O FEWNWELEDIAD I WEITHREDU:

POBL IFANC YN SIAPIO DIOGELWCH AR-LEIN

GWYBODAETH GAN BLANT A PHOBL IFANC LEDLED CYMRU AM DDIOGELWCH AR-LEIN

MAE POBL IFANC YNG NGHYMRU YN RHANNU'R HYN MAEN NHW'N MEDDWL SYDD ANGEN EI NEWID I GADW POBL IFANC YN DDIOGEL AR-LEIN

Cefnogi pobl ifanc i arwain newid mewn diogelwch ar-lein

Gan Platfform (Rebecca Nunn, Lauren Davies a Luke Rees) a'r Gwarcheidwaid Digidol

PLATFORM
For young people | bobl ifanc

NSPCC
CYMRU | WALES

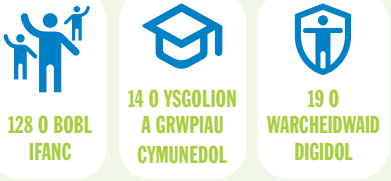
CRYNODEB

> Rwy'n teimlo mai'r pethau negyddol am y rhyngrwyd yw'r cyfan y mae pobl yn clywed amdano y dyddiau hyn, byddai'n braf i bobl wybod am y pethau da y gall ei wneud hefyd.
> **Gwarcheidwaid Digidol**

> Rydw i wrth fy modd yn bod yn rhan o'r prosiect diogelwch ar-lein oherwydd mae'r grŵp yn dangos sut i gadw'n ddiogel ar-lein o safbwynt plentyn, ac yn gwneud i bawb deimlo eu bod yn cael eu gweld a'u clywed. **Gwarcheidwaid Digidol**

Roedd y Prosiect Diogelwch Ar-lein yn rhaglen ymgysylltu Iedled Cymru, dan arweiniad pobl ifanc, a gynlluniwyd i amlygu lleisiau a phrofiadau plant a phobl ifanc sy'n byw yng Nghymru. Archwiliodd y prosiect sut mae pobl ifanc yn profi bod ar-lein, beth sy'n eu helpu i deimlo'n ddiogel, a beth sy'n eu rhoi mewn perygl, gyda'r nod o sicrhau bod penderfyniadau am ddiogelwch ar-lein yn seiliedig ar eu realiti go iawn yn hytrach nag ar ragdybiaethau.

Yn ystod y Prosiect Diogelwch Ar-lein, fe wnaethom ymgysylltu â **128 o bobl ifanc 11–18 oed** ar draws **14 o ysgolion a grwpiau cymunedol** yng Nghymru, gyda chefnogaeth grŵp cynghori ieuenctid o **19 o Warcheidwaid Digidol**.



Roedd y Gwarcheidwaid Digidol wedi siapio cyfeiriad, dyluniad, a darpariaeth y gwaith, gan sicrhau bod lleisiau pobl ifanc yn ganolog drwy gydol y gwaith. Dywedodd pobl ifanc wrthym, er bod mannau ar-lein yn cynnig llawer o bethau cadarnhaol, gan gynnwys cysylltiad, dysgu, a chymorth - maent hefyd yn poeni am gynnwys niweidiol, oedolion amhriodol, camwybodaeth, ac effaith gynyddol Deallusrwydd Artiffisial. Yn hollbwysig, roedden nhw'n pwysleisio na ddylai pobl ifanc ar eu pen eu hunain fod yn gyfrifol am gadw'n ddiogel ar-lein, ac roedden nhw'n galw am fwy o weithredu ar y cyd gan oedolion, y rhai sy'n gwneud penderfyniadau, a chwmnïau technoleg i greu amgylcheddau mwy diogel ar-lein.

Fe wnaeth ein Gwarcheidwaid Digidol gynnig **pedwar** argymhelliad y dylai'r rhai sy'n gwneud penderfyniadau a phobl ddylanwadol eraill eu rhoi ar waith yn eu barn nhw, ac awgrymu amrywiaeth o newidiadau allweddol sydd eu hangen i wneud i hyn ddigwydd. Cyflwynir detholiad yma ac mae'r rhestr lawn o newidiadau a awgrymir gan bobl ifanc ar gael yn ein hadroddiad llawn.

