RHAI CYNGHORION AR SETLO I LAWR I FYWYD PRIFYSGOL

1.

seibiant, mae dechrau blwyddyn newydd mewn Prifysgol yn golygu y byddwch yn wynebu pethau newydd, ac i bawb ohonom gall newid cadarnhaol hyd yn oed fod yn straen.

Gall newid eich bywiogi ond hefyd gall eich taflu oddi ar eich echel. Pan ydym yn mynd i

Gall yr ychydig ddyddiau cyntaf fod yn ddigon i fwydro rhywun, gyda chymaint o wynebau a

ar brydiau yn y sefyllfa hon.

hon yn adeg ddelfrydol i wneud ffrindiau a chefnogi eich gilydd.

2. Gofalwch amdanoch eich hun.

eich anghenion a rhoi amser ac egni i wneud i bethau ddigwydd.

3. Cymerwch amser i ystyried y sefyllfa.

Gall symud i Brifysgol fod yn gyfle gwych i ddarganfod pwy ydych a sut rydych eisiau byw eich bywyd. Efallai y byddwch eisiau arbrofi efo ffyrdd newydd o wneud pethau a rhoi cynnig ar bethau newydd. Mae gadael cartref yn unig yn brofiad newydd enfawr i lawer o fyfyrwyr.

Bydd cymryd amser i ystyried y profiadau newydd hyn yn eich helpu i benderfynu ynghylch

ymwneud â nhw.

Bydd cymryd amser bob dydd i ymlacio yn eich helpu i brosesu eich bywyd newydd a'i fwynhau.

4. Manteisiwch ar gymaint o gyfleoedd ag y gellwch i gael hyd i bobl rydych yn eu hoffi a mwynhau eu cwmni.

diddordebau a phersonoliaethau tebyg i chi; efallai y byddant yn yr ystafell agosaf atoch neu

myfyrwyr eraill i ddangos lle mae gwahanol lefydd a phethau i chi.