



Prifysgol Cymru
Y Drindod Dewi Sant
University of Wales
Trinity Saint David

ECCE4002C

Ffynnu trwy'r blynyddoedd: Datblygiad dynol a lles

ECCE4002

Thriving through the years: Human development and wellbeing

Thema 3: Y 1000 diwrnod cyntaf

Theme 3: The first 1000 days

Trawsnewid Addysg, Trawsnewid Bywydau
Transforming Education, Transforming Lives

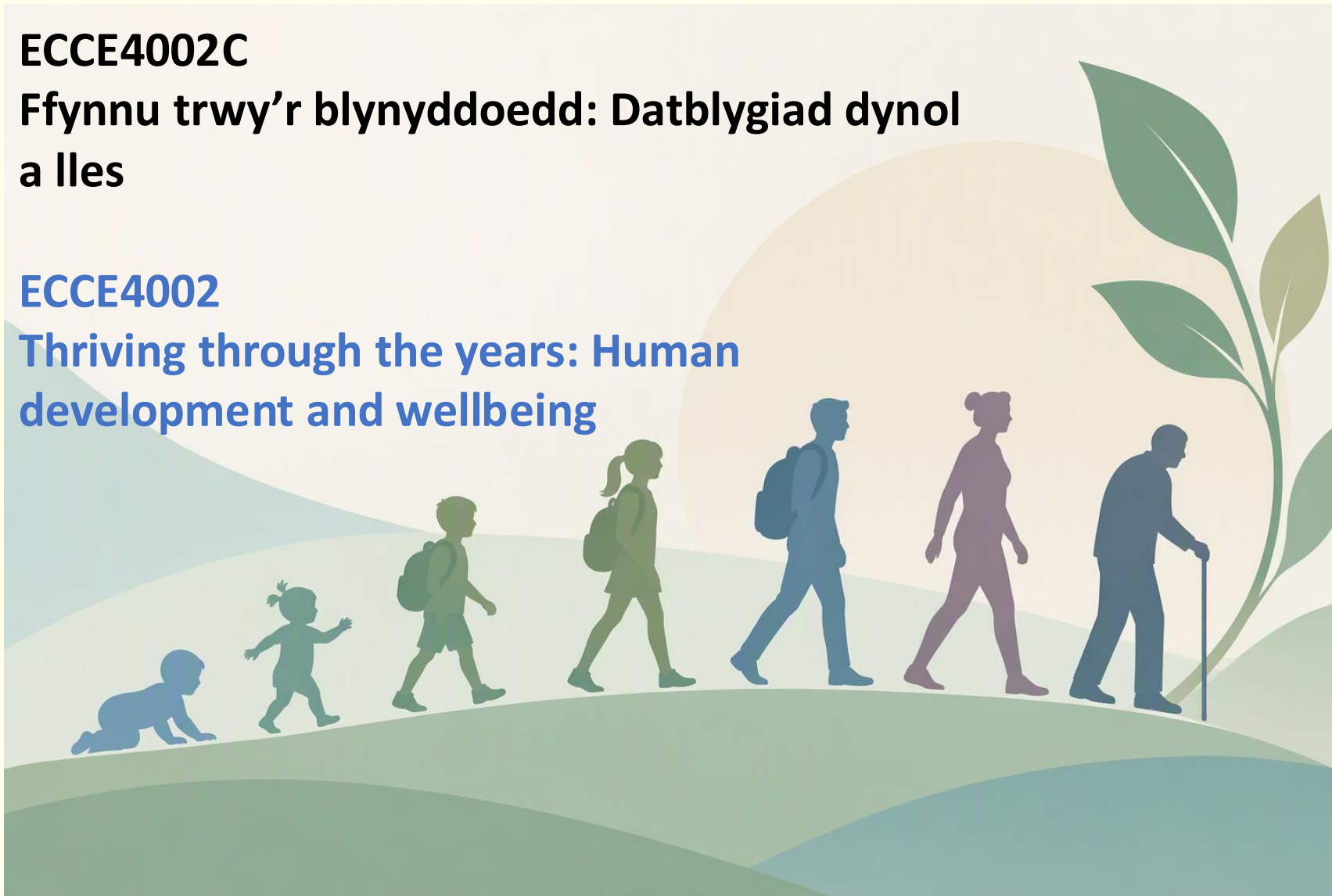
www.uwtsd.ac.uk

ECCE4002C

**Ffynnu trwy'r blynyddoedd: Datblygiad dynol
a lles**

ECCE4002

**Thriving through the years: Human
development and wellbeing**



Dealliannau dysgu

Learning outcomes

Erbyn diwedd y sesiwn heddiw, dylech allu:

- Esbonio sut y gall **dylanwadau cyn geni** effeithio ar ddatblygiad cynnar a lles.
- Disgrifio **damcaniaethau ymlyniad Bowlby ac Ainsworth**.
- Adnabod gwahanol **batrymau ymlyniad** ac ystyried sut y gallant ddylanwadu ar les.
- Esbonio **cam Ymddiriedaeth yn erbyn Diffyg Ymddiriedaeth Erikson**.
- Cymhwyso **Damcaniaeth Dysgu Cymdeithasol Bandura** i berthnasoedd cynnar.
- Esbonio'r cysylltiadau rhwng profiadau cynnar a **datblygiad yr ymennydd**.
- Trafod Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod gan gydnabod pwysigrwydd **ffactorau amddiffynnol a gwydnwch**.
- Gwerthuso mentrau blynyddoedd cynnar sydd wedi'u cynllunio i gefnogi plant a theuluoedd.

