



4.0 Gwirfoddolwyr

Sut i sicrhau bodlonrwydd gwirfoddolwyr

Trosolwg

1. Cyflwyniad
2. Ystyriaethau pellach
3. Gwerthfawrogi gwirfoddolwyr a rhoi cydnabyddiaeth
4. Gwybodaeth bellach

Mae'r daflen wybodaeth hon yn rhannu amrywiaeth o ddulliau o sicrhau bodlonrwydd gwirfoddolwyr, er mwyn galluogi'ch mudiad i greu profiad gwirfoddoli cadarnhaol sy'n sicrhau ymrwymiad eich gwirfoddolwyr.

Cyflwyniad

Mae pobl yn gwirfoddoli am nifer o resymau, serch hynny, er mwyn i berthynas wirfoddoli barhau, rhaid sicrhau budd dwyffordd i'r mudiad ac i'r unigolyn.

Mae diwylliant y mudiad yn hanfodol i sicrhau bod gwirfoddolwyr yn teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi, eu hysgogi a'u cefnogi i barhau yn eu rôl. Golyga hyn fod angen i bawb ddeall rôl gwirfoddolwyr a'r cyfraniad a wnânt tuag at amcanion y mudiad a'r ffordd y mae eu rôl yn ychwanegol ac yn wahanol i rôl staff.



Mae'n bwysig bod gwirfoddolwyr yn teimlo'u bod yn cael eu gwerthfawrogi a'u cefnogi.
Llun: Gwirfoddolwr ifanc yn gwenu

Yn amlach na pheidio, mae gwirfoddolwyr bodlon yn rhan o dîm cynhwysol, cyfun o staff a gwirfoddolwyr. Mae angen trefnu hyfforddiant i reolwyr gwirfoddolwyr a phawb sy'n cynorthwyo i reoli gwirfoddolwyr er mwyn sicrhau eu bod yn darparu'r arfer orau o gefnogaeth. Mae cyswllt a chyfathrebu cyson gan reolwyr yn allweddol er mwyn sicrhau bodlonrwydd gwirfoddolwyr ac felly'n gymorth i gadw'r gwirfoddolwyr gwerthfawr sydd eisoes wedi'u recriwtio a'u hyfforddi gennych.

Mae gwaith ymchwil yr arolwg **Time Well Spent** yn nodi bod 96% o wirfoddolwyr yn fodlon iawn neu'n lled fodlon â'u profiad gwirfoddoli, sy'n brawf o waith caled mudiadau sy'n cynnwys gwirfoddolwyr.

Gall sicrhau bodlonrwydd gwirfoddolwyr a bodloni amcanion mudiad fod yn sialens. Gall cwrdd â disgwyliadau gwirfoddolwyr ynglŷn â lefel a natur y rheoli a'r mudiad ehangach fod yn her, a bydd angen i fudiadau ystyried sut gallant wella profiadau gwirfoddolwyr gan osgoi mynd yn rhy fiwrocraidd a chreu diwylliant, yn anfwriadol, sy'n teimlo mwy fel gwaith.

Yn ôl gwaith ymchwil **Time Well Spent**, caiff natur gymhleth a ddeinamig gwirfoddoli ei lunio gan nifer o ffactorau sydd yn rhai:

- **Cynhwysol** – cynnig cyfleoedd a phrofiadau gwirfoddoli cynhwysol
- **Hyblyg** – creu siwrneiau gwirfoddoli sy'n medru addasu i'r amrywiaeth o wirfoddolwyr a'u hamgylchiadau bywyd
- **Dylanwadol** – sicrhau bod gwirfoddoli'n cael yr effaith fwyaf posibl ar yr unigolyn a'r rhai sy'n derbyn cymorth
- **Cysylltiedig** – meddwl am wahanol ffyrdd o gysylltu pobl â'r mudiad, ag eraill ac â'r gweithgareddau maent yn ymgymryd â hwy
- **Cytbwys** – sicrhau lefel addas o ffurfioldeb
- **Pleserus** – ceisio gwneud y profiad yn un pleserus i wirfoddolwyr
- **Gwirfoddol** – sicrhau bod gwirfoddolwyr yn teimlo'n wirioneddol wirfoddol bob amser
- **Ystyrlon** – cefnogi gwirfoddolwyr i roi o'u hamser mewn ffyrdd sy'n ystyrlon iddyn nhw



Dolen Allanol

[Time Well Spent survey](#)

Ystyriaethau pellach

Cynnwys

Dylid annog gwirfoddolwyr i deimlo'n rhan o'r mudiad. Gellid gwneud hyn drwy eu cynnwys mewn cyfarfodydd tîm, diwrnodau datblygu a digwyddiadau cymdeithasol a thrwy annog gwirfoddolwyr i ddod â'u profiadau bywyd i'w rolau gwirfoddoli.

