Cynnwys dynion yn eich prosiect: canllaw arfer da

CRONFA LOTERI FAWR
BIG LOTTERY FUND

Ystyried sut i gynnwys dynion yn eich prosiect

Mae'r canllaw hwn wedi cael ei ysgrifennu i gyflwyno grwpiau i ffyrdd o sicrhau y mae eu gwasanaethau yn ystyried anghenion dynion ac felly, yn denu mwy o ddynion.

Pam dylem ystyried anghenion dynion?

Mae gan y Gronfa Loteri Fawr – a'r prosiectau a gefnogwn – gyfrifoldeb dros sicrhau bod gwasanaethau'n diwallu anghenion yn wirioneddol, ac yn gwneud hynny ar draws pob rhan o gymdeithas.

Wrth adolygu'r wybodaeth rydym yn ei chasglu am ein buddiolwyr fel rhan o fonitro cydraddoldebau, daeth yn amlwg i ni fod llawer llai o ddynion na menywod yn gwneud defnydd o'r gwasanaethau a ariannwn. Roedd ychydig iawn o'r prosiectau wedi'u targedu'n benodol at ddynion, ac roedd llawer o brosiectau a fyddai'n croesawu mwy o gyfranogiad gan ddynion yn ei chael hi'n anodd i'w denu nhw.

Ond mae'n glir bod dynion fel grŵp yn cael eu heffeithio'n fwy gan rai problemau na menywod. Mae'r rhain yn cynnwys ystod o broblemau iechyd, a disgwyliad bywyd ei hun: ar gyfartaledd, nid yw dynion yn byw mor hir â menywod. Dengys ystadegau hefyd fod dynion a bechgyn yn dioddef yn fwy o effeithiau diweithdra ac ansicrwydd ariannol, maent yn fwy tebygol o fod wedi'u dadrithio o addysg ac o gael eu gwahardd o'r ysgol. A'r hyn sy'n arwyddocaol iawn yw mai hunanladdiad yw'r ail achos mwyaf cyffredin o farwolaeth yng Nghymru a Lloegr ymysg dynion o dan 35 oed.

Wrth gwrs mae'r pryderon hynny'n gyffredinoliad ond maent wedi'u tynnu o ystadegau am y boblogaeth wrywaidd yn ei chyfanrwydd. Yr hyn y maent yn ei ddweud wrthym, fodd bynnag, yw bod angen i'r Gronfa Loteri Fawr hyrwyddo'r pwysigrwydd o ddiwallu'r cyfryw anghenion yn fwy effeithiol.

Mae'r canllaw arfer da hwn yn amlinellu rhai o'r ffyrdd y mae grwpiau wedi ystyried helpu i ddiwallu anghenion dynion. Mae'n cyflwyno rhai syniadau ac ymagweddau cyffredinol a allai fod yn ddefnyddiol i chi wrth wneud hyn, yn ogystal ag amlinellu rhai ffynonellau gwybodaeth a chefnogaeth bellach a fydd yn eich helpu i roi ystyriaeth bellach i hyn.

Ffyrdd o gyrraedd dynion

Ymgynghori â dynion ynglŷn â'u hanghenion a'u dymuniadau

Mae llawer o brosiectau'n sicrhau eu bod yn ceisio barn ystod eang o fuddiolwyr potensial o'r cam cynllunio ymlaen. Nid oes rheswm pam na ddylech ystyried bod dynion fel grŵp yn rhan o hyn.

