Gofal Cymdeithasol **Cymru**
Social Care **Wales**

Canllaw AI

ar gyfer sector gofal cymdeithasol Cymru

Crëwyd gan CACI ar ran Gofal Cymdeithasol Cymru, wedi'i ariannu gan Gomisiwn AI Cymru
Fersiwn 1.0 - Mai 2025

Rhagair

Mae gan y defnydd o ddeallusrwydd artiffisial (AI) mewn gofal cymdeithasol y potensial i drawsnewid yn gyflym y ffordd yr ydym yn gweithio. Mae'n bwnc poblogaidd ac mae pobl eisiau gwybod beth y gallai ei olygu iddyn nhw: sut y gallai helpu, ond hefyd yr heriau posibl y mae'n eu hachosi.

Mae gofal cymdeithasol rhagorol yn dibynnu ar berthnasoedd gwych, megis y ffordd y mae gweithwyr cymdeithasol yn cefnogi plant a theuluoedd, a sut mae gweithwyr gofal yn rhyngweithio â'r rhai y maent yn eu cefnogi. Y rhyngweithiadau hyn sy'n troi gofal cymdeithasol o fod yn drafodiad i rywbeth a all wneud gwahaniaeth gwirioneddol i'r ystyr a'r llawenydd ym mywydau pobl. Fodd bynnag, gall dyfodiad deallusrwydd artiffisial gael ei weld yn aml fel bygythiad i'r perthnasoedd hyn, gan ei fod yn dileu'r cyswllt dynol ac yn ei ddisodli â pheiriannau neu roboteg. Gellir ei weld hefyd fel rhywbeth a fydd yn bygwth swyddi ym maes gofal cymdeithasol.

Ond beth pe bai modd defnyddio deallusrwydd artiffisial i ryddhau amser? Dychmygwch a allai rhai o'r tasgau, fel gweinyddu a chasglu nodiadau gofal, gael eu gwneud yn gyflymach ac yn fwy effeithlon. Gallai hyn olygu bod gan weithwyr gofal cymdeithasol fwy o amser i'w dreulio gyda'r bobl y maent yn darparu cymorth ar eu cyfer. Dychmygwch a allai deallusrwydd artiffisial a thechnoleg rybuddio gweithwyr am newidiadau yn lles rhywun a allai fod angen sylw?

Yr hyn sy'n gwneud deallusrwydd artiffisial yn wahanol i dechnolegau eraill yw ei fod yn gwella oherwydd ei fod yn dysgu'n barhaus. Mae hyn yn golygu y gall deallusrwydd artiffisial mewn gofal cymdeithasol wella o ran ein helpu i ddeall anghenion penodol pobl – ond nid dyna'r peth pwysicaf. Mae cysylltiad dynol wrth wraidd gofal cymdeithasol da; lle mae deallusrwydd artiffisial yn syml yn dilyn patrymau a chyfarwyddiadau yn seiliedig ar y data a roddir iddo. Efallai bod y syniad o ddefnyddio deallusrwydd artiffisial yn swnio'n gymhleth ac yn fygythiol, ond mewn gwirionedd dim ond ffordd ydi hi i gyfrifiaduron ein helpu gyda thasgau trwy ddysgu o lawer o enghreifftiau.

Dyna pam ei bod yn bwysig gwybod bod gan ddeallusrwydd artiffisial derfynau. Y cysylltiad dynol, eich profiad, a'ch barn ddylai gael blaenoriaeth bob amser a gwneud y penderfyniadau terfynol.

Dyna pam rydym wedi datblygu'r canllaw hyn. Mae cyfleoedd enfawr i ddefnyddio deallusrwydd artiffisial i'n helpu i gefnogi pobl yn fwy effeithiol, ond mae angen inni ddeall ei gyfyngiadau. Gobeithiwn y bydd y canllaw hwn yn eich helpu i ddeall sut y gall deallusrwydd artiffisial fod yn arf defnyddiol yn eich gwaith, a beth i feddwl amdano os ydych yn bwriadu ei ddefnyddio.

Fel gyda phob technoleg newydd, mae deallusrwydd artiffisial yn dal i esblygu. Byddwn yn cadw llygad ar unrhyw ddatblygiadau, risgiau posibl, a chyfleoedd i helpu i gefnogi eich gwaith trwy ddiweddaru ein cyngor yn ôl yr angen.

Lisa Trigg
Cyfarwyddwr Gwella a Datblygu

Tabl cynnwys

01 **Rhagarweiniad** 4

Beth yw Deallusrwydd Artiffisial (AI) 5
Pam fod AI yn bwysig? 6

02 **Mathau o AI** 7

Sut mae AI yn gweithio? 8
Sut fathau o AI y dylai staff fod yn ymwybodol ohonynt? 9
Cysyniadau a thermau AI allweddol 11
Acronymau cyffredin ac adnoddau pellach 13

03 **Moeseg** 15

Beth yw'r holl ffwdan am AI? 15
Egwyddorion defnyddio AI yn gyfrifol 16

04 **Defnyddio data, rhagfarn, a hyfforddi** 19

Defnyddio data ac offer AI 20
Gwirio tegwch offer AI 22
Cael cydsyniad gwybodus i ddefnyddio offer AI 23

05 **Caffael (prynu) AI: Ydych chi'n barod?** 24

Felly, rydych yn meddwl defnyddio AI 25
Cam 1: Deall eich anghenion 25
Cam 2: Oes gennych chi'r bobl a'r arbenigedd iawn? 25
Cam 3: Cael eich data'n barod am AI 26
Cam 3: Defnydd cyfrifol o AI 26

06 **Enghreifftiau a defnydd posib o AI** 27

Enghreifftiau o ddefnydd a chanllawiau i weithwyr gofal cymdeithasol rheng flaen: 28
Enghreifftiau o ddefnydd a chanllawiau i reolwyr gofal cymdeithasol 31

01 Rhagarweiniad

Newid bywydau mewn gofal cymdeithasol drwy gofleidio deallusrwydd artiffisial (AI).

Beth yw Deallusrwydd Artiffisial (AI)

Deallusrwydd Artiffisial (AI) yw pan fydd cyfrifiaduron yn gallu cyflawni tasgau mewn ffyrdd sy'n ymddangos yn glyfar, ond wedi ei selio ar nifer fawr o ddata. Mae hyn yn cynnwys pethau fel deall iaith, adnabod patrymau, gwneud penderfyniadau neu hyd yn oed ddysgu o brofiad.

Nid un peth yw AI a 'does dim angen ei ofni – yn wir, mae'n debyg eich bod eisoes yn defnyddio AI drwy'r amser heb sylweddoli! Dyma rai enghreifftiau o AI sydd efallai'n gyfarwydd i chi:

- cynorthwywyr llais fel Alexa neu Siri
- argymhellion ar-lein a welwch wrth siopa
- awto-gywiro ar eich ffôn
- crynodebau a welwch wrth ddefnyddio Google i ddod o hyd i bethau
- defnyddio llais-i-destun ar eich ffôn clyfar.

Ym maes gofal cymdeithasol, gall Deallusrwydd Artiffisial eich helpu gyda gwaith gweinyddol, canfod patrymau mewn anghenion iechyd neu ofal, a'ch cefnogi wrth wneud penderfyniadau.

