

Ymddwyn yn barchus ar-lein



www.getsafeonline.org

Un o'r pethau pwysicaf am unrhyw gymuned yw bod ei haelodau yn parchu pobl eraill yn y gymuned honno. Mae hynny'n wir am glwb, busnes, maestref neu ddinas. Neu'r gymuned rithwir o 4.8 biliwn o ddefnyddwyr y rhyngwrwyd ym mhedwar ban byd.

Fodd bynnag, fel rydym i gyd yn gwybod, nid yw hyn bob amser yn digwydd, gan fod cynifer o bobl naill ai'n ymddwyn yn amharchus neu ddim yn meddwl cyn iddynt weithredu ar-lein.

Gall diffyg parch bwriadol a diffyg ystyriaeth effeithio ar bobl eraill mewn amrywiaeth o ffyrdd. Mae'n dibynnu ar yr hyn sydd wedi cael ei ddweud neu ei wneud, eu sefyllfa bersonol, eu hamgylchiadau, eu personoliaeth a'u gwydnwch. Gallai'r effeithiau gynnwys cywilydd, trawma meddyliol, ôl-troed digidol digroeso, colli allan ar swydd, bod yn ddiodeffwr trosedd, neu lifeiriant feirol o gamdriniaeth ehangach.

Yn aml, os byddai'r rhai sy'n gyfrifol yn rhoi eu hunain yn sefyllfa'r bobl eraill, mae'n bosibl y byddent wedi'u harswydo'n ddifrifol pan fyddent yn sylweddoli beth yw'r effeithiau. Fodd bynnag, mae llawer o gamdrinwyr ar-lein yn cael boddhad a hyd yn oed pleser o'u gweithredoedd.



#onlinerespect

Dyma rai enghreifftiau o ddiffyg parch bwriadol:

- Camdriniaeth ar sail hil, lliw neu gredoau – crefyddol, gwleidyddol neu fel arall. Gallai hyn gynnwys aflonyddu, bwlio, bygwth neu drolio.
- Camdriniaeth ar sail rhywedd, cyfeiriadedd rhywiol, delwedd corff, anabledd neu rinweddau eraill.
- Seiberstelcio – cyn-bartneriaid, enwogion, gwleidyddion a ffigyrau cyhoeddus eraill yw'r targedau arferol. Gall stelcio ddigwydd ar-lein yn unig neu ochr yn ochr â stelcio mewn bywyd go iawn.
- Ceisio gorfodi barn, safbwyntiau gwleidyddol neu ideolegau ar bobl eraill, weithiau gan wybod y gallent achosi niwed ehangach.
- Creu a/neu rannu newyddion, negeseuon, lluniau neu fideos am unigolion neu grwpiau o bobl, gyda chymhellion negatiff.

Dyma rai enghreifftiau o ddiffyg parch anfwriadol:

- Cyhoeddi neu rannu gwybodaeth am eraill neu luniau ohonynt sy'n ymddangos yn ddiniwed – gan gynnwys eich plant eich hun ac aelodau eraill o'ch teulu – heb eu caniatâd.
- Cyhoeddi neu rannu lluniau neu fideo sy'n peri cywilydd, megis dioddef anlwc, neu ar noson allan.
- Rhannu lluniau neu fideos personol, gofyn amdanynt neu eu trosglwyddo i bobl eraill. Mewn rhai achosion, gallai hyn fod yn anghyfreithlon hefyd.
- Dweud rhywbeth wrth rywun neu am rywun sy'n gas ar sail amgylchiadau neu gefndir, ond gwnaethoch hynny ar fyrder heb feddwl amdano ymlaen llaw.
- Creu a chyhoeddi/rhannu sion a/neu jôcs am rywun am hwyl 'diniwed', ond a all beri tramgwydd, yn enwedig os bydd pobl eraill yn ymuno.

Mae pob un o'r uchod yn berthnasol nid yn unig i'r rhai sy'n creu'r deunydd amharchus, ond hefyd i'r rhai sy'n ei rannu.



