Siarad am ofal yn y DU

Pecyn cymorth llunio

OXFAM

Y pecyn cymorth

Yn y pecyn cymorth hwn fe welwch argymhellion ac awgrymiadau defnyddiol i'r cyhoedd yn gyffredinol yn y DU. Gall unrhyw un sydd eisiau siarad yn fwy effeithiol am werth pob gofal – gofal am dâl a gofal di-dâl – eu defnyddio mewn modd hyblyg.

Cynnwys

Pam y prosiect hwn? ▶
Sut y penderfynwyd ar yr argymhellion hyn ▶
Pam y mae angen i ni ail-lunio'r naratifau presennol am ofal? ▶
Y naratif newydd ▶
Argymhellion ynglŷn â negeseuon ▶
Nodiadau ▶

Cliciwch ar far uchaf pob tudalen i ddychwelyd i'r dudalen hon.

Pam y prosiect hwn?

Ledled y DU, **mae llawer o bobl sy'n darparu gofal am dâl a gofal di-dâl – gan gynnwys rhieni a gwarcheidwaid plant, gweithwyr gofal cymdeithasol a gofal plant, a gofalwyr di-dâl sy'n cefnogi pobl anabl, sâl ac oedrannus** – yn profi tlodi a chaledi ariannol mawr, ac o dan bwysau corfforol ac emosiynol enfawr.

Mae hyn oherwydd bod yna duedd gyffredinol i gymryd y gofal y maent yn ei ddarparu yn ganiataol, ac i beidio â'i werthfawrogi. Mae llawer o'r naratifau presennol yn ystyried gofal yn weithgaredd heb lawer o werth cymdeithasol ac economaidd, os o gwbl, rhywbeth sy'n digwydd yn breifat yn ein cartrefi, a gwaith nad oes angen llawer o sgiliau i'w wneud.

Mae angen i ni adrodd stori newydd am ofal yn y DU – un sy'n gwerthfawrogi *pob* gofal yn rhan hanfodol o'n cymdeithas a'r economi, rhywbeth sydd o fudd i bawb, a rhywbeth y mae'n rhaid i lywodraethau ei gefnogi a buddsoddi digon o arian ynddo.

Gall yr **argymhellion** sydd yn y pecyn cymorth hwn helpu sefydliadau cymdeithas sifil ac eiriolwyr gofal i gyfathrebu'n fwy effeithiol â'r cyhoedd am bwysigrwydd *pob* gofal a'r gwir angen i'w werthfawrogi, gan baratoi ar gyfer galwadau i weithredu dros newid polisi.

Mae'r **negeseuon** wedi cael eu datblygu ar gyfer **cynnwys wedi'i anelu at y cyhoedd.** Ni ddylent gael eu hystyried yn sgript gaeth – yn hytrach, gellir eu haddasu yn hyblyg i ystod eang o gynnyrch dylanwadu a chyfathrebu.

Sut y penderfynwyd ar yr argymhellion hyn

Mae'r argymhellion sydd yn y pecyn cymorth hwn yn seiliedig ar ymchwil a wnaethpwyd rhwng Mehefin 2022 ac Ionawr 2023 gan Oxfam a The Answer. Roedd y prosiect yn cynnwys Grŵp Llywio Ymgynghorol yn cynnwys yr aelodau a ganlyn: Ymddiriedolaeth y Gofalwyr, Carers UK, Sefydliad Joseph Rowntree, Cyngres yr Undebau Llafur, Rhwydwaith Cydraddoldeb Menywod Cymru, a'r Women's Budget Group.

Datblygwyd y negeseuon trwy ddulliau ymchwil amrywiol, gan gynnwys ***dadansoddiad semiotig***, adolygiad llenyddiaeth, a grwpiau ffocws ar-lein â'r cyhoedd. Cawsant eu profi hefyd, yn Saesneg yn unig, trwy arolwg arbrofol â sampl o 3,000 o bobl yn cynrychioli pobl y DU.

Trwy'r arolwg, llwyddwyd i bwyso a mesur y modd y bu i'r negeseuon helpu i newid barn pobl am ofal a gwneud iddynt roi blaenoriaeth i ofal dros faterion polisi eraill.

Mae adroddiad llawn ar yr ymchwil a mwy o fanylion am y dulliau a'r canfyddiadau i'w gweld ***yma***.

