Rhwystrau a Phontydd i Ymgysylltu

Mae llawer o heriau i'w goresgyn wrth wneud gweithgareddau ymgysylltu yn hygyrch i gynifer o ddefnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr â phosibl. Rhestrir rhai o'r rhwystrau isod.

- Diffyg gwelededd cyfleoedd
- Diffyg cryfder i chwilio am gyfleoedd
- Diffyg hyder
- Diffyg hunangred, a'r gallu eich hun i ddylanwadu ar newid
- Ddim yn teimlo'n ddigon medrus i ymgymryd â rôl gynrychioliadol
- Incwm isel – angen cymorth ymlaen llaw i brynu tocynnau teithio, llety a bwyd
- Diffyg mynediad at TG/allgau digidol
- Diffyg ffydd y bydd gwasanaethau'n gwrando neu'n newid er gwell
- Ofn colli budd-daliadau
- Gwledigrwydd, problemau trafnidiaeth, a chysylltedd
- Profiad gwael yn y gorffennol o ymgysylltu
- Profiad blaenorol o wasanaethau ddim yn gwrando
- Ddim yn cael ei drin yn dda
- Diffyg diddordeb, gan ddefnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr a allai fod yn rhan o'r broses neu gan randdeiliaid eraill ym mewnbwn defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr
- Ddim yn clywed beth sy'n digwydd ar ôl cyfrannu
- Person ddim yn ddigon da i ymgysylltu
- Gwrthwynebiad gan benderfynwyr sy'n cwestiynu rôl defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr ar grwpiau gwneud penderfyniadau
- Mae rhwystrau staff yn gysylltiedig â llwyth gwaith, diddordeb mewn ymgysylltu, blaenoriaethau cystadleuol ac adnoddau annigonol i wneud ymgysylltu yn hygyrch
- Stigma

- Pobl yn ofni bod eu syniadau'n rhy 'wahanol' i gael eu cymryd o ddifrif gan weithwyr proffesiynol
- Fformat ac iaith cyfarfodydd mwy ffurfiol
- Diffyg cymorth i ymgysylltu
- Problemau mynediad fel nam ar y golwg, clyw gwael neu'r angen am gyfieithwyr
- Mae'r trydydd sector yn tueddu i gyrraedd pobl mewn ffordd anghyson yn hytrach na'u targedu.

Mae angen nodi'r atebion i'r rhwystrau hyn. Rhestrir isod rai syniadau ar gyfer 'pontydd' i gyfranogiad.

- Gweithwyr ymgysylltu'r trydydd sector a'r sector statudol sy'n gweithredu fel pwynt cyswllt i'r rhai sydd â diddordeb mewn cymryd rhan.
- Darparu pwynt cyswllt i bobl ddod â'u barn i sylw cynrychiolwyr defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr ar grwpiau gwneud penderfyniadau cenedlaethol, rhanbarthol a lleol.
- Grwpiau ymgysylltu dan arweiniad y trydydd sector sy'n rhoi cyfle i bobl siarad am eu profiadau o wasanaethau a'u barn ynghylch sut mae angen iddynt newid, meithrin sgiliau a magu hyder. (Mae enghreifftiau'n cynnwys 'Ymgysylltu i Newid' ym Mhowys, y 'Grŵp Ymgysylltu Defnyddwyr Gwasanaethau' neu SUEG yng Nghaerdydd, 'Ymgysylltu i Esblygu' yng Nghwm Taf, y grŵp Cryfach mewn Partneriaeth ym Mhen-y-bont ar Ogwr ac Abertawe.) Gall y grwpiau hyn hefyd fod yn llwybr y gellir penodi pobl i rolau mwy ffurfiol drwyddo.
- Gofynion clir ar gyfer cynrychiolaeth ar grwpiau allweddol fel y Byrddau Partneriaeth Iechyd Meddwl Lleol, yn strategaeth Iechyd Meddwl y Llywodraeth, lle mae'n rhaid penodi o leiaf 2 gynrychiolydd defnyddiwr gwasanaethau a 2 gynrychiolydd gofalwyr gan eu cyfoedion gan gynnwys dirprwyon ar gyfer pob un i sicrhau cynrychiolaeth.
- Proses syml i gymryd rhan.
- Mwy o fuddsoddiad mewn cyd-gynhyrchu ac ymgysylltu i leihau rhwystrau a chynyddu gwelededd y cyfleoedd sydd ar gael.
- Darparu cymorth i gymryd rhan, er enghraifft gyda'r broses ymgeisio, gyda chyfrannu mewn cyfarfodydd, gyda deall papurau, ac ati.
- Cyfaill i bobl sydd newydd gymryd rhan

