Symposiwm Adrodd Storïau er Iechyd a Lles 2024

10 - 11 Mehefin 2024

'Beth yw stori er iechyd a lles?'

Atriwm, Caerdydd, Prifysgol De Cymru, CF24 2FN

Pecyn Cynrychiolwyr

GIG Cymru NHS Wales | Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg University Health Board

GIG Cymru NHS Wales | Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe Swansea Bay University Health Board

University of South Wales Prifysgol De Cymru

CROESO

Rydym yn falch iawn o'ch croesawu i'r symposiwm Adrodd Storïau er Iechyd a Lles sy'n cael ei gynnal ar y cyd gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg, Bwrdd Iechyd Bae Abertawe a Phrifysgol De Cymru. Mae'r gynhadledd eleni yn canolbwyntio ar y cwestiwn 'Beth yw stori er iechyd a lles?' ac rydym yn cynnig amrywiaeth ddiddorol o sesiynau a digwyddiadau yn ymwneud â'r thema hon drwy weithdai, cyflwyniadau a chyfraniadau creadigol. Ein gobaith yw y byddwn, drwy ddod â gwahanol fathau a chyd-destunau adrodd stori at ei gilydd , yn gallu cael dealltwriaeth o'r amrywiaeth o storïau sy'n cael eu rhannu ym maes iechyd a lles ac o'r gwahanol effeithiau a mathau o ddefnydd sy'n gallu codi o hyn.

Hoffem ddiolch i Gyfadran Diwydiannau Creadigol Prifysgol De Cymru, Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg a Bwrdd Iechyd Bae Abertawe am eu nawdd ariannol hael i'r gynhadledd hon.

Leah ac Emily

Dr Leah Salter, yr Athro Emily Underwood-Lee

Cynullwyr y gynhadledd

CADW'N DDIOGEL

Gall, a dylai, adrodd straeon am iechyd a lles arwain at ymatebion emosiynol cryf gan yr adroddwr a'r gwrandäwr ac mae hyn yn rhywbeth rydyn ni wedi'i brofi mewn cynadleddau blaenorol. O fewn y rhaglen, rydyn ni wedi cynnwys digon o amser ar gyfer gorffwys a rhannu a sgwrsio anffurfiol gyda chynrychiolwyr eraill. Os bydd angen egwyl fer neu gymorth ychwanegol arnoch, ewch at ddesg y gynhadledd a all eich cyfeirio at adnoddau. Mae gennym hefyd nifer o ymarferwyr therapiwtig ar gael yn y gynhadledd a fydd yn hapus i helpu os bydd angen ymyrraeth bellach.

Rydyn ni'n gwybod y gall dychwelyd i gyfarfodydd wyneb yn wyneb fod yn frawychus ac nid yw'n bosibl i rai pobl. Yn y gynhadledd hon, rydyn ni'n dilyn canllawiau presennol Llywodraeth Cymru ar heintiau a diogelwch Covid. Nid oes rhaid i chi wisgo mwgwd wyneb ond mae croeso i chi wneud hynny os ydych chi'n teimlo'n fwy cyfforddus. Gofynnwn yn garedig i bob siaradwr a chynrychiolydd beidio â mynychu os oes gennych symptomau clefyd heintus. Os na allwch ddod oherwydd eich bod yn sâl, byddwn yn hapus i ad-dalu'ch tocyn yn llawn. Rhowch wybod i ni drwy e-bostio susan.wood@southwales.ac.uk.

Llun y clawr blaen: manylyn o Lyfr Oriau Maastricht

GIG CYMRU NHS WALES | Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg University Health Board

GIG CYMRU NHS WALES | Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe Swansea Bay University Health Board

University of South Wales Prifysgol De Cymru

CYNNWYS

Croeso 3

Cadw'n ddiogel 3

Amserlen amlinellol dydd llun 10 mehefin 2

Amserlen amlinellol dydd mawrth 11 mehefin 3

Prif anerchiadau 4

Sesiynau cyfochrog 9

Crynodebau a bywgraffiadau 10

- Dydd Llun 10 Mehefin 1.30 – 3.30 10
- Dydd Llun 10 Mehefin 3.45 – 5.45 17
- Dydd Mawrth 11 Mehefin 11.00 -1.00 26
- Dydd Mawrth 11 Mehefin 2.30 – 3.30 38

Cadeiryddion y paneli 43

Dod yma 46

- Ar y Trên 46
- Mewn car 46
- Ar Goets 46
- Mewn awyren 46
- Lle i Aros 46
- Bwyd, Diod a Siopau 46

Effaith adrodd storïau 47

- Arolwg cyn y gynhadledd 47
- Adborth ar ôl y gynhadledd 47

Maniffesto'r gynhadledd 1

Nodiadau 1

AMSERLEN AMLINELLOL DYDD LLUN 10 MEHEFIN

9.15 Cofrestru

9.30 Cyflwyniad croeso, Yr Athro Martin Steggall (Dirprwy Is-Ganghellor (Ymchwil ac Arloesi), Prifysgol De Cymru), Andrea Davies (Pennaeth Seicoleg Iechyd Meddwl a Therapïau Seicolegol, Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg)

Cadair: Prof Emily Underwood-Lee

10.00 Darlith gyweirnod, Dr Laura Mazzoli-Smith (Prifysgol Durham), 'Wynebu materion cymhleth o dystiolaeth a chysondeb wrth adrodd straeon ar gyfer iechyd a lles'

Cadair: Dr Leah Salter

11.00 Egwyl

11.20 Gweithdy cyweirnod creadigol, Dr Steve Killick a Phil Okwedy, 'Mae Teimladau'n Bethau Rhyfedd - archwilio emosiynau drwy adrodd straeon'

12.20 Egwyl

1.30 Sesiynau ar yr un pryd:

Paneli: 'Adrodd Storïau er Newid', 'Storïau Ymadfer'

Gweithdai 'Heneiddio'n Iach a Gwneud Ffilmiau Cyfranogol', ' Storïau am Ddawnsio'n Gwella Iechyd', 'Y Newid Mwyaf Arwyddocaol'

Arddangosfa

3.30 Egwyl

3.45 Sesiynau ar yr un pryd

Paneli: 'Lleisiau Dweud Stori',

Gweithdau: 'Dod â Storïau i'r Golwg mewn Iechyd Mamolaeth', 'Synnwyr Cyffredin', 'Y Pererin Storïau', 'OMAGI'

5.45 Egwyl

7.00 Perfformiad cyweirnod, Daniel Morden, Dr Heidi Dahlsveen

9.00 Diwedd

AMSERLEN AMLINELLOL DYDD MAWRTH 11 MEHEFIN

9.15 Cofrestru

9.30 Croeso

9.45 Adrodd Straeon yn Ymarferol, Dr Leah Salter (Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg), Lesley Goodburn (GIG Lloegr), Dr Michael Carklin (Prifysgol De Cymru)

10.45 Egwyl

11.00 Sesiynau ar yr un pryd

Paneli: 'Adrodd Storïau i Drawsnewid Lleoedd', ' Cymunedau Dweud Stori', 'Y Celfyddydau er mwyn Iechyd'

Arddangosfa

1.00 Egwyl

2.30 Sesiynau ar yr un pryd

Paneli: 'Ailadrodd Storïau', 'Adrodd Storïau a Chanser y Fron', 'Ysgrifennu Storïau'

Gweithdy: 'Creu Cydweithio'

3.30 Egwyl

4.00 Cyfarfod Llawn 'Beth yw Stori ar gyfer Iechyd a Lles?', Liz Clarke (Cyngor Celfyddydau Cymru), Tracy Breathnach (Rhwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru), Lesley Goodburn (GIG Lloegr)

Cadair: Prof Emily Underwood-Lee

5.00 Diwedd

GIG CYMRU NHS WALES | Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg University Health Board

GIG CYMRU NHS WALES | Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe Swansea Bay University Health Board

University of South Wales Prifysgol De Cymru

PRIF ANERCHIADAU

CRYNODEBAU A BYWGRAFFIADAU

Y BRIF DRAFODAETH

Mynd i’r afael â materion dyrys tystiolaeth a graddfa wrth adrodd storïau ar gyfer iechyd a lles

Dr Laura Mazzoli Smith

Yn y Narrative Practices Lab, sy'n rhan o'r Discovery Research Platform for Medical Humanities, rydym wedi dechrau gwneud gwaith cwmpasu i ystyried cwestiynau am dystiolaeth a graddfa o safbwynt adrodd storïau ar gyfer iechyd a llesiant. Bydd y sgwrs yn fodd i rannu, ystyried a gwahodd cyfranogwyr y symposiwm i gymryd rhan yn y drafodaeth a thrin a thrafod sut y gall a sut y dylai adrodd storïau fod yn fwy gweladwy fel 'tystiolaeth' i gynhyrchu gwybodaeth 'ar raddfa' ar gyfer y rhai sy'n gwneud penderfyniadau ac yn llunio polisïau.

Ni ellir deall adrodd storïau ar gyfer iechyd a llesiant fel unrhyw beth heblaw dull plwraliaethol o fod a gwybod. Wrth ail-ddehongli profiad bywyd, rydym yn ymwneud â'r naill a’r llall ac wrth wneud hynny, rydym yn gweld ein bywydau'n cael eu hehangu a’u cyfoethogi'n fawr yn aml. Mae rhesymau dros gadw pellter amheus hefyd, oherwydd gall rhediad stori a metanaratifau hefyd gyfyngu drwy normau cythryblus, gan ddistewi rhai storïau er budd storïau eraill. Er mwyn llywio gofodau cyfarwydd adrodd storïau ar gyfer iechyd a llesiant, rhaid ymgorffori galluoedd gwrando, myfyrio a deialog, sydd eu hunain yn rhan o adrodd storïau ac yn cael eu meithrin yn hynny o beth. Ac eto, mae’r modd y mae'r gwaith cyfoethog a phlwraliaethol hwn yn cael ei drosi y tu hwnt i'r gofodau hyn, a’i ffurfio – neu beidio – fel tystiolaeth mewn amrywiol ffyrdd sy’n siapio a fframio metanaratifau, polisïau a phenderfyniadau, yn gallu bod yn ddyrys. Mae’r alwad gan ymarferwyr adrodd storïau, am i'w gwaith fod yn fwy gweladwy ac i sefyll dros y dystiolaeth sydd o bwys, yn cael ei dal mewn sefyllfa amhosibl os mai’r hyn sy'n gyfystyr â thystiolaeth hefyd yw’r hyn a heriwn ac na allwn o’r herwydd ei gyfansoddi . Mae materion moesegol hefyd wrth wraidd safiad penodol dros y cyffredinol, y mae angen mynd i'r afael â nhw wrth ystyried effaith ar raddfa. Bydd y sgwrs hon yn ystyried lle rydym ni arni o ran gwneud yr hyn sy'n bwysig yn weladwy, sut rydym yn dangos tystiolaeth o'n harferion adrodd storïau ein hunain, ac yn ystyried a oes cyd-bryder ac os felly, sut y gellid manteisio ar hyn.

Bywgraffiad

Mae Dr Laura Mazzoli Smith yn Athro Cyswllt yn yr Ysgol Addysg ac yn gyd-arweinydd Narrative Practices Lab yn y Discovery Research Platform for Medical Humanities, Institute for Medical Humanities, ill dau ym Mhrifysgol Durham. Mae'n Gymrawd Sefydliad Ymchwil Wolfson dros Iechyd a Llesiant ac yn Aelod Cyswllt o Fuse, y Ganolfan Ymchwil Drosiadol ym maes Iechyd y Cyhoedd. Mae ei hymchwil yn tynnu ar ddulliau ymchwiliad naratif a hunangofiannol/ bywgraffyddol ac roedd yn ymwneud i ddechrau â hunaniaethau addysgol a chynnydd gydol oes, gyda phwyslais ar gyfiawnder cymdeithasol. Mae cymryd safiad gwrth-leihaol i'r materion hyn wedi ei harwain fwyfwy i ystyried cwestiynau iechyd a llesiant. Mae ganddi ddiddordeb arbennig mewn addysgeg naratif ac adrodd storïau digidol fel methodoleg ddysgu ac mae'n cyfrannu at Digital Storytelling Durham. Mae'n un o ddylunwyr y fframwaith dysgu seiliedig ar naratif ar gyfer Caring Stories, platfform hyfforddi Ewropeaidd ar gyfer gofal iechyd sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn. Mae hi hefyd yn defnyddio theori ac ymarfer therapiwtig yn ei

gwaith ac mae ganddi ddiddordeb yn nynameg grwpiau. Mae gan Laura ddiploma'r Group Analysis Diploma in Groupwork Practice ac mae'n gweithio tuag at statws Ymarferydd Gwaith Grŵp ar hyn o bryd.

PRIF WEITHDY

Mae Teimladau'n Bethau Rhyfedd - archwilio emosiynau drwy adrodd storïau

Dr Steve Killick a Phil Okwedy

Emosiynau yw sail waelodol iechyd a llesiant emosiynol. Ac eto, er eu bod yn cael cymaint o effaith ar ein bywydau, bydd llawer o bobl prin yn meddwl amdanynt nac yn eu hystyried o gwbl. Mae astudio emosiwn yn parhau i fod yn faes niwrowyddoniaeth ac iechyd datblygol. Dyfeisiwyd prosiect 'Feelings are Funny Things' gan Steve Killick a Phil Okwedy sy'n defnyddio adrodd storïau i helpu pobl ifanc mewn ysgolion i fyfyrio ar natur emosiynau. Mae storïau yn ffordd naturiol o fyfyrio ar deimladau. Yn wir, gellir ystyried adrodd storïau fel proses reoleiddio emosiynol lle gallwn ni, yn ddiogel ac yn chwareus, ddysgu am uchafbwyntiau ac isafbwyntiau ein bywyd emosiynol. Yn y gweithdy seiliedig ar brofiadau hwn, bydd cyfranogwyr yn cael cipolwg ar sut mae'r sesiynau'n gweithio ac yn ystyried sut y gall storïau ac adrodd storïau hwyluso myfyrdod emosiynol.

Bywgraffiad

Seicolegydd a seicotherapydd o Gaerdydd yw Steve Killick sy'n defnyddio storïau ac adrodd storïau yn ei waith. Mae wedi ysgrifennu 'Telling Tales-Storytelling as Emotional Literacy' gyda Taffy Thomas ac mae'n Gymrawd Gwadd yng Nghanolfan Adrodd Storïau George Ewart Evans.

Mae Phil Okwedy yn 58 oed ac yn byw yn Sir Benfro. Cafodd ei eni yng Nghaerdydd i fam Gymreig a thad o Nigeria, ac mae'n storïwr perfformiad llafar ac yn creu chwedlau sy'n defnyddio ei dreftadaeth ddeuol a'i ddiwylliannau lluosog er mwyn dod o hyd i'r cyfoes yn y traddodiad.

PRIF BERFFORMIAD

Dau berfformiad – 'Fragile – the self and you' gan Mimesis Heidi Dahlsveen a 'A Figure of Speech' gan Daniel Morden

'A Figure of Speech'

Bydd Daniel Morden yn perfformio storïau traddodiadol am rannau gwahanol o'r corff, gan archwilio eu symbolaeth (gweld ac amgyffred, gwroldeb/dewrder ac ati). Bydd Daniel yn adlewyrchu'r ystod o ymatebion sydd gennym i'n cyrff – ffieidd-dod, ymhyfrydwch, syndod, rhyfeddod.... Bydd y perfformiad yn ddoniol, angerddol, teimladwy a phryfoclyd.

Mae Daniel Morden yn Gymrawd Gwadd yn GEECS ac wedi bod yn storïwr proffesiynol ers 35 o flynyddoedd. Mae wedi perfformio ym mhedwar ban byd ac mae'n awdur cyhoeddedig. Mae hefyd wedi bod yn glaf ysbyty, gan dderbyn triniaeth am ganser ac anhwylderau eraill. Mae wedi

adrodd storïau i gleifion yng Nghanolfan Maggie's Abertawe. O ganlyniad, mae'n gwybod pa mor bwerus yw grym stori i newid profiad salwch, triniaeth ac adferiad.

'Fragile' – the self and you – perfformiad 40 munud yn archwilio hunaniaeth naratif

Mae Mimesis Heidi Dahlsveen yn archwilio hunaniaeth naratif drwy greu perfformiad lle'r adroddir stori werin Nordig sy'n ymdrin â chamdriniaeth. Mae'r stori werin yn pendilio rhwng storïau personol am chwilio am hunaniaeth neu hyd yn oed sawl hunaniaeth o bosibl. Yn 'Fragile' mae yna ddyfalu a yw hunaniaeth naratif yn cynnwys haenau ffuglennol. Pwy sy'n dweud wrth bwy? Pa ragenwau sy'n mynnu eu lle fel elfennau pwysig o naratif? Mae deall sut mae realiti yn cael ei greu drwy naratifau yn cael ei ystyried yn arbennig o bwysig lle mae newid hinsawdd, pandemig a rhyfel yn britho'r newyddion a'n sgyrsiau bob dydd ar draul gobaith at y dyfodol.

Mae Mimesis Heidi Dahlsveen wedi gweithio fel storïwr ers 1996. Mae ei phrosiectau artistig yn datblygu'n aml drwy weithio'n rhyngddisgyblaethol ag artistiaid eraill, gan gyfuno naratifau traddodiadol a hunangofiannol â damcaniaeth. Mae wedi cymryd rhan mewn gwyliau rhyngwladol ac mewn tri phrosiect yn yr UE sy'n ymwneud ag adrodd storïau llafar. Mae hi wedi teithio'n genedlaethol ac yn rhyngwladol.

PRIF DRAFODAETH

Adrodd Storïau fel Gweithgaredd Perthynol

Dr Leah Salter

Mae cryn dystiolaeth bellach i awgrymu y gall ymgysylltu ag adrodd storïau fod yn drawsnewidiol ac y gall gael effaith barhaol ar lesiant ac iechyd meddwl (er enghraifft, Salter a Newkirk 2019; Heinemeyer 2019; Andrews a Beer 2019; Thomas et al. 2019).

Gellir ystyried datblygu storïau newydd amdanoch chi'ch hun mewn perthynas â'r byd dynol a thu hwnt i ddynol fel "ffurfio dyfodol" (Gergen 2015) neu weithgaredd "FeedForward" (Penn 1985) sy'n ein helpu i adrodd ac ail-lunio storïau, gan gynhyrchu naratifau ehangach sy'n ein helpu i ddal ati, mewn undod.

Yn y cyflwyniad hwn, bydd Leah yn rhannu ei gwaith ymchwil ac ysgrifennu, ac enghreifftiau o ddysgu trwy ac oddi wrth ymarfer sy'n tynnu sylw at y pwyslais hwn ar adrodd storïau fel gweithgaredd perthynol, sy'n gallu llywio'r dyfodol. Mae arferion Leah yn cynnwys adrodd storïau fel ymyrraeth therapiwtig, fel profiad grŵp, fel adnodd ar gyfer dysgu cymunedol ac fel methodoleg ymchwil. Bydd yn tyrchu i rai dylanwadau mawr ar ei gwaith wrth i ni archwilio cyd-destunau cydblethedig adrodd storïau, o safbwynt:

- Dysgu cymunedol
- Methodoleg ymchwil
- Ymchwil ar ffurf ymgyrchu
- Arferion naratif
- Arferion tystio

- Dysgu y naill gan y llall

Bywgraffiad

Mae Dr Leah Salter yn ymarferydd dehongli cymdeithasol systemig – mae'n seicotherapydd (UKCP), yn oruchwyliwr ac yn addysgwr sy'n gweithio mewn sawl cyd-destun yn y DU, gan gynnwys gweithio o fewn gwasanaethau iechyd meddwl oedolion ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg/GIG Cymru. Mae Leah hefyd yn diwtor ac yn oruchwyliwr y Rhaglen Doethuriaeth Broffesiynol mewn Ymarfer Systemig ym Mhrifysgol Bedfordshire, yn gyd-gyfarwyddwr y Ganolfan Astudiaethau Systemig / Sefydliad y Teulu, Cymru, yn gyd-olygydd Murmurations: Journal of Transformative Systemic Practice ac yn gymrawd gwadd Canolfan Adrodd Storïau Prifysgol De Cymru / George Ewart Evans (GEECS).

Mae Leah yn byw ar arfordir De Cymru, ac mae'n gwbl angerddol ynglŷn ag adrodd storïau, dawns a symud, cerdded a phryderon ecolegol.

Mae diddordebau ymarfer ac ymchwil Leah yn cynnwys ymchwil ac ymarfer naratif ar ffurf ymgyrchu cymdeithasol, arferion undod, gwaith grŵp gyda menywod, adrodd storïau, gwrthsefyll seicopatholeg, Bydoedd Trawsnewidiol, ymarfer ecosystemig a datblygu adeiladwaith cymdeithasol systemig y tu hwnt i systemau dynol.

Mae cyhoeddiadau Leah i'w gweld ar research gate.
https://www.researchgate.net/profile/Leah-Salter-3

Perfformiad ar gyfer canser y pancreas

Lesley Goodburn a Dr Michael Carklin

Mae canser y pancreas, ffurfiad a bioleg y clefyd ynghyd â'i effaith ddinistriol ar y bobl sydd wedi'i effeithio ganddo, yn cael eu harchwilio drwy'r darn perfformiad hwn. Mae'r gwaith wedi'i gyd-gynhyrchu gyda pherson sydd â phrofiad byw o'r clefyd ynghyd ag arbenigedd myfyrwyr drama Prifysgol De Cymru.

