

SCORE 15

Côd y safle□□□ Rhif y teulu□□□ Safle o fewn y teulu

Disgrifio eich teulu (Dyddiad.....)

Fe hoffem i chi ddweud wrthym sut y gwelwch chi eich teulu ar hyn o bryd. Felly rydym yn gofyn am eich barn CHI am eich teulu.

Wrth sôn am ‘eich teulu’ mae pobl yn aml yn golygu’r bobl sydd yn byw yn eich tŷ. **Ond rydym ni am i chi ddewis pwy hoffech gyfrif fel y teulu y byddwch yn ei ddisgrifio.**

Ar gyfer pob eitem, gwnewch ddewis drwy roi yn un yn unig o’r bocsys rhifau 1 i 5. Pe bai gosodiad “Rydym bob amser yn ymladd â’n gilydd” a’ch bod yn teimlo bod hyn ddim yn arbennig o wir am eich teulu, byddech yn rhoi tic ym mlwch 4 am “Disgrifio ni: dim yn dda”.

| | | | | |
|--|--|--|-------------------------------------|--|
| | | | <input checked="" type="checkbox"/> | |
|--|--|--|-------------------------------------|--|

Peidiwch â meddwl yn rhy hir am unrhyw gwestiwn, ond ceisiwch roi tic yn un o’r bocsys ar gyfer pob cwestiwn.

| Ar gyfer pob llinell, a fyddech yn dweud <u>mae hyn yn disgrifio ein teulu:</u> | 1. Disgrifio ni: Yn dda iawn | 2. Disgrifio ni: Yn dda | 3. Disgrifio ni: Yn | 4 Disgrifio ni: Dim yn dda | 5. Disgrifio ni: Dim o gwbl |
|--|------------------------------|-------------------------|---------------------|----------------------------|-----------------------------|
| 1) Yn fy nheulu rydym yn siarad â’n gilydd am bethau sy’n bwysig i ni | | | | | |
| 2) Yn aml nid yw pobl yn dweud y gwir wrth ei gilydd yn fy nheulu | | | | | |
| 3) Mae pawb yn gwrandao ar ei gilydd yn ein teulu | | | | | |
| 4) Mae’n teimlo’n beryglus i anghytuno yn ein teulu | | | | | |
| 5) Rydym yn ei chael hi’n anodd i ddelio â phroblemau pob dydd | | | | | |
| 6) Rydym yn ymddiried yn ein gilydd | | | | | |
| 7) Mae’n teimlo’n ddiflas yn ein teulu | | | | | |
| 8) Pan fydd pobl yn fy nheulu yn digio meint yn anwybyddu ei gilydd yn fwriadol | | | | | |
| 9) Mae’n ymddangos ein bod yn mynd o greisis i greisis yn fy nheulu | | | | | |
| 10) Pan fydd un ohonom yn cynhyrfu, fe ofalir amdano/i o fewn y teulu | | | | | |
| 11) Mae’n ymddangos bod pethau bob amser yn mynd o chwith i fy nheulu | | | | | |
| 12) Mae pobl yn fy nheulu bob amser yn gas i’w gilydd | | | | | |
| 13) Mae pobl yn fy nheulu yn ymyrryd gormod ym mywydau’i gilydd | | | | | |
| 14) Yn fy nheulu rydym yn beio’n gilydd pan fydd pethau’n mynd o chwith | | | | | |
| 15) Rydym yn llwyddo’n dda i ddarganfod ffyrdd newydd o ddelio â phethau sydd yn anodd | | | | | |
| | 1. | 2. | 3. | 4. | 5. |

Nawr a wnewch chi droi’r dudalen a dweud ychydig yn fwy wrthym am eich teulu.

