

Cynulleidfa Darged

Plant 11-14 oed

Gwybodaeth gefndir am thema Diwrnod Defnyddio'r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel 2020

‘Diwrnod Defnyddio’r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel: Yn rhydd i fod yn fi fy hun - edrych ar hunaniaeth ar-lein.’

Eleni yn y Deyrnas Unedig, bydd Diwrnod Defnyddio'r Rhyngwrwyd yn Fwy Diogel yn annog plant a phobl ifanc i edrych ar sut maen nhw'n rheoli eu hunaniaeth ar-lein, a sut mae'r rhyngwrwyd yn dylanwadu ar y ffordd maen nhw'n meddwl amdanynt eu hunain ac eraill. Rydym eisiau i Ddiwrnod Defnyddio'r Rhyngwrwyd yn Fwy Diogel 2020 ddathlu gwahaniaethau a'n helpu ni i weithio tuag at greu rhyngwrwyd cwbl gynhwysol.

Bydd yr ymgyrch yn canolbwyntio ar yr hyn sy'n ffurfio eich hunaniaeth ar-lein - fel y ffeithiau neu'r nodweddion amdanoch chi, sut mae pobl eraill yn eich gweld chi a sut maen nhw'n rhyngweithio â chi, yn ogystal â sut mae gwasanaethau ar-lein yn eich adnabod chi. Bydd hefyd yn edrych ar sut mae stereoteipiau all-lein a gwahaniaethu yn cael eu herio neu eu hatgyfnerthu ar-lein.

Byddwn yn ystyried a yw'r rhyngrwyd yn caniatáu i bobl ifanc arbrofi a mynegi eu hunain, neu a ydyn nhw'n teimlo'n gyfyngedig o ran eu hunaniaeth ar-lein. Drwy ddechrau sgysiau ynghylch hunaniaeth ar-lein, ein nod yw ysbyrdoli pobl ifanc i gefnogi ei gilydd i fod yr hyn maen nhw eisiau bod.



Sleid 1

Mae hi'n Ddiwrnod Defnyddio'r Rhyngrwyd yn fwy Diogel heddiw, sef diwrnod sy'n cael ei ddathlu mewn dros 100 o wledydd ledled y byd. Mae hwn yn ddiwrnod pwysig iawn, a gobeithio y bydd y gwasanaeth hwn yn dechrau llawer o drafodaethau gyda'ch ffrindiau, yn yr ysgol, gartref ac yn y dyfodol. Nawr beth am edrych ar brif thema Diwrnod Defnyddio'r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel 2020.



Sleid 2

Pan aeth Syr Tim Berners-Lee a'i gydweithwyr ati i greu'r rhyngrwyd 30 o flynyddoedd yn ôl, eu breuddwyd oedd creu rhyngrwyd i bawb oedd yn rhad ac am ddim.

Cliciwch i ddatgelu.

Felly, ai hynny sydd wedi digwydd?



Sleid 3

Mewn rhai achosion, mae'r rhyngrwyd i bawb... neu i lawer o bobl o leiaf.

Cliciwch i ddatgelu lluniau a'u darllen fel maen nhw'n ymddangos. Fel arall, gallwch ei drin fel cwis a gofyn i'r dysgwyr ddyfalu'r ystadegau cyn iddyn nhw ymddangos.

(Ystadegau gan [WeAreSocial](#) ac [Internet live stats](#))



Sleid 4

I weld a yw'r rhyngrwyd i bawb mewn gwirionedd, rydyn ni'n mynd i edrych ar hunaniaeth ar-lein, sut mae pobl yn dewis eu cyflwyno eu hunain ar-lein a'r materion cysylltiedig â hyn. Cafodd y rhyngrwyd ei lunio ar gyfer pawb, ond ai dyna'r sefyllfa mewn gwirionedd?



11-14
oed

Edrych ar hunaniaeth ar-lein
Sgript gwasanaeth



Sleid 5

Ar y sleidiau nesaf, byddwch yn gweld datganiadau ac wedyn fe fyddai i'n gofyn a ydych chi'n cytuno neu'n anghytuno â nhw.

