Ariennir gan Lywodraeth Cymru
Funded by Welsh Government

Cyd-gynhyrchu â gofalwyr mewn lleoliadau iechyd: Pecyn cymorth cyd-gynhyrchu i weithwyr proffesiynol sy'n gweithio yn y sector iechyd a gyda'r sector iechyd

---

Rhan 3. Ymarfer cyd-gynhyrchu

Bydd cyd-gynhyrchu yn edrych yn wahanol, gan ddibynnu ar y math o sefydliad yr ydych ynddo, beth yw eich rôl, a faint o le sydd gennych i ddylanwadu ar siâp gwasanaethau neu strategaethau. Efallai bod yna elfennau systemig sy'n eich atal rhag cyd-gynhyrchu mor eang ag y dymunwch chi, ond fel arfer mae yna rywbeth y gallwch chi ei gyd-gynhyrchu lle bynnag yr ydych chi. Mae rhywfaint o gyd-gynhyrchu yn well na dim, ac mae'r cyfan yn cyfrif – mae unrhyw beth sy'n gwneud gwahaniaeth cadarnhaol i fywydau defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr werth ei wneud.

Fel yr ydyn ni wedi ei ddweud o'r blaen, mae cyd-gynhyrchu yn ddull gweithredu ac yn ffordd o feddwl, ac felly nid proses mohoni sydd â nifer benodol o gamau i'w dilyn yn y drefn "gywir". Fodd bynnag, gallwn gynnig rhywfaint o gyngor a phethau i'w hystyried i'ch helpu i ddechrau arni – ar yr amod eu bod yn cael eu cyflwyno mewn trefn arwyddol, ond y byddwch yn parhau i ddod yn ôl atynt wrth i chi ddatblygu eich arfer cyd-gynhyrchu. Os ydych chi eisoes yn cyd-gynhyrchu gyda defnyddwyr gwasanaethau a/neu ddefnyddwyr, gallai hyn gynnig syniadau ychwanegol i chi! Yr allwedd yw mynd yn ôl at 5 gwerth cyd-gynhyrchu (gweler Rhan 1) dro ar ôl tro ym mha gyd-destun bynnag yr ydych chi'n gweithio. Isod, rydym yn ystyried sut y gallai hyn edrych ar dair lefel cyd-gynhyrchu.

3.1. Cyd-gynhyrchu unigol

Os allwch chi ddylanwadu ar y ffordd yr ydych chi (ac efallai eich cydweithwyr neu eich tîm cyfan) yn gwneud eich gwaith, yna fe allwch chi ymgorffori gwerthoedd cyd-gynhyrchu yn y ffordd yr ydych yn darparu eich gwasanaethau, trwy eich rhyngweithiadau beunyddiol gyda

gofalwyr a'r bobl maen nhw'n gofalu amdanynt. Gan ddibynnu ar y sefyllfa, efallai y byddwch yn rhyngweithio â gofalydd sydd gyda'r person maen nhw'n gofalu amdanynt mewn lleoliad gofal iechyd, neu ofalydd am eu bywyd neu eu hiechyd eu hunain, neu'n benodol am eu rôl a'u cyfrifoldebau gofalu. Cofiwch fod gofalwyr yn bobl sy'n byw bywydau cymhleth fel pawb arall, a'u bod yn fwy na'u rôl ofalu yn unig. Dylech gyfarch gofalydd wrth eu henw, nid y rôl y credwch sydd ganddynt (e.e. mam, dad, gyrrwr tacsi, ac ati).

- **Gwerthfawrogi'r holl gyfranogwyr, a magu eu cryfderau:**

Rydych yn edrych am y cryfderau, y wybodaeth, y syniadau a'r profiad (bywyd neu broffesiynol) sydd gan bobl i'w cyfrannu, ac yn eu hadnabod, waeth a ydynt ar eich tîm o staff neu'n ofalwyr a'r bobl maen nhw'n gofalu amdanynt. Er enghraifft, yn eich swydd rydych yn dweud pan rydych yn gwerthfawrogi rhinwedd, cryfder neu sgil arbennig y mae eich cydweithwyr yn eu cynnig; ac yn yr un modd gyda gofalwyr wrth drafod eu sefyllfa, rydych yn chwilio am arwyddion o'u rhinweddau, cryfderau a sgiliau, ac rydych yn cyfeirio atynt ar lafar. Byddwch yn heliwr trysor (nid yn ddditectif diffygion!)

- **Datblygu rhwydweithiau ar draws seilos:**

Rydych yn helpu pobl i ddod yn rhan o rwydweithiau cymheiriaid cefnogol ac i ehangu eu gorwelion trwy gysylltu gyda grwpiau, gweithgareddau neu sefydliadau eraill sy'n gallu cyfrannu at eu cefnogi. Er enghraifft, rydych yn cyfeirio gofalydd at grwpiau a rhwydweithiau y gwyddoch amdanynt, nad ydynt efallai yn ymwybodol ohonynt. Gallech holi a ydynt yn teimlo fod y rhain yn addas iddyn nhw, a allent fynd, a fyddai angen rhywfaint o gefnogaeth efallai – a meddwl gyda'ch gilydd am ba fath o gefnogaeth sydd ar gael. Nid oes rhaid ichi awgrymu'r holl atebion a darparu'r holl gefnogaeth, ond mae lle am sgwrs i weithio pethau allan wastad yn ddefnyddiol.

- **Gwneud yr hyn sy'n bwysig i'r bobl sy'n cyfranogi:**

Mae eich gwaith wedi cael ei siapio o gwmpas yr hyn sy'n bwysig i'r unigolyn. Rydych yn holi sut y mae pobl yn dod ymlaen, pa atebion y maen nhw wedi meddwl amdanynt yn barod, a sut y mae canlyniad da yn edrych iddyn nhw, cyn i chi benderfynu ar yr hyn sydd orau iddyn nhw. Er enghraifft, rydych yn siarad â gofalydd am ba gyfathrebu sy'n gweithio orau iddyn nhw er mwyn cael gwybod y diweddaraf am y person maen nhw'n gofalu amdanynt; neu rydych yn trafod pa fath o seibiant fyddai'n ddefnyddiol iddyn nhw a sut allai edrych, cyn ichi fynd am fwydlen o'r dewisiadau seibiant sydd ar gael ar hyn o bryd. Mae'n bosib nad yw'r dewisiadau presennol yn cyfateb yn union i'w dymuniadau, ond trwy drafod sut mae da yn edrych gallwch nodi pa agweddau sy'n bwysig a dod o hyd i'r un sy'n gweddu orau i'w hanghenion. Hefyd, gallai arwain at bosibiliadau annisgwyl nad ydynt ar y fwydlen ond y byddai'n hawdd eu gweithredu.

- **Meithrin cysylltiadau a seilir ar ffydd a rhannu pŵer:**

Rydych yn cymryd yr amser i feithrin cysylltiadau, ymddiriedaeth a dealltwriaeth. Hyd yn oed pan fydd amser yn dynn neu efallai pan fyddwch chi'n cwrdd â gofalydd neu glaf neu ofalwr unwaith, gallwch fynd ati mewn ffordd berthynol trwy wrando'n astud a thrafod, gan ddangos eu bod yn bwysig a'ch bod yn gwerthfawrogi'r cysylltiad hwn. Er enghraifft, yn hytrach na theipio'r nodiadau wrth i rywun siarad, cymerwch eiliad i roi eich holl sylw iddyn nhw. Gwrandewch ar yr hyn mae nhw fwyaf pryderus yn ei gylch a gofynnwch beth maen nhw'n gobeithio fydd yn digwydd (sut mae canlyniad da yn edrych iddyn nhw). Ail-adroddwch beth maen nhw newydd ei ddweud i ddangos eich bod wedi gwrando a deall, ac yna cofnodwch y wybodaeth hon yn eich nodiadau. (Cofiwch pa mor emosiynol yw'r sefyllfa i unrhyw un sy'n mynd i leoliad gofal iechyd oherwydd mater gofal iechyd, boed iddyn nhw'u hunain neu'r person maen nhw'n gofalu amdanynt. Mae amynedd a dealltwriaeth yn hanfodol.)

- **Galluogi pobl i ysgogi newid:**

Rydych chi'n gweld eich rôl fel un sy'n galluogi pobl i ysgogi newid, ac nid dim ond darparu gwasanaeth. Er enghraifft, trwy wrando ar eu cryfderau a beth maen nhw ei angen, eu helpu i wneud cysylltiadau newydd, a llunio atebion gyda'ch gilydd, rydych yn helpu pobl i dyfu eu hyder ac adeiladu eu hadnoddau eu hunain.

