## Nodiadau i addysgwyr

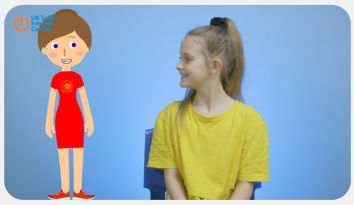
Mae'r ffilm Defnyddio'r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel 2020 ar gyfer plant 7-11 oed yn darparu llawer o gyfleoedd i drafod diogelwch ar-lein, hunaniaeth ar-lein a chynrychiolaeth ar-lein gyda dysgwyr.

Mae'r adnodd hwn yn darparu rhai cwestiynau ac awgrymiadau i arwain trafodaeth ar ôl gwylio'r ffilm gyda dysgwyr

*Sylwer: Gall y trafodaethau sy'n deillio o wylio'r ffilm hon gynnwys pynciau sensitif. Mae'r ddogfen '**Sefydlu Amgylchedd Dysgu Diogel a Chefnogol**' ym Mhecynnau Addysg Diwrnod Defnyddio'r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel 2020 yn darparu cyngor ar sut i sefydlu rheolau sylfaenol a neilltuo lle diogel i ddysgwyr drafod materion ar-lein sy'n berthnasol iddyn nhw*

### Thema'r ffilm – Mynegi eich hunaniaeth ar-lein drwy rithffurfiau

*Rhithffurf - eicon neu lun i gynrychioli defnyddiwr ar-lein ar y cyfryngau cymdeithasol, mewn gemau fideo neu wasanaethau eraill. (Education for a Connected World, UKCIS)*



Mae'r ffilm hon yn archwilio'r dewisiadau mae plant yn eu gwneud wrth ddewis mynegi eu hunain ar-lein drwy rithffurf. Mae llawer o gemau a gwasanaethau poblogaidd ar-lein a ddefnyddir gan blant 5 i 11 oed yn caniatáu iddyn nhw greu cymeriad neu gynrychiolaeth rithwir ohonyn nhw eu hunain. Mae rhithffurfiau yn rhoi'r rhyddid i greu ffurf sy'n debyg iawn i'ch gwir ymddangosiad, ffurf sy'n edrych yn hollol wahanol i chi neu hyd yn oed greu ffurf na all fodoli yn y byd all-lein (e.e. 'tonkey'! (1:05-1:16 yn y ffilm))

Mae creu a defnyddio rhithffurf yn rhoi cyfle i blant fynegi eu hunaniaeth mewn gwahanol ffyrdd ar-lein. Mae'n bosibl y bydd yn rhoi cyfle i bwysleisio agweddau ar eu personoliaeth, neu gyfleu eu hobïau, eu hoff bethau a'u diddordebau i eraill. Mae hefyd yn cynnig cyfle i rannu neu amddiffyn gwybodaeth bersonol, yn dibynnu ar ffurf y rhithffurf.

## Cwestiynau allweddol

### Cyn gwylio'r ffilm:

**'Beth mae hunaniaeth ar-lein yn ei olygu i chi?'**

Byddwch yn chi eich hun, dangoswch beth rydych chi'n ei hoffi, beth yw eich barn.

Dysgwr cynradd o Gymru*

Cwestiynau cynorthwyol:

- Beth yw hunaniaeth?
- Beth ydych chi'n hoffi ei wneud ar-lein? A yw hyn yn rhan o bwy ydych chi?
- Sut ydych chi'n mynegi eich hun ar-lein - a yw hynny'n wahanol i sut rydych chi'n mynegi eich hun all-lein?

Cyn gwylio'r ffilm, mae'n bosibl yr hoffech chi ofyn y cwestiwn allweddol hwn i ddysgwyr am hunaniaeth ar-lein i archwilio eu cysyniad o hunaniaeth a sut gallai fod yn gysylltiedig ag amgylcheddau ar-lein. Anogwch nhw i rannu eu hoff weithgareddau ar-lein a holwch a yw'r rhain yn adlewyrchu pwy ydyn nhw fel unigolion?

Mae'n bosibl y bydd y cwestiwn cynorthwyol am fynegiant ar-lein yn codi'r cysyniad o rithffurfiau, gan ddarparu ffordd o gyflwyno'r ffilm.

## Ar ôl gwylio'r ffilm:

**'Ydych chi'n defnyddio rhithffurfiau ar-lein?'**

Cwestiynau cynorthwyol:

- Ar ba gemau/apiau/gwasanaethau ydych chi'n defnyddio rhithffurfiau?
- Allwch chi ddisgrifio eich rhithffurf?
- (Os nad yw rhai dysgwyr yn defnyddio rhithffurfiau) Allwch chi esbonio pam nad ydych chi'n defnyddio rhithffurfiau?

