

Llusgwch a dodwch y sêr yn y blychau i ddangos sut y teimlwch



Hyderus iawn



Hyderus



Dim yn hyderus



Isel mewn hyder



| Sefyllfaoedd   | Mewn canolfan ddysgu | Gartref | Cymdeithasol/<br>gyda ffrindiau | Yn y gwaith/<br>o gwmpas |
|--|----------------------|---------|---------------------------------|--------------------------|
| Rwy'n hyderus wrth gwrrdd â phobl newydd                               | ★                    | ★ ★ ★ ★ | ★ ★                             | ★ ★ ★                    |
| Rwy'n hyderus wrth ddefnyddio technoleg cyfrifiadur                    |                      |         |                                 |                          |
| Rwy'n hyderus y medraf ddysgu sgil newydd                              |                      |         |                                 |                          |
| Rwy'n ddigon hyderus i ofyn cwestiynau                                 |                      |         |                                 |                          |
| Rwy'n hyderus y medraf helpu pobl eraill                               |                      |         |                                 |                          |
| Rwy'n hyderus wrth ddarllen cyfarwyddiadau                             |                      |         |                                 |                          |
| Rwy'n hyderus pan mae'n rhaid i mi ysgrifennu pethau i lawr            |                      |         |                                 |                          |
| Rwy'n hyderus y medraf ddefnyddio fy sgil newydd ar ôl i'r cwrs orffen |                      |         |                                 |                          |

Teipiwch eich enw:

Teitl y cwrs:

Teipiwch enw'r tiwtor:

Dyddiad: