

Gwneud ymchwil ar y cyd: Sut i wneud yn siŵr bod pethau'n deg ac nad oes neb yn cael niwed



Fersiwn hawdd ei ddarllen yw hwn o:
'Community-based participatory research: A guide to
ethical principles and practice'

Mai 2014

Beth sydd yn y canllaw hwn



Pam mae angen i ni feddwl ynglŷn â sut rydym yn gwneud ymchwil ar y cyd?

1



Beth yw gwneud ymchwil ar y cyd?

4



Rhan 1 – Beth i feddwl amdano pan fyddwch chi'n gwneud ymchwil ar y cyd

10



Rhan 2 – Sut i wneud ymchwil ar y cyd

17



Pam mae angen i ni feddwl ynglŷn â sut rydym yn gwneud ymchwil ar y cyd?

Mae ymchwil yn golygu edrych i mewn i rywbeth er mwyn cael mwy o wybodaeth amdano. Dyma 2 enghraifft o ymchwil:



- darganfod pam nad yw pobl ifanc yn mynd i'w clwb ieuenctid lleol



- darganfod a yw pobl hŷn sy'n byw mewn tref yn teimlo'n ddiogel pan maen nhw'n cerdded yn y parc.

Mae angen i bob ymchwil gael ei wneud yn briodol. Mae angen iddo fod yn iawn ac yn deg er mwyn i bobl fod â hyder yn y pethau y mae'n eu canfod. Rhaid iddo hefyd fod yn ddiogel fel nad oes neb yn cael niwed.



Weithiau mae'r bobl rydych yn edrych arnyn nhw yn yr ymchwil hefyd yn helpu i wneud yr ymchwil.



Mae llawer o bethau y mae angen i ni feddwl amdany'n nhw pan fyddwn ni'n gwneud ymchwil ar y cyd. Pethau fel:

- gan bwy mae'r grym a'r rheolaeth?
- sut mae storïau pobl yn cael eu defnyddio?
- sut rydym yn cynnwys y pethau mae pobl eu heisiau yn y ffordd y mae'r ymchwil yn cael ei wneud?



Pan mae'r ymchwil yn ymwneud â bywydau'r bobl eu hunain mae'r pethau hyn yn bwysicach fyth.

Mae'r math hwn o ymchwil yn cael ei alw'n **ymchwil cyfranogol**. Yn y papur hawdd ei ddarllen hwn rydym yn cyfeirio ato fel 'gwneud ymchwil ar y cyd'.



Mae'n golygu bod llawer o wahanol bobl yn gwneud yr ymchwil – pobl eraill ar wahân i'r rhai sy'n gwneud ymchwil fel gwaith.



Mae gwaith ymchwil da iawn wedi cael ei wneud sy'n cynnwys llawer o wahanol bobl. Mae'r canllaw hawdd ei ddarllen hwn yn dweud mwy wrthoch chi am y pethau wnaeth eu helpu nhw pan oedden nhw'n gwneud yr ymchwil hwnnw.



Cafodd fersiwn hir y canllaw hwn ei wneud yn 2012 gan grŵp mawr o bobl a gafodd arian gan Gyngor Ymchwil y Celfyddydau a'r Dyniaethau.



Os oes arnoch angen mwy o fanylion edrychwch ar y fersiwn hir, 'Community-based participatory research: A guide to ethical principles and practice'. Mae copïau i'w gweld ar y rhynggrwyd:



[www.publicengagement.ac.uk/
how-we-help/our-publications](http://www.publicengagement.ac.uk/how-we-help/our-publications)

[www.durham.ac.uk/beacon/
socialjustice/ethics_consultation](http://www.durham.ac.uk/beacon/socialjustice/ethics_consultation)



Beth yw gwneud ymchwil ar y cyd?

Mae ymchwil ar y cyd yn dechrau pan fydd grwpiau o bobl eisiau darganfod mwy am rywbeth sy'n bwysig iddyn nhw.



Mae'n ffordd o rannu'r grym a'r arian gyda grwpiau o bobl yn y gymuned. Gallai'r rhain fod yn grwpiau fel:

- pobl sy'n byw mewn un ardal fel ystad neu bentref
- grwpiau sydd â rhywbeth yn gyffredin, fel grwpiau merched, grwpiau o bobl ag anableddau dysgu, grwpiau ieuenctid neu grwpiau hoyw neu ddu
- tîm chwaraeon fel pêl-droed neu bêl-rwyd
- neu bobl sydd â'r un salwch fel canser y fron neu HIV.





