

Gwirfoddolwyr Iechyd Meddwl gyda Gwirfoddoli i Yrfa (VtC) Adroddiad Gwerthuso

Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan
Gorffennaf 2025

helpforce



Funded by:

WcVA
CgGC

Cynnwys

Crynodeb gweithredol

- Cyd-destun
- Dull gwerthuso
- Mewnwelediad
- Effaith
- Casgliadau a'r camau nesaf
- Cyfyngiadau a chydabyddiaeth data
- Atodiad



Crynodeb Gweithredol

Y Prosiect

Mae gan y prosiect Gwirfoddolwyr Iechyd Meddwl, a lansiwyd ym mis Mehefin 2024, wirfoddolwyr sydd â phrofiad bywyd o wasanaethau cefnogi iechyd meddwl ar draws Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan. Mae gwirfoddolwyr yn ymgysylltu â chleifion trwy weithgareddau ystyrlon, gan gynnig cefnogaeth a chysylltiad. Yn ogystal, maent hefyd yn cefnogi staff wrth ddatblygu eu hyder a'u sgiliau eu hunain. Mae'r rôl gwirfoddoli Iechyd Meddwl wedi sefydlu cysylltiadau â'r llwybr Gwirfoddoli i Yrfa (VtC), gan alluogi gwirfoddolwyr sydd â diddordeb mewn cyflogaeth gofal iechyd yn y dyfodol i dderbyn cymorth gyrfa drwy'r rhaglen VtC.

Dull Gwerthuso

Gan ddefnyddio ei wasanaeth gwerthuso [Mewnwelediad ac Effaith](#) sefydledig, mae Helpu yn dilyn methodoleg gyson i ganfod effaith rolau gwirfoddoli ar ganlyniadau iechyd a llesiant. Mae canlyniadau targed yn cael eu nodi ar draws ystod o fuddiolwyr sy'n cynrychioli'r bobl a'r mudiadau sy'n cymryd rhan, ac yna rydym yn casglu'r data angenrheidiol i brofi ac amlygu'r canlyniadau. Ar gyfer y gwerthusiad hwn, cyflwynodd Helpu arolwg adborth staff, cleifion a gwirfoddolwyr i fesur yr effaith a gafodd y prosiect.

Canfyddiadau Allweddol



Casgliadau a'r Camau Nesaf

Yn gyffredinol, mae'r gwerthusiad o'r gwirfoddolwyr iechyd meddwl gyda phrosiect VtC yn dangos yr effaith gadarnhaol a gafodd gwirfoddolwyr ar wahanol fuddiolwyr. Adroddodd cleifion fod gwirfoddolwyr wedi helpu i wella eu llesiant emosiynol a'u harhosiad yn yr ysbyty; awgrymodd staff fod gwirfoddolwyr wedi gwella eu bywyd gwaith ac yn rhan allweddol o'u tîm; ac adroddodd gwirfoddolwyr eu hunain eu bod wedi ennill sgiliau newydd, mwy o hyder ac ymdeimlad o bwrpas. I'r rhai a gymerodd ran yn y rhaglen VtC, adroddwyd bod y profiad wedi cynyddu eu diddordeb mewn gyrfaedd iechyd a gofalwyr, ochr yn ochr â'u dealltwriaeth o'r sector.

Yr uchelgais yw i'r prosiect hwn gael ei ymgorffori'n llawn yng ngwasanaethau craidd y Bwrdd Iechyd, gan gynnwys gwasanaethau iechyd meddwl, fel rhan hanfodol o'r ffordd y darperir gofal a chymorth i gleifion, teuluoedd a staff. Y weledigaeth yw i'r model hwn gyfrannu at newid diwylliant ar draws y Bwrdd Iechyd, un lle mae profiad bywyd yn cael ei gydnabod fel arbenigedd, lle mae gwirfoddolwyr yn cael eu hystyried fel partneriaid cyfartal mewn gofal, a lle mae adferiad, cynhwysiant a thosturi wedi'u hymgorffori ymhellach ym mhopeth y mae'r mudiad yn ei wneud.

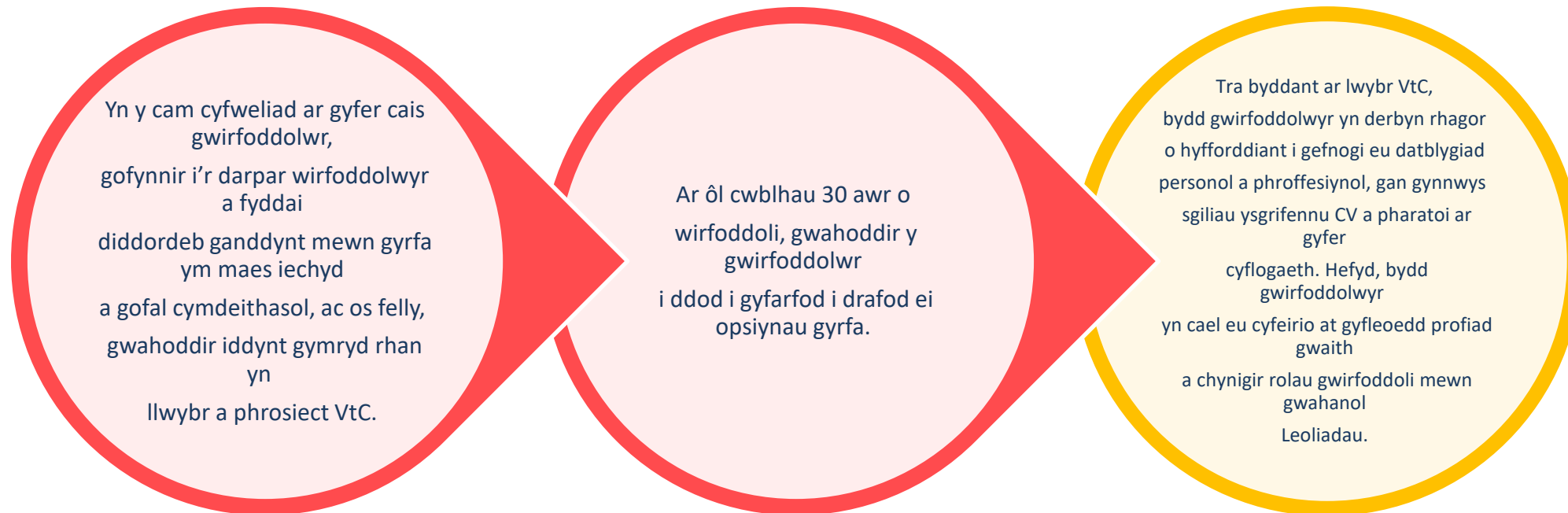
Cyd-destun: Trosolwg o'r gwasanaeth

- Cynlluniwyd y prosiect hwn i wella cyfleoedd gwirfoddoli mewn lleoliadau iechyd meddwl, gyda ffocws penodol ar greu rolau cynhwysol ar gyfer pobl sydd â phrofiad bywyd. Roedd gwirfoddolwyr yn weithgar ar draws Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan (BIPAB), gyda safleoedd yn cynnwys Ysbyty'r Sir, Ysbyty Brenhinol Gwent, Ysbyty Aneurin Bevan, Ysbyty Ystrad Fawr, Ysbyty'r Tri Chwm, Tŷ Lafant ac Ysbyty Sant Cadog. Cefnogodd gwirfoddolwyr wasanaethau oedolion ac oedolion hŷn ar draws lleoliadau cymunedol ac ysbytai.
 - Gyda chefnogaeth cyllid gan Gyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru (CGGC), nod y prosiect yw:
 - Recriwtio mwy o wirfoddolwyr sydd â phrofiad bywyd o iechyd meddwl.
 - Cynyddu nifer y gwirfoddolwyr sy'n cefnogi mewn lleoliadau iechyd meddwl.
 - Hyrwyddo rolau cynhwysol a chefnogol i bobl ag anghenion iechyd meddwl.
 - Cysylltu gwirfoddoli iechyd meddwl â'r llwybr Gwirfoddoli i Yrfa (VtC), gan ddefnyddio adborth gan wirfoddolwyr i wella mynediad at gyfleoedd cyflogaeth
- Er bod gwirfoddolwyr â phrofiad bywyd eisoes yn cyfrannu at wahanol rolau ar draws BIPAB, nod y prosiect hwn oedd ffurfioli eu cyfranogiad trwy sefydlu rôl benodol a chreu llwybr gyrfa cliriach i'r rhai sydd â diddordeb mewn symud ymlaen trwy'r rhaglen VtC.
- Cafodd rôl gwirfoddoli Arbenigwr trwy Brofiad ei ffurfioli ac roedd yn cynnwys cyd-hwyluso cymorth grŵp i bobl sy'n cael mynediad at wasanaethau iechyd meddwl eilaidd, megis croesawu cleifion, annog cyfranogiad a chynnig cymorth emosiynol. Treuliodd gwirfoddolwyr amser ar y wardiau hefyd yn darparu gweithgareddau ystyrlon a rhyngweithio un i un. Fel rhan o'r rôl, rhannodd rhai gwirfoddolwyr eu profiad personol eu hunain lle bo hynny'n briodol, i ysbrydoli gobaith a chred bod adferiad yn bosibl.
- Cefnogwyd yr holl wirfoddolwyr trwy ystod o fecanweithiau, gan gynnwys gwiriadau rheolaidd, ymarfer myfyriol, cymorth gan gymheiriaid a chyfathrebu agos â staff, gyda sylw arbennig i greu amgylchedd diogel a chefnogol i'r rhai sy'n dod â'u profiad bywyd eu hunain i'r rôl.



