Cyd-gynhyrchu a chynnwys y cyhoedd mewn ymchwil: Gwersi o Engage to Change

gan

Gerraint Jones-Griffiths, Llysgennad Arweiniol Dylanwadu a Llywio Engage to Change.
Andrea Meek a Dr. Elisa Vigna, Tîm Ymchwil Engage to Change

Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau, cysylltwch â:
e2c@cardiff.ac.uk

Sut y Gwnes i Ymgysylltu â Newid gan Gerraint Jones-Griffiths, Llysgennad Arweiniol y Prosiect

Roeddwn i'n cymryd rhan mewn prosiect o'r enw Engage to Change. Yna ddechreuais gael fy nghyflogi gan Anabledd Dysgu Cymru fel Llysgennad Arweiniol y prosiect.

Roedd Engage to Change yn brosiect partneriaeth saith mlynedd dan arweiniad Anabledd Dysgu Cymru, wedi'i ariannu gan Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol a'i gefnogi gan Lywodraeth Cymru. Cafodd y prosiect ei werthuso gan y Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Iechyd Meddwl ym Mhrifysgol Caerdydd.

Roedd Engage to Change yn gweithio ledled Cymru gyfan a'i nod oedd cefnogi pobl ifanc sydd ag anawsterau dysgu, anableddau dysgu a phobl ifanc awtistig i ddatblygu eu sgiliau cyflogaeth a chael gwaith cyflogedig.
Rwyf bellach yn Llysgennad Arweiniol ar gyfer Dylanwadu a Hysbysu – Engage to Change. Mae hon yn bartneriaeth rhwng Anabledd Dysgu Cymru a'r Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Iechyd Meddwl ym Mhrifysgol Caerdydd. Fy ngwaith i yw rhannu gwybodaeth a siarad am wersi o'r prosiect Engage to Change. Mae hyn yn cynnwys yr hyn sy'n gweithio a'r hyn sydd ei angen i helpu pobl ag anableddau dysgu i gael gwaith cyflogedig .

Rwyf wedi bod yn gweithio gydag Andrea Meek a Dr. Elisa Vigna o'r Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Iechyd Meddwl fel cyd-ymchwilydd i sicrhau bod yr ymchwil a gwaddol y prosiect yn adlewyrchu straeon pobl sydd â phrofiad byw ar y prosiect. Mae hwn yn brosiect pwysig sydd wedi cael effaith fawr ar fy mywyd fel person sydd â phrofiad o lygad y ffynnon.

I fi mae cyd-gynhyrchu yn ffordd o gydweithio ond bod yn gyfartal. Mae'n golygu llunio cynllun i sicrhau bod beth bynnag rydym ni'n ei gynhyrchu gyda phobl.

Rhaid i gyd-gynhyrchu gyda'r cyhoedd gynnwys pobl ag anableddau dysgu. Heb gyd-gynhyrchu byddech chi yn yr un tîm gyda'r un syniadau. Mae hyn yn iawn, ond ni fyddai unrhyw ffordd wahanol o feddwl.

Mae ymchwil hygyrch a hawdd ei ddeall yn bwysig i bobl ag anableddau dysgu ac i rywun fel fi nad oes ganddo unrhyw gefndir o ymchwil, dim PhD! Er fy mod i'n gallu darllen ac ysgrifennu. Os oes gennych chi rywun ag anableddau dysgu dwys ac er enghraifft, rydych chi'n gofyn iddyn nhw edrych ar gyfnodolyn, sut fyddech chi'n disgwyl i'r person hwnnw ei ddarllen a deall yr iaith!? Dyna pam mae angen i ni weithio gyda phobl ag anableddau dysgu. Nhw yw'r arbenigwyr a heb eu mewnbwn dilys byddai ein holl bapurau, erthyglau, a chyfnodolion ar gyfer gweithwyr proffesiynol yn unig. Yn syml, ni ddylai hynny ddigwydd.

