Adroddiad ar Agweddau Oedolion a'u Defnydd o Gyfryngau

Cyhoeddwyd 19 Ebrill 2024

Rhagair

Bu gan Ofcom ddyletswyddau i hyrwyddo ac ymchwilio i ymwybyddiaeth o’r cyfryngau ers iddo gael ei sefydlu yn 2003. Rydym yn diffinio ymwybyddiaeth o'r cyfryngau fel y gallu i ddefnyddio, deall a chreu cyfryngau a chyfathrebiadau mewn amrywiaeth o gyd-destunau, gan gynnwys drwy wasanaethau ar-lein. O dan Ddeddf Diogelwch Ar-lein 2023, mae gennym ddyletswyddau penodol nawr i gynyddu ymwybyddiaeth a dealltwriaeth y cyhoedd o ffyrdd y gallant ddiogelu eu hunain ac eraill wrth ddefnyddio gwasanaethau sy’n cael eu rheoleiddio, yn enwedig drwy eu helpu i ddelio â meysydd camwybodaeth a thwyllwybodaeth, cynnwys sy’n effeithio’n anghymesur ar grwpiau penodol, gan gynnwys menywod a merched, cynnwys o bwysigrwydd democrataidd, a sut mae data personol pobl yn cael ei ddefnyddio.

Mae rhaglen Ofcom, sef Gwneud Synnwyr o’r Cyfryngau, yn cyflawni’r dyletswyddau hyn drwy ymgysylltu â’r sector ymwybyddiaeth o’r cyfryngau ehangach, sefydlu egwyddorion arferion gorau, comisiynu cynlluniau peilot sy’n targedu grwpiau nad ydynt yn cael eu gwasanaethu’n ddigonol, hyrwyddo dull cyffredin o werthuso mentrau, a chynnal ymchwil sy’n canolbwyntio ar bynciau i ehangu’r sylfaen dystiolaeth.

Mae ein hastudiaethau tracio – ein prosiectau ymchwil ansoddol y Cyfryngau ym Mywyd Oedolion a’r Cyfryngau ym Mywyd Plant, a’n Tracwyr Ymwybyddiaeth o'r Cyfryngau – wedi hen ennill eu plwyf, gan ddarparu gwybodaeth gyfoethog am sut mae defnydd pobl o’r cyfryngau, eu hagweddau a’u dealltwriaeth wedi newid dros amser. Eleni, rydym yn cau ein hadroddiadau drwy edrych ar rai o’r newidiadau allweddol mae ein harolygon yn eu dangos ers 2005, i ddangos sut mae agweddau a defnydd o’r cyfryngau wedi datblygu.

Mae ein cwestiynau tracio yn edrych ar ystod o faterion, o’r defnydd o wahanol fathau o wasanaethau a llwyfannau ar-lein, i agweddau, profiadau a chredoau pobl am amrywiaeth o gyfryngau. Rydym yn canolbwyntio ar ddealltwriaeth feirniadol pobl, gan fod sgiliau o’r fath yn dod yn fwyfwy pwysig mewn byd lle mae ansicrwydd cynyddol ynghylch yr hyn sy’n wir a’r hyn sy’n gelwydd. Rydym yn gofyn am y tro cyntaf yn yr adroddiad hwn am ddealltwriaeth a defnydd pobl o Ddeallusrwydd Artiffisial. Gofynnwn hefyd i ba raddau y mae pobl yn defnyddio ffynonellau newyddion prif ffrwd neu ffynonellau newyddion eraill. Rydym yn paentio darlun o’r amrywiaeth o ffyrdd y mae pobl yn delio â’u byd ar-lein personol. Ac rydym yn gofyn am fanteision a phryderon: yr agweddau cadarnhaol o fod ar-lein ac i ba raddau y mae pobl yn dod ar draws deunydd problematig ac yn teimlo eu bod yn gallu cadw eu hunain yn ddiogel ar-lein.

Fel ym mhob un o’n hadroddiadau, rydym yn cynnwys manylion am wahanol fathau o oedolion yn y DU, gan dynnu sylw at oed, cefndir economaidd-gymdeithasol a rhywedd lle bynnag y mae’n ddefnyddiol neu’n bosibl gwneud hynny. Ac mae gennym lawer mwy o ddeunydd ar gael yn ein hadroddiad rhyngweithiol a’n tablau data.

Nid yw bod yn ymwybodol o’r cyfryngau bob amser yn cyd-fynd â chanlyniadau cadarnhaol a chymdeithasol fuddiol – mae yna hefyd ‘gweithredwyr gwael’ sy’n dangos sgiliau ymwybyddiaeth o'r cyfryngau arbenigol. Mae ein hymchwil Gwneud Synnwyr o’r Cyfryngau eleni wedi tynnu sylw at rai o’r materion hyn, yn ogystal â dangos sut gall ymwybyddiaeth o’r cyfryngau amrywio yn dibynnu ar yr amgylchiadau unigol y mae rhywun yn canfod ei hun ynddynt.

