



Datblygu Cyfathrebiadau ar Sail Ymddygiad



Datblygu Cyfathrebiadau ar Sail Ymddygiad

Awduron:

Dr. Alice Cline, Uwch Arbenigwr Gwyddor Ymddygiad, Uned Gwyddor Ymddygiad, Iechyd Cyhoeddus Cymru
Ashley Gould, Cyfarwyddwr Rhaglen, Uned Gwyddor Ymddygiad, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Manylion cyswllt:

Uned Gwyddor Ymddygiad, Polisi ac Iechyd Rhyngwladol, Canolfan Gydwethredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant Iechyd Cyhoeddus Cymru.

E-bost: ICC.newidymddygiad@wales.nhs.uk

Gwefan: <https://phwwhocc.co.uk/timau/behavioural-science-unit-2/?lang=cy>

 [@BSU_PHW](https://twitter.com/BSU_PHW)

Uned Gwyddor Ymddygiad:

Lansiwyd Uned Gwyddor Ymddygiad Iechyd Cyhoeddus Cymru ym mis Mai 2022 i ddarparu arbenigedd ar wyddor ymddygiad, a datblygu ei ddefnydd ohoni er mwyn gwella iechyd a llesiant yng Nghymru. Mae'r Uned yn rhan o Ganolfan Gydwethredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant.

I gael rhagor o wybodaeth neu gymorth ynghylch defnyddio gwyddor ymddygiad i wella a diogelu iechyd a llesiant yng Nghymru, cysylltwch â ni.

This document is available in English / Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg

Cyhoeddwyd rhai o'r teclynnau yn y canllaw hwn o'r blaen ac maent yn eiddo i bobl eraill. Mae'r cynnwys wedi cael ei gyfieithu, ac mae rhywfaint o'r dyluniad a'r iaith a gyhoeddwyd yn wreiddiol wedi cael eu cadw Mae'n werth nodi tudalennau 7-11, sydd wedi'u haddasu o'r canllaw 'Egwyddorion Cyfathrebu Newid Ymddygiad', y mae manylion amdanynt i'w gweld yn y dudalen cyfeiriadau ac adnoddau ychwanegol.

ISBN: 978-1-83766-137-4

© 2022 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru

Gellir atgynhyrchu'r deunydd sydd yn y ddogfen hon o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/ ar yr amod ei fod yn cael ei wneud yn gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol. Dylid cydnabod Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae hawlfraint y trefniant teipograffyddol, y dyluniad a'r cynllun yn eiddo i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Datblygu Cyfathrebiadau ar Sail Ymddygiad

Cyflwyniad

Mae ymddygiad yn gam gweithredu, mae'n rhywbeth yr ydym yn ei wneud sydd yn fesuradwy. Os ydych yn ceisio cael unigolion neu grwpiau yn y boblogaeth i ddechrau, atal neu newid ymddygiad, gall y canllaw yma helpu. Gall gwyddor ymddygiad wneud cyfraniad pwerus i'n hymdrechion i wella a diogelu iechyd a llesiant.

Mae cyfathrebiadau sydd yn cael effaith yn aml yn gydran hanfodol o ddatblygiad polisi ac ymyrraeth, yn ogystal â chyfrannu at gynnal a gwella gwasanaethau o ansawdd. Mae dylunio a chyflawni cyfathrebiadau'r sector cyhoeddus trwy lens ymddygiadol yn syml yn cynyddu'r siawns o fodloni amcanion polisi a gwneud gwahaniaeth.

Mae'r canllaw 'cydio a mynd' cryno hwn ar gyfer unrhyw un sydd angen dylanwadu ar ymddygiad trwy gyfathrebiadau. Drwy gydol y canllaw, rydym yn rhannu gyda chi yr hyn rydym yn chwilio amdano pan rydym yn adolygu cyfathrebiadau o safbwynt gwyddor ymddygiadol. Rydym yn cynghori defnyddio dull 'SCALE' (Nodi, Ystyried, Dylunio, Gwerthuso) i helpu i gryfhau cyfathrebu trwy gymhwysu gwyddor ymddygiad. Mae'r canllaw yn cyd-fynd â safonau proffesiynol cyfathrebiadau presennol megis fframwaith OASIS (Amcanion, Cynulleidfa/Mewnwelediad, Strategaeth/Syniadau, Gweithredu, Sgorio/Gwerthuso). Ceir rhagor o fanylion yn yr adran 'cyfeiriadau a ffynonellau ychwanegol'