By the end of today's session, you should be able to:

- Explain how **prenatal influences** may affect early development and wellbeing.
- Describe **Bowlby and Ainsworth's attachment theories**.
- Identify different **attachment patterns** and consider how these may influence wellbeing.
- Explain **Erikson's Trust vs Mistrust stage**.
- Apply **Bandura's Social Learning Theory** to early relationships.
- Explain links between early experiences and **brain development**.
- Discuss ACEs while recognising the importance of **protective factors and resilience**.
- Evaluate early-years initiatives designed to support children and families.

Trafodwch

Discuss

- Pryd mae ein lles yn dechrau datblygu?
- When does our wellbeing begin to develop?

Beth yw'r 1000 Diwrnod cyntaf?

What is the first 1000 Days?



(UNICEF Philippines, 2016)

Cyn Geni

Before Birth

Mae datblygiad yn dechrau cyn geni.

Mae datblygiad cyn geni yn digwydd o fewn cyd-destun biolegol, seicolegol a Chymdeithasol.

Gall ffactorau sy'n dylanwadu ar ddatblygiad cyn geni gynnwys:

Biolegol

- Maeth
- Iechyd corfforol
- Salwch a chymhlethdodau beichiogrwydd
- Dod i gysylltiad ag alcohol, tybaco a sylweddau eraill

Development begins before birth.

Prenatal development takes place within a biological, psychological and social context.

Factors that can influence prenatal development include:

Biological

- Nutrition
- Physical health
- Illness and pregnancy complications
- Exposure to alcohol, tobacco and other substances

Cyn Geni

Before Birth

Seicolegol

- Straen
- Lles meddyliol
- Argaeledd cefnogaeth emosiynol

Psychological

- Stress
- Mental wellbeing
- Availability of emotional support

Cyn Geni

Before Birth

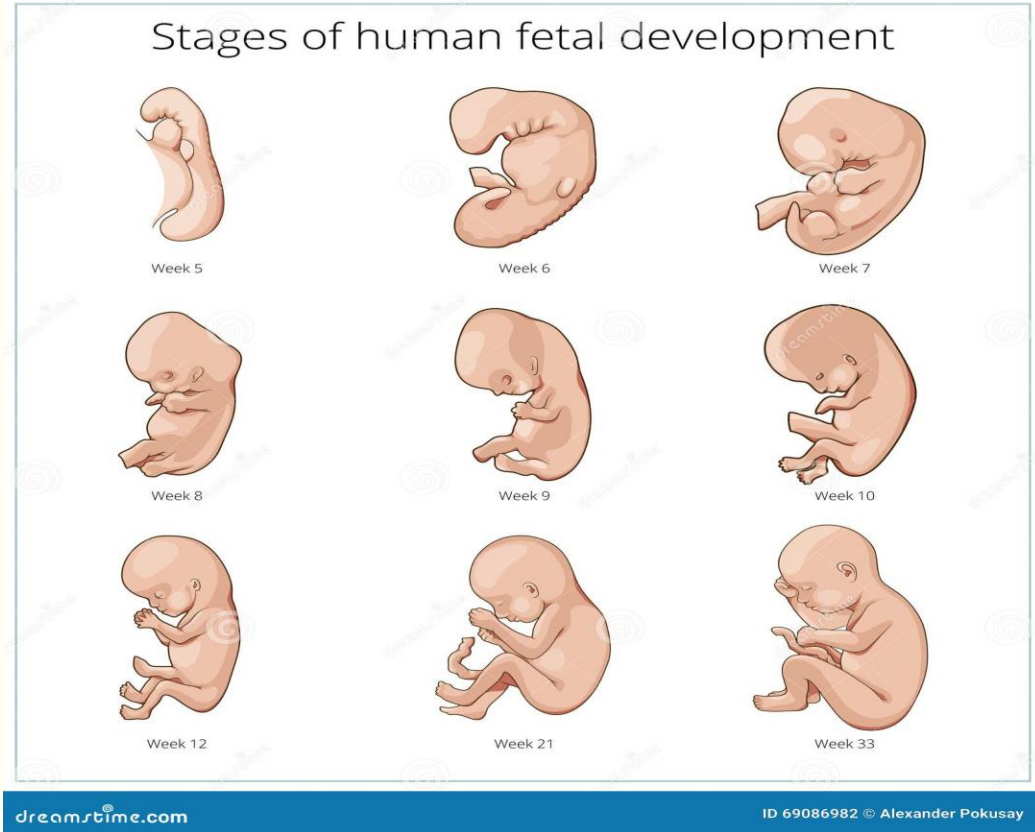
Cymdeithasol ac amgylcheddol

- Tai
- Incwm a thlodi
- Diogelwch
- Perthnasoedd
- Mynediad at ofal iechyd cyn geni
- Adnoddau cymunedol ehangach

Social and environmental

- Housing
- Income and poverty
- Safety
- Relationships
- Access to antenatal healthcare
- Wider community resources

Cyn Geni Before Birth



10 weeks/wythnos



12 weeks/wythnos



21 weeks/wythnos



Pam mae'r 1000 diwrnod cyntaf yn bwysig?