Mae cyd-gynhyrchu ar lefel unigol yn digwydd yn bennaf yn yr eiliadau o ryngweithio gyda'r bobl rydych yn gofalu amdanynt a'u gofalwyr. Efallai ei fod yn teimlo'n syml ac yn fach, ond mae'r effeithiau mor bwerus a phwysig.

Gallai fod yn ddefnyddiol meddwl am gyd-gynhyrchu unigol fel cyfres o arferion bywyd neu waith, ychydig fel ymarfer corff; dydyn ni ddim yn holi, "Pryd fydda' i'n heini ac yn gallu peidio â gwneud ymarfer corff? 'Dyw'r corff dynol ddim yn ymddangos fel petai'n dod yn iach." Yn yr un ffordd, nid rhestr o bethau i'w gwneud yw cyd-gynhyrchu, na phrosiect sy'n gorffen, ond dydy hynny ddim yn golygu na allwn ni ddod yn fwy heini (yn bersonol, yn broffesiynol, fel gwasanaeth, fel sefydliad, ac fel cymdeithas).

3.2. Cyd-gynhyrchu fel grŵp

Os allwch chi ddylanwadu ar y ffordd y mae'ch gwasanaeth yn gweithio ac yn cyflawni ei amcanion, yna fe allwch chi lunio siâp gwasanaeth sydd wedi'i adeiladu ar brofiad gofalwyr a'r bobl maen nhw'n gofalu amdanynt, trwy ddod â grŵp at ei gilydd i gyd-gynhyrchu dyluniad eich gwasanaeth (neu ei wella neu drawsnewid).

- **Gwerthfawrogi'r holl gyfranogwyr, a magu eu cryfderau:**

Rydych chi'n dod o hyd i ffyrdd o ddefnyddio'r asedau a'r adnoddau sydd yn eich timau; ymysg eich defnyddwyr gwasanaethau a'ch gofalwyr; ac yn eich rhwydweithiau a'u cymunedau, a'u datblygu. Bydd hyn yn cyfrannu at feithrin hyder a chapasiti pob un ymhellach. Er enghraifft, wrth gyd-gynhyrchu gyda gofalwyr byddech yn ceisio rhoi gofalwyr ynghanol y sgwrs, a gweithio allan pwy arall mae angen eu cynnwys a phwy all wneud

cyfraniad defnyddiol, allai gynnwys y person maen nhw'n gofalu amdanynt yn ogystal â gweithwyr proffesiynol.

Wrth ystyried "gofalwyr" gwnewch eich siwr eich bod yn cynnwys nifer o safbwyntiau gwahanol, o ofalwyr ifanc ac oedolion ifanc sy'n ofalwyr, i riant ofalwyr, gofalwyr brechdan (gofalu am blant a pherthnasau oedrannus ar yr un pryd), gofalwyr hŷn, gofalwyr o gymunedau lleiafrifoedd ethnig ac o'r gymuned LHDTC+ ac ati – yn ogystal â'r gwahanol sefyllfaoedd a chyflyrau y gallent fod yn gofalu amdanynt, er enghraifft dementia, materion iechyd meddwl, anableddau dysgu, camddefnyddio sylweddau, ac ati.

Yn ymarferol, efallai y byddwch chi'n dymuno dechrau trwy fapio pwy yr ydych chi'n eu 'nabod a beth yr ydych chi'n ei wybod.

Mapio pwy rydych chi'n eu 'nabod a beth rydych chi'n ei wybod

Rydych wedi nodi her yr hoffech roi sylw iddi trwy ddull cyd-gynhyrchu fel grŵp. Lle da i ddechrau yw edrych ar yr hyn sydd gennych chi – gwnewch restr o'r:

- hyn rydych chi'n ei wybod am y cwestiwn;
- pwy ydych chi'n eu 'nabod sy'n berthnasol i'ch cwestiwn.

1. Beth rydych chi'n ei wybod

Casglwch yr ymchwil neu'r wybodaeth sydd gennych yn barod am yr her ynghyd, gan gynnwys data sydd wedi eu cyhoeddi, canlyniadau arolygon ac ymgynghoriadau, ac unrhyw gamau ymgysylltu neu gyd-gynhyrchu blaenorol a'r canlyniad. Anaml iawn fyddwn ni'n dechrau gyda chynfas gwag; yn wir fel arfer mae yna resymeg dros ddilyn dull cyd-gynhyrchu i roi sylw i her, ac mae hyn ynddo'i hun yn wybodaeth ddefnyddiol.

Cofiwch ystyried y ddau fath o wybodaeth:

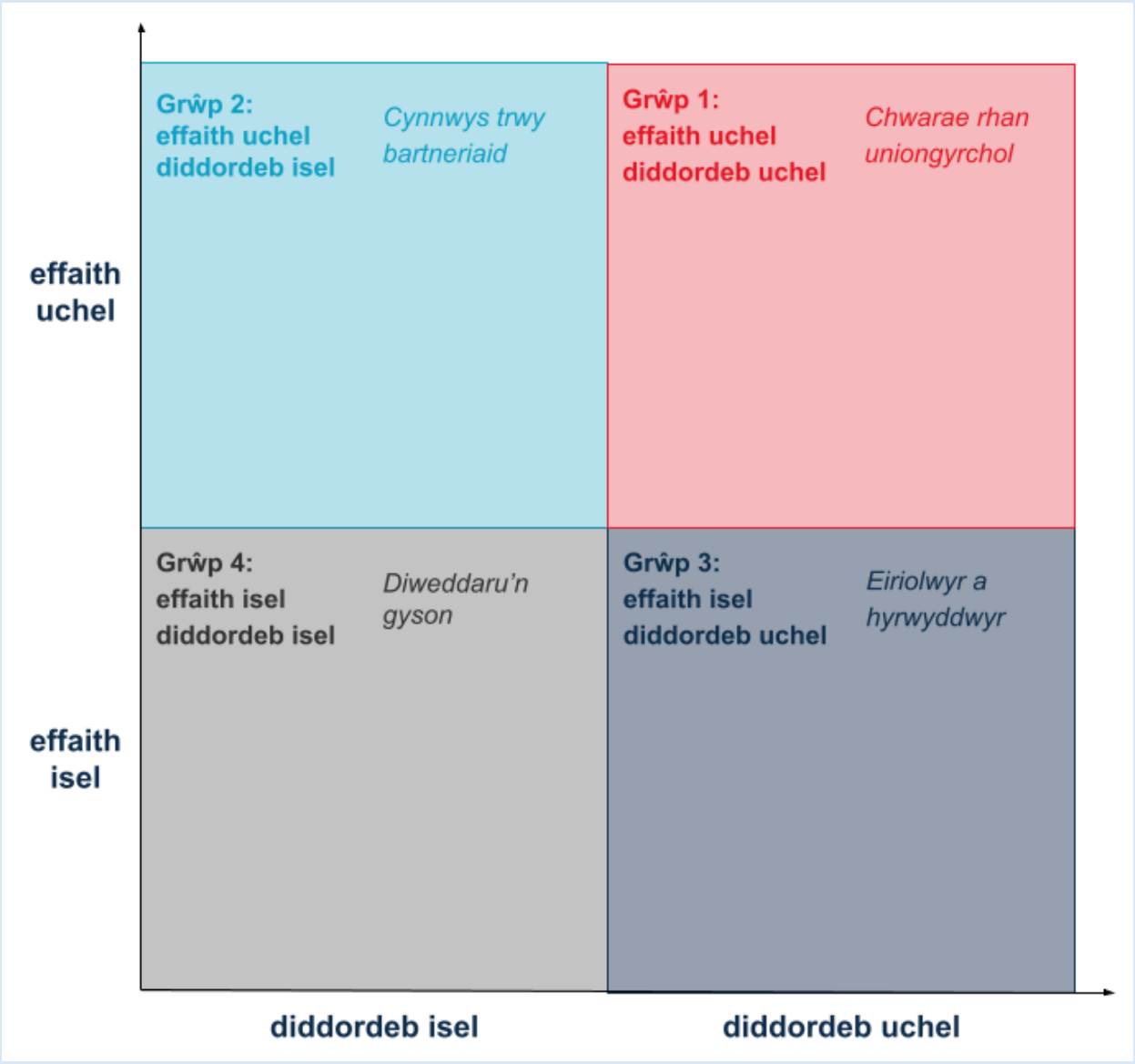
- gwybodaeth "broffesiynol" sy'n dod o ffynonellau y mae gan weithwyr proffesiynol yn unig, ac nid dinasyddion, fynediad atynt (e.e. canlyniadau iechyd mewn poblogaeth): mae hwn yn gyfle i rannu'r data hyn gyda'r defnyddwyr gwasanaethau a'r gofalwyr yn eich grŵp cyd-gynhyrchu;
- "gwybodaeth gan ddinasyddion" sy'n dod o brofiad bywyd o sefyllfaoedd (e.e. cyflyrau iechyd) neu trwy gael mynediad at wasanaethau a'u defnyddio: mae hon yn wybodaeth y mae ar weithwyr proffesiynol, gofalwyr a'r bobl maen nhw'n gofalu amdanynt ei h angen i gyfrannu.