Bywgraffiad

Mae Lesley Goodburn yn angerddol am adrodd storïau o safbwynt personol a phroffesiynol. Yn 2014 cafodd ei gŵr Seth ddiagnosis o ganser pancreatig datblygedig iawn a bod ganddo ddyddiau, wythnosau efallai, i fyw. Bu farw cwta 33 diwrnod ar ôl cael y diagnosis torcalonnus. Chwe mis ar ôl marwolaeth Seth cafodd Lesley ei gofnodion meddygol fel rhan o'r broses alaru ac aeth ati i ysgrifennu'r hyn a ddigwyddodd ar bob un o'r 33 diwrnod ynghyd â llythyrau at weithwyr gofal iechyd proffesiynol yn esbonio ei theimladau hi neu Seth ar rai o'r 33 diwrnod. Defnyddiwyd y llythyrau a'r daith i greu drama, ffilm ac adnodd addysgol o'r enw 'Seth's story'. Cawsant eu rhannu er mwyn helpu gydag addysg ym maes iechyd a gofal cymdeithasol ac i wella gofal tosturiol sy'n canolbwyntio ar y person a'r teulu. Yn ei rolau proffesiynol fel arweinydd gofal ar gyfer rhaglenni clinigol cenedlaethol, dechreuodd Lesley raglen o adrodd storïau ar draws y rhwydwaith darparwyr gan hyfforddi 150 a mwy o bobl ym maes adrodd storïau, cyflwyno'r storïau hynny i fwrdd ansawdd cenedlaethol GIG Lloegr a chychwyn 4 rhaglen o waith polisi cenedlaethol ar sail dwy stori ddigidol. Mae Lesley newydd symud i rôl newydd fel Pennaeth Cynnwys ac Ymgysylltu â'r Cyhoedd yn y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal lle bydd ei hangerdd ynghylch adrodd storïau yn helpu i

ddylanwadu ar ddefnydd ehangach o storïau a naratif fel ffynhonnell ddata i gyfuno â data meintiol ac ansoddol i sbarduno gwelliannau mewn gofal.

Mae Dr Michael Carklin yn Athro Cyswllt ym maes Addysgu a Dysgu Cymhwysol a Rhyngddisgyblaethol. Mae'n addysgu ar draws pob lefel israddedig ac ôl-raddedig, gan gynnwys Ymarfer Theatr, Drama Gymhwysol, a Chyfarwyddo. Ei brif feysydd ymchwil yw Drama Gymhwysol (gan gynnwys Drama a Theatr mewn Addysg), Theatr a Gwyddoniaeth, Theatr a Ffilm yn Affrica, Cyfarwyddo a Dyfeisio Theatr, a'r Diwydiannau Creadigol mewn Addysg Uwch. Roedd Michael yn Gyd-gynullydd gweithgor National Theatre and Performance Research Association (TaPRA) am dair blynedd (2017-2019) ac mae'n Gyd-gymrawd yr Higher Education Academy (AdvanceHE). Mae gan Michael raddau mewn drama, newyddiaduraeth ac addysg o Brifysgol Rhodes yn Ne Affrica, lle cafodd ei fagu, ac mewn Astudiaethau Affricanaidd o'r Ysgol Astudiaethau Dwyreiniol ac Affricanaidd ym Mhrifysgol Llundain. Bu'n ddarlithydd drama yn Ne Affrica cyn ymuno â Phrifysgol De Cymru yn 2000. Mae Michael wedi cyhoeddi ym meysydd drama addysgol a theatr De Affrica, ac mae wedi cyfarwyddo a hwyluso dramâu, rhaglenni ysgolion a phrosiectau Theatr mewn Addysg amryiwol.

PANEL LLAWN

Liz Clarke

Liz Clarke yw Rheolwr dros dro Rhaglen Celfyddydau Iechyd a Llesiant, Cyngor Celfyddydau Cymru. Mae'n cyflwyno ei hymarfer fel artist byw, gwneuthurwr theatr ac awdur i'r rôl, ac mae ganddi 20 mlynedd a mwy o ymarfer sy'n ymgysylltu'n gymdeithasol, ac yn creu a chynnal lleoedd i bobl ddod o hyd i'w llais, hawlio'u lle ac adrodd eu storïau. Mae'n frwd ynglŷn â helpu artistiaid i dyfu a ffynnu. Mae wedi gweithio yn y sector fel swyddog datblygu, Cyfarwyddwr Artistig, cynhyrchydd, ymgynghorydd a mentor.

Mae wedi ysgrifennu'n helaeth am ei harferion mamol cwiar a'i hymagwedd at risg a mentro mewn cyd-destunau perfformiad. Mae'r gwaith hwn a'i ffuglen fer wedi'u cyhoeddi gan LADA a Performance Research ac amryw o weisg bychain. Mae ei phrosiect diweddaraf Glitter Heart yn gweithio gydag archifau perfformio Cymreig a menywod hŷn.

Dr Tracy Breathnach

Mae Dr Tracy Breathnach yn ymgynghorydd llawrydd ym maes Diwylliant, Iechyd a Llesiant ac mae'n gweithio fel Rheolwr Rhaglen ar gyfer Rhwydwaith Iechyd a Llesiant Celfyddydau Cymru (WAHWN) ar hyn o bryd. Mae wedi llywio rhaglen lesiant artistiaid ledled Cymru Sut Mae'n Mynd? How Ya Doing? ar gyfer WAHWN, yn ogystal â sawl rhaglen gelfyddydol ar gyfer llesiant staff Byrddau Iechyd.

Ar ôl gweithio'n helaeth ar draws lleoliadau celfyddydau, cymunedol ac addysg am bron i 25 mlynedd, mae Tracy hefyd yn artist perfformiad somatig ac yn hyfforddwr, ymchwilydd ac awdur trawsnewidiol. Roedd ymchwil PhD Tracy (Prifysgol Aberystwyth, 2018) yn archwilio hunaniaeth, naratif a thrawma ym maes adrodd storïau hunangofiannol am enedigaethau.

Lesley Goodburn (gweler uchod)

SESIYNAU CYFOCHROG

	Siaradwyr	Thema	Ystafell	Cadeirydd
Dydd Llun 10 Mehefin 1.30 – 3.30	Hilary Dyer Sarah Gill Sophia Kier Byfield a Nancy Lidubwi Eleanor Shaw John Gates	Adrodd Storïau er Newid (panel)	CAB218	Roiyah Saltus
	Mary Mandahar Paula Jardim	Heneiddio'n Iach a Gwneud Ffilmiau Cyfranogol / Storïau am Ddawnsio'n Gwella Iechyd (gweithdai)	Ystafell Zen	Amh.
	Nick Andrews	Y Newid Mwyaf Arwyddocaol	Theatr	Amh.
Dydd Llun 10 Mehefin 3.45 – 5.45	Lesley Goodburn Sara Hurley Alicia Stark Leah Salter Emily Orley Kate Massey-Chase	Lleisiau Dweud Stori (panel)	Theatr	Julia Evans
	Alison Perry David Evans	Dod â Storïau i'r Golwg mewn Iechyd Mamolaeth / Synnwyr Cyffredin (gweithdai)	CAB218	Amh.
	Darren Hill	Y Pererin Storïau (taith gerdded dywysedig)	Taith gerdded	Amh.
	Georgina Sowerby	OMAGI (gêm ryngweithiol)	Ystafell Zen	Amh.
Dydd Mawrth 11 Mehefin 11.00 - 1.00	Anna Suschitzky Hiroko Uenishi Nina Worthington a Charlotte Grainger Glenn Miles	Cymunedau Dweud Stori (panel)	CAB218	Sarah Crews
	Clare Robinson Julia Hannon Louise Lloyd	Y Celfyddydau er mwyn Iechyd (panel)	Theatr	Heather Parnell
	Joe Brennan Sally I'Anson Celeste Ingrams Rebecca Goodhand Vin Adams	Adrodd Storïau i Drawsnewid Lleoedd (panel)	Ystafell Zen	Márta Minier
	Angela El-Zeind Zahra Rattray a Margaret Cunningham Julia Evans Louise Ann Wilson	Adrodd Storïau a Chanser y Fron (panel)	CAD101	Emily Underwood-Lee
Dydd Mawrth 11 Mehefin 2.30 – 3.30	Kate North a Christina Thatcher Sophia Kier-Byfield a Katy Connelly Duke Al	Ysgrifennu Storïau (panel)	Theatr	Kate Meredith
	Emily Underwood-Lee	Creu Cydweithio (gweithdy)	Ystafell Zen	Amh.
	Wilf Merttens Amanda Couch	Ailadrodd Storïau (panel)	CAB218	Leah Salter

GIG CYMRU NHS WALES | Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg University Health Board

GIG CYMRU NHS WALES | Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe Swansea Bay University Health Board

University of South Wales Prifysgol De Cymru

CRYNODEBAU A BYWGRAFFIADAU

Dydd Llun 10 Mehefin 1.30 – 3.30

Adrodd Storïau er Newid

Hilary Dyer

Crynodeb: Mae adrodd storïau digidol yn ddull newydd o gasglu data cyd-destunol, ac mae meddygaeth seiliedig ar naratif a datblygiad dyniaethau iechyd yn ategu rôl a phwysigrwydd y dull hwn (Lang et al., 2019). Ar hyn o bryd mewn gofal iechyd, rydym yn dibynnu'n helaeth ar ystadegau a metrigau i adrodd am ein perfformiad gan weld gwerth, er enghraifft, mewn mesuriadau o amseroedd aros, hyd yr arhosiad yn yr ysbyty a'r ymwneud â gwasanaeth penodol (Llywodraeth Cymru, 2019). Mae'n bosibl nad yw metrigau, a geir o holiaduron yn aml, yn gallu rhoi darlun cyflawn o brofiad y claf, neu'n darparu gwybodaeth am gyd-destun ac ansawdd y gofal, elfennau sydd yn aml yn cael eu hanghofio neu eu diystyru mewn model meddygol (Goodrich a Fitzsimons, 2018; Wu, 2013; Robertson a Clegg, 2017). Mae'r cyd-destun yn allweddol wrth ddarparu gofal sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn (Santana et al., 2017). Mae storïau ym maes gofal iechyd yn gallu dylanwadu drwy'r cyd-destun a'r persbectifau y maent yn eu darparu.

Roedd fy ngwaith ymchwil, a gynhaliwyd mewn partneriaeth â Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe a Phrifysgol De Cymru drwy KESS2, wedi edrych ar effaith Adrodd Storïau Digidol (ASD) er mwyn iechyd. Yn y cyflwyniad hwn, rhoddir rhagarweiniad ar ASD, rhoddir crynodeb byr o'm canfyddiadau, ystyrir pwysigrwydd a gwerth y cyd-destun a gynigir gan storïau digidol, a sut y gellir cymhwyso hyn at iechyd a lles.

Cyfeiriadau:

Goodrich, J. a Fitzsimons, B. (2019) 'Capturing patient experience to improve healthcare services', Nursing Standard, 34(8), tt. 24–28. Ar gael yn: doi:10.7748/ns.2018. e1 ar ddydd Llun 10 Mehefin 1177 (Cyrchwyd: 4 Mawrth 2022).

Lang, M., Laing, C., Moules, N. ac Estefan, A. (2019) 'Words, Camera, Music, Action: A Methodology of Digital Storytelling in a Health Care Setting', International Journal of Qualitative Methods, 18, tt. 1-10. Ar gael yn: doi:10.1177/1609406919863241 (Cyrchwyd: 11 Hydref 2021).

Llywodraeth Cymru (2019) GIG Cymru: fframwaith cyflawni a chanllawiau adrodd 2019 i 2020. Ar gael yn: https://www.llyw.cymru/gig-cymru-fframwaith-cyflawni-chanllawiau-adrodd-2019-i-2020

Robertson, C. a Clegg, G. (goln) (2017) Storytelling in medicine: how narrative can improve practice. Boca Raton London New York: CRC Press.

Santana, M. J., Manalili, K., Jolley, R. J., Zelinsky, S., Quan, H. a Mingshan, L. (2018) 'How to practice person-centred care: A conceptual framework', Health Expectations, 21(2), tt. 429–440. doi:10.1111/hex.12640.

Wu, B. J. (2013) 'History taking in reverse: beginning with the social history', Consultant, 53(1), tt.34-36. Ar gael yn: https://www.consultant360.com/article/history-taking-reverse-beginning-social-history (Cyrchwyd: 14 Tachwedd 2021).

Bywgraffiad: Mae gan Hilary brofiad ym meysydd nyrsio iechyd meddwl a rheoli gofal iechyd ac mae'n ymddiddori mewn arferion sy'n gallu gwella gofal iechyd i'r holl randdeiliaid. Mae'n cwblhau gradd Meistr drwy Ymchwil, mewn partneriaeth â Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe a Phrifysgol De Cymru drwy KESS2. Mae Hilary wedi gweld y gwerth sydd mewn adrodd storïau digidol o ran rhoi gwybod am y cyd-destun, gwella'r gallu i gyfathrebu a deall a rhoi cyfle i fyfyrio ac addysgu, sydd i gyd wedi cyfrannu at welliannau mewn gofal iechyd i gleifion, perthnasau, staff a sefydliadau.
Mae diddordebau Hilary yn ymwneud â moeseg gweithio gyda storïau, hyrwyddo'r defnydd o adrodd storïau digidol i gael newid cadarnhaol a dyfeisio dulliau gwerthuso ar gyfer prosiectau adrodd storïau digidol.

Sarah Gill

Crynodeb: Mae nifer o adroddiadau wedi dangos diffygion mewn gofal am gleifion ac wedi galw am newid diwylliant er mwyn cynnwys gofal mwy empathig (Francis, 2013). Yn ddiweddar, mae adrodd storïau wedi cael sylw mewn addysg ar empathi i fyfyrwyr nyrsio (Juping et al., 2021). Nod yr astudiaeth hon yw datblygu ymyriad empathi addysgol drwy ddefnyddio storïau gweithwyr gofal iechyd proffesiynol yn y GIG.
Dilynwyd canllawiau'r Cyngor Ymchwil Feddygol ar ddatblygu a gwerthuso ymyriadau cymhleth (Skivington et al., 2021). Yn unol â'r fframwaith hwn, mae'r astudiaeth wedi'i rhannu'n dri cham: Cam 1 yw'r cam datblygu, mae Cam 2 yn astudiaeth ddichonolrwydd ac mae Cam 3 yn astudiaeth werthuso. Bydd y cyflwyniad hwn yn canolbwyntio ar y cam datblygu ac yn egluro sut y datblygwyd yr ymyriad empathi drwy ddefnyddio storïau gweithwyr gofal iechyd proffesiynol yn y GIG. Er mwyn datblygu'r ymyriad hwn, gwnaed recordiadau sain o storïau gweithwyr gofal iechyd proffesiynol (n = 4). Roedd cyfranogwyr wedi disgrifio eu profiadau o ddangos empathi tuag at gleifion yn ystod y pandemig COVID-19. Golygwyd y storïau hyn wedyn a'u cynnwys mewn gwefan ochr yn ochr â nifer o gwestiynau i ysgogi myfyrdod. Dyma'r ddolen i'r ymyriad empathi: https://rise.articulate.com/share/UW5A_RTAiaj_53B8VDZ4MGi5f5_mxiPR
Ar Gam 2, cynhaliwyd astudiaeth ddichonolrwydd i fireinio'r ymyriad. Ar Gam 3, cynhaliwyd hap-dreial dan reolaeth ar sail clystyrau (grŵp yr ymyriad a grŵp cymhariaeth) i werthuso effeithiau'r ymyriad ar empathi myfyrwyr nyrsio. Roedd cyfranogwyr wedi llenwi holiadur Graddfa Empathi Jefferson dair gwaith (cyn y prawf, ar ôl y prawf ac un dilynol).
Roedd 197 o fyfyrwyr nyrsio wedi cymryd rhan yn y gwerthusiad o'r ymyriad. Cafwyd bod gwrando ar storïau yn gwella sgoriau empathi'r myfyrwyr nyrsio ($p = 0.029$). Er hynny, nid oedd gwahaniaethau arwyddocaol o ran empathi rhwng y grwpiau ar ôl 6 wythnos.
Mae canfyddiadau'r astudiaeth yn awgrymu y byddai adrodd storïau yn gallu hyrwyddo empathi ymysg myfyrwyr nyrsio. Fodd bynnag, er mwyn cynnal y gwelliant mewn empathi

dros amser, mae angen ymchwil ychwanegol i ddulliau effeithlon o ddarparu'r ymyriad ac mae angen ailgynllunio'r ymyriad ei hun o'r bôn i'r brig.

Cyfeiriadau

Francis, R., 2013. Report of the Mid Staffordshire NHS Foundation Trust public inquiry: executive summary (Vol. 947). The Stationery Office.

Yu, J., Parsons, G.S., Lancastle, D., Tonkin, E.T. a Ganesh, S., 2021. "Walking in Their Shoes": The effects of an immersive digital story intervention on empathy in nursing students. Nursing Open, 8(5), tt.2813-2823.

Skivington, K., Matthews, L., Simpson, S.A., Craig, P., Baird, J., Blazeby, J.M., Boyd, K.A., Craig, N., French, D.P., McIntosh, E. a Petticrew, M., 2021. A new framework for developing and evaluating complex interventions: update of Medical Research Council guidance. bmj, 374.

Bywgraffiad: Mae Sarah Gill yn fyfyriwr PhD sy'n cwblhau ei thraethawd ymchwil ym Mhrifysgol De Cymru ar hyn o bryd. Mae'r ymchwil ar gyfer ei doethuriaeth yn ymwneud â datblygu a gwerthuso ymyriad empathi addysgol seiliedig ar adrodd storïau digidol ar gyfer myfyrwyr nyrsio. Cwblhaodd ei gradd mewn Seicoleg fel myfyriwr israddedig ym Mhrifysgol Wolverhampton a gradd uwch, MSc, mewn Seicoleg Glinigol ac Annormal ym Mhrifysgol De Cymru. Dechreuodd ymddiddori mewn defnyddio adrodd storïau digidol i feithrin empathi wrth wirfoddoli yn y prosiect 'Walking in their shoes', o dan arweiniad Juping et al., 2021, pan oedd yn cwblhau ei gradd Meistr. Mae hefyd wedi dilyn cwrs Adrodd Storïau Digidol ar gyfer Gweithwyr Gofal Iechyd Proffesiynol. Darparwyd y cwrs hwn gan Prue Thimbleby (Cydgysylltydd y Celfyddydau Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg, hwylusydd storïau digidol) a'r Athro Emily Underwood-Lee (Canolfan Adrodd Storïau George Ewart Evans yng Nghyfadran y Diwydiannau Creadigol, Prifysgol De Cymru).

Sophia Kier Byfield a Nancy Lidubwi

Crynodeb: Mae profi, wynebu a goresgyn gwahanol fathau o drais a cham-drin domestig yn galw am adrodd stori ddirdynnol nifer o weithiau. Mae dioddefwyr/goroeswyr cam-drin domestig yn gorfod disgrifio eu profiadau i nifer o asiantaethau a swyddogion drwy gydol y broses o gael cymorth mewn argyfwng. Fodd bynnag, nid y profiadau hyn yw'r unig bethau sy'n diffinio'r bobl hyn: mae ganddynt bersonoliaethau, diddordebau, barn a hanes amlweddog, ac mae'n hollbwysig creu cyfleoedd i lunio naratifau amgen sy'n cwmpasu sefyllfaoedd cymhleth a siwrneiau at wella. Mae'r prosiect Storïau Llafar Bawso BME, sydd wedi'i ariannu gan Gronfa Dreftadaeth y Loteri Genedlaethol, yn bartneriaeth rhwng Canolfan Adrodd Storïau George Ewart Evans ym Mhrifysgol De Cymru, Bawso ac Amgueddfa Cymru sy'n ceisio recordio, archifo a lledaenu storïau goroeswyr cam-drin domestig Bawso. Drwy ddefnyddio dulliau hanes llafar ac adrodd storïau digidol, mae'r prosiect yn ymddiddori mewn cofnodi storïau treftadaeth i gynyddu amrywiaeth yn hanes yr ymfudo i Gymru ac mewn dehongliadau o'r casgliad

cenedlaethol. Yn ogystal â hyn, mae'r prosiect yn ceisio cyflawni uchelgeisiau o ran lles drwy roi lle canolog i ddefnyddwyr gwasanaethau yn y prosiect a dilysu eu storïau a'u profiadau a fydd yn cael eu clywed ar lwyfan cenedlaethol. Drwy ddefnyddio geiriau goroeswyr cam-drin a chyflwyno clipiau a dyfyniadau, bydd y cyflwyniad yn edrych ar y gwahanol fewnwelediadau i les yn y storïau a adroddwyd, yn cynnwys, ymysg pethau eraill: storïau am beth sy'n cyfrannu at les wrth fyw mewn lloches; bylchau yn y ddarpariaeth a fyddai'n helpu i gynyddu lles; pwysigrwydd ymgysylltu, hobïau a dyheadau yn y broses ymadfer; rôl y sector diwylliannol/treftadaeth wrth helpu i feithrin lles.

Bywgraffiad: Mae Dr Sophia Kier-Byfield yn ymchwilydd ôl-ddoethurol sy'n gweithio yng Nghanolfan Adrodd Storïau George Ewart Evans ym Mhrifysgol De Cymru. Mae hefyd yn wirfoddolwr yn Thrive Women's Aid. Ymhlith ei diddordebau ymchwil y mae addysgegau ffeministaidd, cynhwysiant mewn addysg a'r celfyddydau, a chwyddo lleisiau cymunedau sydd wedi'u hymyleiddio drwy adrodd storïau.

Mae Nancy Lidubwi yn gweithio i Bawso fel Rheolwr Polisi ar Drais yn erbyn Menywod. Mae Nancy wedi gweithio mewn gwahanol rolau i Bawso, yn cynnwys Pennaeth Datblygu Busnes lle'r oedd yn gyfrifol am godi arian a datblygu strategaethau i wneud yr elusen yn ariannol gynaliadwy. Mae hefyd wedi gweithio fel Pennaeth Hyfforddi ac Ymgysylltu â Defnyddwyr Gwasanaethau lle'r oedd wedi datblygu a darparu hyfforddiant i sefydliadau prif ffrwd ac elusennau ar drais yn erbyn menywod o safbwynt pobl ddu ac ethnig leiafrifol. Roedd y rôl hon yn cynnwys eirioli dros hawliau defnyddwyr gwasanaethau a sicrhau bod eu lleisiau'n cael eu clywed a'u cynnwys wrth lunio a gweithredu polisïau a bod eu hanghenion yn brif ystyriaeth wrth ddarparu gwasanaethau. Mae Nancy wedi ennill cymwysterau MSc Econ mewn Economeg a Datblygu Cymdeithasol a BA mewn Seicoleg.