- Llinell gymorth i ddod o hyd i gyfleoedd ymgysylltu
- Mynediad drwy wybodaeth a roddir mewn cynadleddau, drwy gyfranogiad y trydydd sector, a thrwy staff rheng flaen mewn gwasanaethau sector statudol.
- Gall pobl chwilio am gyfleoedd. Felly, rhaid i gyfleoedd fod yn hawdd i'w canfod.
- Gwnewch yn siŵr nad oes rhaid i bobl chwilio am wybodaeth – byddwch yn rhagweithiol
- Cadwch mewn cysylltiad drwy alwadau ffôn, negeseuon e-bost, cyfryngau cymdeithasol
- Rhowch yr holl gyfleoedd mewn un lle e.e. gwefan y Fforwm a hysbysebwch hyn yn eang
- Siaradwch am ymwneud â pherthnasoedd clinigol
- Hysbysebwch gyfranogiad ym mhob maes darparu gwasanaeth
- Cyfleoedd i ehangu mynediad trwy gyfryngau cymdeithasol.
- Cael presenoldeb mwy ar gyfryngau cymdeithasol – defnyddio ail-drydaru canlyniadau da, a dathlu llwyddiant i gyfleu'r neges i fwy o bobl a chodi ymwybyddiaeth o'r gwaith sy'n cael ei wneud
- Defnyddio adrodd straeon i fagu hyder a datblygiadau sgiliau cyflwyno
- Mynediad at gynghorydd budd-daliadau llesian
- Cael proses recriwtio sy'n agored yn gyson ar gyfer cyfleoedd ymgysylltu e.e. aelodaeth o'r Fforwm
- Taflenni i roi gwybodaeth am gyfleoedd ymgysylltu a sut i ddod o hyd iddynt – eu rhoi mewn meddygfeydd teulu a mannau aros eraill sy'n darparu gwasanaethau.
- Gwasanaethau sy'n nodi camgymeriadau ac yn dysgu oddi wrthynt. Mae rhannu tystiolaeth o ddysgu ar draws sefydliadau, yn rhanbarthol ac yn genedlaethol (ar draws y DU) yn annog pobl i gredu y gall y gwasanaeth ddysgu oddi wrthynt hwythau, ac felly'n annog ymgysylltiad.
- Hyfforddiant i staff ar bwysigrwydd a manteision cyd-gynhyrchu a sut i gefnogi cyd-gynhyrchu mewn ffordd sy'n magu hyder defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr (wedi'i gyd-gynhyrchu a'i gyd-gyflwyno gan ddefnyddwyr gwasanaeth a gofalwyr).
- Mynd i'r afael ag allgau digidol drwy ddarparu hyfforddiant a'r offer sydd eu hangen i gysylltu, a/neu gynnal digwyddiadau a chyfarfodydd hybrid sy'n cyfuno

mynediad wyneb yn wyneb a digidol.

- Cefnogi pobl mewn rolau ffurfiol i ddeall jargon ac acronymau yn well, yn ogystal â defnyddio iaith glir a pheidio â defnyddio iaith dechnegol wrth gyfathrebu â'r cyhoedd.
- Darparu hyfforddiant i ddefnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr (o bosibl hefyd gyda staff) lle bydd hyn yn gwella sgiliau ac yn magu hyder.
- Mae'r amgylchedd a'r diwylliant ar gyfer ymgysylltu yn ddiogel ac yn gyfeillgar.
- Mae'r wybodaeth yn ddwyieithog yn ogystal â diwallu anghenion diwylliannau ac ieithoedd eraill e.e. pobl â nam ar eu synhwyrau.
- Bod yn ymwybodol iawn o broblemau mynediad a chynyddu mynediad i'r eithaf, yn unol â hynny, gan gynnwys trwy greu sawl ffordd bosibl i bobl ymgysylltu, a thrwy wneud dogfennau'n hygyrch.
- Gellir mynd i'r afael â rhwystrau trafnidiaeth a symudedd gan ddefnyddio cyfarfodydd rhithwir, neu gyfarfodydd wyneb yn wyneb gyda mynediad rhithwir ychwanegol
- Treuliau a delir ar y diwrnod (pan roddir rhybudd o gyfarfodydd) a/neu gymorth gydag unrhyw ffurflenni ar y diwrnod.
- Cyfranogiad uwch swyddogion mewn prosesau ymgysylltu i ddangos ymrwymiad gan sefydliadau ac i sicrhau bod dysgu wedi'i wreiddio yn y sefydliad.

