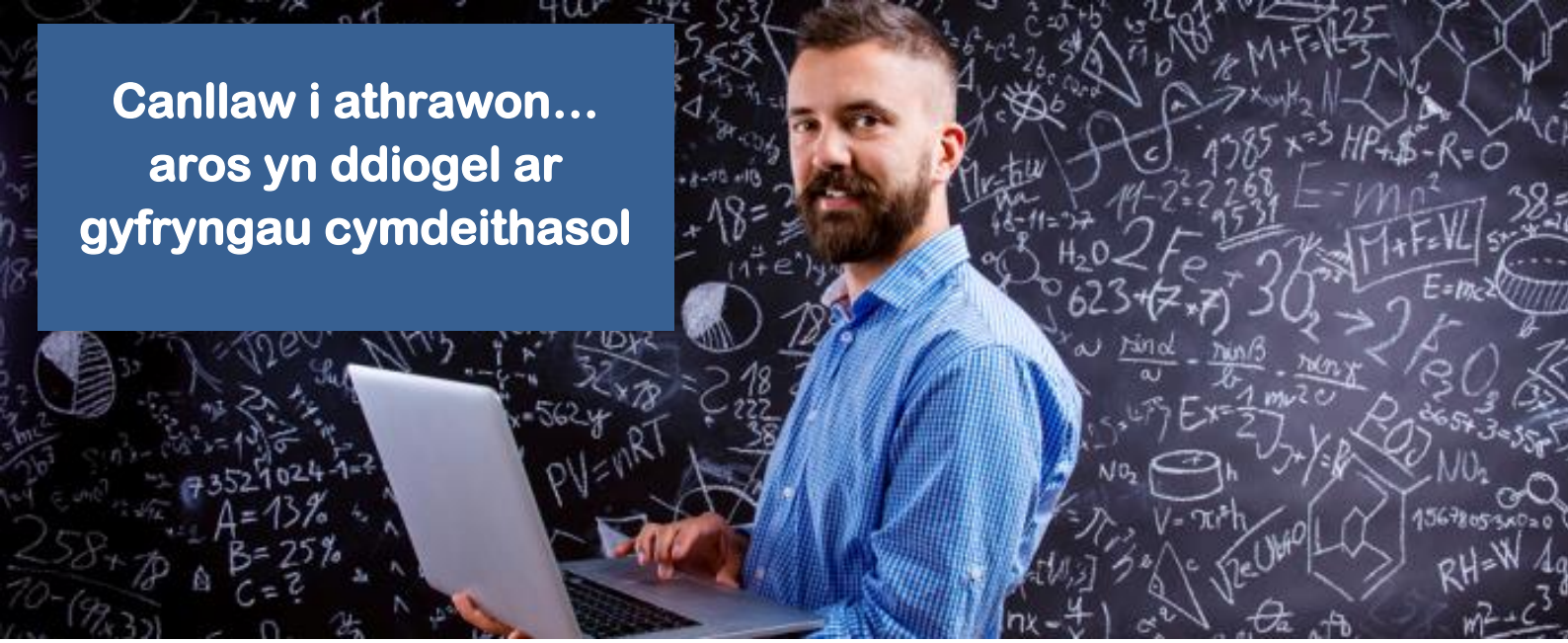


Canllaw i athrawon… aros yn ddiogel ar gyfryngau cymdeithasol

Deg dewis doeth

1. Meddyliwch cyn postio

A ydych yn fodlon i'r cynnwys rydych yn ei bostio gael ei weld gan gynulleidfa gymdeithasol, gyda rhieni, dysgwyr neu lywodraethwyr yn gallu gweld eich post neu'ch lluniau? Mae'n bosibl nad yw'r rhan fwyaf o bobl yn ystyried pwy mewn gwirionedd sy'n gallu gweld eu post, pethau maent yn eu 'hoffi' a'u sylwadau. Meddyliwch am y geiriau a'r sylwadau a ddefnyddiwch, a ellid eu camddehongli? Allen nhw fod yn sarhaus?