Cyd-destun: Llwybr Gwirfoddoli i Yrfa (VtC)

- Mae'r prosiect hwn yn datblygu'r Llwybr Gwirfoddoli i Yrfa (VtC) presennol i gynnig cymorth mwy strwythuredig i wirfoddolwyr sydd â diddordeb mewn archwilio gyrfaedd yn y sector iechyd a gofal.
- Rhoddodd y Llwybr gyfle i wirfoddolwyr ennill profiad, trafod eu dewisiadau gyrfa, gwella sgiliau a hyder sy'n gysylltiedig â'u datblygiad proffesiynol ac ystyried y camau nesaf gyda sgysiau dan arweiniad trwy gymorth gyrfa.
- Mae'r diagram isod yn amlinellu'r Llwybr VtC a roddwyd ar waith fel rhan o'r prosiect:



Dull Gwerthuso: Canlyniadau

Dull Helplu o werthuso...

Gan ddefnyddio ei wasanaeth gwerthuso Mewnwelediad ac Effaith sefydledig mae Helplu yn dilyn methodoleg gyson i ganfod effaith rolau gwirfoddoli ar ganlyniadau iechyd a llesiant. Mae canlyniadau targed yn cael eu nodi ar draws ystod o fuddiolwyr sy'n cynrychioli'r bobl a'r mudiadau dan sylw, ac yna rydym yn casglu'r data angenrheidiol i brofi ac amlygu'r canlyniadau.

Nod y Gwirfoddolwyr Iechyd Meddwl gyda'r prosiect VtC oedd cyflawni'r canlyniadau canlynol...



Claf

Profiad gwell i gleifion / defnyddwyr gwasanaethau

Llai o deimladau o unigrwydd

Gwell llesiant emosiynol, llai o deimladau o bryder / iselder

Yn fodlon â'u profiad o gymorth gwirfoddol



Mudiad

Gwelliant parhaus mewn gwasanaethau a phrosiectau gwirfoddoli

Trosi gwirfoddolwr i gyflogaeth â thâl neu addysg/hyfforddiant pellach mewn mudiadau iechyd a gofal



Staff

Gwell llesiant staff

Mae staff yn credu bod gwirfoddolwyr yn cael effaith gadarnhaol ar gleifion / defnyddwyr gwasanaethau

Mae staff yn credu bod gwirfoddolwyr yn cael effaith gadarnhaol ar eu bywyd gwaith

Mae staff yn fodlon ar y gefnogaeth maen nhw'n ei gael gan wirfoddolwyr

Mae'r amser a arbedwyd yn arwain at fwy o allu i ganolbwyntio ar gyfrifoldebau eraill



Gwirfoddolwr

Develop new skills that support their personal & professional development.

Improved confidence & sense of purpose.

Confidence that time spent volunteering is of benefit to staff, patients and the organisation they volunteer for.

Feel well supported in undertaking their volunteering role.

Satisfied with and happy in their role.

Successfully trained and recruited to paid roles.

Dull Gwerthuso: Methodoleg

Rhwng Ionawr 2025 a
Gorffennaf 2025, cawsom...

Roedd y gwerthusiad yn cynnwys tri dull casglu data:

- Arolwg staff yn gofyn cwestiynau mewn perthynas â phrofiad cydweithwyr o weithio gyda gwirfoddolwyr a pha wahaniaeth yr oeddent wedi'i wneud iddynt.
- Arolwg cleifion, yn gofyn cwestiynau am eu hadborth ynghylch y gefnogaeth a gawsant gan y gwirfoddolwyr a'r effaith a gafodd y gefnogaeth honno ar eu profiad ysbyty.
- Arolwg gwirfoddolwyr, yn gofyn cwestiynau am eu profiad o gyflawni'r rôl a'r effaith a gafodd arnynt.

Trwy gydol yr adroddiad, mae canfyddiadau data yn cael eu cysylltu yn ôl â'r buddiolwr gan ddefnyddio eiconau ar ochr dde uchaf y sgrin. Mae cryfder tystiolaeth hefyd yn cael ei raddio gan ddefnyddio eiconau. Mae'r eiconau hyn fel a ganlyn...

Canfyddiadau / canlyniadau sy'n gysylltiedig â



Mewnwelediadau ac effaith



Cryfder tystiolaeth



37

o ymatebion staff



18

o ymatebion cleifion



8

o ymatebion gwirfoddolwyr

Mewnwelediad: Gweithgarwch Gwirfoddol



Ar adeg gwerthuso, mynegodd 28 o wirfoddolwyr ddiddordeb yn y rôl, gyda 17 yn gwirfoddoli'n weithredol. Yn ogystal, mae disgwyl i 8 gwirfoddolwr gael eu sefydlu ar wardiau.

Rhwng Rhagfyr 2024 a Mehefin 2025, ymgwymerodd y gwirfoddolwyr gweithredol hynny â llawer iawn o weithgarwch, gan gwblhau 450 o gysylltiadau â chleifion a 1,200 awr o weithgarwch gwirfoddoli.

Trwy'r arolwg gwirfoddolwyr, adroddodd gwirfoddolwyr ar eu gweithgarwch gwirfoddoli a'u hymrwymiad.

- Dywedodd y mwyafrif o'r gwirfoddolwyr (7 o 8) eu bod yn gwirfoddoli o leiaf unwaith yr wythnos, gydag un yn gwirfoddoli'n llai aml.
- Gwirfoddolodd pob unigolyn am **18 awr y mis** ar gyfartaledd. Fodd bynnag, roedd nifer yr oriau a dreuliwyd yn gwirfoddoli bob mis yn amrywio o 1 i 60.
- Roedd hyd yr amser mewn rôl wirfoddoli yn amrywio ymhlith gwirfoddolwyr yn y prosiect. Roedd 3 gwirfoddolwr wedi bod yn y rôl am lai na 6 mis, gyda 2 wedi bod yn gwirfoddoli ers dros 5 mlynedd. Felly, mae'n ymddangos bod cymysgedd o wirfoddolwyr newydd a rhai mwy profiadol wedi cyflawni'r rôl.

17

o wirfoddolwyr
gweithredol

10

o wirfoddolwyr VtC
(gwirfoddoli i yrfa)

1,200

o oriau cymorth
gwirfoddolwyr
wedi'u cwblhau

450

o gysylltiadau â
cleifion wedi'u
cwblhau



Adroddodd

7 of 8

gwirfoddolwr eu
bod yn gwirfoddoli
o leiaf unwaith yr
wythnos



18

o oriau o
wirfoddoli wedi'u
cwblhau bob mis,
ar gyfartaledd



Adroddwyd bod

4 of 8

gwirfoddolwr
wedi bod yn
y rôl am 12 mis
neu lai



Adroddwyd bod

3 of 8

gwirfoddolwr
wedi bod yn y rôl
am 3 blynedd neu
fwy

Effaith: Llesiant a phrofiad cleifion



Gofynnwyd i gleifion a dderbyniodd gefnogaeth gan wirfoddolwyr i roi adborth ar y gwahaniaeth yr oedd eu cefnogaeth wedi'i wneud iddynt.

Gwelwyd ymatebion cadarnhaol i bob cwestiwn, gyda'r holl gleifion yn cytuno bod gwirfoddolwyr iechyd meddwl wedi cael effaith gadarnhaol ar eu llesiant emosiynol yn ogystal â'u profiad ysbyty cyffredinol.

Mae'r canfyddiadau hyn yn dangos y rôl gadarnhaol y gall gwirfoddolwyr ei chyflawni wrth gefnogi cleifion mewn lleoliadau ysbyty, wedi'i gadarnhau ymhellach gan yr adborth ychwanegol a ddarparwyd gan gleifion...



"Maen nhw'n gwneud y ward yn lle mwy cyfeillgar a hapus."



"Yn dda iawn am wneud i mi deimlo'n gartrefol."



"Mae'r gwirfoddolwr yn fy helpu llawer ac yn gwneud i mi deimlo'n ddiogel."

O'r cleifion a oedd yn cymryd rhan yn yr arolwg..



Roedd **18 o 18** yn cytuno neu'n cytuno'n gryf bod y gwirfoddolwr yn codi eu calonnau / **yn gwella eu hwyliau**, ac roedd 16 ohonynt yn cytuno'n gryf



Roedd **18 of 18** yn cytuno neu'n cytuno'n gryf bod y gwirfoddolwr wedi eu helpu i **deimlo'n llai pryderus**, ac roedd 12 ohonynt yn cytuno'n gryf



Roedd **18 o 18** yn cytuno neu'n cytuno'n gryf bod y gwirfoddolwr yn eu helpu i **deimlo'n llai unig**, ac roedd 12 ohonynt yn cytuno'n gryf



Dywedodd **17 o 18** eu bod yn **fodlon iawn ar y gefnogaeth** a gafwyd gan wirfoddolwyr, gyda'r claf a oedd yn weddill yn fodlon



Roedd **18 o 18** yn credu bod cymorth gwirfoddol wedi arwain at farn lawer mwy **cadarnhaol am y sefydliad gofal** ymhlith y cleifion



Roedd **18 o'r 18** yn adrodd bod gwirfoddolwyr wedi cael **effaith gadarnhaol ar eu profiad ysbyty**.

