

## Systemau Gwobrwyo Ymddygiad Cadarnhaol

### Beth yw system gwobrwyo ymddygiad cadarnhaol?

Gall defnyddio systemau gwobrwyo fod yn ffordd effeithiol o gefnogi ymddygiad eich plentyn. Mae systemau gwobrwyo yn canolbwyntio ar yr ymddygiad rydym eisiau ei weld drwy wobrwyo plant/pobl ifanc pan maent yn dangos yr ymddygiad targed.

Gellir defnyddio systemau gwobrwyo mewn ffyrdd gwahanol a all eu gwneud yn briodol i blant a phobl ifanc o bob oed. Er enghraifft gall siartiau sticer weithio'n dda i blant ifanc a gall rhestr gwaith ac arian poced fod yn fwy ysgogol i bobl ifanc.

### Pam defnyddio system gwobrwyo?

Gall systemau gwobrwyo:

- Wella ymddygiad cadarnhaol eich plentyn
- Lleihau ymddygiad heriol
- Magu hyder a hunan barch eich plentyn/unigolyn ifanc
- Cefnogi annibyniaeth eich plentyn/unigolyn ifanc
- Dysgu cyfrifoldeb



### Sut wyf yn defnyddio system gwobrwyo ymddygiad cadarnhaol?

#### 1) Dewiswch ymddygiadau rydych eisiau ei newid - byddwch yn benodol!

Mae'n bwysig eich bod yn bod yn benodol o ran yr ymddygiadau rydych yn eu dewis. Er enghraifft mae nodau megis "bydd yn dda drwy'r dydd" yn amwys ac yn anodd i blant ei ddeall. Yn hytrach, ceisiwch dargedu ymddygiadau penodol e.e "brwsio fy nannedd ddwywaith y diwrnod". Mae'n well dechrau gydag un neu ddau ymddygiad (e.e rhannu teganau gyda brawd a chwaer, cysgu yn dy wely dy hun yn y nos) ar y tro gan y gall dewis gormod o dargedau fod yn llethol i'r plentyn.

## 2) Dewiswch eich siart

Mae llawer o wahanol ffyrdd o ddefnyddio siartiau gwobrwy ymddygiad cadarnhaol. Gallwch weld enghreifftiau ar waelod y dudalen hon. Nid oes penderfyniad cywir neu anghywir wrth i chi ddewis eich siart gwobr. Mae'n ymwneud â dewis y ffordd sy'n gweithio orau i chi a'ch teulu. Gall cynnwys eich plentyn yn y broses o wneud penderfyniad helpu i gynnal ei ddiddordeb ac iddo gymryd perchnogaeth o'r system. Mae siartiau sticeri yn aml yn gweithio'n well ar gyfer plant ifanc a gall systemau ar sail pwyntiau fod yn well i blant hŷn.

## 3) Egluro'r system

Eglurwch sut bydd y system yn gweithio. Byddwch yn glir o ran eich disgwyliadau e.e "Bob tro y byddi di'n brwsio dy ddannedd yn dda mi fyddi di'n cael sticer, unwaith rwy'ti wedi cael 10 sticer fe gei di eu newid am gylchgrawn fel gwobr am wneud mor dda". Mae'n bwysig bod eich plentyn yn deall yn union beth sydd angen iddo ei wneud i gael y wobr.

## 4) Dewiswch wobrau sy'n ysgogi eich plentyn!

Dewiswch wobr a fydd yn ysgogi eich plentyn Gall gwobrau fod yn rhywbeth mae eich plentyn yn ei fwynhau, gall hyn fod yn hoff fwyd, tegau, trip arbennig neu wneud mwy o rywbeth mae'n ei fwynhau. Nid oes yn rhaid i'r gwobrau fod yn ddrud na chostio dim! Mae'n syniad da cynnwys y plentyn yn y wobr. Nid yw hyn yn golygu rhoi'r rhyddid iddynt ddewis unrhyw beth. Penderfynwch faint rydych yn fodlon ei wario neu ei roi a rhowch yr opsiwn iddynt e.e "Fe gei di ddewis un ai cylchgrawn neu hufen iâ", "Fe gei di un ai lyfr neu bos", "Fe gei di un ai aros ar dy draed 30 munud yn hwyrach ar nos Sadwrn neu cael 30 munud yn fwy o amser ar y cyfrifiadur."

