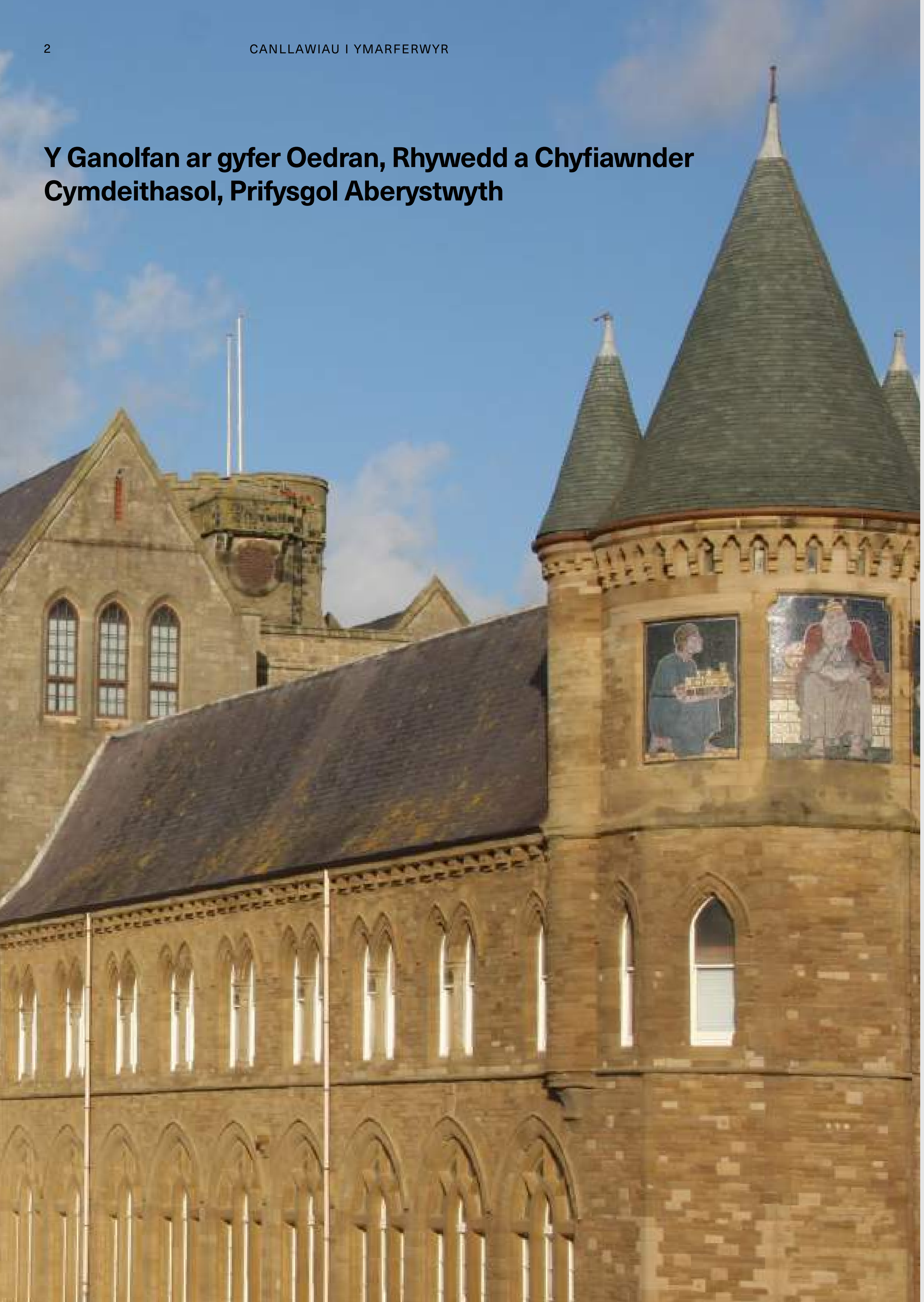
Heddlu · Police DYFED POWYS | 1872 PRIFYSGOL ABERYSTWYTH UNIVERSITY | Dewis Choice | PEGS

*CANLLAWIAU I YMARFERWYR*

# Cefnogi Dioddefwyr Hŷn Camdriniaeth Ddomestig sydd wedi'i Hwyluso gan Dechnoleg

Gan Allan Rush, Joshua Roberts, Rebecca Zerk, Elize Freeman a Michelle John

# Y Ganolfan ar gyfer Oedran, Rhywedd a Chyfiawnder Cymdeithasol, Prifysgol Aberystwyth





**© Dewis Choice 2025**

Dewis Choice,
Y Ganolfan ar gyfer Oedran Rhywedd
a Chyfiawnder Cymdeithasol,
Prifysgol Aberystwyth,
Penglais,
Aberystwyth,
Ceredigion,
SY23 3FL

**Cyswllt**

choice@aber.ac.uk

**Awduron**

Allan Rush, Joshua Roberts, Rebecca Zerk,
Elize Freeman a Michelle John

**Cydnabod**

Ariannwyd y gwaith o gynhyrchu'r canllawiau gan Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol. Rydym yn ddiolchgar am y cymorth a roddwyd gan ein cyllidwyr yn ein hymrwymiad i hybu anghenion a hawliau dioddefwyr-oroeswyr hŷn camdriniaeth ddomestig.

CRONFA GYMUNEDOL COMMUNITY FUND

# Cynnwys


**Rhagymadrodd** 6

**Dull sy'n Canolbwyntio ar Ymarferwyr** 9

**Deall Camdriniaeth Ddomestig a Niwed wedi'i Hwyluso gan Dechnoleg** 13

Ymddygiad Gorfodi neu Ymddygiad Rheoli 14
Natur a Graddfa Camdriniaeth wedi'i Hwyluso gan Dechnoleg 17
Cynnydd Camdriniaeth Ddomestig wedi'i Hwyluso gan Dechnoleg 17
Heddlu Dyfed Powys – Dioddefwyr Hŷn Troseddau wedi'u Hwyluso gan Dechnoleg 18
• Data Troseddau Heddlu Dyfed Powys 18
PEGS – Dioddefwyr Hŷn Camdriniaeth Ddigidol 19





**Profiadau Oedolion Hŷn o Gamdriniaeth wedi'i Hwyluso gan Dechnoleg** 21

Tracio a Gwylio 22
Monitro 28
Rheoli a Thrin Dyfeisiau Clyfar 32
Camddefnyddio Llwyfannau Talu a Thanysgrifiadau Digidol 34
Defnydd Diawdurdod o Fancio a Chyfrifon Siopa Ar-lein 36
Rheolaeth drwy Orfodaeth drwy Esgus 'Helpu' 40
Cam-drin ar sail Delweddau Personol 44

**Deall y Fframwaith Cyfreithiol** 47

Deddf Camddefnyddio Cyfrifiaduron 1990 48
Deddf Diogelu rhag Aflonyddu 1997 48
Deddf Twyll 2006 49
Deddf Camdriniaeth Ddomestig 2021 50
Deddf Cyfraith Teulu 1996 50
Deddf Troseddau Difrifol 2015 51
Fframwaith y Canllawiau Statudol ar Orfodi neu Reoli 51
Casglu Tystiolaeth ar Gamdriniaeth wedi'i Hwyluso gan Dechnoleg 52
Amodau a Darpariaethau Amddiffynnol i Atal Troseddau 56

**Adnoddau** 58

**Cyfeiriadau** 59

**Geirfa** 64

# Rhagymadrodd

Mae'r oes ddigidol wedi ail-lunio sut mae unigolion yn cyfathrebu, yn rheoli cyllid, ac yn cyrchu gwasanaethau hanfodol, gan gynnig mwy o gyfleustra ac effeithlonrwydd. Er bod gan dechnoleg y potensial i leihau ynysu cymdeithasol a gwella mynediad at gymorth, mae ei hesblygiad cyflym hefyd wedi creu rhwystrau newydd i rai grwpiau o bobl. Mae mynediad digidol cyfyngedig wedi'i gysylltu'n agos ag anfantais economaidd ac mae'n effeithio'n anghymesur ar oedolion hŷn, pobl ag anableddau, a'r rhai mewn ardaloedd gwledig sydd â seilwaith rhyngrwyd annigonol (Good Things Foundation, 2024).

Yn 2019, roedd rhyw bedair miliwn o drigolion y Deyrnas Unedig heb gyrchu'r rhyngrwyd erioed, gyda 94% ohonynt yn 55 oed a throsodd (Tabassum, 2020). Cynyddodd ymgysylltiad digidol ymhlith oedolion hŷn yn arwyddocaol yn ystod pandemig COVID-19, ond y rhai 55 oed a throsodd yw'r demograffeg fwyaf tebygol o fod heb ddefnyddio'r rhyngrwyd erioed o hyd (Tabassum, 2020). Er bod y bwlch rhwng y rhyweddau o ran defnyddio'r rhyngrwyd ymysg pobl hŷn wedi gostwng yn ystod y pandemig, mae menywod hŷn, 65 oed a throsodd, yn dal yn llai tebygol o ddefnyddio'r rhyngrwyd na dynion hŷn (Bünning et al., 2023).

Un peth allweddol sy'n sbarduno mwy o ddefnydd ar y rhyngrwyd gan bobl hŷn yw angen, wrth i fwy o wasanaethau hanfodol symud ar-lein, megis gofal iechyd (Dewis Choice, yn yr arfaeth). Er enghraifft, nodwyd oedolion hŷn fel defnyddwyr mwyaf gweithgar cymhwysiad (ap) y GIG (NHS England, 2023). Hefyd, mae cyfraddau'r bobl hŷn sy'n defnyddio cyfathrebiadau digidol i gynnal cysylltiadau cymdeithasol â ffrindiau a theulu wedi cynyddu, yn enwedig trwy'r ebost.

Er gwaethaf y cynnydd yn y defnydd o'r rhyngrwyd ar gyfer gweithgareddau penodol, mae oedolion hŷn yn dal yn llai cysylltiedig â gwasanaethau ariannol ar-lein o'u cymharu â grwpiau oedran iau. Y rhai 55 oed a throsodd yw'r lleiaf tebygol o ddefnyddio bancio rhyngrwyd, gyda phryderon diogelwch yn brif rwystr (Smith, 2020). Canfu adroddiad gan Santander (2020) fod llawer o oedolion hŷn yn dal i ffafrio bancio mewn cangen oherwydd yr ofn o ddod i gysylltiad â thwyll ar-lein. Yn yr un modd, datgelodd astudiaeth gan Vodafone (2022) fod unigolion 65 oed a throsodd yn llai tebygol o ddefnyddio gwasanaethau siopa ar-lein na grwpiau oedran iau, gan nodi pryderon am ddiogelwch digidol a sgamiau.

Gall amlygiad cyfyngedig i dechnoleg, llai o hyder wrth lywio offer digidol, a diffyg cyfarwyddineb â risgiau ar-lein amlygu oedolion hŷn i risgiau fel sgamiau, twyll, a chamdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg (Independent Age, 2024). O blith unigolion y nodwyd bod eu llythrennedd digidol yn isel iawn, gwelodd adroddiad gan Fanc Lloyds (2024) fod bron 90% dros 50 oed. Gall mynediad cyfyngedig i dechnoleg arwain at ddibynnu ar eraill i gael mynediad at wasanaethau digidol ar ran pobl hŷn, a all gyfyngu eu gallu i reoli diogelwch eu data (Hasse et al., 2021).

Wrth i fwy o wasanaethau symud ar-lein, mae nifer cynyddol o bobl hŷn yn dibynnu ar aelodau o'r teulu neu ofalwyr i reoli tasgau digidol ar eu rhan (Age UK, 2023; Carers UK, 2023; Hasse et al., 2021). Heb reolaeth uniongyrchol dros eu cyfrifon ar-lein, gall oedolion hŷn wynebu risg uwch o gael eu hecsbloetio gan y bobl agosaf atyn nhw. Gall y ddibyniaeth yma adael pobl hŷn mewn mwy o risg o gamdriniaeth ariannol, twyll, dwyn hunaniaeth a gorfodaeth.

# Dull sy'n Canolbwyntio ar Ymarferwyr

## Mynd i'r Afael â'r Bwlch: Poblogaeth sy'n Heneiddio a Chamdriniaeth sydd wedi'i Hwyluso gan Dechnoleg

Mae staff ac ymarferwyr rheng flaen a'r system cyfiawnder troseddol yn fwyfwy ymwybodol o rôl technoleg wrth hwyluso camdriniaeth ddomestig. Er hynny, mae natur ac effaith camdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg ar ddioddefwyr hŷn yn dal heb eu harchwilio.

Nod y canllaw yma yw mynd i'r afael â'r bwlch yma ac mae'n dwyn ynghyd wybodaeth, mewnwelediadau a data gan y canlynol:

Mae Heddlu Dyfed-Powys yn diogelu pobl sy'n byw, yn gweithio ac yn ymweld â Siroedd Caerfyrddin, Ceredigion, Penfro a Phowys, sef yr ardal blismona ddaearyddol fwyaf yng Nghymru a Lloegr. Mae hyn yn cynnwys dros filiwn hectar o dir amaethyddol, mwy na 350 milltir o arfordir, ac mae'n ymestyn o Dyddewi yn y gorllewin i Grucywel yn y dwyrain, a hyd at y Trallwng a Machynlleth yn y gogledd.

Mae Heddlu Dyfed-Powys yn gwasanaethu mwy na 515,000 o bobl, sy'n cynyddu'n sylweddol gyda thwristiaid bob blwyddyn. Mae bron hanner cyfanswm y boblogaeth breswyl yn 45 oed a throsodd, ac mae 22% dros 65 oed.

Mae Menter Dewis Choice sydd wedi'i lleoli yn y Ganolfan ar gyfer Oedran, Rhywedd a Chyfiawnder Cymdeithasol ym Mhrifysgol Aberystwyth wedi cydgynhyrchu ymyrraeth arloesol ar lawr gwlad, a ddatblygwyd gyda'r gymuned i helpu dioddefwyr hŷn sydd wedi goroesi camdriniaeth ddomestig gan bartneriaid, cyn-bartneriaid, neu aelodau o'r teulu sydd mewn oed. Drwy gyfuno darparu gwasanaethau'n uniongyrchol ag ymchwil arloesol, mae Dewis Choice yn arwain yr astudiaeth hydredol gyntaf sy'n edrych ar wneud penderfyniadau yn ddiweddarach mewn bywyd. Trwy wrando ar oroeswyr-ddioddefwyr hŷn, mae'r fenter yn nodi'r hyn sy'n gweithio a sut y gall gwasanaethau, gan gynnwys tai, plismona, iechyd, gofal cymdeithasol, a'r trydydd sector, wella'u hymatebion. Mae'r model yma sy'n seiliedig ar hawliau ac wedi'i fwydo gan ymchwil yn sicrhau bod cymorth yn cael ei deilwra at anghenion penodol oedolion hŷn.

Mae PEGS (Cymorth Twf Addysg Rhieni), sydd wedi'i leoli yn Swydd Amwythig a Swydd Derby, yn fenter gymdeithasol arloesol sy'n gweithio ochr yn ochr â rhieni, gofalwyr a gwarcheidwaid yr effeithir arnynt gan gamdriniaeth plentyn-i-riant (CPA), gan gynnwys camdriniaeth gan blant sy'n oedolion. Gan gyfuno darparu gwasanaeth uniongyrchol, eiriolaeth, hyfforddiant proffesiynol, a dylanwad polisi, mae PEGS yn sbarduno dealltwriaeth genedlaethol o CPA ac yn gwella ymatebion y rheng flaen.

Trwy ymgysylltu'n barhaus â miloedd o rieni, mae PEGS yn cyd-gynhyrchu ac yn darparu gwasanaethau sy'n adlewyrchu profiadau yn y byd go iawn, a hefyd yn llywio'r arferion gorau ar draws plismona, addysg, tai, iechyd, gofal cymdeithasol a'r trydydd sector.

Mae'r model yma sy'n seiliedig ar hawliau ac yn cael ei lywio gan drawma yn sicrhau bod cymorth wedi'i deilwra i anghenion rhieni, a bod gan weithwyr proffesiynol y dulliau a'r ddealltwriaeth i ymateb yn effeithiol. Mae PEGS hefyd yn cyfrannu at bolisi cenedlaethol, ar ôl helpu i sicrhau bod CPA wedi'i gynnwys yng nghanllawiau statudol Deddf Camdriniaeth Ddomestig 2021, ac wedi arwain Diwrnod Ymwybyddiaeth o Gamdriniaeth Plant i Rieni blynyddol y Deyrnas Unedig.



Mae'r canllaw yma yn becyn cymorth cynhwysfawr i ymarferwyr sy'n ymateb i gamdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg, ac mae'n rhoi cyngor a chanllawiau a all gael eu rhoi ar waith gan staff rheng flaen ac ymarferwyr sy'n gweithio gyda dioddefwyr hŷn camdriniaeth ddomestig, stelcio ac aflonyddu.

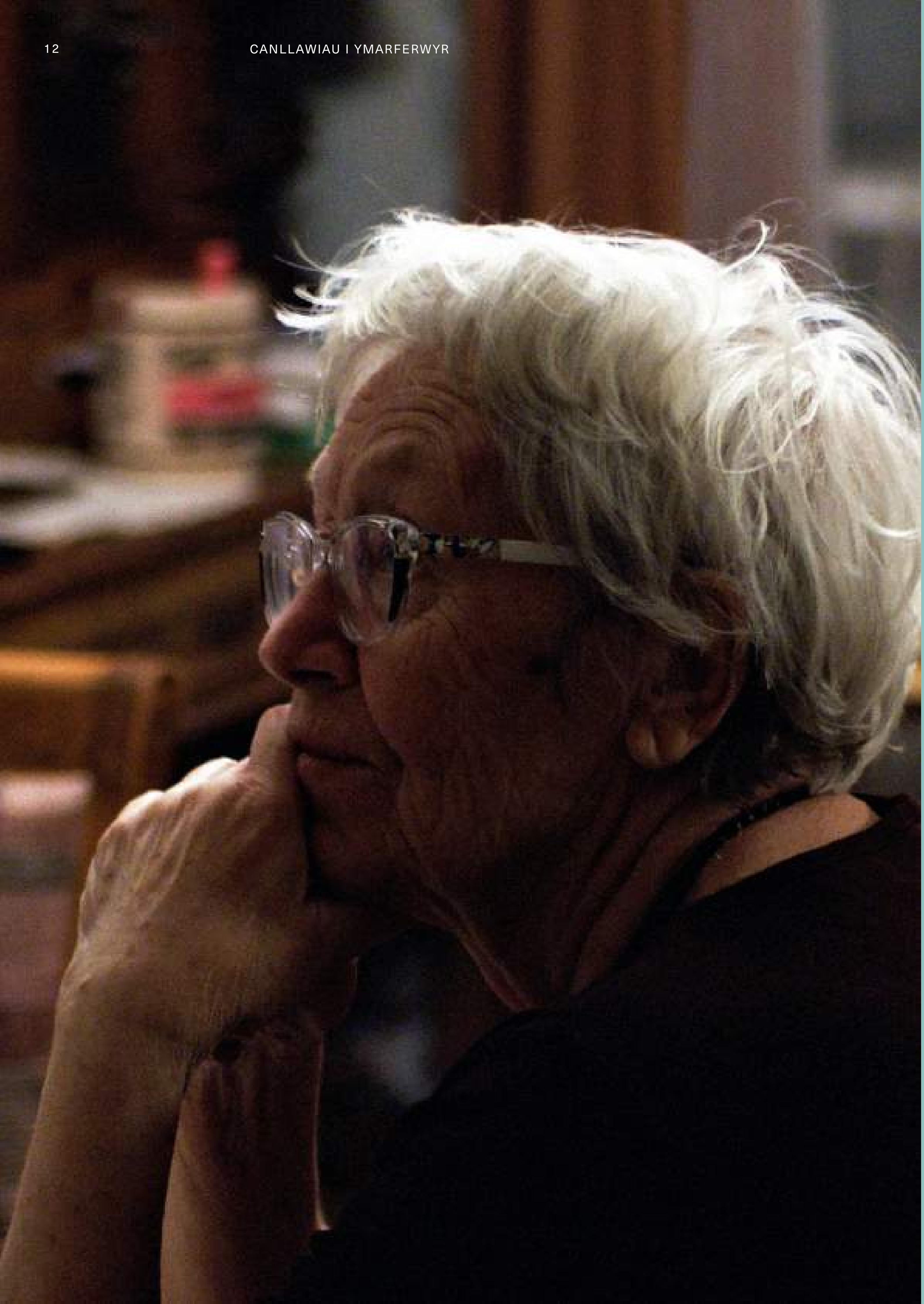
**Nodyn Pwysig:** Mae'r canllaw yma wedi'i fwriadu i'w ddefnyddio gan weithwyr proffesiynol yn unig. **Ni ddylid** rhannu'r ddogfen yn uniongyrchol gyda dioddefwyr, oherwydd y risg bosibl y bydd y troseddwr yn ei weld.

Mae'r canllawiau hyn yn ceisio helpu ymarferwyr i:
1. Ddeall sut y gellir camddefnyddio technoleg i gyflawni camdriniaeth yn erbyn dioddefwyr hŷn.
2. Cydnabod sut mae rheolaeth drwy orfodaeth yn gysylltiedig â chamdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg mewn achosion o gamdriniaeth gan bartner agos a chamdriniaeth gan deulu mewn oed sy'n cynnwys oedolion hŷn.
3. Cael mynediad i gyngor a chanllawiau ymarferol i gefnogi dioddefwyr hŷn i wella'u seiberddiogelwch.
4. Integreiddio strategaethau amddiffynnol mewn cynlluniau diogelwch a rheolaeth risg barhaus gyda dioddefwyr hŷn.
5. Datblygu dealltwriaeth o'r ddeddfwriaeth allweddol sy'n berthnasol i gamdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg.

Bydd y canllaw'n ymdrin ag ystod eang o dechnoleg y gall troseddwyr ei chamddefnyddio, er nad yw'n rhestr gynhwysfawr.

Sylwch: er bod y canllawiau yma yn cynnwys cyngor technegol cyfredol, nid yw'n gwneud unrhyw ymgais i asesu'r risg o roi'r cyngor yma ar waith. Dylai ymarferwyr ystyried amgylchiadau unigol pob oedolyn hŷn y maen nhw'n ymgysylltu â nhw a phenderfynu sut y dylid mabwysiadu'r cyngor a gyflwynir er mwyn diogelu'r dioddefwr a pha bryd. Er enghraifft, pan fo troseddwr a dioddefwr yn cyd-fyw, gall ymddygiadau a all gael eu canfod gan droseddwr, megis newid cyfrinair er mwyn cloi troseddwr allan o gyfrif, roi'r dioddefwr mewn mwy o risg o gael niwed. Gellid penderfynu gohirio'r weithred tan nad yw'r dioddefwr yn byw gyda'r troseddwr mwyach.

At ddibenion y canllaw yma, mae'r termau 'oedolion hŷn' a 'phobl hŷn' yn cyfeirio at oedolion 55 oed a throsodd er mwyn adlewyrchu'r ymchwil a'r llenyddiaeth sydd ar gael. Mae'r canllaw'n cynnwys astudiaethau achos sydd wedi'u hanonymeiddio. Byddwn yn defnyddio'r term 'dioddefwr' trwy'r canllaw i gyd er mwyn adlewyrchu canllawiau cyfreithiol Gwasanaeth Erlyn y Goron (CPS). Mae'r term 'dioddefwr' yn cwmpasu termau eraill fel 'achwynydd/achwynwyr' a 'dioddefwr/dioddefwyr'. Wrth ymateb i oedolion hŷn sy'n profi, neu sydd wedi profi, camdriniaeth ddomestig, stelcio neu aflonyddu, dylai ymarferwyr ddefnyddio terminoleg mae'r oedolyn hŷn yn gyffyrddus â hi.





# Deall Camdriniaeth Ddomestig a Niwed wedi'i Hwyluso gan Dechnoleg

Diffinnir camdriniaeth ddomestig yn gyfreithiol yn Adran 1 o Ddeddf Camdriniaeth Ddomestig 2021 (Cymru a Lloegr) fel hyn:

> *"a single incident or course of conduct between those who are aged 16 years or over who are, or have been, intimate partners or family members."*

Mae'r diffiniad yma yn niwtral o ran rhywedd, gan gydnabod y gall menywod, dynion, a phobl anneuaidd fod yn ddioddefwyr.

Mae'r diffiniad cyfreithiol yn cwmpasu gwahanol fathau o gamdriniaeth, gan gynnwys:
- Cam-drin corfforol
- Cam-drin rhywiol
- Cam-drin economaidd
- Cam-drin emosiynol a seicolegol
- Ymddygiad gorfodi neu ymddygiad rheoli

Mae ymchwil Dewis Choice (2015-2025) wedi canfod bod camdriniaeth ddomestig, fel yn achos grwpiau oedran iau, yn fwy i lawer o ddioddefwyr-oroeswyr hŷn, nag un digwyddiad a'i bod yn cynnwys patrymau parhaus o ymddygiadau niweidiol, yn aml yn cynnwys sawl math o gam-drin (Wydall et al., 2021). Gall y troseddwyr dargedu mwy nag un unigolyn o fewn perthynas agos neu uned deuluol. Hefyd, gall dioddefwyr-oroeswyr hŷn fod yn cael eu cam-drin gan sawl troseddwr naill ai ar yr un pryd neu ar y cyd.

# Ymddygiad Gorfodi neu Ymddygiad Rheoli

Gan gydnabod natur amlochrog camdriniaeth ddomestig, sy'n ymestyn y tu hwnt i drais corfforol, mae Llywodraeth y Deyrnas Unedig wedi gwneud ymddygiad gorfodi a rheoli yn drosedd o dan adran 76 o Ddeddf Troseddau Difrifol 2015.

Er mwyn i'r drosedd o ymddygiad gorfodi neu reoli fod wedi digwydd, mae Adran 76 o'r Ddeddf Troseddau Difrifol yn dweud hyn: Rhaid i'r ymddygiad gorfodi neu reoli ddigwydd "repeatedly or continuously". Mae "continuously" yn golygu ar sail barhaus.

Rhaid i'r patrwm ymddygiad gael "serious effect" ar y dioddefwr – sy'n golygu eu bod nhw wedi cael eu hachosi

*NAILL AI*
- i ofni y bydd trais yn cael ei ddefnyddio yn eu herbyn ar "at least two occasions",

*NEU*
- i ddioddef braw neu drallod difrifol sy'n cael "substantial adverse effect" ar weithgareddau arferol y dioddefwr o ddydd i ddydd.

Rhaid i'r ymddygiad fod yn ymddygiad y mae'r troseddwr yn gwybod y bydd yn cael effaith ddifrifol ar y dioddefwr neu lle dylai'r troseddwr wybod hynny.

- Mae'r troseddwr a'r dioddefwr mewn perthynas agos neu wedi bod mewn perthynas agos

*NEU*
- Mae'r troseddwr a'r dioddefwr yn berthnasau (fel y'i diffinnir gan Ddeddf Cyfraith Teulu 1996)

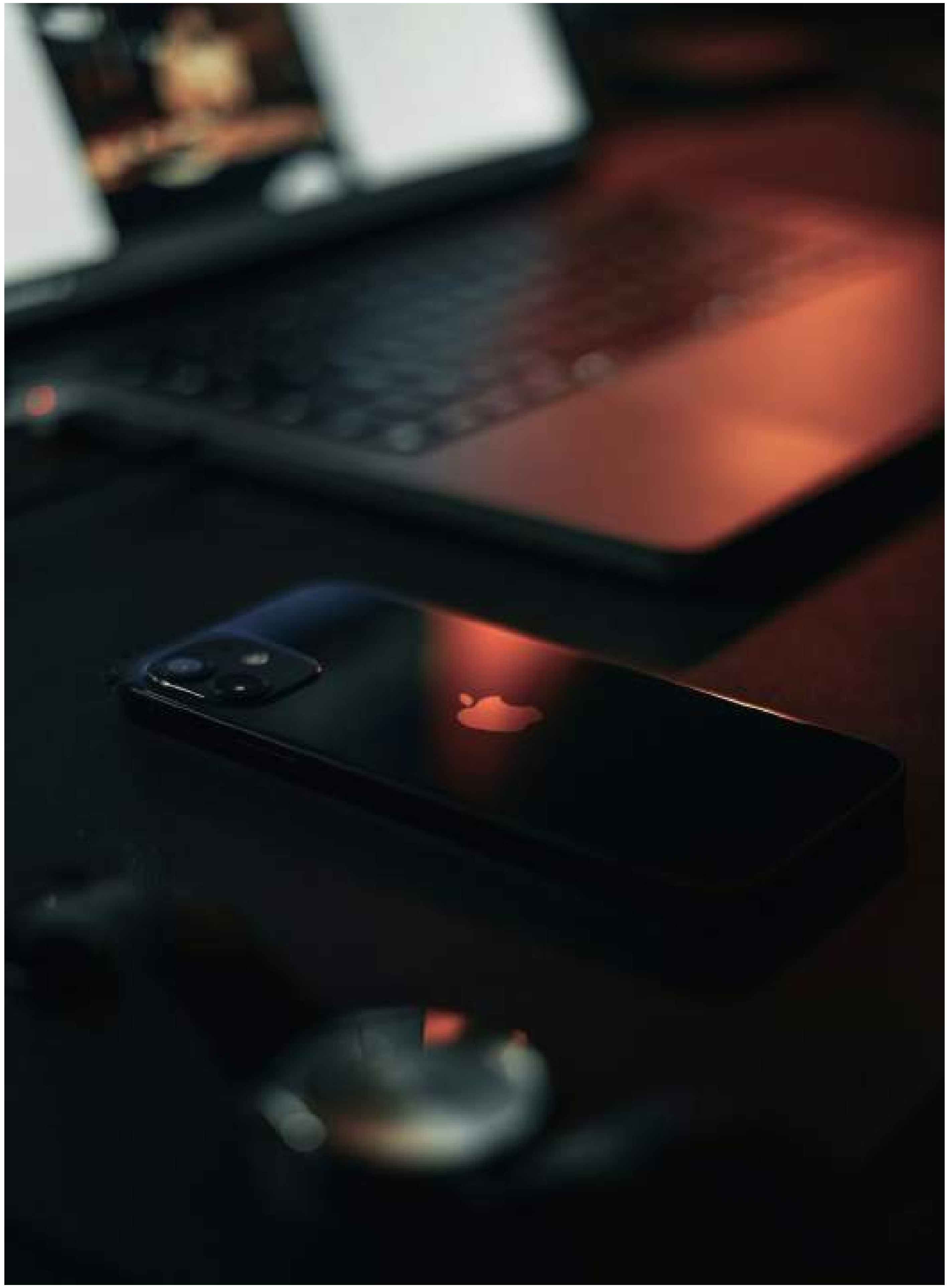
Mae'r ddeddfwriaeth yn sefydlu ymddygiad gorfodi neu reoli yn gadarn fel trosedd (gweler Bishop a Bettinson, 2018) ac fe'i hystyrir yn gam pwysig wrth adlewyrchu profiadau pobl o fictimeiddio yn well (Women's Aid, 2023).

Mae rheolaeth drwy orfodaeth, fel y'i disgrifir gan Stark (2007), yn batrwm o ymddygiadau camdriniol a ddefnyddir gan un person i drin a dominyddu ac ecsbloetio un arall. Gall tactegau rheoli gynnwys bygythiadau, gwylio'n gyson, monitro gormodol (Okun, 1986) ac ynysu'r dioddefwr oddi wrth ffrindiau a theulu. Trwy ddatgan pŵer a rheolaeth, mae'r troseddwr yn erydu annibyniaeth y dioddefwr, gan orfodi'r dioddefwr i gydymffurfio ag ymddygiadau a phatrymau meddwl penodol trwy fygylu, pwysau neu fygythiadau. Gall ymddygiad rheoli o'r fath ymdreiddio i bob agwedd ar fywyd y dioddefwr.

Yn wahanol i fathau amlwg o gamdriniaeth, gall ymddygiadau gorfodi neu reoli fod yn gynnil, gan ei gwneud hi'n anodd i ddioddefwyr a hyd yn oed ymarferwyr eu hadnabod. Er bod corff mawr o ymchwil sy'n trafod ymddygiadau gorfodi neu reoli, mae'r ymchwil yn canolbwyntio'n bennaf ar brofiadau dioddefwyr benywaidd ifanc, heterorywiol sydd wedi'u cam-drin gan bartneriaid gwrywaidd o fewn perthnasoedd agos (Freeman, 2022).

Yn achos oedolion hŷn, gall ymddygiad gorfodi neu reoli ymddangos yn wahanol i oedolion iau (Olwyn Pŵer a Rheolaeth wedi'i Haddasu gan Dewis Choice: Atodiad A.). Gall ymddygiadau rheoli gael eu cuddio gan rolau rhywedd traddodiadol (Zerk, 2025). Yn achos pobl hŷn sydd ag anghenion gofal a chymorth, gall ymddygiadau gorfodi neu reoli ymddangos ar ffurf 'gofalu' a allai ei gwneud hi'n anoddach i'r oedolyn hŷn adnabod yr ymddygiad fel ymddygiad camdriniol (Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, 2017). Gall troseddwyr fanteisio ar eu perthynas â'r person hŷn, yn ogystal â disgwyliadau ynglŷn ag ymddiriedaeth, neu ddiffyg gwybodaeth gyfreithiol neu ariannol, i arfer rheolaeth dros eu penderfyniadau a'u hadnoddau ariannol.

Gyda chynnydd technoleg ddigidol, mae ymddygiadau gorfodi neu reoli yn cael eu cyflawni'n fwyfwy drwy ddefnyddio dyfeisiau digidol ac ar-lein, gan ymestyn cyrhaeddiad a dylanwad y troseddwyr ymhellach.





## Natur a Graddfa Camdriniaeth wedi'i Hwyluso gan Dechnoleg

Mae camdriniaeth ddomestig wedi'i hwyluso gan dechnoleg, y cyfeirir ato weithiau fel camdriniaeth ddigidol, yn cynnwys defnyddio technolegau ac offer digidol i fonitro neu reoli dioddefwyr, neu i gyflawni camdriniaeth ariannol. Nid yw cam-drin trwy dechnoleg yn ffenomen newydd ac mae'n debygol o ddigwydd ochr yn ochr â mathau eraill o gam-drin (Brookfield et al., 2024; Cuomo a Dolci, 2021; Kelly, 1988). Er hynny, yn wahanol i fathau eraill o gamdriniaeth, nid yw camdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg yn gofyn am agosrwydd corfforol i'r dioddefwr. Gall troseddwyr gamddefnyddio technoleg i fonitro gweithgareddau dioddefwyr mewn amser real neu yn ôl-weithredol, yn aml heb yn wybod i'r dioddefwyr (Harris a Woodlock, 2018; Leitao, 2021).

