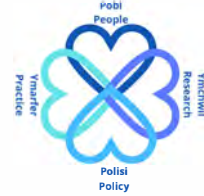


Developing evidence Enriched
Practice - DEEP



Datblygu Ymarfer a Gyfoethogir
gan Dystiolaeth - DEEP

Datblygu Arfer a Gyfoethogir gan Dystiolaeth Llawlyfr





A fo ben, bid bont

Branwen a Bendigeidfran,
y Mabinogion

Nick Andrews
Gill Toms
Fiona Verity

Richenda Leonard
James McGregor
Catherine Launder

Diolchiadau

Ariennir Rhaglen Datblygu Arfer a Gyfoethogir gan Dystiolaeth (DEEP) 2020-2023 gan Lywodraeth Cymru drwy Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru.

Diolchwn i aelodau ein grwpiau llywio ac ymgynghorol academiaidd a helpodd i ddatblygu cwricwlwm DEEP. Diolchwn i'n partneriaid yn Gofal Cymdeithasol Cymru a hysbysodd gynnwys y cwricwlwm a'r bobl a helpodd i dreialu a mireinio'r cwricwlwm.

Cafodd delweddau na chawsant eu priodoli fel arall yn y llawlyfr eu creu/cyflenwi gan dîm DEEP neu Lowri Howells.



Rhagair

Mae gofal cymdeithasol a gwasanaethau iechyd wrth wraidd cymdeithas wâr a gofalgar, ond maent yn mynd trwy gyfnod heriol. Mae galw ac anghenion cynyddol ac adnoddau cyfyngedig yn rhoi straen ar wasanaethau a systemau. Mae galw am drawsnewid a meddwl newydd a ffyrdd o wella a darparu gofal a chymorth.

Deilliodd y dull Datblygu Arfer a Gyfoethogir gan Dystiolaeth (DEEP) o brosiect ymchwil gweithredu cyfranogol ynghylch defnyddio dystiolaeth i wella gwasanaethau i bobl hŷn ag anghenion cymorth uchel (Andrews et al., 2015). Roedd y prosiect hwn a gydgyhyrchwyd yn cynnwys pobl hŷn, gofawyr di-dâl, ymarferwyr, rheolwyr ac ymchwilwyr yn archwilio sut i ddatblygu dull o ddefnyddio canfyddiadau ymchwil yn ymarferol. Daeth y prosiect i ben â chyfres o argymhellion am ddysgu a datblygu effeithiol a ddaeth yn sail i ddull DEEP.

Mae DEEP fel dull yn anelu at fod yn garedig ac ysgogol. Mae'n galluogi ac yn hwyluso prosesau sy'n gallu cysylltu amrediad amrywiol ac eang o dystiolaeth sy'n dod o brofiad byw, ymarfer, ymchwil, a sefydliadau, ac mewn ffyrdd sy'n berthnasol i'r cyd-destun. Ers 2015, mae DEEP wedi parhau i fireinio a dyfnhau ei ddulliau a'i offer.

Mae'r llawlyfr hwn yn rhoi arweiniad ymarferol a all eich helpu i ddefnyddio dull DEEP. Bydd o gymorth mawr i bobl sydd wedi mynychu cyrsiau dysgu DEEP. Gobeithiwn y bydd yr 'awgrymiadau ymarferol' hyn yn ddefnyddiol i chi yn eich ymdrechion i wneud y byd gofal cymdeithasol (a gofal iechyd) yn lle gwell trwy ddysgu a datblygu.

Byddem yn gwerthfawrogi eich adborth gan y byddwn yn ymdrechu i fireinio a gwella'r llawlyfr yng ngoleuni'r sylwadau a dderbyniwyd.





Cynnwys

Y Dull DEEP 6

Deall dull DEEP â chyfatebian syml...

Gweithio gydag Egwyddorion Dull DEEP 8

Canfod, Casglu a Rhannu Tystiolaeth 18

1. Trafodwch pa dystiolaeth sydd ei hangen arnoch
2. Darganfyddwch pa dystiolaeth sydd eisoes ar gael
3. Gwiriwch yn ôl i weld a yw'r cwestiwn / mater wedi'i ateb
4. Os oes angen rhagor o dystiolaeth arnoch, dewiswch ddull priodol
5. Sicrhewch fod gennych y caniatâd sydd ei angen arnoch cyn dechrau casglu tystiolaeth newydd
6. Rhannwch eich canfyddiadau

Eiliadau Hudol Trasig 27

Casglu Eiliadau Hudol Trasig

Defnyddio Eiliadau Hudol Trasig i gefnogi dysgu a datblygu

Newid Mwyaf Arwyddocaol 32

Casglu storïau MSC

Cymuned Ymholi 36

Gosod yr olygfa

Crynodeb o'r cwestiwn

Hwyluso

Ar ôl CoE

Enghreifftiau o ddefnyddio DEEP yn ymarferol 40

Cyfeiriadau 42

Ôl-nodiadau 44

Adnoddau 47

Taflen Dimpled ANOGWCH Y Brifysgol Agored, 2014

Templed Eiliad Hudol Trasig

Newid Mwyaf Arwyddocaol: Templed Casglu Stori

Y Dull DEEP

Yn gryno, mae DEEP yn ddull gofalgarg sy'n gweithio ar y cyd â phobl i gefnogi'r defnydd o fathau amrywiol o dystiolaeth mewn dysgu a datblygu. Mae'n defnyddio dulliau stori a deialog. Mae'n ddull perthynol sy'n manteisio ar sut mae bodau dynol yn ffynnu trwy ddysgu ar y cyd wrth iddynt siarad a meddwl gyda'i gilydd, â straeon yn ffocws.

Mae pump elfen o roi dull DEEP ar waith. Mae pob elfen yn seiliedig ar egwyddorion ynghylch yr hyn sy'n arwain at ddysgu da. Maent wedi eu crynhoi o ddoethineb llawer.

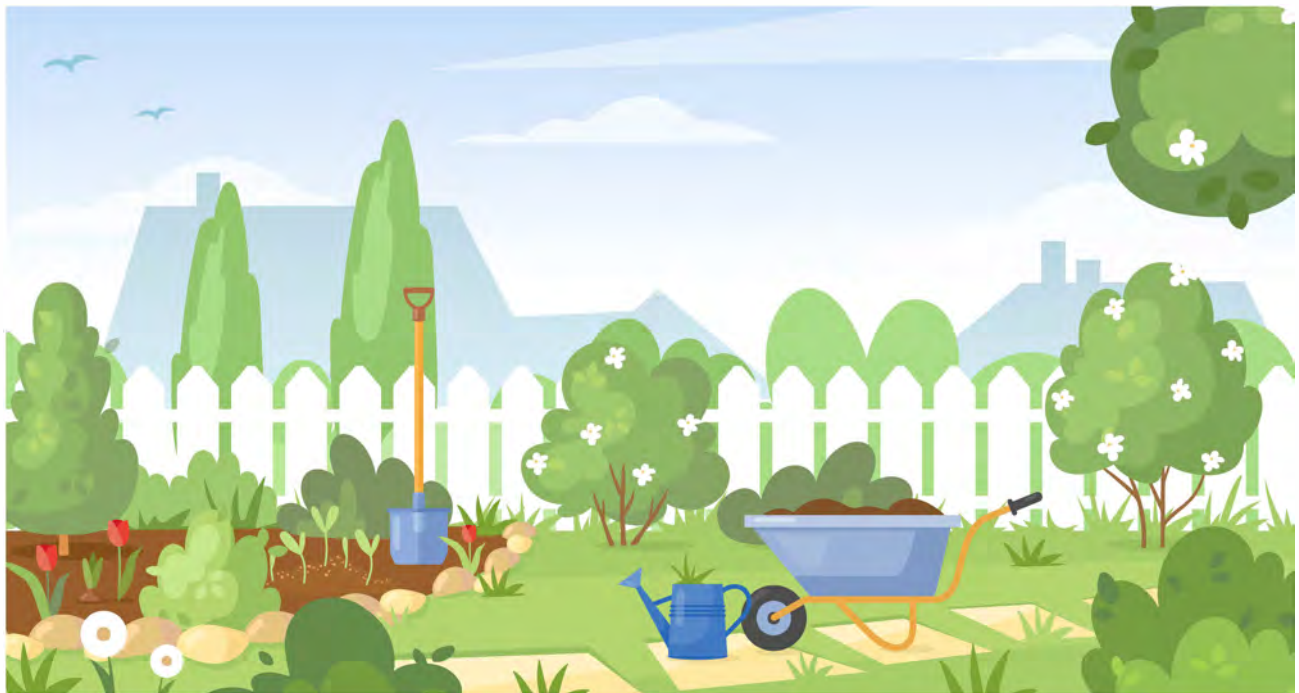
Pump Elfen	Wyth Egwyddor
Creu amgylchedd gofal a dysgu cyfoethog	- Cefnogi llesiant pawb - Dechreuwch â'r hyn y mae pobl yn ei wybod ac sy'n ddiddorol - Helpu pobl i wneud synnwyr o'r hyn maen nhw'n ei ddysgu
Gwerthfawrogi a defnyddio amrediad o dystiolaeth	Rhannu pob math o wybodaeth
Casglu a chyflwyno tystiolaeth mewn fformatau ystyrlon	Defnyddiwch storïau wrth ddysgu
Siaradwch a meddyliwch â'ch gilydd yn effeithiol am wahanol fathau o dystiolaeth	Byddwch yn ddewr a heriwch eich gilydd yn garedig
Adnabyddwch ac ewch i'r afael â rhwystrau strwythurol	- Rhannwch arweinyddiaeth a gwneud penderfyniadau - Byddwch yn ymwybodol o'r cyd-destun wrth ddefnyddio tystiolaeth

Dull gweithredu yn hytrach nag ymyriad unigol yw DEEP. Mae hyn yn ei gwneud hi'n anodd disgrifio'n syml mewn geiriau. Gall cyfatebiaeth o greu gardd hardd fod yn ddefnyddiol i ddisgrifio prosesau dull DEEP. Yn gyntaf mae angen paratoi'r pridd felly mae diwylliant dysgu cefnogol, pridd cyfoethog a ffrwythlon. Nesaf bydd angen hau amrywiaeth o hadau (tystiolaeth), a bydd beth ydyn nhw yn dibynnu ar y cyd-destun ar gyfer dysgu a datblygu. Yna bydd angen tyfu'r hadau hyn fel bod tystiolaeth yn gallu llywio ymarfer yn y ffyrdd sydd orau i'r cyd-destun. Yn y dull DEEP mae hyn yn golygu siarad a meddwl â'ch gilydd.



Deall dull DEEP â chyfatebian syml...

Gellir meddwl am amgylchedd lle mae dysgu a datblygu da yn digwydd fel gardd brydferth



I dyfu gardd hardd, mae angen i chi:



Sicrhau bod y pridd yn gyfoethog ac yn ffrwythlon

Yn DEEP mae hyn yn ymwneud â sefydlu diwylliant dysgu cefnogol.



Heu hadau amrywiol

Yn DEEP mae hyn yn ymwneud â gwerthfawrogi, cyflwyno, a defnyddio gwahanol fathau o dystiolaeth.



Meithrin a thyfu'r hedyn

Yn DEEP mae hyn yn ymwneud â siarad â'ch gilydd am dystiolaeth a meddwl am sut i roi dystiolaeth ar waith.

Gweithio gydag Egwyddorion Dull DEEP

Mae dull DEEP yn gydgynhyrchol ac yn dechrau â'r hyn sy'n bwysig i bobl. Mae rhoi dull DEEP ar waith yn golygu eich bod yn cael eich arwain gan wyth egwyddor DEEP.

Egwyddor: cefnogi llesiant pawb

Mae gwasanaethau gofal yn canolbwyntio ar lesiant y bobl y maent yn eu cynorthwyo, ond mae hefyd yn bwysig cydnabod bod angen inni roi sylw i les ymarferwyr a gofalywyr di-dâl. Bathwyd cysyniadau 'gofal sy'n canolbwyntio ar berthnasoedd' a 'lles rhyngddibynnol' gan Mike Nolan, athro gerontoleg. Awgrymodd y dylai pawb sy'n gysylltiedig ag 'amgylchedd gofal cyfoethog' brofi'r chwe synnwyr canlynol (Nolan et al., 2006):

Diogelwch

Mae pobl yn teimlo'n ddiogel yn gorfforol ac yn seicolegol

Perthyn

Mae pobl yn teimlo 'yn rhan o bethau.' Gallant greu a chynnal perthnasoedd

Parhad

Mae hanesion bywyd, dymuniadau a hoffterau pobl yn cael eu cydnabod a'u gwerthfawrogi

Pwrpas

Gall pobl gyfrannu at bethau y maen nhw'n meddwl sy'n werth chweil

Cyflawniad

Mae pobl yn profi boddhad ac ymdeimlad o gyflawniad

Arwyddocâd

Mae pobl yn credu bod eu barn o bwys. Maen nhw'n cael eu cydnabod am bwy ydyn nhw, ac mae gan eu bywyd bwysigrwydd

Efallai y byddai'n ddefnyddiol i chi ddefnyddio'r arolwg [SENSES](#) gyda phobl.¹ Mae'r arolwg yn gofyn i bobl ymateb i 12 datganiad ynglŷn â'r chwe synnwyr.

Gall pobl gwblhau'r arolwg yn annibynnol, neu gallwch ddefnyddio'r arolwg fel fframwaith ar gyfer trafodaeth. Gall hyn ysgogi deialog a nodi pa gamau y gallai fod eu hangen.

Gall gweithio mewn sefydliadau fod yn heriol ac mae arwyddocâd yn aml yn synnwyr anodd i'w feithrin. Gall cynorthwyo pobl i baratoi eu proffil un dudalen eu hunain (syniad a ddyfeisiwyd gan Helen Sanderson) eu helpu i werthfawrogi arwyddocâd yr hyn y gallant ei gyfrannu. Fodd bynnag, mae'n debygol y bydd angen i ddiwylliant y sefydliad ddangos bod pobl yn cael eu gwerthfawrogi cyn y bydd pobl yn gyfforddus i gymryd rhan yn y gweithgaredd hwn. Mae proffiliau un dudalen yn cwmpasu:

- Yr hyn y mae pobl yn ei hoffi ac yn ei edmygu amdanaf
- Beth sy'n bwysig i mi
- Sut i fy nghynorthwyo

Gallwch ddod o hyd i ragor o wybodaeth am broffiliau un-dudalen ar wefan Helen Sanderson Associates²



Mae natur berthynol DEEP sy'n gefnogol i les pawb wedi'i darlunio'n hyfryd mewn cartŵn gan James Norbury am daith a wnaed gan Big Panda a Tiny Dragon.

*"Beth sy'n bwysicach,"
gofynnodd y Panda Mawr,
"y daith neu'r cyrchfan?"*

"Y cwmni." meddai Draig Fach.



©James Norbury: @BigPandaandTinyDragon

Egwyddor: dechreuwch â'r hyn y mae pobl yn ei wybod ac yn ei gael yn ddiddorol

Mae'r egwyddor hon yn cael ei llywio gan Addysgeg Gymdeithasol (Eichsteller & Holthoff, 2012), dull dysgu seiliedig ar gryfderau sy'n dechrau â gwybodaeth a phrofiad pobl eu hunain. I roi hyn ar waith mae'n rhaid i ni ddechrau drwy werthfawrogi 'tystiolaeth' pobl eu hunain cyn archwilio gwybodaeth o rywle arall.

I ddechrau â'r hyn sy'n bwysig mae'n helpu i gadw'r nod mewn cof. Y prif ddiben yn y dull DEEP yw gwneud y byd yn lle gwell: dyma'r man cychwyn. Defnyddio tystiolaeth i gyflawni hyn yw'r nod eilaidd: croesewir tystiolaeth os yw'n helpu i gyflawni'r prif ddiben.