Eleanor Shaw

Crynodeb: Byddwn yn cyflwyno'r prosiect Stories on Prescription drwy ddangos ffilm, rhoi gwybod am y gwerthusiad a chynnal arddangosiad ymarferol. Datblygwyd y rhaglen adrodd storïau barhaol hon gan People Speak Up (PSU) fel gwasanaeth ataliol i helpu pobl hŷn yn ardal gorllewin Cymru i ddod yn fwy annibynnol a chydnerth ac i beidio â theimlo mor unig a chymdeithasol ynysig a gwella eu hiechyd a lles meddyliol.
Mae PSU yn elusen iechyd a chelfyddydau sydd â'i chanolfan yn Llanelli. Fe'i sefydlwyd yn 2017 ac mae'n gweithio ar draws rhanbarth Hywel Dda ac Abertawe. Mae PSU yn creu amser a chyfleoedd i unigolion a chymunedau ddod o hyd i'w llais, yn enwedig y rheini sydd wedi'u hymyleiddio, yn byw mewn tlodi neu sydd â nodweddion gwarchodedig. Mae PSU yn cysylltu cymunedau drwy adrodd storïau, y gair llafar, ysgrifennu creadigol a chelfyddydau cyfranogol. Mae'n cynnig gweithdai, hyfforddiant, digwyddiadau, cyfleoedd i wirfoddoli a sgwrsio. www.peoplespeakup.co.uk.

Bywgraffiad: Mae Eleanor Shaw wedi gweithio ym maes addysg a chelfyddydau cymunedol ers 20 mlynedd. Hi yw Sylfaenydd a Chyfarwyddwr Artistig PeopleSpeakUp, menter celfyddydau, iechyd a lles gymdeithasol sydd â'i chanolfan yn y Ffwrnes Fach, Theatr y Ffwrnes, Llanelli. Mae'n cysylltu cymunedau drwy adrodd storïau, y gair llafar, ysgrifennu creadigol a'r celfyddydau cyfranogol. Mae Eleanor wrth ei bodd yn dweud ei stori hi ac yn helpu pobl eraill i ddweud eu stori nhw!

John Gates

Crynodeb: Rwyf wedi goresgyn unigrwydd ac ynysigrwydd drwy addysg oedolion a chrefftau. Rwyf wedi dysgu Brodwaith, Tatio a Gwnïadyddiaeth. Mae Awen wedi cyhoeddi llyfr am fy mywyd o'r enw "From coal seams to French seams".

Bywgraffiad: Ganwyd John ym 1941. Nid oedd John wedi mwynhau ei addysg ysgol a gadawodd heb gymwysterau. Wedyn aeth i'r diwydiant glo i hyfforddi i fod yn löwr. Ar ôl cwblhau ei hyfforddiant, cafodd John gynnig swydd yn gofalu am y peiriannau cludo. Daeth yn ffitiwr ac wedyn gwneud cais am swydd Hyfforddwr Mwyngloddio/Cymorth Cyntaf mewn canolfan hyfforddi. Enillodd John radd tra oedd yn gweithio yno. Pan gaewyd y ganolfan hyfforddi, cafodd John swydd yn cyflwyno cyfrifiaduron yn swyddfeydd hyfforddi'r glofeydd. Daeth yn Rheolwr Hyfforddi yng Nglofa Penallta, a dilëwyd ei swydd ym 1991.

Heneiddio'n Iach a Gwneud Ffilmiau Cyfranogol / Storïau am Ddawnsio'n Gwella Iechyd (gweithdai)

Mary Mandahar, 'Heneiddio'n Iach a Gwneud Ffilmiau Cyfranogol'

Crynodeb: Yn 2020, yng Nghynulliad Iechyd y Byd yng Ngenefa ac yng Nghynulliad Cyffredinol y Cenhedloedd Unedig yn Efrog Newydd, ymrwymodd llywodraethau'r byd i gefnogi Degawd Heneiddio'n Iach y Cenhedloedd Unedig 2021-2030. Roedd hyn yn benllanw i broses gynhwysfawr dros nifer o flynyddoedd gyda nifer mawr o randdeiliaid, a hwyluswyd gan Sefydliad Iechyd y Byd, i gytuno ar gynllun y Degawd gyda phedwar cam gweithredu blaenoriaethol. Er mwyn helpu i gyflawni'r camau gweithredu hyn, cytunwyd hefyd ar bedwar dull galluogi. Y cyntaf o'r dulliau galluogi hyn yw gwrando ar bobl hŷn ac ymwneud â nhw mewn ffordd ystyrlon: https://www.decadeofhealthyageing.org/find-knowledge/voices

Wedyn roedd Sefydliad Iechyd y Byd wedi sefydlu prosiect peilot arloesol Fideos Cyfranogol er mwyn dyfeisio ffyrdd i glywed storïau pobl hŷn am iechyd a lles yn eu cymunedau a chreu deialog ehangach ar gyfer cyd-greu polisi, rhaglennu ac ymchwil. Mae'r broses Fideos Cyfranogol yn sicrhau mai'r bobl eu hunain sy'n rheoli'r ffordd y maent yn cael eu portreadu wrth iddynt adrodd eu storïau, trafod pynciau, mynegi pryderon a chynnig atebion.

Yn ystod gweithdy 60 munud o hyd, bydd nifer o aelodau'r tîm sy'n ymwneud â'r prosiect peilot Fideos Cyfranogol hwn yn disgrifio cefndir y prosiect ac yn crynhoi hanes y tri phrosiect peilot a gynhaliwyd yng Nghanada (Ontario), Gwlad yr Iorddonen (Amman) a

Togo (Kpalimé). Ar ôl hyn, dangosir ffilm hir (25 munud) a wnaed gan grŵp bach o bobl frodorol hŷn yn Ynys Manitoulin yn Nhalaith Ontario, Canada. Ar ôl ei dangos, byddwn yn disgrifio sut y defnyddiwyd y storïau, profiadau bywyd ac argymhellion hyn i greu cyfleoedd ar lefel leol, genedlaethol a rhyngwladol i dynnu sylw at yr hyn sy'n bwysig o ran iechyd a lles pobl hŷn. Bydd cyfranogwyr y gweithdy yn cael eu gwahodd i drafod y broses a'r cynhyrchion a ddisgrifiwyd, yn ogystal â myfyrio ar eu perthnasedd a'u haddasrwydd ar gyfer hyrwyddo adrodd storïau er iechyd a lles.

Cyfeiriadau
https://www.decadeofhealthyageing.org/about/about-us/what-is-the-decade
https://www.decadeofhealthyageing.org/find-knowledge/innovation/implementation-projects/detail/participatory-video-voice-project
Ffilm fer: https://www.youtube.com/watch?v=WKhfGA8Z3nY
Ffilm fer: https://www.youtube.com/watch?v=WKhfGA8Z3nY
Manylion pob un o safleoedd y prosiectau peilot: https://www.decadeofhealthyageing.org/find-knowledge/innovation/reports-from-the-field
Dangos y ffilmiau am y tro cyntaf erioed: https://www.youtube.com/watch?v=lDMZwsTNZBg&t=176s

Bywgraffiad: Mae Mary Manandhar (PhD) yn anthropolegydd ac ymchwilydd sydd â phrofiad helaeth o wahanol faterion iechyd cyhoeddus, yn cynnwys iechyd mamau a phlant, heneiddio, cynhwysiant cymdeithasol, anghydraddoldebau iechyd a phenderfynyddion cymdeithasol iechyd. Mae Mary wedi gweithio i brifysgolion, sefydliadau anllywodraethol rhyngwladol, llywodraethau ac asiantaethau'r Cenhedloedd Unedig mewn nifer o wledydd, yn cynnwys Nepal, Bangladesh, India, Myanmar, Zambia, Gweriniaeth Iwerddon a Rwmania. Mae llawer o'i gwaith wedi bod yn ymwneud â sefydlu ac arwain prosesau cyfranogol i ddarganfod penderfynyddion cyd-destunol iechyd, lles a'r gofyn am ofal ar lefel y gymuned ac wedyn hwyluso deialog ar y rhain i gyfrannu at lunio polisi, rhaglennu, ymchwil a monitro. Rhwng 2017 a 2022, bu'n gweithio fel Swyddog Technegol yn Uned Newid Demograffig a Heneiddio Iach Sefydliad Iechyd y Byd, lle'r oedd yn arwain gwaith ar lais pobl hŷn ac ymgysylltu ystyrlon â phobl hŷn yn ystod Degawd Heneiddio'n Iach y Cenhedloedd Unedig. Mae bellach yn ymgynghorydd annibynnol sydd â'i swyddfa yn Swydd Warwick.

Paula Jardim, 'Storïau am Ddawnsio'n Gwella Iechyd'

Crynodeb: Gweithdy cyfranogol 60 munud o hyd yw'r sesiwn hon lle defnyddir dawnsio sy'n canolbwyntio ar fywyd fel offeryn addysgol cinetig i alluogi cyfranogwyr 1) i ddysgu am bum dimensiwn iechyd mewn ffordd lawen, ymgorfforedig; 2) i gysylltu â phum angen dynol craidd a deall sut mae'r rhain yn ymwneud â phum agwedd yr hunan; a 3) i deimlo'r profiad o fod yn holliach drwy symud yn ystyrlon a phwrpasol i sain cerddoriaeth.

Defnyddir stori gadarnhaol a ysbrydolwyd gan brofiad bywyd yr hwylusydd o fod yn rhiant-gofalwr ag ME/CFS a oedd mewn galar fel man cychwyn i gynnig ffyrdd o ddawnsio a fydd yn rhan o broses gwella lwyddiannus a allai weithio i bobl eraill hefyd drwy brosesu galar, rhyddhau poen cyffredinol a chyffni yn y cyhyrau, adennill egni hanfodol ar ôl blinder eithafol, ailsefydlu ymdeimlad o ymddiriedaeth yng ngallu'r corff i'w wella ei hun yn naturiol, a chymryd cyfrifoldeb dros eich siwrnai gwella'ch hun. Bydd y gweithdy yn addas i bawb, gan y bydd y cyfranogwyr yn cael eu hannog i addasu'r ymarferiadau symud a gynigir yn ôl eu galluoedd.

Cyfeiriadau
https://lifecentredmovement.weebly.com/specific-groups.html
Post blog am weithdy Storïau Dawnsio:
https://www.biodanzaassociation.uk/playscheme/

Bywgraffiad: Mae Paula yn teimlo'n gryf ynghylch gallu'r celfyddydau mynegiannol i helpu pobl i aros yn iach, yn gall ac yn gysylltiedig. Mae gan Paula hanes o ymwneud â cherddoriaeth, addysg, celfyddydau yn y gymuned, cwnsela, iechyd meddwl, seicoleg Ddwyreiniol a dawnsio er iechyd a lles. Dros y 35 mlynedd diwethaf, mae Paula wedi gweithio gyda nifer o grwpiau gwahanol mewn amrywiaeth o leoliadau iechyd, cymunedol ac addysgol. Ymhlith y grwpiau y mae: pobl hŷn, staff sefydliadau tai a gofal, plant a theuluoedd, pobl sydd ag ME/CFS, pobl ag anableddau, oedolion sy'n byw gyda chanser, pobl sydd â chlefyd Parkinson, oedolion sy'n ymadfer ar ôl bod yn gaeth i sylweddau, menywod digartref sydd ag anghenion cymhleth, pobl hŷn sydd â dementia / clefyd Alzheimer, pobl a gafodd niwed i'r ymennydd yn gysylltiedig ag alcohol, ceiswyr lloches benywaidd a menywod sy'n ffoaduriaid a phobl sydd â phroblemau iechyd meddwl parhaus. Y cymwysterau sydd gan Paula yw BA Anrh mewn Cerddoriaeth, Ad Dip mewn Cwnsela, CCMH Iechyd Meddwl, HND Celfyddydau yn y Gymuned, FAETCII Addysg Bellach ac Oedolion ac IBF Athro Dawns Bioganolog – Hyfforddwr a Hwylusydd

Y Newid Mwyaf Arwyddocaol (gweithdy)

Nick Andrews, 'Cyflwyno dull y Newid Mwyaf Arwyddocaol – dull adrodd storïau o werthuso ar sail dysgu mewn iechyd a gofal cymdeithasol'

Crynodeb: Mae'r gweithdy hwn yn cynnwys cyflwyniad rhagarweiniol ar egwyddorion ac ymarfer dull y Newid Mwyaf Arwyddocaol, ac ar y lleoliadau iechyd a gofal cymdeithasol lle mae wedi'i ddefnyddio yng Nghymru. Gallai hyn fod ar ffurf sesiwn 30 munud lle bydd amser i ofyn cwestiynau. Cynhelir gweithdy hefyd lle bydd grwpiau bach yn cael tair stori Newid Mwyaf Arwyddocaol ac yn cael eu gwahodd i gymryd rhan mewn dysgu drwy greu deialog am y storïau, gan ganolbwyntio ar nodi beth sy'n arwyddocaol ynddynt a'r goblygiadau o ran datblygu polisi ac ymarfer.

Mae dull y Newid Mwyaf Arwyddocaol yn ffordd i werthuso ar sail dysgu a ddatblygwyd yng nghyd-destun mentrau iechyd cyhoeddus cymhleth a blêr, lle mae'r rheolaeth yn gyfyngedig a'r canlyniadau'n ansicr (Davies a Dart 2005). Mae'n dechrau drwy gasglu

storïau o'r rheng flaen sy'n ymwneud â chanlyniadau drwy newid personol y mae unigolion wedi'u cael drwy ymyriad neu raglen. Yn wahanol i astudiaethau achos, mae storïau'r Newid Mwyaf Arwyddocaol yn cael eu hadrodd gan bobl, nid amdanynt. Maent yn storïau yn y person cyntaf sy'n cael eu harwain gan y bobl sy'n cael eu cyf-weld yn hytrach na fframweithiau perfformiad biwrocrataidd.

Mae proses y Newid Mwyaf Arwyddocaol yn cynnwys tri cham:

- Casglu storïau am newid (er gwell neu er gwaeth) o'r rheng flaen
- Ymchwilio a dysgu o'r storïau mewn paneli dewis storïau sy'n cynnwys rheolwyr a phobl sy'n gallu dylanwadu ar y broses o ddatblygu polisi ac ymarfer
- Darparu adborth am yr hyn a ddysgwyd a'r goblygiadau o ran datblygu polisi ac ymarfer

Beth yw manteision dull y Newid Mwyaf Arwyddocaol?

- Mae dull y Newid Mwyaf Arwyddocaol yn parchu/grymuso pobl yn y rheng flaen drwy eu galluogi i rannu eu storïau
- Mae'r casglwyr storïau yn datblygu eu sgiliau gwrando
- Mae aelodau'r panel yn cael trafod ac ymchwilio i effaith go iawn eu polisïau, gwasanaethau a mentrau
- Mae aelodau'r panel yn cael gwell gwybodaeth a dealltwriaeth o flaenoriaethau a syniadau'r bobl eraill sydd ar y panel
- Mae'r broses yn datblygu cysylltiadau a chyd-ddealltwriaeth o'r hyn sy'n digwydd a 'ble rydyn ni am fynd' o fewn a rhwng sefydliadau.
- Mae'r sylw i adrodd storïau yn creu ysgogiad
- Mae'n cynhyrchu data ansoddol cyfoethog am berfformiad i ategu'r data meintiol.

Cyfeiriadau

Davies, R. a J. Dart (2005) The 'Most Significant Change' (MSC) Technique; A Guide to Its Use, gweler: www.mande.co.uk/docs/MSCGuide.pdf

Bywgraffiad: Mae Nick Andrews yn Weithiwr Cymdeithasol cofrestredig sy'n gweithio i Brifysgol Abertawe ar hyn o bryd mewn rôl sy'n canolbwyntio ar bontio rhwng ymchwil ac ymarfer. Mae'n ymddiddori'n neilltuol mewn dulliau adrodd storïau a deialog ar gyfer dysgu a datblygu ac mae'n cydweithio â chymheiriaid yn Gofal Cymdeithasol Cymru a Thîm Perfformiad a Gwella Gwasanaethau Cymdeithasol Llywodraeth Cymru i sefydlu rhai o'r technegau sydd wedi'u cymhwyso o dan y rhaglen Developing Evidence Enriched Practice (DEEP) yng Nghymru a'r Alban.

Dydd Llun 10 Mehefin 3.45 – 5.45

Lleisiau Dweud Stori

Lesley Goodburn

Crynodeb: Ddwy flynedd yn ôl, cafodd Bradley Roberts ddiagnosis o ganser y pancreas anoperadwy a dywedwyd wrtho nad oedd ganddo ond 3 mis ar ôl i fyw. Ar hyn o bryd,

mae'n cael lefel isel o driniaeth gemegol ond dros y ddwy flynedd diwethaf mae wedi cael ei dderbyn i'r ysbyty bedair gwaith i drin salwch acíwt pan fu bron iddo farw, a'r gofal yn cynnwys ileostomi, triniaeth am brolaps drwy stoma, sepsis niwtropenig, coluddyn necrotig a neffrostomi.

Drwy gyfres o storïau digidol, byddwn yn rhannu taith Claire a Bradley drwy'r cyfnod hwn, wrth iddynt siarad yn agored â'i gilydd am farw, marwolaeth, bod ar fin marw a'r ffaith y bydd Bradley yn marw, gan gynnig persbectif unigryw ill dau ar fywyd, marwolaeth, cariad, diolchgarwch a gallu pobl i wrthsefyll.

Bywgraffiad: Mae Lesley Goodburn yn frwd ynghylch adrodd storïau o bersbectif personol a phroffesiynol. Yn 2014, cafodd ei gŵr Seth ddiagnosis o ganser y pancreas yn ei gyfnod hwyr a dywedwyd wrtho mai rhai dyddiau, efallai wythnosau a oedd ganddo ar ôl i fyw. Bu farw 33 o ddiwrnodau cwta a thorcalonnus ar ôl cael y diagnosis. Chwe mis ar ôl marw Seth, cafodd Lesley ei gofnodion meddygol i'w cadw yn rhan o'r broses galaru ac ysgrifennodd beth oedd wedi digwydd ar bob un o'r 33 o ddiwrnodau ynghyd â llythyrau at weithwyr gofal iechyd proffesiynol yn egluro beth roedd hi neu Seth wedi'i brofi ar rai o'r 33 o ddiwrnodau. Defnyddiwyd y llythyrau a'r siwrnai i greu drama, ffilm ac adnodd addysgol o'r enw Stori Seth. Rhannwyd y rhain er mwyn hyrwyddo addysg iechyd a gofal cymdeithasol ac i wella gofal tosturiol sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn a'r teulu. Yn ei rolau proffesiynol fel arweinydd ar y profiad o ofal ar gyfer gwella gwasanaethau darparwyr a rhaglenni clinigol cenedlaethol, sefydlodd Lesley raglen adrodd storïau ar draws y rhwydwaith o ddarparwyr gan hyfforddi mwy na 150 o bobl ar adrodd storïau, a mynd â storïau at fwrdd ansawdd cenedlaethol NHS England a chychwyn pedair rhaglen o waith polisi cenedlaethol ar sail dwy stori ddigidol. Mae Lesley newydd ymgymryd â rôl newydd yn Bennaeth Cynnwys ac Ymgysylltu â'r Cyhoedd yn y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal lle bydd ei brwdfrydedd dros adrodd storïau yn helpu i ledaenu'r defnydd o storïau a naratif fel ffynhonnell data ochr yn ochr â data meintiol ac ansoddol er mwyn sbarduno gwelliannau mewn gofal.

Sara Hurley

Crynodeb: Mae'r cyflwyniad hwn wedi'i ysbrydoli gan dair stori bersonol gan bobl a ofalodd am anwyliaid ar ddiwedd eu hoes. Addaswyd y storïau sain digidol gen i drwy ddefnyddio'r testun gair am air a dehongli pob stori yn greadigol er mwyn ei chyflwyno. Ysgrifennwyd cerdd i gyd-fynd â phob stori gan Beth Calverley o The Poetry Machine. Roedd y cyfranogwyr wedi cymryd rhan ar bob cam yn y broses.

Mae'r storïau sain yn rhan o waith ymchwil ehangach ynghylch marw a marwolaeth mewn ardaloedd gwledig ac arfordirol i helpu i gael gwybod beth sydd ei angen ar gyfer byw, marw a galaru mewn ffordd dda. Mae'r gwaith yn cael ei arwain gan Lorraine Hansford, Cymrawd Ymchwil ym Mhrifysgol Caerwysg mewn partneriaeth â Rhwydwaith Ymchwil Gofal Lliniarol De-orllewin Lloegr, ac mae Torbay Communities yn bartner allweddol yn y gwaith hwn.

Cefais fy nghomisiynu gan y cynhyrchwyr creadigol www.filament.org.uk sydd â'u canolfan yn Torbay i gynnal tri chyfweliad manwl gyda phobl a oedd â phrofiad bywyd diweddar o farw, marwolaeth a galaru er mwyn llunio cynnyrch creadigol i rannu eu storïau di-enw â chynulleidfa ehangach. Drwy gydweithio'n agos â Filament, ac ar ôl gweithio ar brosiect storïau personol o'r enw All Our Stories yn 2020, roedd hyn yn gyfle i fireinio ein proses, egwyddorion a phrotocolau ar gyfer Casglu Storïau sydd wedi'u seilio ar barch tuag at stori'r unigolyn.
Yn ystod y gweithdy rhyngweithiol hwn, disgrifir y prosiect a'r fethodoleg. Y brif elfen fydd darllen y storïau a'r cerddi yn fyw gerbron cyfranogwyr gwirfoddol. Wedyn ceir trafodaeth am y storïau a'r profiad o wrando arnynt.