Mae'r ymchwil hwn yn wahanol i ymchwil arferol gan ei fod yn cael ei wneud ar y cyd gan bobl yn y gymuned a'r bobl sy'n ymchwilio fel gwaith.



Gallai pobl gymryd rhan drwy:

- helpu i gynllunio'r ymchwil



- cael gwybodaeth

- dod â'r wybodaeth at ei gilydd



- edrych beth mae'r wybodaeth yn ei olygu



- penderfynu beth i'w wneud ynglŷn â'r hyn sydd wedi cael ei ddarganfod.



Ni fydd pobl yn y grwpiau hyn yn cytuno ar bopeth. Rhaid iddyn nhw beidio â gadael i'r prif ymchwilyr gael gormod o rym a rheolaeth. Rhaid rhannu hyn.



Mae angen i ymchwil gael ei wneud mewn ffordd sy'n iawn ac yn deg. Beth mae hyn yn ei olygu?

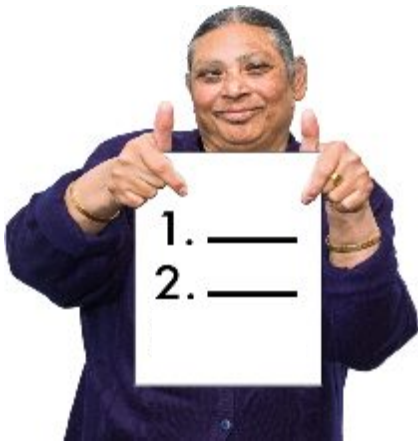
Mae gwneud pethau mewn ffordd iawn a theg yn cael ei alw'n **foeseg**. Felly mae ffordd iawn yn **foesol** a ffordd sydd ddim yn iawn yn **anfoesol**. Pan mae pobl yn gwneud ymchwil ar y cyd, rhaid iddo gael ei wneud mewn ffordd iawn a theg. Rhaid iddo fod yn foesol.



Mae hyn yn golygu ystyried:

- pa niwed neu les mae'r ymchwil yn ei wneud?
- hawliau pobl i wybodaeth a phreifatrwydd
- sut mae ymchwilyr yn ymddwyn.





Rydym wedi ysgrifennu rhestr lawn o'r meysydd hyn yn Rhan 1 o'r canllaw. Mae Rhan 2 yn edrych sut i wneud ymchwil lle mae pobl yn gweithio gyda'i gilydd mewn ffordd foesol.

Y canllaw hwn

Mae'r canllaw hwn yn:



- helpu ymchwilwyr i wneud y math hwn o ymchwil yn dda



- helpu pobl sydd eisiau cymryd rhan yn y math hwn o ymchwil



- dangos i eraill bod angen amser a gwaith meddwl i wneud y math hwn o ymchwil yn dda



- cael pobl neu sefydliadau i newid y ffordd maen nhw'n gweithio os ydyn nhw'n cynnwys pobl mewn ymchwil

- gwneud ymchwil lle mae pobl yn gweithio gyda'i gilydd yn well.



Mae'n bwysig bod pawb yn deall y materion hyn er mwyn iddyn nhw allu penderfynu beth mae'r materion yn ei olygu i'w gwaith neu eu prosiect nhw a gwneud y gwaith yn well.

Sut i ddefnyddio'r canllaw hwn

Gallwch ddefnyddio'r canllaw hwn mewn llawer o wahanol ffyrdd, er enghraifft:

- mewn hyfforddiant.

Lle mae pobl eisiau dysgu am gynnwys pobl mewn ymchwil





- paratoi i wneud ymchwil eich hunain.

Lle mae pobl yn dechrau helpu ag ymchwil, neu lle mae ymchwilwyr eraill yn newydd i'r math hwn o waith



- edrych pa mor dda mae'r ymchwil yn dod yn ei flaen.

Pan mae pobl yn edrych ydy eu hymchwil yn dilyn y canllaw hwn



- wrth wirio cynlluniau i wneud ymchwil lle mae pobl yn gweithio gyda'i gilydd.

Pan mae sefydliadau sy'n rhoi arian ar gyfer ymchwil yn edrych ar gynlluniau pobl i weld ydyn nhw'n iawn ac yn deg.