Effaith: Llesiant **Staff** a Darparu Gofal



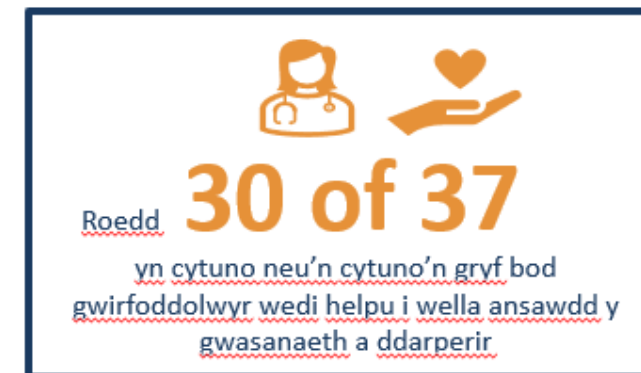
Gofynnwyd i staff a oedd yn gweithio ochr yn ochr â gwirfoddolwyr iechyd meddwl yn gyntaf am y gwahaniaeth canfyddedig a wnaeth gwirfoddolwyr wrth ddarparu gofal i gleifion.

- Roedd dros 4 o bob 5 o ymatebwyr staff yn cytuno bod gwirfoddolwyr wedi cael effaith gadarnhaol ar ddarparu gofal.
- Roedd un cyfranogwr yn anghytuno'n gryf â'r datganiad – fodd bynnag, gallai hyn fod wedi bod yn gamgymeriad, gan ei fod wedi gadael adborth cadarnhaol am gefnogaeth gwirfoddolwyr yn gyffredinol.
- Roedd gweddill yr ymatebwyr yn ansicr neu'n niwtral.

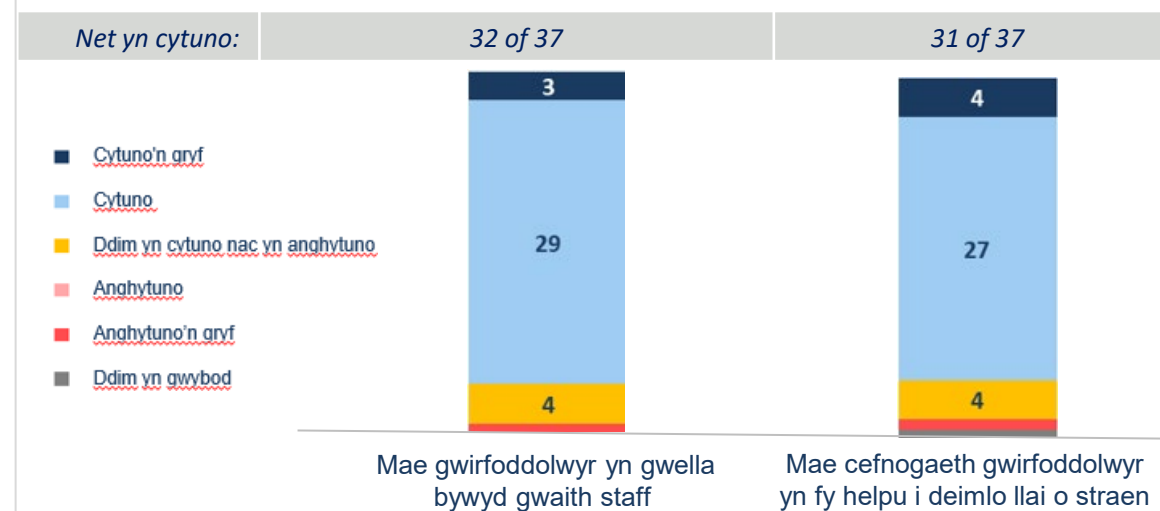
Wedyn gofynnwyd i staff fyfrio ar y gwahaniaeth a wnaeth gwirfoddolwyr i'w llesiant eu hunain tra oeddynt yn y gwaith. O'r 37 a ymatebodd...

- Dywedodd 32 o staff fod gwirfoddolwyr yn gwella eu bywyd gwaith.
- Cytunodd 31 o staff fod gwirfoddolwyr wedi helpu i wella ansawdd y gwasanaeth.
- Unwaith eto, roedd un person yn anghytuno'n gryf â'r ddau ddatganiad, ond efallai bod hwn wedi ei ddewis drwy gamgymeriad.

Ymhlith y rhai a ymatebodd yn niwtral, soniodd dau aelod o staff nad oeddent yn gweithio'n rheolaidd gyda gwirfoddolwyr, gydag eraill yn awgrymu y byddai mwy o gefnogaeth wirfoddol o gymorth gan wneud sylwadau cadarnhaol am y gefnogaeth maen nhw'n ei darparu.



Effaith Gwirfoddolwyr ar Llesiant Staff yn y Gwaith



Noder: Tynnwyd nifer yr ymatebion o dan 4 o'r siart uchod i wella darllenadwyedd

Effaith: Integreiddio Gwirfoddolwyr a Chynhyrchiant



Staff



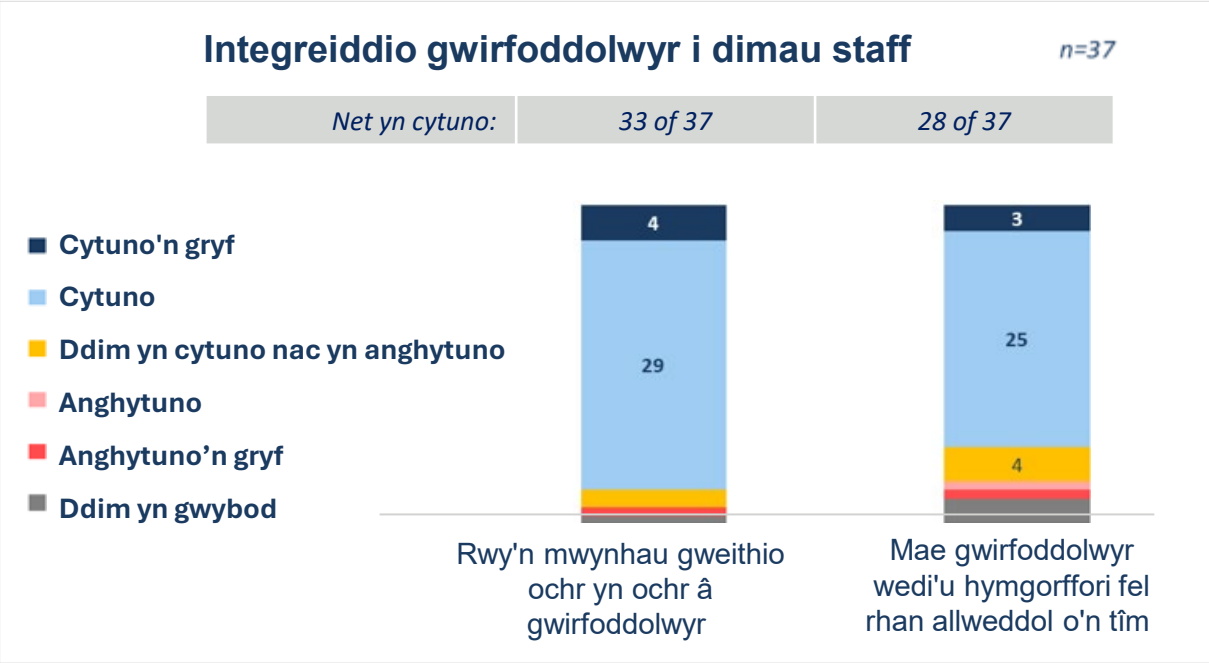
Dyweddodd **35 of 37**
o staff fod gwirfoddolwyr wedi eu galluogi i
gael mwy o amser rhydd

Yna gofynnwyd i staff fyfyrio ynghylch a oedd gwirfoddolwyr yn cael effaith ar yr amser yr oeddent ar gael yn ystod diwrnod arferol.

- Roedd pob un ond 2 aelod o'r staff a ymatebodd yn cytuno bod gwirfoddolwyr wedi cael effaith **gadarnhaol ar yr amser pan oeddent ar gael**.
- Ymatebodd gweddill yr ymatebwyr nad oeddent yn siŵr.
- Pan ofynnwyd iddynt beth oeddent yn gallu ei wneud gyda'r amser hwn, dywedodd y rhan fwyaf o staff (25 allan o 35) eu bod **yn gallu cefnogi mwy o gleifion**. Adroddodd eraill fod cefnogaeth gwirfoddolwyr yn caniatáu iddynt **ganolbwyntio ar gleifion ag anghenion uwch, cwblhau tasgau gweinyddol neu glinigol, neu deimlo bod llai o angen iddyn nhw ruthro**.

Nesaf, gofynnwyd i staff fyfyrio ar ba mor dda yr oeddent yn teimlo bod gwirfoddolwyr wedi integreiddio i mewn i'w timau.