Meddyliwch am AI fel helpwr clyfar – drwy ddangos llwyth o enghreifftiau iddo, gallwch ei ddysgu i wneud y dasg ar ben ei hun. Er enghraifft, gallai helpu i adnabod pan fydd cyflwr rhywun yn newid neu pan fydd angen mwy o gymorth, drwy edrych ar batrymau yn eu cofnod gofal.

Mewn sefyllfaoedd gofal cymdeithasol, defnyddiwyd AI i:

- helpu i lenwi gwaith papur dydd i ddydd fel y gallwch dreulio mwy o amser gyda phobl
- sylwi ar newidiadau i les rhywun a allai fod angen sylw
- wneud awgrymiadau am gynlluniau gofal ar sail beth a weithiodd o'r blaen
- helpu i feddwl am syniadau am sut i greu amserlen neu gynllun gweithgareddau.

Er y gall AI wneud camgymeriadau ac nid yw'n hollwybodus, mae'r un peth yn wir am bobl sy'n gweithio mewn gofal cymdeithasol. Gallwch feddwl am offer AI fel rhwyd ddiogelwch ar gyfer eich gwaith – fydd o ddim yn disodli eich arbenigedd proffesiynol ond gall eich helpu i sylwi ar batrymau a phethau y byddech fel arall yn eu colli. Er enghraifft, gall defnyddio AI i drawsgrifio cyfweliadau gofio pethau na allech fel arall eu cofnodi drwy wneud nodiadau eich hun.

Mae AI yn gweithio drwy ddefnyddio rhywbeth o'r enw "algorithmau", hynny yw rheolau sy'n dweud wrth gyfrifiaduron sut i ddatrys problemau. Mae systemau AI modern yn defnyddio llwyth o ddata o gofnodion gofal ac ymchwil i ddysgu'r rheolau hyn eu hunain.

Yr hyn sy'n gwneud AI yn wahanol i dechnolegau eraill yw y gall wella wrth ddysgu. Gall AI mewn gofal cymdeithasol felly ddod i ddeall anghenion penodol pobl yn well.

Ond nid yw AI yn berffaith. Nid yw'n meddwl nac yn teimlo fel person - mae'n dilyn patrymau a cyfarwyddiadau yn seiliedig ar y data a roddir.

> ***"Meddyliwch am offer AI fel rhwyd ddiogelwch yn eich gwaith – ni all eich disodli ond mae'n gallu sylwi ar bethau a allai fel arall ddisgyn drwy'r craciau"***
> *- Grŵp peilot AI*

Gall AI wneud bywyd yn haws i'r bobl rydych yn ei gefnogi.

Pam fod AI yn bwysig?

Mae AI yn dod yn bwysig mewn gofal cymdeithasol oherwydd gall eich helpu yn eich gwaith. Gall AI wneud bywyd yn haws i'r bobl rydych yn ei gefnogi.

Rhaid i ni gofio – mae gwaith papur a thasgau gweinyddol yn cymryd amser gan adael llai o amser i roi gofal i bobl. Gall AI ddelio â rhai o'r tasgau hyn yn awtomatig, fel ysgrifennu adroddiadau, trefnu apwyntiadau, neu lenwi ffurflenni. Mae hyn yn rhyddhau mwy o amser i chi ganolbwyntio ar y bobl rydych yn ei gefnogi.

Gall AI hefyd adnabod patrymau y gallai pobl eu colli. Er enghraifft, gall helpu i adnabod pan fydd anghenion rhywun yn newid neu pan allai fod angen mwy o help arnynt cyn i bethau waethygu. Gallwch felly roi'r cymorth iawn ar yr amser iawn.

Mae rhai sefydliadau gofal yn ystyried sut y gallai AI baru'r gweithiwr gofal iawn i'r person sydd angen gofal a chymorth, ar sail personoliaethau ac anghenion. Gall hyn wella perthnasoedd a gwneud y profiad yn well i bawb.

Fodd bynnag, dylai AI byth ddisodli'r cysylltiad dynol sydd wrth galon y gofal. Mae angen empathi, dealltwriaeth a chyswllt real gyda phobl.

Cofiwch:

Mae defnyddio AI yn dod â chyfrifoldeb. Rhaid ei ddefnyddio'n deg, a rhaid diogelu gwybodaeth breifat pobl bob amser. Gall AI helpu, ond mae'n bwysig gwirio ei awgrymiadau cyn gweithredu arnynt.

Adnoddau a darllen pellach:

- Senedd y Deyrnas Unedig: Artificial Intelligence, An Explainer
- DSIT: AI Opportunities Action Plan
- BBC: What is AI and how does it work?

02 Mathau o AI

Gall deall sut mae AI yn gweithio, a'r mathau a'r termau y byddwch yn dod ar eu traws, eich helpu i'w ddefnyddio'n hyderus.

Sut y mae AI yn gweithio?

Mae Deallusrwydd Artiffisial, neu AI, yn gweithio'n debyg i sut y mae pobl yn dysgu – ond i gyfrifiaduron. Dyma ffordd syml o feddwl amdano:

Dysgu o enghreifftiau:

Mae AI yn dysgu drwy edrych ar lwyth o enghreifftiau. Er mwyn i AI adnabod cathod, rhaid dangos lluniau o filoedd o gathod iddo. Dros amser mae'n dod i ddeall beth sy'n gwneud i gath edrych fel cath.

Adnabod patrymau:

Mae AI yn wych am weld patrymau mewn gwybodaeth, hyd yn oed rhai y gallai bodau dynol eu colli. Mewn gofal cymdeithasol, gallai sylwi fod rhai mathau o ymddygiad yn aml yn digwydd cyn i rywun fod angen mwy o gymorth.

Rhagfynegi pethau:

Unwaith y mae AI yn dysgu patrymau, gall wneud awgrymiadau gwybodus am beth allai ddigwydd nesaf. Er enghraifft, gallai ragfynegi pryd y gall iechyd rhywun ddirywio ar sail newidiadau yn nhrefn eu diwrnod.

Gwella dros amser:

Mwya'n byd o wybodaeth sydd gan AI, gorau'n byd fydd o'n gweithio. Dyna pam fod offer AI yn aml yn dod yn fwy cywir wrth eu defnyddio.

Dilyn rheolau:

Nid yw AI yn meddwl drosto'i hun fel person – mae'n dilyn cyfresi o gyfarwyddiadau o'r enw "algorithmau" i brosesu gwybodaeth a gwneud penderfyniadau.

Cofiwch:

Nid yw AI yn meddwl fel person, nid oes ganddo deimladau ac nid yw'n deall y "pam" tu ôl i benderfyniadau. Mae AI fwy fel cyfrifiannell tra-chlyfar sy'n dilyn data a phatrymau. Dyna pam y dylai AI, mewn gofal cymdeithasol, gefnogi ond nid disodli barn a phrofiad pobl. Dyna hefyd pam fod deall emosiynau a sefyllfaoedd personol mor bwysig.

Adnoddau a darllen pellach:

- CDPS: Understanding artificial intelligence
- GOV UK: A guide to using AI in public services
- BBC: What is AI and how does it work?
- GOV UK: AI Opportunities & Action Plan

Sut fathau o AI y dylai staff fod yn ymwybodol ohonynt?

Mae AI yn dod mewn sawl ffurf, pob un gyda'i gryfderau a'i wendidau. Mewn gofal cymdeithasol, y rhai a ddefnyddir amlaf yw **AI Cul, AI Cynhyrchiol** ac **AI Rhagfynegol.**

AI Cul

Mae AI cul wedi'i ddylunio i wneud tasgau penodol yn rhagorol. Yn wahanol i AI cyffredinol sy'n gallu gwneud nifer o wahanol dasgau, mae AI cul yn canolbwyntio ar wneud un peth yn eithriadol o dda.

Er enghraifft, gallai AI cul:

- drefnu rotas staff yn awtomatig ar sail anghenion cwsmeriaid
- trawsgrifio cyfarfodydd a thrafodaethau cynllun gofal i nodiadau ysgrifenedig
- dadansoddi cofnodion meddyginiaeth i adnabod camgymeriad neu ryng-effeithiau posib.

Mae'r offer hyn yn wych am wneud tasgau penodol clir, ond 'does ganddyn nhw ddim dealltwriaeth o gyd-destun ehangach gofal cymdeithasol na deallusrwydd cyffredinol. O'r herwydd hyn, mae angen i AI cul gael ei oruchwylio gan bobl – yn enwedig wrth ddelio gyda sefyllfa gymhleth neu anghyffredin. **Mae Adran 4** yn y canllaw hwn yn trafod sut i sicrhau bod AI yn deg a chynhwysol.

Gallai enghreifftiau o AI cul gynnwys:
Google Translate, Amazon Alexa, Apple FaceID, Siri

AI cynhyrchiol

Mae AI cynhyrchiol ("Gen-AI") yn creu cynnwys newydd ar sail patrymau a ddysgodd. Gall gynhyrchu testun, lluniau neu gyfryngau eraill heb eu rhaglennu'n benodol.

Er enghraifft gall AI cynhyrchiol:

- ddrafftio cynlluniau gofal personol ar sail gwybodaeth o asesiadau
- symleiddio tasgau gofal cymhleth yn gyfarwyddiadau hawdd eu deall
- troi dogfennau yn fformatau hygyrch, fel print bras neu dâp sain.

Er y gall AI cynhyrchiol arbed amser, mae'n bwysig dwbl-wirio ei atebion am gywirdeb. Weithiau gall AI cynhyrchiol greu "rhithweledigaethau" neu wybodaeth ffug. Gall AI helpu ond person dylai wneud y penderfyniad terfynol bob amser.

Gallai enghreifftiau o AI cynhyrchiol gynnwys:
ChatGPT, Microsoft Copilot, Google Gemini, Claude

> ***"Mae offeryn AI fel cynorthwy-ydd personol o ryw fath. Dw i'n gallu rhoi pethau iddyn nhw fy helpu, a dwi wedyn yn ychwanegu at y canlyniadau"***
> *- Grŵp peilot AI*

AI Rhagfynegol

Mae AI rhagfynegol yn defnyddio data blaenorol i ddyfalu'n wybodus am beth allai ddigwydd nesaf. Mewn gofal cymdeithasol, gall hyn helpu i adnabod risgiau a phroblemau'n gynnar cyn iddynt waethygu.

Er enghraifft gallai AI rhagfynegol:

- adnabod arwyddion rhybuddio cynnar o iechyd yn dirywio, ar sail newidiadau ymddygiad
- tynnu sylw at bobl a allai fod angen cymorth ychwanegol yn ystod tywydd eithafol
- helpu i gynllunio anghenion staffio drwy ragfynegi newid mewn gofynion gofal.

Gall yr offer AI hyn fod yn bwerus ar gyfer ymyrryd yn gynnar, ond mae'n dibynnu ar ddata ansawdd uchel i wneud penderfyniadau da. Gall AI dynnu sylw at bryderon posib ond dylid defnyddio barn broffesiynol i benderfynu ar y peth gorau i'w wneud.

Gallai enghreifftiau o AI rhagfynegol gynnwys:
Azure Machine Learning, Oracle DataScience, IBM SPSS

Adnoddau a darllen pellach:

- Types of AI: Understanding Artificial Intelligence in 2025
- Interactive Design Foundation: What is Narrow AI?
- Digital Care Hub: What is Generative AI?
- CDPS: Understanding generative artificial intelligence

Cysyniadau a thermau AI allweddol

Mae gan AI ei dermau ei hun ond peidiwch â phoeni – mae'r rhan fwyaf yn symlach nag y maen nhw'n swnio. Dyma rai cysyniadau allweddol wedi eu hegluro'n glir ac ymarferol.

Algorithm

Algorithm yw cyfres o gamau y mae AI yn ei ddilyn i ddatrys problem - fel rysáit sy'n dweud wrth yr AI beth i'w wneud gyda gwybodaeth.
Mewn gofal cymdeithasol, gallai algorithmau:

- adnabod pobl sydd angen cymorth neu gefnogaeth ychwanegol
- helpu i drefnu amserlen staffio
- adnabod patrymau mewn cofnodion gofal a thynnu sylw at bryderon.

Mae gwahanol algorithmau'n gwneud gwahanol dasgau – gall rhai trefnu gwybodaeth, eraill rhagfynegi digwyddiadau, neu gynhyrchu gwybodaeth newydd.

Data hyfforddi

Data hyfforddi yw'r casgliad o enghreifftiau y mae AI yn dysgu ohonynt. I gael AI i adnabod pan fydd angen cymorth ar rywun, mae angen bwydo miloedd o enghreifftiau 'go iawn' o bobl mewn gwahanol sefyllfaoedd iddo.

Mae ansawdd y data hyfforddi'n bwysig. Os yw eich data'n cynnwys pobl ifanc gan amlaf, ni fydd yr AI efallai'n gweithio'n dda ar gyfer oedolion hŷn. Dyna pam fod data amrywiol a chytbwys yn hanfodol ar gyfer gwybodaeth AI deg a chywir.

Rhagfarn

Mae rhagfarn yn digwydd pan fydd AI yn cynhyrchu canlyniadau annheg neu anghyfartal i rai grwpiau o bobl. Mae hyn yn aml yn digwydd os nad yw'r data hyfforddi'n gynrychiadol o bawb.

Er enghraifft, os yw system AI wedi'i hyfforddi'n bennaf ar sail data gan ddynion ifanc, efallai na fydd yn gweithio'n dda ar gyfer merched. Mewn gofal cymdeithasol, gallai hyn olygu nad yw pobl yn cael y cymorth cywir yn seiliedig ar bethau fel oedran, ethnigrwydd, rhyw, cyflyrau iechyd neu anghenion.

Dyna pam fod gwirio allbynnau AI am gywirdeb a thegwch mor bwysig – ni allwch ymddiried mewn AI i fod yn gywir ar ben ei hun bob tro.

*Mae **algorithmau** yn rhoi eu rheolau i **ddata hyfforddi**, sy'n gallu creu **rhagfarnau**. Rydych chi'n gallu rheoli'r **cynigion ateb** a'r **paramedrau** ar gyfer AI cynhyrchiol, ond cadwch lygad yn yr allbynnau am **rithweledigaethau**.*

Cynigion ateb

Cynnig ateb yw'r cwestiwn neu gyfarwyddyd rydych chi'n ei roi i system AI. Mae'r ffordd rydych chi'n geirio y cynnig ateb yn effeithio ar yr ymateb.

Er enghraifft, mewn gofal cymdeithasol, gallech eu defnyddio i:
- ofyn i AI ddrafftio templed cynllun gofal
- crynhoi nodiadau i fod yn haws eu darllen
- cyfieithu gwybodaeth i bobl sy'n siarad ieithoedd gwahanol.