1 ADDYSG WELL I BOBL IFANC AM SUT I GADW'N DDIOGEL AR-LEIN

Byddai hyn yn digwydd mewn ysgolion a cholegau ac yn cynnwys pobl ifanc yn cymryd rhan yn y gwaith o ddatblygu a darparu'r addysg. Rhoi gwybod i bobl ifanc am risgiau bod ar-lein, risgiau posibl o ganlyniad i beidio â defnyddio mesurau diogelwch, a beth i'w wneud pan fydd angen help arnoch chi.

NEWIDIADAU ALLWEDDOL SYDD EU HANGEN:

Awgrymiadau gan bobl ifanc:

- ✓ Sicrhau bod gan bobl ifanc oedolyn y gellir ymddiried ynddo/swyddog diogelwch digidol yn yr ysgol y maen nhw'n gwybod y gallan nhw siarad â nhw am eu pryderon neu eu problemau.
- ✓ Cynnal gwersi/hyfforddiant diogelwch ar-lein rheolaidd i bobl ifanc o oedran cynnar sy'n ymdrin â gosodiadau/nodweddion diogelwch; sut i wneud proffiliau diogel; pa mor gyffredin yw deallusrwydd artiffisial a sut mae'n cael ei ddefnyddio. Gwneud yn siŵr ei fod yn cael ei ddiweddaru.

> **"Mae llawer o blant ar y cyfryngau cymdeithasol a dydyn nhw ddim yn deall beth sy'n iawn a beth sy'n ddrwg am breifatrwydd a'r cyfryngau."**

> **"Addysgu pobl ifanc sut i rwystro neu adrodd am oedolion amhriodol fel eu bod yn gwybod sut i wneud hynny."**

> **"Dysgu ni am osodiadau da."**

> **"Efallai nad ydy pobl ifanc yn gwybod sut mae rhwystro neu adrodd am oedolion amhriodol, felly mae angen i ni addysgu pobl ifanc sut mae adrodd neu eu rhwystro er mwyn iddyn nhw wybod sut mae gwneud hynny."**

> **"mae cael gwybod am ddiogelwch ar y rhyngrwyd yn bwysig i mi oherwydd mae'n fy ngalluogi i gadw'n ddiogel ar-lein yn y lle cyntaf."**

2 MWY O DRAFOD RHWNG OEDOLION A PHOBL IFANC AM DDIOGELWCH AR-LEIN

Byddai hyn yn cynnwys canfod barn bresennol pobl ifanc ac oedolion am ddiogelwch ar-lein yn ogystal â chreu mannau ar gyfer sgyrsiau agored rhwng oedolion (athrawon, rhieni/gofalwyr, gweithwyr proffesiynol) a phobl ifanc am yr amser maen nhw'n ei dreulio ar-lein a beth mae bod ar-lein yn ei olygu iddyn nhw.

NEWIDIADAU ALLWEDDOL SYDD EU HANGEN:

- ✓ Addysgu rhieni/gofalwyr am reolaethau/ mesurau diogelwch i rieni.
- ✓ Addysg i bob oedolyn am y problemau mae pobl ifanc yn eu hwynebu ar-lein a'r cynnwys maen nhw'n ei ddefnyddio, ac am reolaethau a mesurau diogelwch i rieni.
- ✓ Bydd hyn yn annog ac yn cefnogi sgyrsiau mwy agored rhwng pobl ifanc ac oedolion.

> **"Mae deialogau agored mor bwysig."**

> **"Rwy'n teimlo mai'r pethau negyddol am y rhyngrwyd yw'r cyfan y mae pobl yn clywed amdano y dyddiau hyn, byddai'n braf i bobl wybod am y pethau da y gall ei wneud hefyd."**

> **"Dylai rhieni a phlant drafod mwy ar eu defnydd o'r rhyngrwyd."**

> **"Mae llawer o blant ar y cyfryngau cymdeithasol a dydyn nhw ddim yn deall beth sy'n iawn a beth sy'n ddrwg am breifatrwydd a'r cyfryngau."**

