Ymchwil i ffactorau risg a allai dywys plant i niwed ar-lein

Adroddiad gan Revealing Reality dros Ofcom

Hydref 2022

Ynghylch Revealing Reality

Asiantaeth ymchwil gymdeithasol annibynnol yw Revealing Reality, sy'n gweithio gyda rheoleiddwyr, llywodraeth ac elusennau i roi cipolwg annibynnol a thrylwyr ar ymddygiadau a phrofiadau pobl ifanc ar-lein.

Astudio sut mae'r byd digidol yn siapio bywydau pobl yw rhywbeth a wnawn bob dydd. Rydym wedi bod wrthi'n olrhain defnydd plant o'r cyfryngau a'r effaith y maent yn ei chael arnynt dros yr wyth mlynedd diwethaf fel rhan o ymchwil Bywydau Cyfryngau Plant Ofcom, ac rydym wedi cyflawni rhywfaint o'r ymchwil ymddygiadol ansoddol manylach ar ymddygiadau digidol, gan arsylwi sut mae pobl yn defnyddio cynhyrchion, gwasanaethau a thechnoleg ddigidol mewn gwirionedd.

Ewch i https://www.revealingreality.co.uk/ i gael gwybod mwy am ein gwaith neu i gysylltu â ni.

Mae gan Revealing Reality Bolisi Moeseg a Diogelu[1] llym yn ei le i sicrhau, cyn belled ag y bo modd, bod cymryd rhan mewn ymchwil yn brofiad cadarnhaol i blant ac nad ydynt yn cael eu rhoi o dan unrhyw risg, straen neu anesmwythyd gormodol yn ystod y prosiect. Adolygir y polisi hwn yn rheolaidd er mwyn sicrhau ei fod yn gweddu i holl safonau'r diwydiant, gan gynnwys rhai'r Gymdeithas Ymchwil y Farchnad a Gwasanaeth Ymchwil Cymdeithasol Llywodraeth y DU.

[1] ATODIAD 2 – Polisi Moeseg a Diogelu Revealing Reality

Rhagair gan Ofcom

Mae'n ddyletswydd ar Ofcom i hyrwyddo ac ymchwilio i ymwybyddiaeth o'r cyfryngau. Un ffordd allweddol yr ydym yn ceisio cyflawni'r ddyletswydd hon yw drwy ein rhaglen *Gwneud Synnwyr o'r Cyfryngau*, sydd â'r nod o helpu i wella sgiliau, gwybodaeth a dealltwriaeth ar-lein plant ac oedolion yn y DU. Yn hydref 2020 rhoddwyd pwerau i Ofcom reoleiddio llwyfannau rhannu fideos (VSP) a sefydlir yn y DU. Ac ym mis Rhagfyr 2020, cadarnhaodd Llywodraeth y DU ei bwriad i enwebu Ofcom fel rheoleiddiwr diogelwch ar-lein yn y DU, o dan y Mesur Diogelwch Ar-lein, sydd yn Senedd y DU ar hyn o bryd.

Fel y cyfeirir ato yn ein Map Ffordd at Reoleiddio Diogelwch Ar-lein, mae'r adroddiad hwn yn un o gyfres o astudiaethau ymchwil i ddiogelwch ar-lein a fydd yn cyfeirio ein paratoadau ar gyfer gweithredu'r deddfau diogelwch ar-lein newydd. Fel rhan o'r paratoadau hyn, rydym yn adeiladu sylfaen dystiolaeth gadarn, gan ddod â data mewnol ac allanol, a gasglwyd gan ddefnyddio dulliau gwahanol, at ei gilydd o amrywiaeth o wahanol ffynonellau.

Yn y cyd-destun hwn, mae'r rhaglen ymchwil hon yn datblygu ymhellach ein dealltwriaeth o niwed ar-lein a sut y gallwn helpu i hyrwyddo profiad mwy diogel i ddefnyddwyr. Ni ddylid ystyried bod y canfyddiadau'n adlewyrchiad o unrhyw safbwynt polisi y bydd Ofcom o bosib yn ei fabwysiadu pan fyddwn yn ymgymryd â'n rôl fel rheoleiddiwr diogelwch ar-lein.