Cofiwch – mae cynigion ateb clir a phenodol yn rhoi canlyniadau gwell a mwy defnyddiol. Cofiwch gadarnhau gyda'ch sefydliad cyn mewnbynnu gwybodaeth gyfrinachol i offeryn AI. Wele adrannau 3 a 4 yn y ddogfen hon.

Rhithweledigaethau

Mae rhithweledigaethau'n digwydd pan fydd AI yn ffugio gwybodaeth sy'n swnio'n real ond nid yw'n wir.

Dydy AI ddim yn "gwybod" pethau mewn gwirionedd, dim ond yn adnabod patrymau. Weithiau mae'n golygu y bydd AI yn cynhyrchu gwybodaeth ffug fel:
- polisïau neu arferion gorau ffug sydd ddim yn bodoli
- crynodebau anghywir o nodiadau neu adroddiadau
- cyngor camarweiniol sy'n swnio'n hynod gredadwy.

Oherwydd hyn, ni allwn ddibynnu bob tro ar wybodaeth a gynhyrchir gan AI. Dylen ni bob amser wirio gwybodaeth bwysig (neu ofyn barn arbenigol), yn enwedig os bydd yn effeithio ar ofal rhywun.

Paramedrau

Paramedrau yw'r gosodiadau y tu mewn i AI sy'n rheoli sut y mae'n gweithio. Meddyliwch amdanynt fel deialau neu fotymau ar beiriant – mae eu newid yn effeithio ar sut y maen nhw'n prosesu gwybodaeth.

Mae mwy o baramedrau fel arfer yn golygu:
- canlyniadau mwy cymhleth a chywir
- mwy o bŵer a chost uwch.

Wrth ddewis offer AI, dylech chi a'ch sefydliad gydbwyso cywirdeb, manteision a chost i ddod o hyd i'r offeryn iawn i'ch anghenion chi.

Allbynnau

Allbynnau yw'r canlyniadau y mae AI yn eu defnyddio mewn ymateb i awgrym. Gall y rhain fod yn destun, delweddau, crynodebau, argymhellion, neu ffurfiau eraill o gynnwys, yn dibynnu ar yr offeryn sy'n cael ei ddefnyddio.

Mewn gofal cymdeithasol, gall allbynnau AI gynnwys:
- drafft o gynllun cymorth yn seiliedig ar nodiadau achos
- crynodeb o adroddiad hir i'w wneud yn haws i'w ddarllen
- cyfieithiad awtomatig o gais defnyddiwr gwasanaeth.

Gall allbynnau AI fod yn ddefnyddiol, ond mae angen eu gwirio am gywirdeb, tegwch, a pherthnasedd.

Nid yw AI bob amser yn cael pethau'n iawn, felly mae eich goruchwyliaeth yn hanfodol – yn enwedig pan all penderfyniadau effeithio ar fywydau pobl.

Adnoddau a darllen pellach:

- Llywodraeth y DU: Data Ethics Framework & Glossary
- Llywodraeth Cymru: Defnyddio Deallusrwydd Artiffisial yn y Sector Cyhoeddus
- Llywodraeth y DU: A guide to using AI in the public sector
- Gwasanaeth Digidol y Llywodraeth: AI Playbook for the UK

Acronymau cyffredin ac adnoddau pellach

Acronym	Term
AI	Deallusrwydd Artiffisial
DL	Dysgu Dwfn
DPIA	Asesiad Effaith Diogelu Data (neu Breifatrwydd)
GenAI	Deallusrwydd Artiffisial Cynhyrchiol
LLM	Model Iaith Mawr
ML	Dysgu Peirianyddol
NLP	Prosesu Iaith Naturiol

Mae darllen pellach ar gael yma: ***UK Playbook for AI: Fields of AI.***

Asesiad Effaith Diogelu Data (neu Breifatrwydd):

Information Commissioner's Office: What is a DPIA?
Information Commissioner's Office: Guide to DPIAs

Modelau Iaith Mawr, GenAI:

Amazon Web Services, Demystifying generative AI
UK Playbook for AI: Fields of AI

Prosesu Iaith Naturiol (NLP):

What is NLP (Natural Language Processing)?

03 **Moeseg**

Mae defnyddio AI mewn gofal yn dod â chyfrifoldeb, ac yn galw am ddewisiadau teg, diogel a gwybodus bob tro.

Beth yw'r holl ffwdan am AI?

Mae offer AI yn gwella o hyd. Mae ganddynt lwyth o botensial i wella sut y darparwn gymorth gofal. Ond mae offer AI cynhyrchiol hefyd yn dechnoleg newydd sy'n dod gyda risg.

Mae pawb ohonom yn yr un sefyllfa, a bydd defnyddio systemau AI yn effeithiol yn siwrne. Pwrpas y canllaw hwn yw bod yn fan cychwyn trafod defnyddiol. Dylai'r cyngor yma agor y drafodaeth am sut i ddefnyddio AI yn effeithiol a moesegol, yn hytrach na chau'r drws ar gydweithredu a thrafodaethau.

Gall offer AI fod yn ddefnyddiol ond dydyn nhw ddim yn meddwl na'n deall sefyllfaoedd fel y mae pobl yn ei wneud. Fel y soniwyd yn barod yn y canllawiau hyn, maen nhw'n dilyn patrymau gwybodaeth. Ni fydd AI yn rhoi gwybodaeth na chanllawiau cywir i chi bob tro, felly mae'n bwysig i chi ddysgu sut i'w defnyddio'n ofalus a chyfrifol.

#1

Un o'r prif bryderon am AI yw preifatrwydd. Mae angen gwybodaeth am bobl i lawer o offer AI weithio'n iawn. Gall hyn gynnwys manylion personol neu sensitif fel gwybodaeth iechyd, trefn diwrnod pobl neu nodiadau o sgwrs neu gyfarfod. Dylech bob amser ddilyn polisïau eich sefydliad ar ba wybodaeth i'w rhoi mewn offeryn AI – bydd hyn yn helpu i warchod preifatrwydd a chadw pobl yn ddiogel (e.e. dilyn y GDPR a Deddf Diogelu Data 2018). Pan fyddwch yn ansicr, gofynnwch pwy fyddai eich **Uwch Swyddog Cyfrifol (SRO)** i helpu i roi cyngor ar ddefnyddio data, diogelwch a phreifatrwydd.

#2

Problem fawr arall yw tegwch. Gallai offer AI weithio'n well i rai grwpiau o bobl nag eraill, gan ddibynnu ar ba ddata y cawsant eu hyfforddi arno. Oherwydd hyn, mae'n bwysig i chi wirio gwybodaeth neu ganllawiau a gynhyrchir gan AI i sicrhau eu bod yn deg i bob grŵp o bobl.

Cofiwch:

Gall AI gefnogi eich gwaith – nid disodli eich barn broffesiynol.

Adnoddau a darllen pellach

- The Turning Institute: AI Ethics & Governance
- UK Gov: Understanding artificial intelligence ethics & safety
- Government Digital Service: AI Playbook for the UK

Egwyddorion defnyddio AI yn gyfrifol

I ddefnyddio AI yn gyfrifol a diogel, disgrifiwn isod rai o'r egwyddorion sy'n seiliedig ar ***ffordd pro-arloesi o reoleiddio AI (UK GOV).***

1 Diogelwch ac atal risg

Dylai offer AI helpu nid achosi niwed. Dylech bob amser ddefnyddio offer AI sydd wedi eu cymeradwyo gan eich sefydliad a dilyn y canllawiau ar ddefnydd diogel. Gall AI wneud camgymeriad felly cofiwch wirio cywirdeb yr ymateb. Peidiwch byth â rhoi gwybodaeth bersonol na sensitif mewn offeryn AI, oni bai fod eich sefydliad wedi cymeradwyo neu fod canllawiau swyddogol yn caniatáu hynny.

