



Allwedd: Hyderus iawn 

Hyderus 

Dim yn hyderus 

Hyder isel iawn 

Sefyllfaoedd	Mewn canolfan ddysgu	Gartref	Cymdeithasol/gyda ffrindiau	Yn y gwaith/o gwmpas
1. Rwy'n hyderus pan fyddaf yn cwrdd â phobl newydd				
2. Rwy'n hyderus y gallaf ddysgu o'r rhaglen yma				
3. Rwy'n hyderus y gallaf ddefnyddio'r hyn rwyf wedi ei ddysgu yn fy mywyd bob dydd				
4. Rwy'n hyderus i siarad mewn grŵp				
5. Rwy'n hyderus i siarad ag un person arall nad yw'n gyfarwydd i mi				
6. Rwy'n pan fyddaf yn ysgrifennu pethau i lawr				
7. Rwy'n hyderus i deimlo bod gen i sgiliau gwerthfawr i'w cynnig				
8. Rwy'n hyderus wrth drefnu fy materion bob dydd				
9. Rwy'n hyderus mewn sefyllfaoedd a fedrai fod yn anodd				
10. Ar y gyfan rwy'n teimlo fy mod yn berson hyderus				

Enw'r dysgwyr:

Dyddiad:

Enw'r tiwtor: