Mae Croeso i Bawb gan Dduw:

Sut mae ffydd yn deall diogelu

Canllaw i Hyrwyddwyr

*Ystyr diogelu yw’r camau a gymerir gan yr Eglwys i hyrwyddo diwylliant mwy diogel. Mae hyn yn ganolog i genhadaeth yr Eglwys Fethodistaidd ac yn rhan o’i hymateb a’i thystiolaeth i gariad Duw yng Nghrist.* (‘Diwinyddiaeth Diogelu’, 1.2)

Cafodd adroddiad ‘Diwinyddiaeth Diogelu’ ei fabwysiadu gan y Gynhadledd Fethodistaidd 2021 ac felly mae’n adroddiad pwysig ym mywyd yr Eglwys Fethodistaidd. Mae’r adrodddiad yn pwysleisio nad rhywbeth a wnawn ni am fod rheidrwydd arnom ni yw diogelu, ond am ei fod yn mynd at galon yn ffydd Gristnogol. Mae pob Methodist yn cael ei annog i ddarllen am y pwnc a’i drafod wrth barhau i ystyried sut mae byw ein ffydd yn ein dulliau o berthyn, gweithio ac addoli.

Ceir defnyddiau yn Mae Croeso i Bawb gan Dduw i grwpiau bychain neu unigolion ymgysylltu ag adroddiad ‘Diwinyddiaeth Diogelu’ mewn ffyrdd amrywiol.

Cyn i chi arwain y sesiwn, os gwelwch yn dda, darllenwch y Canllaw ar gyfer Darllenwyr yr adroddiad. Fe allech chi fod yn awyddus i ddarllen adroddiad llawn ‘Diwinyddiaeth Diogelu’ sydd ar gael yn **methodist.org.uk/TheologyOfSafeguarding**.

Dylid darllen y Canllaw hwn i Hyrwyddwyr ar y cyd â’r llyfryn Mae Croeso i Bawb gan Dduw oherwydd mae cynnwys y sesiwn yn cael ei gynnwys yn hwnnw. Mae’r adnodd yn cwmpasu pedwar sesiwn, pob un yn cymryd tua 90 munud.

# Swyddogaeth yr hyrwyddwr

Mae hyrwyddo mewn ffordd effeithiol a theimladwy yn bwysig wrth weithio drwy gynnwys Mae Croeso i Bawb gan Dduw. Nid rhywun sy’n gwybod yr atebion i gyd yw’r hyrwyddwr, ond rhywun sy’n gallu trin profiadau a syniadau’r grŵp cyfan, gan sicrhau nad oes unrhyw unigolyn yn rheoli’r drafodaeth a bod pob cyfraniad yn cael ei glywed a’i dderbyn gyda pharch.

Ar gyfer rhai grwpiau y disgwyliad fydd i un unigolyn arwain pob sesiwn, ond fe allai rhai grwpiau eraill deimlo yn fwy cartrefol wrth rannu swyddogaeth yr arweinydd dros gyfnod y cwrs neu ddirprwyo elfennau o’r sesiynau.

Gall hyrwyddwyr gynnwys rhai sydd â phrofiad o arwain grwpiau bychain, pregethwyr lleol neu arweinyddion dosbarthiadau. Dylai hyrwyddwyr hefyd fod wedi cwblhau hyfforddiant diogelu cyn arwain y cwrs hwn.

Gall yr adnodd hwn fod o ddefnydd mewn cyd-destunau amrywiol yn cynnwys grwpiau tŷ cyfredol, grwpiau astudiaeth y Grawys neu’r Adfent a chyfarfodydd cymunedol bychain.

# Pan fyddwch gyda’ch gilydd

Wrth fod yn arweinydd i Mae Croeso i Bawb gan Dduw, mae angen i chi fod yn ymwybodol y gall y pwnc hwn ddwyn pethau anodd a dolurus i gof weithiau i unrhyw un sydd â phrofiad o unrhyw fath o gamdriniaeth. Os ydych chi’n pryderu ynglŷn â hyn, os gwelwch yn dda, siaradwch â Swyddog Diogelu’r Dalaith cyn bwrw ymlaen.