> **"Mae'n dda siarad a chael cyngor gan bobl sydd â mwy o brofiad ar-lein."**

> **"Dywedwch wrth eich rhieni os bydd rhywbeth yn digwydd rydych chi'n poeni amdano."**

3 MWY O YMWYBYDDIAETH YNGHYLCH NATUR EHANGACH CAMWYBODAETH A THWYLL

Byddai hyn yn golygu bod yn rhaid i lwyfannau cyfryngau cymdeithasol a mannau ar-lein eraill roi labeli rhybudd ar gynnwys a allai fod yn gamarweiniol, er enghraifft, os bydd rhywun yn postio rhywbeth nad yw wedi'i ddilysu, neu nad yw'n dweud pwy ydyw, neu'n defnyddio deallusrwydd artiffisial. Creu ymgyrchoedd gwybodaeth am sut i adnabod a yw ffynonellau/gwefannau a phobl yn ddibynadwy ac a ellir ymddiried ynddynt.

NEWIDIADAU ALLWEDDOL SYDD EU HANGEN:

- ✓ Dal cyfryngau cymdeithasol/apiau yn atebol am eu cynnwys a defnyddio labeli rhybudd neu labeli ymddiried i helpu i adnabod cynnwys sy'n cael ei gynhyrchu gan ddeallusrwydd artiffisial neu gynnwys camarweiniol a chreu cyfyngiadau oedran ar gynnwys penodol. Gweithredu cyfyngiadau oedran ar gyfryngau cymdeithasol yn unol â datblygiad plant o wahanol oedrannau yn dibynnu ar yr apiau.
- ✓ Creu mannau sy'n benodol i oedran ac sy'n ddiogel i blant ar-lein/ar apiau a chyfrifon cyfryngau cymdeithasol.
- ✓ Gwell meddalwedd gwirio dolenni a gwrth-haciau i fynd i'r afael â phobl sy'n cuddio dolenni maleisus.
- ✓ Gwneud yn siŵr bod gennych osodiadau preifatrwydd diofyn – roedd pobl ifanc wedi mynegi eu bod yn dymuno cael "gosodiadau preifatrwydd awtomatig".
- ✓ Rhoi rhybuddion ar waith pan fydd pobl yn ceisio newid eu gosodiadau preifatrwydd. Dylai apiau ddiogelu'r defnyddwyr yn well a'i gwneud yn haws i gadw'n breifat. Gallent roi rhybudd cyn i chi roi eich cyfrif yn gyhoeddus.

> **"Rwy'n teimlo ei bod hi'n frawychus o hawdd dweud celwydd am wybodaeth benodol ar y rhyngrwyd, gan nad yw'r wybodaeth yn aml yn cael ei gwirio'n ddigon da."**

> **"Mae'n hawdd cael eich sgamio" "mae llawer o bobl ifanc yn cael eu dal gan abwyd clicio (clickbait) neu sgamiau."**

> **"Dylai pob cyfrif ddechrau'n breifat yn awtomatig."**

> **"Dylai oedolion roi'r gorau i gredu pob erthygl ar Facebook."**

4 MWY O YMWYBYDDIAETH O RISGIAU DEFNYDDIO DEALLUSRWYDD ARTIFFISIAL

Byddai hyn yn golygu creu diwylliant lle mae pobl yn siarad am yr effeithiau y mae deallusrwydd artiffisial yn eu cael ar ddysgu a chanfyddiadau o'r byd. Creu ymgyrchoedd gwybodaeth am risgiau deallusrwydd artiffisial a gwneud yn siŵr bod disgwyl i gwmnïau cyfryngau cymdeithasol gynnwys labeli rhybudd ar lwyfannau a mannau ar-lein eraill ynghylch a allai cynnwys gael ei gynhyrchu gan ddeallusrwydd artiffisial, a'u bod yn cael eu dal yn gyfrifol am hynny.

