

A oes atal dweud ar dy blentyn?



Mae'n arferol i blant bach ailadrodd geiriau ac ymadroddion, a phetruso wrth iddyn nhw weithio allan beth maen nhw eisiau ei ddweud – nid atal dweud yw hyn fel rheol. **Pan fydd plant yn gwybod beth maen nhw eisiau ei ddweud ond nad yw'r geiriau'n dod allan, mae hyn yn fwy tebygol o fod yn atal dweud.** Gall atal dweud ddechrau'n raddol (dros ychydig wythnosau) neu'n sydyn (dros nos), a gall fynd a dod am ddyddiau neu wythnosau ar y tro.

Mae 1 o bob 12 o blant yn cael profiad o atal dweud yn ystod eu blynyddoedd cyn ysgol.



Pan fydd plant yn atal dweud, efallai y byddan nhw'n ailadrodd geiriau neu rannau o eiriau: **"a-a-ac mae'n gweithio"** neu **"o-o-oherwydd dw i eisiau"**. Mae'n bosibl y byddan nhw'n ymestyn synau: **"Rwy'n hoffi ssspiderman"** neu'n mynd yn sownd ar sain pan na fydd dim yn dod allan: **"Dw i eisiau... banana"**. Efallai y byddi di'n sylwi ar dy blentyn yn ceisio gorfodi geiriau neu'n rhoi'r gorau i'r hyn roedd yn ceisio'i ddweud.

Pam mae atal dweud ar fy mhentyn?

Mae dysgu sut i siarad yn anodd ac nid oes atal dweud ar dy blentyn oherwydd rhywbeth rwyd ti wedi neu heb ei wneud. Mae atal dweud ar blant ifanc pan nad yw eu system lleferydd yn gallu ymdopi â'r gofynion arni – nid oherwydd eu bod yn nerfus.

Gallai'r gofynion hyn fod oherwydd bod gan dy blentyn lawer i'w ddweud a'i fod wedi cyffroi, yn ofidus, wedi'i frysio neu'n flinedig. Gall ddod oddi wrth bobl eraill – er enghraifft, holi llawer o gwestiynau i dy blentyn neu ddefnyddio iaith sy'n rhy gymhleth.

A ddylwn i boeni?

Bydd y rhan fwyaf o blant yn rhoi'r gorau i atal dweud wrth dyfu'n hŷn, ac mae'n bwysig cofio ei bod hi'n iawn siarad ag atal dweud. Os yw dy blentyn wedi dechrau siarad ag atal dweud yn ddiweddar, ac nid yw'n ymddangos ei fod yn ymwybodol ohono nac yn poeni amdano, yna mae'n debyg nad oes angen i ti boeni. Os yw dy blentyn wedi bod yn siarad ag atal dweud ers rhai misoedd a dy fod yn poeni, mae modd siarad â'r Ymwelydd Iechyd, gwasanaeth therapi lleferydd ac iaith lleol, neu [STAMMA](#).

Mae atal dweud yn aml yn nodwedd deuluol – mae gan tua 60% o bobl ag atal dweud aelod arall o'r teulu sydd hefyd ag atal dweud.

Nid yw dwyieithrwydd yn achosi atal dweud.

Sut gallaf ei helpu?

Gall y ffordd rwyd ti'n ymateb i atal dweud dy blentyn wneud byd o wahaniaeth. Rwyd ti'n gallu rhoi'r amser sydd ei angen ar dy blentyn drwy aros i'w eiriau gael eu dweud. Tria peidio â'i frysio i orffen ei eiriau.

- Arafu dy leferydd ond paid â dweud wrth dy blentyn am arafu, am gymryd ei amser, nac am anadlu'n ddwfn.
- Dilym arweiniad dy blentyn wrth siarad. Siarad am yr hyn y mae'n ymddiddori ynddo ac ymateb i'r hyn mae'n ei ddweud a'i wneud.
- Gwneud sylw ac aros, neu ofyn un cwestiwn ar y tro. Rho ddigon o amser i ateb.
- Cymryd saib cyn ateb cwestiynau dy blentyn. Mae hyn yn dangos ei bod hi'n iawn cymryd amser i feddwl.
- Dangos bod gen ti ddiddordeb yn yr hyn mae'n ei ddweud, nid y ffordd y mae'n ei ddweud. Edrych ar dy blentyn pan fydd yn siarad er mwyn dangos dy fod yn gwrando.
- Siarad yn agored ac yn galonogol gyda dy blentyn am ei atal dweud. Galli di ddweud: "Mae rhai geiriau'n anodd eu dweud. Mae popeth yn iawn, dwi'n gwrando".
- Sicrhau bod pawb yn cael tro mewn sgysiau.
- Treulio pum munud y dydd gyda dy blentyn, yn dawel heb unrhyw beth i darfu.

Rhagor o wybodaeth

STAMMA

Action for Stammering Children

Michael Palin Centre for Stammering

Tips Gwych MPC (Michael Palin Centre for Stammering)