Er hyn, mae’n fwyfwy pwysig bod oedolion ledled y DU yn mabwysiadu ystod a dyfnder priodol o agweddau ac ymddygiad sy’n ymwybodol o’r cyfryngau fel eu bod yn gallu cael profiad cadarnhaol a gweithredol ar-lein, yn ogystal â’u helpu i lywio ac osgoi niwed posibl.

Trosolwg

Prif ganfyddiadau

Ymddygiad a chyfathrebu ar-lein

- **Mae defnydd rhai defnyddwyr o'r rhyngrwyd yn ehangach**: yn 2023 mae tua un o bob pump (19%) o oedolion ar-lein yn honni eu bod wedi defnyddio llawer o wefannau nad oeddent wedi'u defnyddio o'r blaen, i fyny o 16% yn 2022. Ac mae mwy o oedolion yn defnyddio'r rhyngrwyd yn 2023 ar gyfer bancio a biliau, yn ogystal ag ar gyfer rhai gwasanaethau'r Llywodraeth neu wasanaethau cyhoeddus.
- **Mae poblogrwydd llwyfannau cyfryngau cymdeithasol yn amrywio'n sylweddol yn ôl oedran**: yn gyffredinol, roedd defnyddwyr cyfryngau cymdeithasol yn fwyaf tebygol o ddisgrifio Facebook fel eu 'prif' wefan neu ap cyfryngau cymdeithasol (48%), ond roedd hyn yn cael ei sbarduno gan ei boblogrwydd sylweddol ymysg defnyddwyr cyfryngau cymdeithasol hŷn. Roedd TikTok, Snapchat ac Instagram i gyd yn fwy poblogaidd ymysg defnyddwyr cyfryngau cymdeithasol iau.
- **Mae gostyngiad yng nghyfran yr oedolion sy'n chwarae gemau fideo**: roedd tua hanner (52%) yr oedolion yn dweud eu bod yn chwarae gemau fideo yn 2023, i lawr o 56% yn 2022 a 60% yn 2021. Mae'r rhesymau dros y gostyngiad hwn yn cynnwys llai o bobl rhwng 25 a 44 oed yn chwarae gemau, a llai o ddefnydd o gonsolau gemau traddodiadol, gyda dim ond tua un rhan o bump o oedolion yn dweud eu bod wedi'u defnyddio i chwarae gemau, o'i gymharu â thri o bob deg yn 2021.

Ymddygiad a llesiant ar-lein

- **O'i gymharu â'r llynedd, mae mwy o ddefnyddwyr llwyfannau cyfathrebu ar-lein**[1] **yn credu bod defnyddio'r safleoedd hyn yn gadarnhaol yn gyffredinol i'w hiechyd meddwl;** er bod hynny'n dal i fod yn lleiafrif o ddefnyddwyr,[2] mae pedwar o bob deg (39%) bellach yn cytuno bod llwyfannau cyfathrebu ar-lein yn gadarnhaol yn gyffredinol i'w hiechyd meddwl, o'i gymharu â 35% yn 2022. Yn yr un modd, yn 2023 roedd mwy o ddefnyddwyr (37%) yn dweud fod yr apiau neu'r safleoedd hyn yn gwneud iddynt deimlo'n well amdanynt eu hunain nag yn 2022 (32%).
- **Ar ben hynny, mae mwy o ddefnyddwyr yn cytuno bod manteision yr apiau neu'r safleoedd hyn yn drech na'r risgiau nag yn 2022** (56% o'i gymharu â 52% yn 2022). Mae pob grŵp oedran, ac eithrio 65+, yn fwy tebygol o gredu bod y manteision yn drech na'r risgiau.
- **Fodd bynnag, mae traean o ddefnyddwyr yn teimlo bod pobl yn aml yn greulon neu'n angharedig tuag at ei gilydd ar lwyfannau cyfathrebu ar-lein**: mae hyn yn gyson â 2022 ac

[1] Mae 'llwyfan cyfathrebu ar-lein' yn derm cyffredinol sy'n cynnwys pedwar math o safle/ap: 1 Apiau/safleoedd a ddefnyddir i anfon negeseuon, sgwrsio neu wneud galwadau llais neu fideo, 2. Llwyfannau rhannu fideos, 3. Apiau neu safleoedd cyfryngau cymdeithasol, 4. Apiau/safleoedd ffrydio byw sy'n cael eu defnyddio i wylio neu bostio cynnwys.
[2] O hyn ymlaen, byddwn yn defnyddio'r term 'defnyddwyr' wrth gyfeirio at ddefnyddwyr llwyfannau cyfathrebu ar-lein.

yn fwy tebygol o fod yn wir am ddefnyddwyr gwrywaidd a'r rheini rhwng 16 a 34 oed. Yn ddiddorol, y ddau grŵp yma sydd hefyd yn fwy tebygol o deimlo y dylai defnyddwyr y rhyngrwyd allu dweud eu dweud hyd yn oed os yw hynny'n niweidiol neu'n ddadleuol.

