CYMRU HEB DRAIS

SUT I GYNNWYS DYNION A BECHGYN MEWN GWAITH ATAL TRAIS?

DULLIAU EFFEITHIOL

DULL RHYWEDD-DRAWSNEWIDIOL

Annog cyfranogwyr i fyfyrio’n feirniadol ar y ddynameg 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 bolisïau a deddfwriaeth**
   Rhoi cyfreithiau a pholisïau ar waith sy'n cefnogi normau cymunedol iach a chymdeithas ddi-drais.

The Spectrum of Prevention for Engaging Men and Boys in Violence Prevention, Michael Flood, 2019

CYDGYNHYRCHU A PHERTHNASEDD DIWYLLIANNOL

Gweithio gyda dynion a bechgyn o'r gynulleidfa darged i gydgynllunio 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 hygyrch, 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 arddegau).

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 hunanfyfyrio, 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 fyfyriol 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.