Ymchwil i ffactorau risg a allai dywys plant i niwed ar-lein

Bydd y Mesur Diogelwch Ar-lein, fel y mae wedi'i ddrafftio ar hyn o bryd, yn gofyn i ni asesu a chyhoeddi ein canfyddiadau ynghylch y risgiau o niwed a achosir gan gynnwys y gall plant ddod ar ei draws ar-lein. Bydd y Mesur yn mynnu bod y gwasanaethau o fewn y cwmpas y maent yn debygol o gael eu cyrchu gan blant i asesu risgiau niwed i blant sy'n ddefnyddwyr eu gwasanaeth, ac i roi systemau a phrosesau cymesur ar waith sydd wedi'u dylunio i liniaru a rheoli'r risgiau hyn.

Gall plant wynebu ystod o risgiau ar-lein, ac mae'r niwed y byddant o bosib yn ei brofi'n eang, yn gymhleth ac yn cynnwys sawl arlliw. At hynny, gall *effaith* yr un niwed amrywio rhwng plant. Yng ngoleuni'r cymhlethdod hwn, mae angen i ni ddeall drwy ba fecanweithiau y gall cynnwys ac ymddygiad ar-lein arwain at niwed, a defnyddio'r mewnwelediad hwnnw i gyfeirio ein gwaith, gan gynnwys ein harweiniad i wasanaethau a reoleiddir ynghylch sut y gallent gydymffurfio â'u dyletswyddau.

Fe wnaethom gomisiynu Revealing Reality i gynnal ymchwil i'r *ffactorau risg a all dywys plant i niwed ar-lein* er mwyn adeiladu ar ein sylfaen dystiolaeth. Mae'r ymchwil hon yn edrych ar sut y mae gwahanol ffactorau risg yn cyfuno i gynyddu'r tebygolrwydd o niwed i blant a bydd y canfyddiadau'n cael eu defnyddio i'n helpu i gadw plant yn ddiogel ar-lein. Mae'n ffurfio sylfaen i adeiladu ymchwil arni yn y dyfodol ac yn cyfrannu at ddatblygiad polisi'n barhaus.

Mae'r adroddiad hwn yn nodi'r ffactorau risg amrywiol ar hyd taith ar-lein plentyn a allai gyfrannu atyn nhw'n dod ar draws niwed ar-lein. Mae cwpl o ystyriaethau pwysig wrth ddarllen yr adroddiad hwn:

- Mae'r ymchwil yn mynd y tu hwnt i systemau a phrosesau llwyfannau i helpu taflu goleuni ar y darlun ehangach o'r hyn y mae plant yn ei brofi ar-lein. Felly mae'n cyffwrdd ar faterion sydd y tu hwnt i gwmpas y gyfundrefn diogelwch ar-lein arfaethedig.
- Mae'n adlewyrchu barn a phrofiadau plant o'u byd ar-lein: mae'n seiliedig ar blant yn hunan-adnabod fel rhai sydd wedi profi 'niwed'. Gall diffiniadau cyfranogwyr o gynnwys niweidiol amrywio ac nid ydynt o reidrwydd yn cyd-fynd â sut fydd y Mesur Diogelwch Ar-lein, Ofcom neu eraill o bosib yn eu diffinio.

Y defnydd o rybuddion sbardun yn yr adroddiad

Bydd yr adroddiad hwn yn cyfeirio at niweidiau a phrofiadau y gallai rhai darllenwyr eu cael yn ofidus. Pan fydd hyn yn digwydd, bydd rhybudd sbardun, sef symbol triongl gydag ebychnod y tu mewn, wrth y cynnwys. Darperir disgrifiad byr o'r cynnwys sydd i ddod hefyd, fel y nodir isod, sy'n cynnwys pob math o niwed a grybwyllir yn yr adroddiad.

Rhybudd sbardun

Mae'r adroddiad hwn yn cynnwys disgrifiadau o gynnwys neu brofiadau, neu gyfeiriadau at bynciau y bydd rhai pobl yn eu gweld yn ofidus, gan gynnwys:

- Sylwadau a phostiadau sarhaus a bygythiol
- Cynnwys gwaedlyd
- Seiberfflachio / rhannu lluniau o bobl yn noeth heb ganiatâd
- Cam-drin delweddau personol
- Trais rhywiol
- Trais corfforol
- Cynnwys misogynistaidd / rhywiaethol
- Cynnwys homoffobig a thrawsffobig
- Anhwylderau bwyta
- Hunan-niweidio a hunanladdiad
- Sgamiau ariannol

Trwy gydol yr adroddiad defnyddir yr arwydd rhybudd (ar y dde) fel rhybudd sbardun.