Cofiwch:

- wirio bod gwybodaeth a gynhyrchwyd gan AI yn gywir a diweddar
- ddefnyddio offer AI a gymeradwywyd gan eich sefydliad.

Peidiwch â:

- rhoi gwybodaeth bersonol neu sensitif mewn offer AI heb ganiatâd
- chymryd bod AI yn gwybod orau – defnyddiwch eich barn broffesiynol bob tro.

2 Bod yn eglur ac agored

Byddwch yn glir pam eich bod yn defnyddio AI a beth yr ydych eisiau ei gyflawni. Mae gan wahanol offer AI wahanol gryfderau felly dewiswch yr offeryn iawn i'r dasg. Os yw teclyn Deallusrwydd Artiffisial yn rhoi gwybodaeth i chi sy'n effeithio ar sut mae pobl yn derbyn gofal, gwnewch yn siŵr ei fod yn dod gan arbenigwyr dibynadwy a dilynwch yr arfer gorau.

Cofiwch:

- ddweud wrth eich cydweithwyr pam eich bod yn defnyddio AI ar gyfer tasgau gwaith
- ofyn am ganiatâd gan y bobl yr ydych yn gofalu amdanynt wrth ddefnyddio AI. Ewch i Adran 4 yn y canllaw hwn i ddysgu mwy am ganiatâd a diogelu data.

Peidiwch â:

- chuddio eich defnydd o AI
- ymddiried mewn cynnwys AI heb adolygu beth y mae'n ei gynhyrchu.

3 Tegwch

Dylai AI weithio i bawb a pheidio â gwahaniaethu. Gall rhai offer AI ddangos rhagfarn felly dylech wirio bod y wybodaeth yn gweithio i bobl o wahanol gefndiroedd, oed, diwylliannau a sefyllfaoedd.

Cofiwch:

- sicrhau bod yr AI yn ystyried anghenion a chefndiroedd pob math o bobl. Ewch i Adran 4 yn y canllaw hwn i ddysgu mwy am sut i wneud hyn
- roi cyfarwyddiadau clir a theg i'r AI (cynigion ateb) i osgoi rhagfarn.

Peidiwch â:

- defnyddio AI fel eich unig ffynhonnell wybodaeth wrth gefnogi pobl
- derbyn cynnwys a gynhyrchwyd gan AI a allai roi canlyniadau annheg.

4 Atebolrwydd

Cofiwch, offeryn yw AI – chi sy'n dal i fod yn gyfrifol am eich gwaith. Dylech ond defnyddio offer AI a gymeradwywyd gan eich sefydliad. Os sylwch ar unrhyw broblemau, dylech ddweud yn syth.

Cofiwch:

- ddysgu am offer AI i wella eich sgiliau a'ch gwybodaeth
- wybod gyda phwy i gysylltu yn eich sefydliad os oes cwestiynau neu bryderon.

Peidiwch â:

- dibynnu ar AI i wneud penderfyniadau terfynol am eich swydd neu ofal rhywun
- beio AI am gamgymeriadau – chi sy'n gyfrifol am eich gwaith eich hun.

5 Yr hawl i ofyn cwestiynau

Nid yw AI o hyd yn iawn. Os yw rhywbeth yn edrych yn anghywir neu'n annheg, dylech ei gwestiynu neu ofyn am gymorth. Cofiwch fod AI yno i helpu, nid i ddisodli, eich arbenigedd fel gweithiwr gofal cymdeithasol.

Cofiwch:

- wirio, cwestiynu a chywiro unrhyw gamgymeriadau
- meddwl yn feirniadol am sut yr ydych yn defnyddio AI yn y gwaith a gofyn am arweiniad os oes angen!

Peidiwch â:

- chymryd bod AI yn gwybod yn well na chi
- defnyddiwch offer AI na allant esbonio eu ffynonellau na'u rheswm - os ydych yn ansicr, peidiwch â chymryd y risg.

Sylwch:

Drwy ddilyn yr egwyddorion hyn, gallwch ddefnyddio AI yn gyfrifol a chreu ymddiriedaeth ag eraill. Cofiwch nid cwestiwn o beth y gall AI ei wneud yw hyn, ond sut rydych chi'n defnyddiwch AI i greu canlyniadau da i bawb!

Adnoddau a darllen pellach

- Sefydliad Turing: AI Ethics & Governance
- Llywodraeth y DU: AI Regulation & Innovation whitepaper
- Gwasanaeth Digidol y Llywodraeth: AI Playbook for the UK
- CDPS: Understanding artificial intelligence ethics and safety

04 Defnyddio data, rhagfarn, a hyfforddi

Mae'n bwysig gwybod sut i ddefnyddio offer AI yn ddiogel a theg. Mae hyn yn golygu diogelu gwybodaeth bersonol pobl a sicrhau bod AI yn trin pawb yn deg.

I ddefnyddio AI yn ddiogel, mae angen cymryd pwyll mawr gyda rhai mathau o ddata.

Defnyddio data ac offer AI

Fel gweithiwr gofal cymdeithasol, mae'n bwysig deall sut i ddefnyddio offer AI yn ddiogel drwy ddiogelu data personol a sensitif pobl, a hefyd sicrhau bod AI yn trin pobl yn deg. Dyma drosolwg ar beth sydd angen i chi ei wybod:

Cam 1
Gwirio polisïau AI eich sefydliad

- Cyn defnyddio unrhyw offer AI, gwiriwch a yw'ch sefydliad wedi'i gymeradwyo. Mae rhai offer wedi eu dylunio i gadw data'n ddiogel ond efallai na fydd eraill yn cwrdd â safonau diogelu data.
- Peidiwch byth â defnyddio offer AI am ddim neu sydd ar gael i'r cyhoedd i drin data personol, sensitif neu breifat – oni bai y cawsoch ganiatâd gan eich sefydliad.

Cam 2
Deall data personol a sensitif

I ddefnyddio AI yn ddiogel, mae angen cymryd pwyll mawr gyda rhai mathau o ddata. Ni ddylech fyth fewnbynnu gwybodaeth bersonol a sensitif i offer AI – oni bai bod gennych ganiatâd penodol i wneud hynny.

Beth yw Data Personol neu Sensitif?

Mae data personol yn helpu i adnabod rhywun ac mae data sensitif yn wybodaeth a allai gael ei defnyddio'n annheg yn erbyn y person. Er enghraifft:

- enwau pobl
- rhifau ID (e.e. rhifau GIG)
- ble y mae pobl yn byw neu'n gweithio
- cyflyrau iechyd
- hil neu darddiad ethnig
- crefydd
- tueddiad rhywiol.

