ROYAL FOUNDATION
Centre for
Early Childhood

Briff Gwyddonol

Rhyngweithio yn ôl ac ymlaen

Mae Esboniwr y Ganolfan Plentyndod Cynnar ar ryngweithio yn ôl ac ymlaen yn disgrifio pwysigrwydd oedolion yn ymateb yn sensitif i giwiau cynnar a chyfathrebu plant.

Mae'r briff hwn yn crynhoi'r wyddoniaeth y tu ôl i'r animeiddiad hwn.

Gwyliwch y Gyfres Esbonio ar wefan y Ganolfan Plentyndod Cynnar
centreforearlychildhood.org/the-explainer-series/

Gwybodaeth am ymatebolrwydd amodol

1. Pan fydd oedolion yn ymateb yn ystyrlon i rywbeth y mae plentyn yn edrych arno, yn ei ddweud neu'n ei wneud, yr enw ar hyn yw "ymatebolrwydd amodol". Dyma pan fydd yr oedolyn yn sylwi ar giw neu arwydd y babi neu'r plentyn ac yn ymateb mewn ffordd sy'n sensitif ac yn briodol. Mae'r ymateb yn "amodol" oherwydd ei fod yn dibynnu ar ddiddordebau, anghenion neu weithredoedd y plentyn.
2. Gall ciwiau babanod a phlant – ac ymatebion oedolion – fod ar sawl ffurf gan gynnwys syllu, mynegiant wyneb, lleisio, symudiad a chyffwrdd[1]. Efallai y bydd rhiant yn sylwi bod babi yn effro ac yn syllu ar y byd o'i gwmpas, ac yn newid sut mae'n dal y babi fel y gall weld y byd hwnnw'n well o ganlyniad, gan siarad â'r plentyn wedyn am yr hyn y gall ei weld. Efallai y

bydd athro cyn ysgol yn sylwi bod gan blentyn bach ddiddordeb mewn blodyn ac yn oedi i rannu diddordeb y plentyn. Dydy ymatebion i giwiau plentyn ddim bob amser yn cynnwys gwneud rhywbeth – weithiau efallai y byddan nhw'n golygu rhoi'r gorau i wneud rhywbeth. Er enghraifft, os yw babi yn edrych i ffwrdd, efallai y bydd yr oedolyn yn sylwi bod y babi wedi gorgyffroi ac yn oedi beth mae'n ei wneud.

> **"Roedden ni'n arfer meddwl mai'r cyfan oedd dysgu oedd oedolion yn addysgu plant, gan ddarparu geiriau a gwybodaeth iddyn nhw. Nawr rydyn ni'n gwybod bod babanod a phlant ifanc yn dysgu orau pan fyddwn yn dilyn eu diddordeb."**

3. Mae ymatebolrwydd ymatebol wedi cael ei alw'n "serfio a dychwelyd", oherwydd ei fod yn debyg i ddau berson yn chwarae tennis, yn ôl gwyddonwyr: mae'r plentyn yn "serfio" ei giw cychwynnol, ac yna mae'r oedolyn yn "dychwelyd" gyda'i ymateb. Yn ddelfrydol, dylai hyn droi'n rali, gyda rhyngweithio parhaus o'r ddwy ochr – yn ôl ac ymlaen.
4. Mae ymatebolrwydd amodol yn bwysig ar draws sawl rhan o fywyd bob dydd plentyn. Er enghraifft, wrth chwarae'n gorfforol ac yn wirion efallai y bydd oedolyn yn sylwi pan fydd plentyn wedi gorgyffroi, yn ofnus neu'n teimlo wedi'i lethu, a bydd yn cymedroli'r gêm yn unol â hynny. Mae bwydo ymatebol yn golygu sylwi pan fydd babi'n llwglyd ac ymateb i hynny, a stopio pan fydd yn llawn: yn hytrach na gorfodi trefn gaeth a disgwyl i blant orffen y llaeth neu'r bwyd o'u blaen.
5. Roedden ni'n arfer meddwl mai'r cyfan oedd dysgu oedd oedolion yn addysgu plant, gan ddarparu geiriau a gwybodaeth iddyn nhw. Nawr rydyn ni'n gwybod bod babanod a phlant ifanc yn dysgu orau pan fyddwn yn dilyn eu diddordeb. Dydy ymennydd babanod ddim bob amser yn barod i ddysgu ac mae'n werthfawr sylwi ar yr adegau pan fyddan nhw'n fwyaf agored i ddysgu, a dim ond trwy wylio'r plentyn a sylwi ar ei giwiau y gallwn wneud hyn[2].

