



Annwyl Rieni a Gofalwyr,

Rydym yn gynyddol yn gweld materion cyfryngau cymdeithasol sy'n dechrau y tu allan i'r ysgol yn treiddio i fywyd yr ysgol. Gall delio â'r sefyllfaoedd hyn gymryd cryn dipyn o amser ac effeithio ar ein gallu i ganolbwyntio'n llawn ar ddysgu a lles disgyblion.

Hoffem achub ar y cyfle hwn i atgoffa rhieni a gofalwyr o'r rôl bwysig rydych yn ei chwarae wrth gefnogi defnydd diogel a chyfrifol eich plentyn o dechnoleg. Mae gan nifer o blatfformau poblogaidd, gan gynnwys TikTok, Instagram, Snapchat a Facebook, isafswm oedran o 13, ac mae WhatsApp wedi'i gyfyngu i ddefnyddwyr 16+ yn y DU. Mae'r terfynau oedran hyn ar waith i helpu i ddiogelu plant rhag risgiau ar-lein.

Er mwyn cefnogi eich ymwybyddiaeth, rydym wedi amlinellu rhai o'r prif bryderon yr ydym yn eu gweld mewn perthynas â defnydd o WhatsApp:

- **Defnyddio ar adegau amhriodol:** Mae rhai plant yn defnyddio dyfeisiau yn hwyr yn y nos neu yn oriau mân y bore. Rydym yn argymhell cadw dyfeisiau allan o'r ystafelloedd gwely dros nos i gefnogi diogelwch a lles.
- **Nifer uchel o negeseuon:** Gall sgysiau grŵp gynhyrchu nifer fawr o negeseuon, yn aml heb bwrpas clir a c fe allant wneud i rhywun deimlo'n bryderus. Gall hyn arwain at anghytundebau.
- **Allgáu o grwpiau:** Gall plant gael eu tynnu o sgysiau neu gael eu trafod, a all fod yn ofidus ac yn anodd eu rheoli'n emosiynol.
- **Iaith amhriodol:** Weithiau, nid yw'r iaith a ddefnyddir mewn negeseuon yn addas ar gyfer plant oed cynradd.
- **Camddealltwriaeth:** Gall negeseuon gael eu camddechongli'n hawdd heb naws na chyddestun, a all arwain at wrthdaro diangen.

Yn yr ysgol, rydym yn cefnogi plant drwy ein cwricwlwm ABCh (Addysg Bersonol a Chymdeithasol) i ddeall diogelwch ar-lein a chyfathrebu parchus. Fodd bynnag, gan fod y materion hyn yn digwydd y tu allan i'r ysgol, rydym yn dibynnu ar eich cefnogaeth chi i helpu i arwain a rheoli defnydd eich plentyn o gyfryngau cymdeithasol.

Efallai y bydd y canlynol yn ddefnyddiol i chi:

- Gwiriwch ddyfais a sgysiau eich plentyn yn rheolaidd
- Gosodwch reolau clir ynghylch defnydd (yn enwedig gyda'r nos)
- Defnyddiwch osodiadau preifatrwydd a rheolaethau rhieni
- Annog sgysiau agored am ymddygiad ar-lein a chyfathrebu parchus

Drwy weithio gyda'n gilydd, gallwn helpu plant i ddatblygu arferion diogel a chadarnhaol wrth ddefnyddio technoleg a chefnogi eu lles cyffredinol.

Diolch am eich cefnogaeth barhaus,

N. Downes