Er bod camdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg yn cael ei chydnabod fel math o gamdriniaeth ddomestig, ar hyn o bryd does dim diffiniad statudol na diffiniad a dderbynnir yn eang yng Nghymru a Lloegr.

## Cynnydd Camdriniaeth Ddomestig wedi'i Hwyluso gan Dechnoleg

Mae troseddwyr yn defnyddio technoleg ddigidol yn fwyfwy i fygwth, stelcio neu aflonyddu dioddefwyr (Christie a Wright, 2020). Mae deall pryd y gall cam-drin ddigwydd hefyd yn bwysig, oherwydd er y gall camdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg ddigwydd yn ystod perthynas, mae 80% o'r adroddiadau yn cael eu cychwyn ar ôl i berthynas chwalu (Action Fraud, 2020-2023).

Yn ôl arolwg gan Refuge (2021):

> *Between April 2020 and May 2021, there was a 97% increase in complex cases involving technology-facilitated abuse that required specialist input.*
> *It is estimated that 1 in 3 women have experienced online abuse perpetrated on social media or other online platforms at some point in their lives;*
> *of these women 1 in 6 have experienced this abuse from a partner or ex-partner.*

Er gwaethaf y ffigurau brawychus hyn, cyfyngedig yw'r data ar brofiadau dioddefwyr sy'n dioddef camdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg dan law aelodau o'r teulu mewn oed, neu sut mae'r math yma o gam-drin yn effeithio ar bobl hŷn.

## Data Troseddau Heddlu Dyfed-Powys – Dioddefwyr Hŷn

Rhwng 1 Mai 2024 a 30 Ebrill 2025 (cyfnod o 12 mis), cofnododd Heddlu Dyfed-Powys 951 o droseddau domestig yn cynnwys dioddefwyr 55 oed a throsodd. Nododd adolygiad o'r data cryno ar gyfer y troseddau hyn 101 o droseddau lle defnyddiwyd technoleg. Er hynny, mae'n debygol bod nifer gwirioneddol y troseddau sy'n gysylltiedig â thechnoleg yn uwch, gan nad yw defnydd technoleg yn cael ei nodi fel rhan o'r drefn mewn crynodebau achos oni bai ei fod wedi'i enwi fel y prif ffactor.

Mae'r troseddau a nodwyd yn cynnwys technoleg wedi'u grwpio ar draws 23 o gategorïau'r Swyddfa Gartref ac maen nhw wedi'u rhannu fel a ganlyn:

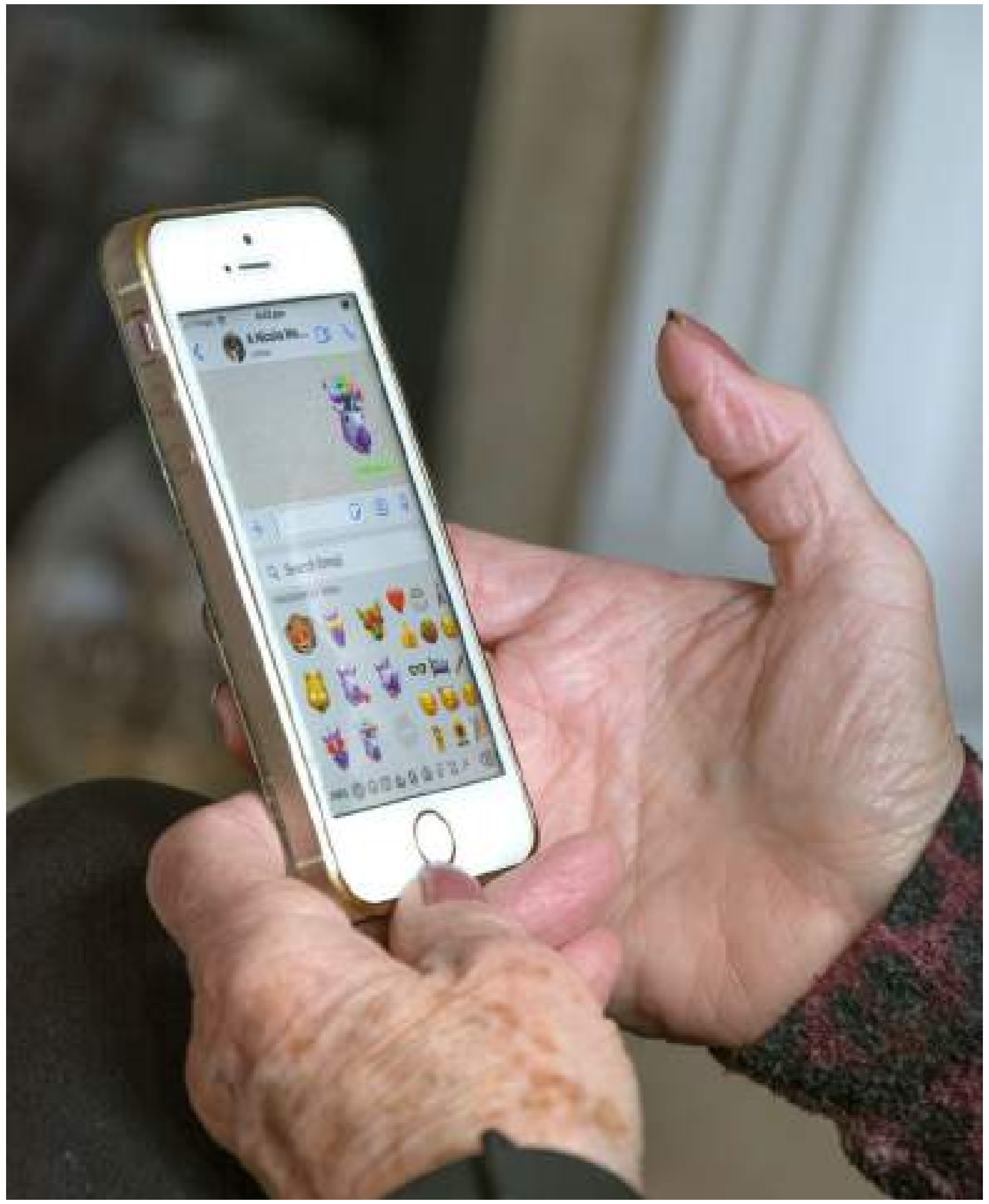
| **Y Dechnoleg a Ddefnyddiwyd** | **Nifer y troseddau** | **% o gyfanswm y troseddau domestig (n=951)** |
|---|---|---|
| AirTag (Dyfais/tab tracio bach) | 1 | 0.1% |
| Mynediad i Gyfrifon Banc | 14 | 1.5% |
| Cyfathrebu digidol (galwadau, negeseuon testun, negeseuon llais, negeseuon/postiadau yn y cyfryngau cymdeithasol, negeseuon ebost) | 82 | 8.6% |
| Drôn | 1 | 0.1% |
| Tracio a Recordio Ffôn Symudol | 1 | 0.1% |
| CCTV | 1 | 0.1% |
| Fideo | 1 | 0.1% |
| **Cyfanswm** | **101** | **10.6%** |

Mae data troseddau Heddlu Dyfed-Powys yn tanlinellu mai cyfathrebu digidol yw'r math o dechnoleg a ddefnyddir amlaf mewn troseddau domestig sy'n gysylltiedig â defnyddio technoleg ac sy'n cynnwys dioddefwyr hŷn.



## PEGS – Dioddefwyr Hŷn Camdriniaeth Ddigidol

Mae PEGS (Parental Education Growth Support) yn cynnwys cwestiwn penodol ar ei ffurflen atgyfeirio sy'n holi unigolion am brofiadau o gamdriniaeth ddigidol. Mae hyn yn cynnwys monitro wedi'i hwyluso gan dechnoleg, stelcio, aflonyddu ac ymddygiad rheoli. Datgelodd adolygiad o ddata atgyfeirio PEGS oedd yn cynnwys 350 o unigolion hŷn, 56 oed a throsodd, fod 14% (n=49) wedi dweud eu bod wedi profi camdriniaeth ddigidol. Yn yr achosion hyn, cyflawnwyd y gamdriniaeth gan naill ai eu plentyn neu rywun roedd ganddyn nhw gyfrifoldeb rhiant drosto, megis ŵyr neu wyres.



# Profiadau Oedolion Hŷn o Gamdriniaeth wedi'i Hwyluso gan Dechnoleg

I unigolion hŷn, gall camdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg fod yn arbennig o ddifrifol am nad ydyn nhw'n gyfarwydd iawn â thechnoleg, sy'n eu gwneud yn llai tebygol o fod yn ymwybodol o ymddygiadau camdriniol neu sut i'w hadnabod. Hefyd, gall unigolion hŷn fod yn fwy dibynnol ar droseddwyr am gefnogaeth dechnolegol neu i lywio drwy dechnoleg. Yn y cyd-destun yma, mae technoleg yn dod yn arf i droseddwyr gynnal goruchafiaeth, ynysu dioddefwyr, a thrin eu hymdeimlad o ddiogelwch ac annibyniaeth i'w hecsbloetio'n ariannol.

Bydd yr adran yma o'r canllaw yn edrych ar saith math o gamdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg, gan gynnwys: tracio a gwylio; monitro; rheoli a thrin dyfeisiau clyfar; camddefnyddio llwyfannau talu a thanysgrifiadau digidol; defnydd diawdurdod o gyfrifon bancio a siopa ar-lein; rheolaeth drwy orfodaeth drwy esgus helpu; a chamdriniaeth wedi'i seilio ar ddelweddau.

# Tracio a Gwylio

Mae technolegau digidol wedi cynyddu mynediad at wybodaeth bersonol yn sylweddol, gan gynnwys union leoliadau, rhwydweithiau cymdeithasol, a threfniadau dyddiol. Yng nghyd-destun camdriniaeth ddomestig, gall troseddwyr fanteisio ar y technolegau hyn i dracio neu wylio'u partner agos neu aelod o'r teulu. Mae tracio yn cyfeirio at ddilyn symudiadau neu weithredoedd person, yn aml drwy ddefnyddio technoleg GPS, apiau rhannu lleoliad, neu hyd yn oed monitro patrymau trafnidiaeth a gwariant.

**Tracio:**

**Ymddygiad Troseddwr**

- *Ffonau clyfar, Llywio Lloeren a GPS:* Gallai troseddwyr osod apiau tracio neu ddefnyddio nodweddion GPS sy'n rhan o ddyfeisiau symudol clyfar i fonitro lleoliad y dioddefwr. Mae oedolion hŷn, sydd efallai ddim yn ymwybodol o'r nodweddion hyn (neu sut i'w hanalluogi), yn arbennig o agored i niwed yn y senario yma.

- *Tracwyr Bluetooth:* Dyfeisiau arbenigol a all gael eu prynu a'u cuddio yn y cerbyd. Gall y rhain gael eu pweru gan y car (gan stopio trosglwyddo pan gaiff yr injan ei diffodd) ond gellir eu pweru gan fatri hefyd.

- *Dashcams:* Yn cael eu defnyddio i gofnodi beth sy'n digwydd yn ystod taith cerbyd. Er hynny, gellir eu camddefnyddio fel traciwr i weld ble mae'r cerbyd wedi bod. Mae rhai dashcams hefyd yn recordio y tu mewn i'r cerbyd yn ogystal â'r tu allan. Mae rhai dashcams yn defnyddio storfa yn y cwmwl ac yn gallu ffrydio lluniau'n fyw.

- *Dyfeisiau Gwisgadwy:* Gallai tracwyr ffitrwydd neu watshis sy'n gallu rhannu lleoliad gael eu defnyddio i dracio lleoliad dioddefwyr.

- *Cyfryngau Cymdeithasol:* Tracio lleoliad trwy 'check-ins' yn y cyfryngau cymdeithasol neu weithgareddau ar-lein.

- *Rhannu Lleoliad trwy Gyfrif:* Os ydych chi'n defnyddio ap neu wasanaeth y gellir mewngofnodi iddo rywle arall, gallai rhywun arall dracio'ch lleoliad trwy fewngofnodi i'r cyfrif. Er enghraifft, wrth ddefnyddio Google Maps wrth fewngofnodi i gyfrif Google, os gall rhywun arall fewngofnodi i'ch cyfrif Google ar ddyfais wahanol byddan nhw'n gallu gweld ble mae defnyddwyr eraill y cyfrif.

- *Tracwyr Dementia:* Er eu bod yn ddyfais ddefnyddiol at ddiogelu unigolion â dementia, gellir eu camddefnyddio fel offeryn i reoli a chyfyngu ar annibyniaeth unigolyn.

- *Apiau/Cyfrifon Siopa:* Gall cyfrifon siopa ar-lein ddal gwybodaeth sensitif, gan gynnwys manylion banc, cyfeiriad cartref, a hanes prynu. Gallai troseddwr sy'n dal â mynediad i'r cyfrifon hyn ddefnyddio gwybodaeth o'r fath i stelcio ac aflonyddu dioddefwr.

**Ymateb Cyflym yr Ymarferydd**
Addysgu dioddefwyr ar osodiadau a nodweddion dyfais:

- Os oes gan droseddwr a dioddefwr fynediad i'r un car, efallai y bydd y dioddefwr eisiau tynnu hanes y mannau yr ymwelwyd â nhw sydd wedi'u storio yn y ddyfais llywio lloeren sy'n rhan o'r car. Edrychwch ar lawlyfr y car (neu wefan y gwneuthurwr) am fanylion sut i wneud hyn. Os yw'r dioddefwr yn defnyddio offeryn mapio ar wahân (er enghraifft Google Maps), yna bydd troseddwr sydd â mynediad i'w gyfrif Google hefyd yn gallu gweld rhestr o leoedd diweddar. Wrth ddileu lleoliadau sensitif o'r ddyfais lywio neu o hanes y cerbyd, dylai dioddefwyr wneud hynny lle na fyddan nhw'n cael eu gweld gan y troseddwr – cyn cychwyn am adref, neu rywle ar hyd y ffordd (ar ôl parcio'n ddiogel).

- Os yw dioddefwr yn amau eu bod yn cael eu stelcio trwy draciwr ar eu car, dylen nhw roi gwybod am hyn i'r heddlu, sydd ag offer arbenigol i wirio cerbydau. Efallai y bydd dioddefwyr hefyd eisiau siarad â'u delwyr ceir neu eu mecanig am 'ysgubo' y car am ddyfeisiau tracio y gallai troseddwr fod wedi'u gosod ar y car i'w fonitro o bell.

- Os yw'r dioddefwr yn gallu, dylen nhw reoli mynediad i'r dashcam, unrhyw storfa yn y cwmwl, ac unrhyw ddyfais y mae fideo yn cael ei ddal arni, drwy ddefnyddio cyfrinair cryf, ar wahân.

- Os yw'r dioddefwr yn gyrru i leoliad sensitif – e.e., gorsaf heddlu, gwasanaethau iechyd, lloches, etc – gallen nhw osod y llywiwr lloeren i leoliad cyfagos yn hytrach na'r union le. Wedyn all y troseddwr ddim gweld eu hunion gyrchfan yn hanes y ddyfais na hanes tracio'r cerbyd. Efallai y byddan nhw eisiau ategu eu 'alibi' e.e., prynu rhywbeth o siopau os dyna lle maen nhw'n honni eu bod nhw wedi bod.

- Esboniwch sut mae nodweddion rhannu lleoliad yn gweithio ar ffonau clyfar, dyfeisiau gwisgadwy, ac apiau. Dangoswch sut i analluogi GPS neu osodiadau tracio lleoliad ar ddyfeisiau a ddefnyddir yn gyffredin.

- Anogwch nhw i ddileu unrhyw apiau anghyfarwydd neu amheus ac argymell y dylen nhw osod meddalwedd diogelwch dibynadwy i ganfod ysbïwedd.

- Cadwch y ddyfais wisgadwy sydd wedi'i pharu i ffwrdd o'r troseddwr a newidiwch gyfrineiriau ar y ddyfais wedi'i pharu, a'r cyfrif ar-lein os yw'n berthnasol.

- Os yw'r person hŷn am rannu lleoliad, er enghraifft, Life360 neu Snapmap yn Snapchat, gofynnwch iddyn nhw ystyried gyda phwy maen nhw am rannu ac a oes angen rhannu hyn bob amser. Anogwch nhw i feddwl am y rheswm pam maen nhw'n rhannu eu lleoliad, a'u cyfyngu nhw i ychydig o unigolion dibynadwy.

- Os nad oes ar yr oedolyn hŷn angen dull tracio lleoliad mewn ap, diffoddwch e. Mae modd gwneud hyn trwy osodiadau'r ffôn trwy ddiffodd gwasanaethau lleoliad ar gyfer yr ap. Mewn rhai apiau gellir gwneud hyn yn yr ap hefyd – e.e. ar Snapchat gallwch ddiffodd gwasanaethau lleoliad yn y gosodiadau, a gallwch osod 'ghost mode' ar gyfer Snapmap (sy'n golygu na all neb weld eich lleoliad).