Bywgraffiad: Mae Sara wedi gweithio fel storïwr ers 20 mlynedd, gan ddod â storïau llafar traddodiadol, storïau personol a storïau treftadaeth yn fyw drwy berfformiadau, gweithdai, ffilmiau a chelfyddydau gweledol a chlywedol. Mae Sara wrth ei bodd yn gweithio ar lefel y gymuned ac wedi gweithio gyda grwpiau di-ri o bobl o bob oed ac o bob cefndir sydd mewn gwahanol amgylchiadau, ac fel hyfforddwr sgiliau cyfathrebu gyda gweithwyr iechyd proffesiynol. Mae wedi ffurfio cwmni o'r enw www.forumcoaching.co.uk. Mae Sarah wedi addysgu Dyniaethau Meddygol yn Ysgol Feddygol Caerwysg a Plymouth am wyth mlynedd.
Mae'r meysydd gwaith hyn wedi dod ynghyd mewn gwahanol brosiectau sy'n ymwneud ag iechyd a storïau, yn cynnwys rhai mewn perthynas â phobl ifanc ac iechyd meddwl, oedolion yn ymadfer ar ôl defnyddio cyffuriau ac alcohol, pobl hŷn â dementia, a llawer o waith yn hyfforddi gweithwyr iechyd proffesiynol ar gyfathrebu ar ddiwedd oes. Mae Sara yn artist a chynhyrchydd cyswllt gyda Filament CIC.

Dr Alicia Stark

Mae Tanio yn elusen celfyddydau cymunedol sydd â'i chanolfan yn Sir Pen-y-bont ar Ogwr. Un o'i ffrydiau gwaith yw Celfyddydau mewn Iechyd. Rydym yn gweithio gyda chymunedau drwy sawl cyfrwng, er mwyn trafod a gwella lles, yn cynnwys iechyd meddyliol a chorfforol. Mae dau o'n prosiectau presennol (Breathing Space a Tune Up) yn ymwneud ag ysgrifennu caneuon, lle mae cyfranogwyr yn defnyddio eu storïau a'u siwrneiau eu hunain i greu cerddoriaeth.
Byddwn yn arwain y panel mewn trafodaeth 15 munud o hyd ar y dulliau a ddefnyddiwn dan arweiniad cyfranogwyr i gasglu storïau a'u troi'n gerddoriaeth. Ein prif weithredwr Lisa Davies fydd yn arwain y drafodaeth, a fydd yn cynnwys mewnwelediadau gan reolwr y rhaglen Celfyddydau mewn Iechyd, Tom Stupple (hwylusydd cerdd a chyfansoddwr caneuon profiadol) a Tobias Roberson (cerddor a hwylusydd). Bydd y sesiwn hefyd yn cynnwys perfformiadau byw o ganeuon gwreiddiol gan ein cyfranogwyr.
Mae'r grŵp Breathing Space yn cwrdd bob wythnos ac mae'n un o blith rhwydwaith o grwpiau tebyg yng Nghymoedd Ogwr a Garw. Cynhelir y cyfarfodydd ar y cyd â Mental Health Matters Wales. Mae'r grŵp yn cynnwys pobl sy'n ceisio cymorth i feithrin ymreolaeth a hunan-barch. Rydym yn cyflawni hyn drwy greadigedd, yn enwedig drwy

gerddoriaeth. Bydd y grŵp yn cyfansoddi caneuon gwreiddiol yn gyson, gan ymdrin â storïau a theimladau'r cyfranogwyr eu hunain. Gan fod nifer o'r cyfranogwyr yn dod o grwpiau difreintiedig, mae eu storïau'n hollbwysig i ddeall profiadau pobl a ymyleiddiwyd.

Yn yr un modd, mae ein prosiect Tune Up (mewn partneriaeth ag Anthem) yn un lle mae cyfranogwyr 11-16 oed yn cwrdd bob wythnos i ddysgu am gerddoriaeth ac ymarfer sgiliau cerddorol newydd. Cynhelir y prosiect yn ward Betws, y ward ail dlotaf ym Mhen-y-bont ar Ogwr, lle na fydd cyfranogwyr yn cael cyfle yn aml i chwarae cerddoriaeth neu gyfansoddi eu caneuon eu hunain. Nod y prosiect yw meithrin lles drwy gerddoriaeth ac rydym yn gwneud hyn drwy gynnwys cyfranogwyr ifanc mewn ffyrdd newydd a phellgyrhaeddol gan eu grymuso i ddod yn fyfyrwyr, gofalwyr, cyfathrebwyr a dinasyddion gwell.

Bywgraffiad: Mae Tanio yn elusen celfyddydau cymunedol sy'n darparu mynediad at amrywiaeth o weithgareddau ac ymyriadau creadigol. Drwy ein gwerthoedd craidd – hybu cymunedau, hybu creadigedd a hybu newid – mae Tanio yn meithrin dewrder a hyder mewn pobl drwy hunanfynegiant creadigol, gan gryfhau a chyfoethogi unigolion a chymunedau, a defnyddio celfyddydau cymunedol yn gyfrwng i ymchwilio a grymuso.

Wrth hybu cymunedau drwy greadigedd, rydym yn meithrin cysylltiadau newydd drwy ddarparu dihangfa rhag bywyd pob dydd. Wrth hybu creadigedd, cynigir cyfleoedd i ymwneud â'r celfyddydau mewn mannau diogel, grymusol, lle mae cyfraniad pawb i'r broses greadigol yn cael ei barchu. Rydym yn helpu pobl i ffynnu drwy greadigedd. Wrth hybu newid, mae'r celfyddydau'n cynnig cyfle i gael sgyrsiau ystyrlon a sbarduno newid ystyrlon.

Leah Salter

Crynodeb: Mae'r cyflwyniad hwn yn gyfle i ddangos rhai o'r deunyddiau creadigol a storïau am drawsnewid sy'n codi o'r grŵp Teithiau Creadigol ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg. Mae'r grŵp yn hyrwyddo iechyd a lles meddyliol drwy gyfryngau creadigol, sef adrodd storïau, ysgrifennu creadigol, barddoniaeth, gwaith celf a "dod at ei gilydd". Mae adrodd storïau wedi bod yn elfen gryf erioed yn yr ymyriad hwn, wedi'i hwyluso gan Seicotherapyddion Systemig ac o dan ddylanwad arferion Naratif. Rydym hefyd wedi bod yn ddigon ffodus dros y blynyddoedd o gael cymorth ar wahanol adegau gan ymarferwyr ysgrifennu creadigol er lles, artistiaid, beirdd, storïwyr digidol, therapyddion drama ac awduron ac mae'n sicr bod eu cyfraniad wedi dylanwadu ar y ffordd rydym wedi tyfu a datblygu.

Rydym wedi bod yn cwrdd fel grŵp er 2017 ac wedi cymryd rhan yn fwy diweddar mewn prosiect ymchwil ehangach sy'n edrych ar effaith modelau gofal sy'n seiliedig ar ragnodi cymdeithasol, gan rannu storïau er mwyn hyrwyddo dysgu ehangach. Bydd y cyflwyniad hefyd yn cynnig mewnwelediadau i'r dysgu hwnnw a sut byddai hyn yn gallu siapio arferion o hyn ymlaen.

Bywgraffiad: Mae Leah Salter yn ymarferydd dehongli cymdeithasol systemig, yn seicotherapydd (wedi'i chofrestru gan UKCP), yn oruchwyliwr ac yn addysgydd yn gweithio mewn nifer o gyd-destunau yn y DU, yn cynnwys gweithio mewn gwasanaethau iechyd meddwl oedolion ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg / GIG Cymru. Mae Leah hefyd yn diwtor ac yn oruchwyliwr yn rhaglen y Ddoethuriaeth Broffesiynol mewn Ymarfer Systemig ym Mhrifysgol Swydd Bedford, yn gydgyfarwyddwr y Ganolfan Astudiaethau Systemig / Sefydliad y Teulu, Cymru; yn gydolygydd Murmurations: Journal of Transformative Systemic Practice ac yn gymrawd gwadd ym Mhrifysgol De Cymru / Canolfan Adrodd Storïau George Ewart Evans.
Mae Leah yn byw ar arfordir y de ac yn ymddiddori'n arbennig mewn adrodd storïau, dawns a symud, cerdded a materion ecolegol.
Mae ymarfer a diddordebau ymchwil Leah yn cynnwys ymchwil ac ymarfer naratif ar gyfer gweithredu cymdeithasol, arferion pontio, gweithio gyda grwpiau menywod, adrodd storïau, gwrthsefyll seicopatholeg, dehongli cymdeithasol systemig sy'n cynnwys pobl a chyfranogwyr eraill, ymarfer ecosystemig a datblygu dehongli cymdeithasol systemig y tu hwnt i systemau dynol.

Dr Emily Orley

Crynodeb: Mae'r papur perfformiad hwn wedi'i ysbrydoli gan gyfres o sgyrsiau a gychwynnais ym 2019 gyda grŵp amrywiol o famau a gofalwyr benywaidd yn ysgol gynradd fy mhlant yng ngorllewin Llundain. A ninnau'n hanu o nifer o wahanol wledydd, a'r rhan fwyaf ohonom yn arddel gwahanol gredoau, bydolygon a gwerthoedd teuluol, yn ogystal â gwahanol berthnasoedd â'r iaith Saesneg, rydym yn dod o hyd i dir cyffredin wrth ddathlu beth sy'n ein gwneud yn wahanol. Yr hyn sy'n gyffredin i ni, yn gyntaf oll, yw ein profiad o sefyll wrth gât yr ysgol. Ar ôl pob dim sydd wedi digwydd er 2019, yn cynnwys y pandemig, canlyniadau Brexit (yma yn y DU) a'r cynnydd gofidus yn y trais a'r gwrthdaro arfog drwy'r byd, mae ein trafodaethau bywiog wedi parhau mewn gwahanol ffyrdd wrth chwerthin a chyffesu, canu, wylo, profi eiliadau distaw a gwrando ar ein gilydd. Rydym wedi bod yn gweu storïau.
Byddaf yn tynnu ar syniadau Sara Ahmed, Karen Barad, Jennifer C. Nash, Boaventura de Sousa Santos, Stefano Harney a Fred Moten er mwyn ceisio gwneud synnwyr o'r storïau sy'n dod i'r golwg pan fyddwn yn gwrando gyda'n gilydd, ac o'r pŵer sydd ynddynt.

Bywgraffiad: Mae Dr Emily Orley yn artist, ymchwilydd ac addysgwr sydd â'i chartref yn Llundain, a'i gwaith yn cynnwys perfformio, gosodweithiau, fideo a dulliau ysgrifennu hybrid. Mae'n ymddiddori mewn syniadau sy'n ymwneud â chofio, ymgynnal a hud, yn ogystal â dadleoli amser, treftadaeth a lle. Mae bob amser yn barod i roi cynnig ar fathau newydd o arbrofi, yn cael ei hysbrydoli'n ddi-baid drwy drafodaethau bywiog, cyfarfod â phobl newydd a gweld casgliadau o bethau annisgwyl. Mae'n credu'n gryf mewn chwalu deuoliaethau ffug sy'n gwahanu damcaniaeth ac ymarfer, gwneud pethau a meddwl ac ysgrifennu am wneud pethau.

Yn ogystal ag arwain rhaglen MA ar Berfformio Cydweithredol yn Ysgol Cerdd a Drama Guildhall, mae Dr Orley hefyd yn goruchwylio nifer o fyfyrwyr PhD, ac yn rhedeg gweithdai i raddedigion ar ymarfer fel ymchwil ac ysgrifennu creadigol-feirniadol. I gael lluniau o'i gwaith, a mwy o wybodaeth yn ei gylch, ewch i www.emilyorley.com

Dr Kate Massey-Chase

Crynodeb: Byddaf yn perfformio darn llafar (tua 15 munud o hyd) a ddatblygwyd y llynedd gyda chyllid Arts Council England drwy Raglen Ddatblygu Artistiaid Spork Up, ac a gafodd ei berfformio am y tro cyntaf yn Exeter Phoenix. Mae'r darn hwn yn un hunangofiannol ac yn trafod mamolaeth cwiar, IVF, colli baban a'r heriau sy'n codi wrth fod mewn mannau gofal iechyd sy'n heteronormadol iawn. Cafwyd adborth cadarnhaol dros ben ar y perfformiad diwethaf ohono, yn cynnwys: 'Allaf i ddim meddwl am lawer o bobl sy'n gallu trafod materion mor bersonol a chymhleth a'u cyfleu mewn ffordd mor gynnes, gonest, haelfrydig a doniol'; 'Mae angen iddo gael ei weld a'i glywed gan lawer iawn o bobl'; 'Dydw i ddim yn credu i mi erioed weld perfformiad mor angerddol'.

Bydd y perfformiad hwn, a'r drafodaeth ar ei ôl, yn cyfuno fy hunaniaethau lluosog yn berfformiwr-ysgolhaig-hwylusydd-claf. Mae'r ymfodoli hwn mewn nifer o hunaniaethau yn beth cyfarwydd i mi, gan fod fy ymchwil ddoethurol i ofal pontio yn y gwasanaeth iechyd meddwl (a'r rhan sydd i storïau ymgorfforedig) hefyd yn dathlu'r hunaniaethau newidiol hyn a'r prismau y maent yn eu cynnig ar gyfer ymchwil.

Rhoddais gyfweliad am y gwaith hwn yn ddiweddar yn y podlediad Woman Up (a oedd i'w ddarlledu ym mis Mai) ac rwyf hefyd wedi trafod fy ngwaith yn y Celfyddydau ac Iechyd ar y radio yn ddiweddar.

Bywgraffiad: Mae Dr Kate Massey-Chase yn hwylusydd, academydd, ymgyrchydd, perfformiwr ac awdur. Mae'n Ddarlithydd ym Mhrifysgol Plymouth Marjon lle mae'n arwain cwrs MA newydd yn y Celfyddydau, Iechyd a Lles. Fel ymarferydd celfyddydau creadigol, mae wedi gweithio mewn nifer o wahanol leoliadau addysgol a chymunedol, yn cynnwys rhedeg prosiectau seiliedig ar theatr ac ysgrifennu creadigol gydag ymfudwyr ifanc, rhai sy'n ymadfer o ddibyniaeth ar sylweddau, carcharorion a defnyddwyr gwasanaethau iechyd meddwl. Yn ei hymchwil academaidd ddiweddar, mae wedi canolbwyntio ar bontio mewn gwasanaethau iechyd meddwl ac estheteg gofal, yn enwedig sut byddai ymarfer theatr cymwysedig yn gallu helpu pobl ifanc sy'n pontio rhwng gwasanaethau iechyd meddwl plant a'r glasoed a gwasanaethau i oedolion.

Dod â Storïau i'r Golwg mewn Iechyd Mamolaeth / Synnwyr Cyffredin (gweithdai)

Alison Perry, 'Dod â Storïau i'r Golwg mewn Iechyd Mamolaeth'

Y fydwraig a chymrawd ymchwil doethurol Alison Gabrielle Perry (Imperial College London) sy'n arwain y gweithdy hwn lle bydd cyfranogwyr yn cael cyfle i edrych ar y lle sydd i adrodd storïau mewn iechyd mamolaeth. Ceir dealltwriaeth cynyddol o'r lle sydd i ddulliau seiliedig ar y celfyddydau, fel y'u gelwir, sy'n cynnwys naratif ac adrodd storïau,

wrth hyrwyddo iechyd a lles (Fancourt a Finn, 2019). Mewn llwybrau iechyd mamolaeth ac wrth bontio i hunaniaeth "y fam", mae llawer o botensial mewn adrodd storïau i gyfrannu, hyrwyddo a dylanwadu ar lwybr iechyd a lles yr unigolyn yng nghwrs mamolaeth.

Yn y gweithdy hwn, a fydd rhwng 45 a 60 munud o hyd, bydd cyfranogwyr yn cydadrodd stori syml o'r enw 'Nell and the Circus of Dreams' (2019) gan y ddiweddar Nell Gifford (a gymeradwywyd gan ei theulu i'r diben hwn). Er mai llyfr i blant yw hwn yn y bôn, mae'r llyfr hwn yn cynnwys themâu sy'n ymwneud â chariad a phrofedigaeth yn ogystal â chysyniadau o berthyn a bod yn fam, cysyniadau y gellir dadlau eu bod yn gyffredin ac yn berthnasol i brofiad pob menyw o fod yn fam. Drwy gydadrodd y stori yn gyntaf, ceir sbardun i drafodaeth a bydd yn gyfrwng hefyd i fyfyrdod dyfnach gan yr unigolyn. Bydd hyn yn arwain at ysgrifennu storïau byr gan yr unigolyn ar y thema "mam". Yn dilyn 15 munud o ysgrifennu dan eu harweiniad eu hunain, bydd cyfranogwyr yn rhannu eu storïau mewn grwpiau o ddau neu dri. Wedyn bydd yr hwylusydd yn dod â'r grŵp ynghyd eto a byddai cyfle/dewis i rannu storïau â'r grŵp cyfan. Ar y diwedd, ceir myfyrdod gan y grŵp ar elfennau o adrodd storïau ac ar unrhyw elfennau a themâu trawsnewidiol a ddarganfuwyd gan y grŵp/unigolion. Cynigir cyfle hefyd i gyfranogwyr gymryd rhan mewn arolwg/adborth/trafodaeth yn dilyn y gweithdy.

Cyfeiriadau

Fancourt, D. a Finn, S. (2019) What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. World Health Organisation: Geneva.

Fancourt, D. (2018) Arts in Health, Designing and Researching Interventions. Oxford University Press: Oxford.

Gifford, N. (2019) Nell and the Circus of Dreams, Oxford University Press: Oxford.

Bywgraffiad: Mae Alison Gabrielle Perry yn fydwraig ac yn ymchwilydd yn Imperial College London ac yn gymrawd er anrhydedd yn y Rhaglen Iechyd Menywod yn Sefydliad George dros Iechyd Byd-eang. Mae'n derbyn nawdd ar hyn o bryd gan y Parasol Foundation i ymgymryd â PhD mewn prosiect ehangach sy'n edrych ar ffyrdd gwell i ddefnyddio samplau serwm a gymerir yn rheolaidd gan famau, o'r enw Bia Project. Mae ei diddordebau ymchwil yn ymwneud â meithrin gwell dealltwriaeth o fecanweithiau a photensial ymgysylltu cymunedol mewn ymchwil iechyd mamolaeth, yn cynnwys y celfyddydau ac adrodd storïau. Mae'n gydsylfaenydd prosiect ymgysylltu cymunedol ar gyfer iechyd menywod o'r enw The Bridge yng ngorllewin Llundain sy'n ceisio cyfrannu i ymchwil i iechyd menywod a dylanwadu arni.

David Evans, 'Synnwyr Cyffredin'

Crynodeb: Gweithdy 60 munud a chyflwyniad ar adrodd storïau yw hwn a fydd wedi'i seilio ar ddarn o 'Native Wit' gan Ayodele Scott a David Evans. Mae 'Native Wit' yn stori hunangofiannol ac ymchwiliadol sy'n cael ei hadrodd yn null 'Agbo Play' o Freetown, Sierra Leone. Ganwyd Ayodele Scott yn fab i Krio, matriarch a masnachwr yn Freetown,

dair blynedd ar ôl David Evans, sy'n fab i Gymro a enillodd radd ym Mhrifysgol Caergrawnt ac a fu'n addysgu yn Government College, Ibadan, Nigeria. Drigain mlynedd wedyn, mae'r ddau berfformiwr yn eu hystyried eu hunain yn Affricaniaid. Yn aml, mae priodweddau perfformio Ewroganolog wedi peri i ni deimlo fel petaem yn ffugio ac wedi cael ein dadrymuso. Ar brydiau, mae ein safleoedd gwrthgyferbyniol yn y sbectrymau trefedigaethol a hiliol wedi ennyn teimladau o wendid ac ing. Er gwaethaf y gwahaniaeth amlwg hwn, rydym wedi ein herio ein hunain drwy ofyn y cwestiwn: "A yw 'Agbo Play' yn gallu hwyluso profiad perfformiadol a fydd yn adferol yn y pen draw, lle gwelir bod ein dau blentyndod yn cydseinio, yn croestorri ac yn cymodi?"
Bydd yn hollbwysig cael diwylliant o ymddiriedaeth, cydraddoldeb a chwaraegarwch yn y gweithdy. Mae'n bosibl bod ein gallu i gael at ein profiadau o blentyndod yn cael ei ysgogi gan atgofion, ond gwelwyd yn fuan nad oedd y gair llafar yn ddigon ar ei ben ei hun, am ei fod yn methu â llwyr gyfleu lliw, cymhlethdod a dwysedd ein magwraeth yng Ngorllewin Affrica. Yn yr un modd â'r gwrthdaro amlweddog a damweiniol a geir wrth gwrdd â phobl yn ystod plentyndod a'r confensiynau sydd yn 'Agbo Play', mae ein dull o adrodd storïau yn cynnwys cymysgwch o arddulliau. Wrth 'ailgofio' digwyddiadau ffurfiannol yn ystod ein plentyndod trefedigaethol, mae'r naratif yn cael ei ffurfio drwy gymysgu drymio, canu a dawnsio ag ieithoedd Krio, Saesneg a Yoruba.
Mae'r gweithdy ymarferol hwn yn trafod y syniad bod ffyrdd chwareus, amlieithog ac anllinol o rannu storïau personol yn gallu cyflawni swyddogaeth adferol. Rydym yn dadlau bod ffurf 'Agbo Play' yn diarfogi ei dilynwyr, gan ddatgelu'n chwareus a galluogi a dilysu clytwaith o brofiadau cyffredin o'r gorffennol.

Bywgraffiad: Mae Ayodele Scott yn berfformiwr amlddisgyblaethol sydd wedi ennill nifer o wobrau. Mae'n fedrus mewn drymio, dawns ac adrodd storïau yn y dull 'Agbo Play' o Sierra Leone. Mae wedi teithio i nifer o wledydd gyda'r grŵp cerddoriaeth Affro-Celtaidd Baka Beyond. Mae wedi teithio'r wlad i berfformio pum darn dweud stori gan Imùlè Theatre.

Mae David Evans wedi ennill gwobrau fel actor/storïwr. Hyfforddodd yn actor yn Ysgol Theatr Bristol Old Vic, bu'n addysgwr ym Mhrifysgol Caerwysg ac enillodd PhD yn ddiweddar yng ngholeg Goldsmiths, Prifysgol Llundain. Mae'n un o sylfaenwyr Imùlè Theatre ac wedi ymchwilio i'r defnydd o chwarae a dulliau theatr cymdeithasol-gynhwysol ym mherthnasoedd y glasoed ac addysg rhyw.