*Gall yr atebion gynnwys: Ddim yn eu hoffi/dim diddordeb ynddyn nhw, defnyddio gwasanaethau sy'n ffafrio lluniau a fideos, chwarae gemau nad ydyn nhw'n caniatáu i chi addasu cymeriad, ac ati.*

Gall gofyn i ddysgwyr ble a sut maen nhw'n defnyddio rhithffurfiau ar-lein roi mewnwelediad i'w gweithgareddau ar-lein a'u hoff gemau/gwasanaethau cyfredol. Mae hefyd yn rhoi cyfle i ddysgwyr rannu eu rhithffurfiau personol eu hunain. Os yw amser yn caniatáu, fe allech chi ofyn i ddysgwyr dynnu llun o'u hoff rhithffurf gan ddefnyddio **Atodiad 1**, a chwblhau'r cwestiynau am hunaniaeth ar-lein.

**'Pa un oedd eich hoff rithffurf, a pham?'**

Gofynnwch i'r dysgwyr rannu eu hoff rithffurf o'r ffilm a'r rhesymau dros eu dewisiadau. Mae'n bosibl yr hoffech chi dynnu sylw at rai rhithffurfiau fel enghreifftiau o fynegiant, creadigrwydd a dangos gwahaniaethau.

**'Sut gall rhithffurfiau ein helpu ni i fynegi pwy ydyn ni?'**

Cwestiynau cynorthwyol:

- Beth mae eich rhithffurf(iau) yn ei fynegi amdanoch chi ar-lein?
- Ydych chi'n defnyddio'r un math/arddull o rithffurf ar draws gwahanol apiau/gemau? Pam/pam ddim?
- Fyddwch chi byth yn newid/diweddaru rhithffurf? Pam/pam ddim?

Gofynnwch i'r dysgwyr ystyried ffyrdd y gall rhithffurf fynegi agweddau ar bersonoliaeth neu hunaniaeth - e.e. hobïau, hoff bethau, diddordebau, nodweddion personoliaeth cryf fel cyfeillgarwch, ymddangosiad corfforol a phriodoleddau (gan gynnwys rhywedd). Mae'n bosibl y bydd rhai dysgwyr yn mynegi ffafriaeth gref dros ddefnyddio rhithffurfiau i fabwysiadu neu arbrofi gyda gwahanol hunaniaethau (e.e. ar 0:15 yn y ffilm mae rhithffurf sy'n cynrychioli cymeriad cartŵn poblogaidd, a ddewiswyd gan ei fod yn dod o hoff sioe'r plentyn).

Trafodwch gyda'r dysgwyr y rhyddid sydd ganddyn nhw i ddefnyddio gwahanol rithffurfiau ar wahanol gemau/apiau. A yw hyn oherwydd cyfyngiadau yn y gêm (e.e. mae gan wahanol gemau wahanol grewyr rhithffurfiau/cymeriadau sy'n cyfyngu ar y dewisiadau sydd ar gael) neu oherwydd bod yn well ganddyn nhw ddefnyddio gwahanol rithffurfiau ar gyfer gwahanol grwpiau/rhyngweithiadau cymdeithasol? Sut a pham mae dysgwyr yn newid eu rhithffurfiau (e.e. yn unol â'r tueddiadau diweddaraf mewn gêm, i ddangos newid yn eu hoffterau, mabwysiadu ymddangosiad i ddangos cefnogaeth i ddigwyddiad cenedlaethol neu ryngwladol, ac ati.)

> Mae hunaniaeth ar-lein yn golygu y gallwch chi fod yn chi eich hun a siarad am bethau ar-lein heb boeni bod eich ffrindiau yn gwybod mai chi sydd yno.
>
> Dysgwr cynradd o'r Alban*

*Sylwer: Yn dibynnu ar brofiadau dysgwyr, mae'n bosibl y bydd rhai yn codi pwyntiau am y ffordd wahanol mae chwaraewyr benyw a gwryw yn cael eu trin ar-lein - mae ymchwil gan research by MacLean, L & Griffiths, M (2018) yn awgrymu bod chwaraewyr gemau benyw yn cael eu haflonyddu'n amlach ar-lein ac yn aml yn dewis cuddio eu gwir hunaniaeth (drwy ddiffodd sgwrs llais neu ddefnyddio rhithffurf nad yw'n fenyw) fel strategaeth ymdopi.*

*Gall hyn arwain at drafodaeth bellach am y ffyrdd gwahanol mae pobl yn cael eu trin ar-lein.*

**'Sut gellir defnyddio rhithffurfiau i'n cadw ni'n ddiogel ar-lein?'**

Cwestiynau cynorthwyol:

- Beth sy'n datgelu'r mwyaf o wybodaeth bersonol amdanoch chi – eich llun ynteu eich rhithffurf? Pam?
- A all bod yn wahanol ar-lein (i'r hyn rydych chi all-lein) fod yn beth cadarnhaol? Pam/pam ddim?
- Ydych chi'n teimlo dan bwysau weithiau i wneud i'ch rhithffurf fod ar ffurf benodol mewn gêm/app? Pam/pam ddim?