Rhan 1 – Beth i feddwl amdano pan fyddwch chi'n gwneud ymchwil ar y cyd

Dyma rai pethau i feddwl amdany'n nhw pan fyddwch chi'n gwneud ymchwil ar y cyd.



1. Parchu eich gilydd

Mae hyn yn golygu y byddwch yn dod o hyd i ffyrdd o:

- gytuno i drin eich gilydd yn dda
- gwneud yn siŵr eich bod yn gwrando ar bawb
- sylweddoli y bydd gan rai pobl ffyrdd gwahanol o weld pethau.



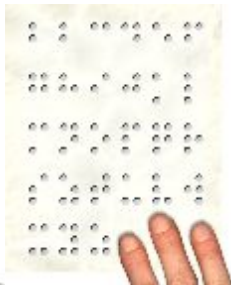


2. Cynnwys pobl a thrin pawb yn gyfartal

Mae hyn yn golygu gwneud yn siŵr eich bod yn:



- canfod ffyrdd o gynnwys pobl o wahanol gefndiroedd a chredoau, yn enwedig pobl sy'n cael eu gadael allan yn aml
- gwneud rhywbeth ynglŷn ag unrhyw un sy'n ymddwyn yn wael neu sydd ddim yn trin pobl yn gyfartal ac yn deg
- gwneud gwybodaeth a chyfarfodydd yn hawdd i'w deall fel bod pawb yn deall beth sy'n digwydd.





3. Pawb yn cymryd rhan wrth wneud penderfyniadau ac wrth wneud yr ymchwil

Mae hyn yn golygu y byddwch yn:

- helpu pobl i gymryd rhan pan fo penderfyniadau'n cael eu gwneud



- meddwl pa sgiliau a diddordebau sydd gan bobl



- rhannu grym yn fwy cyfartal

- defnyddio geiriau y mae pawb yn eu deall



- defnyddio ffyrdd o wneud ymchwil sy'n defnyddio'r sgiliau sydd gan bobl, yn eu helpu i ddysgu rhai newydd a gwella.



4. Dysgu oddi wrth eich gilydd

Mae hyn yn golygu y byddwch yn:

- gwneud yn siŵr bod pobl yn cael eu helpu i ddysgu oddi wrth ei gilydd
- caniatáu amser i bobl ddweud wrth bobl eraill beth maen nhw wedi'i ddysgu
- rhannu'r gwaith o edrych ar yr hyn mae'r ymchwil yn ei ganfod a beth ddylai gael ei wneud nesaf.





5. Gwneud gwahaniaeth

Mae hyn yn golygu y byddwch yn:

- credu bod helpu pobl i ddysgu a chael rhywbeth o'r ymchwil yn bwysig



- gwneud ymchwil â'r bwriad o wneud newidiadau er gwell i'r bobl sy'n rhan ohono



- mynd i gyfarfodydd â meddwl agored heb feddwl eich bod yn gwybod yr atebion.



6. Sbarduno newid ar y cyd

Mae hyn yn golygu y byddwch yn:

- darganfod y pethau rydych chi a'r bobl eraill sy'n rhan o'r ymchwil eisiau eu darganfod



- cytuno sut i rannu gwybodaeth a grym yn gyfartal a chadw at hynny



- Sylweddoli bod gan bobl hawliau a diddordebau amrywiol a gweithio gyda hynny.



7. Sut rydych yn ymddwyn

Mae hyn yn golygu y dylech:

- fod yn ddibynadwy ac yn onest ac yn un y gall pobl ei drystio
- parchu pobl eraill
- dilyn y canllaw hwn
- gwneud yn siŵr bod eich ymchwil yn iawn a'i fod yn dweud beth rydych wedi ei ddarganfod
- bod yn barod i ateb cwestiynau anodd a gweithio'n dda gyda phobl sydd ddim yn cytuno â chi.



Rhan 2 – Sut i wneud ymchwil ar y cyd



Mae'r rhan hon yn edrych ar 3 cam ymchwil.

1. Cynllunio a pharatoi



2. Gwneud yr ymchwil



3. Edrych beth mae'r ymchwil yn ei ddweud wrthym a dweud wrth eraill am hynny.



Allwn ni ddim dweud popeth y bydd angen i chi ei wneud er mwyn cynnwys pobl yn iawn, ond gallwn edrych ar rai o'r pethau y mae angen i chi feddwl amdany'n nhw. Bydd hyn yn eich helpu i edrych ar unrhyw beth arall yn y ffordd iawn.