- Dywedodd 33 o staff eu bod yn **mwynhau gweithio ochr yn ochr â gwirfoddolwyr**.
- Yn ogystal, roedd dros dri chwarter y staff yn cytuno neu'n cytuno'n gryf bod gwirfoddolwyr wedi'u **hymgorffori fel rhan allweddol o'u tîm**.
- Dywedodd nifer fach o ymatebwyr a oedd yn teimlo'n niwtral wedyn y byddai mwy o integreiddio gan wirfoddolwyr yn ddefnyddiol.
- O'r rhai a oedd yn anghytuno, ni roddodd un aelod o staff unrhyw sylw pellach, gyda'r llall yn rhannu adborth cadarnhaol am wirfoddolwyr, gan awgrymu y gallai ei ymateb fod wedi bod yn gamgymeriad.



Effaith: Boddhad Staff



Ac yn olaf, gofynnwyd i staff am eu boddhad cyffredinol o ran y gefnogaeth a gafwyd gan wirfoddolwyr iechyd meddwl.

Fel y dangosir yn y ffeithluniau, roedd staff yn gadarnhaol ynghylch eu profiad cyffredinol gyda gwirfoddolwyr iechyd meddwl.

- Roedd 34 o bob 37 o staff yn **fodlon ar eu profiad**.
- Roedd dau aelod o staff yn niwtral ynglŷn â'u lefel o foddhad, ac yn esbonio eu bod yn gweithio gyda gwirfoddolwyr yn achlysurol. Cafwyd un sylw cadarnhaol yn cyd-fynd ag ymateb negyddol, gan awgrymu y gallai fod wedi'i ddewis mewn camgymeriad.
- Dywedodd dros bedwar o bob pum aelod o staff fod eu profiad gyda gwirfoddolwyr wedi bod yn **fwy cadarnhaol** na'r disgwyl.
- Dywedodd pob aelod o staff ond un eu bod yn **debygol o argymell** gwirfoddolwyr i gydweithwyr.

Yn gyffredinol, mae'r adborth a gafwyd gan staff yn tynnu sylw at y ffaith bod y prosiect Gwirfoddolwyr Iechyd Meddwl wedi bod yn llwyddiannus wrth gyflawni'r canlyniadau disgwyledig i staff – yn ogystal â lefelau uchel o foddhad ynghylch y gefnogaeth a dderbyniwyd, mae'r dadansoddiad yn dangos bod cefnogaeth y gwirfoddolwr wedi arwain at effaith gadarnhaol ar lesiant emosiynol staff a bywyd gwaith, yn ogystal â budd canfyddedig i ansawdd y gofal a ddarperir i gleifion.



Dyweddodd **34 of 37** o staff eu bod **yn fodlon neu'n fodlon iawn** ar y gefnogaeth a gafwyd gan wirfoddolwyr iechyd meddwl



Dyweddodd **17 of 37** eu bod yn **fodlon iawn**



Dyweddodd **30 of 37** o staff fod eu profiad o weithio ochr yn ochr â gwirfoddolwyr iechyd meddwl yn **fwy cadarnhaol nag yr oeddent wedi'i ddisgwyl**



Dyweddodd **36 of 37** o staff eu bod yn **debygol o argymell** gwirfoddolwyr iechyd meddwl i gydweithwyr eraill



"Mae gwirfoddolwyr sy'n gweithio gyda thimau iechyd meddwl yn aml â phrofiad bywyd, sydd mor ddefnyddiol wrth wneud i gleientiaid deimlo eu bod yn cael eu cydnabod ac yn llawn gobaith fod newid yn bosibl."

Gweithiwr Proffesiynol Perthynol i Iechyd

Effaith: Adborth Gwirfoddolwyr ynghylch y Gefnogaeth a Dderbyniwyd

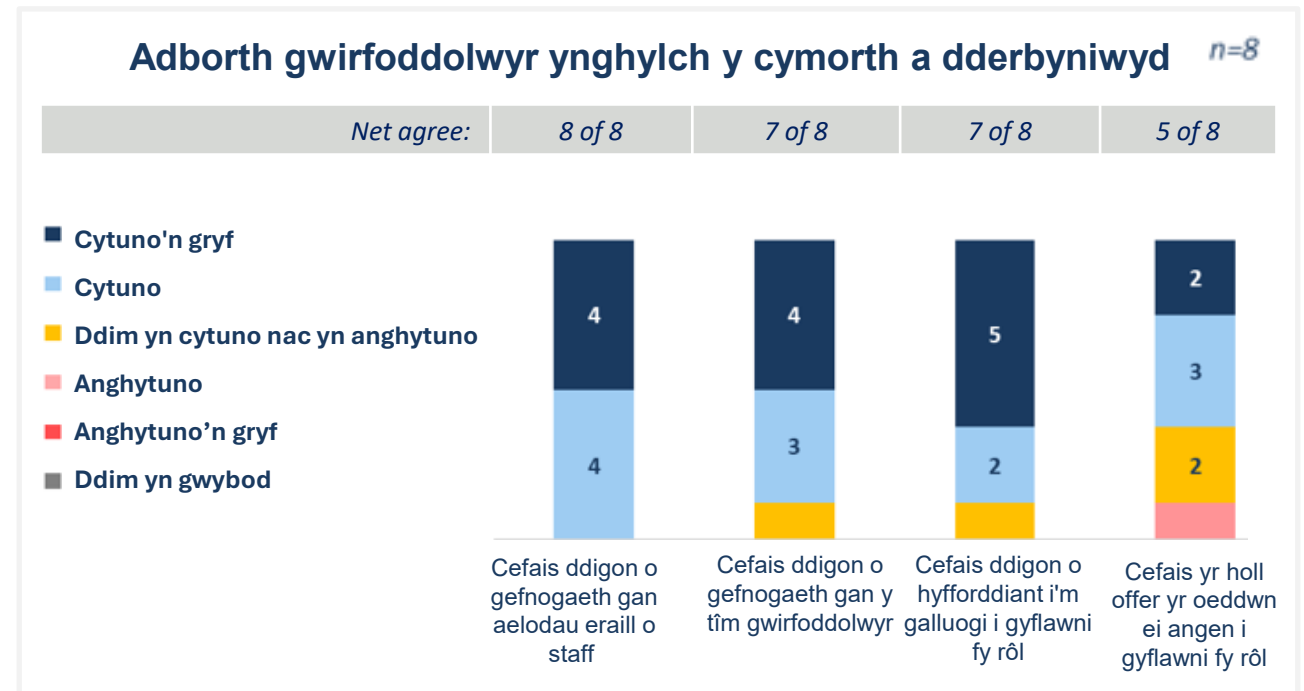


Gofynnwyd i wirfoddolwyr yn gyntaf am eu hadborth ynghylch y gefnogaeth a gawsant i ymgymryd â'u rôl.

Dyweddodd y rhan fwyaf o wirfoddolwyr eu bod yn teimlo eu bod wedi cael cefnogaeth dda yn eu rôl.

- Roedd pob gwirfoddolwr a ymatebodd yn cytuno neu'n cytuno'n gryf eu bod wedi derbyn digon o gefnogaeth gan y tîm staff ehangach.
- Cytunodd 7 o 8 eu bod wedi derbyn digon o gefnogaeth gan y tîm gwirfoddolwyr a digon o hyfforddiant i gyflawni eu rôl.
- Roedd y safbwyntiau ychydig yn fwy cymysg mewn perthynas â'r offer a ddarparwyd.
- Cytunodd 5 o wirfoddolwyr eu bod wedi cael yr holl offer yr oedd eu hangen arnynt, tra bod 2 yn niwtral.
- Roedd un ymatebydd yn anghytuno bod ganddynt ddigon o offer, ond roedd ei adborth yn ymwneud mwy â'r ohebiaeth a gafwyd. Eglurodd: "Rwy'n credu ei bod hi'n bwysig iawn cael cyswllt â'r ward ar ddiwrnodau ymweliad er mwyn i mi gael gwybod a fu digwyddiad ar y ward a fy mod yn gallu bod yn bresennol."

Ar y cyfan, mae adborth yn awgrymu bod gwirfoddolwyr yn teimlo eu bod yn cael cefnogaeth dda gan y staff a'r tîm gwirfoddolwyr. Er bod y mwyafrif yn fodlon â'r offer a ddarparwyd, mae cyfathrebu a chydlynu ar ddiwrnod y digwyddiadau yn sefyll allan fel maes sy'n werth ei archwilio ymhellach.