Why are the first 1000 days important?

Mae'r 1000 diwrnod cyntaf yn ymestyn o'r cyfnod cenhedlu hyd at tua dwy oed.

The first 1000 days span from conception to approximately two years of age.

Yn ystod y cyfnod hwn mae:

- Datblygiad cyflym yr ymennydd
- Ffurio perthnasoedd cynnar
- Datblygiad iaith
- Datblygiad emosiynol
- Twf corfforol

This period is associated with:

- Rapid brain development
- Early relationship formation
- Language development
- Emotional development
- Physical growth

John Bowlby: Damcaniaeth ymlyniad

John Bowlby: Attachment Theory

Mae ymlyniad yn cyfeirio at y cwlwm emosiynol sy'n datblygu rhwng baban a gofalwr.

Dadleuodd Bowlby fod babanod wedi'u cymell yn fiolegol i chwilio am agosrwydd ac amddiffyniad gan ofalwyr.

Gall gofalwr ymatebol ddod yn:

- Sylfaen ddiogel

Mae'r plentyn yn teimlo ei fod yn gallu archwilio oherwydd bod cefnogaeth ar gael.

- Lloches ddiogel

Gall y plentyn ddychwelyd at y gofalwr yn ystod trallod neu ansicrwydd.

Attachment refers to the emotional bond that develops between an infant and Caregiver.

Bowlby argued that infants are biologically motivated to seek proximity and protection from caregivers.

A responsive caregiver can become a:

- Secure base

The child feels able to explore because support is available.

- Safe haven

The child can return to the caregiver during distress or uncertainty.

Trafodwch

Discuss

- Sut gallai teimlo'n ddiogel ei gwneud hi'n haws i blentyn ifanc archwilio a dysgu?
- How might feeling safe make it easier for a young child to explore and learn?

Meddyliwch am yr aseiniad

Think about the assignment

Os oedd eich llyfr lloffion yn canolbwyntio ar fabandod neu blentyndod cynnar:

- Sut gallai ymlyniad ddylanwadu ar les?
- Pa rôl mae perthnasoedd yn ei chwarae yn y broses ddatblygu?
- Sut gallai ymarferwyr gefnogi perthnasoedd diogel?

If your scrapbook focused on infancy or early childhood:

- How might attachment influence wellbeing?
- What role do relationships play in development?
- How might practitioners support secure relationships?

Damcaniaeth Ainsworth

Ainsworths theory

Datblygodd Ainsworth y Sefyllfa Ddieithr, sef dull arsylwi oedd yn cynnwys cyfnodau byr o wahanu ac ailuno.

Roedd ymchwilwyr yn ystyried ymddygiadau fel:

- archwilio;
- ceisio agosrwydd;
- ymateb i wahanu;
- ymateb wrth ailuno â'r gofalwr.

Cyfrannodd hyn at adnabod gwahanol batrymau ymlyniad.

Ainsworth developed the Strange Situation, an observational procedure involving brief periods of separation and Reunion.

Researchers considered behaviours such as:

- exploration;
- proximity-seeking;
- response to separation;
- response when reunited with the caregiver.

This contributed to the identification of different attachment patterns

Damcaniaeth Ainsworth

Ainsworths theory

Diogel

Mae'r baban yn ceisio cysur pan fo angen ac fel arfer yn gallu dychwelyd at archwilio ar ôl cael sicrwydd.

Osgarol

Gall y baban ddangos ychydig o ymddygiad amlwg o geisio agosrwydd neu ymddangos fel pe bai'n lleihau ymddygiad ymlyniad wrth ailuno.

Gwrthwynebol / Amwys

Gall y baban geisio agosrwydd yn gryf ond parhau'n anodd ei gysuro, gan ddangos weithiau ymddygiad sy'n ceisio cysylltiad ac yn gwrthwynebu ar yr un pryd.

Anhrefnus

Gall y baban ddangos ymddygiad gwrthgyferbyniol, dryslyd neu aflonydd heb strategaeth ymlyniad gyson amlwg.

Secure

The infant seeks comfort when required and is generally able to return to exploration after receiving reassurance.

Avoidant

The infant may show limited overt proximity-seeking or appear to minimise attachment behaviour during reunion.

Resistant / Ambivalent

The infant may strongly seek proximity but remain difficult to soothe, sometimes showing both contact-seeking and resistance.

Disorganised

The infant may display contradictory, confused or disrupted behaviour without an obvious consistent attachment strategy.

Gweithgaredd

Activity

Mewn grwpiau, trafodwch:

1. Pa batrwm ymlyniad allai fod yn gyson â'r ymddygiad?
2. Pa dystiolaeth sy'n cefnogi eich ateb?
3. Pa esboniadau eraill allai fod?
4. Pam na fyddai'n briodol gwneud diagnosis o broblem ymlyniad ar sail y wybodaeth hon yn unig?
5. Pa wybodaeth ychwanegol fyddai ei hangen ar ymarferydd?