Crynodeb gweithredol

Nod y prosiect hwn oedd ymchwilio i deithiau plant wrth brofi niwed ar-lein, ac yn benodol i geisio mapio'r ffactorau risg sy'n gwneud hyn yn fwy neu'n llai tebygol.

Cyflawnwyd yr ymchwil gyda 42 o blant rhwng 7 a 17 oed, a'u rhieni/gofalwyr. Roedd yn cynnwys cyfweliadau ethnograffig wyneb yn wyneb ac arsylwi, dyddiaduron digidol, recordio'r sgrîn a thracio cyfryngau cymdeithasol, a chyfweliadau dilynol pellach o bell. Mae cyd-destun yn rhan ganolog o ddeall y ffactorau amrywiol sy'n dylanwadu ar y daith i niwed, ac mae'r ymchwil hon yn rhoi blaenoriaeth i brofiadau ar-lein plant.

Canfyddiadau allweddol:

Mae bywydau plant wedi'u cydblethu'n gynyddol â'r byd ar-lein

Yn ôl yr ymchwil, roedd nifer fawr o'r plant yn teimlo ei bod hi'n anodd iawn datgysylltu o lwyfannau ar-lein. Roedd rhai yn treulio llawer iawn o amser ar-lein ac yn cymathu meintiau mawr o gynnwys yno. Roeddent yn dibynnu ar ofodau ar-lein am weithgareddau ar draws pob rhan o'u bywydau - gan gynnwys cyfeillgarwch, cysylltu ag eraill, addysg ac ymgysylltu â diwylliant - ac yn cael trafferth dychmygu sut fyddai bywyd heb y rhyngrwyd.

Bu iddynt brofi ystod o niweidiau ar-lein, gydag effeithiau amrywiol

Ar sail sut y disgrifiodd y plant a/neu eu rhieni'r effeithiau yr oeddent wedi'u profi, gwelwyd bod difrifoldeb effeithiau negyddol yn amrywio. Roedd yr effeithiau hyn yn amrywio o gynhyrfiad emosiynol bach dros dro (megis dryswch neu ddicter), trwy newid ymddygiad dros y tymor byr neu effaith emosiynol ddofn (fel ymosodedd corfforol neu gyfyngu ar fwyta dros y tymor byr), i niwed seicolegol a chorfforol pellgyrhaeddol, difrifol (fel ymgilio cymdeithasol neu hunan-niweidio).

Digwyddodd niwed ar-lein i'r plant drwy wahanol lwybrau

Nodweddir sut y digwyddodd niwed yn seiliedig ar ba un a oedd amlygiad y plant i beryglon ar-lein[2] (megis y cynnwys y maent yn ei weld) yn unigol neu'n gronnus a pha un a oedd eu hymgysylltiad â'r perygl yn weithredol neu'n oddefol. Daeth i'r amlwg hefyd y gallai niwed ddigwydd ar unwaith a/neu ar ôl i amser fynd heibio. Gallai niwed ddeillio o ddod i gysylltiad yn uniongyrchol â pheryglon, er enghraifft cynnwys yr oedd plentyn wedi'i weld, neu'n anuniongyrchol, er enghraifft cynnwys am y plentyn yr oedd eraill wedi'i weld.

Ar draws yr ymchwil, grwpiwyd y ffactorau sy'n siapio'r llwybrau i niwed amlaf fel a ganlyn:

1. **Amlygiad unigol i berygl a achosodd niwed ar unwaith yr oedd, serch hynny, yn fyrhoedlog ac yn fach**
    - E.e., dod ar draws neu dderbyn fideo treisgar neu rywiol mewn ffrwd cyfryngau cymdeithasol
2. **Amlygiad goddefol cronnus i beryglon dros amser a all gronni i achosi niwed mwy sylweddol**
    - E.e., cael eu trochi mewn cynnwys sy'n canolbwyntio ar y corff mewn ffrydiau cyfryngau cymdeithasol
3. **Ymgysylltu gweithredol cronnus â pheryglon dros amser a all hunan-atgyfnerthu ymddygiad i achosi niwed sylweddol a difrifol**
    - E.e., ymgysylltu a chymryd rhan mewn cymunedau o blaid anorecsia ar-lein

---

2 Perygl yw'r 'peth' y mae rhywun yn dod ar ei draws ar-lein - fel cynnwys a welir neu gyswllt â defnyddiwr arall. Gweler tudalen 8 yr adroddiad hwn am esboniad pellach.