Er y gall tracio gynnwys gwiriadau achlysurol neu benodol, mae gwylio yn tueddu i fod yn fwy parhaus ac ymwthiol. Mae gwylio'n cynnwys monitro parhaus neu systematig, fel arfer heb yn wybod i'r dioddefwr. Gallai hyn gynnwys cyrchu cofnodion ffôn, monitro rhyngweithiadau yn y cyfryngau cymdeithasol, neu ddefnyddio ysbïwedd i arsylwi ar weithgarwch ar-lein.

**Gwylio:**

**Ymddygiad troseddwr (heb yn wybod i'r dioddefwr)**

- Dyfeisiau Cartref Clyfar: Gallai troseddwyr gyrchu dyfeisiau sy'n gysylltiedig â'r rhyngrwyd fel camerâu, clychau drws, seinyddion dan reolaeth llais, neu fonitorau (defnyddio monitor babi neu fonitor nain a thaid) o bell i arsylwi ar weithgareddau dyddiol y dioddefwr heb yn wybod iddyn nhw.

- Recordio'r dioddefwr yn gyfrinachol gyda chamerâu e.e. CCTV.

- Ysbïwedd neu stelcwedd wedi'i gosod ar ddyfais i dracio'r dioddefwr yn ddiarwybod. Gellir prynu'r feddalwedd yma ar-lein a'i gosod yn hawdd os gall y troseddwr gael mynediad i'r ddyfais. Mae enghreifftiau o'r feddalwedd yma yn cynnwys FlexiSpy a WebWatcher.

- Gall rhai mathau o ysbïwedd gynnwys cerdyn SIM a all gael ei ddefnyddio fel dyfais gwrando o fewn cerbyd.

**Ymateb Cyflym yr Ymarferydd**
Cynghorwch y dioddefwyr sut i ddiogelu Dyfeisiau Cartref Clyfar trwy wneud y canlynol:

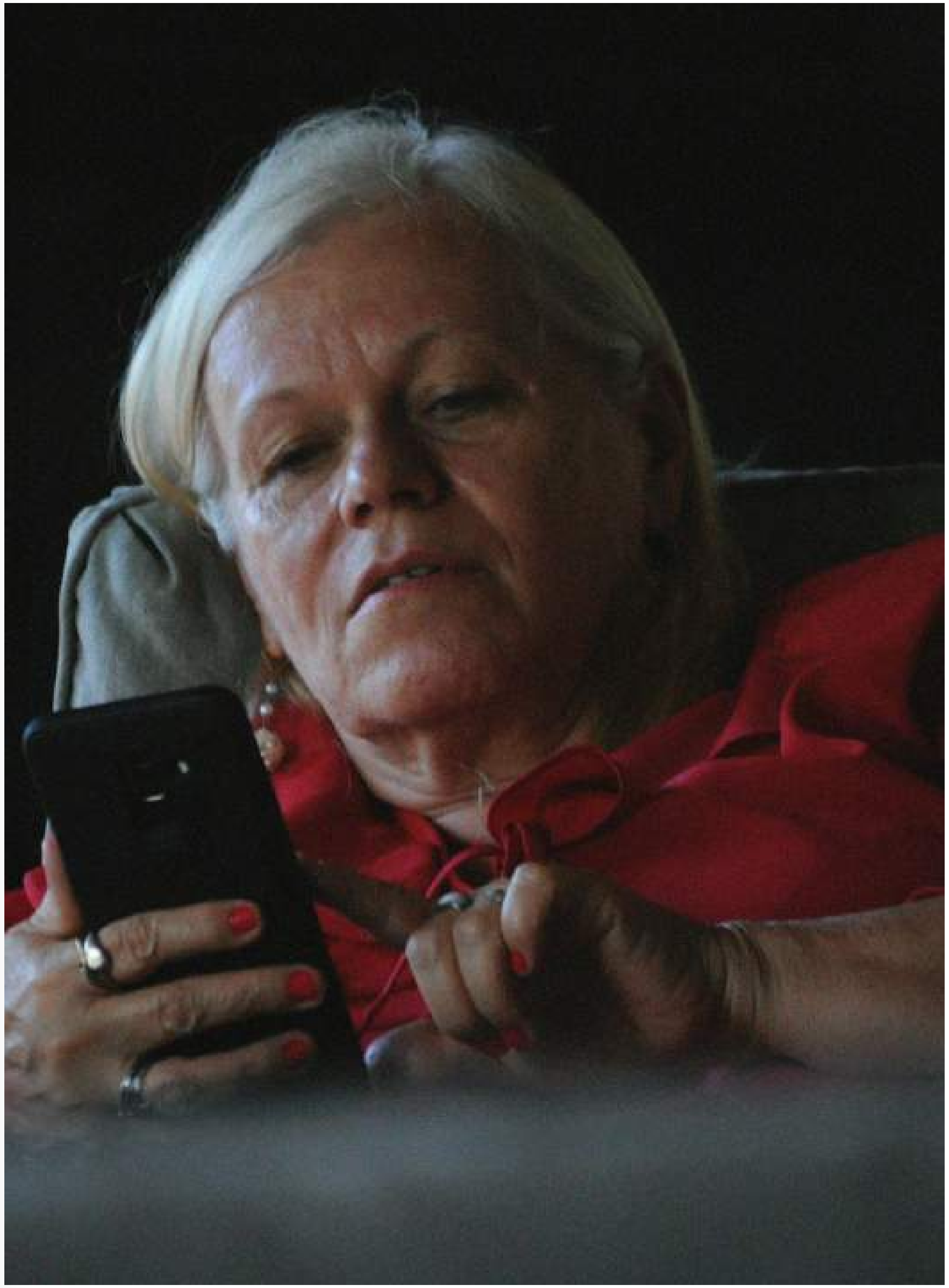
- Ailosod gwybodaeth fewngofnodi ar gyfer dyfeisiau cartref clyfar (e.e., clychau drws, camerâu, seinyddion dan reolaeth llais neu fonitorau babanod).

- Defnyddio cyfrineiriau unigryw, cryf a galluogi "dilysiad dau gam" i atal mynediad o bell gan y troseddwr.

- Datgysylltu dyfeisiau o gyfrifon a rennir y gallai'r troseddwr eu rheoli.

- Adnabod a thynnu apiau ar ddyfais nad yw'r person hŷn wedi'u gosod.

- Ailosod dyfeisiau ar osodiad y ffatri os oes amheuaeth bod troseddwr wedi gosod ysbïwedd/stelcwedd. Os oes gan y troseddwr fynediad i'r ddyfais, neu ydyn nhw wedi bod â mynediad iddi, newidiwch unrhyw gyfrineiriau neu godau y gallen nhw eu gwybod, gan ddileu eu manylion biometrig os yw'r rhain wedi'u defnyddio.



# Achos Ymarferol:
# Gwylio trwy Hacio a Mynediad Diawdurdod

**Jenny,**
**62 oed**

Daeth partner Jenny, Paul, i'w rheoli a'i cham-drin yn gorfforol yn fwyfwy dros eu perthynas deng mlynedd. Yn dilyn galw'r heddlu dro ar ôl tro i'w cartref, symudodd Paul i eiddo cyfagos. Er hynny, er eu bod nhw wedi gwahanu, parhaodd Jenny i gael ei cham-drin ar ffurf stelcio ac aflonyddu.

Sylwodd Jenny fod Paul bob amser yn gwybod ei symudiadau ymlaen llaw, gan gynnwys pan oedd hi'n disgwyl ymwelwyr neu grefftwyr. Disgrifiodd y teimlad fel pe bai hi o dan wyliadwriaeth gyson ond doedd hi ddim yn siŵr sut roedd Paul yn cael mynediad at yr wybodaeth yma.

**Sut cafodd Technoleg ei Chamddefnyddio:**

- Roedd Paul wedi cael mynediad diawdurdod i gyfrif ebost Jenny, gan ganiatáu iddo fonitro'i gohebiaeth breifat hi.
- Defnyddiodd y mynediad yma i ddarllen negeseuon rhwng Jenny a'i theulu a'i ffrindiau, a darparwyr gwasanaethau.
- Creodd Paul ail gyfrif ebost drwy ddefnyddio manylion Jenny, gan ei dynwared i gyfathrebu ag eraill heb yn wybod iddi.

**Ymyrraeth a Chefnogaeth:**
*Cefnogwyd Jenny i wneud y canlynol:*

- Canslo'r cyfrif ebost oedd wedi'i gyfaddawdu a sefydlu un newydd, diogel.
- Nodi'r holl lwyfannau a dyfeisiau digidol oedd yn gysylltiedig â'i hen ebost a'u diweddaru gyda'r wybodaeth newydd.
- Cryfhau ei diogelwch digidol trwy osod cyfrineiriau cryf a galluogi dilysiad dau gam.

Mae achos Jenny yn amlygu sut gall troseddwyr fanteisio ar dechnoleg i barhau i arfer rheolaeth ar ôl gwahanu. Mae hefyd yn tynnu sylw at ymateb arfer dda i sicrhau bod mesurau diogelwch digidol yn cael eu rhoi ar waith i helpu i ddiogelu'r oedolyn hŷn rhag rhagor o gamdriniaeth.

Gall tracio a gwylio fod yn offer pwerus a ddefnyddir mewn rheolaeth drwy orfodaeth, gan alluogi troseddwyr i gyfyngu rhyddid dioddefwr, ennyn ofn, ac arfer goruchafiaeth heb fod angen bod yn gorfforol bresennol.

# Monitro

Gall y rhai sy'n cyflawni camdriniaeth ddomestig gamddefnyddio technoleg fel offeryn ar gyfer goruchwylio a rheoli, gan fonitro symudiadau, gweithgareddau a rhyngweithiadau dioddefwr ag eraill yn agos (Tanczer et al., 2018, 2021; Lopez-Neira et al., 2019). Mae'r math yma o gam-drin yn galluogi troseddwyr i orfodi'r dioddefwr i gydymffurfio â'u rheolau, cyfyngu mynediad at rwydweithiau cymorth, a chyfyngu ar annibyniaeth. Trwy ysbïwedd, tracio lleoliad, neu fonitro gweithgarwch ar y ffôn a'r cyfryngau cymdeithasol, gall troseddwyr arfer goruchwyliaeth ddi-baid, lle mae dioddefwyr yn cael eu gwylio a'u rheoli drwy'r amser. Mewn rhai achosion, gallan nhw hefyd gyfyngu neu rwystro mynediad at gyfathrebu, gan rwystro cyswllt â ffrindiau, teulu neu wasanaethau cymorth. Mae'r rheolaeth dechnolegol yma yn atgyfnerthu'r teimlad bod y dioddefwr wedi'i ynysu a'i ddibyniaeth ar y troseddwr, gan ei gwneud hyd yn oed yn anoddach i ddioddefwyr geisio cymorth neu ddianc rhag y sefyllfa gamdriniol.

### Ymddygiad y Troseddwr

- Monitro cyfathrebiadau a gweithgareddau o ddydd i ddydd yn gyfrinachol, gan gynnwys logiau galwadau ffôn, negeseuon testun a chyfryngau cymdeithasol a gwasanaethau negeseua, a hanes y rhyngrwyd.
- Drwy ddefnyddio mynediad a rennir ac o bell, gall defnyddwyr wrando ar sgyrsiau a'u recordio.
- Cyrchu ffrydiau fideo byw o symudiadau ar yr aelwyd.
- Gall ysbïwedd neu stelcwedd gael eu gosod ar ffôn neu ddyfais arall i gael gafael ar gyfrineiriau yn gudd.
- Gall ysbïwedd gael ei chamddefnyddio i fonitro gweithgarwch dyfais, blocio swyddogaethau, dileu data a chael mynediad i'r camera neu'r meicroffon (Yardley, 2020).
- Os oes gan y dioddefwr gyfrif banc ar y cyd â'r troseddwr neu os oes gan y troseddwr fanylion mewngofnodi i gyfrif banc y dioddefwr, byddan nhw'n gallu gweld manylion unrhyw daliadau mae'r dioddefwr wedi'u gwneud, gan gynnwys lleoliadau.
- Gall troseddwyr fonitro trafodiadau ariannol er mwyn rheoli gwariant; gall hyn gynnwys sefydlu rhybuddion i roi gwybod pan fydd unrhyw beth yn cael ei brynu neu batrymau gwario.
- Gallai galwadau fideo gael eu monitro gan droseddwyr i weld ble mae'r dioddefwr a phwy sydd gyda nhw.
- Gall llwyfannau talu digidol, fel PayPal, gael eu camddefnyddio gan droseddwyr sydd â mynediad atyn nhw i drosglwyddo arian heb yn wybod i'r dioddefwr, yn ogystal â monitro a thracio gweithgarwch a thrafodiadau y cyfrif.



### Ymateb Cyflym yr Ymarferydd

- Os ydyn nhw'n derbyn galwad fideo, dylai'r oedolyn hŷn sicrhau nad oes eitemau yn y cefndir sy'n dangos eu lleoliad (e.e., golwg allan o'r ffenestr, gwaith papur a chyfeiriad arno). Er mwyn atal tracio lleoliad (bras) trwy gyfeiriad IP y dioddefwr, mae'r NCSC (y Ganolfan Seiberddiogelwch Genedlaethol) yn argymell defnyddio 3/4/5G yn lle Wi-Fi.
- Lle bo'n ddiogel gwneud hynny, dylid cynghori'r dioddefwr i agor cyfrif banc ar wahân yn eu henw nhw yn unig, sef cyfrif nad oes neb arall yn gallu cael mynediad ato.
- Mae'r mwyafrif o fanciau yn rhoi'r opsiwn o ddefnyddio dilysiad dau gam/dilysiad aml-ffactor (2SV/2FA) wrth fancio ar-lein. Bydd troi hyn ymlaen yn sicrhau na all troseddwr gael mynediad i'r cyfrif hyd yn oed os ydyn nhw'n gwybod neu'n dyfalu'r cyfrinair/PIN. Bydd hyn yn ychwanegu diogelwch ychwanegol pan fydd dioddefwr yn mewngofnodi i'w cyfrifon ar-lein. Mae'n cadarnhau bod mewngofnodiad yn ddilys trwy ail ddyfais, fel arfer cod sy'n cael ei anfon i ffôn symudol trwy neges destun SMS.

# Achos Ymarferol:
# Monitro ac Aflonyddu drwy Gymorth Technoleg

**Pete,
64 oed**

**Camdriniaeth Economaidd ac Aflonyddu ar ôl Gwahanu**

Roedd Pete wedi bod yn profi camdriniaeth emosiynol, economaidd a chorfforol, a rheolaeth drwy orfodaeth gan ei bartner benywaidd ers dros chwe blynedd. Ar ôl ymosodiad treisgar, cafodd Pete ei dderbyn i'r ysbyty i gael triniaeth.

Yn yr ysbyty, gofynnodd Pete i'w fab wirio'i ffôn am negeseuon. Gwelodd ei fab fod partner Pete wedi bod yn dileu negeseuon ac yn blocio ffrindiau a theulu o'i ffôn. Esboniodd Pete fod ei bartner yn gwybod ei gyfrinair ffôn ac wedi bod yn cyrchu ei ddyfais yn gyson sawl gwaith y dydd.

Rhoddodd Pete ddatganiad i'r heddlu am yr ymosodiad corfforol, a chafodd ei bartner ei harestio. Er hynny, wnaeth e ddim datgelu i'r heddlu fod ei bartner wedi cyrchu ei ffôn ac wedi rheoli ei gyfathrebiadau digidol a wnaeth yr heddlu ddim gofyn y cwestiynau yma chwaith.

**Sut cafodd Technoleg ei Chamddefnyddio:**

- Bu partner Pete yn cyrchu ei ffôn dro ar ôl tro heb gydsyniad, gan ddileu negeseuon a blocio cysylltiadau i'w ynysu o'i rwydwaith cymorth.
- Ar ôl iddyn nhw wahanu, parhaodd ei gyn-bartner i aflonyddu arno, gan ddefnyddio galwadau ffôn, negeseuon testun, a negeseuon uniongyrchol trwy'r dydd a'r nos.
- Aeth ei gyn-bartner i gysylltiad hefyd â merch Pete yn barhaus, gan ei gorfodi i ddatgysylltu ei llinell dir oherwydd nifer y galwadau.

**Ymyrraeth a Chefnogaeth:**
*Cefnogwyd Pete i wneud y canlynol:*

- Symud i mewn dros dro gyda'i ferch ar ôl y gwahanu.
- Diogelu ei gyfrifon ffôn a'i gyfrifon ar-lein trwy newid cyfrineiriau, galluogi dilysiad dau ffactor, a chyfyngu ar opsiynau adfer cyfrifon.
- Rhoi gwybod am aflonyddu parhaus i'r heddlu, gan ei helpu i ystyried cael gorchymyn peidio ag ymyrryd er mwyn atal cyswllt pellach.

**Myfyrdodau ar Brofiad Pete:**

Mae achos Pete yn tynnu sylw at y croestoriad rhwng rheolaeth drwy orfodaeth ac aflonyddu digidol. Rhaid i ymarferwyr fod yn ymwybodol y gall cam-drin ar ôl gwahanu barhau ar ffurf ddigidol, sy'n golygu bod cefnogaeth barhaus a chynlluniau diogelwch yn hanfodol.

