* Ble ydw i'n teimlo'n ddiogel i siarad?
* Pwy fydda i’n teimlo’n fwyaf cyfforddus yn siarad â nhw?
* Pwy sy'n bwysig yn fy mywyd, ac sy’n gallu eich helpu i ddeall y pethau sy'n bwysig i mi?
* Ydych chi wedi meddwl am sut rydw i'n teimlo ac iaith fy nghorff?
* Oes unrhyw ffactorau allanol eraill a allai wneud y sgwrs hon yn anodd i mi ar hyn o bryd?
* Ydw i'n gwybod neu'n deall pam rydyn ni'n cael y sgwrs hon?
* Ydych chi'n canolbwyntio ar y pethau rwy’n gallu eu gwneud, yn hytrach na'r pethau dwi ddim yn gallu eu gwneud? (Ydy'r sgwrs hon yn canolbwyntio ar fy nghryfderau?)
* Ydych chi wir yn gwrando?
* Ydych chi'n gofyn cwestiynau agored a syml sy'n gadael i mi fynegi beth rydw i ei angen, ei eisiau neu’n ei ddymuno?
* Ydych chi'n gwybod beth yw fy anghenion cyfathrebu, a'r offer y gallai fod angen i mi eu defnyddio i gyfathrebu â chi?
* Ydych chi'n ymchwilio'n ddyfnach i'r hyn rydw i'n ei ddweud? Ydych chi'n gofyn cwestiynau pellach os nad ydw i'n agored iawn?
* Ydych chi'n cofnodi’n union beth rydw i'n ei ddweud, yn fy ngeiriau fy hun? Ydych chi'n defnyddio fy ngeiriau fy hun i baentio'r darlun, ac yn rhannu hyn gyda phobl eraill?