- **Mae mwy o oedolion yn gyfforddus gyda'r amser maent yn ei dreulio o flaen sgrin ar y cyfryngau cymdeithasol yn 2023**: dywedodd dros ddwy ran o dair (68%) o ddefnyddwyr cyfryngau cymdeithasol eu bod yn gyfforddus gyda faint o amser roedden nhw'n ei dreulio ar gyfryngau cymdeithasol, i fyny o 65% yn 2022. Fodd bynnag, mae rhai gwahaniaethau sylweddol yn ôl oedran; dywedodd bron i hanner (48%) y bobl rhwng 16 a 24 oed eu bod yn treulio gormod o amser ar gyfryngau cymdeithasol, o'i gymharu â dim ond 8% o'r rheini sy'n 65 oed a hŷn.

Ymddiriedaeth a diogelwch

- **Mae tri chwarter (74%) o oedolion yn honni eu bod wedi clywed am ddeallusrwydd artiffisial ond mae llai na chwarter (23%) wedi'i ddefnyddio:** Roedd llawer o gyfranogwyr *Y Cyfryngau ym Mywyd Oedolion* yn ystyried bod deallusrwydd artiffisial yn fygythiad naill ai i swyddi, diogelwch personol neu hyd yn oed i ddiogelwch cenedlaethol, er bod y rheini â phrofiad o'i ddefnyddio yn tueddu i feddu ar safbwyntiau mwy niwtral neu gadarnhaol.
- **Mae oedolion sy'n ymwybodol o ddeallusrwydd artiffisial yn fwy tebygol o ymddiried mewn erthygl sydd wedi cael ei hysgrifennu gan berson nag un sydd wedi'i chynhyrchu gan ddeallusrwydd artiffisial, ond mae hyder o ran adnabod cynnwys deallusrwydd artiffisial ar-lein yn isel**: dywedodd hanner yr oedolion sy'n ymwybodol o ddeallusrwydd artiffisial y byddent yn ymddiried mwy mewn erthygl sydd wedi cael ei hysgrifennu gan berson, o'i gymharu â dim ond 14% a fyddai'n ymddiried mwy mewn erthygl sydd wedi'i chynhyrchu gan ddeallusrwydd artiffisial, ond dim ond 27% oedd yn hyderus y byddent yn gallu ei hadnabod.
- **Mae ychydig o dan hanner (45%) o ddefnyddwyr yn honni eu bod wedi gweld stori sy'n fwriadol gamarweiniol neu anwir ar gyfryngau cymdeithasol yn ystod y flwyddyn ddiwethaf**: nid oedd pedwar o bob deg o'r rhain wedi cymryd unrhyw gamau o ganlyniad i hynny, tra gallai rhai camau, fel rhannu'r erthygl i roi gwybod i'w dilynwyr nad oedd yn wir (a gafodd ei wneud gan 14%) beryglu ei lledaenu ymhellach.
- **Mae lleiafrif yn dal yn anymwybodol o rai o hanfodion pensaernïaeth ar-lein**: mae tua un o bob deg o ddefnyddwyr y rhyngrwyd yn anymwybodol neu'n ansicr o unrhyw ddulliau mae cwmnïau'n eu defnyddio i gasglu gwybodaeth bersonol ar-lein, ac mae tua un o bob pump yn anymwybodol o'r defnydd o algorithmau i deilwra'r hyn mae pobl yn ei weld ar-lein.
- **Mae chwarter yr oedolion sy'n bancio neu'n talu biliau ar-lein yn cyfaddef eu bod yn defnyddio'r un cyfrineiriau sawl gwaith**. Hefyd, dim ond tua dwy ran o dair (65%) o ddefnyddwyr y rhyngrwyd sy'n dweud eu bod yn defnyddio cyfrineiriau 'cryf', ac mae hyn yn lleiaf tebygol ymysg pobl rhwng 16 a 24 oed, gyda dim ond hanner yn eu defnyddio.