Roedd y prosiect yn rhan o ymchwil a gynhaliwyd ledled y DU, Kenya a Zimbabwe, ac a oedd yn edrych ar farn gwahanol gynulleidfaoedd am ofal di-dâl, gwaith anffurfiol a'r economi, a pha naratifau a all helpu i newid y rhain fel bod gofal a gwaith anffurfiol yn cael ei werthfawrogi'n fwy.

Pam y mae angen i ni ail-lunio'r naratifau presennol am ofal?

Canfu'r ymchwil a wnaethpwyd gennym fod angen i ni fod yn ymwybodol o syniadau cyffredin ynglŷn â gofal ymhlith y cyhoedd ym Mhrydain wrth i ni geisio adrodd stori wahanol am ofal:

- Mae pobl yn tueddu i feddwl bod gofal yn rhan bwysig o gymdeithas y DU, ac yn cydnabod bod diffygion difrifol yn y ddarpariaeth ofal a phrinder arian. **Ond nid yw gwella hyn o reidrwydd yn cael ei weld yn flaenoriaeth y dylai gwleidyddion ei hystyried o ddifrif,** mewn cymhariaeth â materion eraill megis mewnfudo, tai a'r economi.
- Mae pobl hefyd yn fwy tebygol o weld gofal trwy lens eu profiadau personol o ofalu. O ganlyniad, mae gofal yn tueddu i gael ei ystyried yn weithred unigol, pan fo gofalu, mewn gwirionedd, yn rhan o rym cyfunol.
- Mae negeseuon yn y cyfryngau yn tueddu i ganolbwyntio ar storïau negyddol am ofalu a methiannau'r system ofal (e.e. gofal plant a gofal cymdeithasol) – **mae'r storïau cadarnhaol ynglŷn â'r hyn y mae'r gofalwyr eu hunain yn ei wneud yn aml yn cael eu hepgor ac yn aros yn anweledig.**

Gyda'i gilydd, mae'r syniadau hyn yn **cyfyngu ar y graddau y mae'r cyhoedd yn gwerthfawrogi gofal,** oherwydd mae'r **pwyslais** yn tueddu i fod ar yr hyn sydd o'i le â gofal; mae **gwir werth gofalwyr i gymdeithas ac i'r economi yn parhau'n anweledig.**

Naratif newydd

Naratif ambarél y gellir ei ddefnyddio i ail-lunio ystod eang o faterion gofal

Mae gofalu yn ymwneud â llawer o wahanol weithgareddau – o fagu plant, i ddarparu gofal a chymorth di-dâl i bobl anabl, wael neu hŷn; gwneud gwaith tŷ megis coginio a glanhau; a gweithio mewn cartref gofal neu leoliad gofal plant.

Oherwydd hyn, mae'n bosibl bod unigolion yn gweld gofal mewn ffordd wahanol, gan ddibynnu yn aml ar eu profiad personol eu hunain.

Gellir defnyddio **naratif ambarél,** sy'n cyfuno datganiad **cynsail a thystiolaeth**, i ail-lunio ystod eang o faterion gofal trwy ddangos pa mor bwysig yw pob gofal fel gweithgaredd cyfunol.

Naratif ambarél Rhan 1: Datganiad cynsail – gofal fel gweithgaredd cyfunol sy'n dal cymdeithas at ei gilydd

Datganiad cynsail

Bob diwrnod ledled y DU, mae gwaith gofalwyr cyflogedig a di-dâl yn helpu i ddal cymdeithas at ei gilydd – dyma'r rhwydwaith anweledig o gymorth, empathi a gofal i'r bobl y mae arnynt ei angen fwyaf, sy'n cynnal ein sylfeini cymdeithasol ac economaidd.

Mae'r cynsail yn egluro yn glir ond yn gryno sut y mae pob gofalwr unigol a phob math o weithgaredd gofal (boed yn ofal am dâl neu'n ofal di-dâl) yn cyfrannu at fudd cymdeithasol ac economaidd mwy.

Naratif ambarél Rhan 2: Datganiad o dystiolaeth – y prif ffeithiau ynglŷn â maint a natur gofal yn y DU

Datganiad o dystiolaeth

Yn y DU, mae mwy na 10 miliwn o bobl[1] yn darparu gofal di-dâl a gofal am dâl; mae hynny'n fwy nag un o bob pump. Maent yn helpu ein plant i dyfu a dysgu, yn cefnogi annibyniaeth pobl anabl, yn sicrhau bod ein perthnasau oedrannus yn byw bywydau cyflawn, ac yn cadw ein cartrefi i fynd.