Mae Ymatebolrwydd Amodol yn anoddach pan fydd oedolion yn profi straen ac adfyd

Er mwyn ymateb i blentyn yn sensitif, mae angen i oedolion fod yn sylwgar tuag at y plentyn. Mae sylwgarwch yn golygu sylwi ac ymateb i deimladau a phrofiadau person arall – mae'n destun un arall o Esbonwyr y Ganolfan Plentyndod Cynnar.

Dydy pob oedolyn ddim yn gallu gwneud hyn yn gyson, yn enwedig os ydyn nhw'n cael trafferth adfyfyrio ar gyflyrau meddyliol - gallu a elwir yn weithrediad adfyfyriol. Gall gweithrediad adfyfyriol fod yn is mewn oedolion na wnaethon nhw dderbyn gofal sensitif eu hunain yn ystod eu plentyndod. Gall lefelau uchel o straen ac adfyd hefyd ei gwneud hi'n anoddach i oedolion sylwi ar giwiau plentyn ac ymateb iddyn nhw.

Mae Ymatebolrwydd Amodol yn cefnogi datblygiad cymdeithasol ac emosiynol

O'u geni, mae babanod yn mynd ati i chwilio am ryngweithiadau ac yn darparu ciwiau i oedolion ymateb iddyn nhw. Mae'n well gan fabanod newydd-anedig edrych ar wynebau ac maen nhw'n troi eu pennau at leisiau cyfarwydd[3]. Mae ymddygiadau greddfol babanod - fel crio pan fyddan nhw'n ofidus - wedi'u cynllunio'n fiolegol i ddal sylw oedolion a chael yr help a'r cysur sydd eu hangen arnyn nhw. O gam cynnar iawn, mae babanod yn dangos arwyddion eu bod yn disgwyl rhyngweithiadau yn ôl ac ymlaen ac efallai y byddan nhw'n synnu neu'n gofidio os nad yw oedolion yn ymateb fel y maen nhw'n ei ddisgwyl[4,5].

> "Gall lefelau uchel o straen ac adfyd hefyd ei gwneud hi'n anoddach i oedolion sylwi ar giwiau plentyn ac ymateb iddyn nhw."

Pan fydd oedolion yn ymateb yn amodol i fabi neu blentyn ifanc mae'n rhoi boddhad a sicrwydd emosiynol i'r plentyn ar y pryd ac yn cefnogi sawl maes o'i ddatblygiad. Mae profiad dro ar ôl tro o ryngweithiadau yn ôl ac ymlaen sensitif gydag oedolion yn sail i ddatblygiad ystod eang o sgiliau cymdeithasol, emosiynol a gwybyddol.

Cyfathrebu ag eraill

Er mwyn caffael iaith, mae angen i blant glywed geiriau a'u cysylltu â phrofiadau yn y byd go iawn. Pan fydd oedolyn yn dilyn edrychiad plentyn, yn enwi emosiwn neu'n gwneud sylwadau ar yr hyn mae'n ei wneud, bydd yn helpu'r plentyn i gysylltu gair â pheth, profiad neu deimlad. Mae rhannu sylw a sgwrs fel hyn yn cefnogi geirfa'r plentyn wrth iddi ddatblygu.

Mae cyfnewidiadau yn ôl ac ymlaen cynnar yn helpu plant i ddysgu'r patrymau cymryd tro sy'n gerrig sylfaen hanfodol ar gyfer sgyrsiau. Wrth i blant dyfu'n hŷn, gall y "serfio a dychwelyd" cychwynnol droi'n sgwrs lle mae'r oedolyn yn ymhelaethu ar ddiddordebau a syniadau'r plentyn.

Yn ystod rhyngweithiadau cynnar lle mae barn a diddordebau plant yn cael eu cymryd o ddifrif, mae plant yn ymarfer ac yn magu hyder wrth fynegi eu hunain ac yn dechrau gweld cyfathrebu fel proses ddwyffordd.

> **"Mae profiad dro ar ôl tro o ryngweithiadau yn ôl ac ymlaen sensitif gydag oedolion yn sail i ddatblygiad ystod eang o sgiliau cymdeithasol, emosiynol a gwybyddol."**

Ffocysu ein meddyliau

Gall gadael i blentyn gymryd yr awenau mewn rhyngweithiadau gefnogi ei ddysgu a'i ddatblygiad. Mae ymchwil yn dangos bod plant yn dysgu orau pan fydd oedolion yn ymateb ac yn eu dysgu am bethau sydd o ddiddordeb iddyn nhw ac yn dilyn eu sylw a'u diddordeb[6,7].