Os yw'ch her cyd-gynhyrchu yn seiliedig ar ofalwyr mewn lleoliad penodol, ac mae ei ffocws ar gymuned neu gymdogaeth, mae arnoch angen mapio yr hyn yr ydych yn ei wybod am yr asedau yn y lleoliad hwnnw hefyd: lleoedd a safleoedd, pobl a sgiliau, gweithgareddau a digwyddiadau, adnoddau ac offer, mudiadau angor a grwpiau cymunedol. Gallwch lunio rhestr fesul categori, neu eu nodi ar fap o'r ardal. Gwnewch hyn fel ymarfer tîm gydag aelodau'ch grŵp cyd-gynhyrchu (gweler isod!), ac yn enwedig gyda phartneriaid a thrigolion lleol sy'n 'nabod yr ardal yn dda. Bydd hyn yn gymorth i chi dynnu ar gryfderafu'r lle, a'r asedau sydd yno'n barod, gyda'ch gilydd er mwyn datblygu atebion.

2. Pwy rydych chi'n eu 'nabod

Rydych chi am dynnu grŵp cyd-gynhyrchu amlddisgyblaeth at ei gilydd sy'n cynnwys pobl sydd â diddordeb mewn datrys yr her, gan gynnwys gofalwyr a'r bobl maen nhw'n gofalu amdanynt. Bydd gan bobl eraill ddiddordeb yn y canlyniad hefyd, ond efallai na fydd angen iddynt gyfrannu'n uniongyrchol yn y grŵp cyd-gynhyrchu.

- Dechreuwch trwy restru'r holl bobl sy'n berthnasol i'ch cwestiwn yn eich barn chi: gofalwyr, y bobl maen nhw'n gofalu amdanynt, rhanddeiliaid eraill o'r trydydd sector neu fudiadau statudol, cydweithwyr yn eich tîm a'ch mudiad ehangach, mudiadau eraill fel noddwyr a'r rheiny sy'n llunio polisïau.
- Gosodwch nhw ar fatrics yn ôl diddordeb ac effaith (hyd eithaf eich gwybodaeth, gan fod hwn yn fan cychwyn a gallwch ei ddiwygio wrth i chi gael rhagor o wybodaeth):
    - Faint o ddiddordeb sydd ganddynt yn eich cwestiwn (isel /uchel)? Efallai bod y cwestiwn yn berthnasol iawn iddynt ond efallai ei fod hefyd yn flaenoriaeth isel iddynt, neu efallai nad ydynt yn gwybod bod cyfle i gymryd rhan.
    - I ba raddau fyddan nhw'n elwa'n uniongyrchol ar y cwestiwn sy'n cael ei ddatrys (isel / uchel)? Efallai fod yr effaith yn uchel i ofalwyr ac yn isel i sefydliadau mawr lle mae'r cwestiwn hwn yn un o lawer o gwestiynau o fewn ystod o wasanaethau. (Nid yw hyn yn golygu nad yw'n cael effaith ynddo'i hun, ond ei fod yn berthynol i bopeth arall.)
    - Cam bonws: tanlinellwch, serennwch neu amlygwch mewn unrhyw ffordd y bobl hynny ar draws eich matrics, sy'n bobl o grwpiau sy'n cael eu tangynrychioli sydd ddim yn cael llais fel arfer (i'ch promptio i feddwl gallwch ddechrau gyda'r rhestr o nodweddion gwarchodedig).



Dyma floc adeiladu cyntaf cynllun ymgysylltu â chyfathrebu a fydd yn cefnogi eich prosiect cyd-gynhyrchu:

- Grŵp 1 (effaith uchel / diddordeb uchel) yw'r bobl yr ydych yn eu gwahodd i mewn i'ch grŵp cyd-gynhyrchu.
- Grŵp 2 (effaith uchel / diddordeb isel) yw'r rhai sy'n allweddol ond nad oes ganddynt ddiddordeb ar hyn y bryd (neu nid ydynt yn gwybod am y cyfle): rydych yn eu cyrraedd trwy eich sefydliadau partner ac, o godi eu hymwybyddiaeth neu ddiddordeb, gallent symud i mewn i Grŵp 1.
- Grŵp 3 (effaith isel / diddordeb uchel) sef y bobl sy'n poeni am y canlyniadau ond na fydd y canlyniadau'n effeithio'n uniongyrchol arnynt; yn aml maen nhw'n bartneriaid sy'n gallu eirioli dros eich her cyd-gynhyrchu a'i hyrwyddo, a helpu cynnwys Grŵp 2.
- Grŵp 4 (effaith isel / diddordeb isel) yw'r rheiny sydd â rhywfaint o ddiddordeb a bydd unrhyw newidiadau yn cyfrannu at eu darlun mwy, ond nid dyma yw eu prif

ffocws (noddwyr neu gomisiynwyr er enghraifft): rydych chi'n eu diweddaru nhw am ddatblygiadau. Efallai bod ganddynt y pŵer i fod yn alluogwyr neu'n rhwystrau i'ch dull cyd-gynhyrchu, ac felly mae'n bwysig eu hystyried a rhannu lefel briodol o wybodaeth, heb iddynt gymryd y prif lwyfan a chymryd awenau'r broses gyd-gynhyrchu.

Rydym yn adeiladu ar hyn ac yn edrych ar wahodd pobl i mewn i'ch her cyd-gynhyrchu yn yr adran nesaf. Bryd hynny byddwn yn myfyrio ar yr ail werth ("datblygu rhwydweithiau ar draws seilos") yng nghyd-destun cyd-gynhyrchu fel grŵp.

- **Datblygu rhwydweithiau ar draws seilos:**

Rydych chi'n helpu pobl i feithrin cysylltiadau gydag actorion, rhanddeiliaid, cymunedau, grwpiau neu rwydweithiau eraill, trwy ddod â thîm amlddisgyblaeth o randdeiliaid at ei gilydd o ystod o gefndiroedd a phrofiadau. Er enghraifft, trwy eich cyd-gynhyrchu gyda gofalwyr, byddant yn cyfarfod gofalwyr eraill ynghyd â grwpiau a sefydliadau nad oeddent efallai'n gwybod amdanynt, ac all gynnig mewnbwn a chefnogaeth, ac ehangu eu rhwydweithiau y tu hwnt i bwy a beth maen nhw'n gwybod amdanynt yn barod – ac mae hyn yn wir hefyd am bawb arall perthnasol gan gynnwys gweithwyr proffesiynol, sy'n elwa o wneud cysylltiadau ar draws ffiniau sefydliadol.

Yn ymarferol, dyma ambell air o gyngor am wahodd pobl i ymuno â'ch grŵp cyd-gynhyrchu.

Gwahoddwch bobl i ymuno â chi

Rydych wedi mapio'r hyn rydych chi'n ei wybod a'r rheiny rydych yn eu hadnabod, sef sylfaen eich cynllun ymgysylltu a chyfathrebu; nawr mae'n amser gwahodd pobl i gyfrannu.

1. Dechreuwch adeiladu eich tîm cyd-gynhyrchu amlddisgyblaeth

Ar gyfer Grwpiau 1, 2 a 3 a fydd yn cyfrannu at eich tîm cyd-gynhyrchu, meddyliwch am:

- **gysylltiadau sydd gennych yn barod**, y mae gennych berthynas â nhw yn barod ac yr ydych yn gallu estyn allan yn uniongyrchol atynt (waeth a ydyn nhw'n weithwyr proffesiynol yn eich sefydliad chi, neu mewn sefydliadau eraill, neu'n ofalwyr a'r bobl maen nhw'n gofalu amdanynt);
- **cysylltiadau newydd**, y mae angen eu cyrraedd a'u gwahodd arnoch hefyd, ond nad oes gennych gysylltiad uniongyrchol â nhw yn barod.