Rwyf bob amser wedi cael fy swyno gan ffigurau, fel X allan o faint sydd mewn cyflogaeth gefnogol â thâl llawn er enghraifft. Mae gweithio gydag ymchwilwyr wedi fy helpu i ddarganfod pam nad yw rhai pobl yn deall ysgrifennu gwybodaeth hygyrch . Mae'n sgil. Roedd llawer nad oeddwn i'n ei wybod am ymchwil er enghraifft cyflwyno crynodebau ac ati. Doeddwn i ddim yn meddwl y gallwn i fod yn ymchwilydd oherwydd nad oes gen i'r IQ. Fodd bynnag, mae wedi fy helpu i ddarganfod rhai sgiliau nad oeddwn i'n gwybod fyd mod i'n meddu arnyn nhw!! Rwyf fi bob amser wedi mwynhau cyflwyno. Nawr wrth roi cyflwyniadau sy'n cynnwys ffigurau rydw i yn y nefoedd!

Ni fyddwn yn dweud fy mod wedi cael unrhyw beth yn arbennig o anodd. Mae hyn oherwydd fy mod i'n gweithio gyda thîm ymchwil sy'n deall fy anghenion ac maen nhw'n fy nghefnogi'n dda. Os oes gen i ymholiad, rwy'n gwybod y gallaf bob amser ddod atynt am gyngor. Maen nhw wedi dangos yn glir sut mae ymchwilwyr cefnogol da yn edrych. Dydyn nhw byth ar fy nghefn ac maen nhw'n gadael i mi fwrw ati.

Un peth y byddaf yn ei ddweud yw fy mod angen cefnogaeth gyda fy hyder, os oes y ffasiwn beth! Yn llygad y cyhoedd rwy'n edrych yn hyderus a byth angen cefnogaeth.

Fodd bynnag, o ran ymchwil rydw i wir allan o fy mharth cysur. Rwy'n aml yn gwybod yr atebion, ond nid oes gen i'r hyder i roi'r atebion rwy'n eu gwybod ar waith neu hyd yn oed ar bapur. Rwy'n gwybod y bydd magu'r hyder i wneud hyn yn cymryd amser. Nid oes gen i hyder mewn ysgrifennu a rhoi fy enw fel awdur. Rydym ni'n gweithio ar hyn fel tîm. Rwy'n ysgrifennu ar gyfer cyfnodolion academaidd fel prif awdur. Mae hyn allan o'm parth cysur ond mae rhoi fy enw yn gyntaf yn iawn.

Cawsom 7 mlynedd i weithio gyda'n gilydd ar Engage to Change. Mae'r tri ohonom yn gwybod ein cryfderau ein hunain a'r hyn mae pob person yn dda yn ei wneud. Rydym ni'n bownsio syniadau oddi ar ein gilydd . Pan fyddwn ni'n cyflwyno cyflwyniadau, rydym ni'n gwneud hynny yn sgwrsiol yn hytrach na dim ond siarad o PowerPoint ar sgrin. Rydyn ni'n gwybod y gallwn ni ofyn i'n gilydd am gyngor bob amser.

Rydym ni'n ffodus i gael amser i weithio gyda grwpiau. Rydym ni'n gweithio gyda phobl ifanc ag anableddau dysgu, rhieni, cyflogwyr, awdurdodau lleol a hyd yn oed Llywodraeth Cymru ac Aelodau o'r Senedd! Oherwydd bod cyd-gynhyrchu wedi gwneud yr ymchwil yn hygyrch i mi, mae gen i'r sgiliau i'w gwneud yn hygyrch i bobl eraill. Rwyf wedi gallu gweithio gyda'r tîm ymchwil i helpu i ddweud wrth bobl am gyflogaeth â chymorth ac interniaethau â chymorth i bobl ifanc ag anableddau dysgu ledled Cymru.