Cynnwys

S **Specify / Nodi** 4
Bod yn benodol am yr hyn yr ydych yn gofyn i bobl ei wneud

C **Consider / Ystyried** 6
Archwilio'r rhwystrau a'r hwyluswyr

A **Assemble / Cydosod** 10
Ysgrifennu eich cynnwys

L **Layout / Cynllun** 12
Ystyried eich cynllun

E **Evaluate / Gwerthuso** 13
Cynllunio eich gwerthusiad



Canllaw i Ddefnyddwyr

Gellir defnyddio'r canllaw hwn ar unrhyw adeg tra'ch bod yn dylunio eich cyfathrebiad. Mae'n fwyaf effeithiol pan gaiff ei ddefnyddio ar y cychwyn.

Mae'r ddogfen hon yn PDF y gellir ei golygu felly gallwch deipio eich meddyliau a'ch atebion yn y blychau a ddarperir i'w trafod ymhellach gyda'ch tîm.

S

Specify / Nodi

Bod yn benodol am yr hyn yr ydych yn gofyn i bobl ei wneud

Bydd y cam cyntaf hwn o gymorth i chi fod mor benodol â phosibl am yr ymddygiad y mae eich cyfathrebiad yn mynd i fynd i'r afael ag ef.

Mae mynd i'r afael ag ymddygiad penodol (e.e., os ydych yn 65 oed neu'n hŷn, cliciwch ar y ddolen isod i wneud apwyntiad ar gyfer brechiad y fflw cyn 30 Medi) yn fwy effeithiol na disgrifio ymddygiad cyffredinol (e.e., mae'n bwysig cael eich brechu).

Pwy sydd angen mabwysiadu'r ymddygiad?

Beth yw'r ymddygiad yr ydym eisiau iddynt ei gyflawni?

Rhyw:

Oed:

Ethnigrwydd:

Anableddau:

Beth yw ymddygiad, a beth sydd ddim yn ymddygiad?

E.e. dywedwch...

'gwnwch weithgarwch corfforol am o leiaf 20 munud y dydd'

Yn lle...

'gwnwch fwy o weithgarwch corfforol'

Sut byddant yn ei wneud?

Ble byddant yn ei wneud?

Pryd byddant yn ei wneud?

Pam ddylent ei wneud?

A oes camau lluosog?

Un:

Dau:

Tri:

Unwaith y byddwch wedi ateb y cwestiynau uchod, mae gennych amcan
clir ar gyfer eich cyfathrebu::

Mae amcan y cyfathrebu ar gyfer

[cynulleidfa darged]

i

[ymddygiad]

erbyn

[Sut/ble/pryd]

C

Consider / Ystyried

Archwilio rhwystrau a hwyluswyr

I ysgogi newid ymddygiad ymysg eich poblogaeth darged, mae'n bwysig deall yr hyn sy'n eu hatal rhag ymgysylltu â'r ymddygiad dymunol. Bydd diagnosis ymddygiadol yn helpu i nodi'r agweddau allweddol y dylai eich cyfathrebu ganolbwyntio arnynt. Bydd graddfa eich diagnosis yn dibynnu ar adnoddau sydd ar gael yn cynnwys amser, a'r ansawdd/anghenion yn ymwneud â'r cyfathrebu sydd yn cael ei ddylunio, gallech ddewis: :

Trafod yr hyn y mae eich **profiadau ar y cyd** yn dweud wrthyfch am y rhwystrau a'r hwyluswyr tuag at fabwysiadu'r ymddygiad



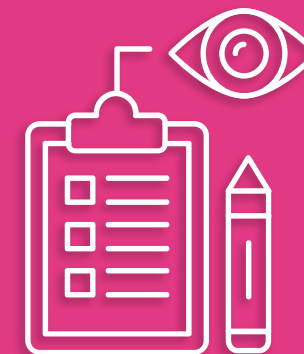
Ymchwilio yr hyn y mae ffynonellau lleol (ymchwil, arweiniad, adroddiadau) yn ei ddatgelu am y rhwystrau a'r hwyluswyr i'r ymddygiad



Casglu mewnwelediad gan eich cynulleidfa darged trwy rwydweithiau priodol



Comisiynu darn o ymchwil i gasglu data mewnwelediad ar raddfa fwy



Gall fframwaith newid ymddygiad, fel COM-B, gefnogi eich diagnosis ymddygiadol. Mae'r model yn awgrymu bod angen bodloni tair amod cyn y gall newid ymddygiad ddigwydd: gallu, cyfle ac ysgogiad.