1. Cynllunio a pharatoi



Cyn i chi ddechrau ar yr ymchwil mae angen i bawb ddod at ei gilydd i siarad a dweud beth maen nhw'n meddwl y byddan nhw'n ei gael o'r gwaith.

Mae angen i chi hefyd weld ydy pawb yn meddwl bod yr ymchwil yn syniad da neu oes angen newid rhywbeth.



Efallai na fydd rhai pobl eisiau ei wneud ddim mwy – mae'n iawn iddyn nhw adael os ydyn nhw eisiau.

Y cyfarfod cyntaf:



- dod i adnabod eich gilydd
- trafod beth rydych chi eisiau ei gael o'r ymchwil a beth rydych chi'n poeni amdano
- ydy pobl eisiau yr un pethau?





- ydy gweithio ar y cyd yn mynd i weithio?



- os yw'n ymddangos bod rhywbeth ddim yn mynd i weithio allwch chi ei newid?

- siaradwch am waith arall, a sut aeth pethau, a gweld ydy pobl yn cytuno â'r cynlluniau ar gyfer yr ymchwil.

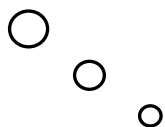


Pwy ddylai fod yn rhan o'r ymchwil?

- oes yna rai pobl neu grwpiau y mae angen gofyn iddyn nhw ymuno oherwydd be maen nhw'n ei wybod?



- ydych chi wedi sortio unrhyw beth a allai fod yn eu stopio rhag ymuno?



- oes yna grŵp sy'n gadael rhai pobl allan? A beth allwch chi ei wneud am hynny?



- canfod ffyrdd o ymdopi pan mae rhai pobl yn ymwneud llawer a rhai'n ymwneud ychydig.



Bod yn glir ynglŷn â beth rydych chi eisiau i'r ymchwil ei wneud

- cynnwys cynifer o bobl ag sy'n bosib wrth gynllunio beth fydd yr ymchwil yn ei wneud



- ydy pawb yn deall pam maen nhw eisiau gwneud yr ymchwil a beth maen nhw eisiau ei gael ohono?



- bod yn glir ynglŷn â beth allai newid a beth y dylai pawb gytuno arno.

2. Gwneud yr ymchwil

Cynllun gwaith



- cael cynllun y mae pobl yn cytuno arno a fydd yn nodi sut mae gweithio ar y cyd



- edrych sut mae'r cynllun yn dod yn ei flaen bob hyn a hyn a'i newid os oes angen



- bod yn glir ynglŷn â'r ffyrdd gorau o gael pobl i gadw mewn cysylltiad â'i gilydd

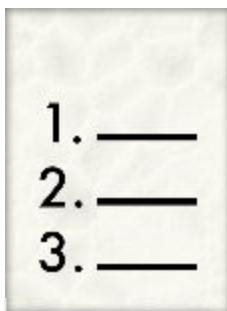


- nodi'n glir pryd a ble bydd cyfarfodydd yn cael eu cynnal a sut y byddan nhw'n cael eu trefnu fel bod pawb yn cael dweud ei farn



- cael rheolau diogelwch, er enghraifft ynglŷn â gweithio ar eich pen eich hun

- penderfynu sut i ddatrys unrhyw broblemau



- cytuno beth rydych chi eisiau i'r ymchwil ei wneud



- cytuno sut mae angen i'r ymchwil gael ei wneud a phwy fydd yn gwneud beth

- cytuno pa grŵp neu bobl sy'n gyfrifol



- cytuno faint o arian sydd ar gael a sut y bydd pobl yn cael tâl am amser neu dreuliau



- cytuno pa hyfforddiant mae pobl ei angen



- cytuno pa dasgau sydd gan bobl i'w gwneud



- cytuno ar amser i edrych sut mae'r ymchwil yn dod yn ei flaen a beth rydych yn ei ddarganfod.

Sut rydych chi'n cael gwybodaeth a beth rydych chi'n ei wneud â hi.



- bydd angen i chi ofyn i bobl gytuno i roi gwybodaeth i chi



- bydd angen iddyn nhw wybod ar gyfer beth mae'r wybodaeth hon. Bydd angen i chi egluro hyn mewn ffordd y gallan nhw ei deall



- mae angen iddyn nhw wybod beth rydych chi'n mynd i'w wneud â hi a sut y byddwch chi'n ei chadw'n ddiogel neu'n breifat



- mae angen i bobl allu dweud 'ie' neu 'na' pan fyddwch chi'n gofyn iddyn nhw roi gwybodaeth i chi



- weithiau mae angen i grŵp gytuno i gymryd rhan



- os bydd yr ymchwil yn newid efallai y bydd angen i chi fynd yn ôl a gwneud yn siŵr bod pobl yn dal i gytuno y gallwch ddefnyddio eu gwybodaeth.