Y Pererin Storïau

Darren Hill, 'Y Pererin Storïau'

Mae'r pererin storïau (www.thestorypilgrim.com) yn helpu i gysylltu pobl drwy adrodd storïau a cherdded. Fel arfer, bydd y 'pererindod storïau' yn digwydd dros gyfnod o ddiwrnod: byddwn yn mynd am dro, yn adrodd storïau i'n gilydd ac, ar ddiwedd y dydd, yn cynnal digwyddiad adrodd storïau ffurfiol. Yr hyn rwyf yn ei gynnig ar gyfer Adrodd Storïau er Iechyd a Lles yw ein bod yn mynd am dro am 45 munud o fewn y campws. Mae'r

‘pererin storïau’ yn gwahodd pobl i adrodd storïau gwir am eu bywydau eu hunain. Mae’n ddull cyfannol sy’n cynnig lle diogel i bobl rannu storïau cyffredin, anghyffredin. Byddaf yn arwain y daith gerdded mewn ffordd a fydd yn helpu pobl i wrando a dweud eu storïau eu hunain, gan fod yn ymwybodol yr un pryd o’r amgylchedd lle mae’r cerdded yn digwydd.

Bywgraffiad: Mae Darren wedi bod yn actio am fwy na 23 blynedd. Cafodd ei hyfforddi yn Ysgol Theatr Bristol Old Vic. Enillodd David radd Meistr gyda Chlod yn ddiweddar mewn Testunau a Pherfformiad gan RADA a Phrifysgol Birkbeck. Ar hyn o bryd, mae David yn gymrawd ymchwil yn y Theatr Celfyddydau Cyfoes ym Mhrifysgol Birkbeck. Yn 2017, cerddodd David ar hyd llwybr Camino de Santiago gan orffen y 500 milltir mewn 35 diwrnod a chyflwynodd 26 o berfformiadau o’r ddrama un actor 'Underneath the Lintel'. Ar sail y profiad hwn a’r radd meistr y datblygodd David y ‘pererin storïau’.

OMAGEMI

Georgina Sowerby, ‘OMAGEMI’

Crynodeb: Mae OMAGEMI yn gêm deialog ryngweithiol sy’n ymdrin â’r ffordd y mae menywod a phobl feichiog, partneriaid a theuluoedd, ar y naill law, a darparwyr gofal iechyd, ymchwilwyr clinigol a gwyddonwyr data, ar y llaw arall, yn delio ag ansicrwydd ac yn dod ynghyd i wneud penderfyniadau am ofal a thriniaeth yn ystod beichiogrwydd. Datblygwyd y gêm yn rhan o broses gydweithredol rhwng Dirty Market Theatre a gweithwyr meddygol proffesiynol, yn rhan o raglen ymgysylltu cyhoeddus y prosiect ‘Meddyginiaethau yn ystod beichiogrwydd: rhagfynegi niwed a buddion o ddefnyddio corticosteroidau cyn geni’ sy’n cael ei ariannu gan The Wellcome Trust a’i arwain gan Dr Sarah Stock.

Mae gwneud penderfyniadau am driniaeth yn ystod beichiogrwydd yn fater cymhleth iawn. Yn aml, bydd penderfyniadau’n cael eu gwneud yng nghyd-destun gwrthdaro mewnol (rhwng anghenion y fam a’r baban sy’n datblygu) a phwysau allanol (dylanwadau cymdeithasol/diwylliannol cryf ar eni plant; adnoddau cyfyngedig ar gyfer gofal iechyd). Mae beichiogrwydd ei hun yn faes lle mae cwestiynau gwyddonol am dwf a datblygiad babanod heb eu hateb o hyd. (Mae’n destun syndod mai dim ond dwy feddyginiaeth sydd wedi’u datblygu’n benodol ar gyfer pobl feichiog erioed.) Gellir cael barnau croes gan wahanol ddarparwyr gofal iechyd (bydwragedd, meddygon, dŵlas), ac mae trychinebau sy’n codi o’r defnydd o feddyginiaeth yn ystod beichiogrwydd (e.e. thalidomid) yn cyfrannu at ddiffyg ymddiriedaeth. Mae gofyniad cyfreithiol mewn deddfwriaeth (o ganlyniad i achos Montgomery yn erbyn Bwrdd Iechyd Lanarkshire) i ddarparwyr gofal iechyd sicrhau bod cleifion yn ymwybodol o ‘risgiau perthnasol’, ond ceir gwrthdynnu rhwng cynnal trafodaeth lawn a’r posibilrwydd o godi ofn. Yn aml, bydd rhieni a chlinigwyr a gwyddonwyr mamolaeth yn mynegi teimladau o ansicrwydd, gwrthdaro, cyfrifoldeb, pwysau ac euogrwydd mewn perthynas â gwneud penderfyniadau yn ystod beichiogrwydd.

Mae OMAGEMI yn defnyddio'r themâu hyn i ymchwilio a datblygu fformat a fydd yn tynnu sylw at densiynau / naratifau isorweddol yn ogystal â chreu deialog ryngweithiol agored a fyddai o gymorth i drafod y materion hyn. Drwy ddefnyddio proses ailadroddus, datblygir naratif drwy drafod, a hynny'n cynnwys cymryd rhan mewn tasg adrodd stori, myfyrio ar gynnwys ffilmiau byr a dewis o bac o 'gardiau gwestiynau', gan ymgysylltu â rhanddeiliaid ar nifer o lefelau. Mae'r gêm yn addas ar gyfer amrywiaeth o leoliadau gyda'r bwriad o hybu ymwybyddiaeth gyhoeddus o'r problemau a darparu fforwm lle bydd rhanddeiliaid yn gallu datblygu eu ffyrdd o drafod y materion cymhleth hyn.
Bywgraffiad: Mae Georgina Sowerby a Jon Lee yn ymarfer yn bennaf drwy Dirty Market Theatre www.dirtymarket.co.uk, cwmni theatr a sefydlwyd ganddynt yn 2011. Mae Dirty Market Theatre yn defnyddio dulliau dyfeisgar, penagored i greu perfformiadau cynhwysol: bydd aelodau'r grŵp yn cyfnewid rolau weithiau, gan ddilyn yr ethos creadigol hwn. Drwy wneud defnydd o beth bynnag sydd wrth law, bydd y dramâu yn aml yn fannau cychwyn i drafod elfennau a fyddai'n cael eu diystyru fel arfer.

Dydd Mawrth 11 Mehefin 11.00 -1.00

Cymunedau Dweud Stori
Anna Suschitzky
Crynodeb: Mae Mencap Cymru wedi ariannu cwrs Meistr Ymchwil i edrych ar y manteision o adrodd storïau wrth feithrin gallu a hunaniaeth ymysg pobl sydd ag anabledd dysgu. Cefnogwyd hyn gan Ganolfan Adrodd Storïau George Ewart Evans. Aeth Caroline Andrews ati i astudio storïau personol pobl sydd ag anabledd dysgu er mwyn ymchwilio i'r pwnc hwn. Byddwn yn trafod canfyddiadau'r gwaith ymchwil yn y cyflwyniad.
Mae gan bawb ei stori, yn cynnwys pobl nad ydynt yn defnyddio geiriau. Mae storïau'n haeddu cael eu hadrodd. Rydym yn gwybod bod llawer o bobl sydd ag anabledd dysgu sydd heb gael cyfle i ddweud eu stori eu hunain. Yn lle hynny, bydd rhywun arall yn gwneud hynny drostyn nhw: aelod caredig o'r teulu fel arfer, neu weithiwr cymorth neu 'arbenigwr' fel athro neu feddyg. Yn aml, bydd hunaniaeth pobl sydd ag anabledd dysgu yn cael ei stigmateiddio a'i dibrisio mewn cymdeithas. Yn achos nifer mawr o bobl, eu hanabledd dysgu fydd yr unig stori sy'n cael ei hadrodd amdanynt (y 'prif naratif') ac mae rhannau eraill o'u hunaniaeth yn cael eu cuddio a'u colli. Felly sut allwn ni helpu pobl sydd ag anabledd dysgu i wrthsefyll y prif naratif a chymryd rheolaeth dros adrodd eu stori eu hunain?
Casgliad y gwaith ymchwil oedd bod diffyg cyfleoedd i ddweud pwy ydyn ni wrth bobl eraill yn cael effaith ar ein hymddygiad, hunaniaeth, gallu a lles. Os nad oes gennym neb y gallwn rannu ein stori â nhw, gallwn deimlo'n unig am nad oes neb yn ein hadnabod neu'n deall pwy ydym.
Rhaid cael dweud storïau personol mewn mannau lle mae pobl yn gallu siarad yn onest â'r gwrandäwr a lle maent yn teimlo'n ddiogel wrth wneud hynny. Os bydd mannau'n cael eu creu lle gallwn rannu ein storïau, byddwn yn gallu gwneud synnwyr o'n profiadau, deall

pwy ydyn ni a theimlo'n llai unig. Bydd hyn yn ei dro yn ein helpu i gymryd rheolaeth dros ein bywydau a gwneud penderfyniadau am ein dyfodol. Yn olaf, byddwn yn trafod sut i wneud defnydd o'r ymchwil hon i hybu arferion da mewn cymunedau a gwasanaethau anabledd dysgu.

Bywgraffiad: Mae cefndir Anna ym maes eiriolaeth a chynnwys defnyddwyr gwasanaethau wedi ennyn ei brwdfrydedd dros adrodd storïau. Mae gan Anna 15 mlynedd o brofiad o ddarparu hyfforddiant a gweithdai ar adrodd storïau digidol. Mae wedi gweithio gyda sefydliadau'r trydydd sector, yn cynnwys Voices from Care, Barnardos, Mind a Mencap yn ogystal â Chanolfan Ymchwil CASCADE ym Mhrifysgol Caerdydd a Chanolfan Adrodd Storïau George Ewart Evans ym Mhrifysgol De Cymru.
Mae Anna wedi ennill gradd Meistr mewn Drama ym Mhrifysgol De Cymru. Yn 2018, aeth i weithio i Mencap (y prif sefydliad anableddau dysgu yn y DU) i reoli prosiect hanes llafar. Yn ei rôl yn Arweinydd Adrodd Storïau gyda'r elusen honno, mae Anna wedi arwain ar ddatblygu Fframwaith Adrodd Storïau i'r sefydliad. Roedd hyn yn cynnwys cod moeseg ac Academi Adrodd Storïau ar-lein i gydweithwyr mewn tair gwlad. Mae Anna hefyd wedi gweithio ochr yn ochr ag unigolion a grwpiau i greu storïau ac wedi datblygu gweithdai a hyfforddiant sydd wedi cynorthwyo Gofal Cymdeithasol Cymru a rhaglen DEEP Prifysgol Abertawe.

Hiroko Uenishi a Steve Walden

Crynodeb: Yn rhan o'r ymchwil i'n rhaglen greadigol sy'n cael ei hariannu gan y Sefydliad Cymunedol yng Nghymru, byddwn yn casglu barn prif ofalwyr (eiriolwyr gwybodus a dibynadwy, er enghraifft) am yr effaith o weithgareddau celfyddydau synhwyraidd yn Two Rhythms ar hwyliau ac ansawdd bywyd gwesteion a'r camau i hwyluso eu cyfranogiad mewn gweithgareddau eraill wedyn.
Bydd y cyfweliadau'n cofnodi persbectif y prif ofalwyr/gweithwyr cymorth sy'n gweithio gyda thri grŵp o bobl sydd ag anableddau dysgu: y rheini sy'n byw gydag anableddau dwys a lluosog ac anabledd dysgu arall; y rheini sy'n byw gydag anabledd dysgu yn ogystal â diagnosis o gyflwr ar y sbectrwm awtistaidd; ac oedolion hŷn sy'n byw gydag anabledd dysgu ynghyd â diagnosis o ddementia neu hebddo.
Mae'r cyflwyniad hwn yn disgrifio persbectifau'r gofalwyr a gasglwyd yn ystod cam cyntaf y gwaith ymchwil hwn ac yn ceisio portreadu eu storïau ar sail eu profiadau a'u persbectifau. Gall gynnwys perfformiadau adrodd stori, recordiadau sain digidol a thrafodaethau panel a fydd yn tynnu sylw ein cynulleidfa at eu profiadau, sydd yn aml yn digwydd o'r golwg, o wrando ar y rheini sy'n wynebu heriau corfforol, gwybyddol a heriau o ran cyfathrebu, ac o siarad ar eu rhan.
Mae Two Rhythms yn elusen celfyddydau hygyrch sy'n darparu rhaglenni creadigol er budd pobl sydd ag anableddau dysgu a chorfforol dwys. Rydym yn croesawu pobl o bob oed sydd â llawer math o anghenion iechyd meddyliol a chorfforol. Bydd pob sesiwn yn unigryw ac wedi'i theilwra yn ôl anghenion ein gwesteion. Rydym yn caru ein gwaith a'r gwahaniaeth y mae'n ei wneud.

Bywgraffiad: Mae Dr Steve Walden yn nyrs anableddau dysgu gofrestredig, yn ddamcaniaethwr ffilm, yn anthropolegydd fforensig a diwylliannol, yn awdur ac yn ddarlithydd sydd â diddordeb mawr mewn ymchwil i naratifau bywyd, hanes cymdeithasol a phrofiadau bywyd pobl sydd ag anableddau dysgu. Yn ystod ei flynyddoedd o ymarfer clinigol, mae Dr Walden wedi cydweithio'n agos â phobl sydd ag anableddau dysgu dwys a lluosog ac anghenion cymhleth a gafodd fudd mawr o ddull gweithio unigryw Two Rhythms ac sy'n elwa'n fawr ohono o hyd. Mae'n edrych ymlaen yn fawr at ailgychwyn ei siwrnai gyda Two Rhythms.

Nina Worthington a Charlotte Grainger

Crynodeb: Mae'r papur hwn yn trafod y prosiect arddangos Beyond the Stigma (BTS) fel enghraifft o ymarfer da wrth hybu dealltwriaeth o anabledd a hyrwyddo lles pobl anabl drwy ddulliau seiliedig ar y celfyddydau. Roedd BTS wedi rhoi lle amlwg i stori'r staff yn Ymddiriedolaeth Sefydledig y GIG yr Ysbyty Orthopedig Brenhinol ac wedi eu helpu i gyfleu i'r cyhoedd eu profiadau bywyd o anabledd, amhariadau a chyflyrau iechyd hirdymor. Roedd ymchwilwyr wedi partneru â staff yr Ysbyty Orthopedig Brenhinol i werthuso effaith hirdymor y prosiect hwn ar unigolion. Cynhaliwyd cyfweliadau Dadansoddi Ffenomenegol Dehongliadol a ddangosodd fod modd hyrwyddo syniadau am fanteision anabledd a balchder mewn anabledd yn y gweithle drwy gyfryngau celfyddydol fel fideo a ffotograffiaeth.

Mae'r ymatebion gan gyfranogwyr yn eu geiriau eu hunain yn y papur hwn yn dangos beth maent yn ei weld yn fuddion hirdymor o adrodd storïau fel hyn, a chyfeiriwyd at fwy o barodrwydd i dderbyn pwy oeddent, at fod yn agored, hunanhyder a grymuso. Mae newidiadau yn safbwynt personol y cyfranogwyr ar anabledd yn dangos bod modd gwella lles drwy ymgynefino o'r newydd â diffiniadau a thermau anabledd, eu hunaniaeth eu hunain, ymwybyddiaeth o storïau pobl eraill am anabledd a chysylltiadau newydd â'r gymuned.

Mae'r papur hwn yn tynnu sylw hefyd at y graddau o gyfaddawdu, cadernid a menter bersonol sydd eu hangen i rannu storïau personol am anabledd yn y gweithle, a sut y gellir rheoli'r rhain yn effeithiol a phriodol i gynnal lles unigolion. Bydd yn bosibl ailadrodd, addasu ac ymestyn cysyniad BTS mewn lleoliadau gofal iechyd a phroffesiynol eraill i hyrwyddo strategaethau recriwtio a chyflogaeth. Bydd prosiectau yn y dyfodol yn cynnig cyfle i ymchwilio i effaith anabledd, newid dealltwriaeth a pharhau â sgyrsiau gonest ac agored yn y DU a thu hwnt.

Bywgraffiad: Mae Nina yn Brif Gymrawd Ymchwil a Charlotte yn Gynorthwyydd Ymchwil yng Nghanolfan Ymchwil Sidney De Haan ar gyfer y Celfyddydau ac Iechyd.

Enillodd Nina radd PhD ym Mhrifysgol Liverpool Hope am ymchwil i brofiadau bywyd o ymarfer theatr ac anabledd ymysg actorion a chyfarwyddwyr. Mae ganddi fwy nag 16 mlynedd o brofiad o weithio yn sefydliadau'r celfyddydau a'r cyfryngau, yn cynhyrchu darllediadau radio a ffilm, yn arwain cwrs ar berfformio, yn cyfarwyddo gwaith mewn

theatrau, ysgolion a lleoliadau eraill yn y gymuned. Mae ei brwdfrydedd dros ehangu cyfranogiad yn y celfyddydau hefyd yn ganlyniad i brofiadau bywyd o rianta ac anabledd.

Enillodd Charlotte radd MSc Cerddoriaeth, y Meddwl a'r Ymennydd yng ngholeg Goldsmiths, Prifysgol Llundain. Mae wedi gweithio mewn prosiectau celfyddydau cyfranogol gyda chymunedau, ysgolion, plant a phobl ifanc agored i niwed sydd ag anhwylderau iechyd meddwl ac anableddau dysgu, ac mewn carchardai. Mae wedi ymrwymo i hwyluso cynwysoldeb ac i wneud y celfyddydau'n hygyrch, ac mae hefyd wedi hyfforddi i fod yn feiolinydd clasurol, mae'n fardd ymroddedig ac yn ffotograffydd.

Dr Glenn Miles
Crynodeb: Mae'r papur hwn yn trafod llyfr animeiddio sy'n adrodd stori'r daith gan dri phlentyn sy'n cyrraedd eu gwlad newydd fel ffoaduriaid ac, ar ôl cael eu croesawu gan eu hathro ysgol, yn cael eu hannog i ddweud eu hanes er mwyn eu helpu i ymgynefino â'u hamgylchedd newydd. Mae wedi cael ei drosi i 15 o ieithoedd.

Bywgraffiad: Mae Dr Glenn Miles PhD yn ymchwilydd annibynnol sydd wedi ymchwilio'n helaeth i gam-drin a chamfanteisio rhywiol ymysg plant yn Asia yn bennaf. Mae wedi datblygu cyfres o lyfrau animeiddio i weithio gyda phlant ar bynciau penodol. Mae wedi cyflwyno papurau yn y ddau ddigwyddiad blaenorol ar Adrodd Storïau. Mae rhagor o wybodaeth ar gael yn www.gmmiles.co.uk

Y Celfyddydau er mwyn Iechyd
Clare Robinson
Crynodeb: Byddaf yn cyflwyno ffilm animeiddiedig fer (llai na 6 munud) am adnabod y plentyn oddi mewn, trawma a gobaith. Man cychwyn y ffilm oedd darlun syml a dynnwyd mewn gweithdy o'r plentyn oddi mewn. O'r fan honno, roedd y darlun wedi datblygu'n animeiddiad, ochr yn ochr â cherddi a pheintiadau, a'r awydd i ddweud stori – stori am drawma yn ystod plentyndod, poen, cywilydd ac unigrwydd – gyda'r sylweddoliad a'r gydnabyddiaeth hirddisgwyliedig nad yw fy annwyl blentyn oddi mewn yn anghofiedig mwyach.

Bywgraffiad: Mae Clare yn dilyn y cwrs MA yn y Celfyddydau, Iechyd a Lles ym Mhrifysgol De Cymru.

Julia Hannon
Crynodeb: Bydd y sesiwn hon yn cynnwys y cefndir i'r defnydd o gelfyddydau a chreadigedd fel arfer hanfodol i hyrwyddo lles. Byddaf yn defnyddio paentio haniaethol fel modd i ymadfer ac yn gwneud defnydd cyson o ffotograffiaeth fel ymarfer daearu. Yn ystod y cyflwyniad, byddaf yn cydblethu cofnodion o'm dyddiadur, enghreifftiau o'm lluniau haniaethol a ffotograffau. Byddaf hefyd yn cynnwys darn offerynnol a fydd yn cael

ei chwarae gan fy merch sy’n dilyn cwrs perfformio cerddoriaeth yng Ngholeg Brenhinol Cerdd a Drama Cymru yng Nghaerdydd.

Bywgraffiad: Aildaniwyd cariad Julia at gelfyddyd yn ystod cyfnod anodd yn ei bywyd. Roedd Julia wedi cael diagnosis o Ffeibromyalgia ac arthritis psoriatig, yn ogystal â phrofi nifer o newidiadau mewn bywyd fel ysgaru a phrofedigaeth, a dechreuodd arbrofi drwy baentio haniaethol fel modd i’w mynegi ei hun. Swydd newydd, adleoli, symud tŷ ddwywaith: mae celfyddyd a ffotograffiaeth wedi parhau’n ymarfer daearu ym mywyd Julia. Yn 2022, cafwyd tân yng nghartref Julia, bu farw ci o ganlyniad i anadlu mwg, roedd y tŷ wedi’i losgi’n ulw a bu’n byw gyda ffrind am saith mis.
Roedd y digwyddiad trychinebus hwn wedi drysu Julia a’i gadael yn teimlo’n isel. Ychydig fisoedd wedyn, cafodd Julia a’i merch ddiagnosis o Anhwylder Diffyg Canolbwyntio a Gorfywiogrwydd.
Roedd cwnsela, gwaith celfyddydol, cadw dyddiadur, gweithdai ysgrifennu creadigol a ffotograffiaeth i gyd wedi helpu Julia i brosesu’r hyn a ddigwyddodd yn ei bywyd, ac mae’n eu gweld yn bethau hanfodol fel meddyginiaeth ddyddiol.

