



Chwarae Cymru
Play Wales

Chwarae a Iles

Adolygiad o ymchwil diweddar i chwarae plant, polisi cymdeithasol ac ymarfer, gyda ffocws ar Gymru

Papur briffio



Awduron: Wendy Russell, Mike Barclay a Ben Tawil

ISBN: 978-1-914361-15-9

www.chwarae.cymru

Chwarae Cymru yw'r mudiad cenedlaethol dros chwarae plant, elusen annibynnol a gefnogirgan Lywodraeth Cymru i ddiogelu hawl plant i chwarae ac i gynnig cyngor ac arweiniad ar faterion sy'n ymwneud â chwarae.

Mae'r papur briffio hwn ar *Chwarae a lles: Adolygiad o ymchwil diweddar i chwarae plant, polisi cymdeithasol ac ymarfer, gyda ffocws ar Gymru yn cyflwyno cyd-destun ar gyfer yr adolygiad a chrynodeb â thystiolaeth o'r naratif gwreiddiol ddaeth i'r amlwg, sef un o ddull galluogrwydd perthynol tuag at les a beth all hyn ei gynnig ar gyfer meddwl am gyfrif-oldeb ac atebol-rwydd oedolion ar gyfer gallu plant i chwarae. Mae'r cyfeiriadau wedi'u rhifo yn y testun gyda rhestr lawn ar y diwedd.*

Nid yw'n grynodeb hollgynhwysol o'r canfyddiadau o'n hadolygiad. Byddai'n amhosibl gwneud cyfiawnder ag ehangder, dyfnder, cymhlethdod ac amrywiaeth yr ymchwil a adolygwyd yn y fersiwn lawn mewn dogfen mor fyr â hon. Bydd crynodeb fwy helaeth a'r fersiwn lawn ar gael ar: www.chwarae.cymru

Cefndir a chwmpas

Llywodraeth Cymru oedd y cyntaf yn y byd i wneud chwarae plant yn gyfrifoldeb statudol ar awdurdodau lleol trwy ei Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae, sy'n rhan o Fesur Plant a Theuluoedd (Cymru) 2010. Mae'r ddyletswydd yn mynnu y dylai awdurdodau lleol asesu a sicrhau cyfleoedd digonol i blant chwarae. Ar adeg cwblhau'r adolygiad llenyddiaeth hwn, mae'r Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae wedi bod yn weithredol ers deng mlynedd ac mae Llywodraeth Cymru'n cynnal Adolygiad Gweinidogol o Chwarae. Comisiynwyd Chwarae a lles gan Chwarae Cymru i ddarparu tystiolaeth gyfredol i hysbysu'r gwaith parhaus hwn. Mae hefyd yn darparu diweddariad i *Play for a Change: Play, policy and practice – a review of contemporary perspectives*⁽¹⁵⁰⁾ ac mae'n cynnig persbectif polisi Cymreig newydd, yn hytrach na'r ffocws blaenorol ar Loegr.

Mae adroddiad yr adolygiad llawn yn cynnwys pedair prif adran:

- plentyndod a pholisi cymdeithasol
- rôl chwarae yn lles plant
- patrymau chwarae plant

- enghreifftiau seiliedig ar arfer o gefnogi chwarae plant ar dir y cyhoedd yn ogystal ac yn sefydliadau plentyndod.

Mae'r adolygiad yn tynnu'n bennaf ar ymchwil academiaidd, gan ddefnyddio llenyddiaeth broffesiynol, eiriolaeth ac ymarferydd, 'llwyd' (sef wedi'u cyhoeddi'n llai ffurfiol) ble fo'n briodol. Mae chwarae plant wedi ei ymchwilio ar draws ystod eang o ddisgyblaethau academiaidd, yn cynnwys bioleg, astudiaethau esblygiadol, etholeg, niwrowyddoniaeth, seicoleg, astudiaethau addysg, cymdeithaseg, daearyddiaeth, anthropoleg, llên gwerin, athroniaeth, astudiaethau polisi a mwy. Mae llawer o'r ymchwil a adolygwyd yn empirig. Fodd bynnag, o ystyried y pryderon a fynegir gan rai awduron ynghylch gormesu (*colonisation*) yn ogystal â rhamantu chwarae plant gan eiriolwyr sy'n oedolion ac ymchwilwyr fel ei gilydd, mae ymchwil a theori gysyniadol yn cynnig dirnadaeth ystyriol, ac felly wedi eu cydblethu trwyddo.