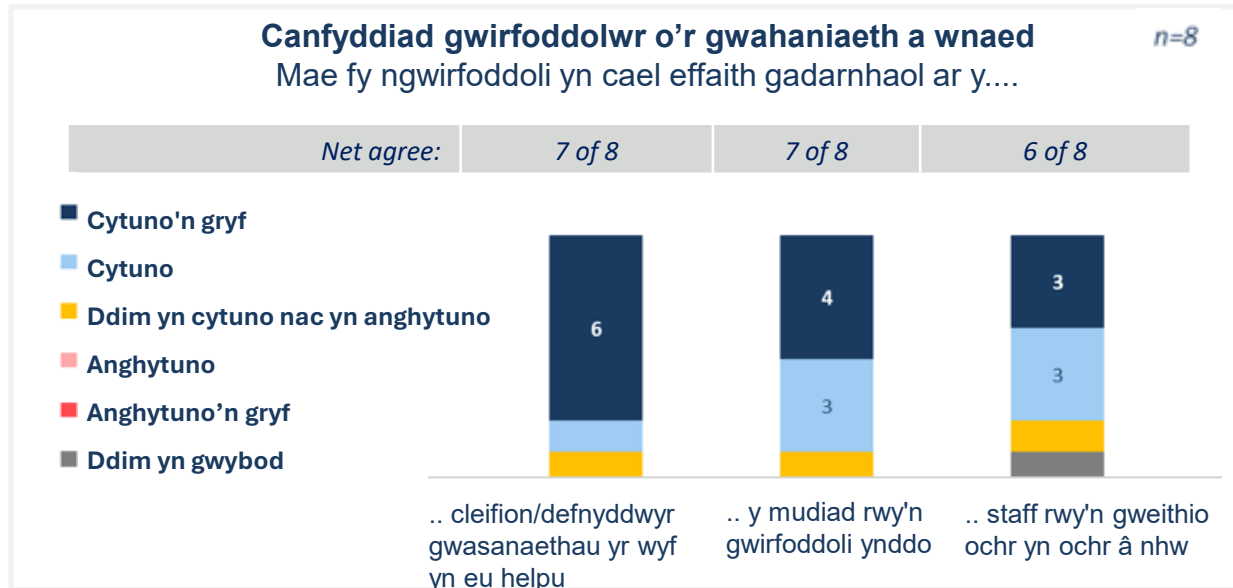


Noder: Tynnwyd nifer yr ymatebion o dan 2 o'r siart uchod i wella darllenadwyedd.

Effaith: Effaith Canfyddedig **Gwirfoddolwr** ar Eraill



Yna gofynnwyd i wirfoddolwyr fyfyrio ar y gwahaniaeth yr oedd eu rôl yn ei chael ar y bobl roedden nhw'n darparu cymorth iddynt.



Noder: Tynnwyd nifer yr ymatebion o dan 2 o'r siart uchod i wella darllenadwyedd.

Yn gyffredinol, mae'n ymddangos bod gwirfoddolwyr yn teimlo bod eu rôl yn cael ei gwerthfawrogi ar draws gwahanol feysydd, gan gynnwys profiad cleifion, cymorth i staff a'r sefydliad ehangach.

- Cytunodd 7 o 8 fod eu gwirfoddoli yn cael **effaith gadarnhaol ar y cleifion** y maen nhw'n eu helpu a'r **mudiad** y maen nhw'n gwirfoddoli ynddo, tra bod un gwirfoddolwr yn parhau i fod yn niwtral o ran y ddau ddatganiad.
- Roedd tri chwarter y gwirfoddolwyr hefyd yn cytuno bod eu cefnogaeth wrth wirfoddoli yn rhoi buddion cadarnhaol i staff. Roedd un person yn ansicr, ac ymatebodd un yn niwtral. Fodd bynnag, nid oedd y gwirfoddolwyr hyn wedi rhoi cyd-destun ychwanegol i egluro pam yr oedden nhw'n teimlo fel hyn.

Rhoddodd un gwirfoddolwr sylwadau pellach ynghylch y gwahaniaeth yr oedd yn teimlo bod ei gefnogaeth wrth gymryd rhan mewn creffttau yn ei wneud i gleifion...



"Gweld y llawenydd yn eu hwynebau pan fyddant yn cwblhau tasg greffttau ac mae hynny'n her i rai."

Gwirfoddolwr Iechyd Meddwl

Effaith: Canlyniadau a Boddhad **Gwirfoddolwyr**



Yn olaf, gofynnwyd i wirfoddolwyr am y gwahaniaeth y mae eu rôl wedi'i wneud iddynt a'u boddhad cyffredinol yn sgil eu profiad o wirfoddoli.

Effaith gwirfoddoli arnyn nhw eu hunain



Roedd **8 o 8** yn cytuno neu'n cytuno'n gryf bod gwirfoddoli yn rhoi **ymdeimlad o bwrpas** iddynt, 6 ohonynt yn cytuno'n gryf



Roedd **8 o 8** yn cytuno neu'n cytuno'n gryf bod gwirfoddoli yn caniatáu iddynt **ddatblygu sgiliau newydd**, ac roedd 5 ohonynt yn cytuno'n gryf



Roedd **5 o 8** yn cytuno neu'n cytuno'n gryf bod gwirfoddoli yn cynyddu eu hyder, ac roedd 2 ohonynt yn cytuno'n gryf



"Mae wedi rhoi hyder a chryfder i mi ynghyd â rhyngweithio â'r cleifion a chael ymdeimlad o bwrpas."



"Rwyf wrth fy modd ac wedi ei fwynhau hyd yn hyn, rwy'n edrych ymlaen at ddysgu mwy gyda sgiliau a phrofiad."



"Mae cael profiad bywyd yn helpu i ddeall anghenion y cleifion a'r hyn maen nhw'n hoffi ei wneud."

Boddhad o ran y profiad gwirfoddoli



Dywedodd **7 o 8** fod rôl gwirfoddolwr iechyd meddwl wedi **cwrdd â'r disgwyliadau neu ragori arnynt**, dywedodd 5 ohonynt eu bod wedi rhagori arnynt.



Roedd **8 o 8** yn **fodlon iawn** ar eu profiad gwirfoddoli, gyda 7 o 8 ymatebydd yn dweud bod eu profiad bywyd eu hunain **wedi cael effaith gadarnhaol** ar wirfoddoli



Dywedodd **8 o 8** eu bod yn debygol o argymhell eu rôl i eraill

- Mae'n ymddangos bod y rôl wedi bod yn llwyddiannus wrth ddarparu **ymdeimlad o bwrpas** i wirfoddolwyr a chyfle i **ddatblygu sgiliau newydd**. Roedd cyfran fach o wirfoddolwyr yn niwtral o ran bod y rôl wirfoddoli **yn cynyddu eu hyder** ond nid oeddent yn darparu cyd-destun ychwanegol.
- Mae boddhad o ran y profiad gwirfoddoli yn ymddangos yn gryf, gyda gwirfoddolwyr yn adrodd bod y rôl wedi **cwrdd â'r disgwyliadau neu wedi rhagori arnynt** ac yn **debygol o argymhell** y rôl i eraill. Hefyd, cytunodd y mwyafrif o wirfoddolwyr fod cael profiad **bywyd** wedi effeithio'n gadarnhaol ar eu profiad gwirfoddoli.

Gan ystyried yr holl adborth gan wirfoddolwyr, mae'n ymddangos bod y rôl wirfoddoli iechyd meddwl nid yn unig wedi arwain at fanteision cadarnhaol o ran eu datblygiad personol eu hunain ond yn gyffredinol mae wedi darparu profiad cadarnhaol a chyfle i wirfoddolwyr deimlo eu bod yn gwneud gwahaniaeth.

Effaith: Profiad Gwirfoddoli i Yrfa



O'r wyth gwirfoddolwr a gwblhaodd yr arolwg, dywedodd tri eu bod wedi cymryd rhan yn y rhaglen Gwirfoddoli i Yrfa (VtC). Gofynnwyd cwestiynau ychwanegol i'r rhai a gymerodd ran am eu profiad a'r effaith a gafodd VtC arnynt.

Er bod nifer y gwirfoddolwyr VtC a gwblhaodd yr arolwg yn fach, roedd yr ymatebion i'r datganiadau effaith yn gadarnhaol ar y cyfan.

Ymddengys fod elfen VtC y prosiect wedi rhoi cyfle i wirfoddolwyr ddatblygu sgiliau a phrofiad newydd sy'n berthnasol i'w hamcanion gyrfa, yn ogystal â gwella eu dealltwriaeth o yrfaedd iechyd a gofal ac addysg bellach a chynyddu eu diddordeb ynddynt. Ymhlith y rolau y mae gwirfoddolwyr wedi gwneud cais amdanynt neu wedi mynegi diddordeb ynddynt mae rolau Cydlynedd Gweithgareddau, Mentor Cymheiriaid a Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd.

Myfyriodd un o gyfranogwyr y rhaglen...



"Mae wedi cryfhau fy argyhoeddiad mai gyrfa mewn iechyd meddwl yw'r llwybr cywir i mi. Rwy'n ddiolchgar am y cyfle i gymhwyso a datblygu'r galluedd hyn mewn lleoliad go iawn."

Wrth fyfyrir ar y gwahaniaeth a wnaeth y rhaglen VtC...