**Ystyriaethau Allweddol i Ymarferwyr:**

- Gall troseddwyr ddefnyddio offer digidol i ynysu dioddefwyr trwy rwystro neu ddileu negeseuon, sy'n ei gwneud hi'n anoddach iddyn nhw estyn allan am help.
- Mae aflonyddu wedi'i hwyluso gan dechnoleg yn aml yn cynyddu ar ôl gwahanu, sy'n golygu bod angen ymyriadau cyfreithiol fel gorchmynion peidio ag ymyrryd neu orchmynion i amddiffyn rhag stelcio.
- Mae mesurau diogelu cyfreithiol a digidol yn hanfodol, gan gynnwys cyfyngu ar gyfathrebu ar-lein a rhoi diogelwch digidol cadarn ar waith.

# Rheoli a Thrin Dyfeisiau Clyfar

Offer a systemau sy’n gysylltiedig â’r rhyngrwyd ac sy’n eich galluogi i’w rheoli o bell, eu hawtomeiddio a monitro gwahanol swyddogaethau yn y cartref yw dyfeisiau cartref clyfar. Gellir cyrchu a rheoli’r dyfeisiau hyn o bell o unrhyw le sydd â chysylltiad â’r rhyngrwyd, gan ganiatáu i unigolion eu gweithredu waeth pa mor bell y maen nhw o’r cartref lle mae’r dyfeisiau’n cael eu cadw. Er eu bod yn cynnig mwy o gyfleustra ac effeithlonrwydd, gall y dyfeisiau hyn fod yn agored i gael eu trin gan droseddwr llawn cymhelliant os na chân nhw eu diogelu’n effeithiol.

**Ymddygiad Troseddwyr**

- *Thermostatau Clyfar:* Defnyddio dulliau awtomeiddio cartref i addasu’r gwres o bell i adael dioddefwyr naill ai’n rhy boeth neu’n rhy oer.

- *Systemau Goleuadau Clyfar:* Mae’r systemau hyn yn defnyddio dull awtomeiddio cartref i reoli goleuadau o bell, gan adael goleuadau ymlaen neu eu diffodd. Gellir defnyddio’r ymddygiad yma i greu ofn neu drallod.

- *Cloeon Clyfar:* Gall troseddwyr reoli cloeon digidol o bell i wrthod mynediad neu i ddal dioddefwyr y tu mewn i’w cartrefi.

- *Cynorthwywyr Digidol (e.e., Alexa, Google Home):* Gellir defnyddio’r dyfeisiau hyn i roi gorchmynion, casglu gwybodaeth, neu greu awyrgylch o ymyrraeth a rheolaeth.

**Ymateb Cyflym yr Ymarferydd**

- *Adnabod Rheolaeth Ddiawdurdod:* Helpwch ddioddefwyr i adnabod arwyddion o reolaeth ddiawdurdod, fel newidiadau sydyn mewn tymheredd, golau, neu ddrysau wedi’u cloi na wnaethon nhw mo’u gorchymyn. Defnyddiwch osodiadau’r ddyfais i chwilio am gyfrifon cysylltiedig neu ganiatâd mynediad o bell.

*Ailosod Dyfeisiau ar Osodiadau’r Ffatri:* Os yw’r dioddefwr yn cytuno, ailosodwch ddyfeisiau fel thermostatau, cloeon, neu gynorthwywyr digidol ar osodiadau’r ffatri i gael gwared ar unrhyw fynediad a all fod gan y troseddwr. Ailosodwch ffurfwedd y dyfeisiau gyda manylion mewngofnodi diogel.

*Darparu Adnoddau Cymorth:* Cyfeiriwch ddioddefwyr at wasanaethau lleol neu adnoddau ar-lein sy’n arbenigo mewn cam-drin technoleg. Gall y Ganolfan Seiberddiogelwch Genedlaethol (NCSC) neu gyrff tebyg gynnig offer ychwanegol i ddiogelu dyfeisiau.

*Cynllunio Diogelwch Brys:* Gweithiwch gyda dioddefwyr i greu cynllun diogelwch rhag ofn y defnyddir dyfeisiau clyfar i’w dal nhw neu i gynyddu ymddygiad camdriniol. Gallai hyn gynnwys cael allwedd sbâr ar gyfer cloeon clyfar neu fynediad at ffôn cymydog dibynadwy ar gyfer cyfathrebu brys.

## Camddefnyddio Llwyfannau Talu a Thanysgrifiadau Digidol

Mae llwyfannau talu digidol yn wasanaethau ar-lein sy'n hwyluso trosglwyddiadau arian electronig rhwng unigolion a busnesau. Mae'r llwyfannau hyn yn galluogi'r defnyddwyr i wneud, derbyn a rheoli taliadau yn ddiogel trwy'r rhyngrwyd, yn aml drwy ddefnyddio dulliau fel cardiau credyd neu ddebyd, trosglwyddiadau banc, a waledi digidol. Mae'r llwyfannau fel arfer yn ymgorffori nodweddion fel canfod twyll, trosi arian cyfred, a mesurau diogelwch cadarn i sicrhau bod y trafodiadau'n ddiogel ac effeithlon. Mae'r enghreifftiau o lwyfannau o'r fath yn cynnwys PayPal, Stripe, a Square.

Mae tanysgrifiadau yn cyfeirio at fodel  busnes lle mae defnyddwyr yn talu ffi reolaidd, ailadroddus, fel arfer yn fisol neu'n flynyddol, i gael mynediad parhaus at gynnyrch neu wasanaeth. Mae'r model yma yn cael ei ddefnyddio'n helaeth ar draws gwahanol sectorau, gan gynnwys cyfryngau digidol, meddalwedd ac adloniant. Mae tanysgrifiadau'n rhoi mynediad parhaus i'r cwsmeriaid at gynnwys, gwasanaethau neu gynhyrchion premiwm.

Mae llwyfannau talu digidol a modelau tanysgrifio yn aml yn cael eu hintegreiddio. Mae'r llwyfannau yn awtomeiddio'r broses o gasglu taliadau cylchol, gan symleiddio trafodiadau ariannol i'r darparwyr gwasanaethau ac i'r tanysgrifwyr.

Mae llwyfannau digidol wedi gwneud trafodiadau ariannol yn fwy hygyrch, ond o ganlyniad, maen nhw o bosibl yn fwy agored i gael eu hecsbloetio. Gall trafodiadau talu cylchol, er enghraifft, yn aml fynd heb eu canfod gan eu bod yn gyffredin ar gyfriflenni banc llawer o bobl.

### Ymddygiad Troseddwyr

- *Tanysgrifiadau a Thaliadau Digidol*: Gall troseddwyr gofrestru dioddefwyr ar gyfer gwasanaethau tanysgrifio neu daliadau cylchol yn ddiarwybod, gan ddraenio'u hadnoddau ariannol dros amser.

- *Ecsbloetio Waled Ddigidol:* Gellir camddefnyddio llwyfannau fel PayPal neu apiau talu symudol i anfon arian i gyfrifon y troseddwr, yn aml wedi'u cuddio ymhlith trafodiadau dilys.

### Ymateb Cyflym yr Ymarferydd

- Os oes gan y dioddefwr gyfrineiriau wedi'u cadw mewn cyfrifon porwr (e.e. Safari, Google Chrome, Microsoft Edge), y gallai'r troseddwr eu cyrchu, dylen nhw naill ai dileu'r cyfrineiriau sydd wedi'u cadw neu allgofnodi o bell o'r cyfrifon cysylltiedig ar ddyfeisiau y gallai'r troseddwr eu defnyddio.

- Ar ôl allgofnodi, dylai'r dioddefwr newid eu cyfrineiriau a'u cwestiynau diogelwch, gan gynnwys eu cyfrif iCloud/Google/Microsoft.

# Defnydd Diawdurdod o Fancio a Chyfrifon Siopa Ar-lein

Mae bancio ar-lein yn cyfeirio at ddarparu gwasanaethau bancio trwy'r rhyngrwyd, gan ganiatáu i gwsmeriaid gael mynediad at eu cyfrifon banc a'u rheoli o bell. Gall defnyddwyr wirio balansau, trosglwyddo arian, talu biliau, a hyd yn oed wneud cais am fenthyciadau neu gredyd, i gyd trwy ryngwyneb digidol diogel a ddarperir gan eu banc. Mae'r gwasanaeth yma yn cynnig cyfleustra mynediad 24/7 at wybodaeth a thrafodiadau ariannol, gan leihau'r angen i ymweld â'r gangen.

Mae cyfrifon siopa yn broffiliau defnyddwyr sy'n cael eu creu ar lwyfannau e-fasnach neu wefannau manwerthu ar-lein. Mae'r cyfrifon hyn yn storio gwybodaeth bersonol fel cyfeiriadau, manylion talu, a hanes prynu, gan ganiatáu profiad siopa mwy personol ac effeithlon. Gyda chyfrif siopa, gall cwsmeriaid symleiddio'r broses dalu, tracio'u harchebion, gwneud rhestrau dymuniadau, a gweld argymhellion ar gyfer cynhyrchion sydd wedi'u teilwra ar eu cyfer.

Yng nghyd-destun camdriniaeth ddomestig lle mae oedolyn hŷn yn ddioddefwr, gall cyfrifon bancio a chyfrifon siopa ar-lein gael eu hecsbloetio mewn sawl ffordd niweidiol:

**Ymddygiad Troseddwyr**

- *Gwneud Trafodiadau Diawdurdod:* Gallai troseddwyr ddefnyddio manylion mewngofnodi sydd wedi'u cadw i drosglwyddo arian, prynu pethau, neu ddisbyddu cynilion y dioddefwr. Gall y trafodiadau hyn ymddangos yn arferol neu gael eu guddio fel gwariant cartref dilys, sy'n eu gwneud yn anoddach i ddioddefwyr eu canfod.
- *Cyfyngu ar annibyniaeth ariannol:* Trwy newid cyfrineiriau, dileu mynediad dioddefwyr, neu drosglwyddo rheolaeth cyfrifon i'w henwau eu hunain, gall troseddwyr ddileu gallu'r dioddefwr i reoli eu cyllid yn annibynnol yn effeithiol.
- *Monitro Gweithgarwch Ariannol:* Gall troseddwyr dracio arferion gwario neu sefydlu rhybuddion ynglŷn â thrafodiadau, gan ddefnyddio'r wybodaeth yma i arfer rheolaeth neu i drin y dioddefwr nes eu bod yn teimlo'n analluog i reoli eu cyllid.
- *Trin Cofnodion Ariannol:* Gall camdrinwyr newid neu ddileu hanes trafodiadau, sy'n ei gwneud hi'n anodd i'r dioddefwr dracio'u gwariant neu brofi camdriniaeth ariannol.
- *Dwyn Hunaniaeth ac Ecsbloetio Data:* Gall troseddwyr gamddefnyddio manylion talu sydd wedi'u storio a gwybodaeth bersonol o gyfrifon siopa, a dwyn hunaniaeth.

**Ymateb Cyflym yr Ymarferydd**

- Anogwch ddioddefwyr i adolygu eu trafodiadau ariannol yn gyson. Helpwch nhw i adnabod patrymau gwario anarferol neu drosglwyddiadau a allai ddangos bod camdriniaeth/ecsbloetio wedi digwydd.
- Helpwch ddioddefwyr i gael cyfriflenni banc er mwyn asesu unrhyw drafodiadau anghyfarwydd. Bydd hyn hefyd yn dechrau casglu tystiolaeth ar gyfer achos troseddol posibl yn y dyfodol. Efallai y byddai'n ddefnyddiol darllen yr adran 'Ddeall y Fframwaith Cyfreithiol' yn y canllaw yma i gryfhau'ch gwybodaeth am y gyfraith a'ch gallu i adnabod pryd mae trosedd wedi digwydd a rhannu'r ddealltwriaeth yma gyda'r dioddefwr.
- Rhowch wybod am gamdriniaeth neu dwyll i'r awdurdodau priodol h.y. manwerthwyr banc, yr heddlu, Action Fraud.
- Tynnwch fanylion talu sydd wedi'u cadw (fel cardiau banc) a chyfrifon cysylltiedig (fel PayPal) oddi ar wefannau siopa ar-lein er mwyn atal arian rhag cael ei ddefnyddio i dalu am nwyddau a gwasanaethau. Os nad yw hyn yn bosibl (am fod y cyfrif ar-lein dan sylw yn cael ei reoli gan barti arall) ystyriwch roi gwybod i'r banc i ganslo cardiau talu ac anfon rhai newydd. Os oes taliadau cylchol wedi'u sefydlu ar gerdyn banc, gellir stopio'r rhain trwy gysylltu â rhoddwr y cerdyn.
- Os yw dioddefwr yn credu bod eu cyfrif wedi'i hacio (mynediad diawdurdod), dylen nhw hysbysu eu banc, newid eu cyfrinair a'u cwestiynau ac atebion diogelwch ar unwaith, a sicrhau bod Dilysiad dau Gam wedi'i actifadu (fel arfer yn awtomatig ar gyfer bancio). Gall dioddefwyr amddiffyn eu hunain trwy ddefnyddio atebion ffug neu atebion nad ydyn nhw'n amlwg i gwestiynau diogelwch cofiadwy, gan ei gwneud hi'n anoddach i droseddwyr gael mynediad heb awdurdod. Oni bai bod hynny'n hanfodol, does dim angen defnyddio atebion diogelwch gwir.
- Gall sefydliadau fel MoneyAdvicePlus gynnig cymorth mewn achosion o gamdriniaeth ariannol, yn ogystal â darparu cymorth i sefydlu gorchmynion datgysylltu.

# Achos Ymarferol:
# Defnydd Diawdurdod o Gyfrifon Siopa Ar-lein

**Keith, 67 oed**

Roedd Keith yn byw yn ei gartref ei hun gyda'i fab, sy'n oedolyn, tra oedd wrthi'n rheoli salwch terfynol. Roedd yn hyfedr ac yn hyderus wrth ddefnyddio technolegau digidol, gan gynnwys ffonau clyfar a chyfrifon siopa ar-lein. Ar adegau, byddai ei fab yn gofyn am ganiatâd i brynu eitemau gan ddefnyddio cyfrifon Keith, a byddai Keith yn cytuno, trwy rannu ei gyfrineiriau. Er hynny, heb yn wybod i Keith a heb ei gydsyniad, parhaodd ei fab i ddefnyddio'r cyfrif i brynu pethau heb awdurdod.

**Sut cafodd Technoleg ei Chamddefnyddio:**

- Defnyddiodd mab Keith gyfrineiriau wedi'u cadw a mynediad i gyfrifon i brynu pethau heb awdurdod dro ar ôl tro.
- Hyd yn oed ar ôl i Keith newid ei gyfrinair sawl gwaith, manteisiodd ei fab ar gwestiynau diogelwch i ailosod manylion adnabod y cyfrif.
- Gwariodd mab Keith dros £20,000 o arian Keith heb ganiatâd.
- Pan gafodd ei herio, ymatebodd mab Keith ag ymosodiad corfforol a geiriol ac achosi difrod i eiddo Keith.

**Ymyrraeth a Chefnogaeth:**
*Cefnogwyd Keith i wneud y canlynol:*

- Rhoi gwybod am y digwyddiad i'r heddlu, a arweiniodd at arestio ei fab a'i gyhuddo o ddifrod troseddol. Gan fod mab Keith yn byw gydag ef ar yr adeg yma, rhoddwyd cynllun diogelwch, gan gynnwys gorchymyn cyfyngol, ar waith i sicrhau na fyddai ei fab yn dychwelyd i'r eiddo.
- Diogelu ei gyllid a'i gyfrifon ar-lein gydag arweiniad ar fesurau diogelwch cryfach fel dilysiad dau ffactor a newid cwestiynau diogelwch.
- Cyfyngu ar fynediad i lwyfannau siopa ar-lein, gan sicrhau na allai ei fab fanteisio ar ei gyfrifon mwyach.



**Ystyriaethau Allweddol i Ymarferwyr:**

- Gall hyd yn oed y rhai sy'n teimlo'u bod yn rheoli eu diogelwch ar-lein fod mewn risg o du troseddwyr sy'n fwy digidol lythrennog.
- Efallai na fydd amddiffyniad drwy gyfrinair yn unig yn ddigonol. Dylai ymarferwyr annog dioddefwyr i ddefnyddio dilysiad aml-ffactor, newid cwestiynau diogelwch, a sicrhau rheolaeth unigryw dros opsiynau adfer ebost.
- Effaith emosiynol camdriniaeth economaidd: er nad oedd Keith mewn caledi ariannol, cafodd ei effeithio'n ddwfn pan gollwydd arian roedd wedi bwriadu ei adael i'w blant. Mae camdriniaeth economaidd yn ymestyn y tu hwnt i golled ariannol uniongyrchol a gall achosi trallod emosiynol arwyddocaol.
- Ymyrraeth yr heddlu a chymorth cyfreithiol: mewn achosion lle mae camdriniaeth ariannol yn cynyddu i fygythiadau corfforol neu ddifrod i eiddo, efallai y bydd angen diogelu ac ymyrraeth cyfreithiol.
- Ystyriwch pwy sydd hefyd yn byw yng nghartref y person hŷn rydych chi'n eu cefnogi, gan y gall y ffactorau hyn ddylanwadu ar eu diogelwch nhw wrth roi gwybod am ymddygiadau camdriniol.
- Yn dilyn hyn, efallai y bydd angen rhagor o gymorth i sefydlu gorchymyn cyfyngol ar ôl i'r troseddwr gael ei symud o'r eiddo.