Ffordd fwy ffurfiol o wneud hyn fyddai eu hannog i gymryd rhan mewn arolygon ar fodlonrwydd staff a gwirfoddolwyr, a gweithredu ar yr adborth. Mae hyn yn sicrhau bod gwirfoddolwyr nid yn unig yn teimlo'n rhan o'r mudiad ond hefyd y gallant gael dylanwad – ffactor hanfodol wrth feithrin tîm a chreu ymdeimlad o berthyn.

Cefnogaeth

Dylai pob gwirfoddolwr wybod at bwy i fynd pan fo problem a theimlo ymgysylltiad â'r mudiad. Mae'r lefel o gefnogaeth a rowch i wirfoddolwyr yn dibynnu ar bwy ydynt a beth maent yn ei wneud.

Er enghraifft, bydd angen mwy o gefnogaeth ar gynghorydd gwirfoddol na rhywun sy'n gwirfoddoli mewn siop elusen, ac efallai bydd angen mwy o gefnogaeth a chyswllt ar wirfoddolwr oherwydd salwch neu ddiffyg hyder. Dylid adnabod hyn mor gynnar â phosibl yn y lleoliad a'i adolygu'n gyson, oherwydd gallai'r angen am gefnogaeth leihau wrth i brofiad a sgiliau gynyddu, neu gynyddu ar adegau o straen personol i'r gwirfoddolwr.

Gellir darparu cefnogaeth mewn ffyrdd gwahanol:

- **Ad-dalu treuliau a chostau'n gyflym a diffwdan er mwyn osgoi achosi caledi neu embaras.** Mae hwn yn fater cydraddoldeb pwysig sy'n cael ei grybwyll yn aml gan wirfoddolwyr fel rhwystr i barhau neu fel rheswm dros deimlo nad ydynt yn cael eu gwerthfawrogi.
- **Hyfforddiant** – hyfforddiant rôl-benodol er mwyn cefnogi'r gwirfoddolwr i gyflawni'r gwaith gwirfoddoli.
- **Mentora neu gyfeillio** – gellid gwneud hyn trwy greu cysylltiad â gwirfoddolwr arall.
- Cyfarfodydd cymorth grŵp.
- Cyfeirio at wasanaethau cefnogi arbenigol eraill, cefnogaeth ffôn ac un i un.
- Cyfarfodydd tîm.
- Goruchwyliaeth gyda rheolwr penodol.

Goruchwyliaeth

Mae goruchwyliaeth gyson yn rhoi cyfle i'r gwirfoddolwyr a'r goruchwylwr wneud y canlynol:

- Adolygu'r ffordd y caiff y rôl ei chyflawni.
- Ymgysylltu â gwirfoddolwyr er mwyn deall yr hyn sy'n bwysig iddynt a sut gallant roi o'u hamser mewn modd sy'n rhoi boddhad.
- Rhoi adborth ar y gwahaniaeth positif y mae'r gwirfoddolwr yn ei wneud a mynegi diolch amdano, e.e. llwyddiannau i ddefnyddwyr y gwasanaeth, y swm o gyllid a godwyd, dangoswyr pethnasol eraill.
- Rheoli disgwyliadau pobl er mwyn osgoi siom.
- Rhoi sylw i unrhyw anawsterau mewn modd sensitif.
- Adnabod os oes angen mwy o gefnogaeth.
- Ystyried mathau eraill o weithgaredd neu rôl a all fod o ddiddordeb.
- Asesu a fyddai mwy o hyfforddiant perthnasol i'r rôl yn fuddiol.
- Trafod unrhyw beth sy'n codi o'r berthynas â staff eraill, gwirfoddolwyr a defnyddwyr y gwasanaeth.
- Gofyn i wirfoddolwyr am amwgrymiadau er mwyn gwella'r gwasanaeth neu'r rôl wirfoddoli.