Gweler y nodiadau ar y diwedd am fanylion pwysig ynglŷn â'r ffigur y cyfeirir ato yn y datganiad o dystiolaeth ('10 miliwn o bobl').

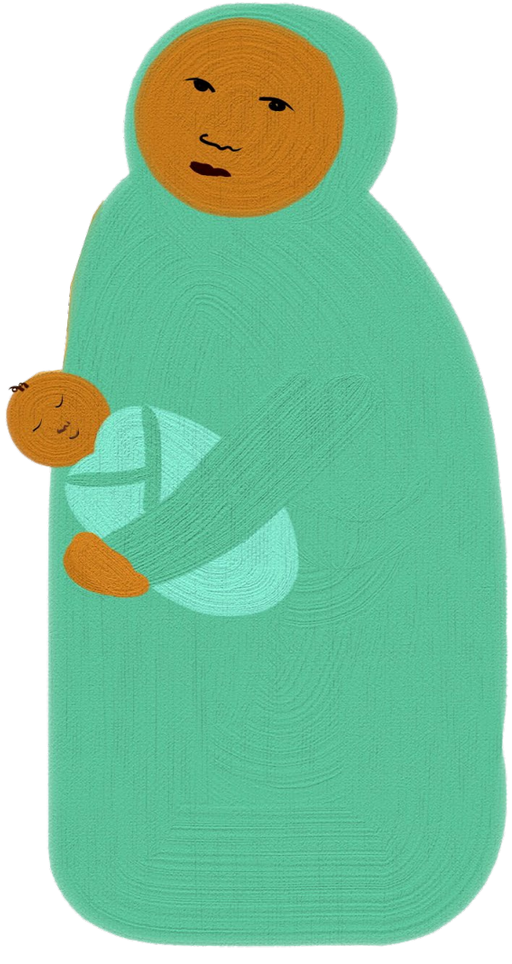
Mae angen dadansoddiad pellach er mwyn datblygu mesur manwl-gywir o faint o bobl sy'n darparu gofal am dâl a gofal di-dâl ledled y DU, gan ddefnyddio diffiniad eang y prosiect hwn.

Naratif ambarél Rhan 2 parhad:

(1) Mae gofalu yn aml yn weithgaredd cudd ac mae'n anodd ei gofnodi trwy ddata arolwg (e.e. efallai nad yw pobl yn ystyried eu hunain yn ofalwyr di-dâl); mae ystadegau swyddogol y DU ar 'ofal di-dâl' hefyd yn seiliedig ar ddiffiniad mwy cyfyng na'r un a ddefnyddir yma – gall hyn arwain at amcan rhy isel o nifer y gofalwyr;

(2) Mae rhai pobl yn jyglo gwahanol gyfrifoldebau gofalu am dâl a gofalu di-dâl, e.e. gallai rhieni hefyd fod yn ofalwyr di-dâl i bobl ag anghenion ychwanegol, a gallai gweithwyr gofal cyflogedig fod â chyfrifoldebau gofal di-dâl). Gall hyn arwain at gyfrif rhai gofalwyr ddwywaith mewn ystadegau.

Mae'r datganiad o dystiolaeth yn dangos pa mor bwysig yw nodi graddau *pob* gofal – o ran niferoedd a gweithgareddau. Mae'n rhoi fframwaith hyblyg y gellir ei addasu ar gyfer data a dadansoddiadau newydd sy'n dod ar gael.



Yna gellir rhannu'r naratif ambarél yn dri datganiad effaith. Mae pob un yn disgrifio canlyniadau negyddol peidio â darparu mwy o gefnogaeth i ofalwyr a buddsoddi mwy ynddynt, o wahanol bersbectifau.

Ar sail ein hymchwil, gwyddom fod yna brawf bod y tri datganiad (a brofwyd yn Saesneg) yn gallu cynyddu amlygrwydd gofal i'r cyhoedd.

Datganiad Effaith 1: Darpariaeth

Y modd y bydd darpariaeth well i ofalwyr yn lleihau dioddefaint ac yn achub bywydau

Heb ragor o fuddsoddiad a chymorth i ofalwyr bydd yna ganlyniadau difrifol i gymdeithas:

Bydd y GIG yn cael mwy o anhawster ymdopi nag y mae'n ei gael ar hyn o bryd hyd yn oed, gan olygu y bydd mwy o bobl yn dioddef a mwy o bobl yn marw'n ddiangen. Mae gofal cymdeithasol wedi'i ariannu'n briodol yn allweddol er mwyn mynd i'r afael â'r broblem hon sy'n gwaethygu.