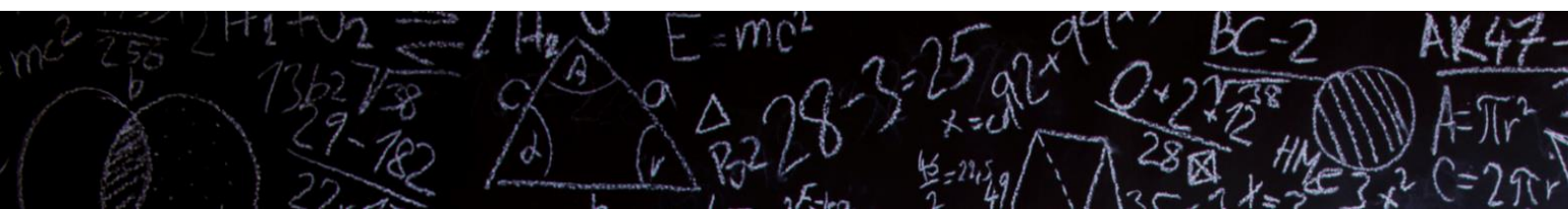
2. Defnyddiwch y gosodiadau preifatrwydd

Gwnewch yn siŵr bod eich gosodiadau preifatrwydd wedi'u gosod yn gywir. Sicrhewch fod eich albwm, eich 'hoffterau' a'ch sylwadau yn cael eu rhannu gyda'r bobl o'ch dewis, ac nad ydynt ar gael yn gyhoeddus. Mae yna restrau gwirio ar gyfer Facebook, Twitter, Snapchat ac Instagram a fydd yn eich helpu i wneud hyn.

3. Byddwch yn ymwybodol o'ch ôl-troed digidol

Chwiliwch amdanoch eich hun gyda pheiriant chwilio poblogaidd i gael gwybod sut mae pobl eraill yn eich gweld chi a'ch proffiliau. Gofynnwch i ffrind edrych sut mae eich proffil yn ymddangos i eraill neu gallwch ddefnyddio'r swyddogaeth 'Gweld Fel' ar eich proffil Facebook. Mae hyn yn eich galluogi i weld sut mae eich proffil yn ymddangos i'r cyhoedd neu i unigolyn penodol. Cofiwch ddileu cyfrifon blaenorol oddi ar wefannau cyfryngau cymdeithasol nad ydynt yn cael eu defnyddio bellach.

Mae gan Ganolfan Rhyngrwyd Mwy Diogel y DU gyngor a gwybodaeth i ymarferwyr ar gadw golwg ar eich enw da proffesiynol ar-lein.



4. Defnyddiwch gyfrineiriau cryf

Sicrhewch fod gennych gyfrinair cryf sy'n cynnwys cymysgedd o briflythyren, llythrennau bach a nodau. Ceisiwch newid eich cyfrinair yn rheolaidd a'i gadw'n breifat. Peidiwch â rhannu eich cyfrineiriau gyda neb.

5. Polisi cyfryngau cymdeithasol ar gyfer eich ysgol

Sicrhewch fod gennych bolisi yn eich ysgol sy'n rhoi sylw i sut dylai dysgwyr, staff a rhieni ddefnyddio'r cyfryngau cymdeithasol mewn ffordd dderbyniol. Byddwch yn ymwybodol o bolisïau eich sefydliad ac ymgyfarwyddo â'r hyn a ddisgwylir oddi wrth y staff a'r dysgwyr. Mae rhestr o bolisïau y gellir eu golygu ar gael i ysgolion oddi ar adnodd hunanadolygu diogelwch ar-lein 360 degree safe Cymru ar wefan Hwb.

6. Polisi ysgol ar ddefnyddio ffonau symudol

Rhaid i'r ysgol gytuno ar Bolisi defnydd derbyniol o safbwynt ffonau symudol at ddefnydd personol. Dylid dweud wrth staff am beidio â defnyddio dyfeisiau personol i

- Gysylltu â dysgwyr neu rieni (drwy neges destun)
- Storio delweddau o ddysgwyr yn yr ysgol

Mae gan adnodd 360 degree safe Cymru bolisi technolegau symudol templed y gallwch ei addasu a'i ddefnyddio.