Gethin Jones
Neuadd y Dref,
Bangor,
Gwynedd, LL57 1DT



Annwyl Syr neu Fadam,
Diolch am eich llythyr.
Rydym yn falch o ddweud
ein bod yn fodlon gwneud
y pethau roeddech chi wedi gofyn
i ni amdany'n nhw.
Byddwn yn eich ffonio i siarad
rhagor â chi ynghylch hyn.
Dymuniadau gorau,
Gethin Jones

Enwau a chyfeiriadau pobl

- fel arfer dylai unrhyw wybodaeth sy'n dweud pwy yw rhywun gael ei chadw ar wahân i'r wybodaeth ymchwil y mae ef/hi wedi'i rhoi i chi



- mae angen cadw gwybodaeth yn ddiogel dan glo



- mae angen defnyddio cyfrineiriau i ddiogelu ffeiliau cyfrifiadurol



- mae angen i bawb sy'n rhan o'r ymchwil wybod pa mor bwysig yw cadw gwybodaeth yn ddiogel.

Cadw gwybodaeth yn breifat



- pan fyddwch yn cael gwybodaeth gan bobl rydych yn eu hadnabod neu sy'n byw yn eich ymyl rhaid i chi fod yn ofalus iawn er mwyn ei chadw'n breifat
- os bydd rhywun yn dweud rhywbeth nad ydyn nhw ddim eisiau i neb arall ei wybod rhaid i hynny gael ei gadw'n breifat ac ni ddylai gael ei ddefnyddio yn yr ymchwil, oni bai fod modd ei newid fel na fydd neb byth yn gwybod pwy sydd wedi'i ddweud
- rhaid dweud wrth bobl nad yw pethau fel facebook neu twitter yn breifat a bod angen bod yn ofalus iawn
- weithiau bydd pobl yn dweud rhywbeth wrthy ch chi y bydd angen ei basio ymlaen i'r heddlu neu weithwyr cymdeithasol, fel plentyn yn cael ei gam-drin.



Pan fyddwch yn dechrau siarad gyda nhw efallai y bydddech yn gallu dweud 'Os byddwch chi'n dweud wrtha i eich bod chi neu rywun arall mewn perygl bydd yn rhaid i mi ddweud wrth yr heddlu'.

Gwnewch hyn yn rheol fel bod pobl yn gwybod y gallai ddigwydd ac os bydd rhywbeth yn cael ei ddweud, ewch at yr heddlu.



Defnyddio enwau neu eu cadw'n breifat

- siaradwch ynglŷn â beth allai fod yn dda neu ddim yn dda ynglŷn â defnyddio enwau pobl, sefydliadau neu leoedd



- weithiau gallai defnyddio enw lle neu sefydliad olygu eich bod yn gallu darganfod pwy oedd y bobl roddodd wybodaeth



- weithiau mae pobl eisiau i chi ddefnyddio eu henwau, ond siaradwch am hyn oherwydd gallai olygu bod enwau pobl eraill ddim yn aros yn breifat.

Pwy sy'n berchen ar ganfyddiadau'r ymchwil a phwy sy'n eu rheoli?



- mae'n bwysig penderfynu pwy sy'n berchen ar y wybodaeth rydych yn ei darganfod
- y perchennog yw'r person neu'r bobl sy'n penderfynu beth i'w wneud a sut i ddefnyddio'r wybodaeth



- os oes llawer o berchnogion mae angen i chi gytuno sut y bydd hyn yn gweithio - oes angen i bawb gytuno i ddefnyddio gwybodaeth mewn ffordd benodol neu ddim ond un person yn y grŵp?



- dywedwch wrth bobl os yw'r rhai sy'n talu am yr ymchwil yn berchen arno
- os yw'r gymuned wedi helpu i wneud gwybodaeth newydd dylai gael rhywbeth allan o'r peth, fel arian neu'r hawl i fod yn berchen ar y wybodaeth a'i defnyddio.

3. Edrych beth mae'r ymchwil yn ei ddweud wrthym a sôn wrth eraill am hynny



Beth ddylech chi ddweud wrth bobl?

