Afasic GeirfA

Cof dilyniannol y clyw

Casglwyd yr awgrymiadau ymarferol hyn i rieni gan Ysgol Gap House.

Bydd llawer o blant sydd â hanes o ddechrau siarad yn hwyr ac anawsterau lleferydd ac iaith cynnar yn cael bod ganddynt lefelau digonol o leferydd a dealltwriaeth erbyn iddynt gyrraedd ysgol uwchradd ond bod ganddynt broblemau eraill a fydd yn amlwg i'w rhieni a'u hathrawon yn unig. Nid yw'n anghyffredin i anawsterau darllen ac ysgrifennu barhau ar ôl datrys y broblem â lleferydd, a'r ffactor allweddol yw rhychwant cof clywol cyfyngedig.

Erbyn y cyfnod hwn, mae'n annhebygol y bydd rhychwant cof yn gwella'n sylweddol. Mae angen i'r plant a'r rhai o'u hamgylch dderbyn y broblem ac edrych am ffyrdd i wneud iawn amdano, yn hytrach na gobeithio i'w orchfygu.

Cyfarwyddiadau i'w dilyn

- Dywedwch bethau fwy nag unwaith, a gofynnwch i'r plentyn ailadrodd cyfarwyddiadau er mwyn sicrhau ei fod ef wedi eu deall. Bydd hyn hefyd yn dangos faint o wybodaeth y gall ei storio ar unwaith, a'ch helpu chi i fod yn ymwybodol o faint i'w ddisgwyl.
- Ceisiwch gwtogi nifer y pwyntiau allweddol y bydd yn rhaid i'r plentyn eu cofio.
- Trefnwch yr eitemau'n glir a cheisiwch osgoi unrhyw iaith ychwanegol a fydd ond yn cymhlethu'r mater dan sylw.
- Anogwch y plentyn i ailadrodd cyfarwyddiadau yn dawel iddo'i hun wrth ddechrau eu cyflawni.
- Defnyddiwch ddelweddau gweledol i gynorthwyo'r plentyn i gofio pethau. Er enghraifft, os ydych yn gofyn i'r plentyn brynu hylif golchi llestri a phâst dannedd, bwydo'r jerbilod ac i ddod â'r golch i mewn pan fyddwch allan – sicrhewch eich bod yn nodi bod yna bedwar peth iddynt gofio, yna helpwch hwy i ddychmygu golygfa lle bydd y jerbilod yn rhedeg ar draws y llinell olchi, yn gwasgu Fairy Liquid a phâst dannedd dros ei gilydd!

  Mae'n swnio'n ddwl, ond mae effeithiau delweddau gweledol yn gryf iawn a phrofwyd eu bod yn cynorthwyo cof unigolion ar ôl cyfnodau hir o amser.

Cofrifau

Yn yr un modd, gellir defnyddio cofrifau mewn amrywiaeth o ffyrdd:

- Rhifau ffôn: "£31265" 3 – fy oed – rhif fy nrws.
- Sillafiad anodd: "anhrefn" – Adam Newidiodd Hosan
- Roced Ei Frawd Newydd.

Cymhorthion Defnyddiol

- Cymhorthion gweledol
- Oriawr ddigidol gyda'r dyddiad arno
- Cadw dyddiadur o 'bethau i'w cofio'
- Cario llyfr nodiadau a phensel i nodi pethau wrth iddynt godi.

Ni all plant ddibynnu ar eu cof gwrando ar gyfer gwaith cartref, gwahoddiadau ac ati. Bydd ffeiloffacs i blant yn gwneud y tro'n dda ac mae'n rhywbeth ffasiynol ymhlith plant!

- Efallai y bydd plentyn hyn yn cael budd o ddictaffon poced, yn arbennig os yw ei lawysgrifen yn broblem.
- Anogwch y plentyn i gadw rhestr o wybodaeth hanfodol yn gyfleus – cyfeiriadau personol, rhifau ffôn, dyddiadau geni. Mae'n rhyfedd sut y gall unigolyn anghofio pethau fel hyn ar yr union adeg anghywir.
- Defnyddiwch fapiau/diagramau/rhestrau i egluro pethau, yn hytrach na rhoi cyfarwyddiadau'n eiriol.
- Lle bynnag y bo'n bosibl, anogwch blant i wneud rhestrau eu hunain, naill ai trwy ysgrifennu neu wneud lluniau o eitemau. Ceisiwch anwybyddu achosion o gamsillafu. Yr hyn sy'n bwysig yw hyfforddi plant i fod yn hunanddibynnol, ac wrth gwrs bydd yr ymdrech ychwanegol hon o gymorth ychwanegol i'r cof. Efallai y bydd y canlyniad yn ymddangos yn anniben i chi ond bydd yn fwy ystyrlon i'r plentyn.

Cyffredinol

- Helpwch y plentyn i ddeall a derbyn ei broblem. Anogwch ef/hi i ddweud wrth eraill, "Nid wyf yn dda gyda geiriau. A allwch chi ei ysgrifennu i lawr i mi?"
- Sicrhewch fod pawb sy'n gysylltiedig â'r plentyn yn ymwybodol o'i gyfyngiadau ac nad yw'n camddehongli cof gwael am ddiogi neu ddiffyg sylw (er ei bod yn bosibl bod y ffactorau hyn yn chwarae rhan hefyd!).
- Anogwch y plentyn i ofyn cwestiynau os nad ydynt yn siwr o unrhyw beth. Sicrhewch fod athrawon wedi'u paratoi ar gyfer hyn: os bydd y plentyn yn ddigon dewr i ofyn i chi ailadrodd neu egluro rhywbeth, mae'n bwysig iawn eich bod yn gwobrwyo'r ymdrech hon gydag ateb amyneddgar. Yn yr un modd, bydd angen i'r plentyn fod yn ymwybodol efallai y bydd yr athro/athrawes yn brysur ac ni fydd bob amser yn gallu gadael popeth er mwyn rhoi ateb ar unwaith. Gydag ewyllys da a dealltwriaeth ar y ddwy ochr, gellir cytuno i gyfaddawdu.

Ysgrifennwyd gan Maggie Johnson, Ysgol Gap House

Mae Ysgol Gap House yn Broadstairs ar gyfer plant sydd â namau lleferydd ac iaith yn benodol. Caiff ei redeg gan Awdurdod Addysg Caint ar gyfer plant rhwng 5-11 oed.