Mae'r ffynonellau mor ddiweddar â phosibl, ond ddim cynharach na 2005 (ar wahân i rai testunau clasurol) ac maent wedi eu tynnu o wledydd y byd lleiafrifol¹ sy'n gymharol gyffelyb. Mae'r adolygiad yn cynnwys plant 0 i 18 mlwydd oed, er bod ambell ystod oedran wedi ei ymchwilio'n well nac eraill mewn ffyrdd sy'n amrywio ar draws y pedwar maes ymchwil allweddol.

¹ Mae'r term 'byd lleiafrifol' yn cyfeirio at yr hyn a elwir yn fwy cyffredin yn wledydd 'datblygedig' neu 'Orllewinol', neu'n fwy diweddar, Y Gogledd Byd-eang. Mae ei wrthwyneb, y 'byd mwyafrifol', yn cael ei alw'n hynny oherwydd bod y mwyafrif o boblogaeth y byd yn byw yn y gwledydd hynny y cyfeirir atynt yn aml fel rhai 'datblygol'. Er bod perygl i'r termau byd 'mwyafrifol' a 'lleiafrifol' or-symleiddio pethau, maent yn anelu i 'newid y pwyslais ar ein safbwyntiau ar y byd sy'n aml yn breintio materion a phoblogaethau "gorllewinol" a "gogleddol"' (Punch a Tisdall, 2012, td. 241).

Fe ddefnyddiom ddull integreiddiol, traethiadol a chreadigol^(181, 252), gan weithio ar draws bersbectifau disgyblaethol a damcaniaethol amrywiol, gan gyfod ffonellau yn themâu cysniadol a defnyddio hyn i greu sylwadaeth wreiddiol a gwleidyddol. O ystyried y casgliad sylweddol o ymchwil i blentyndod, polisi a chwarae plant, mae'r hyn yr ydym wedi ei adolygu o reidrwydd yn rhannol, ac o ystyried ein diddordebau ymchwil a'n ymarferion ein hunain, mae ein cyflwyniad o'r deunydd hefyd, yn anochel, yn rhannol.

Nodyn ar gynhyrchu gwybodaeth

Fydd gwybodaeth fyth yn fater niwtral. Mae bob amser yn lleoledig, wastad yn llawn cwestiynau am bŵer. Mae llawer o'r ymchwil i blentyndod a chwarae wedi ei wreiddio ym mhersbectifau'r byd lleiafrifol sydd â'u gwreiddiau yn namcaniaethau'r Oes Oleuedig (*Enlightenment age*) ac sy'n dal gafael ar lawer o'u tybiaethau gwladychol gwreiddiol ynghyd â'r gred mewn bydysawd sefydlog ac adnabyddadwy y gellir ei reoli trwy ddarganfod achos ac effaith llinellol. Hefyd, mae'r modd yr ydym yn deall pethau yn effeithio ar sut y byddwn yn ymddwyn. Mae naratifau, patrymau a dealltwriaethau'n cyfrannu at gynhyrchu arferion² trafodol materol sy'n effeithio ar berthnasau oedolion â phlant ar draws pob maes o'u bywyd.