Ond mae llawer o ofalwyr dan bwysau yn barod, ddim yn cael eu gwerthfawrogi ac yn cael trafferthion ariannol, felly heb ragor o fuddsoddiad mewn gofalwyr cyflogedig a gofalwyr di-dâl mae dyfodol a lles ein hanwyliaid mewn perygl.

Datganiad Effaith 2: Economaidd

Y modd y mae diffyg cymorth i ofalwyr yn gallu eu gyrru i dlodi

Heb ragor o fuddsoddiad a chymorth i ofalwyr bydd yna ganlyniadau difrifol i ofalwyr:

Ar gyfartaledd, mae 600 o bobl y diwrnod yn gorfod gadael cyflogaeth er mwyn gofalu'n ddi-dâl am berthnasau hŷn ac anabl, a hynny oherwydd diffyg cymorth yn y gweithle.[2]

Os nad oes gofal plant ar gael i bawb, mae llawer o rieni sydd eisiau dychwelyd i'w gwaith yn methu â gwneud hynny neu mae'n rhaid iddynt dderbyn swyddi cyflog isel er mwyn gallu gofalu am eu plant. Gall hyn gael effaith ddifrifol ar incwm gofalwyr, ac mae llawer yn cael eu tynnu i dlodi.

Datganiad Effaith 3: Derbynwyr gofal

Y modd y bydd diffyg cefnogaeth i ofalwyr yn cael effaith negyddol ar dderbynwyr gofal

Heb ragor o fuddsoddiad a chymorth i ofalwyr bydd yna ganlyniadau difrifol i'r rhai y mae arnynt angen gofal fwyaf mewn cymdeithas:

Bydd ein profiad o henaint yn llawer llai cadarnhaol – colli cyswllt a phobl a cholli'r anogaeth gorfforol ac emosiynol y mae ei hangen i fyw bywyd boddhaus.

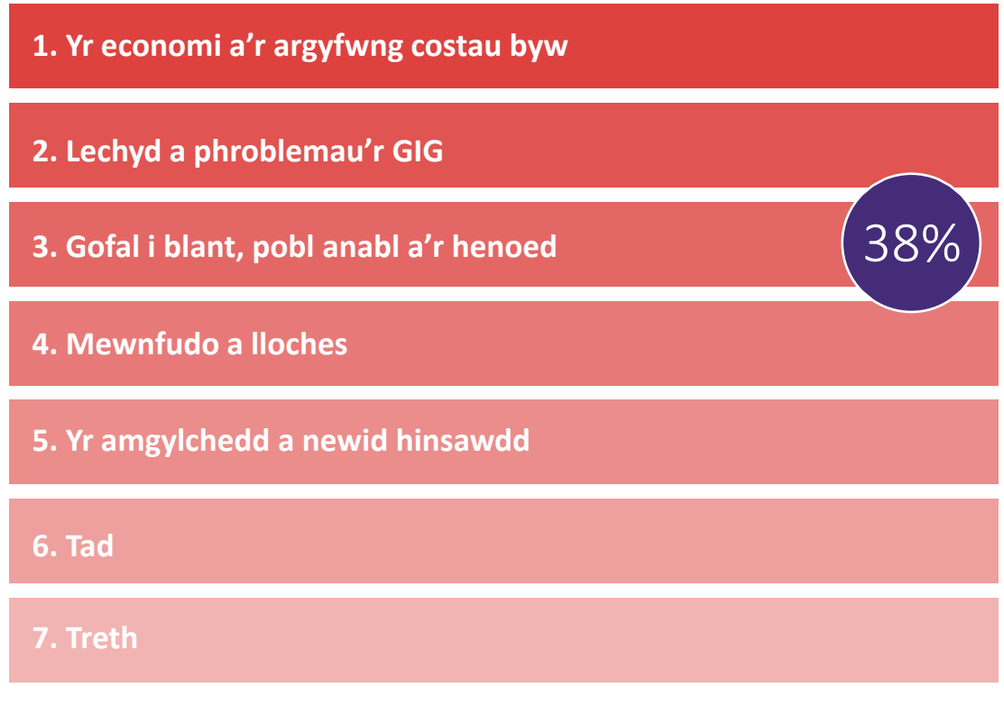
Bydd yn fwy anodd i bobl anabl fyw bywydau annibynnol sy'n rhoi ymdeimlad o foddhad iddynt, a bydd pobl sydd â salwch difrifol yn ei chael yn anodd byw â'r urddas y maent yn ei haeddu.