- meddylwch ynglŷn â phryd ac wrth bwy rydych yn dweud beth rydych wedi'i ddarganfod



- weithiau mae pobl fwy profiadol eisiau edrych ar yr ymchwil i weld beth mae wedi'i ddarganfod.

Mae cynnwys pobl eraill yn eu helpu i ddysgu gwneud hyn hefyd



- rhoi amser a hyfforddiant i bobl allu edrych beth mae'r ymchwil wedi'i ddarganfod



- weithiau efallai y byddai'n werth dweud wrth bobl, fel cymunedau lleol, beth rydych yn ei ddarganfod wrth i chi fynd yn eich blaen



- gallai dweud wrth gymunedau beth rydych wedi'i ddarganfod fod yn beth da neu'n beth gwael



- gallai olygu bod pobl yn meddwl bod gan eu hardal fwy o broblemau nag yr oedden nhw'n tybio



- siaradwch ynglŷn â beth i'w rannu a beth yw'r ffordd orau o'i rannu a pha effaith y gallai ei gael.

Sut ddylech chi ddweud wrth bobl?



- mae'n bwysig bod mor hygyrch ag sy'n bosib



- beth yw'r ffordd orau o ddweud wrth bobl - pa fformatau ddylech chi eu defnyddio?



- meddylwch am ddefnyddio:

- ffilm neu gelf
- cartwnau
- dramâu neu gerddoriaeth
- adroddiadau ysgrifenedig, erthyglau neu lyfrau
- cynadleddau a gweithdai
- parti
- y rhyngrwyd.





- pa fformat yw'r gorau ar gyfer y tîm ymchwil?



- a yw'n well gwneud llawer o bethau?

Pwy sy'n ysgrifennu adroddiadau?



- dywedwch wrth bawb pwy fydd yn gyfrifol am ysgrifennu adroddiadau

- beth fydd fformat yr adroddiadau a sut y byddan nhw'n edrych?



- sut fyddwch chi'n cynnwys ac yn cefnogi pobl eraill i helpu gyda hyn



- dysgu pobl sut y gallan nhw fod yn rhan o'r ymchwil a dysgu gwneud pethau newydd



- cytuno enwau pwy fydd yn mynd ar yr adroddiadau
- gwneud yn siŵr bod pobl sydd wedi helpu'n cael eu henwau ynddo.



Gwneud yn siŵr bod eich ymchwil yn cael ei ddefnyddio

- nid cael yr adroddiad ydy diwedd y gwaith



- meddwl am yr hyn rydych wedi'i ddarganfod a sut y gallai wneud newidiadau yn eich ardal neu mewn ardaloedd eraill



- dweud wrth bobl eraill beth rydych wedi'i ddarganfod - gallai hyn fod yn bobl o gymunedau eraill, ymchwilwyr, cynghorau neu'r llywodraeth



- gofyn i'r grŵp cyfan feddwl am yr hyn maen nhw wedi'i ddysgu wrth wneud yr ymchwil



- meddwl a allai'r bobl sydd bellach wedi cael eu hyfforddi mewn ymchwil wneud rhagor o ymchwil yn y dyfodol



- cael diwedd da i'r gwaith fel nad yw pobl yn teimlo eu bod wedi cael eu gadael i lawr.



I gael rhagor o wybodaeth, darllenwch y fersiwn hir o'r canllaw hwn (Fersiwn Saesneg yn unig).



Diolchiadau

Dyluniwyd a chynhyrchwyd y papur hwn i Brifysgol Durham gan wasanaeth cyhoeddi EasyRead yn Inspired Services Publishing Ltd.

Cyf ISL 008/14. Mai 2014.

www.inspiredservices.org.uk

Mae wedi cael ei wirio i wneud yn siŵr ei fod yn hawdd i'w ddefnyddio gan y grŵp **'Making It Easier'** sy'n cynnwys oedolion ag anableddau dysgu.

Ariannwyd y gwaith ar gyfer y papur hwn gan Gyngor Ymchwil y Celfyddydau a'r Dyniaethau drwy'r rhaglen Cymunedau Cysylltiedig.

Mae'n rhan o brosiect ar foeseg sy'n cael ei gydlynu gan Ganolfan Cyfiawnder Cymdeithasol a Gweithredu Cymunedol, Prifysgol Durham.

www.durham.ac.uk/beacon/socialjustice

I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â:

socialjustice@durham.ac.uk

