IECHYD EMOSIYNOL
(Gweithgaredd asesu)

TAFLEN

Mae Sam wedi bod yn cyrraedd yr ysgol yn hwyr weithiau. Mae'n gofyn imi o hyd a oes gen i arian sbâr i brynu cinio, sy'n ddiflas braidd. Dyw hi ddim yn dod aton ni amser cinio, serch hynny. Mae rhai o'r merched eraill yn gwneud hwyl ar ei phen. Clywodd Sam rywun yn chwerthin am stori roedd wedi ei chlywed am dŷ yn mynd ar dân. Rhedodd i ffwrdd yn crio, a chuddio yn y tai bach. Dyw hi ddim yn fodlon dweud wrthyf i pam ei bod hi'n ypsét.

- Allwch chi ddisgrifio iechyd emosiynol Sam? Sut wyddoch chi?

- Beth mae Sam yn ei wneud i ymdopi?

- Beth allai Sam wneud i wella ei hiechyd emosiynol?

- Yn eich barn chi, beth yw iechyd emosiynol?