Roedd **3** o **3** gwirfoddolwr yn cytuno neu'n cytuno'n gryf bod y rhaglen VtC wedi darparu sgiliau a phrofiad iddynt sy'n berthnasol i'w hamcanion gyrfa



Roedd **2** o **3** yn cytuno neu'n cytuno'n gryf fod y rhaglen VtC wedi cynyddu eu gallu i gael gwaith â thâl



Roedd **3** o **3** yn cytuno neu'n cytuno'n gryf bod gwirfoddoli wedi rhoi dealltwriaeth dda iddynt o beth yw gweithio ym maes iechyd a gofal



Roedd **3** o **3** yn cytuno neu'n cytuno'n gryf bod gwirfoddoli wedi cynyddu eu diddordeb mewn dilyn addysg bellach neu hyfforddiant sy'n gysylltiedig ag iechyd a gofal



Roedd **2** o **3** yn cytuno neu'n cytuno'n gryf bod gwirfoddoli wedi cynyddu eu diddordeb mewn mynd ar drywydd cyflogaeth yn y sector iechyd a gofal

Astudiaeth Achos Gwirfoddolwr



Noder: Mae'r ddelwedd a ddefnyddir at ddibenion darluniadol yn unig. Nid dyfyniad uniongyrchol yw'r astudiaeth achos ac mae wedi'i golygu at ddibenion adrodd

Cefais fy nenu i'r rôl hon yn bennaf gan awydd dwfn i droi fy heriau personol yn gyfraniad cadarnhaol i eraill. Roeddwn i'n cydnabod bod rhannu fy nhaith gydag eraill a oedd yn mynd trwy sefyllfaoedd tebyg yn gallu darparu ymdeimlad dwfn o obaith a chysylltiad na allai gofal clinigol ar ei ben ei hun ei gyflawni bob amser. Mae fy nhaith fy hun yn caniatáu i mi gynnig nid yn unig ddealltwriaeth ddamcaniaethol ond empathi gwirioneddol a phersbectif unigryw sy'n gallu normaleiddio eu teimladau.

Yr hyn rwy'n ei fwynhau fwyaf yw gweld eiliadau o gysylltiad gwirioneddol a chynnydd mewn cleifion. Mae'n werth chweil gweld pryderon neu anobaith cychwynnol rhywun yn symud yn raddol tuag at ymgysylltu ac ymdeimlad newydd o obaith.

Mae gwirfoddoli wedi cael effaith gadarnhaol iawn ar fy llesiant fy hun. Mae'n darparu ymdeimlad cryf o bwrpas ac ystyr. Mae'r ymgysylltiad rheolaidd hwn mewn amgylchedd cefnogol, empathetig yn cyfrannu'n sylweddol at fy iechyd meddwl ac emosiynol, gan ddarparu gwrthbwynt boddhaol i fywyd bob dydd. Mae'r rôl hefyd wedi mireinio nifer o sgiliau allweddol ac wedi atgyfnerthu fy nghryfderau presennol, gan gynnwys fy sgiliau gwrando gweithredol a chyfathrebu empathetig. Rwyf hefyd wedi datblygu mwy o gydnerthedd a deallusrwydd emosiynol, gan ddysgu sut i lywio drwy sgysiau sensitif a chefnogi eraill wrth gynnal fy llesiant fy hun.

Mae'r profiad gwirfoddoli hwn wedi dylanwadu'n ddwfn ar fy nghynlluniau ar gyfer y dyfodol ac wedi cadarnhau fy uchelgeisiau gyrfa. Mae wedi atgyfnerthu fy angerdd am weithio mewn swydd gefnogol yn y sector iechyd neu iechyd meddwl. Rwyf bellach yn ymchwilio i lwybrau gyrfa lle gallaf gyfrannu ymhellach at ddull o ofal sy'n canolbwyntio'n fwy ar yr unigolyn.

Rwy'n credu bod gwirfoddolwyr â phrofiad bywyd yn ased amhrisiadwy i unrhyw leoliad gofal iechyd. Mae ein sefyllfa unigryw yn caniatáu i ni bontio bwlch pwysig rhwng arbenigedd clinigol a thaith bersonol y cleifion, gan feithrin amgylchedd o fwy o ddealltwriaeth, ymddiriedaeth a dynoliaeth a rennir. Mae fy mhrofiad wedi atgyfnerthu fy argyhoeddiad bod integreiddio lleisiau'r rhai â phrofiadau bywyd ar bob lefel, o gymorth uniongyrchol i gleifion i ddatblygu polisi, yn sylfaenol i greu systemau gofal iechyd gwirioneddol holistig, tosturiol ac effeithiol.

Byddwn yn argymhell y rôl wirfoddol hon yn gryf i unrhyw un sydd â phrofiad bywyd. Mae'n gyfle i fod yn rhan o gymuned dosturiol ac i gyfrannu at system gofal iechyd sydd â mwy o ddealltwriaeth ac sy'n effeithiol, gan brofi bod profiad bywyd nid yn unig yn stori bersonol, ond yn ased gwerthfawr.

Astudiaeth Achos Gwirfoddolwr



Rwy'n dioddef gyda phroblemau iechyd meddwl fy hun, ac ar ôl cwblhau cwrs ar-lein ar gyfer anhwylder obsesiynol-gorfodaethol (OCD), a chael 12 sesiwn un i un gyda seicolegydd, roeddem yn teimlo y gallwn ddefnyddio fy mhrofiad a'r pethau a ddysgais i helpu eraill fel fi.

Mae'n anhygoel gallu rhoi gobaith a chefnogaeth i eraill. Rwyf WRTH FY MODD yn gwneud i gleifion wenu a hel atgofion gyda nhw - y maen nhw'n cael pleser mawr o'u clywed. Nid ydynt byth eisiau i mi adael a byddant bob amser yn dechrau sgwrsio am rywbeth i wneud i mi aros am fwy o amser.

Mae hefyd o fudd ac yn fy helpu i. Mae gwirfoddoli wedi helpu fy hyder. Mae hefyd wedi caniatáu i mi ddatblygu llawer o amynedd a gwybod y geiriau cywir, a gallu creu awyrgylch cadarnhaol ar gyfer ein sgysiau ni a'u pryderon nhw.

Hoffwn i pe bawn i wedi gwneud hyn pan oeddwn i'n iau. Rwy'n falch iawn fy mod i'n cael y cyfle i wneud gwahaniaeth i bobl.



Mae gwirfoddoli fel rhywun sydd â phrofiad bywyd o heriau iechyd meddwl yn caniatáu i ni gydnabod sut mae pobl yn ymateb yn wahanol i'r hyn y gallwn ni ei ddirnad fel ymddygiad normal a gallu addasu yn unol â hynny.

Byddwn yn argymhell rôl gwirfoddolwr iechyd meddwl, yn enwedig os nad ydych chi'n gallu gweithio mewn swydd reolaidd. Os yw gwirfoddoli, boed am ychydig o funudau neu am ychydig o oriau bob mis, yn gwneud gwahaniaeth i un neu fwy o bobl, yna mae'n wirioneddol werth chweil.

Noder: Mae'r ddelwedd a ddefnyddir at ddibenion darluniadol yn unig. Nid dyfyniad uniongyrchol yw'r astudiaeth achos ac mae wedi'i golygu at ddibenion adrodd

Effaith: Ffactorau llwyddiant sefydliadol



Mae sawl ffactor allweddol wedi cyfrannu at lwyddiant a chynnydd y prosiect gwirfoddoli profiad bywyd, yn enwedig yng nghyd-destun y rhaglen Gwirfoddoli i Yrfa (VtC). Mae'r rhain yn cynnwys partneriaethau cryf, ymrwymiad sefydliadol, a dull gwirfoddoli yn seiliedig ar werthoedd.

1. Partneriaethau strategol

Mae datblygiad a chynaliadwyedd y prosiect wedi cael eu cefnogi'n sylweddol gan bartneriaethau cydweithredol ar lefel leol a chenedlaethol:

- Helpu, fel partner cenedlaethol, a ddarparodd y fframwaith a'r model dysgu ar gyfer VtC gan alluogi'r Bwrdd Iechyd i fabwysiadu dull o ddatblygu llwybrau gwirfoddol strwythuredig sy'n seiliedig ar dystiolaeth.
 - Mae sefydliadau'r trydydd sector, gan gynnwys grwpiau cymunedol, elusennau iechyd meddwl, a fforymau defnyddwyr gwasanaethau, wedi chwarae rhan hanfodol wrth helpu i adnabod, ymgysylltu a chefnogi unigolion â phrofiad bywyd. Mae'r sefydliadau hyn yn aml yn gweithredu fel pontydd dibynadwy rhwng pobl a'r Bwrdd Iechyd, gan helpu i leihau rhwystrau rhag cyfranogiad.
 - Mae darparwyr addysg a chyflogadwyedd wedi cyfrannu trwy gynnig hyfforddiant, datblygu sgiliau, a chymorth dilyniant i wirfoddolwyr sy'n archwilio gyrfaoedd mewn iechyd a gofal cymdeithasol.
- Ymhlith y partneriaid allweddol mae: CGGC Cymru, Cyngor Wirfoddol Torfaen (TVA), Cymdeithas Mudiadau Gwirfoddol Gwent (GAVO), Cyngor Ffoaduriaid Cymru, Platfform, Disability Can Do a Choleg Gwent.

2. Cydweithredu mewnol

Mae cydweithredu trawsadrannol o fewn Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan wedi bod yn hanfodol. Mae'r Tîm Profiad a Chyfranogiad Cleifion wedi gweithio'n agos gyda'r canlynol:

- Staff clinigol a wardiau, sydd wedi croesawu gwirfoddolwyr ar wardiau, wedi meithrin eu datblygiad, ac wedi cydnabod eu cyfraniad at ofal cleifion.
- Tîmau'r Gweithlu a Datblygu Sefydliadol, sy'n cefnogi dilyniant i yrfaoedd a mapio sgiliau.
- Tîmau Profiad a Chyfranogiad Cleifion, sy'n rhannu'r ymrwymiad i gyd-gynhyrchu a helaethu profiad bywyd ar draws y system.

Mae'r aliniad mewnol hwn wedi helpu i ymgorffori'r prosiect o fewn blaenoriaethau ehangach fel gofal tosturiol, llesiant staff, a chynhwysiant cymunedol.