In groups discuss:

1. Which attachment pattern might the behavior be consistent with?
2. What evidence supports your answer?
3. What other explanations could there be?
4. Why would it be inappropriate to diagnose an attachment problem from this information alone?
5. What additional information would a practitioner need?

Gweithgaredd

Activity

Achos A

Wrth ailuno, mae'r baban yn ceisio cyswllt, yn tawelu'n gymharol gyflym ac yna'n dychwelyd at chwarae.

Achos B

Nid yw'r baban yn dangos llawer o ymddygiad amlwg o geisio agosrwydd wrth ailuno ac mae'n canolbwyntio ar deganau.

Case A

At reunion, the infant seeks contact, settles relatively quickly and then returns to playing.

Case B

The infant shows little overt proximity-seeking at reunion and focuses attention on toys.

Gweithgaredd

Activity

- **Achos C**

Mae'r baban yn ceisio cyswllt ond yn parhau'n anodd ei gysuro ac yn newid rhwng glynu a gwrthwynebu.

- **Achos D**

Wrth ailuno, mae'r baban yn dangos ymddygiad gwrthgyferbyniol ac nid yw'n ymddangos bod strategaeth gyson ganddo.

- **Case C**

The infant seeks contact but remains difficult to soothe and alternates between clinging and resistance.

- **Case D**

At reunion, the infant displays contradictory behaviour and does not appear to have a consistent strategy.

Rhyngweithio ymatebol yn ôl ac ymlaen

Serve and return

Mae rhyngweithio cynnar rhwng babanod a gofalwyr yn aml yn digwydd drwy gyfres o gyfnewidiadau yn ôl ac ymlaen.

- Y baban yn rhoi arwydd
- Yr oedolyn yn sylwi
- Yr oedolyn yn ymateb
- Y baban yn ymateb
- Y rhyngweithio'n parhau

Early interaction between babies and caregivers often involves a series of back-and-forth exchanges.

- Baby signals
- Adult notices
- Adult responds
- Baby responds
- Interaction continues

Rhyngweithio ymatebol yn ôl ac ymlaen

Serve and return



(Center on the Developing Child at Harvard University, 2011)

Rhyngweithio ymatebol yn ôl ac ymlaen

Serve and return

Beth allai oedolyn sy'n galluogi
ei wneud nesaf?

1. Crio
2. Pwyntio
3. Babling

What might an enabling adult do
next?

1. Crying
2. Pointing
3. Babbling

Rhyngweithio ymatebol yn ôl ac ymlaen

Serve and return

Beth allai'r baban fod yn ceisio ei gyfathrebu? Sut allech chi ymateb?

Gyda phartner, dewiswch un:

- Mae baban yn pwyntio dro ar ôl tro at wrthrych.
- Mae baban yn dechrau crio pan fydd ei ofalwr yn symud i ffwrdd.
- Mae baban yn gwneud sŵn ac yna'n edrych ar yr oedolyn.
- Mae plentyn ifanc yn dod â thegan at ymarferydd.

What might the baby be trying to communicate? How could you respond?

With a partner, choose one:

- A baby repeatedly points towards an object.
- A baby begins crying when their caregiver moves away.
- A baby makes a sound and then looks towards the adult.
- A young child brings a toy to a practitioner.

Rhyngweithio ymatebol yn ôl ac ymlaen

Serve and return

Meddwyliach am:

- Beth allai'r plentyn fod yn ei gyfathrebu?
- Sut gallai oedolyn ymateb?
- Sut gallai'r ymateb hwn gefnogi datblygiad a lles?

Discuss:

- What might the child be communicating?
- How could an adult respond?
- How might this response support development and wellbeing?

Datblygiad yr Ymennydd

Brain Development

Mae'r ymennydd yn datblygu'n gyflym yn ystod babandod a phlentyndod cynnar.

Cysylltiadau

Mae profiadau sy'n digwydd dro ar ôl tro yn helpu i gryfhau cysylltiadau niwral sy'n datblygu.

Cyd-reoleiddio

Cyn y gall plant ifanc reoleiddio eu hunain yn gyson, gall oedolion eu helpu i reoli cyffro, straen a thrallod.

Plastigrwydd

Mae'r ymennydd sy'n datblygu yn **blastig**, sy'n golygu y gall newid mewn ymateb i brofiad.

The brain develops rapidly during infancy and early childhood.

Connections

Repeated experiences help strengthen developing neural connections.