Cam 3
Trin data'n gyfrifol

Dyma ychydig o gyngor ar gadw data'n ddiogel:

Cofiwch:

- **rannu dim ond beth sydd angen** – peidiwch ag ychwanegu manylion diangen
- **wneud y data'n ddienw** - tynnu allan gwybodaeth bersonol neu sensitif
- **sicrhewch ganiatâd** – gwiriwch gyda'ch sefydliad bob amser pa ddata i'w fewnbynnu i ba offer. Rhaid hefyd gofyn am ganiatâd, fel y byddech yn ei wneud beth bynnag, gan y person sy'n derbyn gofal a chymorth
- **adrodd pryderon** – os ydych yn credu y gallai fod problem gyda phreifatrwydd, dywedwch wrth eich Swyddog Diogelu Data (DPO) neu berson cyfrifol arall
- **gael cydsyniad** – mae angen cydsyniad y bobl yr ydych yn gofalu amdanynt os ydych am ddefnyddio offer AI. Gwiriwch gyda'ch sefydliad a gofynnwch am bolisïau ar gael cydsyniad gwybodus.

Peidiwch â:

- **anwybyddu rheolau a pholisïau** – peidiwch byth â rhoi gwybodaeth bersonol neu sensitif mewn offeryn AI heb ganiatâd
- **chadw data nad oes ei angen** – peidiwch â chadw data personol ar eich cyfrifiadur neu ffôn na fydd ei angen arnoch ar gyfer eich gwaith.

Adnoddau a darllen pellach:

- ICO: What is personal data?
- Senedd Cymru: AI Cynhyrchiol - Trosolwg

Gwirio tegwch offer AI

Pan fyddwch yn cael gwybodaeth neu arweiniad gan offeryn AI, mae'n bwysig gwirio ei fod yn deg i bawb. Dyma sut y gallwch wneud hyn:

Chwilio am driniaeth gyfartal

gwirio ydy AI yn bod yn deg i bob grŵp o bobl.

Meddwl pwy allai gael eu gadael allan

gofynnwch i chi eich hun, ydy AI yn anghofio am rai grwpiau o bobl neu sefyllfaoedd?

Defnyddio synnwyr cyffredin

os yw rhywbeth yn edrych yn annheg, anghyffredin neu anghywir, ewch gyda'ch greddf a gofyn am gyngor.

Cymharu canlyniadau

ceisiwch ofyn yr un cwestiwn i'r AI mewn gwahanol ffyrdd – ydy'r atebion yn newid?

Gofyn am ail farn

gofynnwch i gydweithiwr wirio canlyniadau'r AI.

Adnoddau a darllen pellach:

- Optiblack: AI bias audits, 7 steps to detect algorithmic bias
- Hyb Gofal Digidol: AI and care planning what you need to know

Cael cydsyniad gwybodus i ddefnyddio offer AI

Mae'n bwysig cofio y bydd efallai angen i chi gael cydsyniad gwybodus gan y bobl yr ydych yn gofalu amdanynt i gael defnyddio offer AI.

Gwiriwch gyda'ch sefydliad a gofyn pa bolisïau a gweithdrefnau sydd angen i chi eu dilyn.

Os yw hyn yn swnio'n gymhleth, peidiwch â phoeni! Mae cael caniatâd neu gydsyniad i ddefnyddio technoleg yn rhywbeth yr ydych yn ei wneud yn barod heb sylweddoli. Mae gan lawer o sefydliadau gofal delerau gwasanaeth ar gyfer defnyddio eu systemau TG.

Sylwch:

Y peth allweddol i'w gadw mewn cof yw bod angen i chi ddilyn y prosesau o hyd sydd gan eich sefydliad ar waith.

Cofiwch ddefnyddio eich barn broffesiynol bob amser

05 **Caffael (prynu) AI: Ydych chi'n barod?**

Mae dechrau gydag AI yn golygu gwybod pa broblem rydych chi'n ei datrys, pwy sydd angen cymryd rhan, a sut i gynllunio ar gyfer defnydd diogel ac effeithiol.

Felly, rydych yn meddwl am ddefnyddio AI…

Cyn dechrau, mae'n bwysig deall pam eich bod eisiau AI a sut y bydd yn eich helpu chi a'ch sefydliad. Offeryn yw AI a nid ateb ynddo'i hun. Dylech ddechrau drwy adnabod problem glir yr ydych yn ceisio ei datrys y gallai AI helpu gyda hi – gall creu achos busnes helpu i ddod o hyd i'r offer iawn.

Cam 1
Deall eich anghenion

Cyn prynu neu sefydlu AI, dylech ofyn i chi eich hun:

- Pa broblemau ydych chi'n ceisio eu datrys?
- Sut allai AI eich helpu i weithio'n fwy clyfar, yn gynt neu'n fwy diogel?
- Oes gennych chi'r data iawn i AI weithio'n iawn?

Dylid defnyddio AI i helpu neu wella gwasanaethau, nid dim ond am fod yr offer ar gael. Heb senarios clir ar gyfer defnyddio AI, gall buddsoddi mewn AI wastraffu amser ac ymdrech a chreu risg sylweddol.
Am fwy o ganllawiau, ewch i:

- **Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth - How to use AI and Personal Data**
- **Canllaw Llywodraeth Cymru i Reoli AI mewn Gwasanaethau Cyhoeddus**

Cam 2
Oes gennych chi'r bobl a'r arbenigedd iawn?

Mae angen goruchwylio AI i sicrhau ei fod yn gweithio'n ddiogel a theg. Gofynnwch i chi eich hun:

Oes gennym ni'r arbenigedd a'r cymorth technegol i reoli a monitro AI?

☑ **Oes:** gwych, dylech gynnwys eich arbenigwyr mewn prynu a rheoli eich offeryn neu offer AI.

☒ **Nag oes:** meddyliwch am weithio gyda thrydydd parti dibynadwy a allai roi cymorth ac arweiniad.

Os ydych yn brin o arbenigedd a chymorth mewnol, gallai fod angen i chi ychwanegu canllawiau AI at eich polisïau. Dylai pawb wybod sut i wirio penderfyniadau AI ac osgoi risgiau fel rhagfarn neu gamwybodaeth.

Adnoddau a darllen pellach:

- CDPS: Assessing if artificial intelligence is the right solution
- CDPS: Planning and preparing for artificial intelligence implementation

Cam 3
Cael eich data'n barod am AI

Mae AI cystal â'r data a roesoch iddo – neu os yw'r AI wedi'i ddarparu gan ei greawdwr. Gallai hyn swnio'n ddisynnwyr oherwydd bod offer AI yn gwella o hyd ar sail eu data hyfforddi eu hunain. Fodd bynnag, gallai manteision AI dim ond eu gwireddu drwy roi data iddo sy'n berthnasol i chi a'ch sefydliad.

Er enghraifft, gallwch ddefnyddio Microsoft Copilot, sy'n gallu bod yn bwerus, ond mae angen iddo gael mynediad at ddata perthnasol o ansawdd uchel i gyflwyno gwybodaeth ddefnyddiol. Byddai hefyd angen i'r offeryn fod ar gael i'r holl staff.

Meddyliwch amdano fel hyn: os hyfforddir AI ar ddata anghyflawn neu ansawdd gwael, bydd y canlyniadau'n annibynadwy. I baratoi eich sefydliad ar gyfer AI, dylai fod gennych sylfeini data cryf.

Dylech osgoi DDD (ROT yn Saesneg): Data Diangen, Wedi Dyddio neu Ddibwys.

Wrth baratoi eich data, cofiwch sicrhau nad ydych yn cynnwys:

- **Data diangen** - ailadrodd yr un wybodaeth mewn llefydd gwahanol
- **Data wedi dyddio** - defnyddio hen wybodaeth amherthnasol
- **Data dibwys** - llenwi AI gyda manylion amherthnasol fydd ddim yn helpu i wneud penderfyniadau.

Cam 4
Defnydd cyfrifol o AI

Wrth ddewis AI dylech gofio'r pwyntiau pwysig canlynol:

- **Tryloywder:** Allwch chi egluro o ble y mae'r AI yn cael ei ddata neu sut y mae'n gwneud penderfyniadau?
- **Tegwch:** Ydy'r AI yn trin pawb yn gyfartal ac ydy o'n teimlo'n iawn i chi?
- **Atebolrwydd:** Pwy sy'n gyfrifol am yr AI ac os bydd yn gwneud camgymeriad?
- **Preifatrwydd:** Ydy'r AI yn bodloni polisïau, rheoliadau a chyfreithiau diogelu data?

Drwy feddwl yn ofalus am AI cyn ei ddefnyddio, gallwch sicrhau ei fod yn gwella gwasanaethau, diogelu hawliau pobl, a chreu ymddiriedaeth.

Adnoddau a darllen pellach:

- CDPS: Managing your artificial intelligence project
- AIDRS: Regulations and guidance for adopters
- AIDRS: Data compliance checklist for adopters

06 Enghreifftiau a defnydd posib o AI

Gall AI leihau gwaith gweinyddol, cefnogi penderfyniadau, a rhyddhau amser - gan eich helpu i ganolbwyntio mwy ar bobl rydych chi'n ei gefnogi.

Enghreifftiau o ddefnydd a chanllawiau i weithwyr gofal cymdeithasol rheng flaen:

Mae offer AI yn dod yn ddefnyddiol iawn i weithwyr gofal cymdeithasol. Gallant drin tasgau cyffredin fel llenwi ffurflenni neu trefnu nodiadau, felly bydd gennych fwy o amser i dreulio gyda nhw y bobl yr ydych yn gofalu amdanynt.

Gall AI hefyd ddod o hyd i wybodaeth bwysig yn sydyn neu wneud awgrymiadau ar sail data, fel bo'n haws i chi wneud penderfyniadau da. Wrth gwrs, rhaid cofio bod angen defnyddio AI yn ofalus. Dylai offer AI helpu, nid cymryd lle, eich barn a'ch gofal personol.

Manteision defnyddio offer AI:

- **Lleihau'r amser a dreuliwch ar waith gweinyddol.** Gall offer AI eich helpu i gwblhau eich gwaith papur neu adroddiadau
- **Dod o hyd yn hawdd i wybodaeth am y bobl y gofalwch amdanynt.** Gall offer AI ei gwneud yn haws i chi ddod o hyd i wybodaeth am hanes gofal neu gyflyrau iechyd pobl
- **Gwneud penderfyniadau gwell.** Gall offer AI eich helpu i edrych ar lwyth o wybodaeth yn sydyn neu helpu i greu cynlluniau gofal wedi eu personoleiddio i anghenion ac amgylchiadau
- **Amserlennu** gofal a chymorth mewn ffordd glyfrach
- **Cynnig cymorth wedi'i bersonoleiddio** i chi yn eich gwaith.

> ***"Mae gwaith gweinyddol yn rhan fawr o'r rôl...fi moyn bod yn weithiwr cymdeithasol sydd mas yn cefnogi teuluoedd, nid eistedd wrth fy nesg."***
> *- Gweithiwr cymdeithasol yng Nghyngor Bwrdeistref Sirol Torfaen*

Trafod defnydd o offer AI yng ngofal cymdeithasol

Mae'r canlynol yn rhai senarios enghreifftiol o sut y gellir defnyddio AI yn eich gwaith. Cofiwch fod offer deallusrwydd artiffisial yn dechnoleg newydd ac y bydd angen rhywfaint o ymchwil ar bob enghraifft neu senario i weld a yw'n iawn i chi a'ch sefydliad:

Creu crynodebau neu ddiagramau defnyddiol, ar sail ffeil achos person. Un enghraifft bosib o hyn fyddai creu map o ba berthnasoedd sydd gan blentyn yn eu bywyd.

Cofiwch:

Nid yw'r un offeryn AI ond cystal â'r data a roddir iddynt.

Eich helpu i gwblhau eich gwaith papur neu adroddiadau. Gallai offer AI eich helpu i lenwi gwaith papur neu awto-lenwi rhannau o'r ffurflen. Er enghraifft, meysydd fel enwau, cyfeiriadau a rhifau ffôn.

Cofiwch:

Wirio gwybodaeth AI am gywirdeb bob tro. Peidiwch byth cymryd bod AI yn gywir dim ond am fod y dechnoleg i'w gweld yn gweithio'n dda.

Troi nodiadau llafar yn adroddiadau achos ysgrifenedig. Gallwch siarad â'ch ffôn gwaith a disgrifio beth ddigwyddodd y diwrnod hwnnw. Gall AI yna droi eich geiriau'n adroddiad twt a threfnus. Peidiwch â chofnodi nodiadau ar eich ffôn personol (yn hytrach na'ch ffôn gwaith) oherwydd bydd hyn yn torri rheolau GDPR.

Cofiwch:

Mae AI yn debygol o wneud camgymeriadau a pheidio â chofnodi popeth. Dylech adolygu beth y mae AI yn ei ysgrifennu. Peidiwch byth â chyflwyno adroddiad wedi'i ysgrifennu gan AI heb ei wirio'n ofalus.

Dadansoddi patrymau ymddygiad person dros amser. Gall AI edrych ar eich nodiadau ac adnabod patrymau nad ydych chi wedi ei weld.

Cofiwch:

Peidiwch â dibynnu ar AI i wneud popeth i chi. Gwnewch yn siŵr eich bod yn defnyddio AI ochr yn ochr â'ch gwaith eich hun ac nid yn ei le.

Cyfieithu sgyrsiau neu ddogfennau wrth weithio gyda theuluoedd sy'n siarad ieithoedd gwahanol.

Cofiwch:

Nid yw pob cyfieithiad AI yn berffaith felly mae angen rhywun arall i'w gwirio, yn enwedig gyda gwybodaeth bwysig. Gwiriwch gyda'ch sefydliad i weld a oes ganddyn nhw bolisi ar ddefnyddio AI ar gyfer cyfieithu.

Awgrymu gweithgareddau hwyl i bobl ar sail eu hoed a diddordebau. Gall AI roi syniadau am gemau neu grefftau i gyd-fynd ag anghenion pobl.

Cofiwch:

Ni fydd offer AI yn adnabod y person. Defnyddiwch eich barn i ddewis gweithgareddau da.

Crynhoi canllawiau swyddogol ar unrhyw gwestiynau wrth i chi ddarparu gofal a chymorth. Gall botiaid sgwrsio AI, er enghraifft, ymateb i gwestiynau am beth yw'r canllawiau swyddogol, sy'n gallu helpu i arbed amser.

Cofiwch:

Mae'n bwysig sicrhau bod gan yr offer AI a ddefnyddiwch fynediad at y canllawiau diweddaraf. Cofiwch wirio allbwn yr AI am gamgymeriadau neu wybodaeth ar goll.

***67 y cant* o Weithwyr Cymdeithasol yn cytuno bod defnyddio Copilot yn gwella eu cynhyrchedd yn gyffredinol.**

***76 y cant* o Weithwyr Cymdeithasol yn cytuno bod Copilot yn arbed ymdrech wrth gwblhau tasgau gweinyddol dydd i ddydd.**

– Canlyniadau o astudiaeth beilot yng Nghyngor Bwrdeistref Sirol Torfaen

Adnoddau a darllen pellach:

- Skills for care: How AI can make social care better
- Social care today: How can we boost AI use in children's social care?
- Cyngor Gogledd Sir Efrog: Using AI to reimagine children's social care
- CDPS: Examples of artificial intelligence use

> *Mae'n bwysig peidio â dibynnu ar ragfynegiadau AI heb farn ddynol.*

Enghreifftiau o ddefnydd a chanllawiau i reolwyr gofal cymdeithasol

Mae AI yn chwyldroi sut y rheolwn ofal cymdeithasol i oedolion a phlant. Fel rhywun sy'n goruchwylio staff a gwasanaethau gofal, mae'n debyg eich bod yn wynebu heriau fel cyllidebau tynn, galw cynyddol, a phrinder staff.

Gall AI helpu i ddatrys y problemau hyn drwy symleiddio tasgau gweinyddol, gwella penderfyniadau a sicrhau bod ansawdd y gofal yn well. Er na fydd AI yn disodli'r cyswllt dynol mewn gofal cymdeithasol, gall fod yn offeryn pwerus i helpu eich tîm. Gall eich helpu i weithio'n fwy effeithlon ac effeithiol gan arwain, yn y pen draw, at ganlyniadau gwell i'r bobl rydych chi yn ei wasanaethu.

Mewn astudiaeth beilot gyda Chyngor Bwrdeistref Sirol Torfaen, dywedodd weithwyr cymdeithasol eu bod wedi arbed:

- *33 i 44 y cant o amser wrth ysgrifennu adroddiadau*
- *50 y cant o amser wrth ysgrifennu datganiad cychwynnol drafft*
- *50 i 70 y cant o amser wrth grynhoi dogfennau*
- *50 i 80 y cant o amser yn ysgrifennu nodiadau achos.*

Manteision offer AI:

- Helpu i leihau costau a defnyddio adnoddau'n fwy effeithiol
- Cynorthwyo i wneud penderfyniadau a chynllunio gwasanaethau gofal a chymorth
- Gwella effeithlonrwydd a rhyddhau amser staff i ofalu
- Amserlennu sut rydych chi'n gofalu am bobl mewn ffordd glyfrach
- Cymorth wedi'i bersonoleiddio i chi yn eich gwaith.

Trafod achosion defnydd o offer AI:

Dyma rai senarios enghreifftiol o sut y gellir defnyddio AI yn eich gwaith. Cofiwch bod offer AI yn dechnoleg newydd ac y bydd angen rhywfaint o ymchwil ar bob achos defnydd i weld a yw'n iawn i chi a'ch sefydliad.

Defnyddio offer AI i gofnodi neu recordio cyfarfodydd a sgyrsiau. Gall offer AI greu crynodeb o gyfarfod, eich helpu i ddrafftio adroddiad, a rhoi cyngor ar sut i wneud cyfarfodydd staff yn y dyfodol yn fwy cynhyrchiol ar sail data blaenorol.

Cofiwch:

Nid yw'r un awgrym AI ond cystal a thrylwyr â'r data y mae gan AI fynediad ato! Gorau'n byd yw ansawdd y data a roddwch i'r offeryn AI, y gorau fydd yr allbwn.

Cwblhau gwaith papur a thasgau gweinyddol eraill. Mewn senarios lle'r ydych yn gorfod ysgrifennu adroddiadau a mewnbynnu'r un wybodaeth droeon, gall AI eich helpu i awto-boblogi'r ffurflenni hynny. Gydag ysgrifennu mathau penodol o adroddiadau, gall AI eich helpu i strwythuro gwybodaeth ar sail fformat, cynulleidfa neu dempled penodol.

Cofiwch:

Adolygu allbwn offeryn AI yn ofalus am wybodaeth anghywir neu ar goll. Cofiwch ddilyn rheolau eich sefydliad ar ddata personol a sensitif.

Adnabod patrymau mewn anghenion gofal. Un peth y gall offer AI ei wneud yw helpu i adnabod patrymau mewn sut y mae staff yn rhyngweithio â phobl. Gall offer AI hefyd edrych ar hanes gofal unigolyn a thynnu sylw at dueddiadau neu broblemau posib cyn i berson sylwi arnynt.

Cofiwch:

Mae'n bwysig bod gweithwyr gofal a staff eraill yn ymarfer eu barn a'u profiad proffesiynol, a nid dim ond dilyn yr AI.

Cefnogi staff sy'n siarad iaith gyntaf wahanol i'ch un chi. Un peth y gall offer AI ei wneud yn dda yw addasu eu hallbwn yn ôl y cyd-destun a roddir iddynt. Er enghraifft, os oes gennych staff y mae Saesneg yn ail neu drydedd iaith iddynt, gallai AI helpu i grynhoi neu hyd yn oed ail-strwythuro gwybodaeth i wneud pethau'n symlach ac yn haws i'w deall.

Cofiwch:

Ddwbl-wirio allbwn AI i sicrhau bod y wybodaeth yn gywir a dealladwy.

Helpu i flaenoriaethu pa waith sydd angen ei wneud. Gall offer AI ddadansoddi ceisiadau am ofal a chymorth yn seiliedig ar y brys a'r math o ofal a chymorth sydd eu hangen.

Cofiwch:

Ni ddylai AI byth ddisodli barn person na gwneud penderfyniad terfynol.

Dadansoddi data ac adrodd ar sut mae pobl yn teimlo. Gallai offeryn deallusrwydd artiffisial gynnwys llawer iawn o ddata ac yna helpu i werthuso'r hyn sydd wedi bod yn gadarnhaol ac yn negyddol.

Cofiwch:

Mae'n hollbwysig rhoi digon o ddata cyd-destun a chefndir i'r AI er mwyn rhoi canlyniadau mwy cywir.

Tynnu sylw at risgiau a rhagfynegi anghenion cyn iddynt godi. Gall offer AI dderbyn llwyth o ddata ac yna defnyddio'r wybodaeth i dynnu sylw at broblemau a allai godi, dod i gasgliadau a rhagfynegi beth fydd yn digwydd nesaf. Un enghraifft bosibl fyddai defnyddio offeryn deallusrwydd artiffisial diogel i edrych ar wybodaeth am bobl sy'n byw mewn cartrefi gofal i nodi pwy allai fod yn y perygl mwyaf o ddatblygu problemau iechyd yn seiliedig ar eu data blaenorol.

Cofiwch:

Mae'n bwysig peidio â dibynnu ar ragfynegiadau AI heb farn ddynol.

Adnoddau a darllen pellach:

- LOTI: Opportunities in Social Care
- Llywodraeth y DU: AI Regulation & Innovation whitepaper
- Gwasanaeth Digidol y Llywodraeth: AI Playbook for the UK

Gofal Cymdeithasol **Cymru**
Social Care **Wales**

Diolch am ddarllen

Gobeithiwn fod y ddogfen hon wedi rhoi gwybodaeth allweddol i chi am sut y dylech ddefnyddio AI a sut y gall helpu yn eich rôl o fewn gofal cymdeithasol.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am y wybodaeth yn y ddogfen hon, cysylltwch â:

digital@socialcare.wales

Crëwyd gan CACI ar ran Gofal Cymdeithasol Cymru, wedi'i ariannu gan Gomisiwn AI Cymru
Fersiwn 1.0 - Mai 2025