Mae prosesau deublyg a chydblededig **cyfrif-oldeb** ac **atebol-rwydd**, a ddatblygwyd mewn astudiaethau ymchwil i Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae Llywodraeth Cymru^(149, 150, 222, 223), yn cynnig canllaw defnyddiol i feddwl yn wahanol ac yn foesegol am glymau plant gyda'u *milieu* (yr amgylcheddau ffisegol, cymdeithasol, economaidd a gwleidyddol y mae plant yn byw ynddynt a hefyd yn eu heffeithio). Mae cyfrif-oldeb yn cyfeirio at y gallu i gyflwyno cyfrifon moesegol o chwarae plant a'r amodau sy'n ei gefnogi. Mae atebol-rwydd yn cyfeirio at gamau gweithredu i wneud gofod yn fwy teg ar gyfer chwarae, ar raddfeydd niferus a chydberthynol o bolisiau ac arferion.

Datblygiadau diweddar mewn ymchwil plentynod a chwarae: tuag at berthynoledd radicalaidd

Gwelwyd twf sylweddol mewn diddordeb academiaidd a masnachol mewn chwarae plant dros y 15 mlynedd diwethaf ochr yn ochr â datblygiadau cysniadol a methodolegol. Cyflwynodd *Play for a Change* berspectifau wnaeth herio goruchafiaeth a detholrwydd y dybiaeth mai prif gyfraniad chwarae i blentyndod oedd i'w helpu i symud ymlaen trwy gyfnodau datblygiadol tuag at oedolaeth. Er enghraifft, mae dull systemau yn ystyried datblygiad fel perthynas gytbwys a chydblededig o enynnau, corff ac amgylchedd, gydag esblygiad yn cwmpasu mwy nag etifeddiad genetidd, ac felly'n tarfu ar y cysniad natur / magwraeth ddeuaidd fythol. Yn ogystal, cyhoeddwyd *Play for a Change* fel yr oedd yr hyn a alwyd yn 'don newydd' o astudiaethau plentynod yn ymddangos oedd hefyd yn anelu i edrych y tu hwnt i'r cysyniadau deuaidd clasurol o natur / diwylliant, oedolyn / plentyn, asiantaeth / strwythur tuag at ddull mwy perthynol⁽²⁰⁶⁾.

Dros y 15 mlynedd canlynol, mae'r syniadau hyn wedi eu mabwysiadu a'u datblygu ymhellach gan ymchwil plentynod ar draws y gwyddorau naturiol a chymdeithasol hefyd. Yn deillio o ac yn ehangu ar 'ddatblygiadaeth'³ a'r astudiaethau cymdeithasol o blentyndod, mae'r tro perthynol mewn astudiaethau plentynod yn diganoli 'y plentyn', gan nodi symud oddi wrth ystyried plentynod neu chwarae fel categorïau hunaniaeth sefydlog a tuag at edrych ar sut y mae'r ddau'n cael eu cynhyrchu'n barhaus trwy arferion perthynol. Mae gwneud hynny'n pwysleisio symudiad, rhythmau a llif bywyd bob dydd, gwahaniaeth, a newid parhaus.

Mae'r syniadau'n gymhleth ac yn anodd eu crynhoi heb eu gor-symleiddio. Er hynny, rydym yn awgrymu mai'r hyn sy'n cyd-gysylltu'r gwahanol linynnau hyn yw dealltwriaeth radicalaidd o berthynoledd. Mae'r berthynoledd radicalaidd yma'n fwy na rhyngweithiad gwahanol organeddau, cyd-destunau a phrosesau.

² Mae 'arferion trafodol materol' yn derm sy'n cydnabod y cydberthnasau dynamig o ddealltwriaethau, ystyron, ieithoedd, pethau materol ac arferion all fod mor sefydledig fel y cânt eu hystyried yn synnwyr cyffredin, ac weithiau'n anodd edrych y tu hwnt iddynt.

³ Mae 'datblygiadaeth' yn cyfeirio at oruchafiaeth defnydd gor-symol o ddamcaniaethau o oedrannau a chyfnodau o ddatblygiad plant, yn enwedig datblygiad gwybyddol, sydd wedi tyfu'n sefydlog a normadol.