3. Arweinyddiaeth a chymorth sefydliadol

Mae cael cefnogaeth weladwy gan uwch arweinwyr wedi bod yn allweddol wrth adeiladu momentwm a chael gwared ar rwystrau. Mae ymrwymiad y Bwrdd Iechyd i wirfoddoli cynhwysol ac arweinyddiaeth profiad bywyd wedi helpu i integreiddio'r rhaglen i werthoedd a chynlluniau strategol ehangach y mudiad.

4. Dyluniad sy'n canolbwyntio ar wirfoddolwyr

Mae llwyddiant y prosiect hefyd wedi'i sbarduno gan ymrwymiad i ddylunio o amgylch anghenion y gwirfoddolwyr eu hunain. Mae hyn yn cynnwys cynnig y canlynol:

- Cymorth hyblyg, sy'n ystyriol o drawma;
 - Hyfforddiant a datblygiad wedi'i deilwra;
 - Amgylchedd diogel lle mae gwirfoddolwyr yn teimlo eu bod eu lleisiau'n cael eu clywed, a'u bod yn cael eu parchu a'u gwerthfawrogi.
- Trwy greu diwylliant lle mae gwirfoddolwyr nid yn unig yn gyfranogwyr ond yn gyfranwyr gweithredol, mae'r prosiect wedi meithrin lefelau uchel o gymhelliant, ymgysylltiad ac effaith.

5. Dysgu a myfyrio parhaus

Mae'r defnydd o ddolenni adborth, ymarfer myfyriol, a chymorth cymheiriaid, gan gynnwys gwiriadau rheolaidd, tystebau, a sesiynau dysgu, wedi caniatáu i'r rhaglen dyfu'n ymatebol ac addasu i anghenion sy'n dod i'r amlwg.

Gyda'i gilydd, mae'r ffactorau hyn wedi creu'r amodau i'r prosiect ffynnu, gan helpu i ddatgloi potensial profiad bywyd, adeiladu pontydd rhwng gwasanaethau a chymunedau, a chefnogi gwirfoddolwyr ar deithiau ystyrlon o gyfraniad a thwf.

Astudiaeth achos aelod o staff

Ar draws y Bwrdd Iechyd, roedd ymrwymiad clir i ofal sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, gyda phwyslais cynyddol ar gyd-gynhyrchu a chyfranogiad ystyrlon cleifion, gofalmwy a defnyddwyr gwasanaethau. Roedd hyn yn cyd-fynd â blaenoriaethau ehangach y GIG a Llywodraeth Cymru ynghylch cynhwysiant, llais defnyddwyr gwasanaethau, a chreu llwybrau hygyrch i yrfaoedd iechyd a gofal, yn enwedig ar gyfer grwpiau sydd wedi'u tangynrychioli.

Dyluniwyd y rhaglen VtC fel model strwythuredig a chefnogol i alluogi unigolion â phrofiad bywyd i gyfrannu fel gwirfoddolwyr – nid yn unig gwella profiad y claf trwy eu dealltwriaeth empathetig a'u safbwyntiau unigryw, ond hefyd creu cyfleoedd iddynt feithrin hyder, ennill sgiliau, ac archwilio gyrfaoedd posibl yn y sector Iechyd a Gofal Cymdeithasol.

Mae effaith ein gwirfoddolwyr â phrofiad bywyd wedi cael ei deimlo ar draws cleifion, staff, ac amgylchedd cyffredinol y ward mewn ffyrdd pwerus ac ystyrlon. I gleifion, mae presenoldeb rhywun sydd wedi "bod yno" yn cynnig ymdeimlad unigryw o ddealltwriaeth a sicrwydd. Mae gwirfoddolwyr sydd â phrofiad bywyd yn dod ag empathi sy'n mynd y tu hwnt i hyfforddiant. Maent yn cynnig cysylltiad dynol perthnasol, sy'n helpu i adeiladu ymddiriedaeth ac yn annog cleifion i fod yn fwy agored. Mewn rhyngweithiadau un i un a lleoliadau grŵp, mae cleifion yn aml yn teimlo'n fwy diogel a bod eraill yn deall nhw'n well, gan wybod bod y gwirfoddolwr yn wirioneddol "yn deall". Mae hyn wedi bod yn arbennig o effeithiol mewn lleoliadau iechyd meddwl ac adferiad, lle gall mewnwelediad a arweinir gan gymheiriaid helpu cleifion i deimlo'n llai ynysig ac yn fwy gobeithiol am eu taith eu hunain.

I staff, mae gwirfoddolwyr wedi dod yn rhan werthfawr a dibynadwy o'r tîm gofal. Trwy dreulio amser ymroddedig, ystyrlon gyda chleifion – gwrando, cynnig cwmnïaeth, neu yn syml bod yn bresennol – mae gwirfoddolwyr yn helpu i leddfu'r pwysau ar staff, yn enwedig yn ystod cyfnodau prysur. Mae eu cyfraniad yn caniatáu i staff ganolbwyntio ar dasgau clinigol gan wybod bod cleifion yn parhau i dderbyn sylw tosturiol.

Mae'r effaith ar y gwirfoddolwyr wedi bod yn ddwfn ac yn ystyrlon iawn. I lawer, mae'r cyfle hwn yn cynrychioli llawer mwy na dim ond "rhoi yn ôl" - mae'n nodi cam sylweddol ymlaen yn eu taith bersonol eu hunain o adferiad, iachâd a thwf. Mae gwirfoddoli gyda phrofiad bywyd wedi caniatáu i unigolion adennill eu hymdeimlad o hunaniaeth a phwrrpas ar ôl cyfnodau o salwch, colled, neu ddatgysylltiad o'r gweithlu neu'r gymuned ehangach. Mae wedi cynnig lle i ailddarganfod eu cryfderau, cyfrannu at eraill mewn ffordd ystyrlon, a theimlo ymdeimlad o'r newydd o hunanwerth.

Y tu hwnt i ofal uniongyrchol, mae presenoldeb gwirfoddolwyr â phrofiad bywyd wedi helpu i feithrin diwylliant mwy agored, cynhwysol sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ar draws y wardiau. Ar lefel sefydliadol ehangach, mae cynnwys gwirfoddolwyr â phrofiad bywyd wedi cyfrannu at newid diwylliannol – herio rhagdybiaethau, gwella morâl tîm, a dangos gwerth diriaethol cyd-gynhyrchu yn ymarferol. Mewn sawl ffordd, mae eu cyfraniad nid yn unig yn ymwneud â'r hyn maen nhw'n ei wneud ond am bwy ydyn nhw: enghraifft fyw o adferiad, cydnerthedd, a phŵer iachau cysylltiad dynol.

Tanya Strange, Pennaeth Nyrsio, y Tîm Profiad a Chyfranogiad Cleifion

Kathryn Thomas, Uwch Reolwr y Rhaglen

Casgliadau

- Rhannodd cleifion adborth cadarnhaol ynghylch y gefnogaeth a gawsant gan wirfoddolwyr, gyda'r dystiolaeth a gasglwyd yn dangos bod gwirfoddolwyr wedi eu helpu gyda'u llesiant emosiynol a'u cefnogi i gael profiad ysbyty mwy cadarnhaol.
- Adroddodd aelodau staff fod gwirfoddolwyr yn cefnogi eu llesiant, eu bywyd gwaith ac wedi helpu i wella ansawdd y gofal y maent yn gallu ei ddarparu. Disgrifiodd llawer brofiadau cadarnhaol a theimlo bod gwirfoddolwyr yn rhan allweddol o'r tîm.
- Adroddodd gwirfoddolwyr hefyd fanteision iddyn nhw eu hunain ar ôl cymryd rhan yn y rôl iechyd meddwl, gan gynnwys mwy o hyder, datblygu sgiliau newydd a gwell ymdeimlad o bwrpas.
- Awgrymodd y rhai a ymunodd â'r llwybr VtC fod y profiad wedi eu helpu i adeiladu sgiliau sy'n berthnasol i'w gyrfa a chynyddu eu diddordeb yn dilyn addysg a hyfforddiant pellach sy'n gysylltiedig ag iechyd a gofal. Er nad oedd unrhyw wirfoddolwyr wedi sicrhau canlyniad ar adeg y gwerthusiad, mae BIPAB yn parhau i gefnogi gwirfoddolwyr i ddilyn eu diddordebau gyrfaol.
- O'r dystiolaeth a gasglwyd, felly, mae'n amlwg bod y gwirfoddolwyr iechyd meddwl gyda phrosiect VtC wedi arwain at lu o ganlyniadau cadarnhaol i gleifion, staff a gwirfoddolwyr. Wrth fynd ymlaen, gallai barhau i gefnogi gwirfoddolwyr yn eu rôl, gwella cyfathrebu ac edrych ar sut y gall gwirfoddolwyr â phrofiad bywyd yn cael eu hintegreiddio'n fwy cyson i dimau adeiladu ar yr hyn sydd eisoes yn gweithio'n dda.