COM-B: Gallu

Mae gallu yn cyfeirio at allu seicolegol a chorfforol yr unigolyn i ymgysylltu â'r ymddygiad.

Mewn cyfathrebiadau, mae gallu fel arfer yn cyfeirio at y gynulleidfa yn meddu ar ymwybyddiaeth, gwybodaeth, a sgiliau i gyflawni'r ymddygiad a fwriedir. Mae "rhwystr gallu" yn digwydd pan na fydd person yn gallu cyflawni ymddygiad am nad ydynt yn meddu ar yr ymwybyddiaeth, y wybodaeth, neu'r sgiliau angenrheidiol. Nod cyfathrebiadau sydd â'r bwriad o annog newid ymddygiad trwy hybu ymwybyddiaeth neu ddarparu gwybodaeth addysgol yw mynd i'r afael â rhwystrau gallu. Yn gyffredinol, efallai mai rhwystrau gallu yw'r rhai hawsaf i fynd i'r afael â nhw gan ddefnyddio cyfathrebiadau; mae'n teimlo fel gwaith naturiol cyfathrebiadau i hysbysu ac addysgu cynulleidfaoedd.

Cwestiynau i'w hystyried:

Gwybodaeth a Sgiliau

A yw'r gynulleidfa **yn gwybod beth** yw'r ymddygiad penodol angenrheidiol?

A oes gan y gynulleidfa **y gallu** i fabwysiadu'r ymddygiad?

A ydynt **yn gwybod sut** i fabwysiadu'r ymddygiad dymunol?

Gallu Corfforol a Meddyliol

A oes ganddynt **y sgiliau corfforol** i fabwysiadu'r ymddygiad?

A ydynt **yn cofio** gwneud yr ymddygiad dymunol?

A yw **cof** yn dylanwadu arno?

Sut maent **yn rheoli** eu hymddygiad?

A ydynt yn ymwybodol **o'r rhwystrau sydd yno**?

Enghraifft

Mae'n bosibl na fydd eich cynulleidfa darged yn ymwybodol o'r manteision y gall gweithgarwch corfforol eu cael ar eu hiechyd meddwl a chorfforol, neu efallai nad oes ganddynt y gallu corfforol i wneud y gweithgaredd a awgrymir yn y cyfathrebiadau

COM-B: Cyfle

Mae cyfle yn cyfeirio at y ffactorau allanol sydd yn gwneud yr ymddygiad yn bosibl, neu'n ei sbarduno.

Yn ymarferol, mae hyn yn cyfeirio at bethau fel cael yr amser, yr adnoddau, yr offer a'r arian i gyflawni'r ymddygiad dymunol. Mae "rhwystr cyfle" yn digwydd pan nad yw person yn gallu, ac felly ddim yn, mabwysiadu ymddygiad oherwydd rhwybeth y tu hwnt i'w rheolaeth – er enghraifft, diffyg arian i dalu ffi am wasanaeth, neu ddiffyg mynediad at gyfrifiadur ar gyfer defnyddio offeryn ar-lein. Fel arfer, ni all cyfathrebiadau yn unig fynd i'r afael â rhwystrau cyfle yn hawdd, am fod y rhain y tu hwnt i reolaeth y gynulleidfa. Mae'n arbennig o bwysig archwilio rhwystrau cyfle, am na all cyfathrebiadau yn unig fod yn ddigonol i ddileu'r rhwystrau hyn ac ysgogi newid ymddygiad.

Cwestiynau i'w hystyried:

Pa **adnoddau** y gallent fod eu hangen?

A fyddai ganddynt **fynediad** at y rhain?

Sut mae'r **amgylchedd** yn dylanwadu ar eu hymddygiad?

Pa arwyddion sydd **yn cymell** eu hymddygiad?

Beth mae'r gynulleidfa darged **yn credu** y mae'r rhan fwyaf o bobl (fel nhw) yn ei wneud?

A oes angen i ni **bwysleisio** norm gwahanol?

A oes ganddynt **bobl o'u cwpas** a fydd yn eu helpu neu'n eu rhwystro i gyflawni'r ymddygiad newydd?