I gymhwyso'r egwyddor hon, mae'n ddefnyddiol bod wedi myfyrio ar eich 'Haltung' neu'r golau neu'r angor arweiniol mewnol, cysyniad a ddefnyddir mewn Addysgeg Gymdeithasol (Charfe a Gardner, 2020). I wneud hyn meddyliwch pa werthoedd craidd sydd bwysicaf i chi mewn perthynas â'ch gwaith. Gall rhai pobl feddwl am arwyddair sy'n crynhoi eu Haltung. Mae eraill yn ei chael hi'n ddefnyddiol cofio achosion pan ddangoson nhw eu Haltung yn ymarferol. Gall rhannu eich Haltung â'r bobl rydych yn gweithio gyda

nhw eich helpu i uniaethu â'ch gilydd. Cofiwch serch hynny fod yn rhaid i'ch Haltung gael ei adlewyrchu yn yr hyn a wnewch yn ogystal ag yn yr hyn a ddywedwch.

Mae Haltung y dull DEEP yn cynnwys parch, cynhwysiad, gwerthfawrogi amrywiaeth a bod yn anfeirniadol. I rannu Haltung DEEP, mae'n helpu dweud wrth bobl bod y dull DEEP yn:

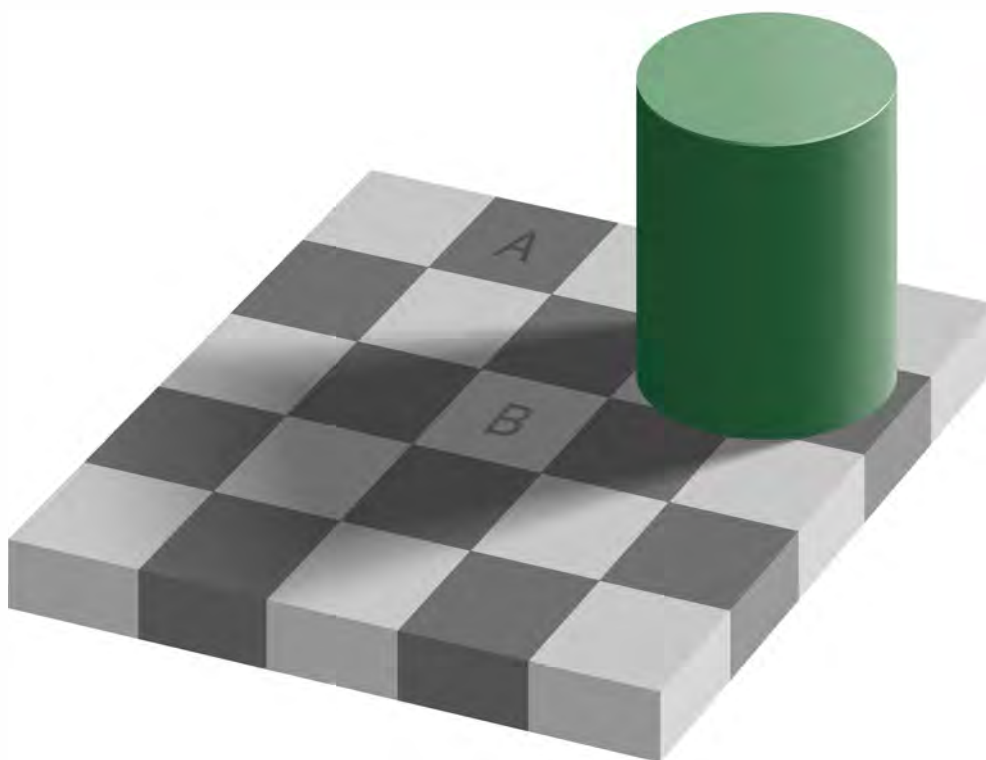
- Dechrau â gwybodaeth pobl eraill a'r hyn sy'n bwysig iddyn nhw
- Annog pawb i dyfu a datblygu fel pobl, yn ogystal â, fel dysgwyr
- Wedi'i seilio ar ffyrdd perthynol o weithio
- Cynnwys ac yn gwerthfawrogi pawb sydd â diddordeb yn y mater
- Ei nod yw gwneud y byd yn lle gwell

Egwyddor: helpu pobl i wneud synnwyr o'r hyn y maent yn ei ddysgu

Nid yw rhannu tystiolaeth â phobl yn debyg i ddosbarthu parcel. Gallwch rannu'r un dystiolaeth â deg o bobl wahanol, a byddant yn ei dehongli ac yn ymgysylltu â hi'n wahanol, yn ôl eu dealltwriaeth bresennol. Gall rhannu tystiolaeth â phobl sy'n wahanol iawn i'r hyn y maent yn ei gredu ar hyn o bryd arwain at 'anghysondeb gwybyddol' a theimladau heriol ac anghyforddus. Gall hyn arwain at wrthod neu wrthod y dystiolaeth. Ymarfer syml i helpu pobl i feddwl am sut maen nhw'n ymgysylltu â 'thystiolaeth' trwy eu 'sbectol canfyddiadol' eu hunain yw'r rhith optegol bwrdd gwyddbwyll a silindr a ddyfeisiwyd gan Edward Adelson (1995):

Gallwch chi gyflwyno'r ddelwedd isod i bobl mewn taflen A4 a gofyn iddyn nhw nodi pa sgwâr sy'n dywyllaf, A neu B. Yr ateb amlwg yw A ond yna rydych chi'n gofyn iddyn nhw blygu'r papur, fel bod A wrth ymyl B. Pryd maen nhw gwneud hyn, byddant yn gweld bod sgwariau A a B yr un lliw. Mae'r ymennydd wedi 'cywiro' y ddelwedd yn seiliedig ar ei ddealltwriaeth o fyrddau gwyddbwyll a chysgodion. Yn yr un modd pan fyddwn yn 'gweld' tystiolaeth, rydym yn ei gweld o'n safbwynt ein hunain a all fod yn wahanol i eraill.

Gan gofio hyn, nid yw gweithio yn y dull DEEP yn golygu dweud wrth bobl beth i'w feddwl na'i wneud. Mae'n cynorthwyo pobl i gymryd rhan mewn sgwrs a fydd yn eu helpu i wneud cysylltiadau â'u dealltwriaeth bresennol a'u cynorthwyo i weld safbwyntiau amgen.



Edward Adelson

Egwyddor: rhannu pob math o wybodaeth

Mewn ymateb i'r cwestiwn *beth sy'n cyfrif fel dystiolaeth a thystiolaeth pwy sy'n cyfrif?* (Hodgson & Canvin, 2005) mae dull DEEP yn glir o ran gwerthfawrogi amrediad o dystiolaeth. Mae hyn yn cynnwys profiad byw pobl, gwybodaeth ymarferwyr, gwybodaeth sefydliadol, a chanfyddiadau ymchwil.

Weithiau mae'n helpu i ystyried gyda phobl eraill pa fathau o dystiolaeth y maent yn tueddu i'w defnyddio, gan fod hyn yn eu helpu i archwilio sut maent yn gwerthfawrogi mathau o dystiolaeth. Addaswyd y tabl canlynol o waith Gerrish et al. (2011) mewn nyrsio:

Y pethau sy'n dylanwadu ar fy ngwaith/gweithredoedd yw...	Aml	Weithiau	Anaml	Byth
Gwybodaeth a gaf o bolisi cenedlaethol				
Gwybodaeth dwi'n ei dysgu o gyrsiau hyfforddi				
Gwybodaeth a gaf o bolisi a chanllawiau lleol				
Profiad personol o ofalu am bobl				
Teimladau perfedd a greddf				
Gwybodaeth a gaf o gynadleddau				
Gwybodaeth gan gydweithwyr sy'n gweithio yn yr un lleoliad				
Gweithwyr proffesiynol ac arbenigwyr eraill				
Gwybodaeth o gyfarfodydd tîm amlddisgyblaethol				
Erthyglau cyfnodolion				
Rhwydweithio ag ymarferwyr y tu allan i'm sefydliad				
Gwybodaeth a gaf gan bobl ag anghenion cymorth a gofawyr di-dâl				
Gwybodaeth o'r rhyngwyd				
Gwybodaeth a gaf gan fy nghyflogwr				

Addasiad ar gyfer gofal cymdeithasol o holiadur a ddatblygwyd mewn nyrsio gan Gerrish et al. (2011)

Gallwch ddod o hyd i fersiwn ar-lein o'r holiadur hwn [ar-lein](#).³

Mae DEEP hefyd yn annog unigolion i fyfrio ar yr hyn y maent yn fodlon ei rannu amdanynt eu hunain yn ogystal â'r hyn y maent yn ei wybod. Eto, gan dynnu ar addysgeg gymdeithasol (Eichsteller & Holthoff, 2012), mae DEEP yn amlygu pwysigrwydd perthnasoedd mewn dysgu a datblygu. Yn y dull DEEP rydym yn siarad am y tri P:

Y proffesiynol

Y personol

Y preifat



Credwn y gall fod yn ddefnyddiol rhannu'r personol yn ogystal â'r proffesiynol (ond nid y preifat) i feithrin ymddiriedaeth a chyfeillgarwch. Mae hyn yn cefnogi dysgu fel proses gymdeithasol.

Egwyddor: defnyddio storïau wrth ddysgu

Mae addysgeg gymdeithasol yn sôn am bwysigrwydd dysgu cyfannol sy'n ennyn diddordeb y *pen*, y *galon* a'r *dwylo* (Eichsteller & Holthoff, 2012). Dylai dysgu wneud synnwyr, creu ymateb emosiynol ac arwain at ymarfer gweithredu.

Mae pobl yn aml yn gwneud synnwyr o'u bywydau a'r byd trwy storïau. Mae storïau yn ennyn diddordeb y galon a'r meddwl i alluogi dysgu ystyrlon ac effeithiol.

Mae dull DEEP yn rhoi adrodd storïau wrth galon helpu pobl i rannu a defnyddio tystiolaeth. Mae storïau yn cyfleu ystyr yn ogystal â digwyddiadau a phrofiadau. Maent yn arbennig o dda am ganfod sut mae pobl yn teimlo am rywbeth, hynny yw, eu hemosiynau.

Gweler yr adrannau llawlyfr canlynol i gael gwybodaeth am sut i gasglu a rhannu storïau:

- [Canfod, Casglu a Rhannu Tystiolaeth](#)
- [Eiliadau Hudol Trasig](#)
- [Newid Mwyaf Arwyddocaol](#)

Mae [adroddiad](#) a gynhyrchwyd gan y Sefydliad Ymchwil ac Arloesi yn y Gwasanaethau Cymdeithasol (IRSS) yn rhoi mwy o wybodaeth am rôl adrodd straeon personol yn ymarferol.⁴



Egwyddor: byddwch yn ddewr a heriwch eich gilydd yn garedig

Mae pobl yn dysgu orau pan fyddant yn dysgu gyda'i gilydd trwy ddeialog. Mae dull DEEP yn helpu pobl i wneud synnwyr o'u dysgu trwy ddeialog, ond nid yw deialog o'r fath bob amser yn hawdd. Mae Mercer a Littleton (2007) yn nodi tri math o ddeialog:

Sgwrs ddadleuol

Dyma pan fydd gan bobl farn bendant ac yn anghytuno, gan ddatgan eu barn eu hunain. Yn aml nid yw'r sgwrs hon yn ddefnyddiol ar gyfer dysgu

Sgwrs gronnus

Sgwrs nad yw'n herio nac yn cwestiynu. Unwaith eto, nid yw hyn yn ddefnyddiol ar gyfer dysgu.

Sgwrs archwiliadol

Mae pobl yn dweud eu barn, gan rannu eu rhesymau ond yn agored i newid eu meddwl mewn ymateb i wrando ar eraill.

Mae DEEP yn annog Sgwrs Archwiliadol. Dyma rai ymadroddion y gallech eu clywed mewn Sgwrs Archwiliadol:

- Clywaf yr hyn yr ydych yn ei ddweud, ac yr wyf yn cytuno oherwydd
- Rwy'n anghytuno oherwydd
- Mae gennyf enghraifft o hynny
- Mae gen i wrthenghraifft sy'n awgrymu rhywbeth gwahanol

Dyma rai pwyntiau allweddol am Sgwrs Archwiliadol yn seiliedig ar adnoddau a ddarparwyd gan brosiect *Thinking Together* Prifysgol Caergrawnt:

- Er mwyn cymryd rhan mewn sgwrs archwiliadol, mae angen i bobl deimlo'n ddiogel a'u bod yn cael eu gwerthfawrogi
- Mae'n helpu os yw'r bobl dan sylw yn llunio set o reolau sylfaenol ar gyfer y sgwrs
- Yn ystod y sgwrs dylai pobl gyfeirio eu sylwadau i'r grŵp
- Mae'n rhaid i bobl roi rheswm am yr hyn maen nhw'n ei ddweud
- Gofynnir i eraill gytuno neu anghytuno â pharch. Gallant hefyd ofyn am eglurhad, esboniad neu ymhelaethiad
- Mae pobl fel arfer yn dangos eu bod yn dymuno siarad trwy godi eu llaw. Mae'r siaradwr nesaf yn cael ei ddewis gan y person diwethaf i siarad
- Unwaith y bydd rhywun wedi siarad mae'n rhaid i'r person nesaf i siarad wneud cysylltiad â'r hyn a ddywedwyd eisoes ac adeiladu arno
- Y nod yw symud tuag at ddealltwriaeth gyffredin o'r mater a'r gwahanol safbwyntiau
- Ar ddiwedd y sgwrs gwahoddwch bawb i gael 'gair olaf'
- Gall 'geiriau olaf' fod am y pwnc, y sgwrs, neu awgrymiadau ar gyfer gweithredu
- Mae'r hwylusydd yn siarad cyn lleied â phosibl ond mae'n annog y grŵp i fyfyrio ar unrhyw ragdybiaethau a goblygiadau'r hyn a ddywedir.
- Gall yr hwylusydd hefyd helpu i egluro materion, e.e., *Mae'n swnio i mi fel ein bod yn dweud...*

Gallwch ddarganfod mwy am Sgwrs Archwiliadol a meddwl gyda'ch gilydd yn:

[Llafaredd Caergrawnt⁵](#)

[Thinking Together⁶](#)

Dyma ddolenni i rai papurau perthnasol:
[5 Examples of Talk in Groups⁷](#)

[What is dialogue?⁸](#)

[The Construction of Knowledge in Classroom Talk⁹](#)

Gweler hefyd yr adran llawlyfr ar:

[Cymuned Ymholi](#)

Ffordd ymarferol arall o weithredu'r egwyddor hon (byddwch yn ddewr a herio'ch gilydd yn garedig) yw defnyddio Ymholiad Gwerthfawrogol (Cooperider. & Whitney, 2001). Wedi'i ddatblygu gan David Cooperrider a Suresh Srivastava, a chan ddefnyddio syniadau am sut mae gwybodaeth yn cael ei llunio'n gymdeithasol, mae Ymholiad Gwerthfawrogol yn ceisio adeiladu ar y gorau o'r hyn sy'n bodoli eisoes i greu gweledigaeth a chynllun gweithredu ar y cyd. Dywed Cooperrider a Whitney (2001):

- Pan fyddwn yn siarad ag eraill rydym yn creu ystyr o'n profiadau
- Mae'r iaith rydym yn ei defnyddio i ddisgrifio pethau yn siapio sut rydym yn eu gweld a gall y cwestiynau rydym yn eu gofyn benderfynu beth rydym yn ei ddarganfod
- Rydym yn ailysgrifennu ac yn aildehongli ein *realiti* yn gyson trwy'r straeon rydym yn eu rhannu
- Nid dim ond ar ddiwedd proses y mae newid yn digwydd. Mae newid yn dechrau pan fyddwn yn gofyn cwestiwn neu'n dweud stori
- Mae ein meddyliau yn taflu delweddau'n gyson o'r hyn a allai fod ac mae'r delweddau hyn yn effeithio ar y ffordd yr ydym yn gweithredu yn y presennol
- Mae angen i ni gael teimladau cadarnhaol am yr hyn yr ydym yn ei wneud i gynnal momentwm ar gyfer newid

Gan dynnu ar y syniadau hyn, mae Rowett (2015) yn esbonio y gellir ymarfer Gwerthfawrogi Ymholiad trwy weithio gyda phobl trwy gylchred o:

Ddiffinio

Cytuno ar y ffocws a phwy sydd angen cymryd rhan

Darganfod

Mae pobl yn rhannu storïau o brofiad cadarnhaol sy'n gysylltiedig â'r pwnc. Eglurant yr hyn a gyfrannodd at fod yn ystyrlon i'r profiadau hyn

Breuddwydio

Mae pobl yn mynegi eu gweledigaeth ar gyfer y dyfodol, gan rannu eu dymuniadau a phethau yr hoffent eu gwella

Dylunio

Mae pobl yn cytuno ar ffordd ymlaen sy'n adeiladu ar yr hyn sy'n gweithio'n dda ar hyn o bryd. Mae ffocws ar atebion a cheisir syniadau o amrediad eang o safbwyntiau

Cyflwyno

Gwneir cynllun i roi syniadau ar waith. Rhoddir ystyriaeth i sut i gynnal y momentwm

Rhagor o wybodaeth am Ymholiad Gwerthfawrogol yma.¹⁰



Egwyddor: rhannu arweinyddiaeth a gwneud penderfyniadau

Mae dull DEEP wedi dysgu gwersi o'r rhaglen Arweinyddiaeth ar gyfer Dysgu (LFL) (Macbeath et al., 2019). Mae LFL yn fframwaith a ysgogir gan egwyddor ar gyfer datblygu addysg, a seiliwyd ar ymchwil yn archwilio dealltwriaeth o arweinyddiaeth, dysgu a sut mae'r ddau yn cysylltu. Mae'r fframwaith yn cynnig bod arweinyddiaeth a dysgu yn weithgareddau cysylltiedig, sy'n fusnes i bawb.