Ar sail ein hymchwil, **mae yna brawf y bydd y naratif newydd (a brofwyd yn Saesneg) yn gwneud gofal yn fater polisi mwy amlwg i'r cyhoedd, ac mae'r tri datganiad effaith yn cyflawni cystal â'i gilydd.**

Roedd 16% o'r ymatebwyr nad oedd wedi clywed y naratif yn gweld gofal fel un o'r tair prif flaenoriaeth i wleidyddion. O ran yr ymatebwyr a oedd wedi clywed y naratif, roedd mwy na 38% (ar gyfartaledd, ar draws y tri datganiad effaith[3]) yn gweld gofal fel un o'r tair prif flaenoriaeth i wleidyddion.

Y drefn yr oedd yr ymatebwyr **nad oeddent** wedi clywed y naratif newydd yn gosod y materion

Y drefn yr oedd yr ymatebwyr **a oedd** wedi clywed y naratif newydd yn gosod materion



Argymhellion ynglŷn â negeseuon

Wrth ddefnyddio'r naratif ambarél – y cynsail.

Pwysleisiwch fod gofalu yn weithgaredd cyfunol sy'n sicrhau bod cymdeithas yn gweithredu o ddydd i ddydd.

Bob dydd, ledled y DU, mae gwaith gofalwyr am dâl a gofalwyr di-dâl yn helpu i **ddal cymdeithas at ei gilydd** – dyma'r **rhwydwaith anweledig o gefnogaeth, empathi a gofal** i'r **bobl y mae arnynt ei angen fwyaf** sy'n **cefnogi ein sylfeini cymdeithasol ac economaidd.**

Dangoswch fod gofal 'ar fynd bob amser' ac ym mhob man, a'i fod yn cynnwys gwahanol fathau o ofal – gofal am dâl a gofal di-dâl.

Pwysleisiwch mai gofalwyr yw glud cymdeithasol cymdeithas. Mae gwaith gofalwyr yn fwy na gweithredoedd unigolion.

Mae'r syniad o rwydwaith anweledig o gefnogaeth yn helpu i ddangos bod gofalu yn weithgaredd cyfunol a'i fod yn fwy na gwaith gofalwyr unigol.

Pwysleisiwch fod y gwaith hwn o fudd i'r rhai y mae arnynt ei angen fwyaf mewn cymdeithas, er mwyn cael cydymdeimlad.

Mae'n hanfodol dweud bod gwaith gofalwyr yn hollbwysig i gymdeithas ac i'r economi – mae hyn yn cadarnhau ei bwysigrwydd ac yn dangos effaith peidio â gwerthfawrogi gofal

Wrth ddefnyddio'r naratif ambarél: y dystiolaeth.

Dangoswch pa mor niferus yw gofalwyr a'r ystod o gyfrifoldebau gofalu sydd ganddynt.

Yn y DU, mae mwy na **10 miliwn o bobl** yn darparu gofal di-dâl a gofal am dâl – mae hynny'n **fwy nag un o bob pump**. Maent yn helpu **ein plant** i dyfu a dysgu, cefnogi annibyniaeth **pobl anabl,** sicrhau bod **ein perthnasau oedrannus** yn byw bywydau sy'n rhoi boddhad, ac yn cadw ein **cartrefi i fynd.**

Mae dangos cynifer o bobl sy'n ymwneud â phob math o ofalu yn dystiolaeth glir ei fod yn weithgaredd sy'n bodoli o hyd, ac mae'r nifer mawr yn sioc i bobl – gweler ***tudalen 9*** am nodiadau pwysig ynglŷn â'r ffigur hwn a thystiolaeth am ofal.

Mae gosod ffigurau haniaethol mewn ffyrdd y mae'n haws i bobl eu deall yn helpu i ddynoli'r rhifau.

Mae dangos yr ystod o wahanol gyfrifoldebau sy'n rhan o ofal yn helpu i ddangos pa mor bwysig yw gofalu ym mhobman, nid mewn 'cartrefi gofal' yn unig.

Mae defnyddio iaith perthyn fel 'ein' neu 'ni' yn helpu i greu empathi a pherthnasedd i'r cyhoedd.