Siarad â phobl ag anableddau dysgu. Fel y soniais nhw yw'r arbenigwyr. Os nad ydyn nhw'n hoffi'r hyn rydych chi wedi'i ddweud, byddan nhw'n dweud wrthych chi. Mae angen i chi ymgysylltu â nhw. Mae Prifysgol Caerdydd wedi dangos enghraifft dda o hyn gydag Engage to Change. Hoffwn weld mwy o waith fel hyn. Hoffwn weld prifysgolion yn cyflogi mwy o bobl ag anableddau dysgu fel ymchwilwyr fel y gall cyd-gynhyrchu gael ei arwain ganddynt. Rydym ni wedi dangos y gellir gwneud hyn.
Dyma rai o'n hawgrymiadau a'n gwersi gorau ar gyd-gynhyrchu a chynnwys y cyhoedd mewn ymchwil gan Engage to Change.

Hoffem ddiolch i aelodau fforwm gwerthuso Pobl yn Gyntaf Cymru Gyfan sydd wedi ymgysylltu â'r prosiect, wedi cyfrannu at yr ymchwil ac wedi sicrhau ein bod yn gwrando ar lais yr arbenigwyr.

Gallwch ddarganfod mwy am waith Pobl yn Gyntaf Cymru Gyfan yma: Croeso i Pobl yn Gyntaf Cymru Gyfan - Pobl yn Gyntaf Cymru Gyfan (allwalespeople1st.co.uk)

Prif Awgrymiadau ar gyfer Cyd-gynhyrchu a Chynnwys y Cyhoedd

Pwysigrwydd dogfennau Hawdd eu Deall / Hygyrchedd

Peidiwch â thanbrisio pwysigrwydd gwneud popeth yn hygyrch. Nid yw hawdd ei ddeall a hygyrch yr un peth. Wrth ysgrifennu cynigion neu gynnwys dylech osgoi:

Brawddegau a pharagraffau hir Jargon
Acronymau
Gwneud rhagdybiaethau y bydd pobl y tu allan i'r byd academaidd yn deall yr hyn rydych chi'n ei olygu.

Hefyd, meddyliwch am y canlynol:

Math o ffont
Maint y ffont
Ydy'n bosib ei ddarllen trwy ddarllenwr testun i leferydd / sgrin
Defnyddio rhifau (er enghraifft, 5 allan o 10 yn well na defnyddio 50%)
Lliwiau
Defnyddio siartiau cymhleth
Defnyddio graffeg anaddas

Yn gyffredinol, nid yw ffurflenni sy'n gysylltiedig ag ymwneud â'r cyhoedd yn hygyrch. Gall fod yn anodd cofrestru ar wefannau, creu cyfrifon a llywio blychau ticio neu ddethol .

Dylai unrhyw ffurflenni sy'n cael eu creu fod yn hygyrch ac yn hawdd eu deall. Mae gan Anabledd Dysgu Cymru adnoddau hawdd eu deall yma: Ein hadnoddau Hawdd eu Deall - Anabledd Dysgu Cymru (ldw.org.uk)

Amser ychwanegol .

Bydd angen i ymchwilwyr roi amser ychwanegol ar gyfer:

Ysgrifennu fersiynau hygyrch a hawdd eu deall
Cefnogaeth un i un neu grŵp bach i fynd drwy unrhyw beth sydd angen ei adolygu (bydd angen i amser ar gyfer hyn fod yn hyblyg a chael ei arwain gan anghenion
ar gyfer pob aelod o'r grŵp)
Cefnogaeth i gofrestru a llenwi manylion ar wefannau ymchwil (fel uchod)
Gwybodaeth prosesu – rhoi amser ychwanegol i bobl ag anableddau dysgu gael lle i feddwl ac ymateb
Adeiladu perthnasoedd