Nodweddion allweddol LFL yw:

- Leadership is an activity everyone should be involved in
- Learning should be an everyday activity for everyone
- Sharing leadership leads to multiple learning opportunities
- Powerful learning opportunities can help people participate in leadership

Mae'r ymddygiadau sefydliadol yr ydych yn ceisio eu datblygu drwy ddull DEEP yn cynnwys:

- Amser i feddwl a ffocws ar wella yn hytrach na dim ond cyrraedd targedau
- Mannau (corfforol a chymdeithasol) sy'n bleserus ar gyfer dysgu
- Deialog am ddysgu wedi'i ymgorffori mewn cyfarfodydd goruchwyllo a chyfarfodydd tîm
- Diwylliant sy'n sicrhau nad oes neb yn teimlo eu bod wedi'u gwrthio i'r cyrion neu eu bod wedi'u cau allan o'r broses gwneud penderfyniadau
- Rhennir atebolrwydd pan fydd pethau'n mynbd yn wael a phan fyddant yn mynd yn dda

Mae dull DEEP yn ceisio datblygu arweinyddiaeth sy'n berthynol ac yn ymatebol yn hytrach na bod yn seiliedig ar y syniad o *berfformio neu farw* (Patterson et al., 2012, t.191):

Nodweddion aAllweddol	
Perfformio neu farw	Perthynol ac ymatebol
Wedi'i yrru gan gyflymder a phroses. Ceisio atebion cyflym, tymor byr	Ysgogir gan gymhlethdod. Mae'n ystyried y tymor hwy, yn ogystal â phobl a'u canfyddiadau. Yn barod i drafod a broceru
Agenda allanol, o'r brig i'r bôn. Cyd-destun lleol yn cael ei anwybyddu i raddau helaeth, ac un dull yn addas i bawb yn cael ei gymhwyso	Mynd i'r afael â ffactorau cyd-destunol. Atebion wedi'u teilwra i'r sefyllfa
Mae rhai uwch arweinwyr yn pennu nodau a chyfeiriad	Mae pawb (gan gynnwys pobl sy'n defnyddio'r sefydliad neu'r gwasanaeth) yn cymryd rhan mewn gwneud penderfyniadau
Mae arweinyddiaeth o'r brig ac yn dueddol o fod yn gosbol ac yn drafodol	Ymgwymerir â rhagor o arweinyddiaeth ar lefel tîm/uned. Mae arddull arweinyddiaeth yn rymusol, yn ysbrydoledig ac yn drawsnewidiol
Seilir llwyddiant ar gyrraedd targedau meintiol, e.e., nifer yr asesiadau a gwblhawyd	Mae llwyddiant yn seiliedig ar brofiadau a storïau pobl. Mae ystyr yn bwysig
Tystiolaeth rifiadol yn unig a ystyrir	Ystyrir amrediad o dystiolaeth
Ychydig o'r synhwyrdd (Nolan et al., 2006) sy'n brofiadol	Mae'r synhwyrdd yn cael eu gwella

Mae dull DEEP yn cydnabod y tensiynau a all godi ynghylch dysgu ac arloesi (Hill et al., 2014). Gall y tensiynau hyn fod yn ysgogiadau da ar gyfer trafodaeth tîm:

Yr angen i ryddhau		Yr angen i reoli
Gadael i bobl feddwl am syniadau	↔	Sicrhau gwneud penderfyniadau ar y cyd
Cynorthwyo ac annog pobl	↔	Herio pobl
Meithrin dysgu a datblygiad	↔	Sicrhau bod pethau'n cael eu gwneud yn dda
Caniatáu gwaith byrfyfyr	↔	Sicrhau strwythur
Rhoi amser	↔	Sicrhau bod terfynau amser yn cael eu bodloni

Wedi'i grynhoi o Hill et al. (2014, p. 8)

Egwyddor: byddwch yn ymwybodol o'r cyd-destun wrth ddefnyddio tystiolaeth

Mae cyd-destun yn bwysig iawn mewn gofal cymdeithasol, oherwydd nid yw bodau dynol a'r system gofal cymdeithasol yn gweithio fel peiriannau:

System math peiriant	System gofal cymdeithasol
Rhagweladwy, rhesymegol, a chall	System ddynol yn gweithio mewn ffyrdd cymhleth ac wedi'i dylanwadu gan ffactorau cyd-destunol
Gellir cymhwyso tystiolaeth yn uniongyrchol	Y ffordd orau o gymhwyso tystiolaeth yn gysyniadol fel sail ar gyfer meddwl am faterion cymhleth

Mae gweithio gyda chyd-destun hefyd yn rhan annatod o gydgyhyrchu. Mae'r trosiad hwn a ddefnyddiodd y Seicolegydd Americanaidd Barry Schwartz mewn Ted Talk 2009 yn crynhoi sut mae dull DEEP yn credu y dylid defnyddio tystiolaeth:

Mae person doeth fel cerddor jazz – yn defnyddio'r nodiadau ar y dudalen, ond yn dawnsio o'u cwmpas, gan ddyfeisio cyfuniadau sy'n addas ar gyfer y sefyllfa a'r bobl wrth law

Mae dull DEEP yn defnyddio'r syniad o 'linellau meddwl', y mae Gabbay a LeMay (2004) yn ei ddisgrifio fel dealltwriaeth fewnol o wybodaeth-ar-waith-mewn-cyd-destun a'r 'linellau meddwl' cyfunol sy'n codi o ryngweithio rhwng ymarferwyr a phobl ag anghenion cymorth. a'u gofalwyr di-dâl.



Wrth weithio gyda syniadau cymhleth, megis lles, mae dull DEEP yn awgrymu defnyddio tystiolaeth yn gysyniadol i ysgogi meddwl. Mae hyn yn golygu bod y dystiolaeth yn cael ei defnyddio fel man cychwyn ar gyfer deialog. Drwy ddeialog y gallwch ddyfalu sut y dylai'r dystiolaeth lywio arfer lleol.

Mae dull DEEP hefyd yn cael ei lywio gan ddull athronyddol a elwir yn Moeseg Gofal (Gilligan, 1982; Tronto, 1993) pan fydd yn sôn am ystyried y cyd-destun lleol. Mae Moeseg Gofal yn herio'r syniad bod yn rhaid i bopeth gael ei wneud mewn ffordd arbennig. Mae'n blaenoriaethu perthnasoedd ac yn rhoi sylw i ymatebion emosiynol megis empathi a thosturi, a all gael eu harwain gan reddf yn ogystal â thystiolaeth. I roi Moeseg Gofal ar waith yn eich gwaith, ceisiwch roi sylw i'r pedair elfen ganlynol o ofal, a gynigir gan Joan Tronto yn ei llyfr *Moral Boundaries* (1993):

- Byddwch yn astud. Gwrando ar eraill, deall eu hanghenion a'r hyn sy'n bwysig iddynt
- Cymryd cyfrifoldeb am wneud y peth iawn mewn ymateb i'r hyn sy'n bwysig
- Sicrhewch fod gennych y sgiliau a'r wybodaeth sydd eu hangen arnoch i wneud y peth iawn
- Byddwch yn ymatebol a theilwra'r hyn a wnewch i'r hyn sydd ei angen

Er mwyn gwella eich dealltwriaeth o'r cyd-destun lleol, gall fod yn ddefnyddiol myfyrio ar:

- Beth yw'r pethau sydd bwysicaf i'r bobl rydych chi'n gweithio gyda nhw?
- Sut byddwch chi'n ymateb?
- Ym mha ffyrdd maen nhw'n hoffi dysgu ac ymgysylltu â thystiolaeth?
- Sut y gellir cyflwyno tystiolaeth mewn ffyrdd na fydd yn herio gormod?
- Sut y gellir cyflwyno tystiolaeth mewn ffyrdd sy'n barchus ac nad ydynt yn nawddoglyd?
- Sut byddwch chi'n canfod a yw'r gweithgareddau dysgu yn rhoi boddhad iddynt?



Canfod, Casglu a Rhannu Tystiolaeth

Unwaith y bydd amgylchedd ffafriol ar gyfer dysgu a datblygu, gellir canolbwyntio ar 'hau hadau.' Rydym yn defnyddio'r gair 'tystiolaeth' yn yr adran hon i gyfeirio at fathau lluosog o wybodaeth gan gynnwys ymchwil, profiad personol, ymarferydd, a gwybodaeth sefydliadol. Mae'r fframwaith chwe cham hwn yn eich harwain trwy ddod o hyd i dystiolaeth, ei chasglu a'i rhannu.

1. Trafodwch pa dystiolaeth sydd ei hangen arnoch
2. Darganfyddwch pa dystiolaeth sydd eisoes ar gael
3. Gwiriwch yn ôl i weld a yw'r cwestiwn / mater wedi'i ateb
4. Os oes angen rhagor o dystiolaeth arnoch, dewiswch ddull priodol
5. Sicrhewch fod gennych y caniatâd sydd ei angen arnoch cyn dechrau casglu dystiolaeth newydd
6. Rhannwch eich canfyddiadau

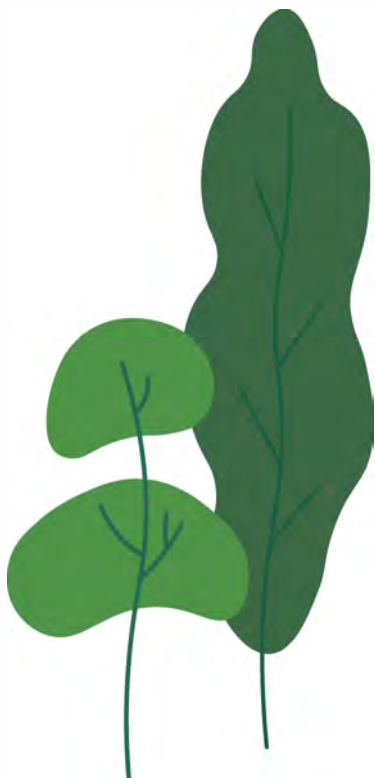
Rydym yn eich arwain trwy'r camau hyn dros y tudalennau canlynol.

1. Trafodwch pa dystiolaeth sydd ei hangen arnoch

Fe welwch syniadau ar sut i gael y sgysiau hyn yn adrannau'r llawlyfr

- [Sgwrs Archwiliadol](#)
- [Taflen Dimpled ANOGWCH](#)

Bydd y sgysiau hyn yn archwilio ac yn ceisio cytundeb ynghylch beth yw'r nod (hynny yw, pa fater y mae angen mynd i'r afael ag ef) a pha dystiolaeth sydd ei hangen i gyflawni hyn.



2. Darganfyddwch pa dystiolaeth sydd eisoes ar gael

Yn ogystal â chwilio cronfeydd data llenyddiaeth, mae pedair ffordd arall o ddod o hyd i dystiolaeth gyhoeddus.

a. Dod o hyd i grynodedau dystiolaeth

Mae gan lawer o sefydliadau arbenigwyr mewnol sy'n adolygu ac yn coladu dystiolaeth bresennol. Dyma rai manau cychwyn:

Cydweithrediad Campbell¹¹	Mae'r rhwydwaith rhyngwladol hwn yn darparu cyfodiadau dystiolaeth, adolygiadau, a chrynodebau mewn iaith glir.
Canolfan ar gyfer Adolygiadau a Lledaenu¹²	Mae'r ganolfan hon yn cyfod ymchwil am iechyd y cyhoedd, iechyd plant, iechyd meddwl, datblygiad methodolegol, asesu technoleg iechyd, a darparu a threfnu gwasanaethau.
Gofal Cymdeithasol Ar-lein¹³	Mae'r gronfa ddata hon yn cael ei diweddarau'n ddyddiol ac mae'n cwmpasu pob agwedd ar waith cymdeithasol a gofal cymdeithasol.
IRYS¹⁴	Mae'r sefydliad hwn yn rhoi amlinelliaid o ymchwil allweddol.
Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru¹⁵	Mae'r ganolfan hon yn cynhyrchu papurau briffio dystiolaeth. Mae'r pynciau wedi cynnwys plant sy'n derbyn gofal yng Nghymru, gan hyrwyddo cydraddoldeb a chynorthwyo grwpiau agored i niwed.
Gofal Cymdeithasol Cymru¹⁶ Dolen Porth Data¹⁷	Mae'r wefan hon wedi curadu ymchwil ar bynciau amrywiol fel unigrwydd a heneiddio'n iach. Mae'r wefan hefyd yn gartref i borth data gofal cymdeithasol cenedlaethol Cymru.

b. Estyn allan i ganolfannau ymchwil

Mae canolfannau ymchwil yn aml yn rhannu astudiaethau sy'n berthnasol i'w maes diddordeb. Maent yn fan cychwyn da pan fydd gennych bwnc clir.