Co-regulation

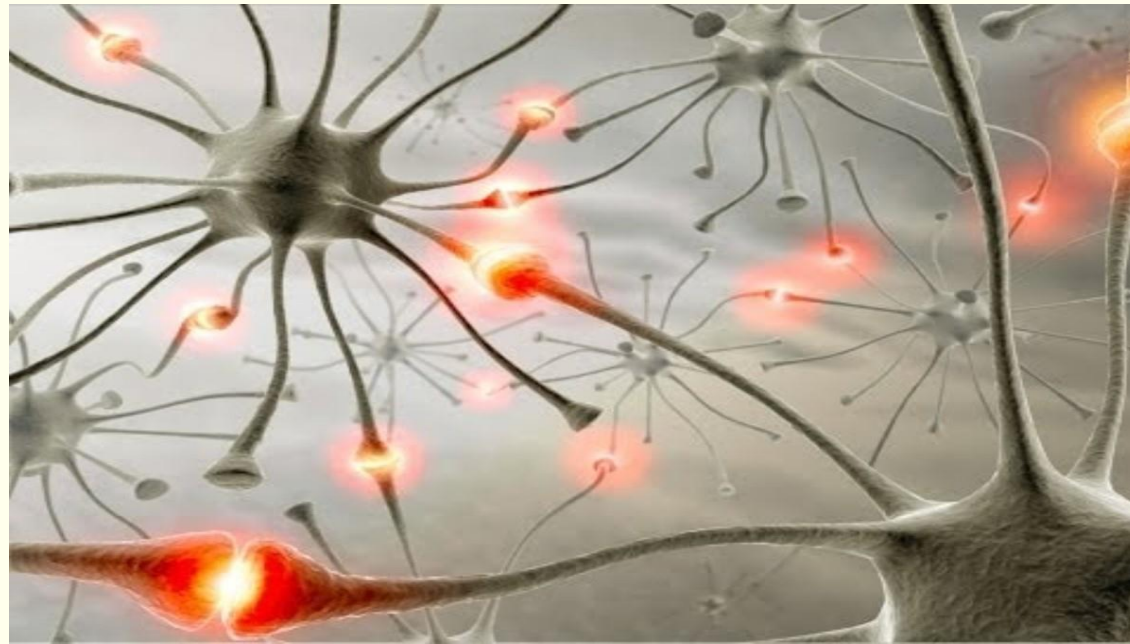
Before young children can consistently regulate themselves, adults can help them manage arousal, stress and distress.

Plasticity

The developing brain is **plastic**, meaning that it can change in response to experience.

Datblygiad yr Ymennydd

Brain Development



(Rother, 2014)

Pam mae datblygiad yr ymennydd yn bwysig?

Why is brain development important?

Gall deall datblygiad yr ymennydd helpu ymarferwyr i:

- Adnabod pwysigrwydd perthnasoedd ymatebol.
- Cefnogi rheoleiddio emosiynol.
- Creu amgylcheddau dysgu cadarnhaol.
- Deall effaith profiadau mynych.

Understanding brain development can help practitioners:

- Recognise the importance of responsive relationships.
- Support emotional regulation.
- Create positive learning environments.
- Understand the impact of repeated experiences.

Mae Babanod yn Dysgu mewn Perthnasoedd

Babies Learn in Relationships

- Mae Damcaniaeth Dysgu Cymdeithasol Bandura yn pwysleisio dysgu drwy arsylwi ar eraill.
- Hyd yn oed yn ystod plentyndod cynnar, mae dysgu'n digwydd o fewn amgylchedd cymdeithasol.
- Bandura's Social Learning Theory emphasises learning through observing others.
- Even in early childhood, learning takes place within a social environment.

Damcaniaeth dysgu cymdeithasol

Social learning theory

SYLWI

Mae'r plentyn yn arsylwi ymddygiad ac arwyddion cymdeithasol.



EFELYCHU

Gall ymddygiad gael ei gopïo neu ei roi ar brawf.



YMATEB

Mae pobl eraill yn ymateb i'r ymddygiad.



AILADRODD

Mae rhai ymddygiadau'n dod yn gyfarwydd ac yn cael eu hailadrodd.

NOTICE

The child observes behaviour and social cues.



IMITATE

Behaviour may be copied or attempted.



RESPONSE

Other people respond to the behaviour.



REPEAT

Some behaviours become familiar and are repeated.

Meddylwch yn eich parau

Think in pairs

- Beth allai plentyn ifanc ei ddysgu drwy wyllo sut mae'r oedolion o'i gwmpas yn ymateb i straen, gwrthdaro, anwyldeb a phobl eraill?
- What might a young child learn by watching how the adults around them respond to stress, conflict, affection and other people?

Damcaniaeth Erikson

Erikson's theory

Awgrymodd Erik Erikson mai un o dasgau seicogymdeithasol cynharaf babandod yw datblygu ymdeimlad sylfaenol o ymddiriedaeth.

Gall profiadau gofal cynnar helpu baban i ddechrau dysgu:

- A fydd rhywun yn ymateb pan fydd angen cymorth arnaf?
- Ydw i'n ddiogel?
- A yw'r bobl o'm cwmpas yn ddibynadwy?
- A allaf ddibynnu ar eraill i ddiwallu fy anghenion?

Gall gofal cyson, sensitif ac ymatebol gyfrannu at ddatblygu ymdeimlad o ymddiriedaeth.

Erik Erikson proposed that one of the earliest psychosocial tasks of infancy is developing a basic sense of trust.

Early caregiving experiences can help an infant begin to learn:

- Will somebody respond when I need help?
- Am I safe?
- Are the people around me reliable?
- Can I depend on others to meet my needs?

Consistent, sensitive and responsive care can contribute to the development of trust.

Gweithgaredd

Activity

Mewn grwpiau, ystyriwch yr enghreifftiau canlynol:

- Trefn arferol ragweladwy
- Oedolyn cyfarwydd a chyson
- Ymateb cynnes i drallod
- Newidiadau mynych mewn gofalwyr
- Ymatebion anghyson
- Teimlo'n ddiogel
- Oedolyn yn cydnabod anghenion y plentyn
- Amgylchedd anrhagweladwy

Pa rai allai gefnogi ymddiriedaeth?