Enghraifft

Efallai na fydd gan eich cynulleidfa darged yr amser i wneud rhagor o weithgarwch corfforol, neu efallai na fydd ganddynt fynediad i ofod lle gallant wneud gweithgarwch corfforol

COM-B: Ysgogiad

Mae ysgogiad yn cyfeirio at y meddyliau sy'n cyfeirio ymddygiad yn cynnwys prosesau arferol, ymateb emosiynol a gwneud penderfyniadau.

Mae'n ddefnyddiol meddwl am ysgogiad fel y gred a'r agweddau sy'n sbarduno brwdfrydedd, neu ddiffyg brwdfrydedd, i gyflawni ymddygiad. Mae "rhwystr ysgogiad" yn digwydd pan nad yw person yn cyflawni ymddygiad am nad ydynt eisiau ei wneud, neu nad ydynt yn credu y dylent ei wneud. Bydd cyfathrebiadau sydd yn bwriadu annog newid ymddygiad trwy ennyn emosiwn, amlygu risg o ddiffyg gweithredu, neu newid barn am bwysigrwydd ymddygiad fel arfer yn ceisio mynd i'r afael â rhwystrau ysgogiad. Gellir mynd i'r afael â rhwystrau ysgogiad gan ddefnyddio cyfathrebiadau, i annog pobl i newid eu credoau neu eu hagweddau tuag at ymddygiad.

Cwestiynau i'w hystyried:

Beth yw'r **cymhelliant/ysgogiad** ar gyfer gwneud yr ymddygiad?

A yw'r **ymddygiad** yn cyd-fynd â'r hyn sydd yn bwysig iddynt?

Beth maent yn ei **ennill** trwy newid?

Pa mor **hyderus** ydynt yn mabwysiadu'r ymddygiad dymunol?

Beth fyddai'n eu gwneud yn fwy hyderus?

A ydynt **yn credu** y dylent fabwysiadu'r ymddygiad?

Beth yw **eu hagweddau** tuag at yr ymddygiad dymunol?

Pa **arferion** sydd yn eu lle y byddai angen amharu arnynt?

Beth sy'n **atgyfnerthu'r arfer?** Beth yw eu hunaniaeth, hunanddelwedd neu rôl gymdeithasol ganfyddedig?

Enghraifft

Mae'n bosibl bod eich cynulleidfa darged wedi cael profiadau negyddol blaenorol wrth wneud ymarfer corff, neu efallai y bydd yn ei chael hi'n anodd disodli hen arferion am rai newydd

A

Assemble / Cydosod

Ysgrifennu eich cynnwys

Unwaith y mae'n glir beth sydd yn dylanwadu ar yr ymddygiad, gallwch ddylunio cynnwys eich cyfathrebiad

Tynnu sylw eich cynulleidfaoedd targed. Mae'n rhaid i'ch cynulleidfa ddeall bod y neges wedi ei bwriadu ar eu cyfer nhw. Dylai'r negeseuon adlewyrchu'r geiriau a'r iaith a ddefnyddir gan y gynulleidfa darged er mwyn sicrhau eu bod yn adnabod eu hunain yn y neges. Os oes gennych yr adnodd, gall cydgynhyrchu neu brofi eich negeseuon gyda'ch cynulleidfa darged eich helpu i gael y darn yma'n iawn.

A yw'r neges yn defnyddio **iaith a geiriau cyfarwydd** y gynulleidfa darged?

Beth fydd yn gwneud i'r gynulleidfa adnabod eu hunain?

A ydynt yn debygol o **ymddiried** yn ffynhonnell y neges?

Beth arall allai fod **yn cystadlu** am eu sylw?

Enghraifft

"Unrhyw un sydd dros 65" yn hytrach na "phobl oedrannus" na fyddai rhai pobl efallai'n ei ddefnyddio i ddisgrifio eu hunain.

Sut mae eich cynulleidfa darged yn disgrifio eu hunain?

Peidiwch â chymryd yn ganiataol!

Dweud wrth y gynulleidfa darged beth ddylent ei wneud. Dylai'r neges fod mor benodol â phosibl am yr union beth y mae angen iddynt ei wneud. Dylai'r neges roi digon o wybodaeth iddynt i wneud cynllun i newid eu hymddygiad.

A yw'r ymddygiad angenrheidiol yn glir?

A yw'r neges yn eu helpu i greu cynllun?

A yw'r camau nesaf yn glir?

A yw'r neges yn cyfleu llinellau amser?

A yw'n glir pwy sy'n gyfrifol am fabwysiadu'r ymddygiad?