Mae cynnig sesiynau goruchwyllo cyson i wirfoddolwyr yn tanlinellu pwysigrwydd yr hyn maent yn ei wneud a sut maen nhw'n cael eu gwerthfawrogi. Wrth i chi baratoi ar gyfer goruchwyllo, boed yn ffurfiol neu'n anffurfiol, dylech sicrhau y dilynir yr egwyddorion sylfaenol, **hynny yw: dylai'r amser a rowch i wirfoddolwr unigol fod yn gyfan gwbl ar ei gyfer ef, dylech fod yn rhydd o ymyriadau, a dylech gynnal y sesiynau yn rheolaidd.** Gallech gadw cofnodion goruchwyllo personol, a rhoi copïau o'r rhain i'r gwirfoddolwyr.

Weithiau, gall yr hyn rydych yn ei gynnig fel '**goruchwyliaeth**' fod, o safbwynt gwirfoddolwyr, yn gyfarfod anffurfiol. Sut bynnag y'i gwneir, yr hyn sydd bwysicaf yw bod yr oruchwyliaeth yn rheolaidd a'ch bod yn rhoi eich amser a'ch sylw iddi.

Adolygiadau

Gall adolygiadau rheolaidd fod yn un ffordd o ganfod sut mae gwirfoddolwyr yn teimlo am eu rôl, eu perfformiadau unigol a'u datblygiad gyrfa o fewn y mudiad. Er mwyn i adolygiadau fod yn effeithiol, mae angen i'r gwirfoddolwr a'r adolygwr wneud y gorau o'r cyfle i gael trafodaeth lawn ac agored.

Dylid cofnodi canlyniadau'r adolygiad a'u cadw'n gyfrinachol ar gyfer y gwirfoddolwr a'r adolygwr.

Dylai adolygiad gyfeirio at y cwestiynau canlynol:

- Ers ein hadolygiad diwethaf, sut mae'r gwirfoddoli'n mynd rhagddo?
- Beth ydych yn teimlo sydd wedi bod yn dda?
- A ydych yn falch o unrhyw beth?
- Beth sydd heb fod yn dda?
- Sut ydych yn credu y gellid bod wedi'i wneud yn wahanol?
- Oes unrhyw beth y gallen ni ei wneud yn wahanol er mwyn gwneud eich rôl yn well/ yn haws? Oes yna unrhyw hyfforddiant a fyddai'n eich helpu yn eich rôl?
- Allwch chi weld meysydd eraill o fewn y mudiad yr hoffech roi cynnig arnynt?
- A oes gennych unrhyw amcanion personol at y dyfodol y gallai gwirfoddoli'ch helpu i'w cyflawni?

Gwerthfawrogi gwirfoddolwyr a rhoi cydnabyddiaeth

Ni ddylid byth tanbriso gwerth mwynhad. Mae cymryd diddordeb yn eich gwirfoddolwyr a'r hyn maen nhw'n ddymuno'i gael o'u profiad gwirfoddoli yn gymorth wrth greu perthynas sy'n annog synnwyr o fwynhad ac ymgysylltiad.

Byddai 'diolch' syml yn cael ei werthfawrogi gan nifer o wirfoddolwyr, sy'n rhoi o'u hamser yn rhad ac am ddim i achos sy'n bwysig iddynt.

Yn aml, caiff hyfforddiant sydd wedi'i achredu neu'i gydnabod yn ffurfiol ei werthfawrogi. Yn ogystal â sicrhau bod gwirfoddolwyr wedi'u hyfforddi i safon cyson mae'n arddangos eich ymrwymiad a'ch gwerthfawrogiad o'u cyfraniad.

Os gallwch gynnig hyfforddiant wedi'i achredu neu a gydnabyddir yn ffurfiol, fe'i gwerthfawrogi yn aml. Yn ogystal â sicrhau bod gwirfoddolwyr yn cael eu hyfforddi i safon gyson, mae'n dangos eich ymrwymiad a'ch gwerthfawrogiad o'r cyfraniad y gall gwirfoddolwyr ei wneud.

