Gall staff ELSA gefnogi gyda

Colled a phrofedigaeth

Hunan-barch

Sgiliau cymdeithasol

Deall ac adnabod emosiy-nau

Cyfeillgarwch

Pryderon

Technegau ymlacio

Rheoleiddio emosiynau

A llawer mwy!

Beth yw'r buddion?

Mae plant yn dysgu'n well pan mae eu hanghenion emosiynol wedi eu cwrdd. Mae hyn yn galluogi nhw i ganolbwyntio yn yr ysgol.

Mae sesiynau ELSA yn gallu helpu dysgwyr i:

- Ddatblygu strategaethau i gyfathrebu eu teimladau a meddyliau.
- Gyfathrebu gyda phobl eraill.
- Ddatblygu hunan ymwybyddiaeth.
- Ymdopi'n well yn yr ysgol a datblygu hunan-werth.

ELSA

Cymorth Llythrennedd Emosiynol

Canllawiau i Rieni

Cyngor Abertawe Swansea Council

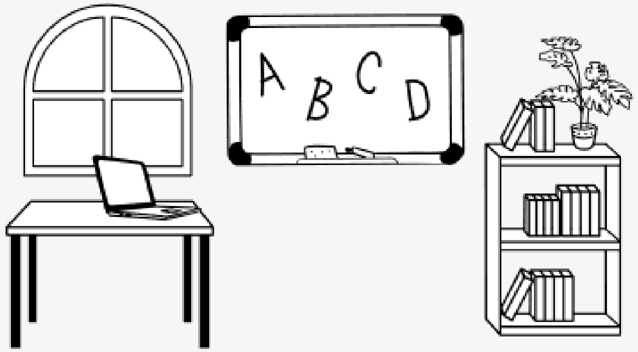
ELSA NETWORK REGISTERED

Beth yw ELSA?

ELSA yw aelod o staff sydd wedi ei hyfforddi i roi cymorth i ddysgwyr i ddatblygu llythrennedd emosiynol a sgiliau eraill.

Mae staff ELSA yn derbyn hyfforddiant trylwyr a goruchwiliaeth barhaus gyda seicolegwyr addysg.

Mrs Bassett yw ELSA ein hysgol.



Beth yw sesiwn ELSA?

Mae cymorth ELSA fel arfer yn cynnwys sesiynau wythnosol (tua 6-12 wythnos) sydd wedi'u trefnu o flaen llaw. Mae pob sesiwn wedi ei addasu i gwrdd ag anghenion y disgybl.

Beth yw llythrennedd emosiynol?

Deall ac ymdopi gyda theimladau

Datblygu hunan-barch a pherthnasau cadarnhaol ag eraill.

Datblygu strategaethau i reoleiddio emosiynau a ffocysu ar ddysgu.

Enghreifftiau o'r hyn a all ddigwydd mewn sesiwn ELSA:

- rhannu teimladau
- Ymarfer technegau ymlacio
- gemau a phosau
- storiau cymdeithasol
- datganiadau positif
- gweithgareddau i ddatblygu hunan-ddealltwriaeth
- Celf a chrefft
- Gweithgareddau rheoleiddio