Gwerthuso gwybodaeth ar-lein yn feirniadol

- **Mae oedolion iau yn fwy tebygol o fod yn hyderus, ond ddim yn gallu ymateb yn briodol, i e-bost sgam**: mae hyder wrth adnabod negeseuon e-bost neu negeseuon testun amheus yn uchel, sef 86% o ddefnyddwyr y rhyngrwyd, ond pan gyflwynwyd senario enghreifftiol iddynt, nid oedd lleiafrif yn gallu adnabod arwyddion amlwg e-bost sgam. Roedd oedolion

iau rhwng 16 a 24 oed yn fwy hyderus na'r cyfartaledd eu bod yn gallu adnabod negeseuon e-bost sgam, ond yn ymarferol, roeddent yn llai tebygol o allu eu hadnabod, ac felly yn fwy tebygol o fod mewn perygl.

- **Ar y llaw arall, mae oedolion hŷn yn llai tebygol o adnabod proffil ffug ar y cyfryngau cymdeithasol**: roedd wyth o bob deg defnyddiwr y cyfryngau cymdeithasol yn teimlo'n hyderus wrth farnu a oedd cynnwys ar-lein yn wir neu'n anwir. Wrth gyflwyno enghraifft o broffil 'ffug' ar y cyfryngau cymdeithasol, roedd cyfran debyg (77%) wedi nodi'n gywir nad oedd y proffil yn ddilys, ond roedd hyn yn llai tebygol ymysg pobl 65 oed a hŷn.
- **Mae llai na hanner (47%) defnyddwyr peiriannau chwilio yn hyderus ac yn gallu adnabod hysbysebion yng nghanlyniadau peiriannau chwilio**: roedd hyder o ran adnabod hysbysebion ar-lein yn uchel, sef 85% o oedolion ar-lein, ond roedd y gallu i'w hadnabod yn ymarferol yn llawer is. Roedd oedolion iau yn llai tebygol na'r cyfartaledd i adnabod dolenni wedi'u noddi yn gywir yng nghanlyniadau peiriant chwilio.

Allgáu digidol a defnyddio ffôn clyfar

- **Mae cyfran yr aelwydydd heb fynediad at y rhyngrwyd wedi aros yr un fath ers 2021**: Nid oes gan 6% o oedolion yn y DU fynediad at y rhyngrwyd gartref, ffigur sydd wedi aros yn sefydlog ers y cynnydd yn lefelau mynediad cartref at y rhyngrwyd yn ystod blwyddyn gyntaf pandemig Covid-19. Mae hyn yn fwy tebygol ymysg pobl 75+ oed (29%) a'r rhai mewn aelwydydd DE[3] (12%).
- **Mae ychydig dros hanner (52%) y rheini nad ydynt yn mynd ar-lein gartref yn gofyn i rywun arall ddefnyddio'r rhyngrwyd drostynt**: y rhesymau mwyaf cyffredin dros ddefnyddio'r rhyngrwyd drwy ddirprwy fel hyn oedd siopa ar-lein a chael gafael ar wasanaethau iechyd.
- **Mae bron i un rhan o bump (17%) o oedolion sy'n defnyddio'r rhyngrwyd yn mynd ar-lein drwy ddefnyddio ffôn clyfar yn unig**: mae hyn yn fwy cyffredin ymysg menywod (20%) a'r rhai mewn aelwydydd DE (31%). Dywedodd bron i dri o bob deg (29%) o ddefnyddwyr sy'n mynd ar y rhyngrwyd drwy ffôn clyfar yn unig eu bod yn teimlo dan anfantais oherwydd hyn.

Methodoleg

Mae'r adroddiad hwn yn defnyddio data'n bennaf o'n harolygon meintiol Traciwr Ymwybyddiaeth Oedolion o'r Cyfryngau, ac mae'n trafod defnydd o'r cyfryngau, agweddau a dealltwriaeth ymysg oedolion yn y DU sy'n 16 oed neu hŷn. Mae rhagor o fanylion, gan gynnwys dadansoddiad demograffig ychwanegol ac ymatebion i'r set lawn o gwestiynau arolwg, ar gael yn yr adroddiad rhyngweithiol a'r tablau data cysylltiedig. Mae disgrifiad manylach o'r gwaith o gasglu a dadansoddi data ar gyfer yr astudiaethau hyn ar gael yn yr Adroddiad Technegol, a gyhoeddwyd ochr yn ochr â'r tablau data.

---

[3] Mae statws economaidd-gymdeithasol unigolyn yn seiliedig ar y math o waith mae'n ei wneud, neu'r hyn roedd yn arfer ei wneud os yw wedi
ymddeol. AB: galwedigaethau rheoli, gweinyddol, proffesiynol uwch a chanolradd; C1: galwedigaethau goruchwylio,
clercyddol a rheoli, gweinyddol, proffesiynol iau; C2: galwedigaethau gwaith llaw crefftus; DE: galwedigaethau gwaith llaw lled-grefftus a di-grefft, di-waith a gradd isaf.