Trafodwch gyda'r dysgwyr sut gall rhithffurfiau fod yn ffordd effeithiol o fynegi pwy ydym ni ar-lein heb orfod arddangos ein gwir ymddangosiad neu wybodaeth arall amdanom ni e.e. gall rhithffurf sy'n gwisgo cit chwaraeon y tîm cenedlaethol roi gwybod ym mha wlad rydyn ni'n byw heb roi ein hunion leoliad.

Atgoffwch y dysgwyr y gall pobl eraill mewn gemau/apiau ar-lein ddefnyddio ymddangosiad rhithffurf fel ffordd o ddechrau sgwrs neu ofyn cwestiynau (e.e. rhithffurf sy'n dal raced tenis (1:52 yn y ffilm). Gallai arwain at gwestiynau ynghylch a yw'r unigolyn hwnnw'n chwarae tenis, i ba glwb lleol mae'n perthyn, a yw'n chwarae i'w ysgol (a beth yw enw'r ysgol), ac ati). Fe ddylen nhw feddwl yn ofalus wrth siarad gyda phobl nad ydyn nhw'n eu hadnabod ar-lein a chadw eu gwybodaeth bersonol yn ddiogel drwy beidio â datgelu manylion penodol pan ofynnir iddyn nhw.

I rai dysgwyr, gall mabwysiadu hunaniaeth wahanol ar-lein fod yn brofiad rhyddhaol sy'n eu galluogi nhw i archwilio gwahanol fathau o ymddygiad neu drafod pynciau neu faterion mwy sensitif yn rhydd oherwydd na ellir eu hadnabod yn hawdd. I'r rhai a allai brofi pwysau all-lein i gydymffurfio neu weithredu mewn ffordd benodol, gall hunaniaethau ar-lein ddarparu'r rhyddid i fod yn 'nhw eu hunain'.

Yn dibynnu ar brofiadau dysgwyr, mae'n bosibl yr hoffech chi hefyd drafod unrhyw fath o bwysau mewn gemau/apiau ar-lein i rithffurf ymddangos neu ymddwyn mewn ffordd benodol. Mewn rhai gemau ar-lein poblogaidd, gall rhithffurf sy'n defnyddio'r gwisgoedd/ymddangosiad diofyn gael ei drin fel 'newbie' neu 'n00b' (chwaraewr newydd, dibrofiad). Mewn rhai cymunedau chwarae gemau gall chwaraewyr mwy profiadol fentora a chynorthwyo chwaraewyr newydd, ond mewn cymunedau eraill gall rhywun sy'n defnyddio'r ymddangosiad diofyn gael ei gam-drin neu ei eithrio ar lafar. Gall hyn arwain at bwysau ar blant i gadw golwg ar y duedd ffasiwn ddiweddaraf mewn gêm (yn aml drwy brynu eitemau mewn app gan ddefnyddio arian go iawn) neu gyfyngu ar eu rhyddid canfyddedig o ran sut maen nhw'n gwneud a chynnal eu rhithffurf.

Atgoffwch y dysgwyr y dylen nhw bob amser roi gwybod i ddarparwr y gêm/app am ddefnyddwyr sy'n cam-drin pobl (yn aml drwy ddefnyddio botwm 'rhoi gwybod am gamdriniaeth'), blocio/tawelu defnyddwyr camdriniol a pheidio byth â dial. Fe ddylen nhw hefyd ddweud wrth oedolyn dibynadwy am yr hyn sydd wedi digwydd fel y gellir eu cynorthwyo.

**Dyfyniadau wedi eu cymryd o weithdai Diwrnod Defnyddio'r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel 2020 cyn ffilmio.*

Atodiad 1

## Fy hoff rithffurf

Defnyddiwch y lle isod i dynnu llun/dangos eich hoff rithffurf ar-lein, neu greu un newydd sbon!

**Beth mae eich rhithffurf yn ei ddweud amdanoch chi?**

**Sut gall eich rhithffurf eich helpu chi i gadw'n ddiogel ar-lein?**