

WELI DI FI?

Cefnogi plant ac oedolion ag awtistiaeth i ymweld â chlybiau ieuenctid a chymdeithasol

BYDDWCH YN GLIR



Byddwch yn glir ac yn gryno

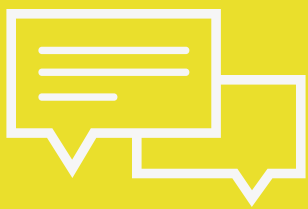


Peidiwch â defnyddio iaith ffigurol – gall idiomau a throsiadau fod yn ddryslyd



Peidiwch â dibynnu ar ystumiau, cyswllt llygad nac iaith y corff i gyfathrebu neu gyfeirio rhywun

BYDDWCH YN AGORED



Ceisiwch ddechrau ymwneud yn gymdeithasol â'r unigolyn. Os oes angen help ar yr unigolyn, efallai na fyddant yn teimlo'n ddigon hyderus i ofyn



Ceisiwch beidio â defnyddio gormod o glebran cymdeithasol a chadw at sgwrsio pwrpasol



Rhoddwch gefnogaeth gyda rheolau a chonfensiynau cymdeithasol megis cymryd tro

BYDDWCH YN DDIBYNADWY



Cynigiwch nifer cyfyngedig o ddewisiadau yn hytrach na dewisiadau rhydd



Cynigiwch strwythur ychwanegol o fewn gweithgareddau tîm



Gofynnwch gwestiynau penodol (e.e. "hoffech chi roi cynnig ar goginio?" yn hytrach na "pa weithgaredd hoffech chi gymryd rhan ynddo?")

BYDDWCH YN YMWBODOL YN SYNHWYRAIDD



Helpwch yr unigolyn i ganolbwyntio ar yr hyn yr ydych yn ei ddweud trwy symud i ardal dawelach



Derbyniwch yr unigolyn yn defnyddio offer synhwyrdd megis sbectolau tywyll neu amddiffynwyr clustiau



Byddwch yn ymwybodol fod arogleuon cryf, goleuadau llachar a synau uchel yn gallu achosi pryder