I'n cefnogi i ddarparu naratif cyffredinol ar themâu allweddol o ran profiad oedolion o'r cyfryngau yn 2023, mae'r adroddiad hwn hefyd yn defnyddio ein hymchwil [Y Cyfryngau ym Mywyd Oedolion](). Mae hwn yn brosiect ansoddol, hydredol, ethnograffig sydd wedi bod ar waith ers 2005. Mae'r ymchwil yn dilyn 20 o gyfranogwyr dros amser – gyda 12 ohonynt wedi cymryd rhan yn yr astudiaeth ers o leiaf 16 mlynedd – sy'n cael eu cyfweld gartref i ddeall eu perthynas â'r cyfryngau digidol. Cafodd y cyfweliadau diweddaraf o hyd at 90 munud eu cynnal wyneb yn wyneb yn eu cartrefi yn bennaf, gyda phedwar cyfweliad yn cael eu cynnal dros Zoom.

Mae'r Traciwr Ymwybyddiaeth Oedolion o'r Cyfryngau yn cynnwys tri arolwg: yr arolwg craidd, ymddygiad ac agweddau ar-lein, a gwybodaeth a dealltwriaeth ar-lein. Fel yn 2022, cynhaliwyd y ddau arolwg olaf drwy banel ar-lein, a chynhaliwyd yr arolwg craidd drwy gymysgedd o gyfweliadau panel ar-lein ac wyneb yn wyneb.

Roedd ein harolygon yn ceisio mesur barn defnyddwyr rhyngrwyd y DU am amrywiaeth o agweddau ar fod ar-lein. Mae'r canfyddiadau'n adlewyrchu agweddau cyffredinol defnyddwyr. Nid ydynt o reidrwydd yn adlewyrchu barn Ofcom, gan gynnwys mewn perthynas â'n dyletswyddau Diogelwch Ar-lein.

Ehangder y defnydd o'r rhyngrwyd

Er bod y rhan fwyaf o oedolion yn defnyddio'r rhyngrwyd, mae ehangder y defnydd o'r rhyngrwyd yn amrywio'n sylweddol

Mae gan y mwyafrif helaeth o oedolion fynediad at y rhyngrwyd gartref erbyn hyn (94%), ac mae cyfran debyg o oedolion yn honni eu bod yn defnyddio'r rhyngrwyd eu hunain gartref neu yn rhywle arall (92%), sy'n weddol debyg i 2022. Fodd bynnag, mae gwahanol oedolion yn defnyddio'r rhyngrwyd am wahanol resymau, ac i wahanol raddau. Mae deall y gwahanol grwpiau hyn yn bwysig wrth asesu lefelau ymwybyddiaeth o'r cyfryngau.

Er mwyn ein helpu i drafod gwahanol fathau o ddefnyddwyr y rhyngrwyd yn yr adroddiad hwn, rydym wedi eu categoreiddio yn dri grŵp yn seiliedig ar ehangder eu defnydd. Y diffiniad o

ddefnyddwyr ‘cul’ o’r rhyngrwyd yw’r rheini sydd wedi gwneud 1-4 o’r 13 gweithgaredd ar-lein roedden ni’n holi amdanynt; mae defnyddwyr ‘canolig’ o’r rhyngrwyd wedi gwneud 5-8 o’r gweithgareddau ac mae defnyddwyr ‘eang’ o’r rhyngrwyd wedi gwneud 9-13 o’r gweithgareddau.[4] Yn ein hymchwil ddiweddaraf, cafodd 27% o ddefnyddwyr y rhyngrwyd eu diffinio fel rhai ‘cul’, 37% fel rhai ‘canolig’ a 33% fel rhai ‘eang’. Mae hyn fwy neu lai yn unol â’r llynedd.

Mae gwahaniaethau demograffig ymysg y categorïau o ddefnyddwyr y rhyngrwyd: mae defnyddwyr cul o’r rhyngrwyd yn fwy tebygol o fod yn 65 oed a hŷn ac o fod yng ngrŵp cymdeithasol C2DE. Yn y cyfamser, mae defnyddwyr eang yn fwy tebygol o fod rhwng 25 a 44 oed ac o fod yng ngrŵp cymdeithasol ABC1.

Mae hefyd yn bwysig ystyried y lleiafrif bach o oedolion yn y DU nad ydynt yn defnyddio’r rhyngrwyd. Byddwn yn trafod allgáu digidol yn nes ymlaen yn yr adroddiad.

