BETH AM GYSYLLTU

GWEITHGAREDDAU AR GYFER PLANT 14-18 OED

Place2Be's WYTHNOS IECHYD MEDDWL PLANT

CHWEFROR 6-12 2023

GWEITHGAREDD 4

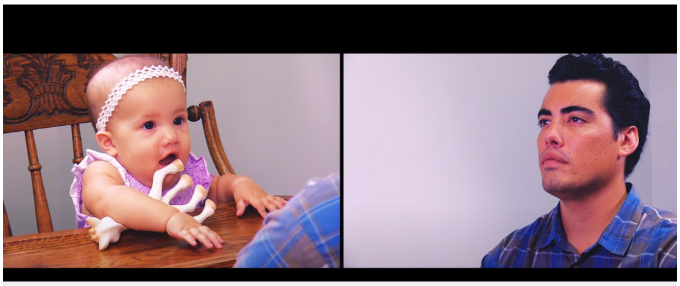
Hanfodion cysylltu

Mae'r gweithgaredd hwn yn cyflwyno disgyblion i bwysigrwydd cyfathrebu dieiriau, a'r gwahanol ffyrdd y gallwn gysylltu ag eraill heb eiriau.

Nid trwy eiriau yw'r unig ffordd y gallwn gysylltu ag eraill. Mae cyfathrebu dieiriau - cyswllt llygad, cyffwrdd, mynegiant wyneb, gwenu, nodio'ch pen i gyd yn hanfodol ar gyfer cysylltiad. Gall fod yn wahanol mewn gwahanol ddiwylliannau, ar gyfer rhai gwahanol oed, ar gyfer pobl awtistig a phobl â gwahanol fathau o niwroamrywiaeth.

- Gofynnwch i'r disgyblion drafod rhai o'r ffyrdd rydym yn cyfathrebu'n ddieiriau â'n gilydd, a nodwch y rhain ar fap meddwl neu trwy ddull tebyg.
- Meddyliwch am sut allai'r rhain fod yn wahanol yn ôl gwahanol gyd-destunau cymdeithasol (er enghraifft, mae gofod personol yn wahanol yn dibynnu ar ba mor dda rydych yn adnabod rhywun, pa un a ydych yn uniaethu fel gwryw/benyw, yn ôl gwahanol normau cymdeithasol.)
- Gofynnwch i'r disgyblion drafod hyn o ran eu diwylliannau, teuluoedd, grwpiau ffrindiau ac ati.

Nawr, defnyddiwch y fideos isod i ddangos grym cyfathrebu dieiriau i'r disgyblion.



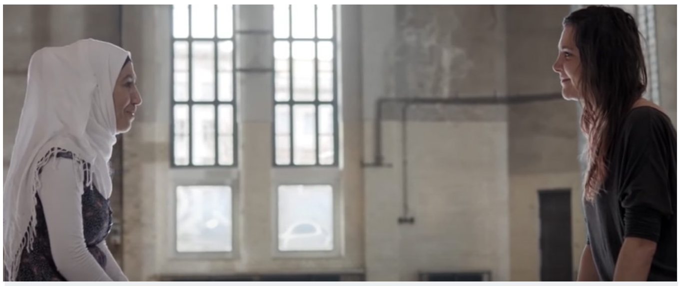
Fideo 1

Still Face Experiment with Dads

- Sut wnaeth y babanod ymateb pan wnaeth eu tadau edrych i fwrdd oddi wrthynt?
- Beth ydych chi'n meddwl yw'r rheswm am hyn?

Gwyliwch y fideo yma

DS: Byddwch yn arbennig o ymwybodol o ddisgyblion sydd â phrofiad o fod mewn gofal, disgyblion sydd wedi'u mabwysiadu, rhai sy'n cael gofal gan berthynas, a disgyblion sydd efallai yn cael cyswllt cyfyngedig â'u rhieni neu aelodau eraill o'r teulu yn ystod y gweithgaredd hwn.



Fideo 2

Eye Contact Experiment

- Sut wnaeth hwyliau pobl newid yn ystod y profiad? Efallai bydd y disgyblion yn sylwi bod pobl i weld yn nerfus ac anghyfforddus ar y dechrau, ond roeddynt yn gwenu ac yn chwerthin erbyn y diwedd.
- Sut fyddech chi'n teimlo petaech yn cymryd rhan mewn arbrawf fel hyn?
- Pam ydych chi'n meddwl bod cyswllt llygad mor bwysig?

Gwyliwch y fideo yma

BETH AM GYSYLLTU

GWEITHGAREDDAU AR GYFER PLANT 14-18 OED

Place2Be's WYTHNOS IECHYD MEDDWL PLANT — CHWEFROR 6-12 2023

Nawr bod y disgyblion wedi ystyried pwysigrwydd mynegiadau wyneb a chyswllt llygaid, gofynnwch iddynt gymryd rhan yn y gweithgaredd dieiriau hwn.

- Gofynnwch i'r disgyblion i sefyll mewn rhes a threfnu eu hunain yn nhrefn y wyddor yn ôl eu henwau cyntaf, heb siarad.
- Gallech ofyn iddynt wneud hyn ychydig o weithiau, a hefyd trefnu eu hunain yn ôl mis eu geni, cyfenw ac ati.
- Ar ôl iddynt sefyll mewn rhes gofynnwch iddynt:
  - Sut gwnaethoch chi gysylltu?
  - Pa agweddau o gyfathrebu ydych chi'n dibynnu arnynt i gysylltu â'ch gilydd?

Newidiodd y ffordd roeddem yn cyfathrebu, ar anterth y pandemig a'r cyfnodau clo.

- Sut wnaethom ni aros mewn cysylltiad yn ystod Covid?
- Beth wnaeth rwystro cysylltiad da? E.e. masgiau wyneb, cadw pellter cymdeithasol.
- Pa effaith a gafodd hyn a pham?
- Pe gallech chi gynghori cenhedlaeth y dyfodol am y ffyrdd gorau o gadw cysylltiad yn ystod pandemig, beth fyddech chi'n ei ddweud wrthyn nhw?

Gofynnwch i'r disgyblion greu poster neu daflen gyda rhai awgrymiadau ar sut y gallant gysylltu'n well trwy gyfathrebu dieiriau.

Gweithgaredd ymestyn dewisol

Os yw cyfathrebu dieiriau mor bwysig ar gyfer gwneud cysylltiadau ystyrlon, beth mae hyn yn ei olygu i'r cysylltiadau a wnawn ar-lein?

Datblygwyd emojis i ychwanegu egwyddorion cyswllt sylfaenol rhyngweithio dynol at destun ysgrifenedig.

Gofynnwch i'r disgyblion ystyried:

- Pa emojis ydych chi'n defnyddio fwyaf aml?
- Pa rai sydd mwyaf effeithiol i gyfleu'r hyn rydych eisiau ei ddweud yn y ffordd orau bosib?
- A oes yna unrhyw rai sy'n eich gwylltio?

Gall canfyddiadau'r disgyblion o emojis fod yn wahanol, a gellir dehongli emojis mewn gwahanol ffyrdd.

Mae'r gweithgaredd hwn wedi'i gynllunio ar gyfer plant 14-18 oed, ond fe allech ei ddefnyddio ar gyfer grwpiau oed eraill hefyd.