Drwy ganiatáu i'r plentyn ddewis ei wobr, bydd hyn yn ei ysgogi i weithio'n galed i gael y wobr honno. Ar gyfer rhai plant, gall dewis gwobr ymlaen llaw fod yn fwy ysgogol na gweithio am wobr gudd.

Mae'n well dewis gwobrau bach all gael eu hennill yn gyflym neu fe all y plentyn golli cymhelliant.

### Pethau y gallwch eu defnyddio:

- Papur
- Sisyrnau
- Cylchgrawn / rhyngwyd ar gyfer lluniau gweledol
- Blue tac neu felcro
- Dewis o sticeri
- Lamineiddiwr (dewisol)
- Cardiau lluniau

**Gallwch gael mynediad ar bethau gweledol a phecynnau am ddim ar:**  
[free resource:](https://www.twinkl.co.uk/search)  
<https://www.twinkl.co.uk/search>

### Syniadau o ran gwobrau:

- Amser arbennig gyda ffrindiau neu deulu
- Amser ychwanegol ar weithgaredd o ddiddordeb mawr.
- Cael ffrindiau i aros dros nos
- Ymweliad ychwanegol/hirach â'r parc
- Gweithgaredd crefftau neu coginio
- Rhywbeth da o'r siop bunt
- Llyfr, pos neu gylchgrawn newydd
- Mynd i'r gwely'n hwyrach ar nos Wener

## 5) Dangoswch y siart

Cytunwch ar ble rydych am gadw'r siart gwobr. Fe all fod yn well cadw'r siart rhywle y gall pawb ei weld, megis ar yr oergell. Bydd cael y siart o fewn golwg yn atgoffa'r plentyn am ei dargedau ac yn atgoffa'r rhieni i'w gwblhau.

## 6) Byddwch yn gyson

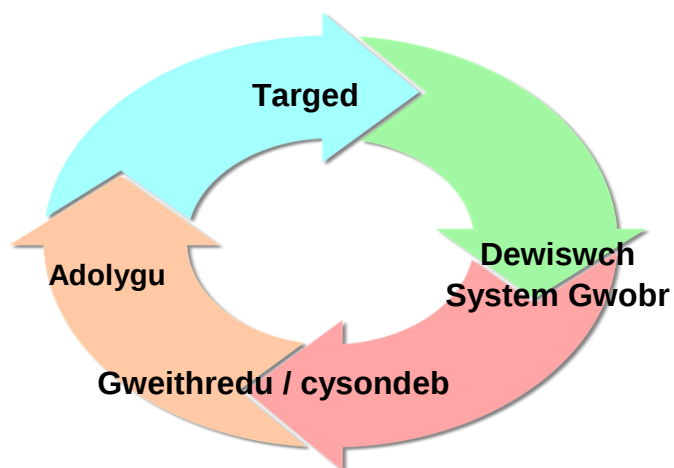
Y peth pwysicaf yw bod yn gyson. Un o'r prif resymau pam fod siartiau gwobr yn stopio gweithio yw am nad ydynt yn cael eu defnyddio'n gyson. Fe all ddigalonni plentyn os yw'r rhiant yn anghofio rhoi sticer iddynt am gyflawni ei ymddygiad targed. Os ydych allan ac nid yw'r sticeri wrth law gennych, gwnewch nodyn ar eich ffôn i'ch atgoffa i'w ychwanegu ar y siart unwaith y byddwch yn cyrraedd gartref.

## 7) Cyflawnwch

Mae'n bwysig eich bod yn cyflawni termau'r siart y cytunwyd arnynt. Er enghraifft, os ydych chi'n addo cylchgrawn newydd i'r plentyn os yw'n cael 5 seren, mae'n bwysig ei fod yn cael yr hyn yr addawyd iddo. Ar y llaw arall, os yw eich plentyn angen 5 seren ac nid yw ond yn cael 3 yna mae'n bwysig i chi beidio ildio a rhoi'r wobr iddo beth bynnag.