Ysgogi'r gynulleidfa darged i weithredu. Dylai'r geiriad y byddwch yn ei ddewis gael ei lywio gan y rhwystrau ysgogiad a brofir yn aml gan y gynulleidfa darged.

Pam byddai'r gynulleidfa eisiau dilyn y cyfarwyddiadau?

A yw **canlyniadau** peidio â gwneud unrhyw beth yn glir?

A yw'r neges yn gwneud i bobl deimlo **eu bod wedi eu grymuso** i weithredu?



Layout / Cynllun

Ystyriwch eich cynllun

Cyfarwyddiadau:

A yw prif bwynt y cyfathrebu'n amlwg, wedi ei ysgrifennu'n glir, ac wedi ei esbonio?

A yw'r iaith yn syml ac yn hawdd i'w deall ar gyfer rhywun sydd yn newydd i'r testun?

A oes rhestr wirio o gamau ac awgrymiadau pryd/ble/sut?

A yw camau nesaf y gynulleidfa yn glir, mewn trefn, ac yn amlwg?

A oes dyddiad cau clir ar gyfer ymateb?

Goslef a phersonoli:

A yw'r cyfathrebu wedi ei bersonoli y tu hwnt i enw'r derbynnydd yn unig?

A yw enw'r anfonydd wedi ei gynnwys gyda theitl a gwybodaeth gyswllt?

A yw'r anfonydd yn berson y bydd y derbynnydd yn ei adnabod a'i barchu?

A yw'r cyfathrebu wedi ei ysgrifennu yn yr ail berson, gan gyfeirio at gamau y dylech "chi" eu cymryd?

Hierarchaeth:

A yw'r wybodaeth bwysicaf ar frig y dudalen neu wedi ei phwysleisio gan ddefnyddio lliw, amrywiad maint, a/neu fformatio ychwanegol?

A yw'r testun yn gryno, yn cynnwys y wybodaeth angenrheidiol yn unig?

Pwysigrwydd:

Ydych chi wedi esbonio pam y dylid cymryd y cam gweithredu?

Ydych chi wedi amlygu'r hyn y gallai'r darllynydd ei golli os nad ydynt yn cymryd y cam gweithredu?

A yw'r iaith a'r oslef yn helpu'r darllynydd i ystyried eu hunain yn rhywun fyddai'n mabwysiadu'r ymddygiad?

Amseru:

Ydych chi'n anfon y cyfathrebiad ar adeg pan mae'r gynulleidfa'n debygol o fod â'r adnoddau meddyliol ac ariannol i weithredu?

Ydych chi wedi anfon y cyfathrebiad gyda digon o amser i alluogi'r gynulleidfa i gwblhau'r dasg?

A yw'r amseriad yn berthnasol i ddigwyddiad calendr?

A yw nifer y cyfathrebiadau a'r nodiadau atgoffa yn cyd-fynd ag anhawster a brys y dasg?

E

Evaluate / Gwerthuso Cynllunio eich gwerthusiad

Profi cyfathrebiadau gyda'ch cynulleidfa darged. Gall estyn allan i'ch cynulleidfa darged tra'n dylunio ac ysgrifennu eich cyfathrebiad eich helpu i sicrhau ei fod yn addas at y diben. Gellir gwneud hyn trwy amrywiaeth o ffyrdd gwahanol fel holiaduron neu grwpiau ffocws. Yn aml, diben y drafodaeth fydd sefydlu:

*Beth mae'r
gynulleidfa darged
yn ei feddwl
am y cynnwys
ysgrifenedig?*

*Sut maent yn
teimlo'n ei
ddarllen?*

*Beth maent yn
ei feddwl am
yr arddull?*

*A yw'n newid eu
bwriad i wneud
yr hyn a ofynnir
iddynt?*

Gwerthuso eich cyfathrebiad. Unwaith y bydd y cyfathrebiad wedi'i ysgrifennu, ei ddylunio a'i roi ar waith, mae'n bwysig gwerthuso'r effeithiolrwydd. Hyd yn oed os yw'r cyfathrebu'n rhan o strategaeth, neu ymgyrch ehangach, mae sawl ffordd y gellir gwerthuso cyfathrebiad. Mae'n bwysig ystyried beth roedd eich cyfathrebiad yn ceisio mynd i'r afael ag ef wrth gynllunio eich gwerthusiad. Dylai eich ateb i'r adran hon helpu i roi ffocws i'ch gwerthusiad:

Amcan y cyfathrebiad yw i

[target audience]

i

[behaviour]

trwy

[how/where/when]

Mae rhai o'r dulliau gwerthuso a ddefnyddir amlaf wedi eu rhestru isod. Cofiwch, dylai eich gwerthusiad anelu at nodi unrhyw newidiadau i allu, cyfle neu gymhellant - yn dibynnu ar ba un y cynlluniwyd eich cyfathrebiad i fynd i'r afael ag ef.