- Peidiwch â thybio eich bod yn gwybod beth mae dynion ei eisiau neu beth yw eu hanghenion.
- Ystyriwch ymdrechion gweithredol i geisio barn dynion – er enghraifft trwy allgymorth. Dylai hyn ymwneud â mynd i leoedd a ddefnyddir gan ddynion a galw ar rwydweithiau dynion. Mae'r lleoliadau a'r rhwydweithiau hynny'n debygol o amrywio yn unol â ffocws eich prosiect a'r mathau o ddynion y mae angen i'ch prosiect eu targedu. Efallai y byddwch am ystyried rhai lleoedd amlwg (ac yn aml braidd yn ystrydebol) megis y dafarn, y gampfa a'r maes chwaraeon, y maent oll yn ffordd dda o siarad â dynion mewn amgylchedd sy'n gyfforddus ar eu cyfer.
- Siaradwch â phrosiectau eraill sydd â chysylltiadau da gyda'ch grŵp targed i gael gwybod pa ddulliau y gwnaethant eu defnyddio.
- Felly gyda dynion ifanc, er enghraifft, gallech ddechrau gydag ysgolion a cholegau, canolfannau ieuenctid a meysydd chwaraeon, ond trwy siarad â dynion ifanc yno a chyda phobl eraill sy'n ymwneud â'ch prosiect, dylech gael mwy o syniadau am ble a sut i greu cysylltiadau â mwy o ddynion ifanc.
- Gallwch ofyn hefyd i'r rhai rydych yn ymgynghori â nhw i geisio annog dau neu dri o ddynion eraill i siarad â chi – ac ailadroddwch y broses gydag unrhyw rai sy'n gwneud hyn. Gall fod yn ffordd dda o greu cysylltiadau mewn grwpiau sy'n anoddach i'w hadnabod a'u cyrraedd.
- Gall creu perthynas dda a llawn ffydd gyda phobl yn y rhwydweithiau hynny hyrwyddo cyfranogiad cynyddol trwy gael ei argymell ar lafar.
- Gall cynnal grwpiau ffocws fod yn ffordd dda o gasglu gwybodaeth fanylach am anghenion dynion.
- Gallwch gysylltu â rhwydweithiau dynion yn anuniongyrchol – er enghraifft trwy gydweithio â

galwedigaethau sy'n cael eu dominyddu gan ddynion (megis gyrwyr tacsis).

- Gwnewch yn siŵr bod eich defnydd o iaith a delweddau'n dangos bod gennych ddiddordeb mewn cynnwys dynion.
- Cofiwch fod dynion yn ffurfio hanner y boblogaeth a bod eu diddordebau a'u blaenoriaethau'n amrywio.
- Gwnewch yn siŵr eich bod yn parhau i ymgynghori â dynion trwy gydol eich prosiect a'ch bod yn dangos sut rydych wedi cymryd yr hyn sy'n bwysig iddynt i ystyriaeth.

Dyluniwch eich prosiect gan gadw dynion mewn cof

Mae'n bosib y bydd pobl yn teimlo'n anghyfforddus am ddefnyddio gwasanaeth os ymddengys ei fod wedi'i anelu at fathau eraill o bobl. Mae hyn yr un mor berthnasol i ddynion ag unrhyw un arall.

- Gwnewch yn siŵr eich bod yn cynnwys delweddau o ddynion mewn unrhyw waith o hyrwyddo eich prosiect ac o fewn eich prosiect.
- Yn gymaint ag y gallwch, cynlluniwch oriau agor a gwasanaethau mewn ffordd sy'n diwallu anghenion dynion (ymysg eraill). Efallai, er enghraifft, y bydd hyn yn golygu cynnig gwasanaethau y tu allan i oriau agor arferol. Mae cynnig amserau a lleoliadau hyblyg hyd yn oed yn well.
- Cofiwch fod rhai dynion yn ystyried bod rhai lleoliadau - megis meithrinfeydd, ysgolion a chanolfannau teuluoedd - yn 'ferchetaidd'. Os ydych yn defnyddio lleoliadau fel y rhain, mae'n bosib y bydd angen i chi wneud hyd yn oed yn fwy o ymdrech.

- Hyrwyddwch eich prosiect yn weithredol i ddynion. Defnyddiwch y lleoliadau a'r rhwydweithiau effeithiol rydych eisoes wedi'u hadnabod i hysbysebu eich gwasanaethau. A chofiwch yn aml mai hyrwyddo ar lafar yw'r ffordd orau.
- Rhowch gyfle i ddefnyddwyr gwasanaeth ddewis lefel y cyfranogiad sy'n addas ar eu cyfer.
- Ceisiwch adborth gan ddynion sy'n defnyddio eich gwasanaeth am yr hyn y maent yn ei hoffi a'r hyn y gellir ei wella.