Y camau nesaf

Yr uchelgais yw i'r prosiect hwn gael ei ymgorffori'n llawn yng ngwasanaethau craidd y Bwrdd Iechyd, gan gynnwys gwasanaethau iechyd meddwl, nid fel ychwanegiad ond fel rhan hanfodol o'r ffordd y darperir gofal a chymorth i gleifion, teuluoedd a staff. Bydd gwirfoddoli gyda phrofiad bywyd yn parhau i fod yn gyfle parchus, cynhwysol a hygyrch. Hefyd, bydd cysylltiadau yn cael eu cryfhau rhwng gwirfoddolwyr a meysydd clinigol penodol, gan gynnwys wardiau cleifion mewnol, timau iechyd meddwl cymunedol, a gwasanaethau argyfwng.

Uchelgais BIPAB yw ehangu mewn cyrhaeddiad a dyfnder:

- **Cynyddu nifer ac amrywiaeth gwirfoddolwyr**, gyda ffocws ar gynnwys pobl o grwpiau a chymunedau sydd heb gynrychiolaeth ddigonol nad ydynt wedi cael mynediad at gyfleoedd gwirfoddoli yn draddodiadol.
- **Ehangu'r rolau** y gall gwirfoddolwyr eu chwarae.
- **Datblygu llwybr gwirfoddoli mwy strwythuredig** sy'n cefnogi pobl i symud o wirfoddoli i gyflogaeth neu addysg bellach mewn iechyd a gofal, gan weithio mewn cydweithrediad agos â Datblygu'r Gweithlu, Helpu, a phartneriaid cyflogadwyedd lleol.

Wrth edrych ymhellach ymlaen, mae BIPAB yn rhagweld y model hwn yn cyfrannu at newid diwylliant ar draws y Bwrdd Iechyd, un lle mae profiad bywyd yn cael ei gydnabod fel arbenigedd, lle mae gwirfoddolwyr yn cael eu hystyried fel partneriaid cyfartal mewn gofal, a lle mae adferiad, cynhwysiant a thosturi wedi'u hymgorffori ymhellach ym mhopeth y mae'r mudiad yn ei wneud.

Yn y pen draw, nid yw'r prosiect hwn yn ymwneud â gwirfoddoli yn unig - mae'n ymwneud ag ailddiffinio sut y gall pobl â phrofiad bywyd lunio, arwain a chryfhau dyfodol gwasanaethau iechyd meddwl.

Cyfyngiadau data

- Er bod nifer yr ymatebion yn fach ar gyfer cleifion a gwirfoddolwyr, roedd y canfyddiadau'n gynrychioladol.
- Yn gyffredinol, cymerodd 10 o wirfoddolwyr ran yn y llwybr VtC, fodd bynnag, dim ond 3 a ymatebodd i'r arolwg. Er bod nifer yr ymatebion yn fach, roedd yr adborth a dderbyniwyd yn gadarnhaol.
- Yn ogystal, mewn wardiau ieuchyd meddwl, mae cleifion yn aml yn aros yn hirach. Mae hyn yn golygu bod gwirfoddolwyr fel arfer yn cefnogi llai o bobl ond dros gyfnod hirach o amser.
- Cafodd staff a ymatebodd i'r arolwg staff gan adrodd nad ydynt byth yn gweithio gyda gwirfoddolwyr eu heithrio o'r dadansoddiad. Fodd bynnag, dywedodd rhai staff a ddywedodd eu bod yn gweithio gyda gwirfoddolwyr yn ddiweddarach fod hyn yn digwydd yn achlysurol. Ymatebodd y rhan fwyaf o'r staff hyn yn niwtral i'r datganiadau cytundeb am y gwirfoddolwyr. Cafodd eu hymatebion eu cynnwys yn y dadansoddiad ac adlewyrchwyd unrhyw un o'u sylwadau pellach yn yr adroddiad pan oeddent ar gael.

Cydnabyddiaethau

Hoffai Helpu ddiolch ar ein rhan i Tanya Strange, Pennaeth y Tîm Nyrsio, Profiad a Chyfranogiad Cleifion; Kathryn Thomas, Uwch Reolwr y Rhaglen; Alys Key, Gweinyddwr; a'r tîm Gwirfoddolwyr ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan.

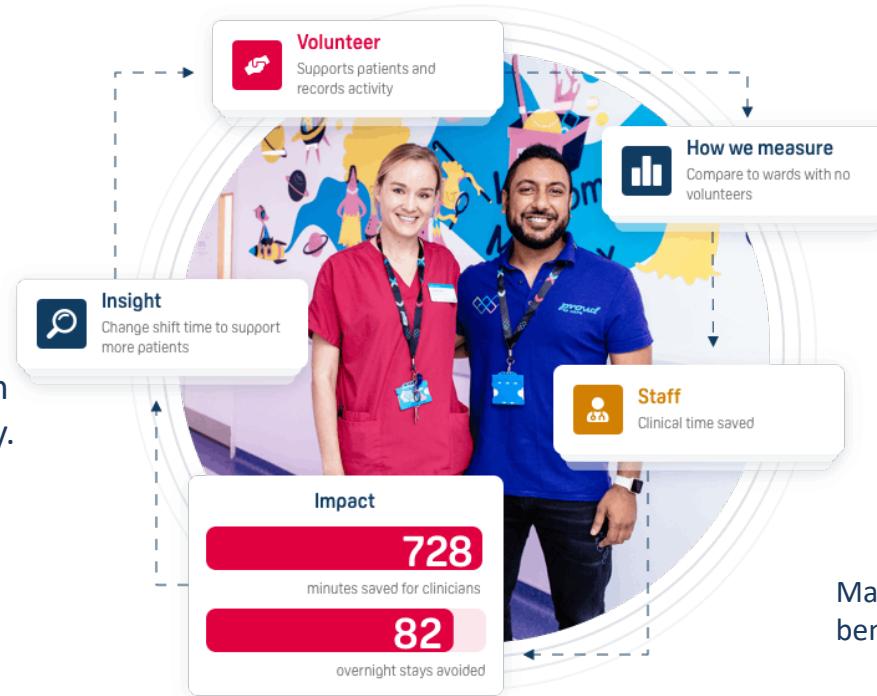
Hoffem hefyd ddiolch i Lynne Connolly a Fiona Liddell yn CGGC.

Yn olaf, hoffem hefyd ddiolch i'r cleifion, y staff a'r gwirfoddolwyr a gymerodd ran am ddarparu eu mewnwelediadau a'u hadborth - hebddynt, ni fyddai'r gwerthusiad hwn wedi bod yn bosibl.

Atodiad: Ynglŷn â Gwasanaeth Mewnwelediad ac Effaith Helplu

Beth yw e?

- Mae'r Gwasanaeth Mewnwelediad ac Effaith yn offeryn ar-lein i'ch helpu i werthuso eich prosiect neu fenter wirfoddol yn rhwydd ac yn effeithiol.
- Mae'n eich tywys drwy broses syml 4 cam, o ddylunio canlyniadau i'ch buddiolwyr hyd at ba ddata y bydd angen i ni ei gasglu - sut, pryd, ac oddi wrth bwy.
- Mae'n arwain at adroddiad gwerthuso y mae ein tîm yn ei gynhyrchu i chi, sy'n dangos tystiolaeth o'r effaith a wnaed o'i chymharu â'r canlyniadau a mewnwelediadau ynghylch sut mae'r prosiect yn gweithio.



Sut mae'r gwasanaeth yn gwneud gwahaniaeth

Rydym wedi gweithio gyda llawer o fudiadau'r GIG a Chanolfannau Gwirfoddol dros y 3 blynedd diwethaf i gasglu data ar dros 100 o brosiectau gwirfoddol effaith uchel. Rydym wedi creu'r rhaglen ar-lein evidenced outcomes yn erbyn ystod eang o fesurau canlyniadau iechyd a gofal, sydd wedi helpu i gynyddu gwasanaethau gwirfoddoli a datgloi cyllid ychwanegol i'n partneriaid.

Canllaw i rai termau allweddol rydym ni'n eu defnyddio:



Mae mewnwelediadau yn darparu dealltwriaeth o sefyllfa neu broblem. Maent yn ein helpu i rannu gwybodaeth werthfawr am yr hyn sy'n gweithio'n dda, a'r hyn nad yw'n gweithio mor dda, fel y gallwn roi cyngor ar welliannau a datblygiadau posibl i'r gwasanaeth.



Mae effaith yn ymwneud â thystiolaeth o newidiadau parhaol a chynaliadwy. Mae data effaith yn ein helpu i ddeall y gwerth a'r gwahaniaeth sy'n cael ei wneud o ganlyniad i'r prosiect.

Mae tystiolaeth yn cael ei adolygu yn erbyn y meini prawf canlynol i benderfynu a yw'n **gymhellol**, **addawol** neu'n **gyfyngedig**:



- A yw maint y sampl / cyfradd ymateb yn ddibynadwy ac yn gadarn?
- A yw'r data yn uniongyrchol neu'n fesur drwy ddirprwy?
- A oes cysylltiad anffurfiol rhwng y dystiolaeth a'r canlyniad?
- A oes grŵp rheolydd neu set ddata gymharol?
- Sut cafodd y dystiolaeth ei chasglu – yn uniongyrchol gan gyfranogwyr, neu drwy drydydd parti?
- A oedd cwestiwn yr arolwg wedi'i gynllunio'n dda, neu a fu arwyddion o gamddealltwriaeth gan gyfranogwyr?

helplu
help*force*

Diolch

help@helpforce.community
www.helpforce.community