Adeiladu perthnasoedd

Mae'r adborth gorau a mwyaf gonest yn digwydd pan fydd pobl yn gyfforddus yn y gweithgor. Os caiff cyfarfodydd eu rhuthro a chanolbwyntio ar rannau ymchwil "technegol" yn unig, megis adolygu cynnwys, gall fod yn anodd i bobl roi barn onest. Er enghraifft, fe wnaethom ni ofyn i un person ifanc ddarllen dogfen a rhoi adborth i ni. Yr ymateb cyntaf oedd "Mae'n iawn". Ar ôl sawl sesiwn, fe wnaethom ni ofyn iddyn nhw eto. Eu hymateb oedd: "Rydw i wedi edrych drwy'r ffurflen ac yn onest i mi mae gormod o wybodaeth ar y ffurflen hon i mi ddeall yn iawn beth mae'n ceisio ei ddweud wrthych chi. Nid yw'r ffurflen hon yn hawdd ei deall o gwbl mewn gwirionedd . Mae'n anodd darllen a deall pan fo gymaint o destun ar y tudalennau".

Cael amser i bobl gymdeithasu a dod i adnabod ei gilydd. Peidiwch â chael rhaniad "academaidd" a "chyhoeddus." Annog pawb i gydweithio.

Cyfathrebu

- Meddyliwch am y ffordd orau o gyfathrebu a chadw mewn cysylltiad. I bobl ag anableddau dysgu gall WhatsApp neu negesydd weithio'n well nag e-bost ar gyfer cyfathrebu nad yw'n gyfrinachol ac ar gyfer anfon dolenni.
- Dylai unrhyw gyfathrebu ysgrifenedig fod yn hawdd ei ddeall gan gynnwys e-byst neu negeseuon.
- Mewn cyfathrebu ysgrifenedig peidiwch â rhoi gormod o geisiadau mewn un neges neu e-bost. Dechreuwch gydag un cais fesul neges neu ystyriwch bwyntiau wedi'u rhifo (cyfyngwch i 2 y neges)
- Peidiwch ag anfon dogfen gyfan i rywun a gofyn iddynt ei "hadolygu." Rhowch gyfarwyddiadau clir ar yr hyn rydych chi am i bobl chwilio amdano.
- Gall nodi gwybodaeth ar ffurf tabl fod yn ddefnyddiol yma.

Ystyried dadansoddi tasg

Mae dadansoddi tasg yn golygu torri tasg i lawr yn ddarnau bach sy'n cael eu cwblhau gam wrth gam. Meddyliwch am ddefnyddio ffurflen adborth blwch ticio gyda thestun wedi'i dorri'n ddarnau bach. Dylech sicrhau bod lle i bobl ysgrifennu unrhyw dermau neu eiriad nad ydynt yn eu deall.

Talu

Dyleg gynnig dewis talu drwy dalebau neu arian. Rhowch ddewis unigol. Ystyriwch daflen amser hawdd ei deall fel bod taliad yn dangos unrhyw amser ychwanegol a gyfrannwyd gan bobl ag anableddau dysgu sydd angen cyfarfodydd i brosesu gwybodaeth.

Cymorth

Efallai y bydd angen i bobl ddod â chefnogaeth unigol. Efallai y bydd angen i chi ganiatáu amser ychwanegol os oes angen i'r person sy'n rhoi'r cymorth egluro rhywbeth. . Sicrhewch nad yw'r cefnogwr yn siarad yn lle neu dros y person mae'n ei gefnogi. Dylech gynnwys costau ychwanegol ar gyfer cymorth ychwanegol.

Bod yn hyblyg

Byddwch yn barod i egluro pethau mewn ffordd wahanol. Mae'n well gwirio bod pobl wedi deall. Rhowch gyfle i bobl ofyn cymaint o gwestiynau ag sydd eu hangen arnynt. Defnyddiwch wybodaeth weledol a geiriol. Gall enghreifftiau o fywyd go iawn helpu pobl i roi pethau yn eu cyd-destun.