Defnyddiwch 'fachau' i gynyddu diddordeb

- Mae cynnwys dynion yn ymwneud â marchnata eich gwasanaeth - ac fel gyda phob math o farchnata, gall cynigion arbennig dynnu pobl i mewn. Mae'n bosib na fydd hysbysebu dim ond yr hyn a gynigiwch yn ddigon.
- Cofiwch fod 'am ddim' yn air defnyddiol yn y byd marchnata!
- Gallai cynnig ystod o fachau helpu i ddenu dynion sydd â diddordebau a chefndiroedd gwahanol.

Mae'r prosiectau rydym wedi siarad â nhw wedi awgrymu'r enghreifftiau a ganlyn:

Cynigion hyrwyddo ar gyfer grwpiau gwahanol o ddynion

- Ar gyfer tadau - llun o'r teulu am ddim
- Ar gyfer dynion hŷn - gwiriad iechyd am ddim
- Ar gyfer dynion iau - teithiau a digwyddiadau preswyl
- Ar gyfer dynion yn gyffredinol - mynediad i'r gampfa am ddim, mynediad gwell i gyfleusterau chwaraeon a bwyd am ddim.

Adeiladu partneriaethau ag eraill

- Dylech adnabod unrhyw wasanaethau eraill sy'n gweithio gyda'ch grŵp targed a chreu cysylltiadau gyda nhw. Mae'n bosib y bydd modd iddynt roi awgrymiadau defnyddiol i chi, ond gallant hyrwyddo eich gwasanaeth yn uniongyrchol hefyd. Bydd yr ymagwedd hon yn gweithio hyd yn oed yn well os gallwch adnabod cyrchnodau a rennir neu gydlynu eich gwasanaethau.
- Nid yw hyn yn ymwneud â darparwyr gwasanaethau eraill - mae'r mathau o leoliadau y mae dynion yn ymweld â nhw yr un mor bwysig.
- Cofiwch, os oes gan y gwasanaethau eraill hyn berthynas dda â'u cleientiaid gwrywaidd, y gallai eu hargymhelliad o'ch gwasanaeth wneud pob gwahaniaeth.

Cofiwch fod eich cleientiaid yn unigolion

Mae llawer o'r cyngor a roddwn yma'n tueddu, efallai, i weld dynion fel grŵp unigol neu gyfres o is-grwpiau. Efallai y bydd angen i chi fabwysiadu'r ymagwedd honno i ryw raddau i estyn allan i fwy o ddynion, ond byddwch yn ofalus i beidio â mabwysiadu ystrydebau hawdd. Yn bwysicaf oll, dylech drin eich hoff ddefnyddwyr gwasanaeth cyfredol a phosib fel unigolion.

- Mae allgymorth personol ym mhob cam o'ch proses ymgysylltu a chyflwyno'n debygol o fod yr ymagwedd fwyaf effeithiol o lawer. Mae pobl yn ymateb orau pan glywir a chydnabyddir eu hanghenion a'u dymuniadau.
- Mae cynnig sesiynau un i un gyda dynion sydd â diddordeb yn eich gwasanaeth yn ddefnyddiol iawn wrth adeiladu a chynnal ffydd. Gall cyswllt a enwir annog dynion i gadw mewn cysylltiad â'ch gwasanaeth.
- Ystyriwch anghenion cefnogaeth unigol ac ymatebwch iddynt. Gan ddibynnu ar eich prosiect a'r unigolyn, gallai fod yn werth cydweithio â phartneriaid, ffrindiau a theuluoedd hefyd.

- Anogwch adborth ac ymatebwch iddo.

Cynigiwch lefelau gwahanol o gymryd rhan

Cofiwch fod y mwyafrif o brosiectau'n bodoli i ddarparu gwasanaeth penodol ar gyfer eu buddiolwyr. Ond efallai bydd buddiolwyr yn dymuno cymryd rhan yn gynyddol ac mewn ffyrdd gwahanol - dyma gyfle i chi fanteisio arno!

