

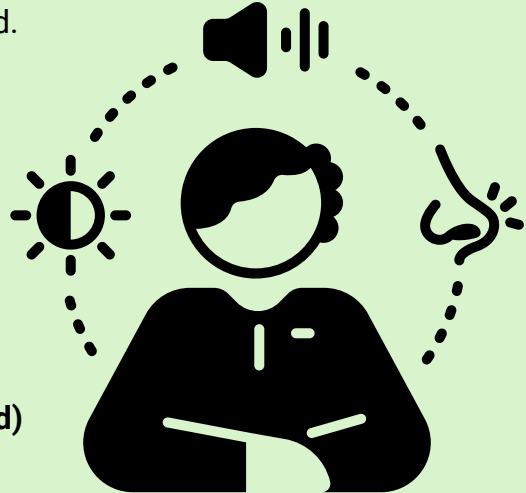
Gwahaniaethau Prosesu Synhwyrdd

Beth yw Gwahaniaethau Prosesu Synhwyrdd?

Mae gwahaniaethau prosesu synhwyrdd yn cyfeirio at sut y mae unigolion yn profi ac yn ymateb i fewnbwn synhwyrdd. Gall dysgwyr niwrowahanol brosesu gwybodaeth synhwyrdd mewn gwahanol ffyrdd.

Mae yna **wyth o synhwyrdd** i'w hystyried:

- **Golwg**
- **Clyw**
- **Blas**
- **Arogl**
- **Cyffyrddiad**
- **Cydbwysedd (Cynteddol)**
- **Ymwybyddiaeth o'r Corff (Propriodderbyniad)**
- **Ymdeimladau Mewnol (Mewndderbyniad)**



Gall dysgwyr fod yn **orsensitif** (osgoi synhwyrdd) neu **dansensitif** (chwilio synhwyrdd) neu un neu fwy o'r synhwyrdd hyn ar wahanol adegau. Gall y gwahaniaethau hyn effeithio ar y ffordd y mae rhywun yn ymddwyn ac yn rhyngweithio, y ffordd y maent yn rheoli eu hemosiynau, a'u hymgysylltiad â dysgu.

Pam fod Gwahaniaethau Prosesu Synhwyrdd yn bwysig?

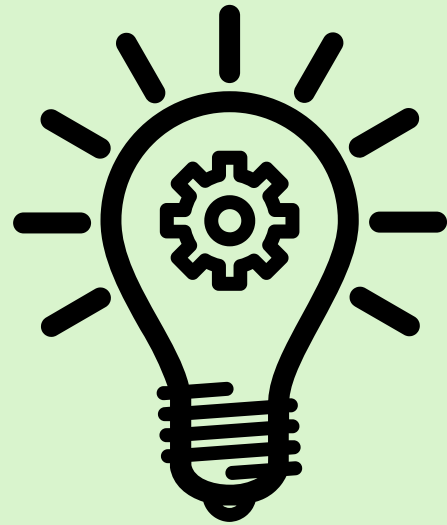
- Gall gormodedd synhwyrdd arwain at **golli rheolaeth, gorbryder, neu gau i lawr**.
- Gall dysgwyr ei chael hi'n anodd aros o fewn eu **ffenestr oddefgarwch**, y cyflwr gorau posibl ar gyfer dysgu a rhyngweithio.
- Gall anghenion synhwyrdd heb eu diwallu gyfrannu at **osgoi'r ysgol ar sail emosiwn (EBSA)**, ymddygiad gofidus, neu hyd yn oed **waharddiad o'r ysgol**.

Gwahaniaethau Prosesu Synhwyrdd

Strategaethau Ymarferol ar gyfer Staff Addysgu

Deall a Chynllunio

- Defnyddiwch y cylch **Asesu-Cynllunio-Gwneud-Adolygu** i nodi ac ymateb i anghenion synhwyrdd.
- Dylech gwblhau **asesiadau risg unigol** er mwyn deall sbardunau a chynllunio strategaethau rheoleiddio.
- Llunio **cynlluniau cymorth** sy'n cynnwys dewisiadau synhwyrdd ac adnoddau tawelu.



Chwilio Synhwyrdd

Cydnabod bod rhai dysgwyr yn chwilio'n weithredol am fewnbwn synhwyrdd i reoli emosiynau a chadw ffocws. Gall hyn gynnwys:

- **Symudiad** (e.e. siglo, camu'n ôl ac ymlaen).
- Profiadau cyffyrddol (e.e. eitemau gwingo, deunyddiau gwaeadog).
- **Ysgogiad clywedol**.

Er y gall yr ymddygiadau hyn ymddangos yn aflonyddgar, maent yn aml yn **strategaethau hunanreoleiddio hanfodol** sy'n helpu dysgwyr i reoli mewnbwn synhwyrdd a pharhau i ymgysylltu.

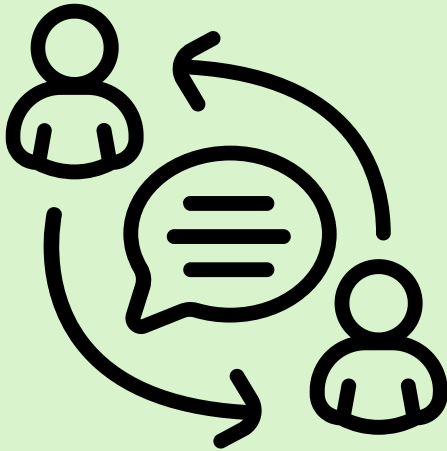
Mae chwilio synhwyrdd yn **amrywio'n fawr**.

Dylech arsylwi a chofnodi'r hyn sy'n cefnogi pob dysgwr orau, a chynnwys y rhain mewn cynlluniau cymorth ac asesiadau risg.

Offer a'r Amgylchedd

- Crëwch **ardaloedd lle nad oes llawer o ysgogiad**, megis corneli digynnwrf neu barthau tawel.
- Cynigiwch **gymhorthion synhwyrdd** fel amddiffynwyr clustiau, offer gwingo, eitemau â phwysau ynddynt, gemwaith y gellir ei gnoi, deunyddiau gwaeadog, neu fynediad at egwylliau symud.
- Darparwch **opsiynau seddi hyblyg** (e.e. clustogau siglo, desgiau sefyll) i gefnogi symudiad a chysur.
- Defnyddiwch **drefn ragweladwy** yn ogystal â **newydd-deb** (e.e. offer synhwyrdd sy'n troi) i ddiwallu anghenion synhwyrdd heb orlethu dysgwyr.

Gwahaniaethau Prosesu Synhwyrdd



Cyfathrebu a Chyfarwyddyd

- Caniatewch **amser ychwanegol** ar gyfer **prosesu**.
- Defnyddiwch **iaith anuniongyrchol** i leihau gorbryder.
- Defnyddiwch **gymhorthion gweledol** i helpu gyda deall a chychwyn tasgau.

Addysgu ac Ymgysylltu

- Dylech ymgorffori **diddordebau presennol** dysgwr, er mwyn eu cymell a'u cynnwys.
- **Amrywiwch eich dull** i gynnal newydd-deb a diddordeb.
- Addaswch **gymhlethdod** gwybodaeth er mwyn osgoi gormodedd.

Perthnasoedd a Rheoleiddio

- Dylech feithrin **ymddiriedaeth** er mwyn cefnogi ymdeimlad **o berthyn**.
- Defnyddiwch **egwylliau symud** a gweithgareddau a ffefrir i gefnogi rheoleiddio.
- Dylech annog **myfyrio** er mwyn cefnogi arferiad a rheoli emosiynau.