



Gefnogaeth ar pobl iau.

Addasu'r gefnogaeth ar gyfer gwahanol grwpiau demograffig: Pobl Iau

Mae'r papur hwn yn amlinellu darganfyddiadau'r ymchwil i'r math o gefnogaeth y mae pobl mewn gwahanol grwpiau segur ei hangen er mwyn cymryd rhan, newid eu hymddygiad a chynnal y newid hwnnw.

- **Ystyried effaith cost ar y farn am safon y gweithgareddau a pha mor fforddiadwy dynt.**

Dywedodd y staff bod llawer o bobl ieuainc yn teimlo na allent fforddio talu unrhyw beth am weithgareddau, ond eto nid oeddent yn gweld unrhyw werth mewn gweithgareddau 'am ddim', oedd yn weithgareddau o safon isel yn eu barn hwy. Hefyd, teimlwyd bod rhai meysydd penodol yn 'rhy llawn' yn flaenorol, gan greu disgwyliaid uchel ar gyfer y ddarpariaeth y tu allan a heb unrhyw werthfawrogiad o union werth yr hyn oedd yn cael ei gynnis.

Yn ymarferol, mae prosiectau wedi cael peth llwyddiant gyda chodi ffioedd bychain (hyd at £5 ar gyfer y gweithgareddau drytaf, llai am weithgareddau sy'n costio llai) er mwyn cynnal y cyfranogiad mewn gweithgareddau, gyda'r effaith ar y cyfranogiad yn amrywio o ostyngiad bychain i gynydd yn y cyfranogwyr.

- **Mae anawsterau teithio'n cael eu cyflwyno fel rhwystr yn aml, ond efallai nad ydynt yn arwyddocaol.**

Teimlai staff y prosiect bod yr anallu i deithio i weithgareddau'n rhwystr cyffredin ymhlith y cyfranogwyr, ond mai esgus oedd hwn yn aml iawn, oherwydd eu hamharodrwydd i deithio (neu gymryd rhan o gwbl), ac y byddent yn teithio pe baent yn gweld gwerth yn y gweithgareddau a ddarperid.



- **Mae'n rhaid i bobl ieuainc deimlo'n 'gyfforddus'.**

Yn arbennig ymhlith y prosiectau sydd wedi bod yn canolbwyntio ar weithio â merched ieuainc, canfu'r prosiectau bod 'cyfforddusrwydd' yn ddylanwad mawr ar barodrwydd cyfranogwr i gymryd rhan mewn gweithgareddau. Mae hyn yn golygu sicrhau bod y grŵp yn teimlo'n ddiogel, heb unrhyw fygythiad, a rhoi ystyriaeth i ddiffyg hyder y cyfranogwyr (o ran gallu a delwedd eu corff) a'u sicrhau na fyddant yn cael eu barnu gan eraill (y tu mewn a'r tu allan i'r grŵp). Gwelwyd y gweithgareddau fel ffynhonnell o 'risg bersonol'.

Gall cymysgu grwpiau – yn enwedig cymysgu dynion a merched ieuainc – arwain at risg i'r gweithgareddau drwy gyflwyno elfen o anghyfforddusrwydd i'r grwpiau, boed yn sefydlu ai peidio. Dywedodd staff y prosiectau bod y cyfranogwyr benywaidd yn tueddu i guddio eu corff, hyd yn oed pan oedd hyn yn gwneud iddynt deimlo'n anghyfforddus yn gorfforol, ond roedd y cyfranogwyr gwrywaidd yn tueddu i ddangos eu hunain, drwy dynnu dillad i ffwrdd yn arbennig.



- **Effeithiau amrywiol pwysau gan gyfoedion.**

Mae pwysau cyfoedion yn agwedd bwysig ar fywyd unigolion ieuainc yn gyffredinol a gall gael effaith gadarnhaol a negyddol. Gal cael y 'bobl iawn' mewn gweithgaredd gymell eraill i fynychu, a chreu'r farn bod y weithgaredd yn bwysig – bydd y 'gweithgaredd anghywir' neu'r 'bobl anghywir' yn atal pobl rhag dod i ddechrau efallai.

Dywedodd y staff hefyd bod hunaniaeth bersonol a hunan-ddelwedd – yn arbennig y dyhead i ymddangos fel pe na baent yn cydymffurfio – wedi cael peth effaith ar bresenoldeb ac ymddygiad. Fel y problemau a geir wrth gymysgu cyfranogwyr gwrywaidd a benywaidd yn yr un grŵp, gall uno grwpiau o wahanol oedrannau gael effaith hefyd, yn arbennig ymhlith cyfranogwyr hŷn pan ofynnir iddynt gymryd rhan ochr yn ochr â phobl iau.

Drwy roi ystyriaeth i'r ffactorau hyn, a ffurfio barn ar sail eu gwybodaeth am yr unigolion allweddol mewn grwpiau (eu hagweddau a'u hymddygiad), canfu'r prosiectau bod modd ymatal rhag cymysgu grwpiau a all gael effaith negyddol ar y cymryd rhan yn gyffredinol

- **Dewis arweinwyr priodol.**

Mae'r prosiectau wedi gweld mai'r peth pwysicaf i'w ystyried wrth ddewis arweinwyr ar gyfer pobl ieuainc yw nid pwy yw'r arweinydd mwyaf priodol i arwain gweithgaredd penodol, ond pwy yw'r arweinydd mwyaf priodol i arwain y *grŵp hwnnw*. Mae'n rhaid i'r cyfranogwyr allu gweithio gyda'u harweinydd a deall pwysigrwydd deinameg *grŵp* arbennig (fel a drafodwyd uchod) a sut i reoli'r effeithiau hyn.



- **Ystyried sut mae pobl ieuainc yn blaenoriaethu eu bywydau.**

Canfu staff y prosiect bod y bobl ieuainc maent yn gweithio â hwy'n meddwl mewn ffordd wahanol iddynt hwy a'u darparwyr, gan fyw yn y presennol yn aml iawn ac adweithio i 'newidiadau dramatig' yn ddyddiol. Gwelwyd hefyd bod pobl ieuainc yn blaenoriaethu ac yn gwneud penderfyniadau'n seiliedig ar sut roeddent eisiau cael eu gweld (pwy ydynt a phwy maent eisiau bod). Mae i hyn oblygiadau o ran sut i ddenu pobl ieuainc, a chynnal (neu reoli) eu diddordeb o ystyried yr ansefydlogrwydd cynhenid hwn.



Casgliad

Mae cefnogi'r cyfranogwyr ar eu siwrnai o anweithgarwch corfforol i gyfranogiad annibynnol yn cymryd llawer o amser ac yn galw am sensitifrwydd i anghenion y grwpiau targed. Mae hyn yn ei dro'n datblygu'r dull hirdymor o weithredu er mwyn datblygu prosiectau.

Gwybodaeth bellach

Mae gwefan MA yn cynnwys gwybodaeth am y Bartneriaeth Genedlaethol ac am yr holl brosiectau lleol, yn ogystal ag adroddiadau blynyddol, papurau ymchwil, canllawiau i ymarferwyr, astudiaethau achos a nodiadau cyfarwyddyd a gyhoeddwyd ar gyfer staff y prosiect. www.mentroallan.co.uk