Ymddwyn yn barchus ar-lein: deg awgrym defnyddiol

- Mynegwch eich barn, eich credoau, ac a ydych yn cytuno neu'n anghytuno ag eraill mewn ffordd gytbwys, wrthrychol ac oddefgar. Bydd hyn yn ennyn mwy o barch i chi nac ymosod ar farn yn uniongyrchol, neu ddilyn neu ledaenu'r hyn y mae pobl eraill yn ei ddweud.
- Peidiwch â bod yn 'fwystfil bysellfwrdd' a dweud rhywbeth wrth rywun, neu amdano, ar-lein na fydddech yn ei ddweud i'w wyneb.
- Dylech drin pobl eraill fel yr hoffech gael eich trin eich hun.
- Ar-lein, dylech ond ddefnyddio iaith y bydddech yn ei defnyddio wrth siarad â'ch rhieni a phobl eraill rydych yn eu parchu.
- Nid oes lle ar-lein i gamdriniaeth nac anoddefiad ar sail hil, lliw, rhywedd, cyfeiriadedd rhywiol, golwg na chredoau.
- Mae'r rhyngwrwyd yn adnodd gwych, ond nid ar gyfer hybu casineb, trais, eithafiaeth na ffurfiau amrywiol ar gamdriniaeth.
- Os byddwch yn cael eich temtio i greu neu rannu cynnwys neu farn a allai frifo, codi cywilydd neu gael effaith negyddol ar bobl eraill, rhoiwch eich hun yn eu sefyllfa nhw ac ystyriwch sut y byddai'n effeithio arnoch chi. Meddyliwch ddwywaith, neu arhoswch tan y diwrnod wedyn.
- Mae'n anoddach dweud ar-lein a yw rhywun yn ddilys, yn bersona wedi'i greu, neu yn defnyddio hunaniaeth rhywun arall (proffil neu lun). Byddwch yn chi eich hun bob amser; gall dynwared pobl eraill fod yn niweidiol.
- Edrychwch i weld a yw rhywbeth yn wir ac o ffynhonnell ddilys, cyn ei rannu. Mae llawer o wybodaeth anwir, newyddion ffug a sion di-sail ar y rhyngwrwyd, gyda rhai ohonynt yn creu canlyniadau difrifol pan fyddant yn cael eu rhannu.
- Ystyriwch deimladau pobl eraill – neu ffyrdd eraill y gallir effeithio arnynt – cyn cyhoeddi gwybodaeth neu ddelweddau/fideo amdanynt heb eu caniatâd. Mae hyn yn cynnwys eich plant eich hun ac aelodau eraill o'ch teulu.

Get Safe Online

Get Safe Online yw'r ffynhonnell fwyaf blaenllaw o wybodaeth a chyngor ar ddiogelwch ar-lein yn y DU, i'r cyhoedd a busnesau bach. Mae'n bartneriaeth nid er elw rhwng y sector cyhoeddus a'r sector preifat sydd wedi'i chefnogi gan nifer o adrannau'r llywodraeth, asiantaethau gorfodi'r gyfraith a sefydliadau blaenllaw ym maes diogelwch y rhyngwrwyd, bancio a manwerthu.

I gael rhagor o wybodaeth a chyngor diduedd arbenigol sy'n hawdd ei ddilyn ar ddiogelu eich hun, eich teulu, eich arian, eich dyfeisiau a'ch gweithlu, ewch i www.getsafeonline.org

Os byddwch yn credu eich bod wedi cael eich twyllo ar-lein, rhowch wybod i Action Fraud, sef canolfan genedlaethol y DU ar gyfer rhoi gwybod am dwyll a seiberdrosedd, drwy ffonio **0300 123 20 40** neu drwy fynd i'r wefan www.actionfraud.police.uk

Yn yr Alban, gallwch roi gwybod am dwyll i Heddlu'r Alban drwy ffonio 101.



www.getsafeonline.org

OFFICIAL PARTNERS