NEWIDIADAU ALLWEDDOL SYDD EU HANGEN:

- ✓ Addysgu am ba mor gyffredin yw deallusrwydd artiffisial - er mwyn helpu i ganfod beth sy'n ddeallusrwydd artiffisial a beth sydd ddim, mae'n bwysig siarad mwy amdano.
- ✓ Datblygu a gwneud pobl ifanc yn ymwybodol o labeli rhybudd neu labeli ymddiried i helpu i adnabod cynnwys sy'n cael ei gynhyrchu gan ddeallusrwydd artiffisial a chreu cyfyngiadau oedran ar gynnwys penodol.
- ✓ Prosesau gwell ar gyfer rhwystro ac adrodd am broblemau – roedd pobl ifanc eisiau i adrodd a rhwystro weithio'n well. Mae angen i lwyfannau wneud adrodd yn fwy dibynadwy a sicrhau bod camau pellach yn dilyn ar ôl adroddiadau.

> **"Mae pobl yn gallu defnyddio deallusrwydd artiffisial mewn ffyrdd drwg - i greu pobl a chyfrifon ffug."**

> **"Mae pobl yn newid lluniau a fideos gyda deallusrwydd artiffisial."**

> **"Ni ddylai oedolion gredu popeth maen nhw'n ei weld fel fideos deallusrwydd artiffisial."**

> **"Gellir defnyddio deallusrwydd artiffisial ar gyfer diogelwch a monitro anweddusterau."**

> **"Dylai'r botymau adrodd weithio go iawn."**

BETH NAWR?

Daeth Platfform a'r NSPCC at ei gilydd ar gyfer y Prosiect Diogelwch Ar-lein hwn gydag un bwriad clir: rhoi plant a phobl ifanc wrth galon sgyrsiau am ddiogelwch ar-lein nid yn unig fel pobl ifanc, ond fel arweinwyr a phobl sy'n newid pethau.

Mae'r prosiect hwn wedi dangos yn union pam mae'r genhadaeth honno'n bwysig. Ond dim ond megis dechrau yw hyn. Mae angen i arweinwyr wrando ar yr hyn mae plant a phobl ifanc yn ei ddweud a chymryd sylw i newid sut maen nhw'n gwneud eu gwaith i amddiffyn plant a phobl ifanc ar-lein. Plant a phobl ifanc yw dyfodol ein cenedlaethau, ac mae eu lleisiau yn haeddu cael eu clywed.

Er bod y prosiect hwn yn dod i ben, mae ein hargymhellion yn parhau. Rydyn ni'n gofyn i'r rhai sydd mewn swyddi dylanwadol gydweithio a mabwysiadu syniadau a safbwyntiau'r Gwarcheidwad Digidol a'u defnyddio i sbarduno newid ystyrlon. Mae plant a phobl ifanc yng Nghymru wedi siarad yn glir am yr hyn sydd ei angen arnynt i deimlo'n fwy diogel ar-lein. Nawr mae'n bryd i'r lleisiau hynny gael eu clywed, eu parchu, a gweithredu arnynt. Gyda'n gilydd, gallwn greu dyfodol lle gall plant a phobl ifanc deimlo'n ddiogel ar-lein.

> Drwy fod yn rhan o'r prosiect hwn, rwyf wedi cael fy nghroesawu a fy nerbyn i rannu fy marn a'm syniadau am ddiogelwch ar-lein. Mae wedi bod yn brofiad unwaith mewn oes, sy'n newid drwy'r amser, ac rwy'n ddiolchgar am fod yn rhan ohono.
>
> Mae gan bobl ifanc fel ni lais sy'n haeddu cael ei glywed. Mae angen i ni barhau i siarad â'n gilydd, parhau i herio'r systemau o'n cwmpas, a pharhau i ddychmygu posibiliadau gwell ar gyfer sut rydyn ni i gyd yn byw ac yn cysylltu ar-lein.
>
> Pan fydd pobl ifanc fel ni yn arwain, mae newid yn digwydd, ac yn digwydd yn sydyn.
>
> Gwarcheidwad Digidol

MYNEDIAD AT YR ADRODDIAD LLAWN

Os hoffech chi ddarllen yr adroddiad llawn, sy'n rhoi manylion y cyd-destun, y dull gweithredu, y ddemograffeg, y trefniadau, y sesiynau, a hyd a lled ein gwybodaeth, sganiwch y cod QR isod.

PLATFORM

For young people | bobl ifanc

NSPCC

CYMRU | WALES