Pa rai allai wneud datblygu ymddiriedaeth yn fwy heriol?

In groups, consider the following examples:

- Predictable routines
- A familiar and consistent adult
- A warm response to distress
- Frequent changes in caregivers
- Inconsistent responses
- Feeling safe
- An adult recognising the child's needs
- An unpredictable environment

Which might support trust?

Which might make developing trust more challenging?

Co-Regulation

Cyd-reoleiddio

- **Mae perthnasoedd cynnar yn berthnasoedd rheoleiddiol**
- Nid yw babanod yn cael eu geni â'r gallu i hunanreoleiddio emosiynau wedi'i ddatblygu'n llawn.
- Yn aml, mae rheoleiddio cynnar yn cael ei rannu rhwng y plentyn a'r gofalwr.
- **Early relationships are regulatory relationships**
- Babies are not born with fully developed emotional self-regulation.
- Early regulation is often shared between the child and caregiver.

Co-Regulation

Cyd-reoleiddio

Gall cyd-reoleiddio edrych yn wahanol yn dibynnu ar oedran, anghenion ac amgylchiadau'r plentyn.

Gallai gynnwys:

- defnyddio llais tawel;
- bod yn gorfforol agos ac ar gael;
- cynnig sicrwydd;
- cydnabod ac enwi emosiynau;

Co-regulation can look different depending on the child's age, needs and circumstances.

It might include:

- using a calm voice;
- remaining physically close and available;
- providing reassurance;
- recognising and naming emotions;

Co-Regulation

Cyd-reoleiddio

- defnyddio trefn arferol ragweladwy;
 - lleihau ysgogiad pan fydd plentyn wedi'i orlethu;
 - rhoi amser i'r plentyn;
 - ymateb mewn ffordd sensitif a chyson.
-
- **Nid gwneud popeth dros y plentyn yw cyd-reoleiddio. Mae'ngolygu cefnogi'r plentyn wrth iddo ddatblygu ei allu ei hun ireoleiddio.**
-
- using predictable routines;
 - reducing stimulation when a child is overwhelmed;
 - giving the child time;
 - responding sensitively and consistently.
-
- **Co-regulation is not doing everything for a child. It involves supporting the child as they gradually develop their own capacity for regulation.**

Natur, magwraeth neu'r ddau?

Nature, Nurture or both?

Faint o ddatblygiad cynnar sy'n cael ei ddylanwadu gan fioleg a faint sy'n cael ei ddylanwadu gan brofiadau ac amgylchedd?

Ystyriwch:

- Tymheredd
- Iaith
- Rheoleiddio emosiynau
- Ymlyniad
- Hyder
- Ymddygiad cymdeithasol
- Lles

How much of early development is influenced by biology and how much is influenced by experience and environment?

Consider:

- Temperament
- Language
- Emotional regulation
- Attachment
- Confidence
- Social behaviour
- Wellbeing

Natur neu magwraeth?

Nature or Nurture?

Esiampl Example	Natur Nature	Nurture Magwraeth
Lliw llygaid/ Eye colour		
Iaith/ Language		
Hyder/ Confidence		
Tymer/ Temperment		
Rheoleiddi emosiynau/ Emotional regulation		

Natur neu magwraeth?

Nature or Nurture?

Esiamp Example	Natur Nature	Nurture Magwraeth
Lliw llygaid/ Eye colour	✓	
Iaith/ Language		✓
Hyder/ Confidence		✓
Tymer/ Temperment	✓	✓
Rheoleiddi emosiynau/ Emotional regulation	✓	✓

Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod

Adverse Childhood Experiences (ACEs)

Mae Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod yn brofiadau o adfyd sy'n digwydd yn ystod plentyndod ac a all fod yn gysylltiedig â risg uwch o ganlyniadau gwaeth yn ddiweddarach mewn bywyd. Gall enghreifftiau gynnwys profiadau sy'n gysylltiedig â:

- cham-drin;
- esgeulustod;
- cam-drin domestig;
- rhieni'n gwahanu;
- camddefnyddio sylweddau yn y cartref;
- problemau iechyd meddwl rhiant;
- aelod o'r cartref yn cael ei garcharu.

ACEs are experiences of adversity occurring during childhood that may be associated with increased risk of poorer outcomes later in life.

Examples can include experiences connected with:

- abuse;
- neglect;
- domestic abuse;
- parental separation;
- substance misuse within the household;
- parental mental ill health;
- imprisonment of a household member.

Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod

Adverse Childhood Experiences (ACEs)

Yn hytrach na gofyn yn unig:

- "Beth sydd o'i le gyda'r plentyn?"
- gallem hefyd ofyn:
- "Beth allai'r plentyn fod wedi'i brofi?"
- "Beth sydd ei angen ar y plentyn?"
- "Pa gryfderau a ffactorau amddiffynnol sydd o'i gwmpas?"
- Mae Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod yn gallu ein helpu i ddeall **risg bosibl**, ond nid ydynt yn rhagweld dyfodol plentyn unigol.

