Animal & Plant Health Agency

National Bee Unit

Mentora er mwyn sicrhau gwell iechyd gwenyn

December 2023

“Tell me and I forget, teach me and I may remember, involve me and I learn” (Benjamin Franklin).

Mae mentora yn arf pwerus a ddefnyddir mewn llawer o amgylcheddau dysgu a datblygu. Gall wella profiad gwenynwyr, yn enwedig yn ystod eu blynyddoedd cyntaf. Gall mentor helpu drwy wneud y canlynol:

- bod yn seinfwrdd i wenynwyr newydd – gwrando ar eu profiadau a thrafod pryderon ac opsiynau triniaeth â synnwyr cyffredin
- cyfeirio gwenynwyr at enwau cyswllt i roi gwybod am glefydau hysbysadwy, gwybodaeth ddefnyddiol sydd ar gael ar-lein ac ar y cyfryngau cymdeithasol, llyfrau ar wenyna ac at gyfleoedd hyfforddiant defnyddiol.
- rhoi cyngor ar faterion hwsmonaeth a gwenynyddiaeth
- rhoi cyfleoedd i wenynwyr newydd ddysgu sgiliau hwsmonaeth newydd a magu hyder yn eu gallu i ddefnyddio'r sgiliau hyn yn eu gwenynfa eu hunain
- annog arferion da a herio arferion gwael mewn ffordd sensitif, gan esbonio'r problemau y gallai arfer o'r fath eu hachosi
- cau'r bwlch mewn sgiliau er mwyn helpu'r gwenynwyr newydd i wneud cynnydd da tuag at y lefel a gyrhaeddir ar ôl blynyddoedd o brofiad

Mae pob cymdeithas cadw gwenyn yn unigryw. Bydd gan rai nifer o wenynwyr profiadol sy'n gallu rhoi o'u hamser, bydd gan eraill fwy o ddechreuwyr nag y gall y gymdeithas eu helpu drwy fentora un i un. Nod y ddogfen hon yw cynnig amrywiaeth o opsiynau mentora a chymorth y gall grwpiau cadw gwenyn eu defnyddio i ddatblygu rhaglen fentora/rhaglen gymorth neu opsiynau y gellid eu hychwanegu at raglen sy'n bodoli eisoes. Mae'r fframwaith hwn yn cynnig opsiynau i grwpiau hyd yn oed pan fydd prinder gwenynwyr profiadol sy'n gallu rhoi o'u hamser i fod yn fentor.

Mae datblygiadau ym maes technoleg wedi ehangu'r opsiynau sydd ar gael i fentora dros y degawd diwethaf. Mae'r defnydd o gyfryngau cymdeithasol at ddibenion addysg a chymorth bellach wedi ymwreiddio yn ein diwylliant. Gall cymdeithasau fanteisio ar hynny i annog a hysbysu gwenynwyr newydd a chynnig opsiwn i roi cymorth lle mae rhaglen fentora draddodiadol y tu hwnt i gyrraedd y gymdeithas neu nad yw'n addas i wenynwyr newydd. Mae'r cyfryngau cymdeithasol wedi dod â llawer o fanteision newydd, ond un anfantais yw eu bod hefyd yn rhoi mynediad at gyngor a safbwyntiau amheus i wenynwyr newydd neu wybodaeth nad yw'n berthnasol i wenynwyr yn y DU.

Prosiect Gwyddor Gymdeithasol

Yn 2021, comisiynwyd prosiect gwyddor gymdeithasol i helpu i ddatblygu'r Cynllun Gwenyn Iach 2030 newydd. Roedd yr adroddiad yn cwmpasu profiad gwenynwyr a'u dymuniad i gael cymorth yn ystod eu blynyddoedd cynnar. Dywedodd dros draean o'r rhai a ymatebodd i arolwg y prosiect nad oeddent wedi mynd i ddiwrnod rhagflas nac wedi gweithio gyda mentor. O'r rhai a oedd wedi gwneud hynny, roedd 75% yn teimlo bod y profiad yn rhoi dealltwriaeth fwy realistig iddynt ynglŷn â'r gofynion a'r heriau sy'n gysylltiedig â chadw gwenyn.

Canfu'r prosiect hefyd fod y gwenynwyr a oedd wedi cael eu mentora yn teimlo eu bod wedi cael cyngor amhrisiadwy gan eu mentor a'u bod yn fwy tebygol o barhau i gadw gwenyn.Yn y cyfweliadau i gyd-fynd â'r prosiect, roedd pwysigrwydd mentora hefyd yn un o'r canfyddiadau allweddol. Nid oedd y rhan fwyaf o'r gwenynwyr a gyfwelwyd yn teimlo eu bod wedi cyflawni eu nodau ond y gallai rhaglen fentora neu brentisiaeth fod wedi eu helpu i gyflawni eu nodau.