Ar ddechrau pob sesiwn, fe allai fod o ddefnydd i atgoffa’r grŵp y gall y pwnc y byddwch chi’n ei drafod fod yn anodd ac nad oes rheidrwydd ar neb i aros os yw’n teimlo yn anghyfforddus neu os oes atgofion annymunol yn cael eu dwyn i gof. Rhowch sicrwydd i aelodau’r grŵp fod croeso iddyn nhw siarad â chi am unrhyw beth ar ôl i’r sesiwn orffen.

Os ydych chi’n gweld aelod o’r grŵp yn penderfynu siarad am ei brofiad o gamdriniaeth, peidiwch â theimlo ei bod hi’n rhaid i chi gynnig ‘cyngor’ i’r unigolyn hwnnw. Efallai nad ydyw’n dymuno dim mwy na siarad â rhywun sy’n gallu cydymdeimlo ag ef. Os gwelwch yn dda, cynigiwch ymateb fel hyn, “Peth ofnadwy oedd i chi orfod dioddef y fath brofiad â hwn; nid oedd unrhyw fai arnoch chi” a chynnig cymorth i chwilio am gefnogaeth, yn yr un ffordd ag y byddech chi’n ymateb i unrhyw un sy’n rhannu profiad anodd â chi.

Yn bwysicaf i gyd, credwch yr hyn sy’n cael ei ddweud wrthych chi a gwerthfawrogwch yr unigolyn sy’n dweud ei hanes. Efallai mai dyna’r tro cyntaf i’r peth gael ei sôn amdano wrth unrhyw un arall. Peidiwch â rhannu’r hyn a ddywedwyd wrthych chi gyda gweddill y grŵp. Ni ddylech sôn wrth neb ond y bobl sydd ag angen gwybod ar gyfer rhoi’r gefnogaeth briodol a hynny – os nad oes plentyn neu oedolyn agored i niwed mewn perygl – gyda chaniatâd yr unigolyn.

# Edrych ar ôl eich gilydd

Fe allai rhai ganfod y trafodaethau yn anodd, neu deimlo eu bod yn cael eu llethu gan agenda diogelu yn fwy eang. Ar ddechrau pob sesiwn tynnwch sylw at y materion hyn:

* gall y pwnc hwn fod yn anodd i unrhyw un ohonom ni, ar unrhyw adeg
* mae gan bawb yn y grŵp ryddid i fynd i le tawel am ychydig, pe byddai angen
* gall y pwnc godi materion dolurus. Os dyna’r achos, dylai rhai sy’n cyfranogi eu trafod gyda rhywun sy’n ddibynadwy.

Os gallwch chi, trefnwch fod ystafell dawel ar gael i bobl allu mynd iddi yn ystod y sesiwn i gael munud i feddwl neu siarad â rhywun. Fe allech chi ystyried bod â chaplan ar gael yn ystod y sesiwn, neu i bobl allu cysylltu ag un ar ôl y sesiwn. Mae hi’n bwysig hefyd i chi edrych ar eich ôl eich hun wrth fod yn hyrwyddwr.

# Rheolau sylfaenol

Bydd grŵp yn teimlo yn llawer mwy diogel wrth drafod gyda’i gilydd os oes yna reolau sylfaenol wedi eu sefydlu. Mae hi’n syniad da i adael i’r grŵp ystyried y rhain ar ddechrau’r sesiwn cyntaf a gwneud awgrymiadau. Gwnewch yn siŵr fod y rheolau yn cynnwys:

1. Parchwch gyfrinachedd os nad yw’n rhoi eraill mewn perygl.\*
2. Gwrandewch heb dorri ar draws neb.
3. Gwrandewch ar safbwyntiau gwahanol mewn ffordd adeiladol ar gyfer dysgu.
4. Parchwch deimladau, profiadau a safbwyntiau pobl eraill.
5. Byddwch yn ymwybodol o’r effaith y gallai’r pwnc ei gael arnom ni ac ar eraill o bosibl.

\*Cysylltwch â Swyddog Diogelu’r Dalaith os nad ydych chi’n siŵr ynglŷn â’r materion o ran cyfrinachedd.

Yn y grŵp fe allech chi ddymuno cytuno y bydd:

* + Pawb yn ymrwymo i fynychu’r sesiynau i gyd oni bai am resymau fel salwch, gwaith neu fater dilys arall.
	+ Mae’r amseriadau ar gyfer dechrau a diweddu wedi cael eu cytuno, ond fe fydd rhai sy’n cyrraedd yn hwyr neu’n gadael yn gynnar oherwydd eu hamgylchiadau yn cael eu croesawu.