Adeiladwch eich cynllun ymgysylltu a chyd-gynhyrchu trwy feddwl am bob unigolyn yr ydych am eu cyrraedd. Er efallai fod gennych syniad da o flaenoriaethau eich partner sefydliadau, gofalwch eich bod yn ystyried yn ofalus iawn anghenion a blaenoriaethau'r gofalwyr yr ydych am eu cynnwys:

- Beth yw'r sianelau cyfathrebu sydd orau ganddynt?

- Sut mae eu diwrnodau a'u blaenoriaethau yn edrych?
- Pa wahoddiad fydd yn eu denu ac o ddiddordeb iddynt?
- Sut allwch chi ddangos eich bod yn eu gwerthfawrogi nhw a'u mewnbwn?
- A allwch chi gael gwared ar unrhyw rwystrau sy'n eu hatal rhag cymryd rhan?

Os nad ydych yn siwr am yr atebion i'r cwestiynau hyn, dewch o hyd i rywun sy'n gwybod a gofynnwch iddyn nhw! Gofynnwch i ofalwyr beth fyddai'n gweithio iddyn nhw, neu os nad ydych wedi cysylltu eto gofynnwch i gydweithwyr sy'n gweithio'n uniongyrchol gyda gofalwyr, fe fydd ganddyn nhw rai syniadau da a byddant yn gallu eich cysylltu â gofalwyr fydd yn gallu helpu.

Gweithiwch gyda sefydliadau eraill, boed hynny'n rhai statudol neu drydydd sector, a grwpiau cymunedol lleol, a thrwyddynt. Trwy feithrin eich cysylltiad â nhw, a gwerthfawrogi eu gwybodaeth a'u profiad, rydych yn ffurfio cynghreiriaid a phartneriaid y gallwch ymddiried ynddynt a fydd yn gallu eich helpu i ffurfio mewnwelediadau a chyd-destunau diwylliannol, a chyrraedd y bobl yr ydych yn edrych amdanynt yn y ffordd iawn.

2. Saernïwch eich gwahoddiadau

Ni fydd yr un peth yn addas i bob un, ac felly rhowch ddewis i bobl ynghylch sut i gyfrannu (ac i ba raddau): cynigiwch sawl opsiwn, er enghraifft cwrdd yn bersonol, neu gyfarfod ar-lein i'r rheiny sydd ddim yn gallu dod yn bersonol, neu alwad ffôn un-i-un os ydynt yn dymuno rhannu eu syniadau ond nid ydynt yn gallu dod i gyfarfod grŵp, neu holiadur ar-lein os ydynt yn dymuno rhannu syniadau ond nid oes ganddynt lawer o amser, ayb.

Mae gwahoddiad sy'n apelio hefyd yn rhoi rheswm i bobl gyfrannu: beth maen nhw'n ei gael allan o'r broses? Pa wahaniaeth fydd hyn yn ei wneud iddyn nhw a'u teuluoedd, i'r gwasanaeth sy'n eu cefnogi? A fyddwch chi'n darparu cinio, talebau neu daliad i gydnabod eu hamser a'u cyfraniad?

Byddai'n ddefnyddiol petai'r gwahoddiad hefyd yn dangos eich bod wedi meddwl yn ofalus am fynediad pobl a'u cysur: mae hyn i'w weld yn yr amser a'r hyd yr ydych yn eu dewis, y lleoliad (gan gynnwys ar-lein), fformat y digwyddiad ac unrhyw ddarpariaethau eraill yr ydych wedi eu trefnu.

3. Cadwch olwg ar gynhwysiant ac amrywiaeth

Dosbarthwch eich gwahoddiadau a monitro'r ymatebion.

Sicrhewch eich bod yn cynnwys yr holl leisiau nad ydynt yn cael eu cynnwys yn aml: yn rhannol oherwydd mai dyna'r peth iawn i'w wneud, ac yn rhannol oherwydd wrth i chi ddylunio o'r ymylon, mae pawb yn elwa. (Mae "Dylunio o'r Ymylon/Design From the Margins" yn ddull dylunio sy'n galw am ganoli'r rheiny sydd fwyaf agored i niwed ac sy'n gweld y fwyaf o effaith yn ein cymdeithas, i'r broses ddylunio, o'r syniad i'r gweithredu. Mae hyn yn fuddiol i bawb, oherwydd wrth ddeall anghenion a dymuniadau cymunedau mwy penodol, cymhlyg ac agored i niwed, rydym yn eu cefnogi ac yn eu hamddiffyn nhw, ond gellir cyffredinoli achosion hefyd a sicrhau buddion trosglwyddadwy ar gyfer y

gynulleidfa ehangach.) Pwyswch at or-gynrychioli'r lleisiau sy'n cael eu tangynrychioli, oherwydd dyna sut fyddwch chi'n cael y mwyaf o fewnwelediad.

Yn rhan o'r broses o sicrhau bod eich grŵp yn gynrychiadol ac yn amrywiol, gwiriwch fod yr ystod ehangaf o sefyllfaoedd a phrofiadau yn cael eu cynrychioli – er enghraifft mae gofalwyr yn gallu bod yn rhieni sy'n ofalwyr, yn ofalwyr ifainc, yn ofalwyr dementia ayb., ac felly ni all un gofalwr siarad dros bawb (ac ni ddylech ddisgwyl iddynt wneud hynny). Yn yr un modd, ceisiwch gael mwy nag un cynrychiolydd ar gyfer categori cyfan, rhanbarth gyfan ayb. fel bod y cyfrifoldeb yn cael ei rannu ar draws sawl ysgwydd a'i fod yn gynaliadwy i bobl gymryd rhan ynddo.

Cofiwch fod gofalwyr a'r bobl maen nhw'n gofalu amdanynt yn cymryd rhan ar ben eu hymrwymiadau a'u cyfrifoldebau gwaith a bywyd eraill, a'u bod yn delio â sefyllfaoedd bywyd sy'n gyfrifol am bwysigrwydd eu profiad bywyd a'u mewnbwn. Yn gyffredinol, nid yw pobl yn cael eu talu i gyd-gynhyrchu (wel, dylent gael eu talu, ond mae hwnnw'n destun ehangach arall!) – ac felly nid eu gwaith nhw yw cyfranogi, ac nid oes arnyn nhw eu hamser na'u diddordeb i ni. Sut allwn ni ddangos ein bod ni'n eu gwerthfawrogi ac eisiau iddynt gymryd rhan?

4. Parhewch i adeiladu eich grŵp cyd-gynhyrchu

Ni fydd pob un ar eich rhestr o bobl ddelfrydol yn cyfrannu o'r dechrau'n deg. Yn gyntaf, mae'n iawn i chi weithio gyda niferoedd bach. Cyd-gynhyrchu yw hyn, nid ymchwil: mae syniad da yn syniad yr un mor dda hyd yn oed os mai un person sy'n cael y syniad hwnnw! Ond hefyd, mae'n ddeialog barhaus, ac nid yn sgwrs sy'n digwydd unwaith yn unig, felly fe allwch chi barhau i ddod â mwy o randdeiliaid a phobl i mewn i'r sgwrs: a pharhau i ofyn "Pwy sydd ar goll?"

Os na fydd pobl yn dod, peidiwch â chymryd mai diffyg diddordeb, diffyg ymgysylltu, neu yn waeth byth, diffyg apathi, sy'n gyfrifol! Ydych chi wedi dod o hyd i'r sianelau a'r negeseuon sy'n gweithio orau iddyn nhw eto?

Cyngor pwysig! Lluniwch ddolen gyd-gynhyrchu fach: cyd-ddyluniwch y digwyddiadau a'r deunyddiau ar gyfer y gwahoddiadau gyda rhai o'r gofalwyr y cawsant eu darparu ar eu cyfer. Pan fyddwn ni wedi ein sefydlu mewn sefydliadau a phrosesau rydyn ni mor gyfarwydd â nhw fel ein bod ni'n anghofio sut beth yw dod ar eu traws fel rhywun o'r tu allan, ac mae angen parau o lygaid ffres arnom! Peidiwch â bod yn amddiffynnol; y nod yw cyflawni'n well gyda'n gilydd: gwrando, deall a gwella.