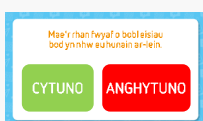
Cytuno neu anghytuno: Dydwi i ddim yn deall pobl sy'n ffug ar-lein. Byddwch yn chi eich hun neu peidiwch â thrafferthu.

Gofynnwch i'r dysgwyr bleidleisio am yr uchod a thrafod eu hymateb.

Pam wnaethoch chi ddewis yr ateb yma?

Efallai fod rhai pobl yn teimlo pwysau i fod yn 'real' ar-lein. Mae hyn yn ddealladwy oherwydd mae llawer o bobl yn rhannu eu bywydau go iawn ar-lein ac efallai'n disgwyl i eraill wneud yr un fath.

Efallai y bydd pobl sy'n meddwl nad yw hynny mor bwysig yn dadlau mai dewis personol yw hwn, ac yn ein hatgoffa ei bod yn synhwyrol cadw rhai agweddau ar ein bywydau yn breifat, fel eich enw llawn a'ch lleoliad.



Sleid 6

Cytuno neu anghytuno: Mae'r rhan fwyaf o bobl eisio bod yn nhw eu hunain ar-lein.

Gofynnwch i'r dysgwyr bleidleisio am yr uchod a thrafod eu hymateb.

Pam wnaethoch chi ddewis yr ateb yma?

Er bod rhai pobl yn gyndyn o fod yn nhw eu hunain ar-lein, mae llawer o bobl yn fodlon rhannu eu bywydau a mynegi eu hunain ar-lein. Mae defnyddwyr YouTube, ymgyrchwyr positifrwydd y corff ac ymgyrchwyr iechyd meddwl ymysg y bobl sy'n defnyddio'r rhyngwrdd i wneud pethau gwych. Maen nhw'n amlwg yn ystyried y rhyngwrdd yn rhywle lle mae'n bwysig bod yn drwm iddyn nhw eu hunain.



Sleid 7

Cytuno neu anghytuno: Mae bod yn chi eich hun ar-lein yn eich gwneud chi'n fwy agored i bobl gas a bwllis.

Gofynnwch i'r dysgwyr bleidleisio am yr uchod a thrafod eu hymateb.

Pam wnaethoch chi ddewis yr ateb yma?

Dydy hi ddim bob amser yn hawdd 'bod yn chi eich hun' ar-lein. I rai pobl, mae gallu creu hunaniaeth ychydig yn wahanol neu fod yn anhysbys ar-lein yn gallu gwneud i bobl deimlo'n fwy diogel i ofyn cwestiynau ac archwilio agweddau ar eu personoliaethau ar-lein. Gall fod yn anodd penderfynu faint rydych chi am ei rannu amdanoch chi eich hun ar-lein, ac mae gwahanol bobl yn delio â hyn mewn gwahanol ffyrdd.



Sleid 8

Mae llawer o bobl yn ymateb i bryderon am gael eu trin yn negyddol drwy rannu'r fersiwn gorau posib ohonyn nhw eu hunain ar-lein, a hepgor unrhyw beth dydyn nhw ddim yn meddwl y bydd yn ddiddorol nac yn dderbyniol i'w dilynwyr.

Ai'r rhyngwrdd yw'r unig le mae pobl yn cyflwyno'r fersiwn orau ohonyn nhw eu hunain?

Nid ar-lein yn unig fyddwn ni'n gwneud hyn. Byddwn ni'n ymddwyn yn wahanol mewn amryw o sefyllfaoedd; er enghraifft, pan fyddwn yn cwrdd â rhywun am y tro cyntaf, yn treulio amser gyda'n ffrindiau pennaf neu yn yr ystafell ddosbarth. Dydy hwn ddim yn gysyniad newydd, er bod cysylltedd y byd ar-lein yn caniatáu i ni newid ein hymddygiad gyda llawer o wahanol bobl ar yr un pryd. Er ein bod ni'n gwybod bod llawer o bobl yn gwneud hyn, mae'n gallu gwneud i bobl deimlo nad yw bywydau mor ddiddorol â rhai pobl eraill.

Nodyn i'r addysgwyr

Dylid annog dysgwyr i siarad ag oedolyn maen nhw'n ymddiried ynddo os ydyn nhw'n teimlo bod pwysau arnynt i 'ddal i fyny' ag eraill ar-lein a bod angen help arnynt i reoli'r teimladau hyn.



Sleid 9

Nawr, beth am feddwl am y cyfrifon rydych chi'n eu gweld ar-lein a beth maen nhw'n ei rannu. Caewch eich llygaid os yw hynny'n eich helpu chi.

Gofynnwch y cwestiynau canlynol fesul un, gan roi amser i'r dysgwyr feddwl. Cymerwch ambell ateb os oes amser.

- Pwy ydych chi'n eu gweld yn rhannu llawer o'u bywydau ar-lein?
- Beth maen nhw'n ei bostio ar-lein?
- Faint ydi eu hoed nhw?
- Sut maen nhw'n edrych?
- Beth yw eu diddordebau?
- Oes yna amrywiaeth o bobl neu a ydyn nhw'n debyg iawn?

Mae beth rydych chi'n ei weld ar-lein yn dibynnu ar y bobl rydych chi'n eu dilyn a beth mae gennych chi ddiddordeb ynddo, ond mae'r algorithmau ar lwyfannau ar-lein yn golygu eich bod yn gweld mwy o'r hyn rydych chi'n ei hoffi neu'ch bod yn cael eich annog i ddilyn y pethau hynny. Gall hyn fod yn ddefnyddiol, ond gall hefyd wneud i'r rhyngwrwyd ymddangos nad yw i bawb.

Er mwyn ymgysylltu â'r amrywiaeth eang o bobl sydd allan yno, mae'n rhaid i ni fynd ati'n rhagweithiol i chwilio amdany'n nhw, a dal ati i chwilio.



Sleid 10

Ydych chi'n gweld pobl fel chi ar-lein? Nid pobl sy'n edrych fel chi neu'n gwisgo fel chi yn unig, ond pobl sydd â'r un farn, yn defnyddio'r un iaith, neu sydd â'r un diddordebau, diwylliant neu greddau hefyd?

Pa wahaniaeth mae'n ei wneud i chi os byddwch chi'n gweld rhywun sy'n debyg i chi neu'n siarad am rywbeth sy'n bwysig i chi ar-lein? Ydi hyn yn bwysig?

Trafodwch hyn a chymerwch rai atebion.

Mae'n bwysig. Bydd pobl sy'n gweld pobl fel nhw ar-lein yn rheolaidd yn teimlo **bod** y rhyngwrwyd iddyn nhw, ac mae hynny'n rhywbeth mae pob un ohonom eisiau ei deimlo.

Nodyn ar gyfer yr addysgwyr

Os yw dysgwyr yn gyndyn o ateb, fe allech chi ofyn iddyn nhw roi eu dwylo i fyny os ydyn nhw'n meddwl ei bod yn bwysig gweld pobl fel nhw ar-lein. Wedyn gallech chi symud ymlaen, neu ofyn a fyddai rhywun yn hoffi esbonio pam mae'n teimlo fel hyn.



Sleid 11

Fel rydyn ni wedi gweld, mae'r rhyngwrwyd yn rhywle lle gallwn ni gael mynediad at lawer o wybodaeth, rhannu ein bywydau ar-lein a chreu hunaniaeth ar-lein.

Er ein bod yn gweld cynnydd, mae gwaith i'w wneud o hyd. Nid yw'r rhyngwrwyd i bawb eto. Dydy pawb ddim yn teimlo eu bod yn cael eu derbyn a'u cynrychioli nac yn teimlo'n ddigon cyfforddus i'w cyflwyno eu hunain ar-lein.

Dyma pam mae rhai pobl yn ymddwyn ychydig yn wahanol ar-lein.

Dyma pam mae rhai pobl yn rhannu rhai pethau â'u ffrindiau agosaf yn unig ar-lein.

Dyma pam mae rhai pobl yn dweud bod penderfynu bod yn 'chi eich hun' yn eich gwneud chi'n agored i niwed.

Dyma pam dydy pobl ddim yn teimlo'n rhan ohono.



Sleid 12

Beth sydd angen newid?

Os ydyn ni eisiau i bobl allu bod yn nhw eu hunain ar-lein, ai cyfrifoldeb unigolion yw bod yn fwy 'real' neu ai ein cyfrifoldeb ni yw gwneud y byd ar-lein yn rhywle lle mae pobl yn teimlo'n rhydd i fod yn nhw eu hunain?

Trafodwch hyn a chymerwch rai atebion.

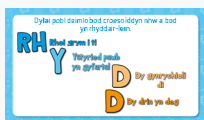
Rydyn ni'n aml yn disgwyl i unigolion fod yn real ac yn onest ar-lein, er ein bod ni'n gwybod bod hyn yn gallu bod yn anodd iawn. Sut allwn ni i gyd weithio gyda'n gilydd i wneud y rhyngwrwyd yn lle mwy croesawgar?

Rhowch gyfle i'r dysgwyr fyfyrir ar hyn. Gallwch gymryd atebion nawr neu ddychwelyd at y cwestiwn hwn ar Sleid 15, sy'n cynnwys rhai argymhellion.



Sleid 13

Beth am ddychwelyd at eiriau Syr Tim Berners-Lee, gyda'r dyfyniad llawn y tro hwn. Gall fod yn hawdd anghofio nad yw'r rhyngwrwyd yn gas nac yn negyddol ar ei ben ei hun. Pobl sy'n gyfrifol am y rhyngwrwyd ac mae pawb yn chwarae eu rhan i ffurfio'r rhyngwrwyd sydd ohoni. Mae gennym ni'r pŵer i'w wneud yn rhywle lle mae pobl yn teimlo eu bod yn cael eu derbyn a bod croeso iddynt.



Sleid 14

Cafodd y rhyngwrwyd ei greu ar gyfer pawb a dylai pawb deimlo'n rhydd ynddo. Yn hytrach na disgwyl i bobl fod yn real neu'n berffaith, fe ddylen ni feddwl am sut gallwn ni greu rhyngwrwyd i bawb.

Rhywle sy'n...

RH – Rhoi grym i ti

Y – Ystyried pawb yn gyfartal

D – Dy gynrychioli di

D – Dy drin yn deg



Sleid 15

Dyma rai argymhellion am bethau y gallwn ni i gyd eu gwneud i wneud y rhyngwrwyd yn rhywle y gall mwy o bobl deimlo'n rhydd i fod yn nhw eu hunain ynddo:

- **Sefyll gyda'n gilydd** – Cefnogi pobl nad ydynt yn cael eu cynrychioli'n helaeth ar-lein. Cofiwch sut mae'n teimlo i weld pobl fel chi, neu beidio â gweld pobl fel chi, ar-lein.
- **Riportio sylwadau negyddol** – Gallwn ni i gyd helpu i wneud yn siŵr bod y negeseuon sy'n gwneud i bobl deimlo nad yw'r rhyngwrwyd iddyn nhw yn cael eu tynnu i lawr, a bod dim rhaid i bobl eraill eu gweld.
- **Cynnig cefnogaeth i bobl neu grwpiau sy'n cael eu targedu ar-lein** – Dyma'r bobl sy'n haeddu ein sylw, nid y bobl sy'n bod yn gas.
- **Ehangu ein ffrydiau** – Chwiliwch am fwy o amrywiaeth ymysg y cyfrifon rydych chi'n eu dilyn. Mae llawer o bobl yn gwneud pethau gwyh ar-lein. Efallai y cewch chi eich ysbrydoli i wneud rhywbeth tebyg?