Canolfannau ymchwil yng Nghymru:	
Canolfan Ymchwil Heneiddio a Dementia (CADR)	Prifysgolion Abertawe a Bangor
Canolfan Heneiddio Arloesol (CIA)	Prifysgol Abertawe
Canolfan Cyfraith Iechyd a Gofal Cymdeithasol ¹⁸	Prifysgol Caerdydd
Canolfan Ymchwil a Datblygu Gofal Cymdeithasol Plant (CASCADE) ¹⁹	Prifysgol Caerdydd
Canolfan Ymchwil Awtistiaeth Cymru ²⁰	Prifysgol Caerdydd
Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru ²¹	Prifysgol Caerdydd
Sefydliad Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru ²²	Prifysgol De Cymru
Sefydliad Ymchwil a Data Cymdeithasol ac Economaidd Cymru (WISERD) ²³	Prifysgol Caerdydd
Rhwydwaith Ymchwil Tai Cymru (HRN) ²⁴	Prifysgolion Bangor, Abertawe a Chaerdydd a Phrifysgol De Cymru

Canolfannau ymchwil yn y DU:	
Canolfan Ymchwil Iechyd a Gofal Cymdeithasol ²⁵	Prifysgol Bryste
Uned MRC ar gyfer Iechyd Gydol Oes a Heneiddio ²⁶	Coleg Prifysgol Llundain
Canolfan Ymchwil Lles, Iechyd a Gofal Cymdeithasol (WHSCR) ²⁷	Prifysgol Nottingham
Canolfan ar gyfer Ymchwil Cymdeithasol ac Iechyd (CSHR) ²⁸	Prifysgol Salford
Canolfan Gwella Gofal Oedolion Gyda'n Gilydd (IMPACT) ²⁹	Prifysgol Birmingham
Canolfan Ymchwil Gofal Iechyd ³⁰	Prifysgol Oxford Brookes
Canolfan Ymchwil i Iechyd y Cyhoedd a Gofal Cymunedol (CRIPACC) ³¹	Prifysgol Swydd Hertford
Canolfan Cydgynhyrchu mewn Iechyd Meddwl a Gofal Cymdeithasol	Prifysgol Middlesex
Y Sefydliad Cenedlaethol ar gyfer Ymchwil Iechyd (NIHR) Ysgol ar gyfer Ymchwil Gofal Cymdeithasol (SSCR) ³²	Partneriaeth rhwng saith prifysgol yn Lloegr

c. Defnyddiwch gyfryngau cymdeithasol

Yn draddodiadol mae Twitter wedi bod yn llwyfan poblogaidd ar gyfer ymchwil academiaidd. Ar adeg cynhyrchu'r llawlyfr hwn roedd y wefan mewn cyflwr o newid ac amser a ddengys a yw'n parhau i fod yn adnodd defnyddiol. I chwilio Twitter, teipiwch eich maes diddordeb yn y bar chwilio Twitter. Byddwch yn cael eich cyfeirio at sefydliadau perthnasol, canolfannau ymchwil, ymchwil cyfredol, digwyddiadau, a phobl yn rhannu profiadau personol.

d. Siaradwch ag ymchwilwyr

Mae'r dull hwn yn cyd-fynd â natur berthynol dull DEEP. Dyma rai ffyrdd o gysylltu ag ymchwilwyr:

- Dewch o hyd i ymchwilwyr trwy Google neu Google Scholar. Gallwch ddod o hyd i ymchwilwyr trwy deipio eich pwnc o ddiddordeb ynghyd ag *ymchwil* yn y bar chwilio
- Pan fyddwch chi'n dod o hyd i bapur perthnasol, anfonwch e-bost at awdur yr ohebiaeth
- Cysylltwch ag adrannau prifysgol
- Cysylltwch ag ymchwilwyr trwy rwydwaith, fel LinkedIn
- Anfonwch neges at ymchwilwyr trwy Twitter, Facebook, neu lwyfannau cyfryngau cymdeithasol eraill

3. Gwiriwch yn ôl i weld a yw'r cwestiwn / mater wedi'i ateb

Mae hyn yn dychwelyd i'r sgwrs gyntaf pan gytunwyd ar y nodau, a pha fater oedd i gael sylw. Pan fyddwch yn archwilio a yw'r dystiolaeth yr ydych wedi dod o hyd iddi yn mynd i'r afael â'r mater (nod) y cytunwyd arno, dylai hyn gynnwys myfyrion beirniadol. Er mwyn gwerthfawrogi tystiolaeth mae angen i ni ystyried a yw'n ddefnyddiol ac yn berthnasol. Dylem ystyried a oes angen tystiolaeth ychwanegol i greu 'darlun llawnach'. Gall rhestr wirio ANOGWCH (Y Brifysgol Agored, 2014) eich helpu i fyfyrion ar dystiolaeth yn unigol ac fel grŵp.

Rhestr wirio ANOGWCH (Y Brifysgol Agored, 2014)

- **Cyflwyniad:** is the evidence presented and communicated clearly?
- **Perthnasedd:** is the evidence relevant to the question/ issue you are interested in?
- **Gwrthrychedd:** a allai fod buddiannau breintiedig neu agenda benodol yn llywio'r dystiolaeth?
- **Dull:** a yw'n glir sut y casglwyd y dystiolaeth?
- **Tarddiad:** a yw'n glir pwy sydd wedi cyfrannu'r dystiolaeth? A yw persbectifau pwysig ar goll?
- **Amseroldeb:** a yw'r dystiolaeth yn siarad â'r amgylchiadau presennol?

Yn yr adran adnoddau yn y llawlyfr, rydym yn darparu **Taflen Dimpled ANOGWCH**. Dyma bwyntiau ychwanegol y gallech fod am eu hystyried wrth archwilio gwybodaeth sefydliadol:

- A yw gwybodaeth y sefydliad yn gyson â pholisi a deddfwriaeth gyfredol?
- A yw gwybodaeth y sefydliad yn gyson â thystiolaeth ymchwil gyfredol ac arfer gorau (e.e. canllawiau NICE a SCIE)?
- Sut mae'r sefydliad wedi adeiladu ei sylfaen wybodaeth? A yw pob grŵp staff wedi cael y cyfle i gyfrannu eu gwybodaeth? A yw'r wybodaeth wedi'i hadolygu a'i thrafod gan y tîm? A yw'r wybodaeth yn agored i graffu?
- A yw'r sefydliad wedi ceisio tystiolaeth allanol (e.e., ymchwil) i gadarnhau ei sylfaen wybodaeth?
- A yw'r sefydliad wedi ystyried yr wybodaeth a rennir gan sefydliadau tebyg eraill?
- Sut mae'r sefydliad yn deall profiadau bywyd a sut maent yn llywio'r hyn y mae'r sefydliad yn ei wneud?
- A yw gwybodaeth y sefydliad wedi'i chydgyhyrchu ag ymarferwyr a/neu bobl ag anghenion cymorth?



4. Os oes angen rhagor o dystiolaeth arnoch, dewiswch ddull priodol

Mae adrannau eraill o'r llawlyfr yn rhoi arweiniad ar sut i gasglu dystiolaeth stori gan ddefnyddio:

- [Eiliadau Hudol Trasig](#)
- [Newid Mwyaf Arwyddocaol](#)

Mae'r Canllaw Defnyddio Adnoddau Tystiolaeth, a geir ar wefan Gofal Cymdeithasol Cymru, yn ymdrin ag ystod o ddulliau ymchwil ac yn eich cysylltu â'r offer a all eich helpu i ganfod y dull gorau i'w ddefnyddio.

5. Sicrhewch fod gennych y caniatâd sydd ei angen arnoch cyn dechrau casglu dystiolaeth newydd

Weithiau bydd caniatâd yn cael ei drin trwy siarad â phobl yn eich sefydliad. Er enghraifft, efallai y bydd eich rheolwr llinell yn gallu cymeradwyo casglu dystiolaeth newydd. Mae adnoddau ar-lein a all eich helpu i benderfynu a oes angen i chi fynd â'ch prosiect i bwyllgor moeseg ymchwil allanol hefyd:

*NHS Health Research Authority – What Approvals Do I Need?*³³

*Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru – Adolygiad Moesegol*³⁴

Mae'n bwysig bod pobl sy'n cymryd rhan mewn ymchwil a gwerthusiadau yn rhoi caniatâd gwybodus. Mae caniatâd yn broses lle rydym yn cael caniatâd rhywun i wneud rhywbeth. Mae'n cynnwys:

- Deall yr hyn y gofynnir amdano
- Cael amser i feddwl
- Rhoi a chofnodi cytundeb

Fe welwch sut y derbynnir caniatâd ar gyfer [Straeon Newid Mwyaf Arwyddocaol](#) ac [Eiliad Hudol Trasig](#) ar y taflenni templed a ddarperir. Wrth gasglu straeon, mae DEEP yn argymhell rhannu copi o fersiwn terfynol y stori â'r storiwr. Mae hyn yn eich galluogi i gadarnhau eu bod yn parhau i fod yn hapus i'w stori gael ei defnyddio.

Mae canllawiau ar-lein ar sut i wneud prosiectau gyda phobl na allant roi caniatâd gwybodus. Gall hyn fod oherwydd eu bod yn rhy ifanc i roi caniatâd neu oherwydd nad oes ganddynt alluedd meddyliol:

*NHS Health Research Authority – Mental Capacity Act*³⁵

*NHS Health Research Authority – Research Involving Children*³⁶

Mae'r dolen isod yn rhoi rhagor o arweiniad ar foeseg a chydsyniad:

*Canllawiau moeseg y Gymdeithas Ymchwil Gymdeithasol (SRA)*³⁷

Mae canllawiau ar-lein hefyd ar sut i weithio gyda straeon mewn ffyrdd moesegol:

*Canllawiau'r Ganolfan Stori ar arfer moesegol a ddatblygwyd ar gyfer gwaith adrodd straeon digidol*³⁸

*Gallwch weld [astudiaethau achos](#) o waith y Ganolfan Stori gyda'u partneriaid*³⁹

*Mae'r Gymdeithas Hanes Llafar yn rhoi [cyngor ar faterion cyfreithiol a moesegol](#), gan gynnwys ffurflenni caniatâd enghreifftiol a sut i weithio gyda phobl agored i niwed*⁴⁰

6. Rhannwch eich canfyddiadau

Yr allwedd i rannu tystiolaeth yn y dull DEEP yw ymgysylltu â'r 'pen a'r galon', gan ystyried egwyddorion DEEP. Mae hyn yn annog deialog. Dyma rai ffyrdd creadigol o rannu tystiolaeth.

Cerddi

Gallwch chi ysgrifennu eich cerdd eich hun (efallai gyda'r grŵp rydych chi'n gweithio gyda nhw) gan rannu'r neges allweddol rydych chi am ei rhoi. Fel arall, gallech ddefnyddio cerdd sy'n bodoli eisoes. Os ydych chi'n defnyddio cerdd sy'n bodoli eisoes, dewiswch gerdd sy'n ymwneud â'ch neges allweddol.

Pwyntiau Siarad

Datganiadau yw'r rhain sy'n cael pobl i siarad a meddwl â'i gilydd.

Rhagor o wybodaeth am [Bwyntiau Siarad](#)⁴¹

Wrth ddefnyddio Pwyntiau Siarad gyda grŵp am y tro cyntaf, gadewch i bobl ddod yn gyfforddus â'r dull yn gyntaf trwy drafod pwnc nad yw'n emosiynol. Gall pwyntiau siarad ennyn ymatebion cryf sy'n cau sgwrs i lawr oni bai bod pobl yn deall y rhesymeg.

Mae DEEP wedi datblygu Pwyntiau Siarad am ddementia a gweithgareddau dysgu deialog y gellir eu defnyddio ochr yn ochr â nhw. Cysylltwch DEEP-cymru@swansea.ac.uk am fanylion pellach.



Storïau

Weithiau bydd gennych chi storïau i'w rhannu o brofiad bywyd pobl. Gallwch hefyd ysgrifennu straeon i rannu'r hyn a ddysgwyd o fathau eraill o dystiolaeth.

Helpwch rywun i adrodd ei stori:

Mae angen i chi greu gofod lle mae'r unigolyn yn teimlo'n ddiogel ac yn gyfforddus i rannu ei stori. Gall cymorth ymarferol gynnwys gofyn i'r unigolyn:

- I siarad am yr hyn sydd fwyaf arwyddocaol iddyn nhw
- Am unrhyw newid mewn ymwybyddiaeth, newid cymeriadau neu weithredoedd allweddol yn y stori

Dyma rai coesynnau a allai helpu'r person i ddarparu llinell derfynol i'w stori:

- A dyna sut ddysgais i...
- Byth ers y diwrnod hwnnw rwyf [byth] [bob amser] [o leiaf weithiau] yn gwneud [hyn] yn lle [hynny]...



Creu eich stori eich hun:

Os ydych chi'n creu stori eich hun, dyma rai awgrymiadau ac awgrymiadau:

	Awgrymiadau	Cynghorion
Penderfynwch pa stori rydych chi am ei hadrodd	Meddylwch am y neges allweddol	Dechreuwch â rhai geiriau allweddol. Sicrhewch fod popeth a ysgrifennwch yn berthnasol i'ch neges allweddol
Adnabod eich cynulleidfa	Dewiswch yr iaith gywir a maint y manylion	Os nad ydych chi'n siŵr pwy fydd eich cynulleidfa, dychmygwch adrodd y stori i ffrind sy'n ei chlywed am y tro cyntaf
Bachwch eich cynulleidfa	Daliwch sylw yn y llinell gyntaf	Dechreuwch y stori yng nghanol y weithred, â deialog, neu â gwrth-ddweud syniadau
Dewiswch adroddwr	Gall ysgrifennu yn y person cyntaf fod yn effeithiol. Os ydych yn ysgrifennu yn y trydydd person, rhwch safbwyntiau gwahanol ar y weithred	Drafftio wch y stori yn y person cyntaf, yr ail a'r trydydd person. Chwaraewch â gwahanol amserau a safbwyntiau. Edrychwch ar ba rai sy'n cael yr effaith fwyaf
Gosodwch eich stori mewn amser a lle	Mae pobl am wybod pwy, beth, pam a sut	Gall defnyddio cyfeiriadau diwylliannol ennyn diddordeb pobl yn y stori
Defnyddiwch y synhwyrau	Disgrifiwch sut mae pethau'n edrych, yn blasu, yn swno ac yn teimlo	Defnyddiwch drosiadau a chymariaethau
Defnyddiwch y gair iawn yn y lle iawn	Weithiau mae'n well osgoi ystrydebau a geiriau cymhleth	Darllenwch straeon yn uchel i weld brawddegau sy'n rhy hir a geiriau nad ydynt yn ffitio
Defnyddiwch atalnodi	Mae atalnodi yn helpu pobl i ddeall yr ystyr	Os yw'n lletchwith darllen brawddeg yn uchel, ceisiwch newid yr atalnodi
Mentrwch i fod yn agored i niwed	Helpwch bobl i gydymdeimlo â'r cymeriadau. Cyfathrebwch emosiynau heb eu henwi o reidrydd	Er enghraifft, os yw cymeriad yn ddig, efallai y bydd yn codi ei lais
Cyflwyniad	Dangoswch y stori yn dda	Wrth rannu stori yn ysgrifenedig, rhwch fylchau ychwanegol cyn i olygfa newid ac ar ôl i olygfa ddod i ben
Arbrawf	Mae'n iawn torri'r rheolau	Gofynnwch i eraill edrych dros y stori a rhoi adborth

Yn seiliedig ar waith gan Barrie Llewelyn, Joseph Sobol, Kate Howson, a Nick Andrews

Gallai'r canllawiau canlynol fod yn ddefnyddiol hefyd:

Canllaw Newidiwr i Adrodd Storiâu⁴²

Canllawiau ar ddatblygu storiâu i ymgysylltu â chynulleidfaoedd a chydweithwyr prosiect



Storïau digidol

Mae storïau digidol yn cyfuno stori leisiol tair munud â delweddau. Fe'u hadroddir yn y person cyntaf. Os ydych chi'n creu stori ddigidol â rhywun, gwnewch yn siŵr ei bod hi'r amser iawn. Yn aml mae angen i bobl fod wedi cyflawni cryn bellter o'u stori. Cyn i chi ddechrau, sicrhewch fod gennych yr holl ganiatâd sydd ei angen arnoch ar gyfer y stori a'r delweddau.

Dyma rai awgrymiadau:

Sicrhewch fod y cynnwys yn gywir

Ystyriwch:

Pam mae'r stori yn bwysig?

Pwy yw'r gynulleidfa arfaethedig?

Beth yw'r neges?

Beth yw'r pwyntiau pwysig a diddorol?

Pa emosiynau ydych chi'n ceisio eu cyfleu?

Mae'n helpu i ysgrifennu drafft o'r stori. Cadwch yr iaith yn syml ac yn ddi-jargon. Ceisiwch gael dim mwy na phump neges allweddol. Siaradwch â'r storiwr am ba ddelweddau allai gefnogi'r stori.

