

Cofnod o sesiwn ymgysylltu ym mis Mai 2026, wedi'i hwyluso gan Wasanaeth Ieuencid Bro Morgannwg

Ar 19 Mai 2026, ymwelodd tîm Diogelu Plant Ofcom â chlwb ieuencid ym Mro Morgannwg, lle bu'r tîm yn siarad â phobl ifanc am y cynnwys niweidiol y mae plant a phobl ifanc yn ei weld ar-lein, er mwyn helpu i lywio'r adroddiad statudol ar gynnwys sy'n niweidiol i blant. Siaradodd y tîm ag wyth o bobl ifanc rhwng 13 ac 18 oed.

Pwyntiau allweddol

- Dywedodd y bobl ifanc eu bod yn dod ar draws cynnwys niweidiol ar sawl plattform gwahanol yn aml, a hynny yn aml yn ddyddiol ac yn anfwriadol, yn enwedig ar TikTok, Snapchat a Reddit.
- Mae gweld cynnwys niweidiol yn gwneud i bobl ifanc deimlo'n anniogel ac mewn sioc ac maen nhw'n ffeiddio at y cynnwys. Nododd rhai o'r bobl ifanc eu bod wedi cael eu dadsensiteiddio am eu bod yn gweld cynnwys niweidiol yn aml.
- Caiff cynnwys niweidiol ei rannu'n aml drwy negeseuon uniongyrchol, weithiau gan bobl anhysbys, ac mae'n cynnwys delweddau amhriodol ac ymddygiad sy'n ceisio ennill ymddiriedaeth er mwyn camfanteisio (predatory behaviour).
- Roedd y bobl ifanc o'r farn bod plant iau yn arbennig o agored i niwed gan fod cynnwys niweidiol yn fwy tebygol o effeithio'n emosiynol arnynt a'u bod yn fwy tebygol o gredu'r cynnwys. Roeddent o'r farn bod pobl ifanc yn eu harddegau yn fwy tebygol o brofi pwysau sy'n gysylltiedig â delwedd y corff.
- Roedd y bobl ifanc yn teimlo bod cyfyngiadau oedran, offer adrodd a goruchwyliaeth gan rieni yn aneffeithiol ac yn hawdd eu hosgoi.
- Roedd y bobl ifanc o'r farn bod cymedroli'n wannach ar TikTok a Snapchat, tra bod YouTube yn well o gymhariaeth.

Crynodeb o'r drafodaeth

Ble, sut a pha fathau o gynnwys niweidiol y mae pobl ifanc yn dod ar ei draws

- Dywedodd y bobl ifanc wrthym mai'r lle mwyaf cyffredin i weld cynnwys niweidiol yw'r dudalen 'For You' ond eu bod hefyd yn ei weld mewn sylwadau, negeseuon ac wrth chwilio am gynnwys.
- Soniodd un person ifanc am Omegle fel rhywle maen nhw'n meddwl bod pobl ifanc yn dod ar draws porn a lluniau noeth ("nudes").
- Dywedodd y bobl ifanc eu bod yn dod ar draws cynnwys niweidiol mewn gwahanol ffyrdd gan ddibynnu ar y plattform maen nhw'n ei ddefnyddio. Ar TikTok, maent yn fwy tebygol o

brofi cynnwys niweidiol ar hap mewn adrannau sylwadau, ond ar Facebook, mae cynnwys niweidiol yn cael ei anfon atynt gan ddefnyddwyr eraill drwy Messenger.