Mae'r achos yma yn dangos y risgiau parhaus o gamdriniaeth ariannol drwy gymorth technoleg, yn enwedig pan fydd gan droseddwyr fynediad at gyfrifon digidol a gwybodaeth am wendidau diogelwch. Gall ymarferwyr chwarae rôl hanfodol wrth helpu dioddefwyr i adennill annibyniaeth ariannol ac atal rhagor o ecsbloetio.

# Rheolaeth drwy Orfodaeth drwy Esgus 'Helpu'

Gallai'r rhai sy'n cam-drin fanteisio ar ddibyniaeth y dioddefwr arnyn nhw am gymorth technolegol, gan fframio camdriniaeth ariannol a digidol fel cymorth a chefnogaeth ddilys. Mae'r ymddygiadau hyn yn aml wedi'u cuddio'n dda ac yn anodd i oedolion hŷn ac ymarferwyr eu hadnabod, gan bwysleisio mor bwysig yw meithrin hyder pobl hŷn a'u helpu i ddatblygu hyfedredd technegol.

**Ymddygiad Troseddwyr**

- *Esgus 'Trwsio' Gwallau:* Gall troseddwyr honni ar gam bod yna broblemau gyda chyfrifon y dioddefwr (e.e., "Sylwes i ar rywbeth amheus a'i drwsio fe ichi") er mwyn cuddio newidiadau neu drosglwyddiadau diawdurdod maen nhw wedi'u gwneud eu hunain.
- *Cymryd drosodd Cymorth Technoleg:* Efallai y bydd angen help ar ddioddefwyr hŷn yn aml i sefydlu dyfeisiau neu apiau. Gallai troseddwyr fanteisio ar y cyfle yma i gael mynediad hirdymor i gyfrifon ariannol, gan sicrhau rheolaeth barhaus.
- *Cymryd Cyfrifoldeb dros Fancio Ar-lein:* Trafodiadau bach sy'n mynd o dan y radar neu ymddygiad ariannol arwyddocaol.
- *Camliwio Bygythiadau Diogelwch Ar-lein:* Gall troseddwyr honni bod dyfeisiau neu gyfrifon y dioddefwr wedi'u hacio, a'u perswadio i drosglwyddo mynediad o ran 'amddiffyniad' er mwyn sicrhau rheolaeth dros eu gwybodaeth.
- *Camarwain neu Ddrysu'r Dioddefwr yn Fwriadol:* Gall troseddwyr ddefnyddio jargon technegol cymhleth neu roi esboniadau ffug i atal y dioddefwr rhag cwestiynu trafodiadau ariannol neu newidiadau sy'n gysylltiedig â thechnoleg.
- *Atal neu Reoli Cyfrineiriau:* Gall troseddwyr fynnu sefydlu cyfrineiriau 'er lles diogelwch' ond yna eu cadw oddi wrth y dioddefwr, gan sicrhau eu bod nhw'n dal yn ddibynnol ar y troseddwr am fynediad.
- *Sefydlu Taliadau Awtomatig iddyn nhw eu hunain:* Gall y troseddwr sefydlu archebion sefydlog neu ddebydau uniongyrchol o gyfrif y dioddefwr gan esgus eu bod yn trafod eu cyllid yn gyfrifol.
- *Monitro Gweithgarwch Ariannol heb Gydsyniad:* Gall troseddwyr sefydlu rhybuddion ar gyfer trafodiadau ariannol neu ddefnyddio nodweddion bancio digidol i dracio gwariant, gan atgyfnerthu rheolaeth dros y dioddefwr.



- *Ecsbloetio Gwasanaethau Siopa neu Danysgrifio Ar-lein:* Gall y troseddwr ddefnyddio manylion talu sydd wedi'u storio gan y dioddefwr i brynu pethau eu hunain, yn aml gan esgus helpu'r dioddefwr i reoli eu cyfrifon.
- *Atal y Defnydd o Arian Parod neu Dulliau Talu Amgen:* Gall troseddwyr atal dioddefwyr hŷn rhag defnyddio arian parod neu fancio personol neu eu hannog i beidio â'u defnyddio, a'u gorfodi i gyflawni trafodiadau digidol na allan nhw eu rheoli'n annibynnol.
- *Ymyrryd â Thechnoleg Gynorthwyol neu Ddyfeisiau Clyfar:* Yn achos dioddefwyr hŷn sy'n defnyddio technoleg gynorthwyol (e.e., dyfeisiau wedi'u actifadu gan lais, systemau monitro cartref), gall troseddwyr drin y gosodiadau i greu dryswch, gorfodi'r teimlad eu bod nhw wedi'u hynysu, neu atgyfnerthu rheolaeth.
- *Blocio Mynediad i Fanciau:* Gall troseddwyr fonitro galwadau ffôn neu negeseuon ebost, rhyng-gipio gohebiaeth gan y banc, neu atal y dioddefwr rhag ymweld â'u banc yn bersonol, gan sicrhau mai dim ond nhw sy'n cyfathrebu'n uniongyrchol â gwasanaethau ariannol.
- *Danfon y Diwrnod Nesaf*: Gallai troseddwyr gynnig archebu i'r dioddefwr gan ddefnyddio'u cyfrifon siopa eu hunain, gan honni y bydd hynny'n rhoi buddion fel danfon am ddim. Ond, efallai y byddan nhw wedyn yn cadw manylion cerdyn y dioddefwr hŷn ar eu cyfrif i'w ddefnyddio heb awdurdod yn y dyfodol.

Mae'r ymddygiadau hyn yn dangos sut y gellir cuddio rheolaeth drwy orfodaeth fel "help" ac yn tynnu sylw at bwysigrwydd llythrennedd digidol, annibyniaeth ariannol, ac ymwybyddiaeth yr ymarferwyr wrth ddiogelu dioddefwyr hŷn.

**Ystyriaethau Allweddol i Ymarferwyr:**

- Mae cynllunio diogelwch yn hanfodol er mwyn lleihau'r risg y bydd y troseddwr yn gwneud pethau gwaeth.
- Dylai ymarferwyr asesu gwendidau digidol y dioddefwr, gan gynnwys pwy sydd â mynediad i'w cyfrifon bancio ar-lein, eu cyfrifon ebost a'u cyfrifon personol.
- Mae darparu cymorth ymarferol, megis tywys dioddefwyr trwy ailosod cyfrineiriau, sefydlu cyfrifon newydd, a monitro ar gyfer trafodiadau twyllodrus, yn hanfodol wrth adfer annibyniaeth ariannol.
- Ewch ati i greu rhestrau o gysylltiadau dibynadwy ar gyfer banciau a darparwyr gwasanaethau er mwyn helpu'r dioddefwr i gysylltu â'r sefydliadau hynny yn uniongyrchol i gael cymorth, yn hytrach na dibynnu ar y troseddwr.

# Achos Ymarferol: Camdriniaeth Economaidd drwy Gymorth Technoleg

**Janice, 72 oed**

Dywedodd Janice yn gyfrinachol wrth nyrs yn ei meddygfa ei bod hi'n anhapus yn byw gyda'i mab a'i merch-yng-nghyfraith. Pan holodd y nyrs ymhellach, eglurodd Janice ei bod yn poeni am arian ac yn teimlo ei bod wedi colli ei hannibyniaeth. Roedd ei mab wedi gosod bancio digidol ar ei rhan, a doedd ganddi ddim mynediad at ei chyllid. Doedd hi ddim wedi gweld cyfriflen banc ers dwy flynedd a doedd ganddi ddim syniad faint o arian oedd yn ei chyfrif.

**Sut cafodd Technoleg ei Chamddefnyddio:**

- Roedd mab Janice wedi cymryd rheolaeth dros ei bancio digidol, gan ei hatal rhag cael mynediad at ei gwybodaeth ariannol ei hun.
- Fe ataliodd gyfriflenni banc, gan adael Janice heb wybod am ei sefyllfa ariannol.
- Pan ofynnodd Janice am weld manylion ei chyfrif banc, aeth ei mab yn grac, nes ei bod hi'n ofni gofyn eto.

**Ymyrraeth a Chefnogaeth:**
*Cefnogwyd Janice i wneud y canlynol:*

- Sicrhau cartref annibynnol, gan ei galluogi i adennill rheolaeth dros ei bywyd bob dydd.
- Ymweld â'i banc i ddileu mynediad ei mab i'w chyfrif a rhoi cerdyn debyd newydd iddi.
- Adolygu ei chofnodion ariannol, lle gwelodd fod ei mab wedi bod yn tynnu ei phensiwn a'i chynilion heb yn wybod iddi.

**Nodyn diogelwch:**

Er mwyn lleihau'r risg y byddai'r troseddwr yn talu'r pwyth yn ôl, cafodd camau i ddiogelu cyfrif banc Janet eu gohirio nes iddi symud allan o gartref y troseddwr.

Mae achos Janice yn amlygu sut y gellir defnyddio offer digidol mewn camdriniaeth economaidd ac yn atgyfnerthu pwysigrwydd mesurau diogelu digidol wrth helpu dioddefwyr hŷn rheolaeth drwy orfodaeth.

# Cam-drin ar sail Delweddau Personol

Mae camdriniaeth ar sail delweddau yn cyfeirio at greu, rhannu neu fygwth rhannu delweddau neu fideos personol neu gignoeth heb gydsyniad er mwyn rheoli, gorfodi, bychanu neu gosbi dioddefwr (Dragiewicz et al., 2018; Lever ac Eckstein, 2020). Mae'r math yma o gamdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg yn aml yn cael ei defnyddio gan droseddwyr mewn achosion o gamdriniaeth ddomestig, rheolaeth drwy orfodaeth, a cham-drin ar ôl gwahanu.

**Mathau o Gam-drin ar sail Delweddau mewn Achosion o Gamdriniaeth Ddomestig:**

*1. Rhannu Delweddau Personol heb Gydsyniad*

- Mae troseddwr yn dosbarthu delweddau neu fideos rhywiol preifat o'r dioddefwr heb eu cydsyniad.
- Gallai hyn gynnwys rhannu'r cynnwys gyda ffrindiau, teulu, cydweithwyr, neu lwyfannau ar-lein, gan achosi trallod a niwed i enw da.
- Cyfeirir at hyn yn aml fel 'pornograffi dial', ond mae'n fwy cywir ei ddisgrifio fel cam-drin delweddau personol, gan nad yw bob amser yn cael ei ysgogi gan ddialedd.

*2. Bygythiadau i Rannu Delweddau Personol*

- Gall y bygythiad i ddatgelu delweddau cignoeth, hyd yn oed os nad ydyn nhw byth yn cael eu rhannu mewn gwirionedd, fod yn offeryn pwerus i orfodi a rheoli.
- Gall dioddefwyr gydymffurfio â gofynion am arian, cyswllt parhaus, neu weithredoedd rhywiol am eu bod yn ofni y caiff y delweddau eu datgelu.
- Mae hyn yn dod o dan Adran 69 o Ddeddf Camdriniaeth Ddomestig 2021, sy'n gwneud bygythiad i ddatgelu delweddau personol yn drosedd ar ei ben ei hun.

*3. Delweddau wedi'u Gorfodi neu wedi'u Tynnu'n Gyfrinachol*

- Gall troseddwyr roi pwysau ar ddioddefwyr, eu trin nhw neu eu gorfodi i anfon lluniau cignoeth (yn aml gan esgus dangos ymddiriedaeth neu anwyldeb).
- Gall rhai troseddwyr recordio gweithgarwch rhywiol yn gudd neu dynnu lluniau personol yn gyfrinachol, a'u defnyddio wedyn fel blacmel neu fel dull rheoli.

*4. Golygu a Chamddefnyddio Delweddau*

- Mae technoleg yn caniatáu i droseddwyr drin neu greu delweddau cignoeth ffug gan ddefnyddio technoleg ffugiadau dwfn neu ddeunydd wedi'i gynhyrchu ag AI.
- Gall dioddefwyr gael eu cyhuddo ar gam o ymddangos mewn deunydd rhywiol, gan ddyfnhau'r gamdriniaeth seicolegol a'r niwed i'w henw da.

**Ystyriaethau Allweddol i Ymarferwyr**

- Dywedwch wrth y dioddefwr eich bod chi'n credu eu disgrifiad o'u profiad a hynny heb gyfleu beirniadaeth. Helpwch gydag arweiniad emosiynol a chyfreithiol, gan helpu dioddefwyr i riportio'r gamdriniaeth i'r heddlu, llwyfannau ar-lein, neu wasanaethau cymorth dioddefwyr.
- Anogwch fesurau diogelwch digidol, megis adfer cyfrifon sydd wedi'u hacio, adolygu gosodiadau preifatrwydd, a gwaredu delweddau sydd wedi'u storio o gopïau wrth gefn yn y cwmwl.
- Cydnabyddwch fod bygythiadau ar eu pen eu hunain yn gamdriniaeth a does dim angen i ddioddefwyr weld bod y delweddau personol yn cael eu dosbarthu er mwyn i hyn fod yn niweidiol.
- Riportiwch neu helpwch i riportio delweddau niweidiol/anghyfreithlon.

# Deall y Fframwaith Cyfreithiol

Efallai na fydd oedolion hŷn sydd wedi dioddef camdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg yn cydnabod eu bod wedi dioddef trosedd (neu ba gymorth sydd ar gael iddyn nhw). Trwy ymgyfarwyddo â deddfwriaeth allweddol, gall ymarferwyr adnabod ymddygiadau troseddol yn well, hysbysu dioddefwyr am eu hawliau, ac eirioli dros eu diogelwch a'u cyfiawnder. Mae'r deddfau canlynol yn arbennig o berthnasol wrth fynd i'r afael â chamdriniaeth ddomestig a throseddau economaidd a hwylusir gan dechnoleg yng nghyd-destun dioddefwyr hŷn, gan alluogi ymarferwyr i arwain dioddefwyr yn effeithiol trwy'r broses riportio.

## Deddf Camddefnyddio Cyfrifiaduron 1990

Mae Deddf Camddefnyddio Cyfrifiaduron 1990 yn mynd i'r afael â mynediad diawdurdod i ddyfeisiau a data. Mae'n gwneud gweithredoedd fel hacio, gosod ysbïwedd, neu gyrchu cyfrifon ebost, apiau bancio, neu ddyfeisiau clyfar unigolyn heb ganiatâd yn droseddau.

**Perthnasedd i Ymarferwyr**

Dylai ymarferwyr sy'n gweithio gyda dioddefwyr hŷn fod yn ymwybodol bod mynediad diawdurdod i ddyfais neu ddata yn drosedd, hyd yn oed os yw'r troseddwr yn aelod o'r teulu neu'n bartner. Efallai y bydd dioddefwyr yn teimlo'n anfodlon riportio ymddygiad o'r fath, yn enwedig os ydyn nhw'n ei weld fel mater domestig. Gall ymarferwyr roi sicrwydd i ddioddefwyr bod y gyfraith yn cydnabod y gweithredoedd hyn fel troseddau difrifol a'u hannog i riportio digwyddiadau i'r heddlu. Ar ben hynny, mae deall darpariaethau'r ddeddf yma yn galluogi ymarferwyr i nodi arwyddion posibl o gamddefnyddio cyfrifiaduron, megis os yw'r defnyddiwr dilys yn rhoi gwybod am weithgarwch annisgwyl ar ddyfeisiau, newidiadau anesboniadwy i osodiadau cyfrifon, neu osod meddalwedd anghyfarwydd.

## Deddf Diogelu rhag Aflonyddu 1997

Mae stelcio ac aflonyddu yn dod o dan Ddeddf Diogelu rhag Aflonyddu 1997 ac Adran 42A(1) o Ddeddf Cyfiawnder Troseddol a'r Heddlu 2001 (aflonyddu ar berson yn eu cartref).

Mae Deddf Diogelu rhag Aflonyddu 1997 yn ymdrin ag ymddygiadau ailadroddus, gan gynnwys stelcio ac aflonyddu ar-lein, sy'n achosi trallod neu ofn. Mae'r Ddeddf yn arbennig o berthnasol mewn achosion lle mae technoleg yn cael ei defnyddio i hwyluso ymddygiad rheoli neu ymddygiad bygythiol, megis negeseuon parhaus, monitro trwy GPS, neu stelcio trwy'r cyfryngau cymdeithasol. Gall ymddygiadau gynnwys aflonyddu ar-lein, seibrstelcio, a chyfathrebu digidol diangen parhaus.

**Perthnasedd i Ymarferwyr**

Gellir disgrifio aflonyddu fel tracio parhaus neu gyfathrebu diangen, a gall dioddefwyr weithiau ei chael hi'n anodd mynegi sut mae'r ymddygiadau hyn yn cael eu hamlygu. Dylai ymarferwyr helpu dioddefwyr hŷn i nodi patrymau aflonyddu, gan gynnwys ymddygiadau nad ydyn nhw o bosibl yn ymddangos yn gysylltiedig i ddechrau. Mae tywys dioddefwyr i gasglu tystiolaeth, fel sgrinluniau o negeseuon, cofnodion o negeseuon ebost amheus, neu gofnodi tracio dyfeisiau, yn hanfodol wrth fynd ar drywydd cyfiawnder troseddol. Trwy gydnabod yr amddiffyniadau a roddir o dan y ddeddf yma, gall ymarferwyr rymuso dioddefwyr i ofyn am orchmynion amddiffyn neu ymyrraeth gan yr heddlu i atal ymddygiadau aflonyddu.

## Deddf Twyll 2006

Mae Deddf Twyll 2006 yn targedu arferion twyllodrus, gan gynnwys sgamiau dynwared, ymosodiadau gwe-rwydo, a mathau eraill o ecsbloetio ariannol.

