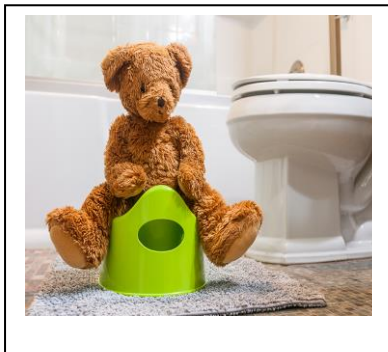


Mynd i'r toiled

Mae helpu'ch plentyn i fynd i'r toiled a pheidio bod angen gwisgo cewyn yn broses raddol sydd â llawer o gamau.



Bydd angen i'ch plentyn ddatblygu nifer o sgiliau cyn y gallant ddefnyddio'r toiled ar eu pen ei hun, sy'n cynnwys:



- Cael yr ymwybyddiaeth bod angen iddynt fynd
- Gallu dweud bod angen iddynt fynd
- Gallu teithio i'r toiled mewn pryd
- Gallu dadwisgo
- Gallu mynd ar y toiled
- Eistedd ar y toiled nes eu bod wedi gorffen
- Gallu sychu a glanhau eu hunain
- Gallu ail-wisgo
- Flysio'r toiled
- Golchi a sychu eu dwylo

Mae plant yn datblygu'r sgiliau hyn ar wahanol gamau ac ni ellir gorfodi hyfforddiant mynd i'r toiled os nad yw plentyn yn barod. Bydd y rhan fwyaf o blant yn cael eu hyfforddi i fynd i'r toiled pan fyddant rhwng 3 a 5 oed, gall rhai ddatblygu'n gynharach a gall rhai ddatblygu'n hwyrach. Ni fydd pob plentyn yn dweud wrthyfch pan fydd angen iddynt fynd i'r toiled, felly efallai y bydd yn rhaid i chi edrych allan am arwyddion pan fyddwch chi'n meddwl eu bod yn barod i ddechrau hyfforddi i fynd i'r toiled.

Mae'n bwysig dechrau cynnwys eich plentyn yn y broses mor gynnar â phosibl er mwyn eu cael yn barod i ddefnyddio'r toiled gan y bydd dysgu'n cymryd amser. Bydd yn helpu'ch plentyn i weithio ar feithrin un sgil ar y tro, gan y bydd angen llawer o ymarfer arnynt. Bydd angen llawer o amynedd arnoch gan y gall plant barhau i gael damweiniau hyd yn oed os ydynt wedi bod yn sych am gyfnod.

Mae angen i blant deimlo wedi ymlacio pan fyddant yn eistedd ar y poti neu'r toiled er mwyn eu helpu i wneud pi neu pw. Os ydych chi'n defnyddio'r toiled, efallai y bydd angen sedd lai arnynt i eistedd arni neu step o dan eu traed er mwyn gwneud iddyn nhw deimlo'n ddiogel.



Mae dysgu sgil newydd yn cymryd amser felly bydd angen llawer o ymarfer ar eich plentyn bob dydd.