5. Diweddarwch bobl eraill

Mae eich Grŵp 4 (effaith isel / diddordeb isel) yn bobl sydd â rhywfaint o ddiddordeb yn y canlyniadau yn rhan o'u darlun mwy; efallai eu bod nhw'n noddwyr neu'n gomisiynwyr, er enghraifft. Gwnewch yn siŵr eich bod yn eu diweddaru am y datblygiadau. Efallai bod ganddynt y pŵer i alluogi neu rwystro eich dull cyd-gynhyrchu, ac felly mae'n bwysig eu hystyried a rhannu lefel briodol o wybodaeth, heb iddynt gymryd y llwyfan i gyd a chymryd awenau'r broses gyd-gynhyrchu yn llwyr.

Nawr eich bod chi wedi dechrau adeiladu eich grŵp, mae'n amser gwrando! Yn yr adran nesaf, lle'r ydym yn myfyrio ar y trydydd gwerth ("gwneud yr hyn sy'n bwysig i'r bobl sy'n gysylltiedig"), rydym yn edrych ar feithrin cyd-ddealltwriaeth trwy wrando ar werthoedd pobl, eu profiadau a'u syniadau.

- **Gwneud yr hyn sy'n bwysig i'r bobl sy'n cyfranogi:**

Ry'ch chi'n canolbwyntio ar greu canlyniadau da (y gwahaniaeth y mae'ch gwaith yn ei wneud i fywyd rhywun) yn gymaint ag yr ydych ar yr allbynnau y mae angen ichi adrodd arnynt (beth wnaethoch chi a faint neu ba mor aml). Er mwyn darganfod beth yw'r canlyniadau hyn, rydych chi'n dechrau gyda sgwrs, ac yn gwrando ar y rheiny sydd ddim yn cael eu clywed fel arfer yn y cyd-destunau hyn. Er enghraifft, fel arfer mae gan ofalwyr a'r bobl maen nhw'n gofalu amdanynt syniadau da yn seiliedig ar brofiad ymarferol o beth allai weithio.

Mae'n bwysig gwrando arnyn nhw, yn rhannol oherwydd ei fod yn arfer rhoi'r person yn gyntaf da, ond hefyd oherwydd y gallent fod yn atebion syml, effeithiol na fyddai sefydliadau wedi'u hystyried. (Meddyliwch am berson a chanddynt amhariadau golwg oedd yn ei chael yn anodd dod o hyd i switsys golau gwyn ar waliau gwyn y fflat roedden nhw newydd symud iddo. Awgrymodd y cyngor lleol werth £13,000 o dechnoleg gynorthwyol, ond yr ateb a weithiodd oedd ychwanegu borderi du o gwmpas y switsys golau, a gostiodd lai na £10 ar draws y fflat cyfan.)

Yn ymarferol, mae yna ambell gwestiwn allweddol y byddwch chi am eu gweu i mewn i'r sgwrs.

Gwrandwch am syniadau a chryfderau

Rydych wedi dod â'ch grŵp cyd-gynhyrchu at ei gilydd. Nawr mae angen i chi feithrin cyd-ddealltwriaeth ac arferion gweithio da, trwy wrando ar werthoedd pob un, eu profiadau a'u syniadau.

Creu lle ble mae pob un yn gallu rhannu'r hyn maen nhw'n ei wybod ac yn ei feddwl am yr her yr ydych wedi dod at eich gilydd i roi sylw iddi. Yn ogystal â'r data gan y gweithwyr proffesiynol, mae'n hollbwysig clywed profiadau bywyd pobl a gwrando am eu cryfderau, syniadau ac atebion posibl. (Pan fyddwch chi'n adnabod cryfderau, dylech edrych i weld os ydych yn gallu manteisio i'r eithaf arnynt ar gyfer eich prosiect. Mae hwn yn rhan o'r broses o adeiladu ar yr holl adnoddau sydd ar gael i ni gyda'n gilydd.)

Mae'n ddefnyddiol i weithwyr proffesiynol glywed am brofiad bywyd y gofalwyr o lygad y ffynnon; ac mae'n ddefnyddiol hefyd i ofalwyr a theuluoedd glywed safbwyntiau'r gweithwyr proffesiynol, a chael golwg ar y trefniadau a'r systemau (a'r cyfyngiadau) maen nhw'n gweithio oddi fewn iddynt. Mae gwell cyd-ddealltwriaeth yn arwain at

gyd-gynllunio atebion mwy cadarn.

Dechreuwch y ddeialog gyda chwestiwn "dwedwch rywbeth wrtha i am …". (Er enghraifft: "dwedwch wrtha' i sut mae diwrnod arferol yn edrych i chi fel gofalwr".) Cadwch y cwestiwn ar y testun ond yn agored, a'i fframio mewn ffordd sy'n cael pobl i adrodd eu straeon. Cadwch y cwestiynau am eich gwasanaeth wrth gefn eich meddwl am nawr, a dechreuwch trwy wrando ar brofiadau pobl a'u syniadau. (Gallwch holi cwestiynau dilynol wedi hynny.) Cewch yr holl wybodaeth y mae ei hangen arnoch trwy ddeialog, ond mae'r egni'n wahanol: "ry'n ni yma i wrando arnoch chi", yn hytrach na "ry'n ni yma i siarad amdanom ni".

Gadewch i bobl siarad am yr hyn maen nhw eisiau siarad amdano. Os ydych yn teimlo bod y testun yn crwydro, holwch gwestiynau am sut y mae eu stori'n berthnasol i'r her yr ydych yn ei datrys gyda'ch gilydd, neu dynnwch y cysylltiadau allan eich hunain. (Er enghraifft, mewn un gweithdy, arweiniodd sylwadau am faw ci at sgwrs ehangach am fannau gwyrdd, ymarfer corff, cysylltiadau cymunedol ac ynysu – nifer o benderfynyddion iechyd.)

Cwestiwn defnyddiol arall yw "sut y mae canlyniad da yn edrych" neu "sut y mae bywyd da yn edrych i chi". Peidiwch â phoeni os yw pobl yn gofyn am bethau sydd y tu allan i'ch dylanwad chi (er enghraifft, ennill y loteri!) – defnyddiwch hyn fel sbardun i ddarganfod mwy am yr hyn y byddai'n eu galluogi i'w wneud, sy'n datgelu beth sydd ei angen arnynt (yn hytrach na beth maen nhw ei eisiau).

Wrth gwrs, ry'n ni eisiau rheoli disgwyliadau a bod yn onest am yr hyn y gallwn ni weithredu arno'n uniongyrchol a'r hyn na allwn ni weithredu arno; ond weithiau efallai y byddwn yn gallu dylanwadu ar fudiadau eraill sy'n gallu gwneud hynny, neu bartneru gyda nhw!

Yn olaf, sicrhewch eich bod yn adeiladu cwestiynau yn ymwneud â syniadau ac atebion i mewn i'ch deialog. Beth sydd wedi gweithio yn y gorffennol? Pa syniadau sydd gan bobl? Beth sydd wedi gweithio mewn mannau eraill? Meddyliwch yn fwy eang am yr hyn a allai fod yn bosibl, yn hytrach na dechrau gyda dewislen o'r hyn sydd ar gael. Yn aml mae pobl yn meddwl am atebion symlach (ac felly rhatach).

Wrth i'r sgwrs lifo ac esblygu, byddwch yn cynnwys dadansoddiad o'r sefyllfa ar y pryd a'r data, ac yn tynnu atebion posibl eraill allan a'u defnyddio yn y pendraw i lunio cynllun gweithredu i brofi, gwerthuso ac addasu. Penderfynwch pwy sy'n gwneud beth a phryd y byddwch chi'n dod yn ôl at eich gilydd i adrodd yn ôl a myfyrio. Cofiwch fod gan bob un rhan i'w chwarae, ond na fydd pob un y chwarae'r un rhan.

Gair o gyngor! Er mwyn braenaru'r tir cyn y "prif gyfarfod cyd-gynhyrchu", efallai y byddwch eisiau gweithio gyda grwpiau gwahanol ar wahân cyn dod â nhw at ei gilydd, er enghraifft gweithwyr proffesiynol yn dod at ei gilydd i drafod ffyrdd o feddwl ac ymddygiadau sy'n gysylltiedig â chyd-gynhyrchu; a gofalwyr yn dod at ei gilydd i drafod eu hawliau, hyder a disgwyliadau. Mae yna gryfder mewn dysgu gan gymheiriaid! Yna, gyda'i gilydd, byddan nhw'n barod i gael deialog adeiladol. (Efallai mai cyd-gynhyrchu ydyw, ond nid yw'n golygu bod yn rhaid i bob un fod yn yr un ystafell drwy'r amser. Ond sicrhewch eu bod yn cwrdd ac yn cyd-ddylunio gyda'i gilydd ar ôl gosod y sylfeini, neu

nid cyd-gynhyrchu mohono!)