Bu'r plant yn cofio'n haws ac yn disgrifio'r llwybr cyntaf o ystyried natur y cynnwys, sydd yn aml yn ysgytwol, a'r cyferbyniad rhyngddo â'r cynnwys arall a welsant ar-lein. Roedden nhw'n ei chael hi'n anoddach adrodd ar y ddau lwybr olaf lle digwyddodd niwed o ganlyniad i amlygiad mwy hirdymor a chronnus i gynnwys ar-lein, yn enwedig lle'r oedd y profiad hwnnw'n hunan-atgyfnerthol ac yn weithredol. Fodd bynnag, ymddengys mai'r ddau lwybr olaf yw lle yr oedd niwed mwy difrifol a hirhoedlog wedi digwydd fel arfer.

Roedd ffactorau risg i'w gweld yn gorgyffwrdd ar y daith i niwed

Mae ystod eang o ffactorau risg sy'n gysylltiedig â'r plentyn ei hun, y llwyfannau yr oeddent yn treulio amser arnynt, a natur y cynnwys yr oeddent yn ei gymathu wedi'u nodi o'r ymchwil hwn.[3] Mae'r dystiolaeth yn cyfeirio at y ffactorau risg hyn pan fyddant i'w gweld yn cyd-ddigwydd neu ddigwydd yn aml ar yr un pryd â niwed a brofir gan blant.

Ymhlith **amgylchiadau a nodweddion** plant a allai gyfrannu at y risg o niwed mae ymgysylltiad, goruchwyliaeth ac ymwybyddiaeth ddigidol/o'r cyfryngau eu rhieni, nodweddion presennol y plentyn sy'n eu gwneud yn agored i niwed fel SEND[4], cyflyrau iechyd meddwl presennol ac unigedd cymdeithasol, heriau oddi ar-lein megis bwlio neu bwysau gan gyfoedion, a theimladau megis hunan-barch isel neu ddelwedd corff gwael.

Roedd **nodweddion dyluniad a swyddogaethau llwyfannau** a oedd i'w gweld yn gwaethygu'r risg o niwed yn cynnwys y rhai a fu'n annog ac yn galluogi plant i adeiladu rhwydweithiau mawrion o bobl nad oeddent yn aml yn eu hadnabod, a'r rhai a oedd yn amlygu plant i gynnwys a chysylltiadau nad oeddent wedi'u dewis neu chwilio'n weithredol amdanynt.

Ychydig iawn o blant oedd yn defnyddio nodweddion diogelwch a allai fod wedi lleihau eu risg o niwed naill ai drwy amheuaeth y byddent yn gweithio neu ofn o gyfyngu mynediad at swyddogaethau yr oeddent am eu defnyddio. Defnyddiodd rhai ddyddiadau geni ffug wrth sefydlu eu proffiliau llwyfan er mwyn cael mynediad i lwyfannau, gan roi eu hunain mewn perygl felly o weld cynnwys neu gysylltiadau sy'n amhriodol i'w hoedran. Nid yw plant bob amser yn sylweddoli nac yn cydnabod y risg hon, yn hytrach maent wedi'u symbylu gan awydd i ddefnyddio'r llwyfannau hyn a pheidio â cholli allan ar yr hyn y mae eraill yn ei wneud.

Roedd **cynnwys y daeth plant i gysylltiad ag ef ar-lein** sydd i'w weld yn fwyaf tebygol o arwain at niwed yn cynnwys yr hyn a oedd yn arbennig o berthnasol yn bersonol, e.e., wedi'i dargedu atynt, wedi'i gynhyrchu gan gyfoedion neu'n berthnasol i'w hardal leol, neu'n apelio at blant oherwydd iddo gael ei ystyried yn ateb i broblem neu anniogelwch meddwl, neu am iddo gael ei ystyried yn cŵl, yn gyffrous neu'n gysylltiedig â statws cymdeithasol uchel.

3 Gall ffactorau risg ddylanwadu ar y tebygolrwydd y bydd rhywun yn cael ei niweidio gan berygl.

4 SEND: Anghenion addysgol arbennig ac anableddau [Children with special educational needs and disabilities (SEND): Overview - GOV.UK (www.gov.uk)]