**Perthnasedd i Ymarferwyr**

Fel y trafodwyd uchod, i ddioddefwyr hŷn, gall yr ymddygiadau hyn yn aml gael eu cuddio fel cymorth gan y troseddwr. Bydd effeithiolrwydd ymarferwyr yn y sefyllfaoedd hyn yn elwa'n fawr o'u gwybodaeth am ddarpariaethau'r ddeddf yma, gan ganiatáu iddyn nhw adnabod gweithgarwch twyllodrus yn erbyn y dioddefwr.

Trwy ddeall darpariaethau'r Ddeddf yma, gall ymarferwyr arwain dioddefwyr i riportio gweithgarwch twyllodrus i Action Fraud, canolfan adrodd genedlaethol y Deyrnas Unedig ar gyfer twyll a seiberdroseddu.

## Deddf Camdriniaeth Ddomestig 2021

Ehangodd Deddf Camdriniaeth Ddomestig 2021 y diffiniad cyfreithiol o gamdriniaeth ddomestig i gynnwys ymddygiad rheoli neu orfodi, hyd yn oed pan gaiff ei hwyluso trwy dechnoleg. Mae'r Ddeddf yn cydnabod y gall ymddygiadau fel monitro dyfeisiau, cyfyngu ar fynediad at adnoddau ariannol, neu ynysu dioddefwr yn ddigidol, fod yn agweddau ar gamdriniaeth ddomestig.

**Perthnasedd i Ymarferwyr**

Gall ymarferwyr ddefnyddio fframwaith y Ddeddf yma i ddilysu profiadau dioddefwyr a thynnu sylw at y ffaith bod y gweithredoedd hyn yn fathau cydnabyddedig o gamdriniaeth yn ôl y gyfraith. Efallai na fydd dioddefwyr hŷn yn ymwybodol bod camdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg yn cael ei chydnabod fel camdriniaeth ddomestig a bod modd ei riportio i'r heddlu.

Trwy ddeall y cyfreithiau hyn a'u cymwysiadau ymarferol, gall ymarferwyr gefnogi dioddefwyr hŷn camdriniaeth ddomestig yn effeithiol, gan sicrhau eu bod yn cael eu hysbysu, eu hamddiffyn a'u grymuso i geisio cyfiawnder. Mae bod yn gyfarwydd â'r fframwaith cyfreithiol hefyd yn galluogi ymarferwyr i gydweithio'n fwy effeithiol ag asiantaethau gorfodi'r gyfraith, gwasanaethau cyfreithiol, a sefydliadau eraill, gan feithrin ymateb cynhwysfawr i gamdriniaeth ac ecsbloetio economaidd a hwylusir gan dechnoleg. Gall hyn gynnwys rhannu delweddau penodol ar-lein, bygythiadau trwy negeseuon, neu uwchlwytho delweddau i wefannau oedolion heb gydsyniad.

- Mae adran 69 o Ddeddf Camdriniaeth Ddomestig 2021 yn ei gwneud hi'n drosedd bygwth datgelu delweddau penodol.
- Mae adran 33 o Ddeddf Cyfiawnder Troseddol a Llysoedd 2015 yn ymdrin â datgelu delweddau personol mewn gwirionedd gan fwriadu achosi trallod.

## Deddf Cyfraith Teulu 1996

Mae adran 63 o Ddeddf Cyfraith Teulu 1996 yn diffinio perthynas fel:

'(a) the father, mother, stepfather, stepmother, son, daughter, stepson, stepdaughter, grandmother, grandfather, grandson or granddaughter of that person or of that person's spouse, former spouse, civil partner or former civil partner.'



Neu '(b) the brother, sister, uncle, aunt, niece, nephew or first cousin (whether of the full blood or the half blood or by marriage or civil partnership) of that person or of that person's spouse, former spouse, civil partner or former civil partner'.

Mae adran 63 hefyd yn ychwanegu bod perthnasau yn cynnwys 'in relation to a person who is cohabiting or has cohabited with another person, any person who would fall within paragraph (a) or (b) if the parties were married to each other or were civil partners to each other.'

**Perthnasedd i ymarferwyr**

Mae Deddf Cyfraith Teulu 1996 yn rhoi'r diffiniad o 'relative' at ddibenion Deddf Camdriniaeth Ddomestig 2021.

## Deddf Troseddau Difrifol 2015: Ymddygiad Gorfodi neu Ymddygiad Rheoli

Cyflwynodd adran 76 o Ddeddf Troseddau Difrifol 2015 y drosedd o ymddygiad gorfodi neu reoli mewn perthynas agos neu deuluol. Mae ymddygiad gorfodi neu reoli'n cynnwys patrymau o ymddygiad camdriniol, a allai gynnwys defnyddio technoleg.

Mae fframwaith y canllawiau statudol ar orfodi neu reoli a gyhoeddwyd yn adran 77 o Ddeddf Troseddau Difrifol 2015 yn amlinellu nifer o ddulliau a all gael eu defnyddio i gofnodi tystiolaeth o gamdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg.

**Perthnasedd i Ymarferwyr**

Mae'r canllawiau wedi'u hanelu at gyrff statudol ac anstatudol sy'n gweithio gyda dioddefwyr, troseddwyr a gwasanaethau comisiynu. Mae'r canllawiau statudol yn pwysleisio pwysigrwydd casglu tystiolaeth yn brydlon, gan gynnwys nôl dyfeisiau'r troseddwr i leihau'r cyfle i droseddwyr ddileu neu ddinistrio tystiolaeth, darparu'r dyfeisiau anghywir, neu amddiffyn eu dyfeisiau â chyfrinair.

# Casglu Tystiolaeth ar Gamdriniaeth wedi'i Hwyluso gan Dechnoleg

Mae fframwaith y canllawiau statudol ar orfodi neu reoli a gyhoeddwyd o dan adran 77 o Ddeddf Troseddau Difrifol 2015 yn amlinellu nifer o ddulliau a all gael eu defnyddio i gofnodi tystiolaeth o gamdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg. Mae'r canllawiau wedi'u hanelu at gyrff statudol ac anstatudol sy'n gweithio gyda dioddefwyr, troseddwyr a gwasanaeth comisiynu. Mae'r dulliau o gofnodi tystiolaeth yn cynnwys:

- Cofnodion ffôn (gan sicrhau mai cyfyngedig yw'r aflonyddu, os oes aflonyddu o gwbl, i'r dioddefwr, a sicrhau golygu priodol a pheidio â mentro rhagor o niwed).
- Negeseuon testun (gan sicrhau mai cyfyngedig yw'r aflonyddu, os oes aflonyddu o gwbl, i'r dioddefwr, a sicrhau golygu priodol a pheidio â mentro rhagor o niwed).
- Cofnodion dyfeisiau (gan sicrhau mai cyfyngedig yw'r aflonyddu, os oes aflonyddu o gwbl, i'r dioddefwr, a sicrhau golygu priodol a pheidio â mentro rhagor o niwed).
- Tystiolaeth o gam-drin dros y rhyngrwyd, technoleg ddigidol (e.e. seinyddion clyfar) a llwyfannau cyfryngau cymdeithasol.
- Copïau o negeseuon ebost.
- Cofnodion banc i ddangos rheolaeth ariannol.
- Postiadau camdriniol ar lwyfannau cyhoeddus, gan gynnwys dyddiadur cyfryngau cymdeithasol a gedwir gan y dioddefwr.
- Dyfeisiau tracio GPS wedi'u gosod yn gudd a/neu'n agored ar ffonau symudol, tabledi, cerbydau etc.
- Pan fo gan y troseddwr gyfrifoldeb gofalwr, gallai'r cynllun gofal fod yn ddefnyddiol gan ei fod yn manylu ar yr arian y dylid ei ddefnyddio – e.e. gofalu am blentyn, gofalu am riant neu frawd neu chwaer.
- CCTV a fideo cartref – e.e. clychau drws clyfar.
- Logiau dyfeisiau.
- Cadwch dystiolaeth bod rhywbeth wedi'i osod ar y ddyfais, tynnwch sgrinlun a'i storio mewn man diogel.

Dylai'r broses o gasglu tystiolaeth sicrhau mai cyfyngedig yw'r aflonyddu, os oes aflonyddu o gwbl, i'r dioddefwr, a sicrhau golygu priodol a pheidio â mentro rhagor o niwed.

Mae yna nifer o apiau defnyddiol y gellir annog dioddefwyr i'w defnyddio i gofnodi tystiolaeth yn ddiogel ac yn gyfreithlon. Er enghraifft, mae Kulpa yn ap achrededig yn rhyngwladol sy'n gallu cofnodi beth ddigwyddodd, pryd a ble (ISO/IEC 270001). Mae unrhyw ddata sy'n cael ei ddal yn yr ap neu ei uwchlwytho iddo yn cael ei ddiogelu ar weinyddion cwmwl diogel Kulpa. Gall dioddefwyr ddewis cyflwyno'r dystiolaeth a gofnodwyd i'r heddlu neu drydydd parti arall trwy'r ap neu ddileu'r data (na ellir ei adfer).

Mae'r canllawiau statudol yn pwysleisio pwysigrwydd casglu tystiolaeth yn brydlon, gan gynnwys nôl dyfeisiau troseddwyr i leihau'r cyfle i droseddwyr ddileu neu ddinistrio tystiolaeth, darparu'r dyfeisiau anghywir, neu amddiffyn eu dyfeisiau â chyfrinair.

# Achos Ymarferol: Heddlu Dyfed-Powys – Katherine

Roedd Katherine wedi bod mewn perthynas â Steven am gyfnod o chwe mis. Yn y cyfnod yma, ceisiodd ei hynysu oddi wrth ei ffrindiau a'i theulu trwy ei hannog i dynnu ei hun oddi ar lwyfannau cyfryngau cymdeithasol fel nad oedd hi'n gallu cyfathrebu ag eraill.

Roedd Steven yn genfigennus iawn o Katherine. Un noson tra oedd hi allan gyda ffrind, fe ffoniodd Steven hi dro ar ôl tro ar ei ffôn symudol a'i thracio ar Life360. A hithau'n teimlo dan bwysau, dychwelodd Katherine adref. Dyna pryd yr edrychodd Steven ar ei ffôn symudol heb ei chydsyniad a'i thudalennau cyfryngau cymdeithasol. Daeth Steven o hyd i gyfathrebu rhwng Katherine a dyn arall o'r enw Billy, er nad oedd cynnwys y cyfathrebu yma yn hysbys.

Sefydlodd Steven gyfrif Facebook ffug yn enw Katherine, esgus mai hi oedd yno a defnyddiodd hwn i gyfathrebu â Billy. Nododd Steven fod Katherine yn ystod ei noson allan wedi siarad â Billy am ei pherthynas â Steven. Ar yr adeg yma aeth ymddygiad Steven yn waeth ac ymosododd yn ddifrifol ar Katherine.

**Sut Cafodd Technoleg ei Chamddefnyddio:**

- Gorfododd Steven Katherine i rannu ei henw defnyddiwr a'i chyfrineiriau. Rhoddodd Steven bwysau ar Katherine i wneud hyn, gan ei chamarwain i gredu bod hynny er ei lles ei hun ac er mwyn iddo fe ei helpu gydag unrhyw ohebiaeth bwysig y gallai fod angen ymateb iddo. Roedd Katherine yn defnyddio'r un cyfrineiriau ar draws sawl platfform.
- Creodd Steven gyfrif Facebook ffug gan ddefnyddio manylion Katherine, i dwyllo Billy i gredu ei fod yn cyfathrebu â hi. Darllenodd Steven y negeseuon hyn.
- Roedd Steven yn defnyddio Life360 i dracio symudiadau Katherine.



**Casglu Tystiolaeth Dda**

- Pan ddaeth yr heddlu i gyfeiriad cartref Katherine i arestio Steven, fe ddefnyddion nhw egwyddorion yr Awr Aur i sicrhau cymaint o ddeunydd fforensig a digidol â phosibl.
- Cafodd dyfeisiau symudol Steven a Katherine eu diogelu, er mwyn amddiffyn Katherine rhag rhagor o niwed, ac er mwyn cyfyngu ar aflonyddwch pellach, rhoddwyd set law iddi gyda gwahanol apiau diogelwch arni, fel Hollie Guard a Refuge.
- Trefnwyd lawrlwythiad fforensig o'r ddwy ddyfais symudol, gyda dyfais Katherine yn cael y flaenoriaeth, i sicrhau na fyddai hi heb ei dyfais am fwy o amser nag oedd angen.
- Gofynnwyd am gofnodion ffôn a negeseuon testun oedd yn dangos ymddygiad obsesiynol Steven tuag at Katherine, lle ar rai adegau y byddai'n ei ffonio hyd at 100 gwaith y dydd ac yn anfon negeseuon testun sarhaus a rheolaidd ati.
- Daeth chwiliad yr heddlu o'r adeilad o hyd i gamera cloch drws Ring ar y safle, wedi'i osod yn gudd yn y sied, i gofnodi unrhyw ymwelwyr â'r tŷ. Nodwyd y camera hyn trwy chwilio'n drylwyr. Cafodd yr ap cyfatebol i reoli'r camera ei ganfod ar ffôn symudol Steven, gan ddangos sut roedd ei ymddygiad pendant ac obsesiynol yn cyfyngu ac yn rheoli ymwneud Katherine ag eraill.
- Cafwyd data cyfryngau cymdeithasol ar gyfer cyfrif dilys Katherine a'r proffil ffug a grëwyd gan Steven. Roedd y data yma yn nodi patrwm clir i drosedd Steven. Gallai'r erlyniad ddweud bod presenoldeb Katherine yn y cyfryngau cymdeithasol wedi dirywio'n gyflym pan ddechreuodd ganlyn Steven. Cafodd y cyfrif ffug ei ddefnyddio nid yn unig i gyfathrebu â Billy ond gyda chymdeithion a ffrindiau eraill Katherine, lle byddai Steven yn dweud wrth ei ffrindiau ei bod hi'n cymryd saib o'r cyfryngau cymdeithasol am ychydig. Newidiodd Steven hefyd y rhif ffôn symudol oedd yn gysylltiedig â phroffil Katherine fel y gallai ryng-gipio unrhyw alwadau a negeseuon.
- Darparwyd arweiniad a diogelwch addas i Katherine, ynglŷn â gwella diogelwch ar-lein a gwella ymwybyddiaeth a hylendid digidol.
- Bu'r casgliad tystiolaeth yma o gymorth i helpu'r erlyniad i adeiladu achos oedd yn tynnu sylw at ymddygiad Steven, gan gynnwys ymddygiadau gorfodi a rheoli yn ogystal â cham-drin a stelcio corfforol a meddyliol. Cafodd y data digidol ei gyflwyno'n llwyddiannus a chafodd Steven eu euogfarnu yn y llys ar ôl ei weithredoedd.

# Amodau a Darpariaethau Amddiffynnol i Atal Troseddau

Mae sawl amod cyfreithiol a mesur amddiffynnol a all helpu i atal rhagor o gamdriniaeth wedi'i hwyluso gan dechnoleg:

**Gorchymyn Ffrwyno**
Atal cyswllt dros y ffôn, ebost, neu gyfryngau cymdeithasol. Gall gyfyngu ar gyswllt anuniongyrchol trwy drydydd partïon.

**Gorchymyn Peidio ag Ymyrryd**
Gall gynnwys gwaharddiadau ar aflonyddu ar-lein, gan gynnwys negeseua a chysylltu drwy'r cyfryngau cymdeithasol.

**Amodau Mechnïaeth**
Gallan nhw gynnwys cyfyngiadau ar gyfathrebu electronig neu gyswllt trwy lwyfannau digidol.

**Gorchymyn Diogelu Camdriniaeth Ddomestig (DAPO)**
Gall gyfyngu ar wylio digidol, atal mynediad at dechnoleg benodol, neu wahardd bygythiadau ar-lein.

**Gorchymyn Diogelu rhag Stelcio**
Gall wahardd defnyddio meddalwedd tracio, cyfyngu mynediad at gyfryngau cymdeithasol dioddefwyr, ac atal aflonyddu ar-lein.

**Pwysig:**
*Nid yw hon yn rhestr gynhwysfawr o droseddau neu amodau amddiffynnol. Y nod yw gwella ymwybyddiaeth fel y gall ymarferwyr helpu dioddefwyr i atal niwed pellach trwy fesurau cyfreithiol priodol.*

# Adnoddau

- Action Fraud UK – *www.actionfraud.police.uk*
- Addysg ryngweithiol Adnabod AI – *https://www.getsafeonline.org/spottheai/*
- Mae Age Cymru yn cynnig cyrsiau hyfforddi cyfrifiadurol i bobl hŷn. Mae'r cyrsiau hyn yn hygyrch i bawb, ac mae'r wefan yn cynnig offer i ddod o hyd i'r ganolfan agosaf sydd ar gael i ddilyn eu cyrsiau – *https://www.ageuk.org.uk/services/in-your-area/it-training/*
- Gwybodaeth sydd wedi'i datblygu i feddygon teulu ei rhannu gyda chleifion – *https://digital.nhs.uk/services/nhs-app/toolkit/see-your-gp-health-record-in-the-nhs-app*
- Canllawiau Irisi i feddygfeydd ynghylch y newidiadau yn ap y GIG a sut i'w reoli i ddiogelu dioddefwyr a goroeswyr – *https://irisi.org/changes-online-medicalrecords-gp/*
- Kulpa – *https://www.kulpacloud.com*
- Linell Gymorth Pornograffi Dial – *www.revengepornhelpline.org.uk*
- Money Advice Plus – *https://www.moneyadviceplus.org.uk/*
- NCSC (Canolfan Seiberddiogelwch Genedlaethol) – *https://www.ncsc.gov.uk*
- Refuge – *https://refuge.org.uk*
- Partneriaeth Camdriniaeth Ddomestig South End a Thurrock (SETDAB). Ymgyrch It's never too late – *https://setdab.org/resource/setdab-its-never-too-late-campaign-2025/*
- Cydweithiodd Surviving Economic Abuse â Money Advice Plus, i greu canllaw ar ddeall camdriniaeth economaidd – *https://survivingeconomicabuse.org/news/sea-launches-digital-guide-to-helpvictims-identify-economic-abuse/*



# Cyfeiriadau


Age UK. (2023). "You can't bank on it anymore": *The impact of the rise of online banking on older people* [ar-lein], ar gael yn: https://www.ageuk.org.uk/siteassets/documents/reports-and-publications/reports-and-briefings/money-matters/the-impact-of-the-rise-of-online-banking-on-older-people-may-2023.pdf.