Nid oes gan ffenomena (er enghraifft, gofod, chwarae, cyrff a bywyd ei hun) sefydlog a rhagfodolaethau penodedig ond maent yn wastad mewn proses o ddatblygu trwy ac ar ffurf cyfarfyddiadau. Mae cyfarfyddiadau o'r fath yn cynnwys cyrff eraill (dynol, annynol, elfennaidd, sefydliadol), gwrthrychau materol, tirweddau, a hefyd y llai diriaethol, megis affeithiau, teimladau, dyheadau, yn ogystal â systemau ac arferion cymdeithasol (er enghraifft, calendrau, rheolau, codau ymddygiad, systemau gormes hirsefydlog)^(8, 147, 176, 186, 207, 211, 212, 241, 247).

Roeddem wedi meddwl y byddem, yn syml, yn adrodd ar y tro perthynol hwn ochr yn ochr â safbwyntiau ar y byd sy'n dal yn drech, a rhai eraill sy'n fwy deuaidd, llinellol, ac sy'n canolbwyntio ar fodau dynol. Fodd bynnag, wrth inni ymchwilio'r llenyddiaeth ar astudiaethau plant, polisi, lles, chwarae a phatrymau chwarae plant, cododd perthynoledd fel elfen ganolog i gyfran sylweddol o'r llenyddiaeth yn ogystal ag i'r naratif yr oeddem yn ei datblygu. Mae'r naratif hwnnw'n un o **ddull galluogrwydd perthynol tuag at les**.

Datblygiadau polisi

Yn unol â phersbectif perthynol, efallai mai un o'r symudiadau mwyaf arwyddocaol mewn meddwl yn y 15 mlynedd ers *Play for a Change* yw gwerthfawrogi perthnasedd mentrau polisi ehangach y tu hwnt i bolisiau a anelir yn benodol at blant, a'r berthynas rhwng y rhain a gallu plant i chwarae. Mae hyn yn amlwg:

- yn Sylw Cyffredinol rhif 17 Pwyllgor y Cenedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (2013) ar Erthygl 31 o Gonfensiwn y Cenedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP)
- yng nghyflwyniad y Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae statudol yng Nghymru
- yng nghorfforiad statudol asesiadau digonolrwydd chwarae yn Yr Alban trwy Ddeddf Cynllunio (Yr Alban) 2019.

Tra'n cydnabod gwerth darpariaeth chwarae benodedig, mae'r mentrau polisi hyn hefyd yn cydnabod pwysigrwydd talu sylw i'r amodau all gefnogi plant i chwarae'r tu allan yn eu cymdogaethau ac mewn mannau eraill ar dir y cyhoedd. Mae

symudiad o'r fath wedi codi trwy ystod o rymoedd cydberthynol, yn cynnwys newid hinsawdd, pryderon iechyd y cyhoedd, dylanwad eiriolwyr dros amgylcheddau cyfeillgar at blant ac, yng Nghymru, gofyniad y Ddyletswydd Digonolrwydd Chwarae i weithio'n draws-broffesiynol. O hyn, cododd gwerthfawrogiad o berthnasedd polisiau fel y rhai sy'n ymwneud â datblygiad cynaliadwy, cynllunio gofodol, dylunio trefol, teithio llesol ac yn enwedig Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 Llywodraeth Cymru. Mae'r polisiau ehangach hyn yn dod â gwleidyddiaeth ofodol i'r amlwg.