Crynodeb o ddadansoddiad demograffig

Oedran

Defnydd
Mae oedolion iau yn fwy tebygol o ddefnyddio ystod ehangach o lwyfannau cyfathrebu ar-lein. Nifer gyfartalog y gwahanol lwyfannau cyfathrebu ar-lein sy’n cael eu defnyddio gan ddefnyddwyr rhwng 16 a 24 oed yw 8.7, o’i gymharu â dim ond 3.5 ymysg pobl sy'n 65 oed a hŷn. Mae’r mesurau diogelwch sy’n cael eu defnyddio ar-lein yn amrywio yn ôl grŵp oedran. Mae defnyddwyr iau, neu eu haelwydydd, yn fwy tebygol o ddefnyddio VPNs a mesurau adnabod biometrig, tra bod oedolion hŷn neu eu haelwydydd yn fwy tebygol o ddefnyddio meddalwedd gwrth-firws.

Agweddau
Yn gyffredinol, mae oedolion iau yn teimlo’n fwy cadarnhaol am rai o fanteision y cyfryngau cymdeithasol; er enghraifft, maen nhw’n fwy tebygol o gredu bod y cyfryngau cymdeithasol yn gadarnhaol ar y cyfan i iechyd meddwl neu’n gwneud iddyn nhw deimlo’n well amdanyn nhw eu hunain. Fodd bynnag, maent hefyd yn fwy tebygol o deimlo bod pwysau i fod yn boblogaidd ac i ddarganfod bod pobl yn greulon neu’n angharedig tuag at ei gilydd yn fwy aml ar yr apiau neu’r safleoedd hyn. At hynny, maent yn fwy tebygol o deimlo eu bod yn treulio gormod o amser o flaen sgrin ar gyfryngau cymdeithasol a llwyfannau rhannu fideos. Mae oedolion hŷn yn llai tebygol o ddefnyddio deallusrwydd artiffisial, nac ymddiried ynddo.

[4] Dyma’r 13 o weithgareddau rydym yn gofyn amdanynt: 1. Bancio ar-lein neu dalu biliau. 2. Talu am y dreth gyngor neu wasanaeth arall gan y cyngor lleol. 3. Chwilio am wybodaeth am wasanaethau cyhoeddus ar safleoedd y Llywodraeth. 4. Dod o hyd i wybodaeth ar gyfer gwaith/ busnes/ ysgol/ coleg/ prifysgol. 5. Chwilio am swyddi neu ymgeisio amdanynt. 6. Dod o hyd i wybodaeth ar gyfer amser hamdden. 7. Cwblhau prosesau’r Llywodraeth. 8. Llofnodi deiseb neu ddefnyddio gwefan ymgyrchu. 9. Defnyddio gwasanaethau ffrydio sain. 10. Gwrando ar radio byw, dal i fyny neu ar-alw drwy wefan neu ap. 11. Gwylio rhaglenni teledu/ ffilmiau/ cynnwys. 12. Gwylio neu bostio fideos ffrwd fyw. 13. Chwarae gemau ar-lein. Nid yw hon yn rhestr gynhwysfawr o weithgareddau ar-lein, ond canfuwyd mai’r dewis hwn oedd yn gwahaniaethu fwyaf wrth bennu ehangder defnydd, o blith rhestr gychwynnol hirach o weithgareddau.

Dealltwriaeth

Ar y cyfan, mae defnyddwyr rhyngrwyd iau yn fwy tebygol o fod yn hyderus yn eu sgiliau ar-lein. Fodd bynnag, nid yw hyn bob amser yn cyd-fynd â gallu. Mae defnyddwyr rhyngrwyd hŷn yn well am ymateb yn briodol i sgamiau e-bost ac adnabod hysbysebion ar beiriannau chwilio; a phobl ifanc rhwng 16 a 35 oed sy'n defnyddio cyfryngau cymdeithasol sydd orau am adnabod proffil ffug ar y cyfryngau cymdeithasol. Mae gan wahanol grwpiau oedran hefyd wahanol feysydd o ddealltwriaeth am algorithmau. Mae oedolion hŷn ar-lein yn fwy tebygol o wybod bod cwcis yn cael eu defnyddio i gasglu data personol, ond mae oedolion iau ar-lein yn fwy tebygol o fod yn ymwybodol o sut mae data personol yn cael ei ddefnyddio i deilwra profiadau defnyddwyr ar-lein.

Grŵp economaidd-gymdeithasol

Defnydd

Oedolion mewn aelwydydd AB yw'r mwyaf tebygol o ddefnyddio'r rhyngrwyd gartref (96%), a'r rheini mewn aelwydydd DE yw'r lleiaf tebygol (81%). Mae patrwm tebyg ar gyfer ehangder y defnydd o'r rhyngrwyd; mae defnyddwyr y rhyngrwyd mewn aelwydydd C2DE yn fwy tebygol na'r cyfartaledd o fod yn ddefnyddwyr cul o'r rhyngrwyd, ac mae'r rheini mewn aelwydydd ABC1 yn fwy tebygol o fod yn ddefnyddwyr eang o'r rhyngrwyd. Yr unig lwyfan cyfathrebu ar-lein y mae aelwydydd C2DE yn fwy tebygol na rhai ABC1 o'i ddefnyddio yw Facebook.

