

YR HYN Y MAE RHIENI, GOFALWYR A PHOBL IFANC WEDI EI DDWEUD AMDANON NI:

"Yr hyn oedd fwyaf defnyddiol i mi oedd gwybod fod yno rywun i siarad â nhw, i drafod problemau yn ymwneud â fy mhlentyn, a oedd yn deall. Rwy'n fwy hyderus ynof fy hunan fel rhiant nawr."

"Rwyf wedi dysgu sut i newid a thyfu gyda fy mhlentyn - i osod terfynau ond yn parhau i fod yn ofalgar ac yn gariadus."

"Fe wnaeth y cwrs fy helpu i weld pethau o safbwynt fy mhlentyn."



"Fe wnaethon ni gyflawni yr hyn feddylion ni oedd yn amhosib. Bellach rydym yn gallu rheoli tymer ein plentyn yn well ac mae amser bwyd wedi dod yn amser i fwynhau i ni gyd."

"Grŵp ardderchog, diddorol iawn – wedi mwynhau yn fawr. Wedi dysgu llawer am helpu fy mabi i ddatblygu."

"Mae gen i well dealltwriaeth o'i ymddygiad, datblygiad ac o dechnegau rheoli ymddygiad."

"Rwy llawer yn fwy hyderus ac yn gallu ymdopi nawr."

"Llawr gwybodaeth. Wedi mwynhau yn fawr cael cwrrda mamau a thadau eraill a lleisio fy ofnau."

"Rydym yn cael llawer yn llai o ddadleuon teuluol ac mae'r aelwyd llawer yn fwy heddychlon."



"Dwi'n gwybod sut i ddelio â phwysau gan gyfoedion."

"Dwi wedi dysgu sut mae aros yn llonydd a gwybod beth i'w wneud pan fyddai dan straen."

"Mae treulio amser gyda fy rhieni wedi ein gwneud ni'n agosach ac fe gawson ni llawer o hwyl gyda'n gilydd."