TANIO diddordeb mewn ymchwil

Gwybodaeth i staff cartrefi gofal

Beth yw ymchwil?

Mae angen i ni feddwl am beth mae'r gair 'ymchwil' yn ei olygu…

… mae'n golygu darganfod gwybodaeth newydd neu roi cynnig ar rywbeth newydd, gan ddod o hyd i atebion am yr opsiynau gorau i wella iechyd a gofal i bob un ohonom.

Bod yn chwilfrydig am ddod o hyd i ffyrdd newydd o wneud pethau neu chwilio am wybodaeth newydd yw'r cam cyntaf!

I bwy mae ymchwil?

Mae ymchwil i bawb!

Fel tîm cartref gofal, rydych chi'n ymchwilwyr naturiol…Bob tro rydych chi'n 'meddwl am rywbeth newydd, yn rhoi cynnig arni, ac os bydd yn mynd yn dda, yn rhoi cynnig arni eto, neu os ddim, yn ei newid neu'n anghofio amdano', rydych chi'n dechrau ymchwilio.

Pam ymchwil?

Meddyliwch am ymchwil fel un o'r offer hanfodol yn eich blwch offer!

Efallai fyddwch chi ddim yn ei defnyddio bob dydd ond mae yno pan fyddwch chi eisiau dod o hyd i wybodaeth newydd i gwestiynau mae gennych chi ddiddordeb ynddynt.

Gall ymchwil eich helpu i gael eich clywed – i wneud newid cadarnhaol, i wella ansawdd bywyd eich trigolion, ac i wella eich diwrnod gwaith.

Mae cymryd rhan mewn gweithdai hyfforddi i ddatblygu eich sgiliau ymchwil, ac unrhyw ymchwil neu ddarllen strwythuredig sy'n ymwneud â'ch ymarfer, yn cyfrif tuag at eich oriau Datblygiad Proffesiynol Parhaus (mae angen 45 awr ar gyfer pob 3 blynedd o ymarfer).

Chi yw'r arbenigwyr

Rydych chi'n gwybod y cwestiynau bob dydd mae angen eu gofyn, ac rydych chi fwy na thebyg yn gwneud darnau bach o ymchwil yn eich ymarfer bob dydd heb sylweddoli.

Mae eich profiadau o weithio mewn cartref gofal yn werthfawr yn y broses hon –chi yw'r arbenigwyr.

Wnaethoch chi siarad â thrigolion heddiw i ganfod mwy am eu bywydau a'r gofal maen nhw'n ei gael, a defnyddio'r wybodaeth i lywio eu gofal a'i rhannu â staff eraill hefyd? Y math hwn o ymholi yw dechrau ymchwil.

Y math hwn o ymholi yw dechrau ymchwil.

Galluogi Ymchwil Mewn Cartrefi Gofal ENRICH CYMRU Enabling Research In Care Homes
Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru Health and Care Research Wales
pobl
Gofal Cymdeithasol Cymru Social Care Wales

Mae chwilfrydedd yn allweddol

Drwy ofyn cwestiynau ac archwilio syniadau, gallwn ni ddod o hyd i ffyrdd newydd o wella’r gofal rydych chi’n ei ddarparu.

Byddwch yn chwilfrydig, a gofynnwch gwestiynau!

Dyma rai enghreifftiau o gwestiynau ymchwil a ddatblygwyd gan staff yng nghartrefi gofal Pobl

- Pam mae statws iechyd meddwl a chorfforol ein trigolion yn dirywio mor gyflym, yn ôl pob golwg, ar ôl arhosiad yn yr ysbyty?
- Pa effaith mae defnyddio llawer o wahanol meddyginiaethau dros gyfnod hir yn ei chael ar ein trigolion?
- Beth yw’r dystiolaeth orau ynghylch sut y dylai staff ymateb i drigolion sy’n byw gyda dementia?

Datblygu eich syniadau

Dyma rai awgrymiadau ar gyfer meysydd y gallwch chi archwilio ymhellach:

- Nodi ac enwebu hyrwyddwyr ymchwil yn eich cartref gofal i arwain wrth gefnogi staff i ddarganfod gwybodaeth newydd

- Cymryd rhan mewn gweithdai hyfforddi i ddatblygu eich sgiliau ymchwil

- Cymryd rhan mewn astudiaethau ymchwil i archwilio ffyrdd newydd o ddarparu gofal a all fod o fudd i’ch trigolion

- Siarad â staff eraill sydd â diddordeb mewn gofyn cwestiynau er mwyn darganfod gwybodaeth newydd

- Cysylltu â chartrefi gofal eraill yn eich grŵp neu rwydwaith, yn yr ardal leol, y gall fod ganddynt ddiddordeb mewn gwneud pethau’n wahanol hefyd a dysgu oddi wrth ei gilydd

- Archwilio ffyrdd mae ymchwil yn cyd-fynd ag amserlen eich cymuned cartref gofal e.e. cyfarfodydd tîm rheolaidd, grwpiau â buddiant penodol

Eisiau gwybod mwy?

Mae ENRICH Cymru yn rhwydwaith o gartrefi gofal sy’n cefnogi ymchwil ac yn cynnig gweithdai hyfforddi mewnol i ddatblygu eich sgiliau ymchwil. Mae hyn, ac unrhyw ymchwil neu ddarllen strwythuredig sy’n ymwneud â’ch ymarfer, yn cael ei gyfrif yn DPP.

Sganiwch y codQR am ragor o wybodaeth.

Galluogi Ymchwil Mewn Cartrefi Gofal
ENRICH CYMRU
Enabling Research In Care Homes

Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru
Health and Care Research Wales

pobl

Gofal Cymdeithasol Cymru
Social Care Wales