Trafodwch:

Pam y gallai labelu plentyn yn ôl ei brofiadau niweidiol fod yn broblematig?

Rather than only asking:

- "What's wrong with this child?"
- we might also ask:
- "What might this child have experienced?"
- "What does this child need?"
- "What strengths and protective factors are around them?"
- ACEs can help us understand **potential risk**, but they do not predict an individual child's future.

Discuss:

Why might labelling a child according to their ACEs be problematic?

Ffactorau Amddiffynnol

Protective Factors

Map meddwl-

Beth all helpu i amddiffyn a hyrwyddo lles plentyn?

Dylai'r canghennau gynnwys:

- Y plentyn
- Perthnasoedd
- Cymuned
- Systemau ehangach

Mind map-

What can help protect and promote a child's wellbeing?

Branches should Include;

- The child
- Relationships
- Community
- Wider systems

Ffactorau Amddiffynnol

Protective Factors

- Pa gangen allai gael y dylanwad mwyaf ar les, neu a ydynt yn dibynnu ar ei gilydd?
- Which branch could have the greatest influence on wellbeing, or do they depend on one another?

Ffactorau Amddiffynnol

Protective Factors

Y Plentyn

- Datblygu sgiliau ymdopi
- Sgiliau cyfathrebu
- Cyfleoedd i chwarae a dysgu
- Ymdeimlad cadarnhaol o hunaniaeth

The Child

- Developing coping skills
- Communication skills
- Opportunities for play and learning
- Positive sense of identity

Ffactorau Amddiffynnol

Protective Factors

Perthnasoedd

- O leiaf un oedolyn sefydlog a chefnogol
- Gofal ymatebol
- Perthnasoedd cadarnhaol â'r teulu ehangach
- Perthnasoedd cadarnhaol â gweithwyr proffesiynol

Relationships

- At least one stable, supportive adult
- Responsive caregiving
- Positive relationships with wider family
- Positive relationships with professionals

Ffactorau Amddiffynnol

Protective Factors

Y Cymuned

- Amgylcheddau diogel
- Darpariaeth blynyddoedd cynnar
- Ysgolion ac addysg
- Rhwydweithiau cymunedol

The Community

- Safe environments
- Early-years provision
- Schools and education
- Community networks

Ffactorau Amddiffynnol

Protective Factors

Systemau ehangach

- Gofal iechyd
- Tai
- Cefnogaeth ariannol
- Gwasanaethau teulu
- Cefnogaeth iechyd meddwl

Wider systems

- Healthcare
- Housing
- Financial support
- Family services
- Mental health support

Senario Mali

Malis scenario

- Mae Mali yn 3 oed ac wedi dechrau mynychu lleoliad blynyddoedd cynnar yn ddiweddar.
- Mae hi'n cael trafferth gwahanu oddi wrth ei rhiant ac yn aml yn mynd yn drallodus amser gollwng. Mae hi'n aml yn gwyllo plant eraill yn chwarae yn hytrach nag ymuno â nhw ac yn ceisio sicrwydd gan ei gweithiwr allweddol drwy gydol y bore.
- Mae'r staff wedi sylwi ei bod yn dechrau mynd at weithgareddau'n annibynnol pan fydd ei gweithiwr allweddol gerllaw.
- Mali is 3 years old and has recently started attending an early years setting.
- She finds separation from her parent difficult and often becomes distressed at drop-off. She frequently watches other children playing rather than joining them and seeks reassurance from her key worker throughout the morning.
- Staff have noticed that she is beginning to approach activities independently when her key worker is nearby.

Senario Mali

Malis senario

Mewn grwpiau, ystyriwch Mali o safbwynt:

- **Bowlby**
Sut gallai'r syniad o sylfaen ddiogel ein helpu?
- **Erikson**
Ble gallwn weld cysylltiadau ag ymddiriedaeth?
- **Bandura**
Sut gallai dysgu cymdeithasol fod yn berthnasol?
- **Cyd-reoleiddio**
Beth allai'r ymarferydd ei wneud?
- **Ffactorau amddiffynnol**
Pa gryfderau neu gefnogaeth allwn ni eu hadnabod?

In groups, consider Mali from the perspective of:

- **Bowlby**
How might the idea of a secure base help us?
- **Erikson**
Where might we see connections to trust?
- **Bandura**
How might social learning be relevant?
- **Co-regulation**
What could the practitioner do?
- **Protective factors**
What strengths or support can we identify?

Dod â'r Damcaniaethau Ynghyd

Bring the Theories Together

Theorist	Key idea	Link to wellbeing
Bowlby	Attachment and secure base	
Ainsworth	Attachment patterns	
Erikson	Trust vs Mistrust	
Bandura	Social learning	

Dod â'r Damcaniaethau Ynghyd

Bring the Theories Together

Theorist	Key idea	Link to wellbeing
Bowlby	Attachment and secure base	Safety can support exploration and development
Ainsworth	Attachment patterns	Different strategies can be observed within caregiver-child relationships
Erikson	Trust vs Mistrust	Responsive care may contribute to basic trust
Bandura	Social learning	Children learn by observing models and responses

