**Prosiect PATCHES**

**Profiadau rhieni a'u plant o wahanu a chymorth**

**Poster ar gyfer cyfranogwyr**

**Ydych chi'n rhan o deulu sydd wedi gwahanu?**

Pan fo teulu'n gwahanu, gall fod yn gyfnod heriol i bawb, yn enwedig ers pandemig Covid. Mae sgyrsiau anodd i'w cael ac weithiau mae angen cymorth ar deuluoedd i helpu i ddod o hyd i ffordd drwy’r profiad. Pan fo cymorth yn gweithio'n dda, mae hyn yn well i bawb yn y teulu, yn enwedig plant. Fodd bynnag, nid ydym yn gwybod digon am yr hyn y mae teuluoedd eu hunain yn ei deimlo am y cymorth a gawsant wrth wahanu, a'r cymorth a fyddai wedi bod yn ddefnyddiol iddynt. Os gallwn ddeall profiad teuluoedd sydd wedi bod drwy’r profiad o wahanu, gallwn wella gwasanaethau i gefnogi teuluoedd eraill yn y dyfodol.

Rydym yn cynnal ymchwil i brofiadau teuluoedd sydd wedi gwahanu. Bydd y canfyddiadau’n cael eu defnyddio i lywio argymhellion i wella'r cymorth i deuluoedd sy'n mynd drwy'r broses o wahanu yn y dyfodol.

Rydym yn chwilio am bobl y mae gwahanu wedi effeithio ar eu teulu yn ystod y 18 mis diwethaf. Mae gennym ddiddordeb mewn siarad â mamau, tadau a phlant, ond hefyd aelodau eraill o'r teulu a allai fod wedi cefnogi'r broses. Mae gennym ddiddordeb mewn siarad â phobl sydd wedi defnyddio'r system llysoedd teulu, ond hefyd pobl a ddefnyddiodd ffyrdd eraill o wneud eu trefniadau gwahanu. Mae'n bwysig eich bod yn teimlo bod y broses wahanu wedi'i chwblhau. Os ydych yn dal i fod yn y broses o wahanu, ni fyddwch yn gallu cymryd rhan yn y gwaith ymchwil.

Os byddwch yn cymryd rhan, byddwn yn anfon camera digidol atoch i gofnodi eich barn ar bynciau dros bedair wythnos. Byddwn yn eich gwahodd i ddweud wrthym am eich teulu a'r penderfyniadau a wnaethoch i wahanu, a'ch profiad o unrhyw gymorth a gawsoch gan ffrindiau, aelodau o'r teulu neu weithwyr proffesiynol. Ar ôl gorffen hyn, byddwn yn gofyn i chi ddychwelyd y camera atom a byddwn yn trefnu cyfweliad gyda chi i ddeall eich profiadau'n fanylach.

Ar ôl y cyfweliad, byddwn yn dychwelyd y camera atoch i'w gadw, ac yn rhoi £40 i chi mewn talebau i ddiolch i chi am eich amser a'ch cyfranogiad.

Os hoffech gymryd rhan, neu gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â ni ar y manylion isod:

E-bost: patches-project@bristol.ac.uk

Ffôn symudol: 07977 273329