Roedd rhwydwaith gwenyna hefyd yn ffynhonnell allweddol o gyngor i'r rhai a ymatebodd i'r arolwg – cysylltiadau yn y gymdeithas wenyna leol oedd y prif rwydwaith a oedd yn cael ei ddefnyddio a nododd llawer eu bod wedi cael cryn dipyn o gymorth gan eu cymdeithas leol.

Roedd mentoriaid yn cael eu hystyried yn arbennig o werthfawr o ran cynnig cymorth technegol a phersonol a chyngor technegol ar hwsmonaeth gwenyna.

Esboniad

Mae mentora llwyddiannus yn ymwneud â'r gydberthynas – ni fydd pob partneriaeth fentora yn llwyddo ac ni ddylid ystyried un methiant yn arwydd o ganlyniadau yn y dyfodol.

Mae gan grwpiau gwenyna gymarebau gwahanol o wenynwyr newydd a phrofiadol felly ni fydd un fframwaith yn gweithio i bawb. Efallai na fydd y grŵp yn gallu cynnig opsiwn “delfrydol” ond ni ddylai hynny ei atal rhag ceisio cynnig rhaglen lai uchelgeisiol.

Efallai y bydd gwahaniaethau o ran faint o amser y gall gwenynwyr newydd a darpar fentoriaid ei neilltuo felly ni fydd un ateb yn gweithio hyd yn oed o fewn yr un grŵp. Fodd bynnag, mae'n bwysig bod y ddau barti yn rhannu'r un disgwyliad o ran yr ymrwymiad amser disgwyliedig.

Mae meddalwedd a chymwysiadau sydd wedi'u dylunio'n arbennig i fentoriaid ar gael i helpu i gysylltu mentoriaid â menteion a gall y rhain helpu i gydlynu gweithgarwch, monitro lefelau ymgysylltu a gwerthuso cynlluniau.

Mae'r ddogfen hon yn canolbwyntio ar wenynwyr newydd yn bennaf ond gallai gwenynwyr mwy profiadol ddefnyddio mentora i fynd i'r afael â her benodol. Gallai rhywfaint o'r wybodaeth yma fod yn ddefnyddiol yn y sefyllfa hon hefyd.

Awgrymiadau mentora

- **dylid bod â meddwl agored** ynglŷn â'ch partner – mae ymchwil yn dangos bod y cydberthnasau mentora mwyaf cynhyrchiol yn tueddu i fod rhwng pobl â chefndiroedd a phersonoliaethau gwahanol.
- **dylid pennu nod** – gwnewch yn siŵr bod yna reswm i'r ddau ohonoch roi'ch amser tuag at hyn.
- **dylid gosod rhai rheolau sylfaenol** – amlinellwch pa mor aml y byddwch yn cyfarfod/cyfathrebu, pa fathau o bethau y byddwch yn eu trafod ac am faint y bydd y gydberthynas yn para yn eich tyb chi.
- **dylid cymryd amser eich gilydd o ddifrif** – dylid paratoi ar gyfer eich cyfarfodydd a chwblhau unrhyw dasgau y cytunwyd arnynt cyn y cyfarfod nesaf; dylid osgoi bod yn hwyr ac aildrefnu cyfarfodydd
- **dylech herio'ch gilydd** – ni fydd y naill na'r llall yn cael budd os na fydd y sesiwn yn ymestynnol i chi o ran canfyddiadau a syniadau; byddwch yn barod i gael rhai trafodaethau agored, gonest a chynhyrchiol
- **dylid gwrando** – gwrando gweithredol yw'r arf mwyaf defnyddiol i'r mentor a'r mentai fel ei gilydd o ran sicrhau bod y sesiynau yn ystyrlon ac yn effeithiol
- **dylid myfyrio ar y broses** – gwerthuswch sut mae'r gydberthynas wedi bod yn fuddiol i chi hyd yma, ac ystyriwch a oes angen cyflwyno rhai nodau newydd i'r bartneriaeth, er mwyn iddi barhau i fod yn ddefnyddiol
- **dylid gorffen yn dda** – ar ryw adeg, bydd angen i'ch partneriaeth ddod i ben; gwnewch yn siŵr bod hyn yn cael ei gynllunio ymlaen llaw a'i reoli mewn ffordd agored a chadarnhaol

Mae pwyntiau i'w hystyried wrth ddechrau trefniant mentora yn yr Atodiad a gall fod yn ddefnyddiol i chi fynd drwyddynt gyda'ch gilydd.