- Ymgorfforwch gyfleoedd gwirfoddoli yn eich prosiect, yn enwedig ar gyfer dynion sydd wedi elwa o'ch gwasanaethau. Gall y dynion hyn annog eraill i gymryd rhan a chynnig eu profiadau eu hunain o'r buddion sy'n deillio o wneud hynny.
- Mae cynnig ystod o fathau a lefelau o weithgareddau gwirfoddoli'n debygol o fod yn fwyaf effeithiol. Efallai y bydd rhai dynion yn falch o gynnig cymorth a chefnogaeth gyffredinol; tra bod yn well gan eraill fod yn eiriolwyr ar ran defnyddwyr eraill.
- Ystyriwch i ba raddau y gallwch greu cysylltiadau â gwasanaethau gwirfoddoli ffurfiol a chynnig achrediad i wirfoddolwyr.
- Mae'r cyfryw gyfranogiad gan ddefnyddwyr yn caniatáu ffyrdd hyd yn oed yn fwy effeithiol o wella eich prosiect a sicrhau ei fod yn diwallu anghenion eich grŵp targed.

Mwy o wybodaeth

Dim ond cynnig trosolwg o ffyrdd o ymgysylltu'n fwy effeithiol â dynion y gall y daflen hon ei wneud. Mae'n seiliedig ar Invisible Men: engaging more men in social projects, astudiaeth a gyflawnwyd ar gyfer y Gronfa Loteri Fawr gan Sefydliad Young yn 2012. Gallwch ddarllen yr adroddiad hwnnw a nifer o astudiaethau achos ysbrydoliaethus ar ein gwefan, www.cronfaloterifawr.org.uk. Byddwn yn darparu dolenni pellach ar ein gwefan wrth ymateb i adborth ac argymhellion.

Mae'r canlynol ymysg y mudiadau sy'n gweithio'n benodol gyda dynion:

Mae **Working with Men** yn hyrwyddo arfer da wrth gydweithio â dynion a bechgyn. Gweler www.workingwithmen.org

Mae **ManKind** yn cefnogi dynion sy'n dioddef trais yn y cartref. Gweler www.mankind.org.uk

Mae mudiad **The Men's Shed** yn mynd i'r afael ag unigedd ymysg dynion hŷn trwy brosiectau crefft cartref. Gweler www.mensheds.org.au

Mae **Movember** yn codi arian ac yn cynyddu ymwybyddiaeth o faterion iechyd dynion, yn enwedig canser y prostad a chanserau eraill, trwy 'Mo bros', sy'n cael eu noddi i dyfu mwstas trwy gydol mis Tachwedd. Gweler www.uk.movember.com

Yn dyfarnu arian
Y Loteri Genedlaethol

Awarding funds from
The National Lottery®

Côd stoc
BIG-R+LEngagingMen

Ffotograffiaeth:
Mark Campbell, Peter Devlin, Simona De Michelis, Alan Fletcher a Chris Watt

Copïau pellach ar gael gan:
E-bost: ymholiadau.cymru@cronfaloterifawr.org.uk

Ffôn: 0300 123 0735

Ffôn testun: 0845 6 02 16 59

Ein gwefan: www.cronfaloterifawr.org.uk

Hygyrchedd
Cysylltwch â ni i drafod unrhyw anghenion cyfathrebu penodol sydd gennych.

Ein hegwyddorion cydraddoldeb
Rydym yn ymrwymedig i ddod â gwir welliannau i gymunedau a bywydau'r bobl fwyaf anghenus. I gael gwybod mwy am ein hegwyddorion cydraddoldeb, ein cenhadaeth a'n gwerthiedd, ewch i'n gwefan.

Rydym yn gofalu am yr amgylchedd
Mae'r Gronfa Loteri Fawr yn ceisio lleihau ei heffaith negyddol ar yr amgylchedd ac yn defnyddio adnoddau cynaliadwy priodol yn unig.

© Cronfa Loteri Fawr, Mehefin 2012