

STEPS

Hoffech chi wybod sut mae eich meddwl yn gweithio?

Sut mae eich credoau'n newid eich ymddygiad? Sut i osod nodau a'u cyflawni? Mae'r cwrs Steps yn defnyddio seicoleg i'n helpu ni i newid ein ffordd o feddwl. Mae'n hybu hyder gan newid ein hymagwedd at rianta. Fel arfer mae'r cwrs hwn yn cael ei gynnig ar ôl cwrs arall, ar ôl i chi gael cyfle i ddod i'n hadnabod ni. Os oes gennych ddiddordeb, cofiwch gysylltu â ni.