Enghreifftiau

Mae'r adran hon yn cynnig rhai modelau mentora – nid yw'r gweithgarwch o dan bob adran wedi'i gyfyngu i'r model hwnnw yn unig a gall grwpiau ddewis a dethol elfennau ar gyfer eu rhaglen fentora. Mae pob cymdeithas/grŵp yn unigryw, a hefyd y partneriaethau mentora unigol, felly ni fydd un model yn addas i bob grŵp.

Model traddodiadol

Un gwenynwr newydd i un gwenynwr profiadol. Byddant yn cyfarfod mewn gwenynfa (gwenynfa'r mentor, y mentai neu'r gymdeithas). Bydd y mentor yn treulio amser yn esbonio gwahanol agweddau ar y grefft. Dros amser, bydd y mentai yn cynorthwyo ac yna'n ymgymryd â rhai agweddau ar yr hwsmonaeth yn ystod ymweliad. Gallai'r model hwn gynnwys prynu nythfa o wenyn neu fagu brenhines newydd.

Manteision – mae'n hyblyg a dyma'r model hawsaf i'w addasu at anghenion y gwenynwr newydd. Mae'n debygol o arwain at y dull mwyaf ymatebol ac ymarferol gan y mentor.

Anfanteision – gall fynd â llawer o amser ac adnoddau; mae'n fwy tebygol o fethu os na chaiff disgwyliadau'r naill barti na'r llall eu bodloni (gall cytundeb anffurfiol liniaru hyn (gweler y rhestr wirio)).

Model rhithwir

Mae'r mentor yn defnyddio cyfryngau cymdeithasol/negeseuon testun/ap negeseua grŵp i gefnogi ac annog gwenynwr/gwenynwyr newydd. Gall y mentor roi cyngor ar hwsmonaeth a phroblemau iechyd drwy fideo neu ffotograffau. Gall y mentor ymateb i bryderon a chyfeirio mentai at wybodaeth arall a rhoi sicrwydd a chymorth emosiynol. Os bydd pawb dan sylw yn byw'n lleol, gallai hyn gynnwys rhywfaint o brofiad ymarferol, oherwydd gallai cyfleoedd i arsylwi neu helpu gwenynwr arall gael eu hysbysebu yn y grŵp.

Manteision – mae'n haws ei addasu yn unol â chyfyngiadau amser a gall cwestiynau/ymatebion gael eu trefnu yn unol ag ymrwymiadau eraill. Gallai un gwenynwr profiadol roi cymorth i unigolyn neu grŵp bach o wenynwyr newydd. Mewn grŵp, gallai'r gwenynwyr newydd gael budd o gymorth gan gymheiriaid yn ogystal â chymorth gan y mentor. Ni fydd pellter yn rhwystr felly gall y dull gweithredu hwn fod yn addas i gymdeithas sy'n ymestyn dros ardal ddaearyddol fawr.

Anfanteision – er y gellir cynnwys rhywfaint o gymorth ymarferol, nid yw'n cynnig y profiad ymarferol y gall mentora o amgylch cwch gwenyn ei gynnig. Bydd profiad llai penodol i wenynwyr newydd.

Model gyd-gymorth

Os bydd mwy o wenynwyr newydd na nifer y mentoriaid sydd ar gael, gallai'r gymdeithas ffurfio grŵp cyd-gymorth i garfan newydd o wenynwyr (carfannau fwy na thebyg o gwrs i wenynwyr newydd). Gall y gwenynwyr newydd hyn drafod y materion y maent yn eu hwynebu, cynnal archwiliadau gyda'i gilydd a thrafod opsiynau o ran triniaeth. Gallai gwenynwr profiadol fod ar gael i roi cymorth i'r grŵp.

Manteision – mae'n diwallu'r angen am gymorth emosiynol yn wyneb heriau. Mae pawb wedi cyrraedd yr un man ar eu taith tuag at fod yn wenynwyr. Gallai roi cymorth hirdymor (teimlwyd bod diffyg cymorth i wenynwyr canolraddol yn yr astudiaeth gwyddor gymdeithasol felly gallai hyn fynd i'r afael â'r mater hwn).

Anfanteision – heb gymorth gwenynwr profiadol, efallai na fydd y grŵp yn datrys problem ac yn digalonni neu'n mabwysiadu ymarfer anaddas.

