

## LLEISIAU PLANT A PHOBL IFANC AG ANGHENION YCHWANEGOL

Yn Place2Be, rydym am i blant a phobl ifanc, yn cynnwys y rhai ag anghenion ychwanegol (AAAA, ACY, ADY) deimlo bod eu lleisiau'n bwysig. Mae'n bwysig felly bod y syniadau sydd yn ein hadnoddau Wythnos Iechyd Meddwl Plant yn cael eu gwneud yn ystyrion a hygyrch gan oedolion sy'n adnabod eu myfyrwyr orau.

Rydym am i holl blant a phobl ifanc gael eu cefnogi i ymgysylltu'n llawn yn y gweithgareddau fel eu bod yn cael eu galluogi a'u grymuso i fynegi eu meddyliau, eu teimladau a'u barn. Defnyddiwch ein hadnoddau'n hyblyg a rhowch gyfleoedd i fyfyrwyr ymgysylltu mewn amrywiaeth o ffyrdd, yn ôl anghenion a dewisiadau.

### Er enghraifft, wrth ddefnyddio'r adnoddau efallai y byddwch yn dymuno:

- darparu cliwiau gweledol, gwrthrychau cyfeirio, ffotograffau, lluniau a symbolau fel bod disgyblion yn cael eu cefnogi i fynegi eu barn
- defnyddio cymorth cyfoedion i helpu myfyrwyr fynegi eu barn
- defnyddio nodiadau post-it gwahanol liw er mwyn casglu gwybodaeth am yr hyn y mae'r plant yn eu 'hoffi' a 'ddim yn eu hoffi' neu defnyddiwch fawd i fyny/bawd i lawr
- defnyddio lluniau a datganiadau a gofynnwch i'r myfyrwyr eu gosod mewn trefn yn ôl yr hyn sydd fwyaf i'r lleiaf pwysig iddynt
- defnyddio cardiau llun ynghyd ag amrywiaeth o gardiau emosiynau. Gofynnwch i'r myfyrwyr gyfateb y lluniau i'r emosiynau er mwyn eu galluogi i fynegi sut maent yn teimlo ynglŷn â'r hyn sy'n cael ei bortreadu yn y llun.
- defnyddio Makaton (neu SSE neu BSL) fel sy'n briodol er mwyn sicrhau bod y myfyrwyr yn deall y gweithgareddau ac yn gallu ymateb mewn ffordd sy'n ystyrion iddynt.

### Efallai bydd yn rhaid i oedolion fod yn gwbl eglur wrth siarad â phlant gydag anghenion ychwanegol

- '\_\_\_\_\_, rwy'n gwranddo arnat ti',
- '\_\_\_\_\_, rwyf wedi gwranddo arnat ti',
- '\_\_\_\_\_, clywais yr hyn rwyf ti wedi'i ddweud, ac rwy'n mynd i wneud X',
- '\_\_\_\_\_, mae dy farn yn bwysig i mi',
- '\_\_\_\_\_, mae'r hyn rwyf ti'n ei feddwl yn bwysig i mi'
- '\_\_\_\_\_, pan fyddi di'n siarad ynglŷn â sut rwyf ti'n teimlo, gallaf wrando a'th helpu di'

### Neu ewch gam ymhellach drwy ailadrodd rhan allweddol o'r sgwrs fel bod y plentyn yn gwybod eich bod wedi deall!

- 'Glywais i ti'n dweud "xyz", ydw i'n gywir?'
- 'Mae'n debyg mai X oedd y peth pwysicaf roddet ti eisiau i mi ei glywed, ydy hynny'n gywir?'

Mae gan bob plentyn yr hawl i fynegi ei farn, ei deimladau a'i ddymuniadau ym mhob mater sy'n effeithio arno, ac i'w ddymuniadau gael eu hystyried a'u cymryd o ddifrif. Bydd plant yn mynegi eu barn drwy amrywiol ffyrdd, nid drwy eiriau'n unig. Gall bob un ohonom ddangos bod pob llais yn bwysig drwy gadw llygad am gyfathrebu ar ffurf gwên, ymlacio, cyswllt llygaid ymhlith ffurfiau eraill. Byddwch chi a'r teuluoedd rydych yn gweithio â hwy yn adnabod y plentyn yn well na neb.

Rydym yn gobeithio bod yr adnoddau Wythnos Iechyd Meddwl Plant yn helpu'r holl blant a phobl ifanc yn eich ysgol rannu eu lleisiau a gwybod bod hynny'n bwysig.