# At bwy i droi am gefnogaeth

Os oes angen arnoch chi gydag unrhyw bryder o ran diogelu sy’n codi o Mae Croeso i Bawb gan Dduw, cysylltwch â Swyddog Diogelu eich Talaith. Mae’r manylion ar gael ar **Wefan yr Eglwys Fethodistaidd** neu ar wefan eich talaith. Gallwch gael cyngor, canllawiau a chyfeiriadau i aelodau’r grŵp sydd ag angen cymorth neilltuol. Bydd Swyddog Diogelu’r Dalaith yn gallu eich cynghori hefyd ynglŷn â pha gefnogaeth uniongyrchol y gall yr Eglwys Fethodistaidd ei chynnig i oroeswyr camdriniaeth.

# Cynhwysiant

Mae’r Eglwys Fethodistaidd yn ceisio byw ei hargyhoeddiad fod pawb wedi ei greu ar ddelw Duw a bod cariad Duw i bawb. Ac eto fe fu yna lawer gormod o achosion o wahaniaethu, rheolaeth drwy orfodaeth a chamddefnyddio grym ym mywyd yr Eglwys Fethodistaidd, na chafodd eu hatal na’u herio.

Ystyrir cynhwysiant yn hawl dynol hollgyffredinol a’i fwriad yw ceisio cynnwys pawb heb wahaniaethu ar sail hil, hunaniaeth rhywedd, statws, rhywioldeb, anabledd meddyliol neu gorfforol nac unrhyw angen arall. Ystyr hyn yw rhoi mynediad ac estyn cyfleoedd sy’n gyfartal i bawb, ac ymwared ar wahaniaethu ac anoddefgarwch drwy ddileu rhwystrau.

# Fformat y sesiynau

Mae pedwar sesiwn yn Mae Croeso i Bawb gan Dduw:

1. Croeso i Bawb
2. Iaith, Gwrando a Chlywed
3. Grym
4. Effaith Camdriniaeth: Symbolau a litwrgi mewn addoliad

Mae pob sesiwn yn dilyn y patrwm isod heblaw am sesiwn pedwar.

* + Gweddi (5 munud)
	+ Gosod yr Olygfa, a myfyrdodau o’r sesiwn blaenorol

(5 munud)

* + Fideo (5 munud)
	+ Myfyrdod (5 munud)
	+ Trafodaeth (10 munud)
	+ Egwyl
	+ Fideo (5 munud)
	+ Myfyrdod a thrafodaeth ar y fideo hwn (20 munud)
	+ Rhoi hyn ar waith (10 munud)
	+ Myfyrdodau i gloi (10 munud)

Y sesiwn olaf yw sesiwn pedwar felly mae patrwm gwahanol iddo.

* + Gweddi (5 minutes)
	+ Gosod yr olygfa a myfyrdodau o’r sesiwn blaenorol (5 munud)
	+ Fideo (5 munud)
	+ Myfyrdod (5 munud)
	+ Fideo (5 munud)
	+ Egwyl
	+ Trafodaeth (10 munud)
	+ Myfyrdod a thrafodaeth ar y fideo hwn (20 munud)
	+ Rhoi hyn ar waith (10 munud)
	+ Myfyrdodau i gloi (10 munud)

Amlinelliadau a awgrymir yw’r rhain, fe allech chi ddewis newid yr amseriadau a’r patrymau mewn gwahanol gyd-destunau.

# Paratoi ar gyfer y sesiwn

O flaen pob sesiwn edrychwch ar bob darn o ffilm, darllenwch drwy’r deunydd ac edrychwch ar y Canllaw i Ddarllenwyr unwaith eto. Gellir cael y fideos i gyd yn **methodist.org.uk/TheologyOfSafeguarding**

Treuliwch beth amser yn myfyrio ar y ffordd orau y gellir hyrwyddo eich grŵp arbennig chi yn ystod y sesiwn, gan nodi’r pwyntiau a allai ofyn rhagor o fewnbwn neu y gallai’r cyfranogwyr eu teimlo yn anodd.

Mae ‘Rhoi Hyn ar Waith’ yn dod ar ddiwedd y sesiwn felly mae perygl o ruthro drwy’r rhan hon pe byddai’r sesiwn yn mynd dros amser. Serch hynny, mae hon yn agwedd allweddol ar y sesiynau sy’n caniatáu i gyfranogwyr fyfyrio ar yr effaith arnyn nhw a’r hyn y byddan nhw’n ei wneud o ganlyniad i hynny.

