**** **RHYNGWEITHIO DWYS**

**Cyflwyniad**

Mae rhyngweithio dwys neu gyd-sylw yn ffordd o gysylltu a chyfathrebu â phlant sy’n ei chael hi’n anodd cymdeithasu neu gyfathrebu. Gwneir

hyn drwy roi sylwadau ar eu gweithredoedd, ymuno â nhw yn eu gwaith a’u dynwared mewn ffordd chwareus. Drwy ymateb yn lle arwain, rydym yn osgoi rhoi pwysau ar y person; pwysau nad yw’n gallu ymdopi ag ef. Yn lle hynny, rydym yn rhoi gwybod iddo ein bod yn ei werthfawrogi ac yn mwynhau bod gydag ef. Rydym yn rhoi’r cyfle iddo archwilio drwy wneud i bethau ddigwydd ac arwain. Bydd ‘pwnc y sgwrs’ o ddiddordeb iddo.

**Sut i ddechrau arni**

Treuliwch amser yn edrych ar y plentyn. Sut mae’n siarad â’i hun? Pa synau mae’n eu gwneud? Pa symudiadau neu ymddygiadau y mae’n eu hailadrodd yn rheolaidd? Tiwniwch fewn.

Dilynwch esiampl y plentyn – ymatebwch i’r pethau mae’n eu gwneud. Gwneir hyn drwy roi sylwadau ar ei weithredoedd, ymuno ag ef yn ei waith a’i ddynwared mewn ffordd chwareus. Drwy ymateb yn lle arwain rydym yn osgoi rhoi pwysau ar y person; pwysau nad yw’n gallu ymdopi ag ef. Yn lle hynny, rydym yn rhoi gwybod iddo ein bod yn ei werthfawrogi ac yn mwynhau bod gydag ef. Rydym yn rhoi’r cyfle iddo archwilio drwy wneud i bethau ddigwydd ac arwain. Bydd ‘pwnc y sgwrs’ o ddiddordeb iddo.

Defnyddiwch amseru a rhythm wrth ryngweithio. Gall hyn wneud iddo hoffi gemau – gyda chyffro a drama yn dal sylw’r plentyn. Gall rhythm ac ailadrodd helpu’r plentyn i ragweld beth fydd yn digwydd nesaf ac i gymryd mwy o ran. Gallwn greu’r ymdeimlad ein bod yn cymryd tro.

**Technegau Rhyngweithio Dwys**

* **Rhannu Gofod Personol:** Gall fod yn braf cael rhywun yn agos, profi cyd-gynhesrwydd ac agosatrwydd e.e. gorwedd/eistedd/sefyll gyda’ch gilydd yn dawel neu fel arall.
* **Adleisio Llafar:** Gall adleisio llafar ddatblygu dilyniannau tebyg i sgyrsiau, gyda’r plentyn a’r oedolyn yn rhoi a derbyn adborth pwysig e.e. adleisio llafar neu ddi-eiriol.
* **Adlewyrchu Ymddygiadol:** Gall adlewyrchu ymddygiad plentyn ddatblygu i mewn i ddilyniannau sy’n cynnwys y plentyn a’r oedolyn.
* **Cyswllt Llygaid:** Mae cyswllt llygaid yn ffordd bwysig o roi a derbyn signalau cymdeithasol cynhwysol e.e. edrych yn ddramatig, edrych yn y drych, rhythu ar eich gilydd. Os yw hyn yn anodd i’r plentyn, peidiwch â bwrw ymlaen.
* **Gweithgaredd Cyd-Ffocws:** bydd yr oedolyn a’r plentyn yn canolbwyntio ar yr un gweithgaredd neu wrthrych, gan strwythuro eu hymgysylltu o amgylch y gweithgaredd hwnnw.
* **Cyfnewid ystumiau’r wyneb:** Defnyddio ystumiau gyda’r bwriad o gyfathrebu a chreu cyfleoedd i’r rhain gael eu hailadrodd yn yr un ffordd, e.e. gwenu, wincio, gwneud ystumiau, sticio’r tafod allan.

Mwynhewch. Dylai sesiynau Rhyngweithio Dwys fod yn sbort ac yn chwareus.