Lle mae'n bosibl, ei wneud yn berthnasol i brofiadau bob dydd pobl er mwyn iddo deimlo'n nes i'w bywydau.

Sut i ddefnyddio'r datganiadau effaith: darpariaeth.

Pwysleisiwch fod gofalu yn cael ei ddangos fel gweithgaredd cyfunol sy'n sicrhau bod cymdeithas yn gweithredu o ddydd i ddydd.

Heb ragor o fuddsoddiad a chymorth i ofalwyr, bydd yna ganlyniadau difrifol i gymdeithas: Bydd y **GIG yn cael mwy o anhawster ymdopi** nag y mae'n ei gael ar hyn o bryd hyd yn oed, gan olygu y bydd mwy o bobl yn **dioddef a mwy o bobl yn marw'n ddiangen** – **mae gofal cymdeithasol wedi'i ariannu'n briodol yn hollbwysig er mwyn mynd i'r afael â'r broblem hon sy'n gwaethygu**. Ond **mae llawer o ofalwyr dan bwysau yn barod, ddim yn cael eu gwerthfawrogi ac yn cael trafferthion ariannol**, felly heb ragor o fuddsoddiad mewn gofalwyr cyflogedig a gofalwyr di-dâl **mae dyfodol a lles ein hanwyliaid mewn perygl**.

Mae'r cyhoedd yn ymatebol iawn i unrhyw beth sy'n fygythiad i'r GIG, gan fod y GIG yn symbol pwerus o fudd cyhoeddus mewn cymdeithas.

Mae dioddefaint dynol yn achosi i bobl dalu sylw i ddifrifoldeb y sefyllfa.

Dangoswch fod gwell cyllid i'r seilwaith gofal (e.e. Iechyd a gofal cymdeithasol, a gofal plant) yn allweddol er mwyn mynd i'r afael â'r problemau hyn.

Ond nodwch yn glir bod gofalwyr yn cael anhawster yn barod, ac o ganlyniad bod angen mwy o gefnogaeth a buddsoddiad.

Sut i ddefnyddio'r datganiadau effaith: economaidd.

Pwysleisiwch sut y mae diffyg cefnogaeth i ofalwyr yn effeithio ar y gofalwyr eu hunain, gan ganolbwyntio ar yr effaith economaidd.

Heb ragor o fuddsoddiad a chymorth i ofalwyr, bydd yna ganlyniadau difrifol i ofalwyr:

Ar gyfartaledd, **mae 600 o bobl y diwrnod yn gorfod gadael cyflogaeth er mwyn gofalu'n ddi-dâl** am berthnasau hŷn ac anabl, a hynny oherwydd **diffyg cymorth yn y gweithle**.

Os nad oes **gofal plant ar gael i bawb** mae llawer o **rieni sydd eisiau dychwelyd i'w gwaith yn methu â gwneud hynny neu maent yn gorfod derbyn swyddi cyflog isel** er mwyn gallu gofalu am eu plant.

Gall hyn gael **effaith ddifrifol ar incwm gofalwyr, ac mae llawer yn cael eu tynnu i dlodi**.

Pwysleisiwch gynifer o bobl sy'n gorfod gadael cyflogaeth am dâl i ofalu am eraill.

Pwysleisiwch pa mor annigonol yw'r seilwaith gofal a'r diffyg cefnogaeth i ofalwyr sy'n ei gwneud hi'n anodd/amhosibl i jyglo gwaith am dâl a gofalu di-dâl.

Pwysleisiwch fod ar rieni a gofalwyr di-dâl eisiau dychwelyd i'r gwaith, ond eu bod yn cael anhawster gwneud hynny oherwydd darpariaeth gofal plant wael.

Nodwch yn glir mai un o ganlyniadau'r diffyg cefnogaeth yw bod mwy o bobl yn cael eu gwthio i dlodi, neu'n profi iechyd meddwl a chorfforol gwael.

Sut i ddefnyddio'r datganiadau effaith: derbynwyr gofal.

Eglurwch sut y mae'r diffyg cefnogaeth i ofal yn gallu cael canlyniadau negyddol o ran lles yr union bobl y mae i fod i'w helpu.

Heb ragor o fuddsoddiad a chymorth i ofalwyr, bydd yna ganlyniadau difrifol i'r rhai hynny y mae arnynt angen gofal fwyaf mewn cymdeithas:

Byddai ein profiad o henaint yn llawer llai cadarnhaol – colli **cyswllt â phobl** a cholli'r **anogaeth gorfforol ac emosiynol** y mae ei hangen i fyw bywyd sy'n rhoi boddhad.