Recordio

Recordiwch mewn man tawel, preifat, cyfforddus

Diffoddwch ffônau symudol

Gadewch seibiau. Mae hyn yn rhoi amser i'r gynulleidfa fyfrio

Recordiwch y stori sawl gwaith

Stopiwch os yw'r storiwr yn ymddangos yn ofidus. Efallai y bydd angen i chi newid eich cynlluniau a'u helpu i gael cymorth

Golygu

Dilëwch synau achlysurol
e.e., sŵn gwyntyll cyfrifiadur

Ystyriwch ychwanegu troslais, synau
a cherddoriaeth

Defnyddiwch hyd at bump delwedd

Cynhwyswch gredydau a chydabyddiaethau

Ychwanegwch gyfieithiad os nad oes modd
recordio'r stori yn Gymraeg

Gallwch gael rhagor o arweiniad o'r
ffynonellau canlynol:

- Cymunedau Digidol Cymru: [Adnoddau padled ar gyfer adrodd storïau digidol](#)⁴³
- Canllawiau'r Cyngor Meddygol Cyffredinol ar [wneud a defnyddio recordiadau gweledol a sain o gleifion](#)⁴⁴

Mae rhagor o wybodaeth am adrodd storïau digidol
ar gael oddi wrth: prue.thimbleby@wales.nhs.uk



Ffeithluniau



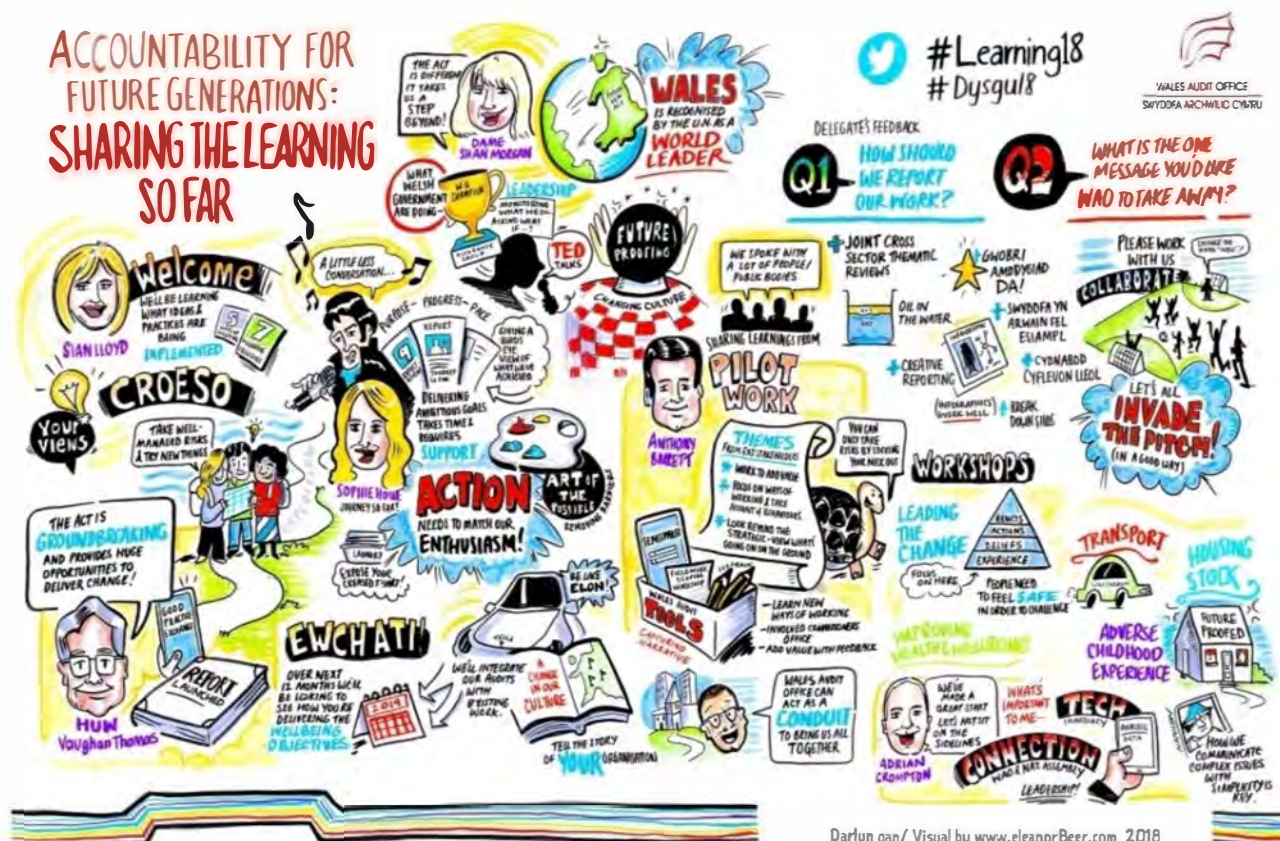
Mae ffeithluniau'n cyfleu negeseuon allweddol yn gyflym ac yn gryno. Maent yn ffordd dda o ddal sylw pobl sydd ag amser cyfyngedig. Daw ffeithluniau mewn sawl ffurf. Mae dull DEEP yn aml yn gweithio gyda straeon ac mae Cymylau Geiriau yn un ffordd o amlygu themâu mewn straeon. Bydd gwlglo 'sut i greu cwmwl geiriau' yn adfer nifer o ddogfennau canllaw a fideos a all eich helpu i greu eich cwmwl geiriau eich hun.

Defnyddio celf

Dywedodd Albert Einstein fod *un llun yn werth mil o eiriau*. Mae dull DEEP yn aml yn defnyddio delweddau i helpu i gyfleu pwyntiau dysgu. Wrth ddefnyddio delwedd, gwnewch yn siŵr bod yr holl ganiatadau angenrheidiol yn eu lle. Gallech wirio a oes gan y ddelwedd Drwydded Creative Commons neu os ydych yn adnabod yr artist neu ffotograffydd, gofynnwch am ganiatâd. Os ydych am rannu eich ffotograff eich hun sy'n cynnwys pobl adnabyddadwy, bydd angen i'r bobl yn y llun roi eu caniatâd.

Cyflogi Hwylusydd Graffeg

Mae hwyluswyr graffeg yn darlunio negeseuon allweddol a gallant greu allbynnau gweledol o'r dysgu a rennir. Bydd cost gysylltiedig â chyflogi Hwylusydd Graffeg.

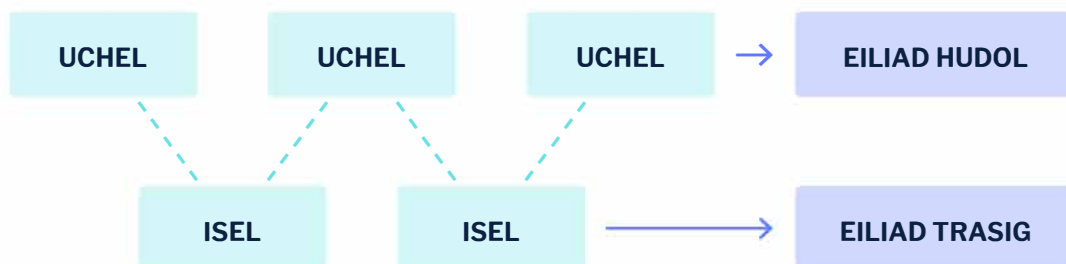


Atgynhyrchwyd â chaniatâd caredig @Eleanorbeer

Eiliadau Hudol Trasig

Mae'r dull Eiliadau Hudol Trasig yn seiliedig ar Gydgynllunio ar Sail Profiad (Bate & Robert, 2007). Mae Cydgynllunio Seiliedig ar Brofiad yn ddull o ddatblygu gwasanaethau sy'n dysgu o brofiadau pobl o'u taith trwy ofal, er enghraifft, cyfnod a dreulir yn yr ysbyty. Bydd eu taith yn llawn o brofiadau da a drwg yn ogystal â llawer o bwyntiau llai arwyddocaol yn y canol. Cyfeirir at yr hwyliau a'r anfanteision fel 'cyffyrddiadau emosiynol' ac fe'u mynegir fel straeon byrion o brofiad, yr hyn a alwn yn 'eiliadau huold' ac yn 'eiliadau trasig.'

Gall casglu, archwilio ac ymateb i'r straeon hyn gefnogi gwerthuso, dysgu a datblygu gwasanaethau. Mae Eiliadau Hudol Trasig yn dal profiadau o eiliadau uchel (hudol) ac isel (trasig):



Mae Eiliadau Hudol Trasig yn ddull da o ddal straeon o brofiad.



Casglu Eiliadau Hudol Trasig

Ystyriaethau caniatâd gwybodus

Mae rhai ystyriaethau caniatâd penodol mewn Eiliadau Hudol Trasig yn cynnwys:

Materion caniatâd	Camau gweithredu a awgrymir
Mae'r Eilad Hudol Trasig yn cynnwys manylion sy'n adnabod unigolyn arall	• Ceisiwch ganiatâd gan unrhyw un y gellir ei adnabod yn y stori • Os na ellir cael caniatâd, bydd angen gwneud y manylion hyn yn ddienw
Mae'r Eiliad Hudol Trasig yn cynnwys gwybodaeth am sefydliad neu wasanaeth adnabyddadwy	• Ceisiwch ganiatâd gan y sefydliad neu wasanaeth • Os na ellir cael caniatâd, bydd angen gwneud y manylion hyn yn ddienw
Mae eisiau rhannu ei stori ar y storiwr ond mae ganddo rai amheuan	• Mae'n arferol cynnig tri opsiwn mewn Eiliadau Hudol Trasig: 1. Caniatâd heb gyfyngiadau 2. Cydsynio ag amodau penodedig 3. Dim caniatâd
Mae'r storiwr yn dymuno cael ei gydnabod	• Os yw'n gefnogol ac yn rymusol, mae DEEP yn cynnig y dewis i storiwr rannu eu henwau ochr yn ochr â'u moment hudol neu drasig

Yn ennyn Eiliadau Hudol Trasig

Gallwch chi gael Eiliadau Hudol Trasig mewn gwahanol ffyrdd:

1. Cwestiynau uniongyrchol

Gallech ofyn:

Gan feddwl am eich profiad â..., a ydych chi wedi cael unrhyw adegau cadarnhaol iawn yr ydych yn hapus i'w rhannu? Os felly, beth ydyn nhw?

Gallech hefyd ofyn:

Gan feddwl am eich profiad â..., ydych chi wedi cael unrhyw eiliadau negyddol iawn yr ydych yn hapus i'w rhannu? Os felly, beth ydyn nhw?

Sylwch fod dull DEEP bob amser yn gofyn am yr eiliad 'hudol' yn gyntaf.

2. Cardiau emosiwn

Mae rhai pobl yn gweld cwestiynau uniongyrchol yn annymunol a gall ysgogiadau gweledol gynnig rhagor o ofod emosiynol. Mae rhai pobl hefyd yn elwa o giwiau gweledol sy'n eu helpu i ddeall y cwestiwn. Gallwch osod amrywiaeth o gardiau emosiwn cadarnhaol a negyddol:



Yna gallwch ofyn:

Dewiswch emosiwn sy'n dangos sut rydych chi'n teimlo am eich profiad â...

Yna gallwch drafod pam y dewiswyd cardiau a gofyn am adeg pan oeddent yn teimlo'r emosiwn hwnnw.

3. Cardiau llun

Mae meddwl am emosiynau yn llethol i rai pobl. Fel dewis arall, gallwch osod amrywiaeth o gardiau lluniau a gofyn:

Dewiswch lun sy'n dangos sut rydych chi'n teimlo neu'n meddwl am...

Yna gallwch chi drafod pam y dewiswyd llun a gofyn am stori sy'n gysylltiedig â'r llun.

Cofnodi Eiliadau Hudol Trasig

Mae opsiynau recordio yn cynnwys:

- Recordiad sain neu fideo
- Gofyn i bobl ysgrifennu eu stori
- Cymryd nodiadau o'r hyn y mae pobl yn ei ddweud

Os ydych chi'n cofnodi storïau yn ysgrifenedig, gallai'r [Templed Eiliad Hudol Trasig](#) yn adran adnoddau'r llawlyfr fod yn ddefnyddiol. Os gwnewch nodiadau, ailadroddwch yn ôl i'r storiwr yr hyn rydych wedi'i gipio i wneud yn siŵr eich bod wedi cynrychioli'r hyn yr oedd am ei ddweud.

Cipio Eiliadau Hudol Trasig mewn digwyddiad

Gellir casglu Eiliadau Hudol Trasig a dysgu ohonynt mewn un digwyddiad. Ar adegau eraill, mae Eiliadau Hudol Trasig yn cael eu casglu a'u defnyddio mewn digwyddiadau dysgu a gynhelir yn ddiweddarach.

Os ydych chi'n cipio Eiliadau Hudol Trasig fel rhan o ddigwyddiad, mae hwn yn gynllun defnyddiol i'w ddilyn:

Cam 1 – 10 munud

Cyflwyno Eiliadau Hudol Trasig a'r pwnc o ddiddordeb

Cam 2 – 10 munud

Eglurwch pam mae casglu Eiliadau Hudol Trasig yn fan cychwyn da ar gyfer dysgu a datblygu

Cam 3 – 10 munud

Gofynnwch i bobl fyfyrïo'n unigol ac ysgrifennu eu moment hudol

Cam 4 – 10 munud

Yn ddiweddarach, gofynnwch i bobl fyfyrïo'n unigol ac ysgrifennu eu moment drasig

Rhannu Eiliadau Hudol Trasig

Mae'n ddefnyddiol rhannu pob Eiliad Hudol Trasig â theitl bachog a delwedd gyffredin greadigol berthnasol. Daw'r eiliad hudol enghreifftiol isod o waith dysgu a datblygu yn Narpariaeth Gwasanaethau Oedolion Cyngor Abertawe.

Hyd ein gwahenir gan angau

Gofynnodd dyn yn ein gwasanaeth a oedd yn byw â dementia i mi am fesur pensil a tâp y gallai ei weld ar y ddesg. Wyddwn i ddim pam roedd eu heisiau arno ond fe'u rhoddais iddo. O'r diwrnod hwnnw ymlaen ni roddodd ef nhw i lawr. I ddechrau, defnyddiodd nhw i fesur y llawr â gwên fawr ar ei wyneb wrth iddo wneud hynny.

Pan ddaeth ei wraig i ymweld, dywedodd ei bod wedi gweld gwelliant mawr yn ei hwyliau, gan ei fod yn gwenu'n gyson ac yn brysus drwy'r amser, yn mesur a chofnodi gwybodaeth. Yna dechreuodd y dyn hwn fesur y staff hefyd. Pan soniasom am hyn wrth ei wraig, dywedodd wrthym ei fod wedi bod yn ymgymerwr cyn iddo ymddeol a'i fod yn ôl pob tebyg yn ein mesur ni ar gyfer ein heirch!

Roedd y dyn hwn wedi bod yn ymgymerwr ers yn 14 oed a dyma fu busnes y teulu ers cenedlaethau lawer. Roedd tâp mesur plastig bach a phensil wedi gwneud byd o wahaniaeth i'r dyn hwn, a thrwy hynny roeddem yn gallu ei gynorthwyo i gyflawni ymdeimlad o agosrwydd, pwrpas, a chyflawniad.

Unwaith y bydd straeon wedi'u casglu gallwch wedyn ddefnyddio ymarfer [cylch Sgwrs Archwiliadol](#).

Defnyddio Eiliadau Hudol Trasig i gefnogi dysgu a datblygu

Mae cylch Sgwrs Archwiliadol yn ffordd dda o ddysgu o Eiliadau Hudol Trasig.

Fformat 1

Mae'r fformat hwn yn gweithio'n dda â grŵp o tua 40 o bobl, a bydd yn gweithio orau os gall y bobl sy'n bresennol gyfrannu gwahanol bersbectifau at y pwnc:

Cam 1 – 40 munud

Gofynnwch i bobl ffurfio grwpiau o chwech i saith o bobl. Mae pob person yn darllen stori Eiliad Hudol Trasig. Mae'r grŵp yn nodi themâu neu faterion allweddol ar draws y storïau. Maen nhw'n dewis un stori fel y mwyaf 'hudol' (neu 'drasig' yn dibynnu ar ffocws y dysgu). Neu, gallech chi ailadrodd y gweithgaredd hwn ddwywaith: unwaith ar gyfer eiliadau hudol ac unwaith ar gyfer eiliadau trasig.

Cam 2 – 20 munud

Mae pob grŵp yn rhannu eu stori ddewisol.

Cam 3 – 15 munud

Cyflwyno Sgwrs Archwiliadol.

Cam 4 – 30 munud

Trefnwch bawb yn gylch. Mae pob grŵp yn ailrannu'r stori a ddewiswyd ganddynt. Hwyluso Sgwrs Archwiliadol. Efallai y byddwch am gymryd nodiadau neu recordiad sain (os rhoddir caniatâd).