Model pyramid

Gallai nifer bach o wenynwyr newydd gael eu cefnogi gan wenynwr canolraddol a allai, yn ei dro, droi at wenynwyr mwy profiadol am gyngor ar broblemau mwy cymhleth. Mae hyn yn cynnig llwybr datblygu i ddarpar fentoriaid newydd.

Manteision – bydd cyfle i'r gymdeithas ddatblygu mentoriaid newydd; mae'n ddelfrydol i gymdeithas lle mae nifer bach o wenynwyr profiadol sy'n gallu rhoi o'u hamser a mwy o bobl sydd ond wedi cadw gwenyn ers ychydig o flynyddoedd.

Anfanteision – byddai angen i'r gwenynwr profiadol sy'n rhoi cymorth gydbwyso gofynion y grwpiau. Gallai'r gydberthynas rhwng y gwenynwr canolraddol a'r gwenynwr profiadol fynd dan straen os nad yw'n glir pryd mae angen ymyrryd.

Model Paned a Phwyntiau

Gellid rhoi cymorth ar ffurf “sesiwn holi ac ateb”, naill ai'n wyneb yn wyneb neu drwy ddulliau rhithwir. Gall cwestiynau gael eu gofyn ymlaen llaw neu mewn amser real yn y digwyddiad (neu gymysgedd o'r ddau). Efallai y byddai sesiynau galw heibio yn gweithio'n dda hefyd. Byddai panel o wenynwyr profiadol yn ateb y cwestiynau a godir gan wenynwyr newydd ac yn eu cyfeirio at adnoddau defnyddiol, e.e. sianel YouTube yr Uned Wenyn Genedlaethol. Wrth i wenynwyr canolraddol fagu hyder dros amser, gallant ymuno â'r panel i ddatblygu sgiliau a allai eu galluogi i ddod yn fentoriaid yn y dyfodol. Gallai'r panel newid fel y gallai gwenynwyr profiadol ddewis faint o amser y gallant ei roi.

Anfanteision – byddai angen i bob gwenynwr profiadol wneud ymrwymiad amser cyfyngedig a phenodol. Mae'n cynnwys elfen o gymorth pwrpasol gan y byddai'r cwestiynau yn cael eu codi gan y gwenynwyr newydd am y problemau y maent yn eu hwynebu. Mae'n meithrin rhwydwaith o wenynwyr newydd. Gall fod yn beth hawdd i'w ychwanegu at raglenni cymorth eraill.

Anfanteision – mae'n gofyn am gymorth logistaidd (llogi ystafell) os yw'n digwydd wyneb yn wyneb neu allu technegol os yw'n rhithwir. Os na chaiff y sesiwn ei chynnal mewn gwenynfa efallai na fydd elfen o gymorth o amgylch cwch gwenyn.

Atodiad

Pwyntiau i'w hystyried wrth ddechrau cydberthynas fentora:

- Ble byddwch yn cyfarfod â'ch gilydd?
  - Gwenynfa'r mentai
  - Gwenynfa'r mentor
  - Gwenynfa'r gymdeithas
  - Drwy ddulliau rhithwir
  - Arall

- Faint o amser y gall y mentor ei gynnig? Oriau yr wythnos/mis/tymor

- Faint o amser y gall y mentai ei roi? Oriau yr wythnos/mis/tymor

- A oes unrhyw ddiwrnodau/amseroedd i'w hosgoi? A oes unrhyw gyfnod estynedig o amser, e.e. gwyliau, pryd na fydd modd cyfarfod?

- A yw'r mentor yn fodlon i'r mentai gysylltu ar fyr rybudd os bydd problem gyda'r cwch gwenyn? (a oes unrhyw ddiwrnodau/amseroedd i'w hosgoi?)

- Nodau a phynciau o ddiddordeb i'r mentai (h.y. a oes sgiliau penodol y mae'r mentai yn dymuno eu datblygu – megis magu brenhines neu adnabod clefyd)

- Hyd disgwyliedig y cyfnod mentora

- Unrhyw ddisgwyliadau/cyfyngiadau/addasiadau rhesymol eraill? (symudedd, trafnidiaeth)

- Dylid cytuno beth i'w wneud os bydd y naill barti neu'r llall yn teimlo nad yw'r gydberthynas fentora yn gweithio.

National Bee Unit
APHA, Room 11G03, York Biotech Campus,
Sand Hutton, York YO41 1LZ
Telephone: 03003030094 email: nbu@apha.gov.uk
Web site: www.nationalbeeunit.com

December 2023

© Crown copyright 2023

You may re-use this information (excluding logos) free of charge in any format or medium, under the terms of the Open Government Licence v.3. To view this licence visit www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/ or email PSI@nationalarchives.gsi.gov.uk