Byddai'n fwy anodd i bobl anabl **fyw bywydau annibynnol sy'n rhoi ymdeimlad o foddhad iddynt**, a byddai pobl sydd â salwch difrifol yn ei chael yn anodd **byw â'r urddas y maent yn ei haeddu**.

Mae gosod henaint yn nhermau profiad personol yn atgoffa pobl ei fod yn rhywbeth a fydd yn dod i ran pob un ohonom yn ei dro.

Wrth siarad am henaint, defnyddiwch iaith sy'n canolbwyntio ar bwysigrwydd manteision emosiynol yn ogystal â chorfforol gofal.

Wrth siarad am bobl anabl, pwysleisiwch sut y mae gofal yn cefnogi eu hannibyniaeth.

Pwysleisiwch sut y mae gofalwyr yn helpu pobl i fyw ag urddas a pharch.

PETHAU I'W GWNEUD

- ✓ **Gwnewch yn siŵr bod manteision cyfunol gofal i gymdeithas yn hollol glir** – gwyddom ei bod yn hawdd cymryd gofal a gofalwyr yn ganiataol.
- ✓ Arweiniwch â'r syniad bod **gofalu yn weithgaredd cyfunol** sy'n **dal cymdeithas at ei gilydd** a'i fod yn gwneud cyfraniad mawr **i les pawb.**
- ✓ **Gosodwch ofalwyr yn rhan o 'rwydwaith anweledig o gefnogaeth, empathi a gofal'** – gall hyn helpu i gyfleu gwerth cyfunol gofal yn ogystal â'r cysyniad o 'seilwaith', mewn ffordd bwerus a hygyrch.
- ✓ Eglurwch fod gofalu yn rhywbeth sy'n cael ei wneud gan **lawer o bobl** – bod gofalwyr o'n cwmpas ym mhobman.
- ✓ Atgoffwch gynulleidfaoedd am **gwmpas gofalu** – o'r ieuengaf i'r hynaf, a phopeth yn y canol.
- ✓ **Pwysleisiwch fanteision emosiynol** gofalwyr – cynhesrwydd dynol, annibyniaeth ac urddas – yn ogystal â'r rhai ymarferol.
- ✓ Defnyddiwch **iaith sy'n annog pobl i weld bod negeseuon yn uniongyrchol berthnasol iddyn nhw** – e.e. trwy ragenwau meddiannol am dderbynwyr (*ein* perthnasau) neu rywbeth sy'n perthyn i ni i gyd (*ein* gwlad).

PETHAU I BEIDIO Â'U GWNEUD

- ✗ Dechrau'r **naratif â gweithgareddau gofalu penodol** – dechreuwch trwy ganolbwyntio ar gyfraniad cyfunol gofalu ac yna siarad am fathau penodol o ofal.
- ✗ **Canolbwyntio'n gyfan gwbl ar heriau gofalwyr am dâl a gofalwyr di-dâl, heb gyfeirio hefyd at y cyfraniad cadarnhaol** – mae pobl yn tueddu i fod yn ymwybodol o broblemau yn barod (ond nid o reidrwydd o'r cyfraniad) a bydd hyn yn llai tebygol o newid meddyliau.
- ✗ **Cymryd yn ganiataol bod pob math o ofal yn cael ei weld yn yr un ffordd**, yn enwedig o ran y syniad o ofal yn fudd cymdeithasol – er enghraifft, gallai gofal plant gael ei ystyried yn ddyletswydd deuluol yn hytrach na chyfrifoldeb cyfunol.
- ✗ Defnyddio ffeithiau yn unig – mae angen eu **cefnogi â dadleuon emosiynol sy'n gwneud y ffeithiau'n ystyrlon.**
- ✗ Cymryd yn ganiataol y bydd hawliadau am **gyfraniad gofalwyr i'r economi yn newid canfyddiadau** – mae'r cyhoedd yn tueddu i fod yn amheus ynglŷn â'r hawliadau hyn.