Agweddau

Y gwahaniaeth mwyaf o ran agwedd rhwng aelwydydd mewn gwahanol grwpiau economaidd-gymdeithasol yw ymddiriedaeth mewn newyddion prif ffrwd. Dim ond 10% o'r rheini mewn aelwydydd AB sy'n dweud nad ydynt yn defnyddio ffynonellau newyddion prif ffrwd, ond mae hyn yn codi i 28% mewn aelwydydd DE. Fodd bynnag, yn y mwyafrif helaeth o ddatganiadau agwedd y gwnaethom holi amdanynt, nid oedd llawer o wahaniaeth ym marn oedolion mewn aelwydydd ABC1 a C2DE – gan gynnwys ar amrywiaeth eang o bynciau sy'n amrywio o ryddid mynegiant ar-lein i ymddiriedaeth mewn deallusrwydd artiffisial.

Dealltwriaeth

Mae'r rheini mewn aelwydydd ABC1 yn fwy tebygol o fod yn hyderus ac abl ar draws pob un o'r pum senario sgiliau ar-lein na'r rheini mewn aelwydydd C2DE, gan gynnwys adnabod proffil ffug ar y cyfryngau cymdeithasol ac ymateb yn gywir i e-bost sgam. Mae cyfran uwch o oedolion mewn aelwydydd ABC1 yn hyderus ac yn gallu adnabod hysbysebion ar-lein; y gwahaniaeth mwyaf yng ngallu defnyddwyr cyfryngau cymdeithasol ABC1 a C2DE yw eu gallu i adnabod partneriaethau â thâl ar gyfryngau cymdeithasol.

Rhywedd

Defnydd

Mae dynion a menywod yn debyg iawn o ran ehangder eu defnydd o'r rhyngrwyd, er bod dynion yn fwy tebygol o fynd ar-lein ar liniadur, cyfrifiadur bwrdd gwaith neu gonsol gemau, a menywod yn fwy tebygol o fynd ar-lein ar ffôn clyfar. Mae menywod hefyd yn fwy tebygol o fod yn ddefnyddwyr sy'n mynd ar y rhyngrwyd drwy ffôn clyfar yn unig. Hefyd, mae rhai gwahaniaethau yn y defnydd o lwyfannau cyfathrebu ar-lein, gyda dynion yn fwy tebygol o ddefnyddio YouTube ac X, a menywod yn fwy tebygol o ddefnyddio WhatsApp, Facebook, TikTok, Instagram a FaceTime.

Agweddau
Mae dynion yn fwy tebygol o gredu bod manteision defnyddio llwyfannau cyfathrebu ar-lein yn drech na'r risgiau, tra bo menywod yn fwy tebygol o gytuno bod eu defnyddio yn eu helpu i gadw mewn cysylltiad â theulu a ffrindiau. Fodd bynnag, mae'r gwahaniaeth mwyaf mewn agweddau yn ymwneud â rhyddid mynegiant ar-lein; mae 39% o ddynion sy'n mynd ar-lein yn cytuno ei bod yn bwysig bod pobl yn gallu dweud eu dweud ar-lein hyd yn oed os yw'n ddadleuol neu'n niweidiol, o'i gymharu â dim ond 27% o fenywod.

Dealltwriaeth
Mae gan fenywod a dynion alluoedd gweddol debyg o ran y senarios sgiliau ar-lein roedden ni wedi'u cyflwyno i ymatebwyr, er bod gan ddynion fwy o hyder o lawer yn eu galluoedd. Mae hyn yn golygu bod mwy o ddynion yn perthyn i'r categori 'hyderus ond yn methu' mewn pedwar o'r pum senario, gan gynnwys yr e-bost sbam, y proffil ffug ar y cyfryngau cymdeithasol a'r canlyniadau sy'n cael eu noddi ar beiriant chwilio. Mae dynion sy'n ymwybodol o ddeallusrwydd artiffisial hefyd yn fwy tebygol na menywod o deimlo'n hyderus eu bod yn gallu adnabod cynnwys a gynhyrchir gan ddeallusrwydd artiffisial (33% o'i gymharu â 22%), ac mae modd egluro hyn yn rhannol gan y ffaith fod dynion yn fwy tebygol o'i ddefnyddio eu hunain.

