PWYSIGRWYDD DEALL OEDRAN

Oedran cronolegol yn erbyn oedran datblygiadol

Oedran cronolegol plentyn yw'r oedran sy'n seiliedig ei ddyddiad geni. Oedran datblygiadol plentyn yw'r oedran y mae'n gweithredu arno ar lefel gymdeithasol, gorfforol, ddeallusol, ddiwylliannol ac emosiynol. Cofiwch y talfyriad CCDDE! (SPICE yn Saesneg). Gall plentyn ymddangos yn iau neu'n hŷn na'i oedran cronolegol yn unrhyw un o'r meysydd hyn. Mae hyn weithiau'n gysylltiedig â gorfod ymdopi â phrofiadau bywyd cynnar a oedd yn anodd ac yn gofyn i'r plentyn addasu. Efallai bod rhai plant wedi datblygu'r gallu i edrych ymlaen a nodi'r hyn y mae angen iddynt ei wneud i oroesi yn y byd. Gall hyn wneud i'r plentyn ymddangos yn llawer hŷn na'i oedran cronolegol ond efallai nad yw meysydd eraill fel oedran cymdeithasol neu emosiynol wedi datblygu'n ddigonol gan wneud iddo ymddangos yn iau. Isod ceir crynodeb o bob un o'r meysydd datblygu hyn.

SOCIAL AGE - OEDRAN CYMDEITHASOL:

Oedran cymdeithasol y plentyn yw ei allu i gymryd rhan mewn chwarae a gydlynir, i rannu, i gydweithio, i gyfathrebu â phobl eraill, ac i ddatrys gwrthdaro. Ar gyfer pobl ifanc yn eu harddegau, gall hyn hefyd gynnwys y gallu i ryngweithio gan ddefnyddio'r cyfryngau cymdeithasol a dyfeisiau technegol eraill.

PHYSICAL AGE - OEDRAN CORFFOROL:

Mae oedran corfforol y plentyn yn canolbwyntio ar ei ymddangosiad corfforol, ei sgiliau echddygol manwl a bras, ei allu i gydsymud a'i ystwythder corfforol.

INTELLECTUAL AGE - OEDRAN DEALLUSOL:

Dyma ddatblygiad iaith a mathemateg y plentyn, yn ogystal â'i allu i fod yn chwilfrydig ac i fyfyrio. Mae oedran deallusol yn cynnwys gallu gwybyddol y plentyn fel sgiliau meddwl a rhesymu.

CULTURAL AGE - OEDRAN DIWYLLIANNOL:

Dyma gred ddiwylliannol y plentyn a'i ddealltwriaeth o'i ddiwylliant ei hun yn ogystal â diwylliant pobl eraill.

EMOTIONAL AGE - OEDRAN EMOSIYNOL:

Mae oedran emosiynol y plentyn yn canolbwyntio ar ei allu i nodi teimladau, ei allu i 'reoleiddio' neu reoli ei emosiynau, i brofi empathi tuag at bobl eraill, i reoli ei awyddau, ac i deimlo emosiynau fel llawenydd.

Mental Health Foundation
GIG CYMRU NHS WALES Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro Cardiff and Vale University Health Board
Resilience Project Prosiect Gwydnwch
Llywodraeth Cymru Welsh Government
Cardiff & Vale of Glamorgan INTEGRATED HEALTH & SOCIAL CARE PARTNERSHIP PARTNERIAETH IECHYD & GOFAL CYMDEITHASOL INTEGREDIG Caerdydd & Bro Morgannwg

Mae'n bwysig deall y gwahaniaeth rhwng y categorïau oedran hyn gan ei bod yn bosibl eich bod chi, ac oedolion eraill ym mywyd eich plentyn fel athrawon, yn ymateb i'w oedran cronolegol yn hytrach na'i oedran datblygiadol. Gall hyn arwain at rwystredigaeth pan nad yw'r plentyn yn perfformio mewn ffordd y mae oedolion yn ei disgwyl o ystyried ei oedran. Gall fod yn ddefnyddiol meddwl am bob un o'r meysydd hyn a pha oedran datblygiadol y byddech yn ei roi i'ch plentyn ar eu cyfer nhw. Bydd hyn yn helpu i nodi meysydd y gallai fod angen cymorth ychwanegol gyda nhw arnynt.

Oedran cronolegol fy mhlentyn yw...

Oedran cymdeithasol fy mhlentyn yw...

Oedran corfforol fy mhlentyn yw...

Oedran deallusol fy mhlentyn yw...

Oedran diwylliannol fy mhlentyn yw...

Oedran emosiynol fy mhlentyn yw...

Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg / This document is available in English