- **Meithrin cysylltiadau a seilir ar ffydd a rhannu pŵer:**

Rydych chi'n parchu persbectif pob un a'r gwerth y maen nhw'n ei gyflwyno i'r bwrdd. Er enghraifft, os oes gennych grŵp cyd-gynhyrchu y mae gofalwyr yn rhan ohono, gwnewch yn siwr eu bod yn cael eu clywed yn glir a chroch, ac nid yn ôl-ystyriaeth wedi i'r gweithwyr proffesiynol gael dweud eu dweud. Rhowch brosesau a chymorth llywodraethiant ar waith er mwyn iddynt gael llais cyfartal a'u bod cael yr un ystyriaeth â phawb arall -– fel cael gofalydd a gweithiwr proffesiynol i gyd-gadeirio'r grŵp.

Er mwyn i bobl ymddiried ynoch chi, mae arnoch angen arddangos y gallant ymddiried ynoch chi. Mae i fyny i chi i droi i fyny, i feddwl gydag empathi am brofiad pobl yn y grŵp hwn a herio unrhyw arferion sy'n brin o'r nod, cau dolenni cyfathrebu a dweud wrth bobl beth sy'n digwydd yn ganlyniad i'w cyfranogiad. Peidiwch â bod yn ffrind gwael sy'n cysylltu dim ond pan fydd arno eisiau rhywbeth! Er enghraifft, mewn prosiectau cyd-gynhyrchu y cam sydd bob tro'n cael llawer o adborth cadarnhaol yw mynd yn ôl at y gofalwyr a'r defnyddwyr gwasanaethau fu'n rhan o'r gwaith o'r cychwyn cyntaf, a dangos iddynt y cynnyrch y maen nhw wedi cyfrannu at ei lunio. Mae'r sylwadau'n rhannol am y cynnyrch ei hun, ond mae'r rhan fwyaf yn diolch am y diweddariad. O'r herwydd, mae pobl wastad yn cytuno cymryd rhan eto yn y dyfodol; mae hyn yn cyfrannu at adeiladu perthnasoedd hirdymor, a chronfa o gynghreiriaid a chyfeillion y sefydliad y gallwch droi atynt eto..

- **Galluogi pobl i ysgogi newid:**

Rydych chi'n helpu pobl i adeiladu'r bywyd maen nhw ei eisiau trwy eu galluogi i weithredu. Er enghraifft, trwy gyfrannu at brosiect cyd-gynhyrchu, gall pobl fynd ymlaen i gyfrannu at bynciau eraill, dod o hyd i'w llais ac adeiladu eu hyder, rhannu eu syniadau da, a gwneud i newid cadarnhaol ddigwydd yn eu cymunedau a rhwydweithiau.

Rydych chi'n galluogi eich tîm a'ch cydweithwyr i weithio mewn ffordd sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn. Er enghraifft, trwy greu'r amodau ar gyfer trefn gyd-gynhyrchu fel strwythurau a ffyrdd o weithio cefnogol, gall pawb perthnasol gael profiad uniongyrchol o werth clywed gan leisiau a phrofiadau bywyd o bob math, a chryfhau eu harfer beunyddiol.

Rydych chi'n parhau i weithio ar eich ffordd o feddwl a'ch gwerthoedd, ac ar sut yr ydych chi'n deall pŵer (ac y perthnasu â phŵer). Er enghraifft, rydych yn sylwi ar y ffurfiau grym gwahanol sy'n bresennol mewn grŵp cyd-gynhyrchu. A roddir llai neu fwy o bwys ar brofiad bywyd nac arbenigedd proffesiynol, neu a yw'r ddau yn cael eu trin yn gyfartal? Pwy sydd â mwy neu lai o rym cymdeithasol oherwydd eu rhywedd, oed ac ethnigrwydd? Pwy sydd â grym safleol (oherwydd eu swydd neu statws mewn sefydliad) a sut maen nhw'n ei ddefnyddio? A yw'r bobl sydd â grym yn ei ddefnyddio i godi a gwneud lle i leisiau eraill?

Rydych chi'n dysgu nad oes rhaid i CHI drwsio popeth. (Ry'n ni'n cael ein hyfforddi i gymryd cyfrifoldeb, ond mae hyn hefyd yn datrymuso pobl eraill os nad ydym yn gadael iddyn nhw chwarae eu rhan.) Er enghraifft, mewn prosiect i sefydlu caffi dementia, arweiniodd gofalwyr ar y gwaith dylunio, dod o hyd i leoliad, a chysylltu gyda'r bobl leol yn y pentref; roedd y gweithwyr proffesiynol yn y grŵp yn cynnal cydbwysedd rhwng gadael i'r gofalwyr fwrw iddi, a bod ar gael i gynghori ac arwain lle'r oedd angen; a nhw arweiniodd ar ddod o hyd i ffordd drwy'r prosesau gweinyddol a biwrocrataidd.

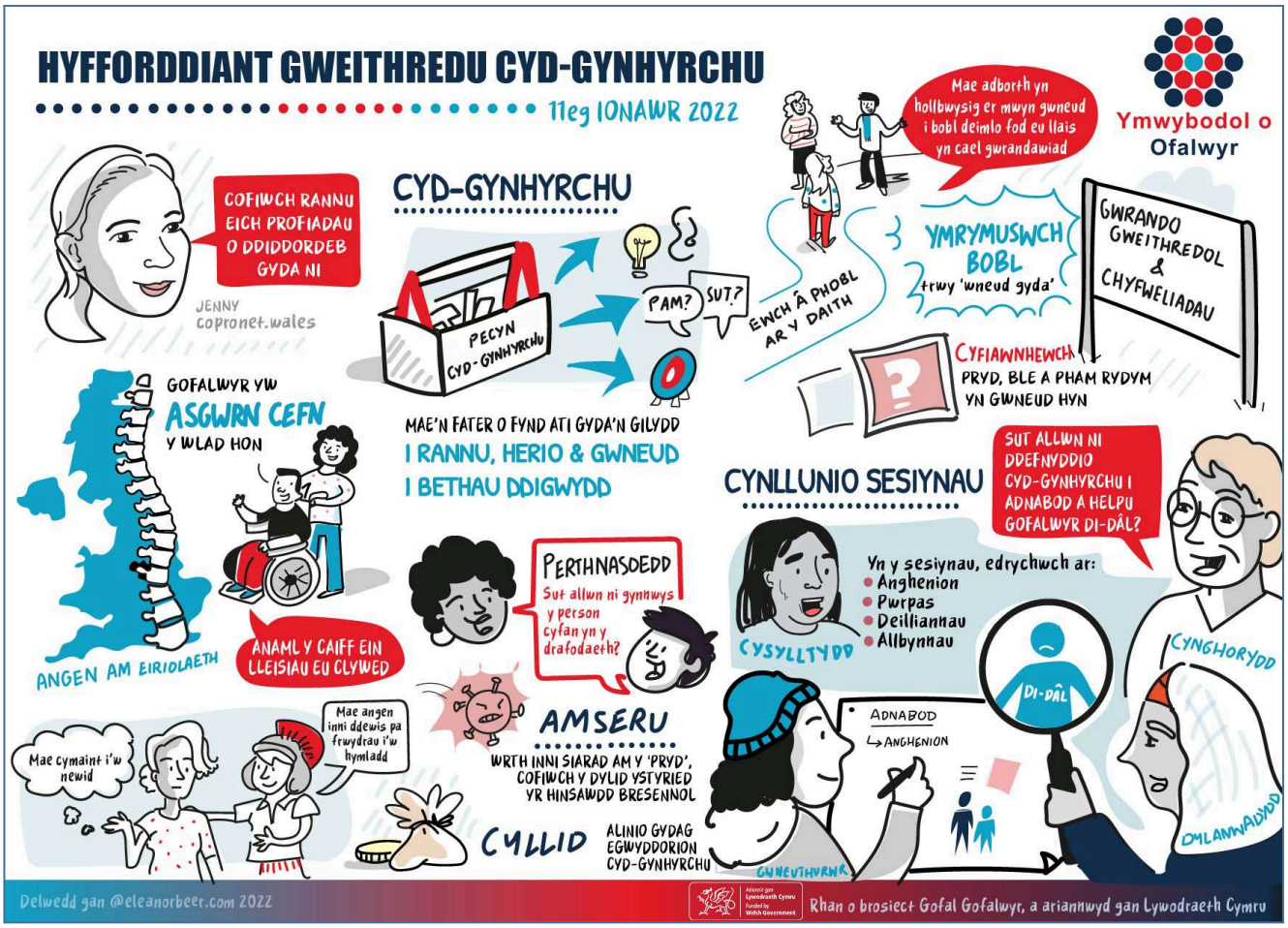
Rydych chi'n dysgu dweud, "Dydw i ddim yn gwybod. Gadewch i ni ddod i waelod hyn gyda'n gilydd."; i droi i fyny gyda chwestiynau yn hytrach nag atebion; i ddod â'r pethau mai chi yn unig sy'n gallu eu gwneud, ac i chwilio a gwrando am y pethau mai dim ond eraill sy'n gallu eu gwneud, gan ychwanegu at eich nerth cyfunol. Er enghraifft, sylwodd swyddogion cyngor fod data addysgol yn gyson yn dangos canlyniadau is i fechgyn mewn grŵp lleiafrif penodol yn y rhanbarth, er gwaethaf ymdrechion gwahanol i wella hyn. Trwy'r ysgolion gwnaethant gysylltu â mamau, dod â grŵp cyd-gynhyrchu at ei gilydd, dangos y data a'r canfyddiadau iddynt, ac agor sgwrs am y canlyniadau, sut nad oedd yr hyn roeddent wedi'i wneud hyd yn hyn wedi gweithio, gofyn am bethau nad oeddent yn gwybod amdanynt, ac am sut i ddatrys y mater gyda'i gilydd. Arweiniodd hyn at greu grŵp dan arweiniad y gymuned, gyda mewnbwn a chefnogaeth gan y cyngor, ac fe lwyddwyd i gau'r bwlch yn y canlyniadau.