Mae talu sylw i ddiddordebau a gweithgareddau plentyn yn galluogi oedolion i gynnwys cyfleoedd dysgu mewn bywyd bob dydd. Dangoswyd bod ansawdd y rhyngweithiadau cynnar hyn yn rhagweld ystod o sgiliau diweddarach, gan gynnwys iaith a rhifedd[8,9].

Meithrin ein perthnasoedd

Mae Ymatebolrwydd Amodol yn adeiladu sylfeini hanfodol perthnasoedd - ymddiriedaeth, empathi a chyd-ddealltwriaeth. Mae profiadau ailadroddus yn siapio "modelau gwaith" mewnol plant o sut mae perthnasoedd yn gweithio. Pan fydd plant yn profi ymatebolrwydd dro ar ôl tro maen nhw'n dysgu y gellir dibynnu ar eraill i sylwi ar eu hanghenion a'u diwallu, ac maen nhw'n dechrau mewnoli'r patrymau hyn yn y ffordd maen nhw'n ymwneud ag eraill.

Mae plant hefyd yn dysgu pan nad yw pethau'n berffaith

Does dim angen rhoddwyr gofal perffaith ar blant. Mae ymatebolrwydd amodol yn rhan hanfodol o ofalu sensitif ond mae'n iawn i oedolion weithiau golli (neu gamddarllen) anghenion plant.

Mae gwyddoniaeth yn dangos bod plant angen i'r oedolion o'u cwmpas fod yn "ddigon da". Dim ond tua thraean o'r amser y mae angen i oedolion ymateb mewn ffyrdd sensitif ac amodol fel y gall babi ffurfio ymlyniad diogel[10].

Mae yna dystiolaeth y gall gormod o ymatebolrwydd fod yn rhy ysgogol ac ymwthiol i fabanod, gyda rhy ychydig yn golygu na fydd gan y babi gysylltiad a chefnogaeth hanfodol[11]. Credir mai rhyngweithio sydd rhywle rhwng y ddau sydd orau.

Mae diffygion neu anghysondebau mewn rhyngweithiadau (rhwygiadau), lle bydd oedolion yn colli ciwiau plentyn neu'n ymateb yn anghywir, yn gyffredin a gellir eu trwsio. Gall yr eiliadau hyn o ailgysylltu (neu "rhwygo a thrwsio") helpu plentyn i fagu ymddiriedaeth a gwydnwch[12,13].

Mae Ymatebolrwydd Amodol yn helpu plentyn i deimlo'n ddiogel a'i fod yn cael ei garu

Pan fydd oedolion yn dangos diddordeb mewn plant ac yn ymateb yn sensitif ac yn gynnes iddyn nhw, bydd plant yn dysgu eu bod nhw a'u teimladau, eu barn a'u safbwyntiau yn cael eu gwerthfawrogi. Bob tro rydyn ni'n ymateb yn sensitif i giwiau plentyn rydyn ni i bob pwrpas yn dweud, "Dwi'n dy weld di, ac rwyt ti'n bwysig."

Mae gofal ymatebol, parchus hefyd yn ategu hawliau plentyn, fel y cânt eu cydnabod yng Nghonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, i fynegi eu barn, eu teimladau a'u dymuniadau ym mhob mater sy'n effeithio arnyn nhw, ac i'w barn gael ei hystyried a'i chymryd o ddifrif[14].

Os yw babanod yn dysgu bod modd dibynnu ar eu rhiant neu roddwr gofal i ymateb yn sensitif i'w hanghenion, byddan nhw'n datblygu ymdeimlad o ddiogelwch a hyder. Byddan nhw'n dod i weld perthnasoedd fel man diogel lle gallan nhw deimlo'n hyderus a diogel a'u bod yn cael eu caru[15]. Mae'r man diogel hwn yn caniatáu i blant archwilio eu byd. Gallai plentyn bach ddychwelyd at riant am gwtsh a sicrwydd cyn mentro allan eto. Mae'r eiliadau bach hyn o gysylltiad yn adeiladu'r sylfaen ar gyfer sicrwydd gydol oes.

Defnyddio Ymatebolrwydd Amodol yn ymarferol

Os ydych chi'n ymarferydd sy'n gweithio gyda theuluoedd, efallai y byddwch chi'n eu cefnogi i sylwi ar giwiau ac anghenion eu plentyn ac ymateb mewn ffordd sensitif. Gall y gefnogaeth hon fod ar sawl ffurf.