Bishop, C. and Bettinson, V. (2018) *Evidencing domestic violence*, including behaviour that falls under the new oVence of 'controlling or coercive behaviour'.* The International Journal of Evidence & Proof, 22(1), pp.3-29.

Brookfield, K., Fyson, R. and Goulden, M. (2023) *Technology-Facilitated Domestic Abuse: an under-Recognised Safeguarding Issue? British Journal of Social Work,* 54(1). doi: https://doi.org/10.1093/bjsw/bcad206.

Bünning M, Schlomann A, Memmer N, Tesch-Römer C, Wahl HW. *Digital Gender Gap in the Second Half of Life Is Declining: Changes in Gendered Internet Use Between 2014 and 2021 in Germany*. J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci. 2023 Aug 2;78(8):1386-1395. doi: 10.1093/geronb/gbad079. PMID: 37218293; PMCID: PMC10394992.

Canolfan Newyddion Vodafone UK (2022) *Fear of going online could cost over 65s almost £1,000 a year.* [ar-lein] ar gael yn: https://www.vodafone.co.uk/newscentre/news/fear-of-going-online-could-cost-over-65s-almost-1000-a-year/ (Wedi'i gyrchu: 5 Awst 2025).

Carers UK. (2023) *Supporting older carers who are digitally excluded: A good practice briefing [ar-lein], ar gael yn:* https://www.carersuk.org/media/ednduml/supporting-older-carers-who-are-digitally-excluded-briefing.pdf (Wedi'i gyrchu ar 20 Chwefror 2025).

Christie, L. and Wright S. (2020) *Technology and Domestic Abuse* [ar-lein], Llundain, Senedd y DU DOI: hVps://doi.org/10.58248/RR51.

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru. (2017) Gwybodaeth a chanllawiau ar gam-drin domestig: Diogelu pobl hŷn yng Nghymru [ar-lein] ar gael yn: https:/www.llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-06/diogelu-pobl-hn-yng-nghymru.pdf Canllawiau ar Ddiogelu Pobl Hŷn yng Nghymru.

Cuomo, D. a Dolci, N. (2021) New tools, old abuse: Technology-enabled coercive control (TECC). Geoforum, 126, tt. 224-232.

*Deddf Camddefnyddio Cyfrifiaduron 1990.*

*Deddf Camdriniaeth Ddomestig 2021 (Cymru a Lloegr).*

*Deddf Cyfiawnder Troseddol a Llysoedd 2015.*

*Deddf Cyfraith Teulu 1996 (Cymru a Lloegr).*

*Deddf Diogelu rhag Aflonyddu 1997 (Cymru a Lloegr).*

*Deddf Troseddau Difrifol 2015 (Cymru a Lloegr).*

*Deddf Twyll 2006.*

Dragiewicz, M., Burgess, J., Matamoros-Fernandez, A., Salter, M., Suzor, N., Woodlock, D. a Harris, B. (2018) *'Technology facilitated coercive control: Domestic violence and the competing roles of digital media platforms',* Feminist Media Studies, 18(4), tt. 609–25.

Fallows, D. (2005). H*ow Women and Men Use the Internet.* [ar-lein] Pew Research Centre. Ar gael yn: https://www.pewresearch.org/internet/2005/12/28/how-women-and-men-use-the-internet/ (Wedi'i gyrchu ar 24 Chwefror 2025).

Freeman, E. (2022) '*How effective are the protections available in Wales to safeguard adult victims of "coercive or controlling behaviour" by an intimate/ex-intimate partner or adult family member?'*, Traethawd hir yn rhan o gwblhau MA Diogelu Oedolion: Cyfraith, Polisi ac Ymarfer, Ysgol y Gyfraith, Prifysgol Keele.

Goodthingsfoundation.org. (2024) *Solving Digital Exclusion in a Cost of Living Crisis* | *Good Things Foundation.* [ar-lein] Ar gael yn: https://www.goodthingsfoundation.org/policy-and-research/research-and-evidence/research-2024/solve-digital-exclusion-cost-of-living-crisis.html (Wedi'i gyrchu 21 Chwefror 2025).

Haase, K.R., Cosco, T., Kervin, L., Riadi, I. ac O'Connell, M.E. (2021) *Older adults' experiences with using technology for socialization during the COVID-19 pandemic: Cross-sectional survey study. JMIR aging, 4(2), p.e28010.*



Harris, B. a Woodlock, D. (2018) '*Digital coercive control: Insights from two landmark domestic violence studies',* The British Journal of Criminology, 59(3), tt. 530–50.

Independent Age. (2024). *New data shows online scams cost older people an average of £4,000: but financial loss is only part of the story.* [ar-lein] ar gael yn: https://www.independentage.org/news-media/press-releases/new-data-shows-online-scams-cost-older-people-an-average-of-ps4000-but (Wedi'i gyrchu 25 Chwefror 2025).

Kelly, L. (1988) *Surviving Sexual Violence.* Caer-grawnt: Polity.

Leitao, R. (2021) *'Technology-facilitated intimate partner abuse: A qualitative analysis of data from online domestic abuse forums',* Human–Computer Interaction, 36(3), tt. 203–42.

Lever, K. ac Eckstein, J. (2020) *'"I never did those things they said!": Image, coercive control, and intrusion from former partners' technology-mediated abuse',* Iowa Journal of Communication, 52(1), tt. 49–67.

Lopez-Neira, I., Patel, T., Parkin, S., Danezis, G. a Tanczer, L. (2019) *''Internet of Things': How Abuse is Getting Smarter',* Safe – the Domestic Abuse Quarterly, 63, tt. 22–26.

NHS England. (2023) *NHS App reaches record users on fifth anniversary, 27th December 2023,* [ar-lein] https://www.england.nhs.uk/2023/12/nhs-app-reaches-record-users-on-fifth-anniversary/ (Wedi'i gyrchu ar 23 Ionawr 2024).

Okun, L. (1986) *Woman abuse: facts replacing myths/Lewis Okun – Catalogue* | *National Library of Australia.* [ar-lein] ar gael yn: https://catalogue.nla.gov.au/catalog/3001343.

Refuge. (2021) *Unsocial Spaces: Make Online Spaces Safer for Women and Girls* [ar-lein] ar gael yn: https://refuge.org.uk/wp-content/uploads/2021/10/Unsocial-Spaces-for-web.pdf.

Smith, L. (2020) *Older People Still Wary of Online Banking.* [ar-lein] www.moneyexpert.com. Ar gael yn: https://www.moneyexpert.com/news/older-people-still-wary-of-online-banking/ (Wedi'i gyrchu: 5 Awst 2025).

Stark, E. (2007) *Coercive Control: How Men Entrap Women in Personal Life.* Efrog Newydd: Gwasg Prifysgol Rhydychen.

Swyddfa'r Wasg, Santander. (2020) *Over 55s Flock Online during Coronavirus Pandemic but Miss Out on Digital Banking Opportunity | Santander UK.* [ar-lein] ar gael yn: https://www.santander.co.uk/about-santander/media-centre/press-releases/over-55s-flock-online-during-coronavirus-pandemic-but (Wedi'i gyrchu: 5 Awst 2025).

Tabassum, N. (2020) *How are older people adapting to digital technology during the COVID-19 pandemic, Centre for Ageing Better.* Ar gael yn: https://ageing-better.org.uk/blogs/how-are-older-people-adapting-digital-technology-during-covid-19-pandemic (Wedi'i gyrchu: 01 Mai 2024).

Tanczer, L., Lopez Neira, I., Parkin, S., Patel, T., a Danezis, G. (2018) *Gender and IoT Research Report; the Rise of the Internet of Things and Implications for Technology-Facilitated Abuse* [ar-lein], Llundain, UCL.

Tanczer, L., Lopez-Neira, I. and Parkin, S. (2021) *'I feel like we're really behind the game': perspectives of the United Kingdom's intimate partner violence support sector on the rise of technology-facilitated abuse',* Journal of Gender-Based Violence, 5(3), tt. 431–50.

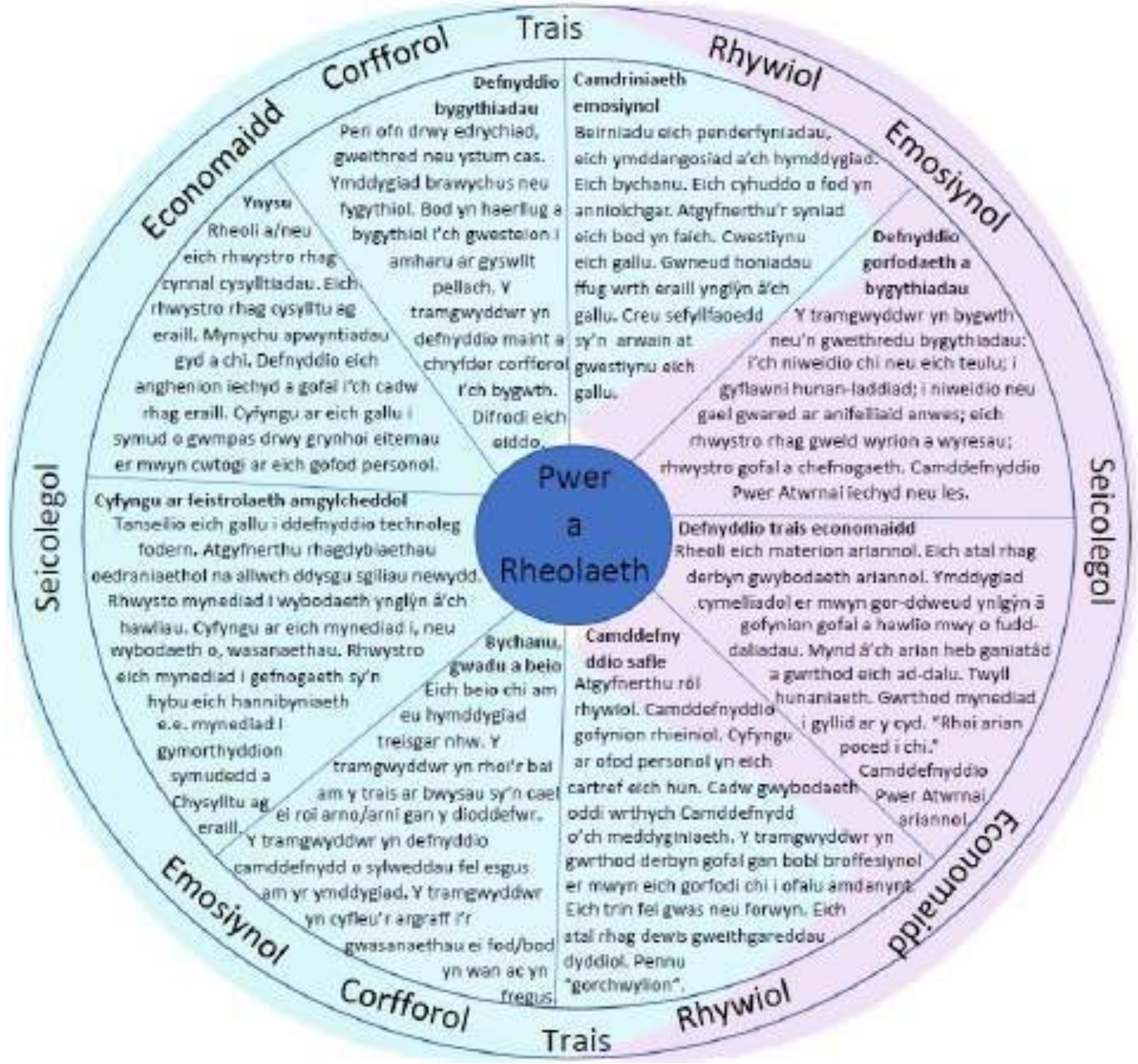
Women's Aid. (2023) *Criminalisation of coercive control reaches eight-year anniversary.* [ar-lein] ar gael yn: https://www.womensaid.org.uk/criminalisation-of-coercive-control-reaches-eight-year-anniversary/ (Wedi'i gyrchu: 5 Awst 2025).

Wydall, S., Freeman, E. and Zerk, R. (2021) *Transforming the response to domestic abuse in later life.* Gwasg Gomer: Llandysul.

Yardley, E. (2020) *'Technology-facilitated domestic abuse in political economy: A new theoretical framework',* Violence against Women, 27(10), tt. 1479–98.



***Atodiad A.***
**Trais a Chamdriniaeth Ddomestig yn Ddiweddarach mewn Bywyd**




Mae Dewis Choice wedi addasu'r Olwyn Pŵer a Rheolaeth i ddangos profiadau pobl hŷn o drais a chamdriniaeth ddomestig dan law partneriaid agos ac aelodau o'r teulu sy'n oedolion. Datblygwyd yr olwyn ar sail profiadau byw dros 90 o ddioddefwyr-oroeswyr sydd wedi cymryd rhan ym Menter Dewis Choice.

# Geirfa

1. **Allgáu Digidol:**
   Anallu neu allu cyfyngedig i gael mynediad at offer digidol a'r rhyngrwyd neu eu defnyddio oherwydd rhwystrau fel fforddiadwyedd, bylchau sgiliau, neu faterion hyder.
2. **Camddefnyddio Storfeydd yn y Cwmwl:**
   Cyrchu ffeiliau ar-lein sensitif heb gydsyniad, i ddychryn neu drin unigolyn neu i'w gorfodi nhw i roi arian.
3. **Cloeon Clyfar:**
   Dyfeisiau sy'n gallu darparu neu wrthod mynediad i'ch cartref o bell.
4. **Cymhwysiad:**
   Rhaglen neu ddarn o feddalwedd sydd wedi'u bwriadu i ateb diben penodol.
5. **Cynorthwywyr Digidol:**
   Dyfeisiau fel Alexa neu Google Home y gellir eu defnyddio i roi gorchmynion.
6. **Dilysiad Dau Gam (2SV)/Gwiriad Aml-Ffactor:**
   Dull diogelwch i amddiffyn cyfrifon trwy ofyn am ail haen o ddilysiad.
7. **Dyfeisiau Cartref Clyfar:**
   Offer sy'n gysylltiedig â'r rhyngrwyd fel camerâu, cloeon a chynorthwywyr.
8. **Egwyddorion yr Awr Aur:**
   Yn cyfeirio at y cyfnod critigol yn union ar ôl trosedd pan all camau effeithio  greu effaith arwyddocaol ar lwyddiant yr ymchwiliad.
9. **GPS:**
   System Leoli Fyd-eang.
10. **Hacio:**
    Cael mynediad diawdurdod i ddyfeisiau neu gyfrifon i drin neu reoli dioddefwyr.
11. **Hygyrchedd:**
    Dylunio technoleg a gwasanaethau i sicrhau y gall pob unigolyn eu defnyddio, gan gynnwys y rhai ag anableddau neu sgiliau digidol cyfyngedig.
12. **ISO/IEC 27001:**
    Y safon a gydnabyddir yn fyd-eang ar gyfer Systemau Rheoli Diogelwch Gwybodaeth (ISMS).
13. **Llwyfannau Talu Digidol:**
    Seilwaith digidol sy'n fodd i drafodiadau ariannol gael eu prosesu a'u hwyluso.
14. **Llythrennedd Digidol:**
    Galluoedd sy'n paratoi rhywun i fyw, dysgu, gweithio, cymryd rhan a ffynnu mewn cymdeithas ddigidol.
15. **Rhannu Lleoliad:**
    Nodwedd ar ffôn clyfar neu ddyfais a all gael ei defnyddio i rannu union leoliad rhywun gyda rhywun arall.
16. **Rhyngwynebau Hawdd eu Defnyddio:**
    Dyluniadau mewn technoleg sy'n blaenoriaethu symlrwydd a rhwyddineb defnydd, gan leihau rhwystrau i oedolion hŷn.
17. **Trafodiadau Diawdurdod:**
    Gweithgareddau ariannol, fel trosglwyddo arian neu brynu eitemau, heb gydsyniad y dioddefwr.
18. **Thermostatau Clyfar:**
    Technoleg sy'n fodd i reoli tymheredd y cartref.

Heddlu · Police DYFED POWYS

1872 PRIFYSGOL ABERYSTWYTH UNIVERSITY

Dewis CHOICE

PEGS