad Gwaith yn Golygu Ffilmiau

Cyflogwr Lletyol: Tape Community Music and Film

Beth yw GO Wales?

Mae project 'GO Wales', sydd wedi ei leoli ym Mhrifysgol Bangor, yn helpu myfyrwyr i ddatblygu sgiliau cyflogadwyedd a chynyddu eu siawns o gael swydd addas i raddedigion ar ôl gadael y brifysgol.

Am y myfyriwr/myfyrwraig

Daeth y myfyriwr hwn at GO Wales yn ystod ei flwyddyn olaf. Roedd yn awyddus i chwilio am brofiad gwaith mewn maes nad oedd yn gysylltiedig â'r pwnc yr oedd yn ei astudio. Gofynnodd i ni a fyddai modd i ni ddod o hyd i leoliad gwaith lle gallai gael profiad o olygu ffilmiau. Nid oedd ganddo brofiad gwaith blaenorol na chysylltiadau i chwilio am brofiad gwaith o'r fath ei hun.

Beth wnaeth eich cymell i ddod o hyd i brofiad gwaith a pham fod hynny'n bwysig?

Ro'n i'n teimlo ei bod hi'n bwysig i fi ffeindio gwaith yr ydw i'n ei fwynhau, er mwyn cael syniadau am y math o yrfa yr ydw i eisiau ei dilyn. Ro'n i'n astudio cwrs yn y brifysgol nad o'n i yn ei fwynhau o gwbl, ac ro'n i eisiau profiad o wneud rhywbeth gwahanol.

Pam eich bod chi'n teimlo bod angen cefnogaeth GO Wales arnoch?

Dwi wedi bod yn dioddef efo anhwylderau gorbryder ac iselder ysbryd, ac ro'n i'n teimlo fod arna i angen cymorth i gysylltu â gweithleoedd. Roedd bod ar lwybr gyrfa nad oeddwn i yn ei fwynhau yn anodd i mi. Roedd yn anodd gweld sut y gallwn archwilio llwybrau gyrfa eraill ac ro'n i angen arweiniad ynglŷn â sut i fynd ati i wneud hynny.

Sut brofiad oedd cael eich lleoli gyda'ch cyflogwr lletyol?

Ro'n i'n hapus iawn eu bod nhw wedi dod o hyd i leoliad gwaith diddorol ac addas mor gyflym. Y peth pwysig oedd rhoi cynnig ar brofiad newydd a thrwy gael cefnogaeth GO Wales ro'n i'n teimlo fy mod i'n perthyn yno.

Ydych chi'n hapus gyda'r math o leoliad gwaith gawsoch chi?

Ro'n i'n hapus iawn gyda'r math o leoliad gwaith ges i, roedd yn llawer gwell na'r disgwyl. Rydw i wedi cael croeso cynnes iawn ac maen nhw i gyd yn ymwybodol o fy rhwystrau cymdeithasol, a dwi hyd yn oed wedi gallu cynnwys hynny yn y gwaith ffilm dwi wedi bod yn ei wneud.

Yn ystod y lleoliad, mi ges i brofiad o wneud ffilmiau, a dysgu ei fod bendant yn faes dwi eisiau edrych mwy arno. Dwi hefyd wedi cael profiad o weithio mewn amgylchedd gwaith cyffredinol, sydd wedi fy helpu i ddeall arferion gwaith, sgiliau cyfathrebu yn y gweithle a'r math o dasgau gwaith y bydd rhywun yn mynd i'r afael â nhw ar ddiwrnod arferol.

Dwi'n teimlo hefyd fod fy sgiliau cyfathrebu llafar wedi gwella, sy'n dipyn o gamp i mi. Dwi wedi gallu mynd at aelodau eraill o'r tîm a siarad efo nhw'n agored am fy syniadau i a'u syniadau nhw a gwneud llawer mwy o ryngweithio cymdeithasol.

Yn olaf, dwi'n teimlo fy mod i hefyd wedi meithrin hunanhyder wrth roi cynnig ar fath newydd o waith. Dwi'n teimlo'n fwy hyderus o ran fy ngallu i gysylltu â gweithleoedd a sefydliadau, yn ogystal â theimlo'n fwy hyderus yn gymdeithasol gyda'r tîm yn y lleoliad.



Cyflawni drwy
Brofiad Gwaith
Achieve through
Work Experience



Fedrwch chi ddisgrifio unrhyw sgiliau newydd yr ydych wedi eu dysgu nad oeddech chi'n disgwyl eu dysgu?

