**Adnodd 2c**

Eiriolaeth ffurfiol

Mae elfen o eiriolaeth yn perthyn i rai rolau proffesiynol ehangach. Gall y gweithiwr proffesiynol helpu’r unigolyn i fynegi ei safbwyntiau a’i ddymuniadau gan fynegi ei safbwyntiau neu farn broffesiynol ei hun ar wahân.

**Adnodd 2c**

Eiriolaeth broffesiynol/annibynnol

Gall unigolyn geisio cymorth eiriolwr sy’n gyfrifol am ddarparu cymorth annibynnol er mwyn mynegi barn yr unigolyn waeth beth yw ei safbwynt neu ei farn ei hun am y sefyllfa*.*

**Adnodd 2c**

Eiriolaeth anffurfiol

Gall unigolyn geisio cymorth ar ffurf eiriolaeth gan rywun mae’n ei adnabod ar sail anffurfiol. Mae’r math hwn o eiriolaeth yn ffurfio rhan o berthynas emosiynol ehangach lle gallai’r eiriolwr fod â’i deimladau cryf ei hun ynghylch yr hyn sydd orau   
i’r unigolyn.

**Adnodd 2c**

Eiriolaeth cymheiriaid

Gall unigolyn edrych am gymorth eiriolaeth gan rywun sy’n deall ei sefyllfa oherwydd ei fod wedi bod yn y sefyllfa honno neu’n profi amgylchiadau tebyg.