Cam 5 – 15 munud

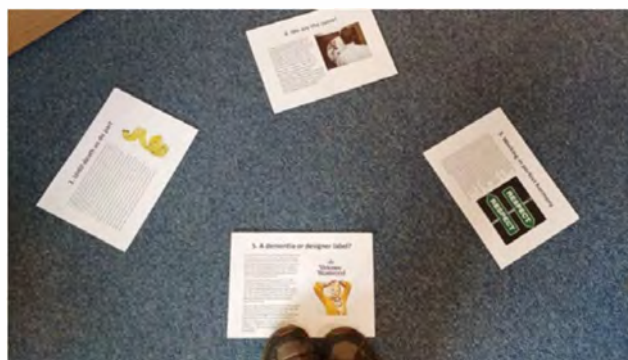
Cynigiwch gyfle i bob unigolyn rannu gair olaf sy'n canolbwyntio ar y camau y maen nhw'n meddwl sydd eu hangen nawr. Gallech chi ddarparu'r coesyn:

Dw i'n meddwl bod angen i ni...

Fformat 2

Mae'r fformat hwn yn gweithio'n dda gyda hyd at ddeg stori Eiliad Hudol Trasig (wedi'u casglu ymlaen llaw) a 15-20 o bobl. Efallai yr hoffech chi rannu'r straeon ar PowerPoint i ddechrau, ond fe fydd angen copi o bob stori arnoch chi sydd wedi'i argraffu ar bapur A4 hefyd.

Trefnwch bobl mewn cylch a gofynnwch am wirfoddolwyr i ddarllen y storïau ar goedd. Unwaith y bydd yr holl storïau wedi'u darllen, gosodwch y storïau ar y llawr a gwahoddwch bobl i sefyll wrth ymyl y stori y maen nhw'n meddwl sydd fwyaf 'hudol' (neu 'drasig' yn dibynnu ar ffocws y dysgu).



Gwahoddwch y mynychwyr sy'n sefyll wrth ymyl pob stori i rannu pam y gwnaethant ei dewis:

- Pam wnaethoch chi ddewis yr eiliad hwn?
- Beth wnaeth eich taro fwyaf am yr eiliadt? Pam?

Gwahoddwch fynychwyr eraill i roi sylwadau a gofyn cwestiynau. Mae awgrymiadau defnyddiol yn cynnwys:

- Pa werthoedd neu themâu a welir ar hyn o bryd?
- Pwy sy'n cytuno neu'n anghytuno â'r dewis hwn? Pam?
- A oes gan unrhyw un eiliad tebyg neu gyferbyniol?
- Beth yw goblygiadau'r eiliad hwn i'r ffordd yr ydym yn gweithio?

Os yw'r ffocws ar eiliadau hudol:

- A oes unrhyw un yn cael ei boeni gan yr eiliad hwn? Oes rhywbeth trasig ynddo hefyd?
- A oes unrhyw risgiau yn yr eiliad?
- Sut allai'r eiliad hwn arwain at eiliad arall (efallai hyd yn oed yn well)?

Unwaith y bydd pawb wedi dweud eu dweud, parhewch nes eich bod wedi ailadrodd yr ymarfer â'r holl straeon dethol. Gall fod o gymorth i nodi themâu a syniadau allweddol sy'n dod i'r amlwg yn y drafodaeth.

Os na chaiff stori ei dewis, gallwch ofyn:

A all unrhyw un ddweud pam eu bod yn meddwl y gallai'r eiliad hwn fod yn 'llai hudol' (neu 'ddim mor drasig' yn dibynnu ar ffocws y dysgu)?

Dychwelwch i'r cylch a chynigiwch gyfle i bob un sy'n mynychu rannu eu gair olaf am sut maen nhw'n meddwl y gallai'r gwasanaeth neu'r sefydliad gefnogi rhagor o eiliadau hudol. Gellir nodi'r rhain fel rhestr o syniadau ar gyfer gweithredu.



Newid Mwyaf Arwyddocaol

Mae Newid Mwyaf Arwyddocaol (MSC: Davies & Dart, 2005) yn ddull gwerthusol o nodi a dysgu o ganlyniadau newid, yng nghydestun rhaglenni datblygu cymunedol a gwella iechyd y cyhoedd, lle mae'r gwaith yn gymhleth ac yn flêr a lle gall canlyniadau fod yn anrhagweladwy. Cesglir canlyniadau rhaglen neu ymyriad ar ffurf storïau personol, sydd wedyn yn cael eu harchwilio gan grŵp o bobl sydd â dylanwad ar weithgaredd a chyllid y rhaglen. Mae'r cynnwys isod yn seiliedig ar y dull a gyflwynwyd gan Davies a Dart.

Casglu storïau MSC

Ystyriaethau caniatâd gwybodus

Mae rhai ystyriaethau caniatâd penodol yn MSC yn cynnwys:

Materion caniatâd	Camau gweithredu a awgrymir
Mae stori'r MSC yn cynnwys manylion sy'n adnabod unigolyn arall	Ceisiwch ganiatâd gan unrhyw un y gellir ei adnabod yn y stori Os na ellir cael caniatâd, bydd angen gwneud y manylion hyn yn ddienw
Mae stori MSC yn cynnwys gwybodaeth am sefydliad neu wasanaeth adnabyddadwy	Ceisio caniatâd gan y sefydliad neu wasanaeth Os na ellir cael caniatâd, bydd angen gwneud y manylion hyn yn ddienw
Mae eisiau rhannu ei stori ar adroddwr y stori ond mae ganddo rai amheuan	Mae'n arferol cynnig tri opsiwn yn MSC: 1. Caniatâd heb gyfyngiadau 2. Cydsynio ag amodau penodedig 3. Dim caniatâd
Mae'r storiwr yn dymuno cael ei gydnabod	Os yw'n gefnogol ac yn rymusol, mae DEEP yn cynnig y dewis i storiwyr rannu eu henw ochr yn ochr â'u stori

Eliciting MSC stories

Gofynnir pum cwestiwn i ennyn storïau MSC:

1	Dywedwch wrthyf amdanoch chi'ch hun a sut rydych chi wedi bod yn rhan o ...
2	Gan feddwl yn ôl dros y chwe mis diwethaf, pa newidiadau da neu ddrwg sydd wedi digwydd oherwydd eich ymwneud â ...?
3	Gan feddwl am yr holl newidiadau a nodwyd gennych, pa un yw'r newid mwyaf arwyddocaol i chi'n bersonol a pham?
4	Gan feddwl am y newid mwyaf arwyddocaol a allwch ddweud wrthyf am: • Sut brofiad oedd e o'r blaen? • Sut beth yw e nawr? • Beth ydych chi'n feddwl sydd wedi arwain at y newid?
5	Allwch chi roi teitl bachog i'ch stori?

Mae **templed casgliad stori MSC** yn rhoi awgrymiadau ychwanegol ond ceisiwch adael i'r stori lifo'n naturiol. Gwnewch yn siŵr eich bod yn cynnig man diogel lle gall pobl rannu newidiadau negyddol yn ogystal â rhai cadarnhaol. Efallai y bydd pobl yn fwy cyfforddus yn rhannu eu stori â rhywun nad yw'n ymwneud yn uniongyrchol â hi.

Recordio storïau MSC

Mae opsiynau recordio yn cynnwys:

- Recordiad sain neu fideo
- Gofyn i bobl ysgrifennu eu stori
- Cymryd nodiadau o'r hyn y mae pobl yn ei ddweud

Os cymerwch nodiadau, ailadroddwch yr hyn yr ydych chi wedi'i gipio i wirio mai dyma'r hyn yr oedd y storiwr am ei gyfleu.

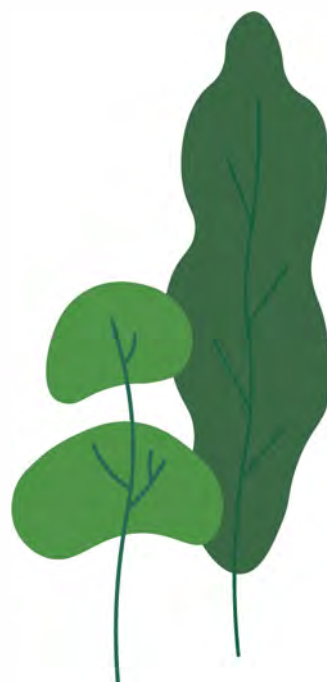
Cyflwyno storïau MSC

Dyma sut mae stori MSC yn cael ei chyflwyno fel arfer:

Teitl stori MSC

Dyfyniad allweddol o'r stori

- Cefndir fy stori
- Mae'r newidiadau sydd wedi digwydd oherwydd...
- Y newid oedd y mwyaf arwyddocaol
- Sut brofiad oedd e o'r blaen
- Sut beth yw e nawr
- Beth ddigwyddodd i wneud i'r newidiadau hyn ddigwydd



Defnyddio storïau MSC mewn dysgu a datblygu

Gellir archwilio storïau MSC gan baneli o randdeiliaid sy'n dewis y stori fwyaf arwyddocaol. Gelwir hyn yn ddadansoddiad grŵp hierarchaidd. Mae pob panel dethol yn cynnwys wyth i ddeuddeg o bobl nad ydynt wedi cyfrannu'r storïau a fydd yn cael eu trafod. Mae'n ddefnyddiol gwahodd pobl sy'n cynrychioli persbectifau gwahanol i eistedd ar y panel. Weithiau cynhelir cyfres o baneli. Gallai'r

panel cychwynnol gynnwys pobl â phrofiad o fyw, gofaluwr di-dâl, ac ymarferwyr rheng flaen. Gallai'r ail banel gynnwys arweinwyr tîm, llunwyr polisi lleol a chomisiynwyr. Byddai'r panel terfynol wedyn yn cynnwys rheolwyr a phenderfynwyr allweddol eraill. Mae paneli dau a thri yn derbyn crynodebau o'r paneli cynharach. Nid yw'r paneli'n ystyried mwy na deg stori a ddewiswyd ymlaen llaw. Dylai dewis storïau amrywiol arwain at ddeialog gyfoethog. Dyma amlinelliad o gyfarfod panel:

Cam 1 – 10 munud

Trefnwch bobl yn gylch. Cyflwyno'r cysyniad o arwyddocâd. Gallech ofyn:

A fydddech cystal â rhannu rhywbeth arwyddocaol a ddigwyddodd i chi yn eich bywyd gwaith neu gartref dros yr wythnos ddiwethaf a pham roedd yn arwyddocaol?

Unwaith y bydd pawb wedi rhannu, gofynnwch:

- A oedd themâu cyffredin?
- A gafodd unrhyw un ei synnu gan rywbeth a rannwyd?
- Oedd stori yn arbennig o arwyddocaol?
Ym mha ffordd?

Cam 2 – 20 munud

Mae gwirfoddolwyr yn darllen storïau MSC ar goedd

Cam 3 – 5 munud

Gosodwch y storïau ar y llawr. Gofynnwch i bobl sefyll wrth ymyl y stori sydd fwyaf arwyddocaol yn eu barn nhw

Cam 4 – 20 munud

Gofynnwch i bobl pam y gwnaethant eu dewis. Gwahoddir eraill i wneud sylwadau. Anogwyr defnyddiol yw:

- A oes unrhyw un am herio'r hyn a ddywedwyd am y stori hon?
- A oes unrhyw un wedi gweld unrhyw beth arall arwyddocaol am y stori hon?

Os na chaiff stori ei dewis, gofynnwch i'r grŵp esbonio pam na chafodd ei dewis a gweld a yw'n dal i gynnwys unrhyw themâu arwyddocaol.

Gwnewch nodiadau o'r pwyntiau allweddol a wnaed (neu recordiwch sain os rhoddir caniatâd)

Cam 5 – 5 munud

Rhowch y dewis i bobl newid eu dewis os dymunant. Os bydd unrhyw un yn dewis stori wahanol, gofynnwch iddyn nhw esbonio pam

Cam 6 – 5 munud

Cadarnhewch pa stori sy'n cael ei barnu yw'r mwyaf arwyddocaol: dyma'r stori â'r nifer fwyaf o bobl yn sefyll o'i chwmpas

Cam 7 – 5 munud

Mae pobl yn dychwelyd i eistedd mewn cylch ac yn cytuno ar yr hyn y bydd adroddiad y panel yn ei ddweud am y stori a ddewiswyd

Cam 8 – 10 munud

Defnyddiwch Sgwrs Archwiliadol i drafod y themâu a'r materion a ddaeth allan o'r storïau. I ysgogi trafodaeth, rhannwch y nodiadau a gymerwyd yng ngham pedwar. Efallai y byddwch chi'n ffeindio'r awgrymiadau hyn yn ddefnyddiol:

- A oes unrhyw un yn cytuno/anghytuno â'r hyn a ddywedwyd?
- A all unrhyw un roi enghraifft neu wrthenghraifft?
- Mae'n swnio i mi fel ein bod ni'n dweud....
Ydy hynny'n iawn?

Cyn cloi'r drafodaeth, crynhowch a chytunwch ar y gwersi allweddol a ddysgwyd

Cam 9 – 10 munud

Trafod goblygiadau ar gyfer datblygu polisi ac ymarfer. Rhowch gyfle i bawb rannu gair olaf ar yr hyn y maen nhw'n meddwl sydd angen ei wneud mewn ymateb i'r hyn sydd wedi'i rannu a'i drafod

Os ydych yn cynnal panel dewis stori ar-lein, bydd angen i chi addasu camau dau a thri.

Cam ar-lein diwygiedig 2 – 5 munud y stori

Ar ôl cyflwyno pob stori:

Cynhaliwch gawod sgwrsio i ganfod themâu a materion yn y stori

Trafod sylwadau a rennir yn y sgwrs

Cam ar-lein diwygiedig 3 – 5 munud

Mae mynychwyr yn pleidleisio am y stori fwyaf arwyddocaol mewn arolwg barn ar-lein (gallech ddefnyddio arolwg barn Zoom neu Mentimeter)

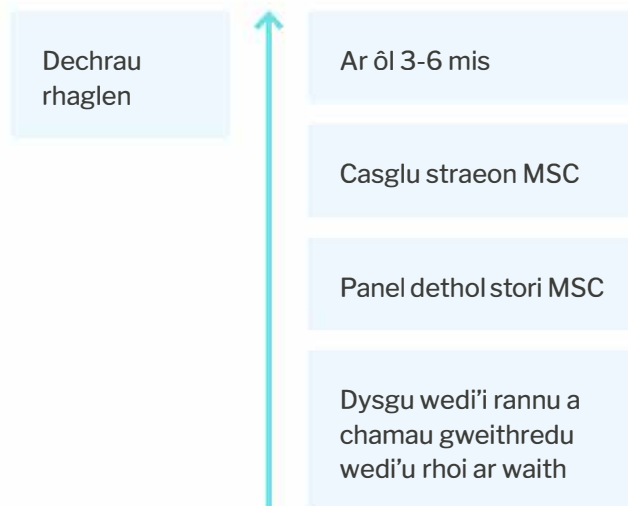
Ar ôl y panel gall fod yn ddefnyddiol rhannu adroddiad adborth. Dylid anfon hwn at y bobl a roddodd storïau, yn ogystal ag at bobl â diddordeb yn y gweithgaredd dysgu a datblygu. Isod mae amlinelliad o adroddiad panel.

Adroddiad panel yr MSC

- Dyddiad y panel
- Aelodau'r panel
- Y stori MSC a ddewiswyd
- Pam dewisodd y panel y stori
- Dyfyniadau gan aelodau'r panel
- Dysgu o archwilio'r holl straeon
- Goblygiadau ar gyfer polisi ac ymarfer

Defnyddio MSC wrth werthuso

Mewn gwerthusiadau, yn ddelfrydol mae MSC yn dilyn proses gylchol.