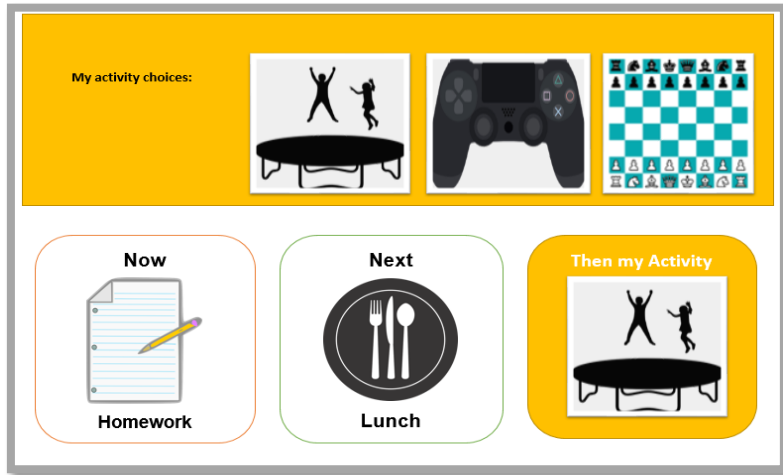
## 8) Adolygu'r targedau

Ar ôl ychydig bydd eich plentyn yn cyflawni'r ymddygiad targed y rhan fwyaf o'r amser heb lawer o ymdrech. Dyma'r amser i ychwanegu targed newydd i'r siart gwobr. Dewiswch darged penodol a chyraeddadwy arall a dilynwch yr un camau gyda'r ymddygiad newydd hwn. Yn y pen draw, wrth i'ch plentyn dyfu efallai na fydd arno angen siart gwobr mwyach ac yn hytrach efallai y bydd canmoliaeth lafar yn ddigon iddynt barhau.



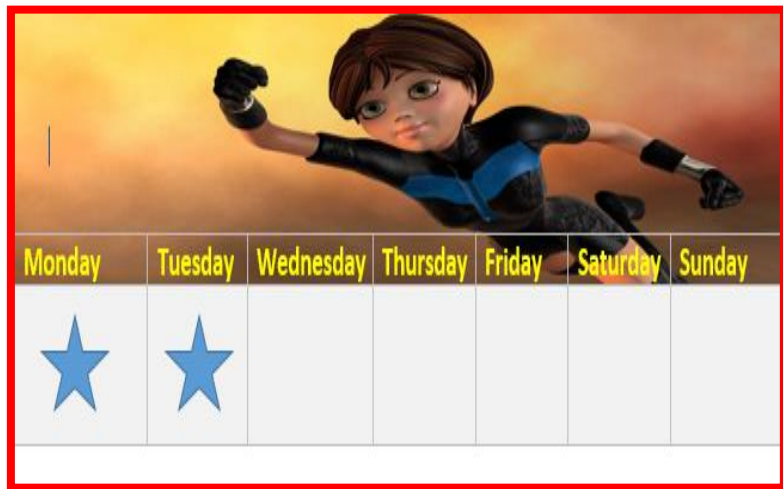
## Gwahanol Fathau o Systemau Gwobrwyo

Nid oes system gwobrwyo gywir nac anghywir i chi ei dewis. Mae'n ymwneud â dewis y system a fydd yn gweithio orau i'ch teulu chi. Dyma rai syniadau o ran sut y bydd system gwobrwyo yn edrych:



### Byrddau Rŵan, Nesaf ac Yna

- Gellir defnyddio'r strategaeth weledol hon ar draws sefyllfaoedd gwahanol megis i gefnogi trefn a rheoli newid
- Gall byrddau rŵan/nesaf fod yn ddefnyddiol iawn i helpu plant barhau ar y trywydd iawn wrth gwblhau tasgau maent yn ei chael yn anodd.
- Yn wahanol i systemau gwobr eraill, mae'r wobr yn cael ei ennill cyn gynted â bod y plentyn wedi cwblhau'r dasg targed e.e "rŵan rydym ni'n darllen ein llyfr, yna byddwn yn bwyta cinio ac yna mae'n amser am y trampolîn."