- Soniodd y bobl ifanc (gan gytuno'n eang ar hyn) fod negeseuon uniongyrchol Snapchat ac Instagram yn rhywle lle maen nhw'n gweld cynnwys niweidiol.
- Soniwyd am CapCut, gyda phryderon nad yw templedi wedi'u cymedroli na'u golygu'n dda.
- Ar X, dywedodd y bobl ifanc eu bod yn dod i gysylltiad â hiliaeth, yn aml drwy gyfrifon rhieni, ac i ymddygiad sy'n ceisio ennill ymddiriedaeth er mwyn camfanteisio (predatory behaviour).
- Nodwyd bod Reddit yn arbennig o niweidiol, gyda chynnwys rhywiol yn ymddangos yn annisgwyl o fewn straeon sydd fel arall yn ddi-nod.
- Disgrifiodd rhai o'r bobl ifanc eu bod wedi cael eu hychwanegu at grwpiau WhatsApp mawr ac yna derbyn negeseuon uniongyrchol gan ddieithriaid, gan gynnwys pobl yn gofyn i gael mynd allan gyda nhw.
- Soniwyd hefyd bod pobl yn derbyn delweddau noeth (nudes) digymell gan unigolion anhysbys ar Snapchat.
- Dywedodd y bobl ifanc wrthym eu bod yn gweld cynnwys sy'n hyrwyddo styntiau peryglus fel neidio oddi ar glogwyni – gall hyn beri gofid wrth ei wyllo a gall ddylanwadu ar bobl i gymryd rhan mewn gweithgareddau peryglus tebyg.
- Dywedodd y bobl ifanc fod cynnwys am ddiet a chynnwys anhwylderau bwyta yn gyffredin iawn, yn enwedig "os ydych chi ar yr ochr honno o TikTok".
- Dywedon nhw eu bod yn gweld llawer o "gynnwys cymhelliant gwenwynig" sy'n ymwneud ag anhwylderau bwyta.
- Dywedodd y bobl ifanc eu bod wedi gweld ystod eang o gynnwys niweidiol ar TikTok, gan gynnwys deunydd pornograffig (gan gynnwys cyfeiriadau at gynnwys cam-drin plant yn rhywiol), deunydd hunan-niweidio, cywilyddio corff, bygythiadau marwolaeth, a chynnwys sy'n dangos gwaed neu anafiadau graffig (gore).

Amllder ac effaith cynnwys niweidiol

- Mae plant a phobl ifanc yn dod i gysylltiad â chynnwys niweidiol bob dydd / sawl gwaith y dydd. Soniodd un plentyn ei fod yn gweld cynnwys niweidiol mewn tua 1 o bob 10 fideo.
- Dywedon nhw wrthym y gall gweld cynnwys niweidiol wneud iddyn nhw deimlo'n ansicr neu'n drist.
- Dywedon nhw, pan fyddant yn gweld cynnwys sy'n eu gwneud yn trist, maen nhw fel arfer yn sgrolio heibio.
- Pan ofynnwyd iddynt sut mae cynnwys niweidiol ar-lein yn gwneud iddyn nhw deimlo'n bersonol, dywedodd y bobl ifanc: sioc, wedi'u ffieiddio ac yn anniogel.
- Nododd y cyfranogwyr eu bod yn gweld cymaint o gynnwys niweidiol eu bod wedi dod i arfer ag ef.

- Roedd y bobl ifanc yn meddwl bod pawb yn gweld cynnwys niweidiol – ei fod yn rhan o'r brofiad o fod ar-lein.

Manteision gweld cynnwys niweidiol ar-lein

- Mae pobl ifanc yn aml yn chwilio am wybodaeth ar-lein am bynciau fel cyfnodau neu iechyd rhywiol, ac mae hyn yn gallu bod yn fuddiol i bobl ifanc.
- Soniwyd am gynnwys wedi'i fframio fel "pethau na ddysgodd eich mam i chi", gyda phryderon y gall llawer o'r wybodaeth hon fod yn anghywir neu'n gamarweiniol.
- Dywedodd un person ifanc y gallai gweld cynnwys niweidiol fod yn fuddiol gan ei fod yn dysgu pobl am y byd a'r risgiau sy'n gysylltiedig â mathau o'r fath o gynnwys.

Mae pobl ifanc â nodweddion gwahanol yn profi / dod ar draws cynnwys niweidiol yn wahanol

- Dywedodd y bobl ifanc wrthym fod y cynnwys yn effeithio'n wahanol ar ferched o gymharu â bechgyn. Mae llawer o bwysau delwedd/perthynas ar ferched, ond mae bechgyn yn gweld mwy o gynnwys ymarfer corff a chynnwys gwella'r corff.
- Credwyd bod pobl iau yn fwy emosiynol wrth ymateb i gynnwys niweidiol (e.e. hiliaeth neu bornograffi).
- Efallai y bydd pobl iau yn fwy tebygol o gredu cynnwys niweidiol neu gamarweiniol.
- Roedd pobl ifanc yn eu harddegau yn cael eu hystyried yn fwy cyfarwydd â gweld cynnwys niweidiol ond roedd yn dal effeithio arnynt mewn gwahanol ffyrdd: roedd cynnwys cywilyddio corff yn effeithio'n fwy arnynt.
- Ymddengys fod gan bobl ifanc yn eu harddegau fwy o ddealltwriaeth o'r hyn sy'n niweidiol neu'n anghywir ac wedi profi cynnwys mwy niweidiol.
- Roedd rhai o'r bobl ifanc yn meddwl bod cynnwys y mae pobl yn ei weld ar-lein yn dibynnu ar yr hyn y mae gennych ddiddordeb ynddo a'r hyn rydych chi wedi'i weld o'r blaen yn hytrach nag oedran / rhywedd.