Louise Lloyd
Crynodeb: Mae’r cyflwyniad hwn yn ymwneud â phrosiect ‘Dawnsio i Symud’ Ballet Cymru sy’n cael ei gynnal mewn partneriaeth â Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a’r Fro a’i gefnogi gan Versus Arthritis. Mae’r prosiect hwn ar gyfer cleifion sy’n byw gydag arthritis yn eu hieuenctid a’u teuluoedd. Mae’n eu gwahodd i roi cynnig ar wahanol fathau o gelfyddyd ac yn benodol i gymryd rhan mewn gweithdai dawnsio creadigol sy’n addas i’r cleifion a’u brodyr a chwiorydd. Nid yw arthritis yn gyflwr sy’n cael ei gysylltu â phlant fel arfer ac, yn aml, bydd cleifion ifanc sy’n byw gydag arthritis yn teimlo’n ynysig a rhwystredig oherwydd y cyfyngiadau sy’n ganlyniad i’r cyflwr. Byddant yn aml yn cael eu cau allan o weithgareddau fel mesur ataliol.
Sefydlwyd y prosiect hwn i feithrin hyder drwy eu cynnwys mewn diwrnod a gynlluniwyd ar eu cyfer, eu cymell i deimlo balchder yn y gwaith artistig roeddent wedi’i greu, a rhoi cyfle iddynt gwrdd ag eraill sydd mewn sefyllfa debyg a threulio amser gyda nhw. Drwy gydol y dydd, roedd cyfranogwyr wedi cymryd rhan mewn gweithdai i gynnig blas iddynt o ddawnsio a thynnu lluniau dillad a ffigyrau, mewn sesiynau ymwybyddiaeth ofalgar ac mewn gweithdai dawns llawn. Ar ddiwedd pob diwrnod o ddigwyddiadau, cynhaliwyd perfformiad dawns a oedd yn cael ei ysbrydoli gan gynhyrchiad y cwmni proffesiynol ar y pryd o Hugan Fach Goch a’r Tri Mochyn Bach gan Roald Dahl. Roedd y plant wedi cyfrannu’n greadigol i’r perfformiad a gyflwynwyd drwy ddweud stori’r MinPins a’r Blaidd.

Bywgraffiad: Louise yw pennaeth Mynediad a Chynhwysiant Ballet Cymru. Louise yw’r rheolwr prosiect ar gyfer Dawnsio i Symud sy’n cael ei gynnal mewn partneriaeth â Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a’r Fro a’i gefnogi gan Versus Arthritis a Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda. Louise a gyflwynodd y sesiynau blasu dawnsio ar gyfer teuluoedd a’r gweithdy dawns i blant mewn tri lleoliad gwahanol ledled y de a’r gorllewin.

Cychwynnwyd y prosiect hwn gan Joanne May, y Rhewmatolegydd Pediatrig Ymgynghorol yn Ysbyty Plant Cymru mewn ymateb i'r angen i deuluoedd ddod i gysylltiad â'i gilydd ac i bobl ifanc sy'n byw gydag arthritis gymryd rhan mewn gweithgarwch creadigol a chorfforol i feithrin eu hyder a'u cynnwys ac i ymfalchïo yn y perfformiad o'u gwaith.

Adrodd Storïau i Drawsnewid Lleoedd

Joe Brennan

Crynodeb: Bydd y cyflwyniad hwn yn trafod fy ngwaith yn adrodd storïau wrth erchwyn y gwely mewn ysbyty gofal acíwt. Ar ddechrau'r cyflwyniad, byddaf yn adrodd stori a fydd yn addas ar y diwrnod. Byddaf yn disgrifio fy ngwaith fel storïwr am fwy nag 20 mlynedd ac yn arbennig fy ngwaith gydag Arts in Health. Yn ystod y rhagarweiniad hwn, byddaf hefyd yn rhoi gwybodaeth am yr ysbyty lle rwyf yn gweithio, Ysbyty Athrofaol Waterford yn Iwerddon a'r sefydliad rwyf yn gweithio iddo, Realta.

Byddaf yn rhoi disgrifiad o'm gwaith yn adrodd storïau wrth erchwyn y gwely yn y Ward Bediatrig a'r Ward Dialysis Arennol: cysylltu â'r staff wrth gyrraedd, y gwahoddiad i'r claf, dewis y stori y byddaf yn ei hadrodd i'r claf pan fyddwn yn cwrdd. Byddaf yn dewis stori benodol i bob claf.

Byddaf yn ymdrin â'r heriau a geir wrth weithio yn yr amgylcheddau hyn: cyfyngiadau strwythurol y ward, anghenion y staff meddygol, cyflwr emosiynol a chorfforol y claf. Hefyd byddaf yn rhannu'r adborth a gefais gan gleifion, rhieni a staff am fy ngwaith yn adrodd storïau a'r buddion y maent yn eu gweld.

Byddaf yn myfyrio ar rôl y storïwr mewn lleoliadau gofal acíwt gan edrych ar y buddion o adrodd storïau, y cyfrifoldeb gofal tuag at y claf, beth sydd gan y storïwr i'w gynnig a'r manteision i'r claf. Byddaf yn trafod y gwahaniaeth rhwng adrodd storïau yn y sefyllfaoedd hyn a'r perfformiadau cyhoeddus mwy cyffredin gan storïwyr.

Bywgraffiad: Mae Joe Brennan yn storïwr o Iwerddon sydd wedi bod yn adrodd storïau ledled Iwerddon ac mewn gwledydd eraill ers mwy nag 20 mlynedd, i gynulleidfaoedd o bob oed. Roedd yn Artist Preswyl gyda Waterford Healing Arts yn 2021, ac roedd hynny wedi arwain at adrodd storïau yn rheolaidd ar y wardiau pediatrig a dialysis.

Mae Joe yn Artist Arweiniol (ysgrifennu creadigol) gyda'r rhaglen Arts Ability sy'n cael ei harwain gan yr Adran Gelfyddydau yng Nghyngor Sir Wexford mewn partneriaeth â'r Cyngor Celfyddydau, HSE Disability a Gwasanaethau Iechyd Meddwl.

Yn ogystal â hyn, mae Joe yn ysgrifennu dramâu i blant, mae'n gynhyrchydd theatr ac yn awdur y llyfr Donegal Folk Tales.

Sally I'Anson ac Jen Lunn

Crynodeb: Mae ein rhaglen Read for Good mewn ysbytai yn cynnig cyfleoedd gwerthfawr i gael mwynhad, difyrrwch a chysylltiad drwy lyfrau a storïau i filoedd o blant a phobl ifanc mewn ysbytai. Gall adrodd storïau fod yn ffordd effeithiol i chwalu rhwystrau i gyfathrebu,

drwy helpu plant a phobl ifanc o bob oed mewn ysbytai, a'r rheini sy'n dod i'w gweld, i ailaddasu i amgylchedd sy'n newydd ac weithiau'n peri gofid.

Yn ogystal ag adrodd storïau, mae Read for Good yn darparu cyflenwad rheolaidd o lyfrau newydd sbon ac ymweliadau gan storïwyr â 30 o ysbytai plant ledled y DU, yn cynnwys tri yng Nghymru. Mae ein cypyrddau llyfrau hardd yn cael eu gwneud yn arbennig i'w symud o gwmpas y wardiau ac at erchwyn gwely'r plentyn, fel y bydd yr holl blant a phobl ifanc yn gallu dewis o'n harlwy o lyfrau newydd sbon. Bob hanner tymor ac yng ngwyliau'r haf, byddwn yn anfon 120 o lyfrau newydd sbon i bob ysbyty, yn amrywio o lyfrau tudalennau caled i fabanod i nofelau cyffrous i oedolion ifanc. Bydd ein storïwyr profiadol proffesiynol yn ymweld â phob ysbyty saith gwaith y flwyddyn i adrodd chwedlau a dod â storïau'n fyw, gan ddarparu difyrrwch ac adloniant hollbwysig i blant a'u teuluoedd, sydd eisoes o dan anfantais oherwydd salwch neu anaf.

Bydd Sally l'Anson o Read for Good yn cyflwyno crynodeb o wasanaethau Read for Good sydd wedi'u hamlinellu uchod, yn ogystal â thrafod yr adborth rydym yn ei gael am yr effaith o adrodd storïau a darparu llyfrau. Bydd un o'n storïwyr hefyd yn cyflwyno enghreifftiau o 'ddiwrnod ym mywyd y storïwr' er mwyn rhoi disgrifiad llawn o'r effeithiau a buddion uniongyrchol a welir o'i waith.

Bywgraffiad: Sally yw'r Swyddog Ysbytai a Storïau yn Read for Good. Bu Sally yn athrawes ysgol uwchradd am 18 mlynedd, yn Bennaeth Drama a Chelfyddydau Perfformio, a hefyd yn addysgu Saesneg ar lefel CA3 a TGAU. Mae Sally wedi profi'r buddion o adrodd storïau a darllen storïau yn ei gwaith fel athrawes Drama a Saesneg ac mae'n credu erioed yng ngallu'r dychymyg a chreadigedd i fod yn gyfrwng pwysig i fynegi'r hunan a chyfathrebu ymysg plant a phobl ifanc. Bydd Sally yn gwneud defnydd o'i sgiliau a phrofiadau addysg yn ei rôl yn Read for Good, sy'n debyg mewn llawer ffordd o ran deall anghenion a dynameg plant a phobl ifanc tra byddant yn yr ysbyty.

Celeste Ingrams

Crynodeb: Byddaf yn cyflwyno gwaith celf ar ffurf ffilm ddigidol a sgwrs fer i gyd-fynd ag ef. Mae'r ffilm yn ddarn awtoethnograffig a ddatblygwyd drwy fy ymchwil ac ymarfer ar gyfer MA yn y Celfyddydau, Iechyd a Lles. Mae'r gwaith yn ymwneud ag adrodd storïau ymgorfforedig ac ailbortreadu profiadau er mwyn datblygu naratifau sy'n mynd yn groes i'r modelau trechaf mewn systemau/diwylliant iechyd a gofal cymdeithasol. Mae'r ffilm yn ganlyniad i astudiaeth sy'n seiliedig ar drawma a brofwyd mewn Cymuned Therapiwtig, gan ganolbwyntio ar fateroldeb y cof drwy leoedd a'r corff.

Yn ystod y sgwrs, byddaf yn disgrifio rhai o'm prosesau ymchwil awtoethnograffig a'r cyd-destun i hynny. Rhai o'r themâu yw:

- Y profiad o ofal a'r broses o 'ailofalu' mewn perthynas â'r agweddau ar sefydliadau gofal sy'n diraddio
- Metaboleiddio trawma drwy wybyddiaeth ymgorfforedig drwy ymchwil ac ymarfer creadigol

- Pwysigrwydd ailadrodd storïau drwy gelfyddyd fel proses grymuso i wrthsefyll gorthrwm sydd wedi'i fewnoli a chyfleu'r profiad o fod yn y system gofal
- Gweithio ar sail archifau cofnodion iechyd a gofal cymdeithasol i ailgyfleu profiad drwy ymgysylltu ymgorfforedig
- Ailadrodd y profiad o adrodd storïau er iechyd, yn cynnwys cyfeiriadau at arferion cyfranogi symbolaidd mewn cynadleddau iechyd

Bywgraffiad: Mae Celeste Ingrams yn artist amlddisgyblaethol sy'n gweithio'n bennaf drwy gyfrwng ffilm, darlunio a pherfformiad, gan roi'r sylw pennaf i ddulliau ymgorfforedig. Mae'n trafod cwestiynau sy'n ymwneud ag iechyd a lles, ffiniau diwylliannol a dynameg mewn perthnasoedd. Mae themâu gofal, cysylltiad a thrawsnewid yn rhedeg drwy waith yr artist hwn. Mae'n teimlo'n gryf ynghylch yr angen am ddeialog i helpu i newid canfyddiadau, arferion a ffyrdd o fod yn y gymuned.

Rebecca Goodhand

Crynodeb: Yn y sesiwn hon, cyflwynir Clywch ein Lleisiau – Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Cwm Taf Morgannwg. O dan y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant, mae'n ofynnol i Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol ddatblygu Asesiad o Anghenion y Boblogaeth a Chynllun Ardal Rhanbarthol. Y rhain sy'n dangos pa wasanaethau iechyd, gofal cymdeithasol a lles sydd eu hangen yn ein cymunedau. Ein gweledigaeth yw y byddwn yn gwneud gwahaniaeth ym mywydau pobl drwy eu cynnwys, gwrando arnynt a chymryd camau gyda'n gilydd i drawsnewid y ffordd o ddarparu gwasanaethau. Roeddem am ddod o hyd i ffordd hygyrch a chreadigol i gymunedau ddylanwadu er mwyn dod â newid i wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol a theimlo bod eu llais yn cael ei glywed a'i barchu yn y broses.

Dros y ddwy flynedd diwethaf, rydym wedi arwain cyfres o weithdai creadigol. Mae hyn wedi rhoi cyfle i gannoedd o bobl gydweithio â chyfansoddwyr caneuon, artistiaid, beirdd a storïwyr er mwyn cyfleu eu syniadau a phrofiadau ar gyfer y dyfodol. Mae'r syniadau a phrofiadau hyn wedi cyfrannu i'n gwaith strategol, yn cynnwys yr Asesiad o Anghenion y Boblogaeth a'r Cynllun Ardal Rhanbarthol, a fydd yn dylanwadu ar y broses o greu a gwella gwasanaethau. Yn haf 2022, roeddem am ddod â'r darnau creadigol i sylw ehangach a threfnwyd cyfres o chwe sioe o'r enw 'Clywch ein Lleisiau', yn adrodd storïau'r unigolion a gymerodd ran yn y gwaith. Roedd y sioeau'n helpu i ddod â phenderfynwyr uwch a defnyddwyr gwasanaethau at ei gilydd i feithrin cyd-ddealltwriaeth o'r rhwystrau a'r heriau ac, yn bwysicaf oll, i ysbrydoli pobl i gydweithio er mwyn gwella bywydau.

Bydd ein cyflwyniad yn dangos sut roeddem wedi cyflawni'r gwaith hwn, beth oedd y canlyniadau effeithiol, a bydd yn cynnwys perfformiad gan un o'r beirdd, Duke Al Durham, sydd wedi ysgrifennu nifer o gerddi gyda'n cymunedau.

Bywgraffiad: Mae Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Cwm Taf Morgannwg yn dod â phobl ynghyd i wella iechyd, gofal cymdeithasol a llesiant y cymunedau sy'n byw yn Rhondda Cynon Taf, Pen-y-bont ar Ogwr a Merthyr Tudful.

Vin Adams

Crynodeb: Sefydlwyd Pens of the Earth gan Helen Salsbury a oedd am greu fforwm i hyrwyddo rhyddiaith, barddoniaeth ac ysgrifennu am fyd natur sy'n ymateb i'r newid yn yr hinsawdd. 'Nid ydym am greu dim sy'n dywyll a hunllefus,' meddai Helen yn ei datganiad i'r wasg ac, yn wir, mae naws y darnau a gyhoeddwyd ar y wefan yn fyfyriol ac yn gadarnhaol. Mae awduron yn cael eu gwahodd i ddisgrifio beth sydd wedi ysbrydoli pob darn a byddant yn aml yn cyfeirio at les corfforol neu feddyliol.

Wrth ehangu'r rhwydwaith presennol sy'n rhan o Portsmouth Writers Hub, mae Helen yn parhau i ymgysylltu â llenorion newydd a phrofiadol drwy gynnal cystadlaethau rheolaidd ar themâu fel Bywyd Dan y Wyneb a Gwneud Lleoedd i Bobl, a'r wobr yw gweld eu gwaith yn cael ei gyhoeddi. Unwaith y bydd gwaith wedi'i gyflwyno, bydd y tîm golygyddol yn cynnig cyngor a chymorth i'w ddatblygu, ac mae'r wefan yn cynnwys cynghorion ac awgrymiadau i helpu pobl i ddechrau ysgrifennu'n greadigol.

Mae Pens of the Earth yn cydweithio ag asiantaethau amgylcheddol, ac mae'r nosweithiau i siaradwyr a gynhelir yn rheolaidd yn cynnwys sgyrsiau gan y rheini sy'n gweithio mewn mentrau fel Prosiect Adfer Morwellt Solent a Streets for People; mae'r ddeialog a geir o ganlyniad yn flaengar a chadarnhaol.

Rwyf wedi gweithio gyda Pens of the Earth ar gynllunio a pharatoi digwyddiadau gair llafar, ac wedi darparu gweithdai llefaru a drama ar gyfer awduron a grwpiau. Drwy gymryd rhan fel hyn, rwyf wedi cael mewnwelediad i'r buddion i les a geir o ddull creadigol o drafod pwnc a allai fod yn un llethol i'r unigolyn.

Yn yr astudiaeth achos hon o waith llafar, rhoddir trosolwg ar waith Pens of the Earth hyd yn hyn a'r ystyriaethau o ran lles sy'n codi wrth ysgrifennu, rhannu gwaith, cymryd rhan mewn gweithdai a pherfformio gwaith. Drwy roi darlleniadau o ddeunydd sydd ar y wefan (gyda chaniatâd yr awduron), byddwn yn trafod ac yn dathlu'r cysylltiad rhwng yr amgylchedd a'n lles.

Cyfeiriadau

https://pensoftheearth.co.uk/

Bywgraffiad: Mae Vin Adams yn ymchwilydd ar ddechrau ei yrfa sydd ar hyn o bryd yn Rheolwr Datblygu Doethurol ac yn uwch ddarlithydd yn y celfyddydau perfformio ym Mhrifysgol Portsmouth. Bu'n gweithio ym maes theatr mewn addysg a theatr gymunedol yn y 1990au cyn symud i Addysg Bellach, yn cydysgrifennu cyrsiau HND a ddyfeisiwyd gan ganolfannau mewn Theatr Ddyfeisiedig a Chydamserol. Ar ôl dod yn hyfforddwr athrawon yn 2008, symudodd i faes datblygu staff ac yn y pen draw at arwain ar ddysgu ac addysgu. Yn ystod y cyfnod hwn, daliodd ati i ysgrifennu, cyfarwyddo a pherfformio mewn cynyrchiadau mewn gwyliau ymylol yn Llundain, Brighton a Chaeredin, a'r

gylchdaith perfformiadau gwledig yn Hampshire. Yn 2017, dychwelodd i faes Addysg Bellach a dechrau ar ymchwil ymarfer amser llawn ar gyfer PhD yn Portsmouth, yn ysgrifennu ac yn cynhyrchu drama hir yn edrych ar effaith pastiche. Enillodd radd PhD yn 2021. Ymhlith ei ddiddordebau ymchwil y mae deialog rhwng theatr a'i chynulleidfa, seicoddaearyddiaeth yn ymwneud â safleoedd penodol a pherfformiadau llafar.

Adrodd Storïau a Chanser y Fron
Angela El-Zeind

Crynodeb: Yn 2020, cynhyrchais Rebel Boob, perfformiad air-am-air amlgyfrwng, wedi'i seilio ar gyfweliadau â menywod a gafodd ddiagnosis o ganser y fron. Mae Rebel Boob yn berfformiad sy'n canolbwyntio ar y cyfnod ymadfer yn dilyn diagnosis sy'n newid bywyd: y cyfnod pan ydych yn codi darnau'ch bywyd a cheisio eu ffitio i'ch "normal newydd".
Drwy ddefnyddio rhyddiaith, elfennau amlgyfrwng a choreograffi, mae'r perfformiad hwn yn trafod themâu sy'n ymwneud â delwedd y corff, rhyw, iechyd meddwl, perthnasoedd, hunaniaeth a marwolaeth; a'i nod yw canfod gobaith, caredigrwydd, digrifwch a'r gallu i gydsefyll yn ystod cyfnod anodd.
Nid yw Rebel Boob yn bruddglwyfus nac yn ymwneud â chemotherapi na marwolaeth (er y gallem sôn ychydig am y rheini!). Mae'r ddrama hon yn trafod bywyd mewn ffordd ddoniol, onest, obeithiol ac emosiynol; mae'n ymwneud ag ailasesu pwy ydych chi, wrth fyw yn y presennol, a'r pethau gobeithiol sy'n gallu codi'n annisgwyl ar hyd y ffordd.
Mae'r perfformiad hwn wedi cael effaith anhygoel ar y menywod y cawsom storïau ganddynt, ar aelodau cynulleidfaoedd a deimlai fod eu profiadau eu hunain yn cael eu dilysu, ar ffrindiau a theuluoedd cleifion ac ar y nifer mawr o feddygon a welodd y sioe yn ystod digwyddiad hyfforddi. Credaf ei bod yn berthnasol i'r gynhadledd hon am ei bod yn dangos yr effaith y mae adrodd storïau a rhannu profiadau yn gallu ei chael ar iechyd a lles meddyliol. Byddaf yn cyflwyno rhan o'r perfformiad yn fyw, mewnwelediad i'r broses, clipiau digidol a geiriau o gymeradwyaeth.

Bywgraffiad: Mae Angela yn gyfarwyddwr theatr, yn ddarlithydd yn y celfyddydau perfformio, yn sylfaenydd ac yn gyfarwyddwr artistig i Speak Up! Act Out! cic, ac yn hwylusydd gweithdai Theatr Gymwysedig. Wrth ymarfer fel cyfarwyddwr artistig, mae'n cydweithio â chyfarwyddwyr theatr, grwpiau cymunedol, elusennau, corfforaethau ac athrofeydd yn ogystal â gweithio fel mentor a hyfforddwr i unigolion.
Mae cwmni Speak Up! Act Out! wedi ymrwymo i greu perfformiadau y gall cynulleidfaoedd ymgolli ynddynt, sy'n hybu ymwybyddiaeth, yn codi cwestiynau ac yn ysgogi sgyrsiau am y materion sy'n effeithio ar ein cymuned a'n cymdeithas. Rydym yn ceisio sbarduno newidiadau cadarnhaol mewn cymdeithas drwy ddefnyddio theatr fel fforwm ar gyfer trafod.

Dr Zahra Rattray a Dr Margaret Cunningham

Crynodeb: Mae canser y fron yn glefyd cyffredin o hyd ymysg menywod drwy'r byd. Er bod gwelliannau sylweddol yn safon y gofal ar gyfer canser y fron wedi cyfrannu at well cyfraddau goroesi ac ansawdd bywyd ymysg cleifion, mae diagnosis o ganser y fron a'r ymyriadau meddygol sy'n ei ddilyn yn cael effaith ar brofiadau bywyd cleifion am gyfnod hir. Mae system gofal iechyd o ansawdd da yn un sy'n darparu gofal iechyd drwy ganolbwyntio ar y claf, ac mae ymgysylltu â chleifion yn hanfodol wrth ddarparu gofal sy'n canolbwyntio ar y claf.