Rydych chi'n dysgu troi i fyny yn llawn chwilfrydedd, tosturi, empathi, caredigrwydd – tuag at eraill a thuag atoch chi'ch hun. Er enghraifft, wrth ddod i adnabod y budd-ddeiliaid eraill yn eich grŵp cyd-gynhyrchu rydych yn cael eich atgoffa fod gofalwyr, y bobl maen nhw'n gofalu amdanynt, a'r holl weithwyr proffesiynol sy'n eu cefnogi, yn bobl o gig a gwaed a chanddynt fywydau cyfoethog a mwy o haenau a phrofiad nac y gallwch eu gweld ar yr olwg gyntaf. Gwnewch le ac amser i storïau gael eu hadrodd a'u rhannu, maen nhw'n cyfrannu at adeiladau'r perthnasoedd gweithio.

Trwy gyd-gynhyrchu gallwch fod yn rhan o'r newid rydych eisiau'i weld yn y byd. Er enghraifft, rydych yn ceisio ymgorffori gwerthoedd cyd-gynhyrchu sy'n rhoi'r person yn gyntaf, ond rydych yn sylwi fod eich grŵp cyd-gynhyrchu yn dod ben ben â rhwystrau strwythurol neu feddylfrydol. Rydych yn defnyddio cytundebau a gwerthoedd eich grŵp i weithio mor gynhwysol a hyblyg ag y gallwch o fewn y ffiniau hyn trwy ddod o hyd i atebion gyda'ch gilydd. Rydych yn cydnabod fod pobl yn gyffredinol yn gwneud y gorau y gallant, ond eu bod weithiau'n cael eu cyfyngu gan y sefyllfa maen nhw ynddi (gan gynnwys y gofalwyr yn ogystal â'r gweithwyr proffesiynol). Ond trwy gyrchu eich nodau cyd-gynhyrchu i'r eithaf posib o fewn y cyfyngiadau hyn, rydych gyda'ch gilydd yn dylanwadu ar y system ehangach trwy ddangos arloesedd, gwaith ataliol a hirdymor yn eich arfer.

Mae gan gyd-gynhyrchu fel grŵp y potensial i drawsnewid gwasanaethau, canlyniadau a bywydau. Os ydych chi'n ymddwyn mewn ffordd docenistaidd yna rydych chi'n gwastraffu amser pob un (gweithwyr proffesiynol yn ogystal â gofalwyr a'r bobl maen nhw'n gofalu amdanynt), a hefyd yn niweidio cydberthnasau, ymddiriedaeth ac ewyllys da tuag at unrhyw ymdrechion i gyfranogi neu ymgyfrannu yn y dyfodol. Sicrhewch, os ydych chi'n dechrau ar

broses gyd-gynhyrchu, eich bod chi'n gwneud hynny go iawn, ac nid fel sioe; a'ch bod wedi ymrwymo i weithredu ar sail canfyddiadau'r grŵp.



3.3. Cyd-gynhyrchu strategol

Os ydych chi'n gallu dylanwadu ar y ffordd y mae'ch sefydliad yn gweithio ac yn bodloni ei ddyletswyddau statudol, yna fe allwch chi greu diwylliant sy'n seiliedig ar lais gofalwyr a'r bobl maen nhw'n gofalu amdanynt, trwy sefydlu polisïau a phrosesau llywodraethu sy'n meithrin ymddygiadau cyd-gynhyrchu ar draws eich sefydliad.

- **Gwerthfawrogi'r holl gyfranogwyr, a magu eu cryfderau:**

Rydych yn dangos eich bod yn gwerthfawrogi cyfraniad pob un, ac yn sicrhau bod llais pob un yn cael ei glywed. Er enghraifft, mae gennych le i ofalwyr ar eich byrddau a grwpiau llywio, ac rydych yn gwneud yn siwr eich bod yn rhoi'r cymorth y maen nhw ei angen er mwyn chwarae rhan lawn (trwy gael sgyrsiau am beth fyddai'n helpu, a dod o hyd i atebion fyddai'n cwrdd â'u hanghenion gyda'ch gilydd); mae gennych reolau sylfaenol ac rydych yn tynnu sylw at ymddygiadau nad ydynt yn parchu neu'n gwerthfawrogi eu presenoldeb a'u cyfraniad. Gallwch gael gofalydd a gweithiwr proffesiynol i gyd-gadeirio grŵp; gallwch gael pwynt cyswllt dynodedig a chefnogaeth ar gyfer y cynrychiolwyr gofalwyr i gael esboniadau ychwanegol a pharatoi ar gyfer cyfarfodydd – a gorau i gyd os yw'r pwynt cyswllt yn berson

uwch, gan fod hyn yn dangos y gwerth rydych yn ei roi ar y gofalwyr a'ch ymrwymiad i wrando arnynt.

- **Datblygu rhwydweithiau ar draws seilos:**

Rydych yn defnyddio rhwydweithiau i ysgogi newidiadau cadarnhaol. Mae cysylltu gweithwyr proffesiynol â defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr yn creu cyd-ddealltwriaeth, mwy o fewnwelediad, ac arloesi. Er enghraifft, gallech ymuno â neu greu gweithgor gyda phartneriaid o sefydliadau yn gweithio yn eich sector neu ar fater penodol. Gallwch eiriol dros roi lle i ofalwyr a defnyddwyr gwasanaethau ar y bwrdd a chreu strwythur o fewn eich sefydliad i wneud i hynny ddigwydd. Gallech sefydlu grwpiau defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr er mwyn meithrin y cysylltiadau hyn yn barhaus, a. chael llais cyson yn y sgwrs ehangach heb roi'r holl gyfrifoldeb ac ymrwymiad ar un neu ddau berson.

- **Gwneud yr hyn sy'n bwysig i'r bobl sy'n cyfranogi:**

Mae eich systemau monitro a gwerthuso yn cynnwys mesur y canlyniadau da fel y diffinnir gan eich defnyddwyr gwasanaethau, cleifion a gofalwyr; ac maen nhw'n rhan o'r broses. Er enghraifft, os ydych yn rhedeg prosiect neu raglen fydd yn ddefnyddiol i ofalwyr, y gofalwyr sydd yn y sefyllfa orau i benderfynu sut mae llwyddiant yn edrych a pha ddangosyddion fyddai'n ddefnyddiol; yn ogystal â gwerthuso o brofiad personol beth sydd wedi newid yn ystod ac ar ôl yr ymyriad. Meddyliwch am ychwanegu prosesau monitro a gwerthuso cyfranogol a chyd-gynhyrchu all ddigwydd ar yr un pryd â metreg sefydliadol.