Gwledydd

Defnydd
Mae mynediad a defnydd o'r rhyngrwyd yn y cartref yn debyg ar draws pedair gwlad y DU. Mae oedolion yng Ngogledd Iwerddon yn fwy tebygol na'r DU yn gyffredinol o ddefnyddio ystod ehangach o rai mathau o lwyfannau cyfathrebu ar-lein, gan ddefnyddio 2.8 ap/safle ar gyfartaledd i wylio fideos a 3.9 ar gyfer negeseuon a galwadau, o'i gymharu â chyfartaleddau'r DU o 2.4 a 3.6 yn y drefn honno.

Agweddau
Er eu bod yn eithaf tebyg ar draws Cymru, Lloegr a'r Alban, mae agweddau yng Ngogledd Iwerddon yn aml ychydig yn wahanol. Mae oedolion sy'n defnyddio'r rhyngrwyd yng Ngogledd Iwerddon yn llai tebygol na'r DU yn gyffredinol o gytuno y dylai pobl gael yr hawl i guddio pwy ydyn nhw ar-lein, ac maent yn fwy tebygol o anghytuno â'r syniad y dylai pobl allu dweud eu dweud ar-lein hyd yn oed os yw'n niweidiol i bobl eraill. Er bod oedolion yng Ngogledd Iwerddon sy'n defnyddio llwyfannau cyfathrebu ar-lein yn fwy tebygol o anghytuno bod llwyfannau cyfathrebu ar-lein yn dda yn gyffredinol ar gyfer iechyd meddwl, maent hefyd yn fwy tebygol na'r DU yn gyffredinol o gredu bod y manteision yn drech na'r risgiau.

Dealltwriaeth
Mae oedolion sy'n mynd ar-lein yn yr Alban yn fwy tebygol na'r DU yn gyffredinol o fod yn hyderus ac yn gallu adnabod negeseuon e-bost sgam, tra bo oedolion yng Ngogledd Iwerddon yn fwy tebygol o beidio â bod yn hyderus a ddim yn gallu gwneud hynny. Mae oedolion sy'n defnyddio peiriannau chwilio yng Ngogledd Iwerddon hefyd yn fwy tebygol o beidio â bod yn hyderus a ddim yn gallu adnabod dolenni wedi'u noddi ar beiriannau chwilio. Mae oedolion sy'n ymwybodol o ddeallusrwydd artiffisial yng Nghymru yn teimlo'n llai hyderus eu bod yn gallu adnabod cynnwys a gynhyrchir gan ddeallusrwydd artiffisial ar-lein.

Ehangder y defnydd o’r rhyngrwyd

Defnydd

Yn ôl y diffiniad, mae defnyddwyr cul o’r rhyngrwyd yn defnyddio’r rhyngrwyd ar gyfer llai o weithgareddau na defnyddwyr eang o’r rhyngrwyd. Mae defnyddwyr eang o’r rhyngrwyd hefyd yn defnyddio ystod llawer ehangach o lwyfannau cyfathrebu ar-lein na defnyddwyr cul. Er enghraifft, mae defnyddwyr eang o’r rhyngrwyd yn defnyddio 5.0 ap/safle ar gyfartaledd ar gyfer negeseuon a galwadau, tra bo defnyddwyr cul yn defnyddio 2.2.

Agweddau

Er bod gwahaniaethau clir rhwng defnyddwyr cul ac eang o’r rhyngrwyd o ran eu defnydd a’u dealltwriaeth o’r rhyngrwyd, mae’r grwpiau hyn yn debyg o ran eu hagweddau cyffredinol at fod ar-lein. Mae hyn yn cynnwys cyfrannau tebyg yn cytuno y dylid gwarchod defnyddwyr y rhyngrwyd rhag gweld cynnwys amhriodol neu gynnwys sy'n achosi tramgwydd. Fodd bynnag, mae rhai gwahaniaethau. Mae defnyddwyr eang o’r rhyngrwyd yn llawer mwy tebygol o gredu bod manteision bod ar-lein yn drech na’r risgiau yn gyffredinol, ac o ddweud bod mynd ar-lein wedi’u helpu i ddysgu sgil newydd.

Dealltwriaeth

Mae defnyddwyr cul o’r rhyngrwyd yn llai hyderus ac yn dangos llai o allu ym mhob un o’r pum senario sgiliau ar-lein y gwnaethom eu gosod ar gyfer yr ymatebwyr. Er enghraifft, dim ond 34% o ddefnyddwyr cul o’r rhyngrwyd sy’n defnyddio peiriannau chwilio sy’n hyderus ac yn gallu adnabod canlyniadau wedi’u noddi ar beiriannau chwilio, o’i gymharu â 55% o ddefnyddwyr eang o’r rhyngrwyd.