**Sicrhewch eich bod yn cynllunio’r amseriadau yn ofalus ac yn gadael digon o amser i’r agwedd hon i roi cyfle i’r cyfranwyr ei hystyried.**

Mae’r myfyrdodau i gloi yn rhoi darn o’r Ysgrythur a rhai cwestiynau ar gyfer ystyriaeth bellach. Gellid defnyddio’r rhain yn y sesiwn, a’u rhoi i gyfranogwyr i edrych arnyn nhw eto, neu mewn cyfuniad â defosiynau i orffen.

Wrth i chi gynllunio ystyriwch sut allai’r myfyrdodau i gloi weithio yn fwyaf effeithiol ym mhob sesiwn a chyda’r grŵp yr ydych yn gweithio gydag ef.

# Adnoddau angenrheidiol

* + Sgrin deledu neu gyfrifiadur ar gyfer y fideos, er mwyn i bawb allu eu gweld a’u clywed. Mae hi’n werth gwirio’r sain cyn y cyfarfod, ac os oes ‘dolen sain’ ar gael, gwnewch yn siŵr ei bod ar waith
	+ Copïau o lyfryn Mae Croeso i Bawb gan Dduw – digon i roi un i bob unigolyn
	+ Pennau ysgrifennu a thaflenni o bapur gwag ar gyfer sesiwn tri
	+ Beiblau, neu gopïau o’r darnau o Ysgrythur y cyfeirir atynt
	+ Trawsgrifiad o’r fideos (dewisol)

Mae’r fideos a’r trawsgrifiadau ar gael ar wefan yr Eglwys Fethodistaidd.

# Gwarchod pobl yn sesiwn pedwar

Yn sesiwn pedwar, fe fyddwch chi’n trafod effaith camdriniaeth a’r ffordd y gallai’r symbolau a’r litwrgi a ddefnyddiwn ni mewn addoliad fod yn anodd i rai.

Mae’r wybodaeth isod i’w gael yn llyfryn Mae Croeso i Bawb gan Dduw. Gwnewch yn siŵr fod pawb sy’n cymryd rhan wedi gweld y wybodaeth hon ar ddiwedd sesiwn tri neu cyn iddyn nhw gyrraedd yn sesiwn pedwar.

Pan fydd rhywun yn cael profiad o gamdriniaeth fe all yr effaith ar yr unigolyn fod yn andwyol. Pan fydd y gamdriniaeth honno’n digwydd yng nghyd-destun yr eglwys, mae’r canlyniadau yn effeithio ar deulu’r unigolyn a gafodd ei gam-drin a’r unigolyn a oedd yn gyfrifol am y gamdriniaeth, yn ogystal â holl gynulleidfa’r eglwys a’r gymuned leol.

Mae ymchwil yn dangos pan fydd camdriniaeth wedi digwydd yn yr eglwys – mewn man a ystyrir yn ‘fan ddiogel’, tŷ Dduw – fe all yr effaith fod yn llawer mwy enbyd ac fe all y brad a’r difrod yn y ‘fan ddiogel’ honno achosi i oroeswyr wrthod popeth ynglŷn â chrefydd a’r Eglwys.

Yn ystod y sesiynau hyn fe allech chi fod yn edrych ar feysydd yr ydych chi’n eu cael yn anodd. Pe byddai hyn yn digwydd, cymerwch amser i ffwrdd o’r sesiwn a soniwch am hynny wrth eich gweinidog lleol neu rywun arall yr ydych chi’n ymddiried ynddo.

# Cefnogaeth bellach

Gellir cael defnyddiau i’ch cefnogi yn cynnwys podlediad am yr adroddiad yn **methodist.org.uk/TheologyOfSafeguarding**

Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau neu sylwadau am gwrs Mae Croeso i Bawb gan Dduw, cysylltwch â **gwa@methodistchurch.org.uk**

Pe byddech chi’n hoffi cael yr adnodd hwn mewn fformat arall, cysylltwch â ni i drafod eich anghenion yn **publishing@methodistchurch.org.uk**

© Yr Ymddiriedolwyr at Ddibenion yr Eglwys Fethodistaidd 2023

The Methodist Church, registered charity no. 1132208