- **Meithrin cysylltiadau a seilir ar ffydd a rhannu pŵer:**

Rydych yn sicrhau bod eich dulliau gweithredu, eich systemau a'ch strwythurau yn galluogi pobl i feithrin cysylltiadau ac ymddiriedaeth ac yn eu hannog i wneud hynny, ac yn arwain at ddod i benderfyniadau ar y cyd. Er enghraifft, rydych yn cyd-gynhyrchu polisi cyd-gynhyrchu gyda'ch defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr; mae hyn yn creu cyd-ddealltwriaeth o'r nodau a'r ffyrdd o weithio, ac mae hynny'n cael ei drosi'n gynlluniau strategol, cynlluniau busnes a chynlluniau gwaith. Mae'r ymrwymiad sefydliadol yn cael ei ddeall ar bob lefel ac mae'n cefnogi newid i arferion beunyddiol.

- **Galluogi pobl i ysgogi newid:**

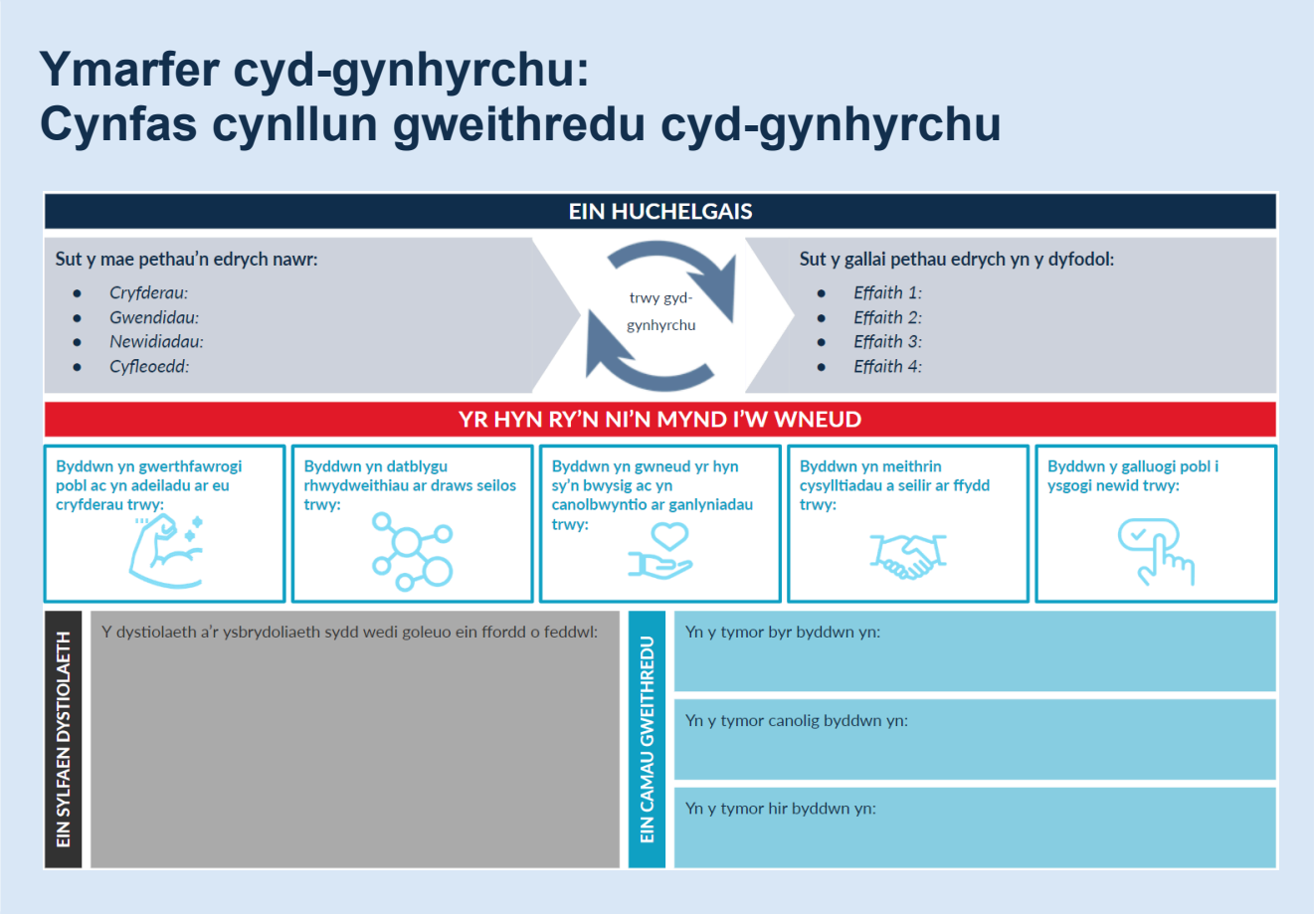
Rydych yn gweithio mewn partneriaeth â'r defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr yr ydych yn eu cefnogi, i gyd-gomisiynu, cyd-ddylunio, cyd-gyflwyno a chyd-werthuso eich gwasanaethau. Er enghraifft, maen nhw'n rhan o fyrddau a grwpiau llywio. Trwy'r strwythurau hyn maen nhw'n cyfrannu at lunio'r gwasanaethau sy'n eu cefnogi nhw ac eraill, gan gyfrannu at newid cadarnhaol iddyn nhw'u hunain, eu cymunedau a'r sefydliadau. Rydych yn gofyn yn gyson, 'sut allwn ni wneud hyn yn well?'

Nid yw newid ar lefel strategol yn digwydd dros nos, ond byddwch yn effro i'r arwyddion cyd-gynhyrchu y gallwch eu meithrin a'u datblygu. Mae cyd-gynhyrchu strategol yn creu

fframweithiau sy'n galluogi mwy o gyd-gynhyrchu fel grŵp ac fel unigolion i ddigwydd, yn hytrach na bod ymarferwyr yn gorfod dod o hyd i ffyrdd o gyd-gynhyrchu er gwaethaf y system y maent yn gweithredu ynddi.

3.4. Adeiladu eich cynllun cyd-gynhyrchu

Nawr eich bod chi wedi darllen dros sut y mae cyd-gynhyrchu yn edrych, ar lefel unigol, grŵp a strategol, bydd gennych syniad cliriach ynghylch ble y mae eich gwaith chi'n eistedd, a beth yw'ch prosiectau cyd-gynhyrchu posibl gyda gofalwyr. Efallai y byddwch yn dymuno meddwl am drosi'r gwerthoedd yn gamau gweithredu yn eich cyd-destun penodol chi, a gallwch wneud hynny ar eich pen eich hun fel arbrawf meddwl, neu fel tîm gyda'ch cydweithwyr.



3.5. I ddilyn ymlaen

Efallai yr hoffech chi:

- Drafod yr hyn yr ydych wedi bod yn ei ddysgu gyda'ch tîm.
- Gwylio'r fideos byr hyn gan Scottish Co-production Network: *[Cynnwys allanol ar gael yn Saesneg yn unig.]* https://www.coproductionscotland.org.uk/resources/100-stories-of-co-production

    - ‘Better chance than that’ (1’30”) am newid a arweinir gan bobl sy’n adfer ar ôl bod yn gaeth i rywbeth;
    - ‘My Opinion’ (2’15”) lle mae Jamie, rhiant ag anawsterau dysgu, yn dweud sut mae’n teimlo pan na fydd dinasyddion yn cael eu hystyried wrth gynllunio gwasanaethau a’u darparu;
    - ‘The F Word’ (1’20”) am beidio â chael pethau’n iawn y tro cyntaf a dysgu o “fethiant”.
- Darllen dros yr Egwyddorion Cenedlaethol ar Gyfer Ymgysylltu â’r Cyhoedd yng Nghymru ar wefan Cefnogi Trydydd Sector Cymru. (Mae angen mewngofnodi er mwyn mynd at yr adnodd hwn ond gallwch gofrestru’n rhad ac am ddim.) Mae’r rhain yn ganllawiau defnyddiol i ymddygiadau a dulliau gweithredu ymarferol, er mwyn ymgysylltu a chyd-gynhyrchu mewn ffordd wych sy’n canolbwyntio ar unigolion. https://thirdsectorsupport.wales/resources/national-principles-for-public-engagement-in-wales/
- Cwrdd â’r tîm a llenwi eich cynfas ar gyfer eich cynllun gweithredu cyd-gynhyrchu gyda’ch gilydd: beth a sut rydych yn mynd i’w gyd-gynhyrchu gyda’ch gofalwyr?