

# Graddfa graddio poen

Sut mae'ch poen fel arfer yn gwneud ichi deimlo?



Iawn

**1**



Yn gwneud i  
mi stopio

**2**



Yn fy ngwneud  
yn drist

**3**



Yn gwneud  
i mi grio

**4**



Crio trwy'r amser

**5**