Peidio â gwneud rhagdybiaethau

Peidiwch â thybio bod gan bawb yr un profiad o rywbeth neu y gall person fod â barn benodol. Gofynnwch i bobl am eiriau maen nhw am i chi eu defnyddio. Er enghraifft, efallai na fydd pawb yn defnyddio termau fel "defnyddiwr gwasanaeth" neu "cleient" nac yn eu hoffi.

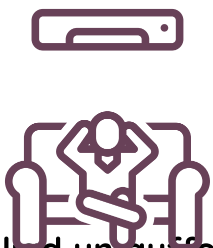
Osgoi Gwahaniaethu ar sail Gallu

Gwahaniaethu o blaid pobl nad ydynt yn anabl yw gwahaniaethu ar sail gallu. Peidiwch â chymryd yn ganiataol y bydd person yn addasu i'r amgylchedd. Dylech gynnig addasiadau rhesymol ac ystyried hygyrchedd i bob person ar sail unigolyn a sail anghenion.

Cynnig "dewislen" o addasiadau rhesymol

Gall gofyn i rywun 'beth ydych chi ei angen' fod yn gwestiwn mawr. Os yw'r gweithgaredd yn un newydd, gall fod yn anodd i berson wybod beth allai eu helpu neu eu cefnogi yn y sefyllfa honno. Gall fod yn ddefnyddiol cael dewislen weledol i bobl weld yr hyn y gallwch chi eu cefnogi ag ef. Byddwch yn hyblyg a deall y gallai fod angen i addasiadau newid mewn neu rhwng cyfarfodydd.

Cysur



Gwnewch yn siŵr bod unrhyw leoliad yn gyfforddus. Nid yw'n rhy boeth nac yn oer. Ydy'r ystafell yn addas ar gyfer cyfarfod grŵp. A oes mynediad i le tawel i bobl gymryd seibiant. Ydy'r ystafelloedd ymolchi yn hawdd eu cyrraedd. Ydy'r cadeiriau'n gyfforddus ar gyfer cyfarfodydd hir. Ydy'r addurno yn yr ystafell yn debygol o achosi anghysur. Dylech gael seibiannau rheolaidd.

Gosod rheolau sylfaenol

Gofynnwch i'r grŵp ddefnyddio'r termau a ddewiswyd. Dylech gael system ar gyfer siarad (fel bod pobl yn osgoi siarad dros ei gilydd). Gofynnwch i'r grŵp barchu barn ei gilydd . Dywedwch wrth y grŵp am gyfrinachedd Gwiriwch eu bod yn deall y rheolau.

Cydnabod mewnbwn

Dylai pawb sy'n cyfrannu at unrhyw gyd-gynhyrchu, ysgrifennu adroddiadau, papur academaidd, cyfryngau cymdeithasol neu allbwn arall gael eu cydnabod a bod yn rhan o’r cyfeiriadau.

Peidio ag anghofio am allbynnau hygyrch

Dylai unrhyw beth sy’n cael ei gynhyrchu o ymchwil fod yn hygyrch. Nid yw erthyglau academaidd mewn cyfnodolion yn hygyrch. Ewch ati i ffilmio fideos o argymhellion allweddol. Ysgrifennwch adroddiadau byr hawdd eu deall . Defnyddiwch Canva i greu ffeithluniau ar gyfer cyfryngau cymdeithasol. Defnyddiwch leisiau ac wynebau pobl sydd â phrofiad byw. Rhannwch ganfyddiadau'r ymchwil gyda'r bobl mae'n effeithio fwyaf ar eu bywydau.

Gwefan: www.engagetochange.org.uk Y

YouTube: Engage To Change

Facebook: @engagetochangewales

E-bost Dylanwadu a Hysbysu Engage to Change: e2c@ldw.org.uk

E-bost NCMH: e2c@cardiff.ac.uk

Twitter: @Engage_2_Change / @ncmh_wales