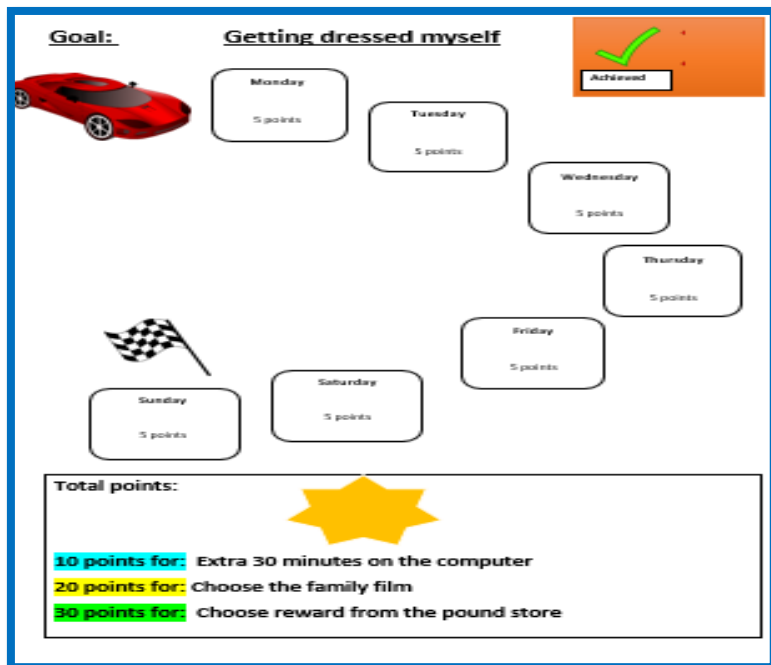
### Siart Sticer

- Mae siartiau sticer yn ddewis poblogaidd i nifer o blant.
- Bydd y plentyn yn cael sticer bob tro y mae'n dangos ymddygiad targed y gall yna amnewid y sticeri hynny am wobr.
- Fe all fod yn braf gadael i'r plentyn ddewis y sticeri felly bob tro y mae'n dangos ei ymddygiad targed mae'n cael gwobr fach drwy ddewis y sticer.



## Systemau Tocyn

- Mae systemau tocyn yn debyg iawn i siartiau sticer ond fe allant fod yn fwy deniadol i blant hŷn.
- Gallwch gynnwys eich plentyn wrth ddewis y tocynnau, gall hyn fod yn rhywbeth o ddiddordeb iddo megis car, trê, wyneb hapus neu symbol megis seren.
- Mae gan rai pobl luniau o docynnau y maent yn ei roi ar y siart i lunio'r amlinelliad ac yna gall yr unigolyn ifanc liwio'r siâp bob tro mae'n dangos eu hymddygiad targed.
- Gall systemau tocyn hefyd weithio ochr yn ochr â chytundebau ymddygiad a rheolau'r tŷ (gweler mwy o wybodaeth isod).



## Systemau Pwyntiau

- Gall systemau pwyntiau fod yn wych i blant sydd â dealltwriaeth dda o rifau.
- Gall systemau pwyntiau fod o unrhyw arddull y dymunwch, gallant fod yn lliwgar gyda lluniau o eitemau o ddiddordeb neu fwrdd craff gyda rhicbren pwyntiau.
- Gall systemau pwyntiau gynnwys system gwobr fesul haen i helpu i ysgogi'r plentyn / unigolyn ifanc ar gyfer gwobrau mwy e.e 10 pwynt = 30 munud ar gêm cyfrifiadur, 20 pwynt = £3, 30 pwynt = trip i'r sinema.

| Chore     | Dishes                                                                            | Washing away                                                                      | Clean Bathroom                                                                    |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
|           |  |  |  |
| Monday    |                                                                                   |                                                                                   |                                                                                   |
| Tuesday   |                                                                                   |                                                                                   |                                                                                   |
| Wednesday |                                                                                   |                                                                                   |                                                                                   |
| Thursday  |                                                                                   |                                                                                   |                                                                                   |
| Friday    |                                                                                   |                                                                                   |                                                                                   |
| Saturday  |                                                                                   |                                                                                   |                                                                                   |
| Sunday    |                                                                                   |                                                                                   |                                                                                   |

When I have done my Chores, I will get:  
1 Hour of Screen Time \*

## Rhestr Gwaith Tŷ

- Efallai y bydd plant hŷn a phobl ifanc yn bihafio'n dda gartref ond efallai nad ydynt yn tynnu eu pwysau o amgylch y tŷ.
- Gall rhestr gwaith tŷ fod yn ffordd wych i annog plant/pobl ifanc i helpu o amgylch y tŷ.
- Gall gwneud gwaith tŷ ddysgu plant/pobl ifanc sgiliau cyfrifoldeb, rheoli amser a byw'n annibynnol a fydd yn bwysig iawn iddynt wrth iddynt fynd yn hŷn.
- Gall cwblhau tasgau gwaith tŷ syml (e.e rhoi'r platiau yn y peiriant golchi llestri, paratoi bocs bwyd a chadw eu dillad yn y wardrob) bob diwrnod/wythnos olygu bod y plentyn/unigolyn ifanc yn ennill gwobrau.
- Gall gwobrau fod yn bethau megis amser ar y cyfrifiadur, arian poced neu amser gwely hwyrach.