Gallwch ddod o hyd i ragor o ganllawiau ar MSC yn mande.co.uk



Cymuned Ymholi

Mae Cymuned Ymholi (CoE: Lipman, 2003; Muirhead, 2018) yn helpu pobl i ymgysylltu'n ystyrlon â thystiolaeth, o'u safbwynt eu hunain ac i ddysgu o safbwynt eraill. Mae'n ffordd strwythuredig o greu ac archwilio cwestiynau sy'n ymwneud â darn (neu set) o dystiolaeth. Mae hefyd yn helpu pobl i feddwl ar y cyd am y ffordd orau o ddefnyddio'r dystiolaeth yn y cyd-destun lleol. Mae'r cynnwys isod yn seiliedig ar waith a gomisiynwyd gan Dr Sue Lyle, Dialogue Exchange (Andrews & Lyle, 2016).

Wrth drefnu cynllun CoE ar gyfer:

- Grŵp o 10-20 o bobl
- Ymholiad sy'n para 2-2.5 awr
- Os ydych yn cyfarfod wyneb yn wyneb, trefnwch fan lle gall pobl eistedd mewn cylch.

Mae deg cam mewn CoE. Rydym yn awgrymu amserlennu egwyl gysur hanner ffordd drwodd, hy, ar ôl cam pump. O dan yr amlinellid isod rydym yn darparu arweiniad manylach.

Cam 1: Gosodwch yr olygfa – 15 munud

Cyflwyno'r syniad o gwestiynau cysyniadol

Cam 2: Ysgogiad – 10 munud

Cyflwyno'r ysgogiad tystiolaeth

Cam 3: Myfyrdod unigol – 5 munud

Bydd mynychwyr yn ysgrifennu eu meddyliau cychwynnol (ar nodiadau post-it os wyneb yn wyneb; yn y sgwrs os ar-lein)

Cam 4: Myfyrio mewn parau – 5 munud

Mae pobl yn rhannu syniadau cychwynnol

Cam 5: Trafodaeth mewn grwpiau bach – 20 munud

Mae grwpiau o 4-5 o bobl yn nodi themâu yn yr ysgogiad ac yn awgrymu cwestiwn cysyniadol i'w archwilio

Cam 6: Rhannu cwestiynau – 15 munud

Mae grwpiau'n rhannu eu cwestiwn a'u rheswm dros ei ofyn

Cam 7: Dewis cwestiwn – 5 munud

Cynhelir pleidlais ddienw i ddewis pa gwestiwn i'w archwilio

Cam 8: Crynodeb o'r cwestiwn – 5 munud

Rhennir y cwestiwn a ddewiswyd yn ysgrifenedig ac eglurir y rheswm dros y cwestiwn eto

Cam 9: Ymholiad – 20 munud

Trafodir y cwestiwn gan ddefnyddio Sgwrs Archwiliadol

Cam 10: Geiriau olaf – 15 munud

Mae pob unigolyn yn cael y cyfle i rannu gair olaf yn ymwneud â naill ai'r pwnc, y sgwrs neu syniad ar gyfer gweithredu yn seiliedig ar y drafodaeth

Gosod yr olygfa

Cyfeiriomynychwyr at sut y maent yn mynd i gynhyrchu a thrafod eu cwestiynau eu hunain am yr ysgogiad tystiolaeth. Cyflwynwch y syniad o gwestiwn cysyniadol. Dywedodd Lipman (2003) ei bod yn ddefnyddiol crynhoi mai cwestiwn cysyniadol yw:

Cyffredin	O ddiddordeb i bawb
Wedi'i gysylltu	Yn berthnasol i brofiad pobl eu hunain
Canolog	Am rywbeth pwysig
Dadleuol	Bydd pobl yn gallu mynegi barn wahanol

Dyma ymarfer a all helpu pobl i ddeall cwestiynau cysyniadol:

- Gofynnwch i bobl ddod o hyd i unigolyn arall a gofyn *Pa mor hen ydych chi?*
- Gofynnwch i bobl ddod o hyd i unigolyn gwahanol a gofynnwch *Pryd fyddwch chi'n hen?*
- Gofynnwch i bobl ddod o hyd i drydydd unigolyn a gofynnwch *Beth mae bod yn hen yn ei olygu?*

Gofynnwch i'r grŵp pa fath oedd pob cwestiwn:

- **Cwestiwn 1:** wedi cau; dim ond un ateb. Dim pwynt trafod mewn CoE
- **Cwestiwn 2:** goddrychol; gofyn am farn na ellir ei herio. Ddim yn ddefnyddiol i'w drafod mewn CoE
- **Cwestiwn 3:** cysyniadol; agored i wahanol safbwyntiau. Defnyddiol i'w drafod mewn CoE

Crynodeb o'r cwestiwn

Os bydd amser yn caniatáu, rhowch amser i bobl ystyried y cwestiwn a ddewiswyd mewn grwpiau llai. I gynorthwyo eu trafodaethau, aralleirio'r cwestiwn fel datganiad. Gall yr ymarferion canlynol fod yn ddefnyddiol:

1. Gofynnwch i bobl ffurfio parau a rhannu eu hymateb uniongyrchol i'r datganiad. Gallai gofyn pwy oedd yn cytuno a phwy oedd yn anghytuno â'r datganiad fod y cwestiwn cyntaf yn yr ymchwiliad
2. Gofynnwch i bobl sefyll mewn gwahanol rannau o'r ystafell yn dibynnu a ydynt yn cytuno neu'n anghytuno â'r datganiad. Mae pobl sy'n sefyll yn yr un ardal yn rhannu'r rhesymau dros eu dewis. Fel arall, marciwch linell ar y llawr a gofynnwch i bobl sefyll ar gontinwrm o gytuno'n gryf i anghytuno'n gryf ac yna rhannu eu syniadau â phobl mewn safleoedd cyfagos. Mae'r ymarfer hwn yn dda am gynnwys pawb a dangos maint y consensws ar ddechrau'r ymchwiliad



Hwyluso

Nid yw hwyluswyr CoE yn rhannu eu barn ar y pwnc nac ysgogiad tystiolaeth. Yn hytrach, maen nhw'n gofyn cwestiynau sy'n arwain y drafodaeth:

Cwestiynau i helpu prosesu gwybodaeth

- A allech chi esbonio beth rydych chi'n ei olygu?
- A all rhywun roi enghraifft?
- Dydw i ddim yn siŵr fy mod yn deall, ydych chi'n dweud ...
- A allwch chi ddweud ychydig mwy wrthym am eich ffordd o feddwl?

Cwestiynau i gynorthwyo rhesymu

- Felly, rydych chi'n cytuno/anghytuno â...
- Beth yw'r cwestiwn gorau i'w ofyn?
- Allwch chi roi enghraifft/gwrthenghraifft?
- Os dywedwch hynny, a yw'n dilyn bod ...
- A yw bob amser yn wir neu ddim ond weithiau?
- Beth yw'r eithriadau?
- Ydy hynny yr un peth â...
- A yw eich syniad yn cysylltu â...

Cwestiynau i annog meddwl creadigol

- A yw hynny'n awgrymu...
- A yw hynny'n berthnasol i'r rhyn yr ydym yn ei ddweud yma?
- Ydy hyn yn newid ein persbectif?
- A allwn ni feddwl am resymau eraill i gefnogi'r farn hon?

Cwestiynau gwerthusol

- Oes rhywun wedi newid ei feddwl?
- Ydym ni wedi dod i unrhyw gasgliadau?
- Beth wnaeth i ni feddwl am...
- A all unrhyw un grynhoi'r hyn yr ydym wedi'i ddweud hyd yn hyn?
- Ydym ni i gyd yn deall y gwahaniaeth barn ar hyn?
- Ydym ni wedi dysgu unrhyw beth newydd?

Mae dau gwestiwn arall y gallai hwyluswyr eu defnyddio:

Syniad da neu ddrwg?	Gellir defnyddio'r cwestiwn hwn os gwneir pwynt dadleuol. Rhowch amser i bobl ystyried y pwynt yn unigol cyn trafod ymatebion fel grŵp
Beth os...	Mae hwn yn gwestiwn damcaniaethol a gall helpu pobl gwestiynu eu rhagdybiaethau ac ystyried goblygiadau awgrym

Mae hwyluswyr CoE hefyd yn helpu i feithrin perthnasoedd grŵp drwy:

- Ofyn i bobl newid lleoedd o bryd i'w gilydd fel eu bod yn siarad â gwahanol bobl
- Cynnig cyfleoedd i siarad mewn parau yn ogystal ag yn y grŵp mwy



Ar ôl CoE

Ar ôl CoE efallai y byddwch am fyfrio ar:

- Oedd y sesiwn ar yr amser iawn?
- Wnaeth yr ymarfer gosod golygfa weithio?
- Wnaeth yr ysgogiad weithio?
- A gafodd pob cwestiwn ei wyntyllu a'i werthfawrogi?
- Oedd pawb yn hapus â sut y dewiswyd y cwestiwn?
- A wnaeth yr hwyluso helpu pobl i adeiladu ar syniadau ei gilydd?
- A wnaeth yr hwyluso helpu pobl i gwestiynu'r dystiolaeth ac annog pobl i rannu eu rhesymu?
- A gafodd pawb eu cynnwys ac â diddordeb yn yr ymchwiliad?
- A fu cynnydd o ran ateb y cwestiwn neu feithrin dealltwriaeth?
- Sut wnaeth y mynychwyr werthuso'r broses?

I gael rhagor o wybodaeth am CoE gweler:

[*Arweiniad i Gymuned Ymholi*⁴⁵](#)



Enghreifftiau o ddefnyddio DEEP yn ymarferol

Eiliadau Hudol wrth ddathlu a datblygu ymarfer rheng flaen

Mae gweithwyr gofal a chymorth yn aml yn cael eu tanbrizio ac o dan bwysau. Roedd uwch reolwyr yn Narpariaeth Gwasanaethau Oedolion Cyngor Sir Abertawe yn awyddus i ddathlu'r gwaith da yr oedd staff rheng flaen yn ei wneud a chefnogi dysgu ar y cyd o'u harfer da. Roeddent am ddefnyddio dulliau a ddefnyddiwyd yn y dull DEEP i gefnogi hyn a phenderfynwyd ar Eiliadau Hudol Trasig. Gwahoddwyd gweithwyr gofal a chymorth o bob rhan o'r gwasanaeth i rannu eu heiliadau hudol o ymarfer.

Defnyddiwyd un o'r ymarferion llyfryn mewn gweithdy â grŵp cymysg o 20 o bobl, gan gynnwys staff, pobl ag anghenion cymorth a gofalwyr di-dâl. Gan ddefnyddio Exploratory Talk, bu'r grŵp hwn yn myfyrio ar yr hyn a oedd yn hudol am ddeg o'r [storïau a gasglwyd](#)⁴⁶ a beth oedd y goblygiadau ar gyfer datblygu gwasanaethau yn y dyfodol. Er enghraifft, dysgodd uwch aelodau o Lywodraeth Cymru gan ddyn ifanc am bwysigrwydd cael mynediad at gadair olwyn arbenigol i gefnogi annibyniaeth a llesiant.

Mae Awdurdod Lleol Abertawe yn parhau i gasglu Eiliadau Hudol Trasig ac ar hyn o bryd yn defnyddio'r rhain i archwilio, dysgu oddi wrth a datblygu gwaith Hyrwyddwyr Dementia.

Newid Mwyaf Arwyddocaol yn cefnogi mentrau atal

Mae atal yr angen am wasanaethau statudol yn un o nodau allweddol Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014. Fodd bynnag, mae deall yr hyn a olygwn wrth atal a sut i'w alluogi yn heriol. Er mwyn archwilio gwasanaethau atal, sefydlodd Partneriaeth Gofal Gorllewin Cymru Fwrdd Atal â chynrychiolwyr o ieuchyd, gofal cymdeithasol a'r trydydd sector. Roeddent am ddefnyddio dulliau gweithredu DEEP i werthuso a dysgu o raglen waith o'r enw Cysylltwyr Cymunedol. Hyfforddwyd aelodau'r bwrdd yn y Newid Mwyaf Arwyddocaol, a ddefnyddiwyd ganddynt wedyn i gasglu ac archwilio straeon o arfer.

Mewn panel dewis stori, dysgodd uwch reolwyr o bob rhan o'r sefydliadau a gymerodd ran o'r straeon ac oddi wrth ei gilydd ac roeddent yn gallu datblygu cyd-ddealltwriaeth o'r hyn oedd bwysicaf wrth ddarparu cymorth ataliol. Rhannwyd rhai o ganfyddiadau'r panel mewn [adroddiad](#)⁴⁷. Un o'r canfyddiadau allweddol oedd bod diffyg hyder gan bobl ar ymyl cael cymorth a ariennir yn statudol a bod angen gwahoddiad personol arnynt i gael cymorth yn y gymuned; roedd cyfeirio ar-lein yn annigonol. O ganlyniad i ganfyddiadau'r panel, buddsoddodd Partneriaeth Gofal Gorllewin Cymru ymhellach yn y rhaglen Cysylltwyr Cymunedol.

Sgwrs Archwiliadol yn natblygiad seibiannau byr

Mae gofawlyr di-dâl yn darparu'r rhan fwyaf o'r gofal a'r cymorth angenrheidiol yng Nghymru ac mae eu cefnogi'n dda yn hollbwysig ym mholisi Llywodraeth Cymru. Roedd gan uwch reolwyr a chomisiynwyr ledled De Cymru bryderon am y ddarpariaeth seibiant byr bresennol, a oedd yn cynnwys amrediad cyfyng o opsiynau nad oeddent yn addas i bawb. Â chymorth tîm DEEP, sefydlon nhw rwydwaith rhanbarthol a archwiliodd yr ymchwiliad presennol ar seibiannau byr. Fe gyflwynon nhw rai o ganfyddiadau'r ymchwiliad fel ysgogiad mewn ymarfer Sgwrs Archwiliadol â gofawlyr ac ymarferwyr di-dâl. Yna rhannodd yr unigolion hyn eu profiad bywyd o seibiannau byr. Bu digwyddiadau dilynol yn archwilio ymchwiliad a thystiolaeth o brofiadau byw ac yn cydgynhyrchu set o egwyddorion ar gyfer seibiannau byr ystyrlon. Datblygodd Ymddiriedolaeth Gofawlyr Cymru yr egwyddorion hyn ymhellach a chyda tîm DEEP a chydweithwyr eraill, lluniodd [adroddiad strategol](#)⁴⁸ ar gyfer Llywodraeth Cymru.

CoE i ailfeddwl am ffiniau proffesiynol

Bu darparwr tai trydydd sector yn gweithio gyda tîm DEEP i archwilio rhai negeseuon ymchwiliad allweddol am yr hyn sydd bwysicaf i bobl hyn ag anghenion cymorth uchel. Un o'r negeseuon ymchwiliad a archwiliwyd oedd: mae pob cefnogaeth dda wedi'i seilio ar berthnasoedd ystyrlon sy'n rhoi boddhad ac yn adlewyrchu hynny. Archwiliodd CoE gyda rheolwyr, ymarferwyr, pobl ag anghenion cymorth a gofawlyr di-dâl y neges hon.

Datgelodd yr ymchwiliad densiynau rhwng arfer sy'n canolbwyntio ar berthnasoedd a gweithdrefnau diogelu'r darparwr. Cydgynhyrchodd cyfranogwyr CoE [bolisi ffiniau proffesiynol diwygiedig](#)⁴⁹ ar gyfer y darparwr. Mae'r polisi diwygiedig yn cefnogi arfer sy'n canolbwyntio ar berthnasoedd, tra'n sicrhau nad yw diogelu'n cael ei beryglu.



Cyfeiriadau

Adelson, E. H. (1995). *Checker shadow illusion*. Perceptual Science Group: MIT. Adalwyd o <http://persci.mit.edu/gallery/checkershadow> on 19.01.2023.

Andrews, N., Gabbay, J., Le May, A., Miller, E., O'Neill, M. & Petch, A. (2015). *Developing evidence enriched practice in health and social care with older people*. DU: Sefydliad Joseph Rowntree.