Yn y sesiwn hon, rydym yn trafod cyfres o weithdai i ymgysylltu â chleifion a rhanddeiliaid a ddarparwyd yn 2022 gyda'r nod o hyrwyddo deialog rhwng cleifion sydd â chanser y fron, ymchwilwyr i ganser y fron a'r clinigwyr sy'n gysylltiedig â'u gofal. Rydym yn portreadu'r broses dysgu cydweithredol a'r canlyniadau o'r gyfres hon o weithdai ymgysylltu â chleifion fel partneriaeth rhwng y gymuned a'r byd academaidd lle mai'r pynciau oedd hybu ymwybyddiaeth o brofiad bywyd y claf ar ôl cael diagnosis o ganser y fron, gweithgareddau ymchwilio i ganser y fron, a'r dull a ddefnyddiwyd gan dimau gofal iechyd amlddisgyblaethol i reoli canser y fron drwy wneud defnydd o adrodd storïau. Defnyddiwyd dull ailadroddus i ddatblygu naratif a fformatiau amlgyfrwng i gofnodi storïau cleifion a oedd yn cynnwys y defnydd o atgofion am wrthrychau, cardiau i gymell adrodd storïau a fformat clywedol meic agored i gofnodi storïau cleifion o adeg y diagnosis hyd at y driniaeth a lleddfu effeithiau'r clefyd. Yn y sesiwn hon, rydym yn adrodd ar y cysyniadau sy'n sail i fformat y gweithdai a hefyd ar y prif ganfyddiadau a gododd o naratifau'r cleifion.

Rhai o'r prif themâu a gododd o'r dadansoddiad ansoddol o recordiadau sain oedd camsyniadau cyffredin ymysg y cyhoedd am ddiagnosis o ganser y fron, pwysigrwydd hunaneirioli mewn penderfyniadau am driniaeth gan gleifion a'r siwrnai emosiynol gymhleth a brofir gan gleifion a gafodd ddiagnosis o ganser y fron.

Drwy ddeall persbectif y claf ar ddiagnosis o ganser y fron a'r profiadau sy'n ei ddilyn, gall gweithwyr gofal iechyd proffesiynol gael modd i ddatblygu dull empathig o rannu gwybodaeth, a chynnwys cleifion mewn penderfynu ar y cyd ar eu gofal iechyd. Er bod diagnosis o ganser y fron yn gallu bod yn llethol o safbwynt corfforol, cymdeithasol, emosiynol a gwybyddol, drwy ddarparu gwybodaeth i gleifion ar adegau priodol yn ystod eu diagnosis a'u triniaeth, gall hynny arwain at well canlyniadau o ran ansawdd bywyd. Mae adrodd storïau fel ffordd i ymgysylltu â chleifion yn gallu meithrin ymddiriedaeth y claf mewn ymchwilwyr, gan sicrhau bod y claf, fel rhanddeiliad allweddol, yn cymryd rhan yn y broses ymchwil.

Bywgraffiad: Dr Zahra Rattray, uwch ddarlithydd ac ymchwilydd i ganser y fron yn Athrofa Fferylliaeth a Gwyddorau Biofeddygol Ystrad Clud (SIPBS) oedd arweinydd academaidd y fenter. Roedd y tîm yn cynnwys cydweithwyr yn SIPBS, Dr Margaret Cunningham, Dr Nicholas Rattray a Dr Susan Chalmers; Mrs Alison Lannigan, llawfeddyg ymgynghorol y fron yn NHS Lanarkshire; Allison Galbraith (Canolfan Adrodd Storïau yr Alban) a Dr Yvonne McFadden (cydgyfarwyddwr Canolfan Hanes Llafar yr Alban). Cynhaliodd y tîm weithdy adrodd storïau mewn tair rhan i ddysgu rhagor am brofiadau'r cyhoedd o ganser

y fron ac i hyrwyddo ymwybyddiaeth o ganser y fron drwy gyfrwng hanes llafar ac adrodd storïau. Roedd 18 o gleifion canser y fron wedi cymryd rhan yn y gyfres o weithdai, yn rhan o gydymdrech i rannu eu storïau am ganser y fron am y tro cyntaf. Cafodd y storïau eu curadu a'u dadansoddi gan ddau fyfyriwr MPharm, Morag Ross a Meghan Hill, yn rhan o brosiect ymchwil eu blwyddyn olaf.

Julia Evans

Crynodeb: Drwy gyfrwng barddoniaeth, gwaith celf a ffilm fer, byddaf yn adrodd hanes y cydweithio rhyngof i (awdur, seicotherapydd systemig) a Susannah Goulding (gwneuthurwr ffilmiau ac artist). Roeddem wedi cwrdd wedi i'r ddwy ohonom gael diagnosis o ganser y fron ac roedd y ddwy ohonom wedi defnyddio ffyrdd creadigol i wneud synnwyr o'r profiad a'i gyfleu i gynulleidfa ehangach. Rydym wedi cymryd rhan mewn deialog drwy farddoniaeth, celfyddyd, sgwrsio a chyfeillgarwch ac wedi defnyddio cynnyrch ein gwaith i ddangos y ffaith nad deuoliaeth yw salwch, yr heriau sy'n codi oherwydd ansicrwydd a rhai o'r posibiliadau annisgwyl sydd wedi dod i'r golwg drwy ein profiadau ni ein dwy.

Byddaf yn adrodd hanes ein sgyrsiau, yn darllen barddoniaeth ac yn dangos gwaith celf a ffilmiau byr i ddangos ein cydymchwil. Fel ymarferydd systemig, rwyf yn credu yn natur unigryw profiadau, yn llif a hylifedd bywyd ac yn y pwysigrwydd o ddarganfod ffyrdd i "fynd yn ein blaen" (Shotter, 1996). Bydd hyn yn amlwg, gobeithio, yn y cyflwyniad.

Bywgraffiad: Mae Julia yn seicotherapydd teuluol a systemig sy'n gweithio i Fwrdd Iechyd Cwm Taf Morgannwg. Ar hyn o bryd, mae'n astudio ar gyfer doethuriaeth mewn Ymarfer Systemig ym Mhrifysgol Swydd Bedford. Mae ei hymchwil ar gyfer doethuriaeth yn ymwneud ag ystyried y potensial sydd mewn meddwl systemig i ddylanwadu a chyfoethogi'r profiad o "fyw ar y trothwy", gan ganolbwyntio ar y profiad trosiannol o salwch ac iechyd da a'r heriau ac ansicrwydd sy'n codi wrth gerdded y llwybr hwn.

Louise Ann Wilson

Crynodeb: Yn haf 2023, cefais ddiagnosis o ganser y fron cyn-ymledol (Ductal carcinoma in situ, neu DCIS) a arweiniodd at gyfres o lawdriniaethau ac yn olaf at gael mastectomi. Drwy gydol y cyfnod hwn – mewn corff o waith o'r enw Becoming Rock – defnyddiais ffotograffau, ffilm a darluniau i gofnodi fy mhrofiad, a lleolais fy nghorff (a thynnu ei lun) mewn gwahanol dirweddau a ddewiswyd oherwydd eu hatseiniau ffisegol, seicolegol a throsiadol. Mae un ardal o galchfaen carbonifferaidd (creigiau o galsiwm) gyda'i meini mawr hindreuliedig, palmentydd calchfaen agennog, a'i chwareli anferth, wedi bod yn neilltuol o arwyddocaol. Daeth y math hwn o garreg yn ystyrlon i mi gan mai mamogram o'm bron yn dangos mannau wedi'u 'calcheiddio' oedd wedi achosi pryderon gyntaf ac arwain at gyfres o fiopsïau, y diagnosis o ganser, a'r llawdriniaethau. Yn fy nghyflwyniad, byddaf yn rhoi ciplun gweledol o'm stori Becoming Rock ac yn defnyddio tirwedd a delweddau (yn manylu ar ddelweddau o'r corff, y tir ac elfennau meddygol) fel ffordd greadigol i ymateb i ddigwyddiad bywyd sy'n 'real' ac yn datblygu.

Bywgraffiad: Mae Dr Louise Ann Wilson yn ddylunydd setiau, yn gyfarwyddwr perfformiadau ac yn ymchwilydd sy'n creu gosodweithiau ac yn cyflwyno perfformiadau drwy gerdded mewn tirweddau gwledig mewn safleoedd sy'n lleoli digwyddiadau bywyd heriol – gyda chanlyniadau trawsffurfiol a therapiwtig. Drwy groestorri celfyddyd a meddygaeth yn ei gwaith, mae wedi rhoi sylw i newid o ganlyniad i'r menopos a llawdriniaeth hysterectomi, salwch terfynol a phrofedigaeth, an/ffrwythlondeb, a bod heb blant oherwydd amgylchiadau, (an)symudedd o ganlyniad i heneiddio a chyfnodau clo, a'r effaith o newid – personol a thopograffig. Mae pob prosiect yn drawsddisgyblaethol ac wedi'i ddatblygu drwy gydweithio'n agos â phobl sy'n adnabod y dirwedd a ddewiswyd, gwyddonwyr, ac arbenigwyr ym maes y digwyddiad bywyd dan sylw, a'r rheini sy'n ei brofi. Hi yw awdur Sites of Transformation: Applied and Socially Engaged Scenography in Rural Landscapes (2022), a gyrhaeddodd y rhestr fer am Wobr Bedeirblynyddol Prâg am y Llyfr Gorau 2023.

Dydd Mawrth 11 Mehefin 2.30 – 3.30

Ysgrifennu Storïau

Dr Kate North a Dr Christina Thatcher

Crynodeb: Nod y prosiect When Women Write yw grymuso menywod yn Zimbabwe ac yng Nghymru i adrodd storïau a'u rhannu. Yn y drafodaeth greadigol hon, byddwn yn disgrifio sut y cafodd y prosiect ei strwythuro a'i gynllunio a sut roedd ysgrifennu er mwyn grymuso wedi effeithio ar les y cyfranogwyr.

Mae menywod mewn ardaloedd sydd o dan anfantais economaidd-gymdeithasol yn Zimbabwe ac yng Nghymru yn wynebu heriau gwahanol a lluosog sy'n cyfyngu eu cyfleoedd i rannu eu storïau. Roedd y prosiect When Women Write yn ceisio ymateb i'r heriau hyn drwy roi llwyfan i fenywod adrodd eu storïau a chael eu clywed. Rhoddwyd y prosiect ar waith yn Zimbabwe ac yng Nghymru, ac anogwyd menywod o gefndiroedd amrywiol i gymryd rhan.

Roedd y prosiect wedi'i rannu'n dri cham. Ar gam un, cynhaliwyd cyfres o weithdai ar-lein ar gyfer datblygu sgiliau ysgrifennu a grymuso menywod i adrodd eu storïau. Ar gam dau, roedd cyfranogwyr wedi cymryd rhan mewn encilfeydd ysgrifennu ar-lein a oedd yn canolbwyntio ar le a hunaniaeth. Ar gam tri, daeth cyfranogwyr o Zimbabwe i Gymru i gymryd rhan mewn cyfnewidfa ddiwylliannol a chael cyfle i ddarllen eu gwaith yn gyhoeddus a datblygu eu sgiliau ysgrifennu gyda phartneriaid fel Llenyddiaeth Cymru a Bardd Cenedlaethol Cymru. Roedd cyfranogwyr wedi'u hannog hefyd i gymryd rhan mewn trafodaethau, rhannu eu profiadau a chynorthwyo ei gilydd drwy gydol y prosiect.

Roedd y broses ysgrifennu yn gyfle i gyfranogwyr eu mynegi eu hunain, fel y gallent fyfyrio ar eu hemosiynau a'u cyfleu mewn amgylchedd diogel a chefnogol. Roedd y prosiect When Women Write yn ffordd effeithiol i rymuso menywod yn Zimbabwe ac yng Nghymru

i rannu eu storïau ac roedd cyfranogwyr wedi cadarnhau bod eu hymdeimlad o les wedi gwella. Yn y cyflwyniad hwn, byddwn yn myfyrio ar y ffordd y cyflawnwyd hyn.

Bywgraffiadau: Mae Kate North yn ysgrifennu barddoniaeth a ffuglen ac mae'n addysgu ysgrifennu creadigol ym Mhrifysgol Metropolitan Caerdydd. Ei chyhoeddiadau diweddaraf yw'r casgliad o gerddi The Way Out (2018) a'i chasgliad o storïau byrion Punch (2019). Hi yw Prif Olygydd Writing in Practice, y cylchgrawn ymchwil i ysgrifennu creadigol. Mae mwy o wybodaeth am ei gwaith creadigol ar gael yma: www.katenorth.co.uk a gallwch ei dilyn yn @katetnorth

Mae Christina Thatcher yn fardd ac yn awdur gweithiau ffuglennol a ffeithiol sy'n hanu o America. Ei diddordebau ymchwil yw barddoniaeth gyfoes, addysgeg ysgrifennu creadigol a rôl ysgrifennu creadigol mewn cyd-destunau therapiwtig a chymunedol. Mae Christina yn ymddiddori hefyd mewn ymchwil ryngddisgyblaethol i ysgrifennu creadigol yn y gwyddorau cymdeithasol a'r dyniaethau meddygol. Mae'n addysgu ym Mhrifysgol Caerdydd.
Mae Christina wedi cael cyhoeddi dau gasgliad o farddoniaeth gan Parthian Books: More than you were (2017) a How to Carry Fire (2020). Enillodd Fwrsariaeth Awduron gan Llenyddiaeth Cymru yn 2018 ar gyfer ei thrydydd casgliad o farddoniaeth, sy'n dwyn y teitl Breaking a Mare ar hyn o bryd, ac mae'n bwriadu ymdrin â benyweidd-dra yng nghyd-destun gwaith fferm, magu ceffylau a reidio mewn rodeos.
Christina yw Golygydd Barddoniaeth The Cardiff Review ac mae'n diwtor yn The Poetry School yn ogystal â bod yn aelod o Fwrdd Rheoli Llenyddiaeth Cymru ac yn aelod o Bwyllgor Addysg Uwch Cymdeithas Genedlaethol Awduron mewn Addysg (NAWE). Mae hefyd yn aelod o fwrdd golygyddol Writing in Practice: The Journal of Creative Writing Research.
Mae rhagor o wybodaeth ar gael yn christinathatcher.com. Gallwch ei dilyn hefyd ar Twitter a/neu Instagram @writetoempower.

Sophia Kier-Byfield a Katy Connelly
Crynodeb: Ar ôl hwyluso ac ymchwilio i grwpiau darllen cyhoeddus a gweithdai creadigol mewn lleoliadau celfyddydau cyfoes a phrifysgolion am flynyddoedd lawer, byddwn yn sylwi'n aml ar y cyfyngiadau ar gyfranogi mewn lleoliadau dysgu ffeministaidd. Wrth symud i weithio gyda'r trydydd sector mewn swyddi proffesiynol a rolau gwirfoddol, rwyf wedi gorfod ailedrych ar y ffordd roeddwn yn dehongli addysgegau ffeministaidd mewn addysg i oedolion ac addysg anffurfiol. Yn y cyflwyniad hwn, byddwn yn ymdrin â myfyrdodau gan hwyluswyr ynghylch sefydlu grŵp ysgrifennu creadigol yn Thrive Women's Aid (Castell-nedd Port Talbot). Mae'r fenter hon, sydd wedi rhedeg yn wythnosol ers Ionawr 2024, yn rhan o'r arlwy o Grwpiau a Gweithgareddau a gynigir gan Thrive Women's Aid ar gyfer defnyddwyr gwasanaethau sydd wedi cofrestru yn y rhaglen LIFE (Liberty, Independence, Freedom and Empowerment), sy'n darparu amrywiaeth o weithgareddau i oroeswyr cam-drin wedi i'r cymorth argyfwng ddod i ben. Bydd y

cyflwyniad yn disgrifio ac yn edrych yn sensitif ar y ffordd y mae adrodd storïau wedi cyfrannu mewn ffyrdd amrywiol ac annisgwyl i'r fenter hon ac yn rhannu myfyrdodau ar lwyddiant o ran meithrin datblygiad a lles a meysydd y gwelir bod angen eu gwella. Yn ogystal â'r cyflwyniad, bydd rhagarweiniad ar y rhaglen LIFE gan swyddog Grwpiau a Gweithgareddau Thrive ac arddangosfa ddigidol o waith aelodau'r grŵp.

Bywgraffiadau: Mae Dr Sophia Kier-Byfield yn ymchwilydd ôl-ddoethurol ym Mhrifysgol De Cymru ac yn wirfoddolwr yn Thrive Women's Aid. Katy Connelly yw'r Swyddog Grwpiau a Gweithgareddau yn Thrive Women's Aid.

Duke Al

Crynodeb: Dechreuais ysgrifennu barddoniaeth yn ifanc. Trodd yn fuan yn fecanwaith ar gyfer ymdopi, yn hunantherapi. Roeddwn wedi dechrau profi meddyliau ymwthiol arswydus ac yn teimlo cyfrifoldeb i'w hatal drwy gyflawni gweithredoedd cymhellol ailadroddus. Roedd hyn yn mynd â llawer iawn o amser, roedd yn peri pryder mawr ac roedd yn dechrau fy nhanseilio. Teimlwn yn unig, gan fy mod yn ofni dweud wrth neb beth oedd yn digwydd yn fy mhen, rhag ofn iddynt fy nghamddeall a'm stigmateiddio. Cefais wybod yn ddiweddarach fod gen i anhwylder gorfodaeth obsesiynol (OCD), cyflwr iechyd meddwl sy'n cael ei gamddeall a'i stigmateiddio gan lawer. Dechreuais ysgrifennu am yr effaith roedd y meddyliau ymwthiol yn ei chael arnaf i. Roedd fy ymennydd yn dweud wrth fy llaw, fy llaw yn dweud wrth y pin ysgrifennu a'r pin yn dweud wrth y dudalen. Gallwn gyfleu a gwneud synnwyr o beth oedd yn digwydd yn fy mhen drwy ysgrifennu cerddi a rapiau. Rhoddodd bwrpas i mi ac roedd yn ddihangfa. Roedd barddoni ac odli wedi achub fy mywyd. Rwyf am roi gwybod am rym barddoniaeth a'r gair llafar fel math o hunantherapi. Byddaf yn gwneud hyn drwy gyfuno'r cyflwyniad â pherfformiad byw o'm barddoniaeth a fydd yn disgrifio fy mhrofiad personol o fyw gydag OCD. Rwyf wedi gweithio gyda sefydliadau fel Celfyddydau er Iechyd a Lles yn y GIG, People Speak Up, Llenyddiaeth Cymru, Cyngor Celfyddydau Cymru, y Gwasanaeth Cyswllt Alcohol, LINKS, Bwrdd Partneriaeth Rhanbarthol Cwm Taf Morgannwg, Prifysgol Metropolitan Caerdydd a nifer o rai eraill, i roi gwybod am rym barddoniaeth. Gallwch weld y cyhoeddiadau diweddaraf o'm gwaith ar BT Sports 'Sport in Words' ar gyfer Mis Hanes Pobl Ddu am Syr Lewis Hamilton, ar BBC Sesh, ym Mhrifysgol Metropolitan Caerdydd, yng nghylchgrawn Artes Mundi, ar Amazon ac ar BBC Scrum V ar gyfer Gemau'r Chwe Gwlad 2022. Mae mwy o wybodaeth am fy ngwaith ar fy nghyfrifon Instagram a Twitter @dukealdurham.

Bywgraffiad: Mae Duke Al yn fardd cyhoeddedig, yn artist y gair llafar, yn rapiwr ac yn ymarferydd creadigol. Odli yw therapi Duke Al. Mae Duke Al wedi ysgrifennu rapiau a cherddi yn ei hen lyfr geiriau ers ei blentyndod. Dyna sut roedd yn ei fynegi ei hun; roedd yn ddihangfa ac yn ffordd i herio OCD. Taniwyd ei angerdd am eiriau ac am odli. Ar ôl cael diagnosis o ddiabetes math 1 yn 23 oed, ei ysgrifennu oedd yn ei helpu i ddeall a chyfleu ei deimladau. Nawr mae'n ceisio creu newid er gwell drwy ddefnyddio un odl ar y tro. I gael gwybod rhagor am ei waith, dilynwch ef ar Instagram a Twitter @dukealdurham.

Creu Cydweithio

Emily Underwood-Lee

Crynodeb: Yn ystod y gweithdy hwn, byddwn yn cychwyn sgyrsiau am gydweithio posibl a phrosiectau yn y dyfodol. Drwy broses cwrdd yn gyflym a gofyn cwestiynau penodol, ceir sgyrsiau byr ond effeithiol a allai gychwyn y broses o ddatblygu prosiectau newydd neu ffurfio partneriaethau newydd i roi syniadau ar waith sydd eisoes ar gael.

Bywgraffiad: Mae Emily wedi canolbwyntio yn ei gwaith ar dynnu sylw at storïau personol nas clywir yn aml gan bobl a all fod wedi'u hymyleiddio neu eu hanwybyddu, ac ar y gwahaniaeth y mae clywed y storïau hynny yn gallu ei wneud mewn polisi, ymarfer a bywyd bob dydd ar gyfer y storïwr a'r gwrandäwr. Mae'n ymddiddori'n benodol mewn storïau am famau, anabledd, rhywedd, iechyd/salwch a threftadaeth.