Do'n i ddim yn disgwyl gwella cymaint ar fy hyder cymdeithasol mewn cyfnod mor fyr. Mae llawer o'r diolch i'r bobl oedd o fy nghwmpas, sydd wedi bod yn gyfeillgar iawn ac yn hawdd troi atynt.

Dwi hefyd yn teimlo bod fy sgiliau gwneud penderfyniadau wedi gwella, drwy beidio â bod ofn ymrwymo i syniadau a phrojectau newydd. Er enghraifft, dwi wedi cael cyfrannu at brojectau ffilm nad o'n i'n rhy siŵr amdany'n nhw i ddechrau, ond mi wnes i sylweddoli'n gyflym cyfle mor ddefnyddiol a chyffrous oedd hyn i mi.

Beth sydd wedi eich helpu fwyaf yn ystod y broses hon?

Cael fy amgylchynu gan bobl gyfeillgar sy'n hawdd troi atynt. Maen nhw wedi fy helpu i feithrin hyder ac wedi creu awyrgylch hamddenol, ddi-straen drwy gydol y broses, yn nhîm GO Wales ac yn y lleoliad gwaith.

Beth oedd uchafbwyntiau'r lleoliad?

Gallu gweithio ar fy mhrojectau personol yn ystod fy lleoliad a bod y tîm yn dangos diddordeb gwirioneddol ac yn fy helpu i wireddu fy mreuddwydion tymor hir. Dw i wedi gallu creu cynnwys fideo sy'n ymwneud â chodi ymwybyddiaeth am iechyd meddwl, a dwi'n gobeithio parhau ar y llwybr yma a gwella fy ngallu creadigol.

A ydych yn teimlo bod y profiad gwaith hwn wedi eich helpu i oresgyn rhai o'r rhwystrau y gwnaethoch eu disgrifio cyn dechrau ar y project?

Yn bendant. Dwi'n teimlo'n llawer mwy positif am fy nyfodol, ac er fy mod i'n drist bod y gefnogaeth dwi wedi ei chael trwy'r project wedi dod i ben, dwi'n teimlo'n llawer mwy cyfforddus rŵan yn edrych i mewn i wahanol fathau o waith. Mae'r hyn dwi wedi llwyddo ei wneud o ran hyder cymdeithasol a chyfathrebu wedi bod o gymorth mawr i fi o ran rheoli fy ngorbryder cymdeithasol. Dw i wedi gallu gwrthio fy hun fesul tipyn i wella fy hun. Dwi bellach yn teimlo fy mod i'n perthyn, ac mae hynny'n fy helpu i deimlo'n llawer llai pryderus yn gyffredinol.

Oes unrhyw beth arall yr hoffech ei ychwanegu am eich profiad gyda GO Wales?

Dwi'n teimlo fy mod i wedi dod yn bell iawn mewn cyfnod byr o amser. Heb y Project GO Wales mi fyddwn i'n dal ar goll ac yn bendant fyddwn i byth wedi cael y cyfle gwych yma i weithio gyda'r bobl anhygoel yn 'Tape'.

Pa gyngor fydddech chi'n ei roi i fyfyrwyr sy'n ystyried gwneud cais i GO Wales?

Penderfynwch sut rydych chi am i dîm GO Wales eich helpu ac ewch amdani. Waeth beth rydych chi angen help i'w wneud. Dwi'n gwybod y byddan nhw'n gwneud eu gorau glas ac y byddan nhw bron yn sicr yn gallu darparu beth rydych chi'n chwilio amdano. Maen nhw'n bobl ryfeddol, maen nhw'n gwrando arnoch chi ac yn eich helpu i ddatblygu fel person ar yr un pryd. Mae'r project yn wych.

Dywedodd y Cynghorydd GO Wales "Dan ni'n falch iawn o weithio gyda sefydliadau mor gefnogol â Tape Community Music and Film sydd yr un mor angerddol â ni am ddatblygu sgiliau cyflogadwyedd a datblygiad personol yr unigolyn. Roedd yn wych gallu cynnig yr union fath o brofiad gwaith yr oedd y myfyriwr yn chwilio amdano. Mi wnaeth y myfyriwr gynnydd da iawn mewn cymaint o feysydd, ac mae hynny'n ganlyniad gwych. Ers cwblhau ei leoliad, mae'r myfyriwr wedi parhau i ymwneud â Tape a'u projectau ac ar hyn o bryd mae'n chwilio am waith cyflogedig".

