

Dechreuadau Brawddegau

Call dechreuadau brawddegau fod yn bromtiau defnyddiol i blant sy'n cael trafferth i gael trefn ar eu meddyliau neu i fynegi'r ffordd maen nhw'n teimlo. Call plant a phobl ifanc eu defnyddio i gyfathrebu ar lafar neu i ysgrifennu eu meddyliau a'u teimladau i lawr. Gellir hefyd eu defnyddio i annog myfyrwyr i nodi camau gweithredu y gallan nhw eu cymryd i gynnal eu llesiant, ac o'u hysgrifennu gallan nhw gyfeirio yn ôl atyn nhw mewn cyfnodau anodd.

Callai fod yn fuddiol i'r gweithgaredd hwn gael ei fodelu gan oedolion, gyda'r oedolyn yn cwblhau ychydig o'r brawddegau cyn i'r plentyn gwblhau ei frawddegau yntau.

Dwi'n teimlo...

Dwi'n dymuno...

Dwi angen...

Dwi'n gobeithio...

Dwi eisiau...

Dwi eisiau gwneud mwy...

Dwi eisiau gwneud llai...

Dwi eisiau teimlo...

I deimlo fel hyn byddaf yn...

Os byddaf yn cael anhawster byddaf yn cofio...