

Masgio

Beth yw Masgio?

Masgio yw pan fydd unigolyn niwrowahanol yn cuddio neu'n atal eu hymddygiadau naturiol, eu harddulliau cyfathrebu neu eu hanghenion, er mwyn cyd-fynd â'r disgwyliadau sydd o'u cwrpas.

Gall hyn gynnwys copïo cyfoedion, dynwared arwyddion cymdeithasol neu frwydro trwy ofid er mwyn ymddangos yn dawel ac yn "iawn", a'u bod yn canolbwyntio.

Nid twyll yw masgio. Fel arfer mae'n strategaeth amddiffynol, yn ffordd o osgoi barnu, bwllo, gwahardd neu gamddealltwriaeth. Fodd bynnag, dros amser, gall fod yn flinedig a gall arwain at ddiffygiant neu ofid emosiynol.

Gall dysgwyr fasgio am sawl rheswm, megis:

- **Eisiau perthyn neu osgoi sefyll allan**
- **Ddim yn teimlo'n ddiogel i fynegi gofid neu ofyn am gymorth**
- **Poeni am gael eu cosbi neu eu camddeall**
- **Copïo eraill fel ffordd o ddysgu "rheolau" cymdeithasol**



Pam bod Masgio yn bwysig

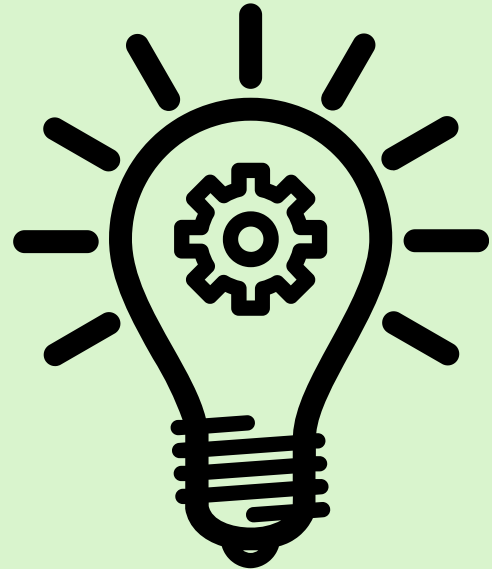
- **Anghenion cudd:** Gall dysgwr y mae'n ymddangos ei fod yn ymdopi, mewn gwirionedd, gael trafferth rheoli mewnbyn synhwyrdd, gorbryder neu ofynion gweithrediad goruchwylol.
- **Oedi o ran Cymorth:** Pan fydd masgio yn cuddio arwyddion o ofid, efallai na fydd anghenion dysgwr yn cael eu cydnabod nes y bydd hi'n argyfwng.
- **Diffygiant a blinder:** Gall masgio parhaus arwain at flinder, pyliau yn y cartref neu osgoi'r ysgol ar sail emosiwn (EBSA).
- **Camddeall Ymddygiad:** Gallai addysgwyr ddehongli cau i lawr, absenoldebau neu ffrwydradau emosiynol fel "peidio â chydymffurfio" yn hytrach nag arwyddion o ormodedd a masgio cronig.
- **Effaith ar berthnasoedd:** Gall dysgwyr ei chael hi'n anodd ymddiried mewn oedolion neu deimlo eu bod nhw'n cael eu derbyn go iawn os ydyn nhw'n teimlo bod rhaid iddynt berfformio fersiwn o'u hunain er mwyn cael eu gwerthfawrogi.

Masgio

Strategaethau Ymarferol ar gyfer Staff Addysgu

Deall a Chynllunio

- Defnyddiwch y cylch **Asesu–Cynllunio–Gwneud–Adolygu** i nodi arwyddion posibl o fasgio ac ymateb yn gynnar.
- Arsylwch y gwahaniaethau rhwng sut y maent yn ymddwyn gartref ac yn yr ysgol.
- Ymgysylltwch â rhieni, gofawr a'r dysgwr ei hun i nodi ble a phryd mae'r masgio'n digwydd.
- Lluniwch gynlluniau cymorth sy'n cydnabod yr angen am amser adferiad ar ôl ymdrech gymdeithasol neu academaidd.
- Dylech gynnwys adnoddau a strategaeth rheoleiddio a ffefrir gan y dysgwr mewn asesiadau risg a chynlluniau cymorth.