## Jariau Gwobr

- Gall y system hon fod yn ffordd dda i blant/pobl ifanc weld eu cynnydd.
- Caniateir plant/pobl ifanc i roi gwrthrych mewn jar bob tro maent yn dangos ymddygiad targed.
- Gall gwrthrychau fod yn bethau megis marblis, botymau neu gerrig bach.
- Mae'n bwysig nad ydych yn dewis gwrthrychau sy'n rhy fach neu jariau sy'n rhy fawr gan eich bod eisiau i'r wobwr fod yn gyraeddadwy dros gyfnod weddol fyr o amser.
- Gall jariau gwobr fod yn ddefnyddiol pan rydych yn targedu mwy nag un ymddygiad gan eu bod fel arfer yn cymryd hirach i gyrraedd y wobwr.
- Mae jariau gwobr hefyd yn wych i ddefnyddio gyda brodyr a chwiorydd, gall bob plentyn/unigolyn ifanc ychwanegu at y jar ar gyfer ymddygiad da.
- Gall hefyd fod yn dda ar gyfer annog gwaith tîm ymysg brodyr a chwiorydd.
- Gall marcio gwobrau llai o'r jar fod yn ddefnyddiol i blant/pobl ifanc i'w hysgogi i ennill eu gwobr.

**Gall gwrthrych bach fod yn berygl o dagu ac felly dylid eu defnyddio gyda gofal a gorchwyliaeth bob amser. Peidiwch â defnyddio'r system os yw'r plentyn yn dueddol o roi pethau yn ei geg. Fodd bynnag, fe allwch ddefnyddio gwrthrychau mwy ar gyfer plant er enghraifft, blociau, cerrig mwy, ceir neu ddarnau o bos.**

## Behaviour Contract

I....., agree to change:

When I successfully complete the contract, I will get:

If I do not make the changes, I will have to:

## Cytundeb Ymddygiad

- Gall cytundebau ymddygiad fod yn ddefnyddiol i blant hŷn neu blant sydd â sgiliau iaith a llythrennedd da.
- Mae cytundebau ymddygiad yn amlinellu'n glir yr ymddygiad sy'n dderbyniol ac sy'n annerbyniol yn y cartref.
- Mae'n bwysig iawn cynnwys y plentyn / unigolyn ifanc wrth greu cytundeb ymddygiad.
- Bydd cynnwys y plentyn/unigolyn ifanc yn rhoi'r cyfle iddynt rannu sut mae'n teimlo am yr amodau ac yn ei annog i gymryd perchnogaeth ohono.
- Gwnewch yn siŵr bod yr ymddygiadau yn y cytundeb yn gyraeddadwy. Os ydynt yn rhy anodd, bydd y plentyn/unigolyn yn colli cymhelliant yn gyflym.
- Mae cytundebau ymddygiadol yn amlinellu pa wobrau y gellir eu hennill o ymddygiad da.
- Gellir defnyddio cytundebau ymddygiadol ochr yn ochr â systemau gwobrau mwy gweledol megis y rhai y crybwyllir uchod.
- Osgowch newid y cytundeb unwaith rydych wedi cytuno arno.
- Gosodwch nodau ac amserlenni clir ar gyfer y cytundeb ymddygiadol e.e i'w hadolygu mewn 1 wythnos.

### Our Family House Rules

- ✓ Listen to each other
- ✓ Sit together at meal times
- ✓ Use gentle hands
- ✓ Help each other