Rhai argymhellion terfynol

- Dangoswch i bobl bod pob gofal yn fudd cymdeithasol sydd o fudd i gymdeithas, ac o ganlyniad,i bob un ohonom fel unigolion.
- Dangoswch nad rhywbeth ar gyrion cymdeithas yw gofalu. Mae'n rhywbeth y mae miliynau o bobl yn ei wneud.
- Eglurwch yr ystod eang o ffyrdd, am dâl a di-dâl, y mae gofalwyr yn cefnogi pobl eraill.
- Cofiwch ei bod yn bwysig dangos y canlyniadau negyddol i gymdeithas, gofalwyr a derbynwyr gofal os nad ydym yn rhoi pwysau ar lywodraethau am fwy o fuddsoddiad a chefnogaeth i ofalwyr.

Mae'r negeseuon hyn yn cynyddu amlygrwydd gofal fel mater polisi i'r cyhoedd, ac ar draws y sbectrwm gwleidyddol, gallant ysgogi'r cyhoedd i weithredu i sicrhau newid.

Nodiadau

1 Sylwer: profwyd y datganiad tystiolaeth uchod yn ansoddol yn Saesneg gan ddefnyddio ffigur o 'tua 15 miliwn', sef cyfrifiad cyfansawdd sy'n tynnu'r niferoedd canlynol at ei gilydd:

- Amcangyfrif bod 13 miliwn o ofalwyr di-dâl yn gofalu am bobl anabl, sâl neu oedrannus yn y DU yn 2020 (Carers UK, 2020) – nid yw hyn yn cynnwys rhieni/gwarcheidwaid plant nad oes ganddynt anghenion cymorth ychwanegol;
- 1.62 miliwn o weithwyr gofal cymdeithasol yn Lloegr (Skills for Care, 2022) – nid yw hyn yn cynnwys gwledydd eraill y DU;
- 328,500 o weithwyr gofal plant y Blynyddoedd Cynnar yn Lloegr (Yr Adran Addysg, 2021) – nid yw hyn yn cynnwys gwledydd eraill y DU.

Er bod hwn yn debygol o fod yn amcan rhy isel (gan nad yw'n cynnwys rhieni plant heb anghenion ychwanegol, na gweithwyr gofal am dâl yng Nghymru, yr Alban a Gogledd Iwerddon), o ystyried y risg o "gyfrif ddwywaith", rydym yn awgrymu ffigur ychydig yn fwy ceidwadol yma sy'n cynnwys amcan dim ond o nifer y gofalwyr di-dâl sy'n cefnogi pobl anabl, sâl ac oedrannus yn 2022, fel man cychwyn (Carers UK, 2022).

2 Carers UK (2019) Juggling work and unpaid care: A growing issue. https://www.carersuk.org/media/no2lwyxl/juggling-work-and-unpaid-care-report-final-web.pdf

3 Rhannwyd yr ymatebwyr a welodd y naratifau yn dri is-grŵp. Gwelodd pob is-grŵp yr un Datganiadau o Dystiolaeth a Chynsail, a dim ond un welodd y tri Datganiad Effaith. Roedd canran yr ymatebwyr a ddisgrifiodd ofal fel un o'r tair blaenoriaeth uchaf yn 36% ar gyfer y rhai a welodd Effaith 1 (Darpariaeth) yn unig; 40% ar gyfer Effaith 2 (Economaidd); a 40% ar gyfer Effaith 3 (Derbynwyr gofal).

Unrhyw gwestiynau?

Gallwch anfon neges e-bost at Silvia Galandini,
Arweinydd Tlodi Domestig yn Oxfam GB:
sgalandini1@oxfam.org.uk

© Oxfam Prydain Mai 2023

Mae'r cyhoeddiad hwn dan hawlfraint, ond gellir defnyddio'r testun yn rhad ac am ddim at ddibenion eiriolaeth, ymgyrchu, addysg ac ymchwil, ar yr amod bod y ffynhonnell yn cael ei chydnabod yn llawn. Mae deiliad yr hawlfraint yn gofyn i bob defnydd o'r fath gael ei gofrestru gyda nhw at ddibenion asesu effaith. Ar gyfer copïo mewn unrhyw amgylchiadau eraill, neu i'w ailddefnyddio mewn cyhoeddiadau eraill, neu i'w gyfieithu neu ei addasu, rhaid cael caniatâd, a gall ffi gael ei chodi. E-bostiwch policyandpractice@oxfam.org.uk.

Mae'r wybodaeth yn y cyhoeddiad hwn yn gywir ar adeg mynd i'r wasg.

Cyhoeddwyd gan Oxfam GB ym mis Mai 2023.

DOI: 10.21201/2023.621498

Oxfam GB, Oxfam House, John Smith Drive, Cowley, Rhydychen, OX4 2JY, UK.