7. Cuddiwch eich Bluetooth a'ch AirDrop pan fyddwch yn yr ysgol

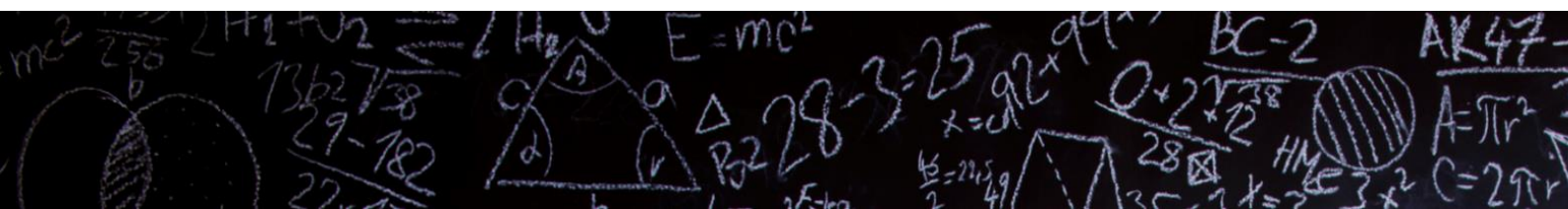
Os bydd eich dyfais symudol yn agos at ddysgwyr, sicrhewch fod y ffôn yn 'gudd' ac nad yw'r Bluetooth neu'r AirDrop yn weladwy i bawb. Bydd hyn yn diogelu eich ffôn rhag derbyn delweddau y gallai'r dysgwyr eu hanfon.

8. Defnyddiwch ddyfeisiau ysgol at ddibenion gwaith yn unig

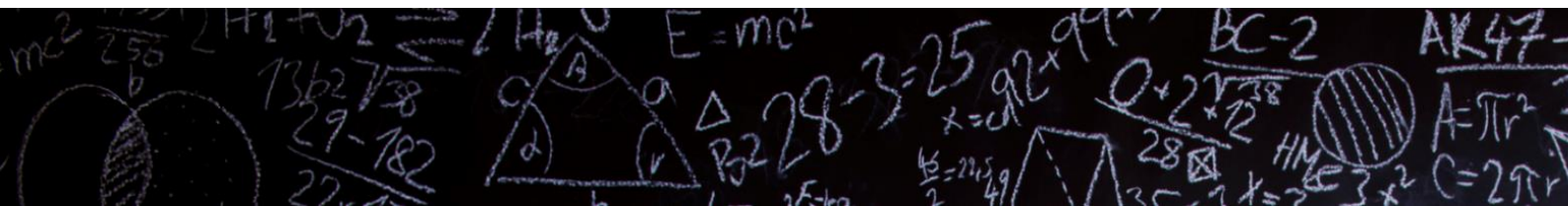
Dylid cynghori staff sut i ddefnyddio dyfeisiau ysgol at ddibenion gwaith pan fyddant oddi ar y safle, a pheidio â rhannu'r ddyfais ag eraill yn y cartref. Dylai ffeiliau a gyriannau storio a gymerir o'r ysgol gael eu hamgryptio pan fyddwch yn gweithio ar ddata personol neu sensitif.

9. Cytunwch gyda'ch cydweithwyr a ddylid rhannu delweddau ac os felly sut

Os byddwch yn mynd ar noson allan gyda'ch criw gwaith, penderfynwch fel grŵp beth yw'r disgwyliadau o safbwynt postio delweddau a thagio ar-lein. Dylech barchu dymuniadau pob unigolyn os gofynnant ichi beidio â phostio eu llun ar-lein.



10. Rhowch wybod i'r darparwyr am broblemau

Dylech fod yn gwybod sut i roi gwybod i ddarparwyr cyfryngau cymdeithasol am broblem neu gynnwys os bydd angen. Mae'r rhestrau gwirio rhwydweithiau cymdeithasol hyn yn rhoi cyngor ar sut i roi gwybod i Facebook, Twitter, Snapchat ac Instagram am broblemau.

I gael cyngor a chymorth gyda phroblemau cyfryngau cymdeithasol yn ymwneud â chi, eich ysgol neu'r bobl ifanc rydych yn gweithio gyda nhw, gallwch gysylltu â'r Llinell Gymorth Diogelwch Ar-lein i Weithwyr Proffesiynol yn helpline@saferinternet.org.uk neu drwy ffonio 03443814772.