

# BETH AM GYSYLLTU

GWEITHGAREDDAU AR GYFER PLANT 14-18 OED



## GWEITHGAREDD 1

### Dyfyniadau am gysylltu

Mae'r gweithgaredd hwn yn annog y disgyblion i edrych ar ddyfyniadau yn ymwneud â chysylltu mewn diwylliant poblogaidd a llenyddiaeth ac archwilio manteision ac anfanteision cysylltu ag eraill.

**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.

"Dim ond cysylltu!" Dyna oedd ei phregeth gyfan. Dim ond cysylltu'r rhyddiaith a'r angerdd, a bydd y ddau yn cael eu dyrchafu, a bydd cariad dynol i'w weld ar ei eithaf. Dylech fyw mewn darnau, dim hirach."

EM Forster

"Rydym ni fel bodau dynol yn fodau cymdeithasol. Rydym yn cyrraedd y byd o ganlyniad i weithredoedd pobl eraill. Rydym yn goroesi yma mewn dibyniaeth ar eraill. P'un a ydym yn ei hoffi ai peidio, prin fod eiliad o'n bywydau pan nad ydym yn elwa o weithgareddau eraill. Am y rheswm hwn, nid yw'n syndod bod y rhan fwyaf o'n hapusrwydd yn codi yng nghyd-destun ein perthynas ag eraill."

Y Dalai Lama

"Mae beth bynnag sy'n effeithio ar un yn uniongyrchol yn effeithio ar bawb yn anuniongyrchol." Ni allaf fod yr hyn y dylwn fod nes eich bod chi yr hyn y dylech chi fod. Dyma strwythur cydberthynol realiti."

Martin Luther King Jr.

'Nid yw'r un dyn yn ynys ar ei ben ei hun yn llwyr; mae pob dyn yn ddarn o gyfandir, yn rhan o'r cyfan."

John Donne

"Mae'r cyfan yn fwy na chyfanswm y rhannau."

Aristotle

"Efallai mai un person ydych chi i'r byd, ond chi yw'r byd i un person."

Dr. Seuss

# BETH AM GYSYLLTU

GWEITHGAREDDAU AR GYFER PLANT 14-18 OED



## GWEITHGAREDD 1 Parhad

- Rhannwch y dosbarth yn grwpiau i drafod y dyfyniadau uchod. Gallai pob grŵp gymryd dyfyniad yr un, neu fe allech ofyn iddynt fynd drwy'r dyfyniadau i gyd.
- Gofynnwch wahanol gwestiynau i'r disgyblion yn ymwneud â'r dyfyniadau hyn, er enghraifft:
  - Beth yw'r neges ym mhob un o'r dyfyniadau?
  - Beth yw manteision cysylltu ag eraill?
  - Beth yw effeithiau cysylltu ag eraill ar ein hiechyd meddwl?
  - Beth yw anfanteision cysylltu ag eraill?
- Beth sy'n digwydd pan fyddwn yn teimlo'n ddatgysylltiedig oddi wrth bobl eraill?
- Pwy yng nghymuned ein hysgol allai fod yn teimlo diffyg cysylltiad ag eraill?
- Sut allwn wneud i'n hysgol deimlo'n fwy cysylltiedig a chynhwysol?
- Gofynnwch i'r disgyblion gyflwyno rhai o'u hatebion a'u barn am y dyfyniadau.



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