Andrews, N. & Lyle, S. (2016). *Developing Evidence Enriched Practice (DEEP) approach in service and workforce development*. Llawlyfr Hyfforddiant Lefel 1 yn y Gymuned Ymholi. Abertawe, Prifysgol Abertawe.

Bate, P., & Robert, G. (2007). Toward more user-centric OD: lessons from the field of experience-based design and a case study. *The Journal of Applied Behavioral Science*, 43 (1), 41-66. doi: 10.1177/0021886306297014

Charfe, L. & Gardner, A. (2020). 'Does my Haltung look big in this?': the use of social pedagogical theory for the development of ethical and value-led practice. *International Journal of Social Pedagogy*, 9 (11), 1-10. doi: 10.14324/111.444.ijsp.2020v9.x.011

Cooperrider, D. L., & Whitney, D. (2001). A positive revolution in change. In D. L. Cooperrider, P. Sorenson, D. Whitney, & T. Yeager (Eds). *Appreciative Inquiry: an emerging direction for organisational development* (pp.9-29). UDA: Stipes.

Davies, R., & Dart, J. (2005). *The 'Most Significant Change' Technique- a guide to its use*. DU: Care International.

Eistcheller, G., & Holhoff, S. (2012). The art of being a social pedagogue: developing cultural change in children's homes in Essex. *International Journal of Social Pedagogy*, 1 (1), 30-45. doi: 10.14324/111.444.ijsp.2012v1.1.004

Gabbay, J., & Le May, A. (2004). Evidence based guidelines or collectively constructed "mindlines?" Ethnographic study of knowledge management in primary care. *British Medical Journal*, 30, 329(7473):1013. doi: 10.1136/bmj.329.7473.1013

Gerrish, K., Guillaume, L., Kirshbaum, M., McDonnell, A., Tod, A., & Nolan, M. (2011). Factors influencing the contribution of advanced practice nurses to promoting evidence-based practice among front-line nurses: findings from a cross-sectional survey. *Journal of Advanced Nursing*, 67 (5), 1079-1090. doi: 10.1111/j.1365-2648.2010.05560.x

Gilligan, C. (1982). *In a different voice: psychological theory and women's development*. UDA: Gwasg Prifysgol Harvard.

Helen Sanderson Associates. (n.d.). *One-page profiles in social care*. Adalwyd ar 12 Medi 2022 o: <http://helensandersonassociates.co.uk/person-centred-practice/one-page-profiles/one-page-profile-social-care/>

Hill, L., Brandeau, G., Truelove, E., & Lineback, K. (2014). *Collective genius: the art and practice of leading innovation*. Boston: Harvard Business School Publishing.

Hodgson, P. & Canvin, K. (2005). *Translating healthy policy into research practice: involving service users in health and social care research*. DU: Routledge.

Lipman, M. (2003). *Thinking in education, 2nd Edition*. DU: Gwasg Prifysgol Caergrawnt.

MacBeath, J. (2019). Leadership for learning. In T. Townsend (Ed) *Instructional leadership and leadership for learning in schools. Palgrave studies on leadership and learning in teacher education*. DU: Palgrave Macmillan. doi: 10.1007/978-3-030-23736-3_3

Mercer, N., & Littleton, K. (2007). *Dialogue and the development of children's thinking: a sociocultural approach*. DU: Routledge.

Muirhead, S. (2018). *Community of enquiry guide*. DU: IRISS.

Nolan, M. R., Brown, J., Davies, S., Nolan, J., & Keady, J. (2006). *The senses framework: improving care for older people through a relationship-centred approach. Getting Research into Practice (GRIP) Report No 2*. Adroddiad Prosiect. DU: Prifysgol Sheffield.

Patterson, M., Nolan, M., Rick, J., Brown, J., & Adams, R. (2010). *From Metrics to Meaning: Culture Change and Quality of Acute Hospital Care for Older People*. (Report for the National Co-ordinating Centre for NHS Service Delivery & Organisation (NCCSDO)). NHS Service Delivery and Organisation R & D (NCCSDO). p191

Rowett, R. (2015). *Ymholiad gwerthfawrogl. Sustainable improvement through building on what works*. DU: AcademiCymru.

Schwartz, B. (2009). *Our loss of wisdom*. Adalwyd Ted Talk 12 Medi 2022 o:
https://www.ted.com/talks/barry_schwartz_our_loss_of_wisdom?language=en

Tronto, J. (1993). *Moral boundaries: a political argument for an ethic of care*. DU: Routledge.

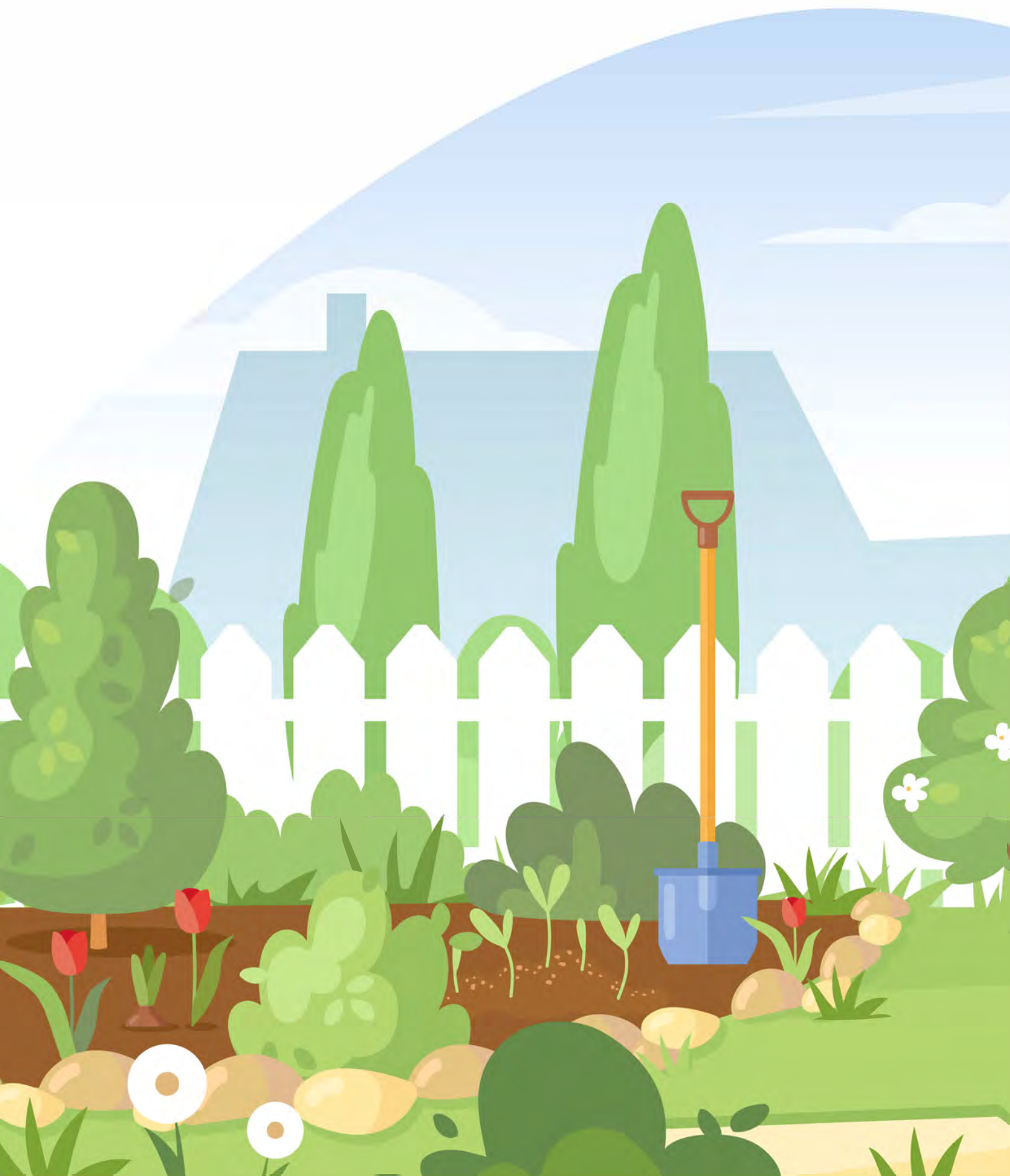
Prifysgol Caergrawnt. (n.d.). Thinking Together Project. Adalwyd 20 Ionawr 2023 o:
<https://thinkingtogether.educ.cam.ac.uk/resources/>

Ôl-nodiadau

- 1 <https://www.deepcymru.org/cy/adnoddau-dwfn>
- 2 <https://www.helensandersonassociates.com/getting-started-with-a-one-page-profile/>
- 3 <https://www.deepcymru.org/cy/adnoddau-dwfn>
- 4 <https://iriss.org.uk/resource/role-personal-storytelling-practice/>
<http://oracycambridge.org/>
<https://thinkingtogether.educ.cam.ac.uk/>
- 7 https://thinkingtogether.educ.cam.ac.uk/resources/5_examples_of_talk_in_groups.pdf
- 8 <https://medium.com/@rupertwegerif/dialogic-space-and-why-we-need-it-73cbac1623ed>
- 9 <https://www.jstor.org/stable/20799332?seq=1>
- 10 <https://academiwales.gov.wales/api/storage/33327b10-c033-4bd7-bf00-637f4381bc53/Appreciative-Inquiry-Using-Appreciative-Inquiry-to-make-a-change.pdf>
- 11 <https://www.campbellcollaboration.org/>
- 12 <https://www.york.ac.uk/crd/>
- 13 <https://www.scie.org.uk/social-care-online/>
- 14 <https://iriss.org.uk/>
- 15 <https://wcpp.org.uk/cy/report/papur-briffio-tystiolaeth-cpcc/>
- 16 <https://grwpgwybodaeth.gofalcymdeithasol.cymru/crynodebau-tystiolaeth>
- 17 <https://www.socialcaredata/>
- 18 <https://www.cardiff.ac.uk/cy/research/explore/research-units/centre-for-health-and-social-care-law>
- 19 <https://cascadewales.org/cy/home/>
- 20 <https://www.cardiff.ac.uk/cy/wales-autism-research-centre>
- 21 <https://wcpp.org.uk/cy/report/papur-briffio-tystiolaeth-cpcc/>
- 22 <https://www.southwales.ac.uk/cy/ymchwil/grp-ymchwil-ac-arloesi/iechyd-gofal-a-lles/sefydliad-iechyd-a-gofal-cymdeithasol-cymru/>
- 23 <https://wiserd.ac.uk/cy/>
- 24 <https://wiserd.ac.uk/cy/project/rhwydwaith-ymchwil-ar-dai-cymru/>

- 25 <https://www.bristol.ac.uk/sps/research/centres/health/>
- 26 <https://www.ucl.ac.uk/population-health-sciences/cardiovascular/research/research-department-population-science-and-experimental-medicine/unitlifelong-health-and-ageing-ucl>
- 27 <https://www.nottingham.ac.uk/research/groups/whscr/index.aspx>
- 28 <https://www.salford.ac.uk/school-health-society/centre-for-social-and-healthresearch-cshr>
- 29 <https://more.bham.ac.uk/impact/>
- 30 <https://www.brookes.ac.uk/research/units/hls/centres/centre-for-healthcareresearch>
- 31 www.herts.ac.uk/research/centres/cripacc
- 32 <https://www.sscr.nihr.ac.uk/>
- 33 <https://www.hra.nhs.uk/approvals-amendments/>
- 34 <https://ymchwiliiechydagofalcymru.org/cymorth-ac-arweiniad-cymorth-chanllawiau-i-ymchwilwyr-cael-cymeradwyaeth-i-gynnal-yr-astudiaeth-yn>
- 35 <https://www.hra.nhs.uk/planning-and-improving-research/policies-standardslegislation/mental-capacity-act/>
- 36 <https://www.hra.nhs.uk/planning-and-improving-research/policies-standardslegislation/research-involving-children/>
- 37 <https://the-sra.org.uk/SRA/SRA/Ethics/Research-Ethics-Guidance.aspx>
- 38 <https://static1.squarespace.com/static/55368c08e4b0d419e1c011f7/t/579134a05016e13dde264720/1469133984611/Ethics.pdf>
- 39 <https://www.storycenter.org/custom>
- 40 <https://www.ohs.org.uk/legal-and-ethical-advice/>
- 41 <https://thinkingtogether.educ.cam.ac.uk/>
- 42 <https://oecd-opsi.org/toolkits/a-changemakers-guide-to-storytelling/>
- 43 https://en-gb.padlet.com/dcwalestraining/Digital_Storytelling
- 44 <https://www.gmc-uk.org/professional-standards/the-professional-standards/making-and-using-visual-and-audio-recordings-of-patients>
- 45 <https://iriss.org.uk/resource/community-of-enquiry/>
- 46 <https://www.deepcymru.org/cy/adnoddau-dwfn>
- 47 <https://www.deepcymru.org/cy/adnoddau-dwfn>
- 48 <https://carers.org/downloads/wales-pdfs/carers-trust-road-to-respitereport.pdf>
- 49 <https://www.deepcymru.org/cy/adnoddau-dwfn>

Adnoddau



Taflen Dimpled **ANOGWCH** Y Brifysgol Agored, 2014

Dyddiad yr adolygiad	
Ffynhonnell dystiolaeth	

Eitem YN BRYDLON	Meddyliau a myfyrdodau
Cyflwyniad E.e., a yw'r dystiolaeth yn cael ei chyflwyno a'i chyfleu'n glir?	
Perthnasedd E.e., a yw'r dystiolaeth yn berthnasol i'r pwnc o ddiddordeb?	
Gwrthrychedd E.e., a allai fod buddiannau personol neu agenda benodol yn dylanwadu ar yr hyn a rannwyd?	
Dull E.e., a yw'n glir sut y casglwyd y dystiolaeth?	
Tarddiad E.e., a yw'n glir pwy sydd wedi cyfrannu'r dystiolaeth? A yw safbwyntiau pwysig ar goll?	
Amseroldeb E.e., a yw'r dystiolaeth yn siarad â'r amgylchiadau presennol?	

Templed Eiliad Hudol Trasig

Teitl a awgrymir:	
Fy eiliad Hudol neu Drasig:	
Pam mae hwn yn eiliad hudol neu drasig:	
Caniatâd i rannu: OES OES – Â gofynion penodol NAC OES	
Gofynion penodol:	
Llofnod:	Dyddiad:

Newid Mwyaf Arwyddocaol: Templed Casglu Stori

Dyddiad			
Enw'r unigolyn sy'n rhannu ei stori			
Enw'r unigolyn sy'n casglu'r stori			
Manylion cyswllt yr unigolyn sy'n rhannu ei stori			
Ydy'r unigolyn sy'n rhannu ei stori yn cydsynio iddi gael ei rhannu ag eraill?	YDI	NAC YDI	
Manylion caniatâd (e.e. cyfyngiadau penodedig)			
Llofnod:	Dyddiad:		
Cefndir – gwybodaeth am yr unigolyn sy'n rhannu'r stori (e.g., age, gender, location, and situation)			
Dros y 6 mis diwethaf, pa newidiadau da neu ddrwg sydd wedi digwydd o ganlyniad i ...? Gallai newidiadau fod yn: • Ynoch chi'ch hun – y ffordd rydych chi'n meddwl, beth rydych chi'n ei wneud neu'ch amgylchiadau (e.e., arian, hwyliau, gweithgareddau) • Mewn unigolyn arall - e.e., teulu, ffrindiau, neu weithwyr proffesiynol • Yn y ffordd y mae sefydliad yn gweithio • Rhywbeth arall Y peth pwysig yw rhywbeth sydd wedi newid – er gwell neu er gwaeth			

Rhestr o newidiadau (da neu ddrwg) *Yn ddelfrydol, cofnodwch fel pwyntiau bwled, e.e.*

- Rwy'n teimlo'n fwy hyderus
- Mae gen i fwy o ffrindiau

Pa un o'r newidiadau hyn sydd fwyaf arwyddocaol i chi a pham?

O ran y newid hwn – sut brofiad oedd e o'r blaen?

Sut beth yw e nawr?

Beth ydych chi'n meddwl a arweiniodd at y newid?

Teitl bachog i'r stori