#### Consequence: (examples)

##### Remove a privilege:

- > Toy
- > Special time
- > Recued technology

##### Time out:

- > 5 minutes

## Rheolau'r Tŷ

- Er nad yw'n system wobrwyo ynddi'i hun, fe all rheolau tŷ fod yn ddefnyddiol i gefnogi ymddygiad cadarnhaol yn y cartref.
- Gall rheolau tŷ fod yn ffordd wych o sicrhau bod pawb yn y cartref yn glir ynghylch yr hyn sy'n dderbyniol a'r hyn nad yw'n dderbyniol.
- Gall disgwyliadau a ffiniau clir wneud i bawb deimlo'n fwy ymlaciol a diogel.
- Bydd cynnwys y plentyn/unigolyn ifanc wrth greu rheolau'r tŷ yn helpu i'w ysgogi i'w dilyn.
- Mae rheolau'r tŷ i bawb yn y tŷ eu dilyn - nid y plentyn/unigolyn ifanc yn unig.
- Mae'n well i chi arwain drwy esiampl a bydd eich plentyn/unigolyn ifanc yn gallu gweld sut y dylid gwneud pethau e.e os mae rheol y tŷ yw "rydym yn defnyddio ein lleisiau mewnol - nid ydym yn sgrechian nac yn gweiddi" mae'n bwysig bod y rhieni'n osgoi gweiddi cymaint â phosibl.
- Peidiwch â newid y rheolau unwaith maent wedi cael eu gosod, oni bai bod pawb yn y tŷ yn cytuno i'w newid.
- Gellir defnyddio rheolau'r tŷ ochr yn ochr â systemau gwobrwyo eraill megis y rhai y crybwyllir uchod.

## Awgrymiadau

### 1) Sicrhewch fod y wobwr yn gyraeddadwy ac yn ysgogol

Mae'n bwysig iawn bod y targedau'n gyraeddadwy. Gosodwch nodau realistig i helpu'ch plentyn gadw cymhelliant. Yn hytrach na gosod nodau mawr fel "bydd yn dda drwy'r wythnos", dewiswch nodau bach y bydd eich plentyn yn gallu ei wneud e.e "rhannu'r teledu gyda dy frawd". Gwnewch yn siŵr nad yw'r targedau'n rhy anodd. Canolbwyntiwch ar un ymddygiad penodol ar y tro.

### 2) Gwnewch yn siŵr fod yr ymddygiad a'r sticeri gofynnol yn glir.

Gwnewch yn siŵr eich bod yn eglur o ran beth yn union sydd angen i'r plentyn ei wneud i ennill y wobwr. Rhowch wybod iddo yn union faint o sticeri sydd ei angen a'n union beth sydd angen iddo ei wneud i ennill sticer. E.e. "Rwy't angen 5 sticer i gael dy bos newydd. I gael sticer, mae'n rhaid i ti aros yn dy wely dy hun drwy'r nos."

### 3) Cadwch ei lygaid ar y wobwr!

Fe all fod o fudd i chi ddangos y wobwr mewn man sydd y tu hwnt i'w gyrraedd megis ar ben yr oergell i atgoffa'r plentyn tuag at beth mae'n gweithio. Os yw ei ymddygiad yn dechrau llithro, gall pwyntio at y wobwr fod yn ddigon i helpu'r plentyn gofio beth sydd angen iddo ei wneud.

### 4) Cofiwch ddefnyddio'r siart

Mae'n bwysig eich bod yn gyson! Cofiwch ddefnyddio'r siart bob tro mae eich plentyn yn cyflawni'r ymddygiad targed. Fe all fod yn anodd cofio, ond diffyg cysondeb yw'r prif reswm cyffredin y mae siartiau gwobr yn stopio gweithio.

### 5) Cysylltwch sticer â'r ymddygiad targed

Cyn gynted ag y bydd eich plentyn yn gwneud ei ymddygiad targed, canmolwch nhw ar unwaith! Os ydych allan, gwnewch yn siŵr eich bod yn rhoi'r sticer i'r plentyn cyn gynted ag y cyrhaeddwch gartref, mae rhai rhieni'n gweld bod rhoi nodyn atgoffa yn i ffôn yn helpu. Gwnewch sioe ynghylch ychwanegu sticer i'w siart a rhoi llawer o ganmoliaeth iddo. Rhowch adborth penodol iddo fel ei fod yn gwybod yn union beth a wnaeth i ennill y sticer e.e "Rwy't ti'n cael y sticer hon oherwydd dy fod yn barod i fynd i'r ysgol ar amser bore 'ma." Da iawn! Rwy'n falch iawn ohonot am gael dy hun yn barod ar ben dy hun. Rwy't wedi dangos i fi dy fod yn gyfrifol iawn. Os fedri di gael dy hun yn barod i'r ysgol ar amser bob bore wythnos yma, fe gei di fwy o sticeri ac yna ennill y pos newydd!" Fe all fod yn ddefnyddiol i chi gyfrif faint o sticeri sydd gan y plentyn yn barod ac i edrych faint y mae angen e.e "waw! Mae gen ti 1,2,3 sticer yn barod! Rwy't angen 5 sticer i gael dy wobwr. Felly mae hynny'n golygu dy fod ond angen dau arall! Da iawn!".