Dod â'r Damcaniaethau Ynghyd

Bring the Theories Together

Damcaniaethwr	Syniad allweddol	Cysylltiad â lles
Bowlby	Ymlyniad a sylfaen ddiogel	
Ainsworth	Patrymau ymlyniad	
Erikson	Ymddiriedaeth yn erbyn Diffyg Ymddiriedaeth	
Bandura	Dysgu cymdeithasol	

Dod â'r Damcaniaethau Ynghyd

Bring the Theories Together

Damcaniaethwr	Syniad allweddol	Cysylltiad â lles
Bowlby	Ymlyniad a sylfaen ddiogel	Gall diogelwch gefnogi archwilio a datblygu
Ainsworth	Patrymau ymlyniad	Gellir arsylwi gwahanol strategaethau o fewn perthnasoedd rhwng gofalwyr a phlant
Erikson	Ymddiriedaeth yn erbyn Diffyg Ymddiriedaeth	Gall gofal ymatebol gyfrannu at ymddiriedaeth sylfaenol
Bandura	Dysgu cymdeithasol	Mae plant yn dysgu drwy arsylwi ar fodelau ac ymatebion

Mentrau Iles

Wellbeing initiatives

Pryd ddylai cefnogaeth ddechrau?

- Yn ystod beichiogrwydd?
- Ar adeg geni?
- Yn ystod babandod?
- Pan fydd plentyn yn dechrau mewn lleoliad?
- Pan fydd plentyn yn dechrau'r ysgol?
- Dim ond pan fydd problem neu angen yn cael ei adnabod?

Trafodwch gyda phartner

- A oes un ateb cywir?

When should support begin?

- During pregnancy?
- At birth?
- During infancy?
- When a child enters an early years setting?
- When a child starts school?
- Only when a difficulty or need is identified?

Discuss with a partner

- Is there one correct answer?

Mentrau Iles

Wellbeing initiatives

- Mae nifer o wasanaethau a mentrau yn ceisio cefnogi datblygiad a lles plant a theuluoedd.

Gallai enghreifftiau gynnwys:

- Dechrau'n Deg
- Teuluoedd yn Gyntaf
- Gwasanaethau Ymwelwyr Iechyd
- Cefnogaeth ADY yn y Blynyddoedd Cynnar
- Gwasanaethau cefnogi teuluoedd
- Cefnogaeth rianta
- Darpariaeth addysg a gofal plentyndod cynnar

- A range of services and initiatives aim to support the development and wellbeing of children and families.

Examples might include:

- Flying Start
- Families First
- Health Visiting Services
- Early Years ALN support
- Family support services
- Parenting support
- Early childhood education and care provision

Yr aseiniad

The assignment

Ar gyfer eich llyfr llofion, ystyriwch;

- Sylfeini Llesiant
Archwiliwch y ffactorau sy'n cyfrannu at lesiant yn ystod y cyfnod bywyd a ddewiswyd gennych.
- Myfyrdod Personol
Ystyriwch sut y gall perthnasoedd, amgylcheddau, profiadau, cyfleoedd a systemau cymorth ddylanwadu'n gadarnhaol neu'n negyddol ar lesiant.
- Cysylltiadau â Datblygiad
Eglurwch sut y gall llesiant effeithio ar ddatblygiad corfforol, gwybyddol, cymdeithasol ac emosiynol unigolyn.

For your scrapbook, consider:

- Foundations for Wellbeing
Explore the factors that contribute to wellbeing during your chosen life stage.
- Personal Reflection
Consider how relationships, environments, experiences, opportunities, and support systems can positively or negatively influence wellbeing.
- Links to Development
Explain how wellbeing can impact a person's physical, cognitive, social, and emotional development.

Rhestr cyfeirnod

Reference list

- Ainsworth, M.D.S. et al. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Lawrence Erlbaum.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice Hall.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Erikson, E.H. (1963). *Childhood and Society*. Norton.
- Center on the Developing Child at Harvard University. *Serve and Return: Back-and-Forth Exchanges*.
- Early Years Wales. *Using Serve and Return Interactions to Support Children's Learning and Development*. This is especially useful because it places the concept within Welsh Early Years practice
- UNICEF Philippines (2016) *The First 1,000 Days of Life*. YouTube. Available at: <https://www.youtube.com/watch?v=mpyD19Sliaw> (Accessed: 29 September 2026).
- Center on the Developing Child at Harvard University (2011) *Serve & Return Interaction Shapes Brain Circuitry*. YouTube. Available at: https://www.youtube.com/watch?v=m_5u8-QSh6A (Accessed: 29 September 2026).
- Rother, M. (2014) *How We Learn - Synapses and Neural Pathways*. YouTube. Available at: <https://www.youtube.com/watch?v=r1sDjWfDa4w> (Accessed: 29 September 2026).
- Shonkoff, J.P. and Phillips, D.A. (2000) *From Neurons to Neighbourhoods: The Science of Early Childhood Development*. Washington, DC: National Academy Press.
- Center on the Developing Child at Harvard University (2024) *Serve and Return Interaction Shapes Brain Architecture*. Available at: <https://developingchild.harvard.edu> (Accessed: 13 October 2026).
- Public Health Wales (2023) *Adverse Childhood Experiences (ACEs)*. Available at: <https://phw.nhs.wales> (Accessed: 13 October 2026).