Ailadrodd Storïau

Wilf Merttens

Crynodeb: Byddaf yn disgrifio prosiect creu storïau a hwyluswyd gen i gyda dau frawd wyth mlwydd oed a oedd yn efeilliaid, un ohonynt wedi bod yn ymladd canser dros y tair blynedd cynt. Rwyf wedi rhoi cyfle i'r brodyr hyn i ddweud storïau a ffurfio cwlwm drwy adrodd storïau. Mae'r profiad o ysbytyeiddio yn ystod y pandemig wedi cael effaith sylweddol ar eu perthynas, gan fod hynny wedi peri iddynt fyw ar wahân am gyfnodau hir. Rwyf yn falch iawn o ddweud bod y teulu mewn sefyllfa bellach lle byddent yn hoffi rhannu un o'r storïau a wnaeth y bechgyn gyda'i gilydd, 'Relax Animal Silent Party'. Bydd fersiwn glywedol yn cael ei rhyddhau yn y misoedd nesaf ac mae gobaith y bydd llyfr stori yn cael ei gyhoeddi gyda chymorth Grand Appeal. Yn y cyflwyniad hwn, byddaf yn trafod fy mhrofiad o feithrin perthynas greadigol gyda'r plant a hwyluso cyfle iddynt gyd-greu a dweud eu storïau eu hunain. (Wrth i'r stori 'Relax Animal Silent Party' ddatblygu, roeddem hefyd wedi dechrau creu cerddoriaeth a seiniau Foley.) Ar y diwedd, roedd yr efeilliaid yn defnyddio ffuglen i ymdrin â'r gwahaniaethau rhyngddynt ac roeddent wedi cynnwys teimladau cymhleth iawn am iechyd, lles a pherthnasoedd yn eu naratif. Y ddwy brif thema yr hoffwn edrych arnynt yw: 1) Sut mae'r stori a grëwyd yn adlewyrchu sefyllfaoedd ac anawsterau'r ddau blentyn, a: 2) Pa effaith wirioneddol roedd y cydweithio creadigol wedi'i chael ar berthynas yr efeilliaid a dealltwriaeth y brodyr ohonyn nhw eu hunain fel cyd-grëwyr. Rwyf hefyd yn edrych ymlaen at gyflwyno'r fersiwn glywedol o'r stori i'w mwynhau gan y rheini sy'n bresennol!

Bywgraffiad: Mae Wilf Merttens yn awdur, storïwr a hwylusydd. Mae'n gweithio yn y rhyngwyneb rhwng drama, hunanfynegiant, hyder ac iechyd meddwl. Enillodd radd MA mewn ysgrifennu creadigol gan Brifysgol London South Bank. Mae ei gwrs ar feithrin hyder mewn siarad cyhoeddus wedi rhedeg yn Ysgol Gelf Chelsea ac ym Mhrifysgol Llundain. Mae wedi bod yn storïwr ReadforGood ers mwy na 10 mlynedd ac wedi

datblygu diddordeb arbennig mewn adrodd storïau mewn ysbytai plant. Mae wedi ennill gwobr Storïwr Ifanc y Flwyddyn, Bristol Story Slam, ac mae ei lyfr 'Bristol Urban Legends' newydd gael ei gyhoeddi gan History Press.

Amanda Couch

Crynodeb: Drwy themâu sy'n cael eu cysylltu â chwedl Rapunzel/Persinette, byddaf yn cyflwyno fideo sy'n trafod syniadau am hudoliad, colled a thrawsnewid drwy gyfeirio at wallt, cerdded, chwilota am fwyd, tyfu planhigion a gwneud anthoteipiau o ganlyniad i'm profiad bywyd o ddal i fod yng nghanol y pandemig COVID-19.

Ers dechrau'r pandemig COVID-19, mae chwedl Rapunzel, a garcharwyd mewn tŵr ar wahân i'r byd, wedi dod yn drosiad cyfarwydd am y cyfnodau clo a'r gorchmynion i aros gartref. Yn fy achos i, mae'r cyfyngu wedi parhau. Ers i'r polisïau iechyd cyhoeddus a'r mesurau amddiffyn gorfodol gael eu lleddfu, ac ers i'r naratifau ynghylch bygythiad y feirws gael eu lleihau, a chymdeithas wedi'i hannog i ddychwelyd i'r byd 'normal', rwyf wedi'i chael yn anodd gweithio oddi mewn i'r sefyllfa hon. A ninnau ar drothwy trydydd pen blwydd dyfodiad y pandemig ar ddechrau 2023, cefais deimlad dwys o anobaith a gofid gan fod fy ymddygiadau fy hun wrth geisio fy niogelu fy hun a'm teulu yn mynd yn groes i'r brif ffrwd. Roeddwn yn ei chael yn fwyfwy anodd dygymod â'r teimladau hyn, felly dechreuais weld yr angen i gymryd camau, i ddod yn wastad â'r sefyllfa.

Wrth geisio derbyn y realiti hwn, trois at awduron a chamau gweithredu, gan ddarllen The Rebirth of Rapunzel gan Kate Forsyth, A Field Guide to Getting Lost gan Rebecca Solnit, a The Mushroom at the End of the World gan Anna Tsing. Gwnes ddefnydd o gerdded ac ysgrifennu myfyriol yn ogystal ag ymchwilio i ddeunyddiau, gyda delweddau o wallt a phlethu, ynghyd â sylwi ar fwydydd gwyllt, chwilota amdanynt a'u paratoi. Ar ôl mwy na blwyddyn, byddaf yn rhannu fy myfyrdodau, deialogau gydag awduron a'm helpodd i ddeall fy sefyllfa, a chofnodion o'r ymchwil seiliedig ar ddeunyddiau a chamau gweithredu rwyf yn parhau i ymgymryd â hi wrth i'r pandemig barhau.

Bywgraffiad: Artist, curadur, ymchwilydd ac uwch ddarlithydd yn y Celfyddydau Cain yw Amanda Couch ym Mhrifysgol y Celfyddydau Creadigol Farnham. Mae'n ymchwilio, yn ailddehongli ac yn ailddyfeisio hanes, myth, defod a gwybodaeth ymgorfforedig gan gydblethu prosesau damcaniaethol, personol a materol. Mae ei gwaith yn pontio rhwng meysydd perfformiad, cerflunio, ffotograffiaeth, argraffu a'r llyfr, bwyd, pethau pob dydd, cyfranogi ac ysgrifennu.

Roedd hi a Catherine Morland wedi curadu The Commons: Re-enchanting the World (2020-22) yn The MERL, Prifysgol Reading, a berfformiwyd ar-lein yn 2021 ac yn fyw yn 2016 a 2019 yn Llyfrgell Wellcome, Llundain; a'i berfformio a'i arddangos yng Ngholeg Brenhinol y Meddygon yn Llundain yn 2020. Cyflwynodd sioe ar ei phen ei hun yn yr Ivy Arts Centre, Prifysgol Surrey yn 2018. Mae ei gwaith i'w weld mewn casgliadau cyhoeddus a phreifat yn y wlad hon ac mewn gwledydd tramor ac mae ei gwaith wedi'i gyhoeddi mewn cylchgronau, ar-lein, mewn llyfrau ac yn rhan o'i cyhoeddiadau o lyfrau artistiaid.

CADEIRYDDION Y PANELI

Yr Athro Roiyah Saltus

Mae'r Athro Roiyah Saltus yn Gymdeithasegydd sy'n ymchwilio, ymysg pethau eraill, i ddamcaniaethau beirniadol am hil, ffeministiaeth, theori datblygu cymunedol, a phersbectifau beirniadol ym meysydd iechyd, polisi ac ymarfer cymdeithasol. Mae Roiyah yn gydgyfarwyddwr, gydag Emily Underwood-Lee, ar Ganolfan Adrodd Storïau George Ewart Evans. Agwedd allweddol ar ei gweithgarwch ymchwil yw tynnu sylw at leisiau pobl o grwpiau poblogaeth ymfudol ac ethnig leiafrifol a'r rheini sydd wedi'u hymyleiddio; tynnu sylw at faterion yn ymwneud â mynediad, ymgysylltu a defnydd mewn nifer o wahanol leoliadau iechyd a gofal cymdeithasol; a dod o hyd i atebion arloesol a llwybrau gwybodaeth newydd ar sail amrywiaeth o bersbectifau, arferion ac ymatebion emosiynol ymysg rhanddeiliaid. Mae prif ddiddordeb ymchwil Roiyah wedi'i seilio ar groestoriadedd, yn enwedig y rhyngweithio a'r effaith o rywedd, oed a dosbarth cymdeithasol a brofir gan grwpiau poblogaeth ethnig leiafrifol a'r rheini sydd wedi'u hymyleiddio ar sail hil.

Julia Evans

Mae Julia yn seicotherapydd teuluol a systemig sy'n gweithio i Fwrdd Iechyd Cwm Taf Morgannwg. Ar hyn o bryd, mae'n astudio ar gyfer doethuriaeth mewn Ymarfer Systemig ym Mhrifysgol Swydd Bedford. Mae ei hymchwil ar gyfer doethuriaeth yn ymwneud ag ystyried y potensial sydd mewn meddwl systemig i ddylanwadu a chyfoethogi'r profiad o "fyw ar y trothwy", gan ganolbwyntio ar y profiad trosiannol o salwch ac iechyd da a'r heriau ac ansicrwydd sy'n codi wrth gerdded y llwybr hwn.

Dr Sarah Crews

Dr Sarah Crews yw Pennaeth Cerddoriaeth a Drama ym Mhrifysgol De Cymru. Drwy ei hymchwil i berfformiad a'r cyfryngau, mae'n ymdrin â bocsio a hunaniaeth; strwythurau grym ac ymgyrchu; bocsio gan fenywod yng Nghymru – ddoe, heddiw ac yfory; rhywedd a pherfformiad mewn bocsio; a bocsio mewn diwylliannau ffisegol a gweledol yn gyffredinol.

Heather Parnell

Mae Heather Parnell yn ddarlithydd ar y cwrs MA mewn Ymarfer Celfyddydol (Celfyddydau, Iechyd a Lles) ym Mhrifysgol De Cymru. Mae'n ymarfer fel artist gweledol gan ymdrin â Rhopograffeg, darlunio pethau dibwys. Mae Heather yn ymddiddori yng

ngwerth creu lleoedd, hunaniaeth a chydgynhyrchu, yn gweithio gyda chymunedau lleol ar gynlluniau adfywio celf cyhoeddus, ac yn gweithio ar draws diwylliannau ar breswyliaethau, arddangosfeydd a llyfrau artistiaid wedi'u gwneud â llaw.

Dr Márta Minier

Mae Dr Márta Minier yn Athro Cyswllt Theatr a Drama yn y Cyfryngau ym Mhrifysgol De Cymru. Ymhlith ei diddordebau ymchwil y mae cyfieithu, addasu, gwaddol Shakespeare a theatr a diwylliant yn Hwngari a Dwyrain Canolbarth Ewrop. Mae Márta yn aelod o fwrdd Canolfan Adrodd Storïau George Ewart Evans ac mae'n cyfrannu drwy gadeirio'r panel ar gyfer Gwobr Goffa Astrid Lindgren ar ran y ganolfan. Mae hefyd yn cynrychioli'r ganolfan yng nghymuned European Fairy Tale Route (EFTR).

Yr Athro Emily Underwood-Lee

Mae Emily Underwood-Lee yn Athro Astudiaethau Perfformio ym Mhrifysgol De Cymru, lle mae hefyd yn gydarweinydd Canolfan Adrodd Storïau George Ewart Evans. Gyda Dr Sarah Wallace, mae Emily yn arwain Rhwydwaith Ymchwil Cymru ar Drais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol, ac yn aelod o grwpiau llywio Rhwydwaith Lles WISERD a Rhwydwaith Celfyddydau, Iechyd a Lles Cymru, sy'n cydweithio'n agos â grŵp trawsbleidiol Senedd Cymru ar y Celfyddydau ac Iechyd.

Mae Emily wedi canolbwyntio yn ei gwaith ar dynnu sylw at storïau personol nas clywir yn aml gan bobl a all fod wedi'u hymyleiddio neu eu hanwybyddu ac ar y gwahaniaeth y mae clywed y storïau hynny yn gallu ei wneud mewn polisi, ymarfer a bywyd bob dydd ar gyfer y storïwr a'r gwrandäwr. Mae'n ymddiddori'n benodol mewn storïau am famau, anabledd, rhywedd, iechyd/salwch a threftadaeth.

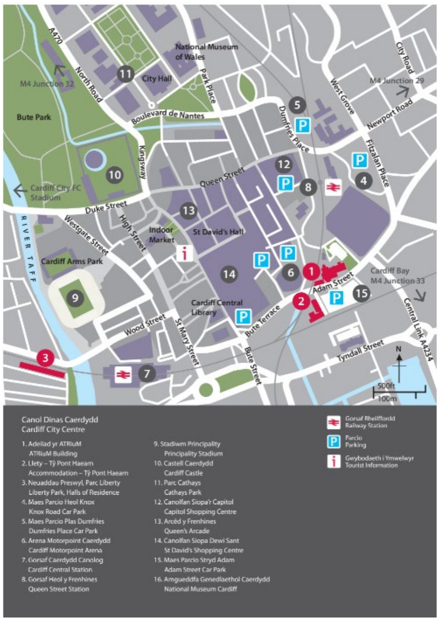
Dr Leah Salter

Mae Leah Salter yn ymarferydd dehongli cymdeithasol systemig, yn seicotherapydd (wedi'i chofrestru gan UKCP), yn oruchwyliwr ac yn addysgydd yn gweithio mewn nifer o gyd-destunau yn y DU, yn cynnwys gweithio mewn gwasanaethau iechyd meddwl oedolion ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg / GIG Cymru. Mae Leah hefyd yn diwtor ac yn oruchwyliwr yn rhaglen y Ddoethuriaeth Broffesiynol mewn Ymarfer Systemig ym Mhrifysgol Swydd Bedford, yn gydgyfarwyddwr y Ganolfan Astudiaethau Systemig / Sefydliad y Teulu, Cymru; yn gydolygydd Murmurations: Journal of Transformative Systemic Practice ac yn gymrawd gwadd ym Mhrifysgol De Cymru / Canolfan Adrodd Storïau George Ewart Evans.

Mae Leah yn byw ar arfordir y de ac yn ymddiddori'n arbennig mewn adrodd storïau, dawns a symud, cerdded a materion ecolegol.

Mae ymarfer a diddordebau ymchwil Leah yn cynnwys ymchwil ac ymarfer naratif ar gyfer gweithredu cymdeithasol, arferion pontio, gweithio gyda grwpiau menywod, adrodd storïau, gwrthsefyll seicopatholeg, dehongli cymdeithasol systemig sy'n cynnwys pobl a chyfranogwyr eraill, ymarfer ecosystemig a datblygu dehongli cymdeithasol systemig y tu hwnt i systemau dynol.

DOD YMA



[Dolen](#) i Google Maps

Ar y Trên

Mae adeilad yr ATRiwM yn daith gerdded 10 munud o orsaf drenau Caerdydd Canolog a thaith gerdded 5 munud o orsaf drenau Heol y Frenhines Caerdydd.

Mewn car

O gyffyrdd 29, 32 neu 33 o'r M4:

Mae maes parcio mawr gyferbyn ag adeilad yr ATRiwM ar Stryd Adam, gellir defnyddio maes barcio arall yn Knox Road. Mae angen i chi droi i'r chwith oddi ar Fitzalan Place i gyrraedd maes parcio Knox Road os ydych chi'n dod o adeilad yr ATRiwM.

Y cod post yw CF24 2FN.

Ar Goets

Mae gwasanaethau National Express rheolaidd o Erddi Sophia a bysiau Megabus o Ffordd y Brenin. Mae Gerddi Sophia yn daith gerdded 25 munud o adeilad yr ATRiwM ac mae Ffordd y Brenin 15 munud i ffwrdd ar droed.

Mewn awyren

Mae Maes Awyr Rhyngwladol Caerdydd 11 milltir o ganol y ddinas ac mae'n cael ei wasanaethu gan gysylltiadau bws a rheilffyrdd rheolaidd. Mae Maes Awyr Heathrow yn Llundain tua dwy awr a hanner i ffwrdd mewn car. Mae maes awyr ym Mryste hefyd.

Lle i Aros

Gallwch chwilio am lety a'i drefnu trwy: https://www.croesocaerdydd.com/aros/

Bwyd, Diod a Siopau

Mae adeilad yr ATRiwM tua 5 munud ar droed o fannau bwyd a siopa yng nghanol dinas Caerdydd, gydag amrywiaeth o siopau mawr ac annibynnol. Ewch allan trwy gefn yr adeilad a cherdded allan o'r maes parcio i fyny i Guildford Crescent ac yna ymlaen i Ffordd Churchill. O'r fan hon, gallwch naill ai fynd i Heol y Frenhines neu Ganolfan Siopa Dewi Sant ac ymlaen i ganol y ddinas.

EFFAITH ADRODD STORÏAU

Yn rhan o'r gynhadledd Adrodd Storïau er Iechyd a Lles, rydym yn awyddus iawn i gael gwybod rhagor am ymarfer pobl mewn adrodd storïau er iechyd a lles.

Arolwg cyn y gynhadledd

Cyn dod i'r gynhadledd heddiw, byddwch wedi cael dolen gennym ar gyfer arolwg byr am eich disgwyliadau o ran y digwyddiad. Os nad ydych wedi cael cyfle i lenwi'r holiadur eto, byddem yn ddiolchgar iawn os gallech ddilyn y cod QR isod er mwyn cwblhau'r arolwg.

Storytelling for Health and Wellbeing pre-event questionnaire

Adborth ar ôl y gynhadledd

Hoffem wybod mwy am beth rydych wedi'i gael o gymryd rhan yn y gynhadledd hon a pha gamau rydych yn bwriadu eu cymryd yn y dyfodol mewn perthynas â'ch ymarfer adrodd storïau. Dilynwch y ddolen isod i roi gwybod i ni am eich profiadau a'r camau rydych yn bwriadu eu cymryd yn y dyfodol.

Storytelling for Health and Wellbeing feedback form

MANIFFESTO'R GYNHADLEDD

Storytelling for Health Conference Manifesto

Written by Prue Thimbleby and Emily Underwood-Lee, January 2021

We **AIM** to embed storytelling within healthcare settings through:

- creating cross disciplinary conversations and collaborations between artists and health practitioners
- showcasing good practice
- building evidence for the impact and outcomes of storytelling for health

STORYTELLING FOR HEALTH

Storytelling might include traditional tales, performance telling, first person narratives conveyed digitally, or through literary, visual, performance, or other creative means. Central to our understanding of Storytelling for Health is that it places the experience of the teller at the centre of the tale - through listening to subjective experience we can develop empathy and knowledge. Storytelling is not a case history but will enable us to understand how another person experiences a particular situation - the truth of emotion and consequence. Storytelling is a way of understanding our current situation and imagining how things might be different.

PRINCIPLES

1. Storytelling for Health is **INTERACTIVE**

We include performance, dance, art exhibitions, films, poetry, and boat trips, as well as short talks, provocations, interviews, workshops, and panels. All sessions include a large element of audience dialogue. We believe that conversations and activities are key to generating ideas and insights.

2. Storytelling for Health is **INCLUSIVE**

We work hard to make the conference truly cross disciplinary with artists, academics, healthcare staff and patients all equally valued and welcomed. The conference is open to new ideas; embraces a variety of perspectives; recognises that storytelling and health are different but equal; and explores what we can learn by listening to one another, exchanging ideas, and working together.

We believe that a broad range of presentations from a diverse group of people creates energy and commitment. We actively include people of all races, backgrounds, genders and abilities.

3. Storytelling for Health is **AFFORDABLE**

Most conferences are not affordable by individual artists or health professionals. We waive conference fees whenever possible through a bursary scheme that anyone can apply for in exchange for volunteering either to run an activity or write a reflection. The bursary scheme is not means-tested or dependent on professional or educational status – anyone who feels they can benefit from a bursary can apply.

4. Storytelling for Health is **ACCESSIBLE**

We strive for accessibility in all aspects of the conference from the venue to using simple, plain, language to present, advertise, document, and to disseminate the content of the conference. We ask all participants what they need as part of our booking process and attempt to meet those needs whenever possible. We recognise that increasing access benefits everyone.

5. Storytelling for Health is **RIGOROUS**

We recognise our expertise and the limitations of our expertise. We value the expertise of others. Claims made at the conference must be backed by evidence. We acknowledge that evidence will take many forms. Submissions are selected through a peer-review process. Space for critical conversations is provided after each presentation. We create an environment of supportive questioning that helps to develop the discipline, rather than combative examination that seeks to catch people out.

6. Storytelling for Health is **HOSPITABLE**

We believe that a welcoming, hospitable environment where care is taken and shown will generate a community and enable us to think deeper and in more challenging ways. We provide: good food; plenty of space for conversation, breaks, and reflection; lots of performance storytelling and music; staff on hand to help, lend an ear, locate people, and showcare.

7. Storytelling for Health has **WELSH ROOTS AND AN INTERNATIONALPERSPECTIVE**

We recognise the origins of the conference without retaining ownership in one organisation or individual. We welcome international contributors to Wales and take Wales out into the world. We let go of the conference so that it can spread to where it is needed, all the while paying respect to where it has come from.

FUTURE

The original conference conveners hope that Storytelling for Health can become a social movement that draws together practitioners from storytelling, health, the arts and academia. This will place stories at the heart of improving health care provision and enable first person narratives shared through story to inform all that we do. Our ambition is that the conference becomes peripatetic, with individuals and organisations able to create their own storytelling for health conferences and events guided by these principles.

BACKGROUND

The first Storytelling for Health conference was initiated by Prue Thimbleby, Arts coordinator at Swansea Bay Health Board, and convened in partnership with Emily Underwood-Lee, Associate Professor at the George Ewart Evans Centre for Storytelling at the University of South Wales. It took place on 15th – 17th June 2017 at the National Waterfront Museum in Swansea. We created a conference that considered the particular role that storytelling might have in relation to health and well-being. The second Storytelling for Health conference took place on 27th – 29th June 2019 at the National Waterfront Museum in Swansea and the University of South Wales in Cardiff. The conferences drew together a community of over 400 practitioners from across the globe.

A variety of Storytelling for Health events have since been planned. We have created this manifesto to promote the growth of this community whilst acknowledging its roots and keeping faithful to the original ethos.

NODIADAU

https://storytelling.research.southwales.ac.uk/cy/

GIG CYMRU NHS WALES
Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg
University Health Board

GIG CYMRU NHS WALES
Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe
Swansea Bay University Health Board

University of South Wales
Prifysgol De Cymru