Cyfyngiadau cynnwys a chymedroli ar-lein

- Dywedodd y bobl ifanc nad yw adrannau sylwadau yn TikTok a YouTube yn cael eu cymedroli'n dda. O ran fideos, mae fideos YouTube yn cael eu cymedroli ychydig yn well na fideos ar TikTok.
- Dywedodd y bobl ifanc wrthym nad ydyn nhw'n credu bod cyfyngiadau oedran yn gweithio, gan fod pobl dan oed yn gallu dweud celwydd wrth gofrestru, gwneud cyfrifon newydd os yw eu cyfrif yn cael ei ddileu neu ddefnyddio ID ffug i osgoi sicrwydd oedran.
- Dywedodd y bobl ifanc nad ydyn nhw'n credu bod goruchwyliaeth rhieni yn helpu.
- Nodwyd bod Roblox yn gweithredu gwirio oedran AI gan ddefnyddio adnabod wynebau. Cafodd un plentyn ei roi mewn grŵp oedran sylweddol iau. Gallai hyn fod oherwydd y gemau yr oedd yn eu chwarae.
- Codwyd pryderon am: gamddefnyddio neu werthu delweddau defnyddwyr posibl a'r gallu i osgoi neu dwyllo systemau gwirio oedran.

- Trafododd y bobl ifanc rybuddion cynnwys a gwnaethant gytuno nad yw'r rhain yn arbennig o effeithiol, gan y gall pobl ifanc glicio drwodd i weld y cynnwys.

Newidiadau i'r categorïau PPC a PC

- Roedd cytundeb bod PPC yn cynnwys y mathau cywir o gynnwys, ac y dylid gwahardd yr holl fathau hyn o gynnwys ar gyfer pob plentyn a phobl ifanc.
- Dywedodd y bobl ifanc wrthym eu bod yn gweld llai o gynnwys bwllo na mathau eraill o gynnwys a'u bod yn gweld cynnwys treisgar e.e. cynnwys sy'n ymwneud â chylllyll.
- Roedd rhai o'r bobl ifanc yn meddwl y dylid diogelu oedolion rhag PPC, gan nad yw bod dros 18 oed yn eich atal rhag cael eich niweidio, ond roedd pobl ifanc eraill yn anghytuno, gan arwain at ychydig o ddadl.
- Roedd rhai o'r bobl ifanc o'r farn y dylai cynnwys sy'n hyrwyddo llyncu sylweddau niweidiol fod yn PPC oherwydd gall ddylanwadu ar bobl i gymryd rhan mewn ymddygiad peryglus.
- Mynegodd rhai o'r bobl ifanc bryder arbennig am 'tweens' ac awgrymodd y gellid ystyried rhywfaint o gynnwys yn PPC ar gyfer plant dan 16 oed yn unig.
- Dywedodd un person ifanc y byddent yn uwchraddio cywilyddio corff, iselder, sylweddau niweidiol, cam-drin a thrais i PPC.
- Cytunodd y bobl ifanc eu bod yn meddwl y dylid cynnwys newyddion ffug fel rhyw fath o gynnwys niweidiol.
- Roedd rhai o'r bobl ifanc yn cytuno y dylid dosbarthu cam-drin a chasineb fel PC. Dywedodd un person ifanc na ddylai pob stynt peryglus gael eu dosbarthu fel PC, dim ond rhai a allai achosi niwed all-lein gwirioneddol.
- Dywedodd un person ifanc y dylai cynnwys pornograffig a hunanladdiad/hunan-niweidio gael cyfyngiadau llymach fyth.
- Roedd y bobl ifanc yn cytuno bod categorïau cynnwys presennol yn gyffredinol yn gwneud synnwyr, er bod rhywfaint o anghytundeb ynghylch sut mae cynnwys yn ffitio i mewn iddynt.
- Roedd yr awgrymiadau yn cynnwys: cyfyngu cynnwys PPC i 18+ a chyfyngu cynnwys PC i 16+.
- Galwodd rhai o'r bobl ifanc am flaenoriaethu/"uwchraddio" cryfach o ran cynnwys bwllo, sylweddau niweidiol a styntiau a heriau peryglus.