Mae lleihau rhwystrau i ymgysylltu yn gyfrifoldeb i bawb. Mae hyn yn cynnwys gweithwyr proffesiynol yn y rheng flaen ac ar bob lefel o reolaeth, academia, arolygu, rheoleiddio a llunio polisïau. Fodd bynnag, mae gan rai unigolion botensial mwy oherwydd eu rôl. Byddai hyn yn cynnwys pobl sy'n cadeirio cyfarfodydd. Mae defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr hefyd yn gyfrifol am groesawu ei gilydd, cefnogi ei gilydd a bod yn barchus o farn ei gilydd.

Dylai staff, gofalwyr a defnyddwyr gwasanaetha, sydd dan bwysau, gael canmoliaeth, cydnabyddiaeth a chymorth am yr hyn maen nhw'n ei wneud.

Byddai newid diwylliant lle mae ymgysylltu'n dod yn rhan o swydd pawb yn hwyluso sgwrs barhaus gyda defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr drwy'r amser (yn unol â gofynion Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014).

Mae angen i ddefnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr allu rhannu eu hadborth yn rheolaidd mewn sawl ffurf (dienw, ar-lein, arolwg papur ac ati) a chael ffordd i roi eu henwau ymlaen i weithio gyda gwasanaethau ar ddylunio a newid gwasanaethau,

recriwtio staff ac yn y blaen.

Gall pawb ac unrhyw un ddarparu cymorth ar gyfer ymgysylltu.

Lle mae cymorth yn cael ei gomisiynu'n lleol neu ei ddarparu'n fewnol, byddai'n ddefnyddiol cael sefydliad annibynnol i ddatrys pryderon a chwynion am y cymorth a gynigir, lle nad yw pryderon yn cael eu datrys yn ddigonol yn lleol. Gallai hyn fod yn rôl debyg i rôl yr Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus. Rhaid i'r sefydliad hwn fod yn rhydd o unrhyw fuddiant personol a gallu herio arfer gwael ac ysgogi datrysiad.

Isod mae rhestr o enghreifftiau o arfer gorau ar gyfer goresgyn rhwystrau i ymgysylltu:-

- Adrodd straeon i fagu hyder a sgiliau cyflwyno.
- Fideos wedi'u hanimeiddio – yn seiliedig ar straeon defnyddwyr gwasanaetha.
- Amser i Newid Cymru – mae gan hyrwyddwyr flogiau
- Hyrwyddwyr defnyddwyr gwasanaethau a gofalwyr, manteision cymryd rhan, cwrdd â phobl eraill sy'n meddwl yr un fath, magu hyder trwy ddatblygu sgiliau.
- Hyfforddiant 'Rhannu Pŵer' BIAP.
- Defnyddio sesiynau torri'r iâ i gychwyn cyfarfodydd a chadw mewn cysylltiad â chynrychiolwyr.
- Mae 'Grŵp Safonau Gwasanaeth Wrecsam' yn grŵp anabledd cymysg, sy'n edrych ar wasanaethau i weld a ydyn nhw'n addas iddyn nhw. Maen nhw'n mynd allan ac yn siarad â busnesau lleol am fod yn ddiogel i bobl sy'n agored i niwed. Maen nhw'n edrych ar yr amgylchedd i wneud yn siŵr ei fod yn ystyriol o ddementia. Mae'r grŵp eisiau i bobl gymryd rhan mewn ymarfer corff ysgafn hefyd ac maen nhw wedi datblygu polisi/canllawiau ar eu cael nhw i gymryd rhan yn y broses. Mae'r adran LD yn cymryd rhan lawn mewn recriwtio, mewn paneli, gweithdai sy'n cynnwys pobl ag LD, a gwahoddir aelodau'r teulu i gyfarfod a chyfarch eu gweithiwr cymorth posibl. Mae amrywiaeth o bobl ag anableddau gwahanol yn rhan o'r grŵp hwn yn Wrecsam.
- Paratoi, cyfarwyddyd clir, gwrando'n weithredol a deall pam mae rhywun eisiau cymryd rhan.
- Rhoddodd Bwrdd Cynllunio Ardal Gwent (APB) gyllid i 23 o ddefnyddwyr gwasanaeth Gwasanaeth Cyffuriau ac Alcohol Gwent fynychu hyfforddiant gan gynnwys meithrin hyder, rheoli cyfarfodydd, hyfforddiant deall y system, beth yw eich hawliau mewn triniaeth ac ati.

- Trin defnyddwyr gwasanaeth a gofalwyr fel pobl gyfartal, cysylltu â nhw o bryd i'w gilydd, a threfnu hyfforddiant os dymunir.
- Ymgysylltu i Newid (Powys) – fforwm i leisio barn a chodi pryderon.
- Asiantau cymunedol/presgripsiynwyr cymdeithasol.
- Hyfforddiant Tide i rymuso gofalwyr – cefnogi gofalwyr y rhai sy'n dioddef o ddementia.
- Hyfforddiant Dinasyddion Cymru i gefnogi ymgysylltiad.