Perthnasoedd a'r Amgylchedd

- Sicrhewch ddiogelwch drwy berthnasoedd: gall perthnasoedd dibynadwy a chyson helpu dysgwyr i deimlo'n ddiogel i ddad-fasgio.
- Defnyddiwch **amgylcheddau rhagweladwy**: mae arferion clir yn lleihau'r angen i "berfformio" neu ddyfalu disgwyliadau.
- Darparwch **fannau diogel**: mannau digynnwrf, lle gall dysgwyr encilio heb stigma.
- **Caniatewch amser i adfer**: yn dilyn sefyllfaoedd cymdeithasol neu swnllyd iawn, dylid caniatáu amser iddynt fod ar eu pen eu hunain neu wneud gweithgareddau a ffefrir ganddynt.
- **Modelwch dderbyniad**: dathlwch niwroamrywiaeth yn agored a defnyddiwch iaith gadarnhaol am wahaniaeth yn hytrach na diffyg.

Cyfathrebu a Chefnogaeth

- Defnyddiwch **iaith anuniongyrchol, heb lawer o bwysau**, i leihau gorbryder.
- Osgowch ganmoliaeth gyson am gydymffurfiaeth; ac yn hytrach, dylech gydnabod ymdrech a gonestrwydd.
- Cynigiwch **ddewisiadau** i roi ymdeimlad o reolaeth.
- Byddwch yn ymwybodol o dôn a chiwiau di-eiriau, gan y gall anghymeradwyaeth gynnig gynyddu masgio.
- Caniatewch **amser ychwanegol** i'r dysgwr brosesu a pheidiwch â thybio bod tawelwch yn golygu dealltwriaeth.
- Dilyswch brofiad y dysgwr (e.e. "Mae'n ymddangos bod hynny'n profi'n flinedig iawn i ti") yn hytrach na'ch bod yn herio eu hemosiynau.

Masgio



Addysgu ac Ymgysylltu

- Dylech gysylltu dysgu gyda **diddordebau a chryfderau'r dysgwr**, gan eu helpu i ymgysylltu'n ddilys yn hytrach na pherfformio er mwyn cael cymeradwyaeth.
- Dylech gadw gofynion yn glir ond yn hyblyg – cynhigiwch sawl llwybr i lwyddiant.
- Dylech annog creadigrwydd, hiwmor a chwilfrydedd fel ffurfiau mynegiant dilys.
- Dylech gynnwys **egwyliau symud neu synhwyraidd**, er mwyn lleihau gormodedd.
- Daliwch i fyny gyda nhw'n ddisylw (e.e. "Hoffet ti egwyl fer?") yn hytrach na thynnu sylw'r cyhoedd.

Cefnogi Adferiad a Lleihau Diffygiad

- Cydnabyddwch y gall rhai dysgwyr brofi "lluadded" gartref yn dilyn diwrnod yn yr ysgol, oherwydd blinder yn sgil yr holl fasio.
- Dylech weithio gyda theuluoedd i gynllunio **newidiadau graddol**, gan leihau pwysau ar ddechrau neu ddiwedd y diwrnod ysgol.
- Ymgorfforwch **ddulliau sy'n seiliedig ar drawma**, gan gydnabod y gall masgio cronig fod yn ymateb i straen.
- Anogwch orffwys, hobiau a chysylltiadau dilys â chyfoedion.

Pwyntiau Allweddol

- Strategaeth oroesi addasol yw masgio, nid camymddygiad.
- O bosibl bod dysgwr sy'n ymddangos yn "iawn" yn gweithio'n galed iawn i fod felly.
- Mae meithrin ymddiriedaeth, rhagweladwyedd a hyblygrwydd yn helpu dysgwyr i deimlo'n ddiogel i fod yn nhw eu hunain.
- Mae lleihau'r angen i fasio yn cefnogi ymgysylltiad, rheoleiddio a lles gwirioneddol.