



DULLIAU EFFEITHIOL



DULL RHYWEDD-DRAWSNEWIDIOL

Annog cyfranogwyr i fyfyrion feirniadol ar y ddynmeg pŵer rhwng rhyweddau gwahanol. Archwilio sut i herio normau rhywedd a chymdeithasol niweidiol sy'n creu pŵer a braint ac yn cynnal anghydraddoldebau.



DULL GWEITHREDU SY'N YSTYRIOL O DRAWMA

Defnyddio dull tosturiol lle mae hwyluswyr yn canolbwyntio ar anghenion cyfranogwyr y prosiect ac yn ymwybodol o sensitifrwydd y pwnc dan sylw ac amgylchiadau, profiadau a chryfderau'r unigolyn.

Canolbwyntio ar gryfderau pob person yr ymgysylltir ag ef a'i rymuso i ddefnyddio ei sgiliau. Defnyddio iaith gadarnhaol fel 'cynghreiriad' a 'model rôl' yn lle iaith sy'n rhoi bai, fel 'troseddwr'.



YSTYRIAETHAU AR GYFER DATBLYGU PROSIECTAU

STRATEGAETHAU ATAL

Nodi a fydd y prosiect yn canolbwyntio ar atal sylfaenol, eilradd neu drydyddol. Gallwch ddarganfod mwy yn y [Cymru Heb Drais: Fframwaith](#) (tudalen 18).

Ystyried yr amrywiaeth lawn o strategaethau prosiect y gallech eu defnyddio oherwydd gall rhai fod yn fwy effeithiol yn dibynnu ar eich nodau a'ch cynulleidfa. Gallai strategaethau amrywio o waith un i un i brosiectau newid ar lefel y teulu, y gymuned a'r gymdeithas.

1 Atgyfnerthu gwybodaeth a sgiliau unigolion

Gwella gallu unigolyn i atal trais a hyrwyddo diogelwch.

2 Hyrwyddo addysg gymunedol

Cyrraedd grwpiau o bobl â gwybodaeth ac adnoddau i atal trais a hyrwyddo diogelwch.

3 Addysgu darparwyr

Hysbysu darparwyr a fydd yn trosglwyddo sgiliau a gwybodaeth i eraill ac yn modelu normau cadarnhaol.

4 Ymgysylltu â chymunedau, eu hatgyfnerthu a'u hannog i weithredu

Dod â grwpiau ac unigolion ynghyd er mwyn cyflawni nodau ehangach a chael mwy o effaith.

5 Newid arferion sefydliadol

Mabwysiadu rheoliadau a llywio normau er mwyn atal trais a gwella diogelwch.

6 Dylanwadu ar bolisiau a deddfwriaeth

Rhoi cyfreithiau a pholisiau ar waith sy'n cefnogi normau cymunedol iach a chymdeithas ddi-drais.



CYDGYNHYRCHU A PHERTHNASEDD DIWYLLIANNOL

Gweithio gyda dynion a bechgyn o'r gynulleidfa darged i gydgyllunio prosiectau ac ymgysylltu â'r cymunedau lle maent yn byw, yn chwarae, yn dysgu ac yn gweithio er mwyn sicrhau bod y prosiect yn berthnasol yn ddiwylliannol ac y gellir uniaethu â'r cynnwys. Cynnal sesiynau mewn lleoliadau hygrych, diogel a chyfforddus sy'n apelio i'r grŵp ac yn berthnasol iddynt.



GWERTHUSO

Deall sut a pham y bydd eich prosiect yn gweithio drwy ddatblygu damcaniaeth newid. Defnyddio eich damcaniaeth newid i werthuso eich prosiect er mwyn deall a yw'n effeithiol o ran atal trais.

Gellir gweld pecyn cymorth gwerthuso [yma](#).



HYD AC AMSERU'R PROSIECT

Cynnal rhaglenni am gyhyd â phosibl er mwyn ymgysylltu, meithrin cydberthnasau a sicrhau effaith yn y ffordd orau posibl.

Cynnal sesiynau ar yr adeg gywir ym mywyd unigolyn pan fydd yn fwyaf tebygol o ymgysylltu'n gadarnhaol ac yn rhagweithiol, ar gerrig milltir penodol (er enghraifft, wrth ddod yn dad neu yn ystod yr ardegau).

YSTYRIAETHAU AR GYFER CYFLAWNI PROSIECTAU



ARDDULL ADDYSGU A STAFFIO

Defnyddio amrywiaeth o weithgareddau a dulliau i ennyn diddordeb y gynulleidfa darged. Neilltuo amser ar gyfer hunanfyfyrion, dealltwriaeth ac atebolrwydd mewn amgylchedd creadigol.

Cyflogi staff â hunaniaethau rhywedd gwahanol sy'n empathetig, yn frwdfrydig ac yn wybodus, a all ddangos esiampl gadarnhaol.



ANGHENION CROESTORIADOL

Cydnabod y bydd gan unigolion anghenion, hunaniaeth a phrofiadau byw gwahanol a all effeithio ar eu cymhelliant a'u gallu i ymgysylltu'n feirniadol ac yn fyfyrion â dull rhywedd-drawsnewidiol.



AD-DALIAD

Cynnig cymhellion i gymryd rhan yn y rhaglen, er enghraifft pryd o fwyd am ddim neu gymryd rhan mewn gweithgareddau.



SGIL-EFFEITHIAU

Deall y gall rhai dynion a bechgyn ofni beth fydd yn digwydd os byddant yn cymryd rhan mewn rhaglenni atal trais.



GRWPIAU CYTBWYS

Sicrhau bod y grwpiau yn gytbwys fel bod pawb yn gallu cymryd rhan yn gyfartal, heb fod personoliaeth gref yn hawlio'r sylw i gyd.

