Addasu iSupport

Taflen wybodaeth gryno

Diolch yn fawr iawn am eich diddordeb yn yr offeryn iSupport a'i fersiynau gwahanol. Rydym yn ymwybodol y gallai fod angen addasu'r fersiynau hyn ymhellach i weddu i anghenion grwpiau penodol eraill o oedolion a/neu ofalwyr ifanc.

Rydym yn croesawu unrhyw addasiadau, a byddem wrth ein bodd yn clywed gan unrhyw grŵp ymchwil neu sefydliad sy'n ystyried cynnal un. Cysylltwch â ni (gweler y manylion cyswllt isod).

Os byddwch yn gwneud addasiad, byddem yn gwerthfawrogi pe baech yn cydnabod ein gwaith drwy ychwanegu'r frawddeg ganlynol (neu frawddeg debyg) at eich fersiwn:

> *Mae'r fersiwn hon o iSupport yn seiliedig ar [enw'r fersiwn iSupport rydych chi'n ei addasu (e.e., iSupport i Bobl Ifanc)], fersiwn a ddatblygwyd gan [XXX et al.]*

Pethau pwysig i'w hystyried:

Bydd y broses a ddilynwch i wneud eich addasiad penodol yn dibynnu ar nodweddion eich grŵp targed. Pe bynnag, dyma rai argymhellion methodolegol cyd-ddylunio cyffredinol y gallech fod am eu hystyried:

- Dechreuwch y broses trwy ddiffinio'ch grŵp targed, ei nodweddion a'i anghenion a nodwyd yn ofalus.
- Cynnal adolygiad o adnoddau cymorth eraill sydd ar gael ar hyn o bryd ar gyfer eich grŵp targed.
- Recriwtio cyfranogwyr perthnasol
    - 5-10 o bobl sy'n perthyn i'r grŵp targed
    - 5-10 o weithwyr proffesiynol gyda phrofiad o weithio'n agos gyda'r grŵp targed
- Meddyliwch yn ofalus sut y byddwch yn casglu adborth cyfranogwyr. Ystyriwch amser ac ymdrech a chynigiwch ystod eang o ffyrdd y gellir darparu adborth. Er enghraifft:
    - Ysgrifenedig - llyfr gwaith wedi'i deilwra
    - Llafar – wyneb yn wyneb ar-lein neu wyneb yn wyneb sgyrsiau 1-1
    - Trafodaethau grŵp (yn bersonol / ar-lein)
- Sicrhewch fod yr adborth unigol yn cael ei ddilyn gan drafodaethau grŵp. Er enghraifft, ar ffurf gweithdy cyfranogol ar y cyd-ddylunio.
- Cwblhau dwy rownd o adborth. Mewn geiriau eraill, caniatewch i gyfranogwyr roi adborth ar y fersiwn wreiddiol a hefyd ar fersiwn peilot cychwynnol a gynhyrchwyd fel rhan o'r adborth hwnnw.

P'un a ydych yn ymchwilydd, yn weithiwr iechyd proffesiynol, yn ofalwr neu'n berson sy'n byw gyda dementia, byddem wrth ein bodd clywed gennych.

Isod mae rhestr o gyhoeddiadau perthnasol gyda mwy o wybodaeth am y fersiynau gwahanol iSupport:

[iSupport for Young Carers: An Adaptation of an e-Health Intervention for Young Dementia Carers]

Masterson-Algar P, Egan K, Flynn G, Hughes G, Spector A, Stott J, Windle G. *Int J Environ Res Public Health*. 2022; 20(1):127. doi:10.3390/ijerph20010127

Person Cyswllt: Dr Patricia Masterson-Algar (p.m.algar@bangor.ac.uk)