

Ffactorau sy'n Atal Ymarfer Myfyriol mewn Gweithwyr Proffesiynol

1. Cyfyngiadau Amser a Phwysau Llwyth Gwaith

1. Mae llwythi gwaith trwm a gofynion gweinyddol yn lleihau'r amser sydd ar gael ar gyfer myfyrio.
2. Mae lefelau uchel o straen yn cyfyngu ar gyfleoedd ar gyfer meddwl myfyriol a goruchwyliaeth.

2. Cyfleoedd Cyfyngedig neu Ddiffyg Cymorth Strwythuredig

3. Diffyg sesiynau myfyrio ffurfiol, mentora neu oruchwyliaeth.
4. Mae prosesau myfyrio sydd wedi'u strwythuro'n wael neu'n arwynebol yn lleihau effeithiolrwydd.

3. Rhwystrau Sefydliadol a Diwylliannol

5. Mae diwylliannau sy'n canolbwyntio ar berfformiad yn atal myfyrio.
6. Mae amgylcheddau hierarchaidd yn cyfyngu ar drafodaeth agored.
7. Mae diffyg cefnogaeth gan arweinyddiaeth yn lleihau ymgysylltiad.

4. Diffyg Gwybodaeth, Sgiliau neu Hyfforddiant

8. Efallai nad yw gweithwyr proffesiynol yn gwybod sut i fyfyrion effeithiol.
9. Gall dealltwriaeth aneglur o fodelau a phrosesau myfyriol fod yn rhwystr.

5. Gwrthwynebiad Agweddol a Chymhelliant Isel

10. Gall myfyrio gael ei ystyried yn ddiangen neu'n feichus.
11. Gall cymhelliant isel gyfyngu ar ymgysylltiad.

6. Ofn, Bregusrwydd a Risg Broffesiynol

12. Mae ofn cael eich barnu yn atal myfyrio gonest.
13. Pryderon ynghylch datgelu gwendidau.

7. Cyfyngiadau Gwybyddol a Seicolegol

14. Mae rhagfarn cof yn effeithio ar gywirdeb myfyrio.
15. Hunanymwybyddiaeth gyfyngedig a rhagfarn anymwybodol.
16. Anhawster wrth ddadansoddi sefyllfaoedd cymhleth yn wrthrychol.

8. Diffyg Adborth a Chydweithio

17. Mae myfyrio ar eich pen eich hun yn cyfyngu ar ddyfnder.
18. Mae diffyg adborth gan gyfoedion neu oruchwylwyr yn lleihau effeithiolrwydd.

9. Materion Strwythurol ac Asesu

19. Mae fframweithiau anhyblyg yn atal myfyrio dilys.
20. Mae myfyrio sy'n cael ei yrru gan asesu yn arwain at ymatebion arwynebol.

10. Blaenoriaethau Cystadleuol a Natur y Gwaith

- 21. Mae amgylcheddau sy'n canolbwyntio ar dasgau yn cyfyngu ar gyfleoedd i fyfyrio.
- 22. Mae gofynion uniongyrchol yn cael blaenoriaeth dros fyfyrio.

11. Cyfyngiadau Adnoddau

- 23. Diffyg deunyddiau hyfforddi, offer neu amser.
- 24. Mae cyfyngiadau amgylcheddol yn lleihau cyfleoedd.

12. Perthnasoedd Myfyriol a Systemau Cymorth Gwan

- 25. Mae goruchwyliaeth o ansawdd gwael yn cyfyngu ar fyfyrio.
- 26. Mae diffyg ymddiriedaeth yn atal trafodaeth agored.