### 6) Byddwch yn gadarnhaol

Mae siartiau gwobr yn canolbwyntio ar ymddygiad da. Mae canolbwyntio ar yr ymddygiad rydym eisiau ei weld fwyaf aml yn rhoi'r canlyniadau gorau! Os yw eich plentyn yn camymddwyn, peidiwch â thynnu sticeri y mae eisoes wedi'i ennill. Fe all hyn fod yn ddigalon. Er enghraifft os yw eich plentyn wedi bod yn dda drwy'r wythnos ac wedi ennill digon o sticeri i gael ei wobwr yna mae'n camymddwyn ar y diwrnod olaf,



mae'n bwysig bod y plentyn yn cael y wobwr o hyd. Os yw eich plentyn yn cael diwrnod drwg, ceisiwch ei atgoffa am yr ymddygiad rydych eisiau ei weld e.e "Dangos i mi dy sgiliau rhannu da". Mae hyn yn aml yn fwy effeithiol na dweud wrth y plentyn beth nad ydych eisiau iddo wneud e.e "Paid ag ymladd".

## 7) Nid llwgrwobrwyath yw'r siartiau gwobr

Mae rhai rhieni'n bryderus bod siartiau gwobr yn llwgrwobrwyo eu plentyn yn y bôn. Mae llwgrwobrwyo eich plentyn yn digwydd yn y foment e.e "os wyt ti'n mynd i mewn i'r car rŵan hyn fe gei di fisged siocled." Mae llwgrwobrwyo eich plentyn yn cynyddu'r tebygolrwydd y byddant yn ymddwyn mewn ffordd sy'n ein herio eto. Mae plant yn dysgu wrth iddynt ddefnyddio ymddygiad sy'n ein herio yna maent yn cael gwobr e.e bisged siocled. Mae siartiau gwobr yn wahanol oherwydd rydych wedi cytuno ar yr ymddygiad targed o flaen llaw e.e mae'r plentyn yn gwybod fod angen iddo fynd i mewn i'r car ar amser i gael ei sticer ac ennill y wobwr. Mae hyn yna'n ysgogi'r plentyn i beidio â dangos yr ymddygiad heriol yn y lle cyntaf. Yna maent yn dysgu drwy ymddygiad da y maent yn ennill y wobwr.

## Cysylltiadau Defnyddiol

[Home page: Awtistiaeth Cymru | Autism Wales | National Autism Team](#) (taflenni cyngor ar ymddygiadau heriol, siartiau ABC a chardiau lluniau am ddim)

[ADHD Foundation: https://www.adhdfoundation.org.uk/information/parents/](https://www.adhdfoundation.org.uk/information/parents/) (taflenni cyngor, awgrymiadau ar gyfer plant sydd ag ADHD)

[Twinkle resource: https://www.twinkl.co.uk/resources/class-management/certificates-and-awards/reward-charts](https://www.twinkl.co.uk/resources/class-management/certificates-and-awards/reward-charts) (mynediad at siartiau gwobr a chardiau lluniau am ddim)

[in our place: https://inourplace.co.uk/](https://inourplace.co.uk/) (mynediad at hyfforddiant Magu Plant am ddim yng Nghonwy a Sir Ddinbych)

[online parenting course: https://solihullapproachparenting.com/](https://solihullapproachparenting.com/) (gwybodaeth am y dull Solihull a thaflenni cyngor)

Gwasanaethau teulu Conwy: <https://www.conwy.gov.uk/cy/Resident/Social-Care-and-Wellbeing/Children-and-families/Conwy-Family-Centres/Conwy-Family-Centres.aspx>

Gwasanaethau teulu Sir Ddinbych:

[Denbighshire support: https://www.denbighshire.gov.uk/cy/preswylwr/iechyd-a-gofal-cymdeithasol/plant-pobl-ifanc-a-theuluoedd/cymorth-i-deuluoedd/teuluoedd-yn-gyntaf.aspx](https://www.denbighshire.gov.uk/cy/preswylwr/iechyd-a-gofal-cymdeithasol/plant-pobl-ifanc-a-theuluoedd/cymorth-i-deuluoedd/teuluoedd-yn-gyntaf.aspx)

**Taflen Systemau siart Gwobr gan Sarah Roberts (Therapydd Arbenigol Iaith a Lleferydd) a Emma Bilson (Gweithiwr Cefnogi Arbenigol Gofal Iechyd)**