- Esbonio am giwiau a chyfathrebu babanod, helpu rhieni i sylwi ar yr hyn y mae babanod yn ei ddweud trwy eu ciwiau di-eiriau
- "Lleisio" profiadau plentyn yn yr ystafell ("ti'n mwynhau cael cwtsh, yn dwyt ti?")
- Modelu ymatebolrwydd amodol yn eich rhyngweithio â'r plentyn.

Os ydych chi'n cwrdd â theulu, mae'n bosib y byddwch chi'n sylwi, er enghraifft, ar giwiau'r babi a beth mae hyn yn ei ddweud wrthych chi am sut mae'r babi'n teimlo, ac y byddwch yn gwneud sylwadau ar hyn, ac yn addasu'ch ymddygiad yn unol â hynny. Os yw babi neu blentyn bach yn edrych yn anghyfforddus, efallai y byddwch chi'n cynnig ambell air o gysur ac yn oedi hyd nes y bydd y plentyn yn ymddangos yn dawelach ac yn fwy cyfforddus.

Os ydych chi'n gweithio gyda phlant yn uniongyrchol, efallai y byddwch chi'n adyfyrio ar yr hyn sy'n eich helpu i sylwi ar eu ciwiau, a chael eich arwain ganddyn nhw yn eich rhyngweithiadau.

Er mwyn symleiddio'r cysyniad o ymatebolrwydd amodol, gallech ddefnyddio termau gwahanol fel yn ôl ac ymlaen neu sylwi ac ymateb yn sensitif i fabanod a phlant ifanc. Mae'r geiriau serfio a dychwelyd yn cael eu defnyddio'n helaeth nawr, er mae'n debygol y bydd angen eu hesbonio ac efallai na fyddan nhw'n gyfarwydd i bob teulu.

Cyfeiriadau

1. Beebe, B., & Steele, M. (2016). How does microanalysis of mother–infant communication inform maternal sensitivity and infant attachment?. In Maternal Sensitivity (pp. 141-160). Routledge.

2. Phillips, E. A., Goupil, L., Whitehorn, M., Bruce-Gardyne, E., Csolsim, F. A., Kaur, N., ... & Wass, S. V. (2025). Endogenous oscillatory rhythms and interactive contingencies jointly influence infant attention during early infant-caregiver interaction. eLife, 12, RP88775.

3. Cassia VM, Turati C, Simion F. Can a Nonspecific Bias Toward Top-Heavy Patterns Explain Newborns' Face Preference? Psychological Science. 2004.

4. Rochat P, Querido J, Striano T. Emerging sensitivity to the timing and structure of protoconversation in early infancy. Developmental Psychology 1999;35(4):950-957.

5. Tronick, E., Brazelton, T. B., & Als, H. (1978). The structure of face-to-face interaction and its developmental functions. Sign Language Studies, 18(1), 1-16.

6. Tomasello, M., & Farrar, M. J. (1986). Joint attention and early language. Child development, 1454-1463.

7. Saylor, M., & Ganea, P. (2018). Active learning from infancy to childhood. Springer.

8. Tamis-LeMonda CS, Rodriguez ET. Parents' Role in Fostering Young Children's Learning and Language Development. In: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. Tremblay RE, topic ed. Encyclopedia on Early Childhood Development [online]. https://www.child-encyclopedia.com/parenting-skills/according-experts/parents-role-fostering-young-childrens-learning-and-language. Updated: December 2014. Accessed April 14, 2025.

9. Zhao, Y. V., & Gibson, J. L. (2023). Early home learning support and home mathematics environment as predictors of children's mathematical skills between age 4 and 6: A longitudinal analysis using video observations and survey data. Child Development, 94(6), e377-e392.

10. Hoghughi, M., & Speight, A. N. P. (1998). Good enough parenting for all children—a strategy for a healthier society. Archives of disease in childhood, 78(4), 293-296.

11. Beebe B, Steele M. How does microanalysis of mother-infant communication inform maternal sensitivity and infant attachment? Attach Hum Dev. 2013;15(5-6):583-602. doi: 10.1080/14616734.2013.841050. PMID: 24299136; PMCID: PMC3855265.

12. Beeghly, M., Perry, B. D., & Tronick, E. (2016). Self-regulatory processes in early development. The Oxford handbook of treatment processes and outcomes in psychology: A multidisciplinary, biopsychosocial approach, 42-54.

13. Winnicott, D.W. (1973). The Child, the Family, and the Outside World. Penguin.

14. United Nations, (1989), Convention on the rights of the child.

15. Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. Basic Books.