Noder: Mae'n bwysig, serch hynny, bod yr hyfforddiant yn berthnasol i'r rôl mae'r gwirfoddolwr yn ymgymryd â hi.

Gall gwahodd gwirfoddolwr i ymgymryd â rôl lysgennad ar gyfer y mudiad gael ei weld fel ymgais i ddangos bod gwirfoddolwr yn cael ei werthfawrogi.

Wythnos Genedlaethol Gwirfoddolwyr (1- 7 Mehefin)

Mae'r [Wythnos Genedlaethol Gwirfoddolwyr](#) (1-7 Mehefin) yn gyfle delfrydol i longyfarch gwirfoddolwyr ar eu gwaith caled.

Gwirfoddoli Cymru

Gall gwirfoddolwyr o bob oed nodi eu horiau ar blatfform [Gwirfoddoli Cymru](#) ac ennill bathodynau cyrhaeddiad digidol ar gyfer 50, 100, 200, 500 a 1000 o oriau o wirfoddoli.

Cynlluniau Cydnabod Lleol

Ceir hefyd gynlluniau lleol i gydnabod gwirfoddolwyr yn y rhan fwyaf o'r cynghorau gwirfoddol sirol - cysylltwch â'ch Canolfan gwirfoddoli lleol am fwy o wybodaeth.

National Recognition Schemes

Mae CGGC yn gweinyddu [Gwobrau Elusennau Cymru](#), sy'n cynnwys sawl categori ar gyfer cydnabod gwaith gwirfoddolwyr.

Gwirfoddolwyr Ifanc

Mae [#iwill Week](#) yn wythnos flynyddol (ym mis Tachwedd) ar gyfer rhannu a dathlu straeon pobl ifanc sy'n ymwneud â gweithredu cymdeithasol.

Gwobr Diana

Wedi'i sefydlu er cof am Diana, Tywysoges Cymru, [Gwobr Diana](#) yw'r clod mwyaf ei fri y gall pobl ifanc rhwng 9 a 25 oed ei dderbyn am eu gweithredu cymdeithasol neu'u gwaith dyngarol.

Dyma'r wobr i bobl ifanc a weinyddir trwy broses enwebu ôl-weithredol yn unig sydd wedi bodoli hiraf. Nid yw pobl ifanc yn gweithio tuag at y wobr, ond yn hytrach yn arddangos eu haddasrwydd trwy eu gweithredoedd, heb unrhyw ddisgwyliad o gael eu gwobrwyo.



Mae cynlluniau cydnabod gwirfoddolwyr lleol hefyd o fewn y rhan helaeth o Gynghorau Gwirfoddol Sirol, cysylltwch â'ch Canolfan Gwirfoddoli lleol am fanylion.

[Dod o hyd i'ch Canolfan Gwirfoddoli lleol](#)

Gwybodaeth bellach

Taflenni gwybodaeth ychwanegol Cefnogi Trydydd Sector Cymru

- 4.3 Creu Polisi Gwirfoddoli
- 4.4 Recriwtio, dethol a sefydlu gwirfoddolwyr
- 4.8 Cadw gwirfoddolwyr yn ddiogel
- 4.13 Treuliau gwirfoddolwyr



Cefnogi Trydydd
Sector **Cymru**

Third Sector
Support **Wales**

Rhwydwaith o fudiadau cymorth i'r trydydd sector cyfan yng Nghymru yw Cefnogi Trydydd Sector Cymru.

Ceir ynddo'r 19 corff cymorth lleol a rhanbarthol ledled Cymru, y Cyngorau Gwirfoddol Sirol, a'r corff cymorth cenedlaethol, Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (CGGC).

Am ragor o wybodaeth cysylltwch â <https://thirdsectorsupport.wales/cy/cysylltu/>

Ymwadiad

Mae'r wybodaeth a ddarperir yn y daflen hon ar gyfer cyfarwyddyd yn unig. Nid yw'n amnewid am gyngor proffesiynol ac ni allwn dderbyn unrhyw gyfrifoldeb am golled o ganlyniad i unrhyw un sy'n gweithredu neu'n gwrthod gweithredu arno.