Cyn/Ôl-gymhariaeth

- Mae'r math yma o werthusiad yn cymharu newidyn (ymgymeriad brechu, er enghraifft) cyn ac ar ôl i'r cyfathrebiad gael ei weithredu
- Gellir defnyddio'r dull hwn i gasglu data gan niferoedd mawr o'r boblogaeth
- Bydd y gwerthusiad yn dibynnu ar y data sydd ar gael, neu eich gallu i gasglu'r data os nad yw'n cael ei gasglu fel mater o drefn
- Mae'n bwysig cofio na ellir pennu a yw'r newidiadau i'r newidyn o ganlyniad uniongyrchol i'r cyfathrebiad, oherwydd bydd newidiadau eraill mewn amgylchiadau na all y gwerthusiad eu rheoli

Gwerthuso Proses

- Nod gwerthusiad proses yw casglu data tra bod y cyfathrebiad yn cael ei weithredu
- Gall hyn helpu i ddeall a yw'r cyfathrebiad yn cael ei dderbyn fel y'i bwriadwyd (a yw'r boblogaeth darged yn ei weld, er enghraifft)
- Gall helpu i nodi problemau y gellir eu diwygio tra bod y cyfathrebiad yn mynd rhagddo

Holiaduron

- Gall holiaduron helpu i ddeall safbwyntiau grŵp penodol, sampl o'r boblogaeth darged yn aml
- Gallant roi gwybodaeth ddefnyddiol am y ffordd y cafodd y cyfathrebiad ei dderbyn ac a gafodd y cyfathrebiad ddylanwad dros fwriad i newid ymddygiad
- Gall y math yma o werthusiad gyrraedd nifer fawr o'r boblogaeth yn aml
- Mae holiaduron yn aml yn darparu data meintiol, sydd yn golygu na ellir archwilio atebion yn fanylach

Grwpiau Ffocws

- Yn debyg i holiaduron, gall grwpiau ffocws helpu i ddeall safbwyntiau grŵp penodol, sampl llai o'r boblogaeth darged yn aml
- Gall grwpiau ffocws helpu i archwilio amgyffrediaid, safbwyntiau ac agweddau tuag at gyfathrebiad ac mae'r natur ansoddol yn golygu y gall pwy bynnag sydd yn gofyn y cwestiynau ofyn am eglurhad neu fwy o fanylder
- Gall y math yma o werthusiad fod yn ddwys o ran adnoddau, ac mae angen cynllun ar gyfer recriwtio cyfranogwyr yn aml

Cyfeiriadau ac Adnoddau Ychwanegol

[Response Playbook Final.pdf \(local.gov.uk\)](#)

[Behaviour Change – Message Checklist \(hee.nhs.uk\)](#)

[The Principles of Behaviour Change Communications - GCS \(civilservice.gov.uk\)](#)

[Strategic Communications: a behavioural approach - GCS \(civilservice.gov.uk\)](#)

[7 GRAPHIC Principles of Public Health Infographic Design \(thewellresource.org.au\)](#)

[The behaviour change wheel: A new method for characterising and designing behaviour change interventions | Implementation Science | Full Text \(biomedcentral.com\)](#)

[Home - AMEC Integrated Evaluation Framework \(amecorg.com\)](#)

[Guide to campaign planning: OASIS - GCS \(civilservice.gov.uk\)](#)

Gobeithio bod y canllaw hwn wedi bod yn ddefnyddiol, os hoffech fwy o wybodaeth, neu os oes gennych unrhyw gwestiynau, mae croeso i chi gysylltu â ni trwy:



ICC.newidymddygiad@wales.nhs.uk

neu



[Uned Gwyddor Ymddygiad – ar gyfer iechyd a llesiant – Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant \(phwwhocc.co.uk\).](#)



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales



Uned Gwyddor Ymddygiad
Behavioural Science Unit

Canolfan Gydweithredol Sefydliad
Iechyd y Byd ar Fuddsoddi
ar gyfer Iechyd a Llesiant



World Health Organization
Collaborating Centre on Investment
for Health and Well-being