Chwarae plant fel mater o gyfiawnder gofodol

Mae chwarae plant yn hanfodol ofodol gan ei fod wastad yn digwydd yn rhywle. Mae'r cysyniad o gyfiawnder gofodol, a ddefnyddiwyd mewn pedair astudiaeth ymchwil i weithredu'r Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae^(149, 150, 222, 223), yn agor ffyrdd o edrych ar sut mae gofodau'n cael eu cynhyrchu trwy gydberthnasau rhwng dyluniad yr amgylchedd adeiledig, systemau cyfreithiol a llywodraethu sy'n rhoi blaenoriaeth i gadw'r economi i symud, a sut y mae'r rhain wedi eu clymu gyda normau gwleidyddol a chymdeithasol ac arferion gofodol bob dydd^(147, 210, 240). Mae'n caniatáu hefyd i symud oddi wrth naratif 'difrod'^(225, 256) (sy'n canolbwyntio ar yr hyn sydd o'i le gyda phlant) tuag at gydnabyddiaeth pan mae'r amodau'n gywir, bydd chwarae'n ymddangos fel ffyrdd y plant eu hunain o wneud yn iawn a bod yn iach, sy'n cynnig cyfrif llawer mwy cadarnhaol. Mae'r cysyniad o gyfiawnder gofodol wedi ei gydnabod yn Adolygiad Gweinidogol o Chwarae Llywodraeth Cymru⁽¹⁷⁹⁾, a gan Gomisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol, sydd wedi annog Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus (BGC) i gydnabod sut y mae cynhyrchu gofod yn cyfrannu at anghyfiawnderau pan maent yn creu eu cynlluniau llesiant^(92, 130).

Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015: posibilrwydd dulliau perthynol a gofodol tuag at bolisi

Mae gan Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 Llywodraeth Cymru uchelgeisiau a photensial radical. Mae'r ddeddf yn gosod Cymru ymhlith nifer fechan o lywodraethau economi lles (yn cynnwys Yr Alban, Gwlad yr Iâ, Seland Newydd a'r Ffindir) sy'n canolbwyntio ar ddatblygiad cynaliadwy trwy nid yn unig les economaidd ond hefyd les

cymdeithasol, amgylcheddol a diwylliannol. Mae'r Ddeddf yn mynnu y dylai cyrff cyhoeddus a BGC gynllunio ar gyfer dyfodol cynaliadwy trwy bennu amcanion lleol ar gyfer cyflawni saith nod llesiant a ddynodwyd yn genedlaethol, sef:

- Cymru lewyrchus
- Cymru gydnerth
- Cymru iachach
- Cymru sy'n fwy cyfartal
- Cymru o gymunedau cydlynus
- Cymru â diwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu
- Cymru sy'n gyfrifol ar lefel byd-eang^(130, 269).

Fodd bynnag, mae ei photensial radicalaidd yn gweithredu ochr yn ochr â naratifau polisi traddodiadol sy'n amlwg yn y modd y caiff plant eu dehongli yn y ddeddf a'i dogfennau polisi cysylltiedig. Nid yw plant, ar hyn o bryd, yn amlwg iawn yn y dangosyddion perfformiad ar gyfer Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 heblaw yn nhermau mesurau iechyd a datblygiad plant. Yn y dogfennau canllaw mae ffocws ar wendidau plant⁽⁹³⁾. Mae'r rhain yn enghreifftiau o naratif polisi buddsoddiad cymdeithasol, wedi ei wreiddio'n gadarn mewn ffurfiau ôl-gyni o neo-ryddfrydiaeth,⁴ ble 'mae'r plentyn yn cael ei drafod mewn polisïau fel safle ar gyfer cynhyrchu dinasyddion ufudd ond gweithgar ac economaidd hunangynhaliol'^(54, td. 12).

Tra bo polisïau cyffredinol megis addysg ac iechyd yn effeithio ar bob plentyn, mae eu hathroniaethau, cynhyrchiad ac arferion sylfaenol yn digwydd yn wahanol ar draws dosbarthiadau croestoriadol sy'n cael eu rhannu'n ôl dosbarth, hil, rhywedd ac an/abledd⁵ ac mae polisïau wedi'u targedu'n aml wedi ymwreiddio anghydraddoldebau ymhellach eto^(84, 133). Mae neo-ryddfrydiaeth, y model buddsoddi cymdeithasol a mesurau cyni wedi cyfuno i wneud dinasyddion yn fwyfwy 'cyfrifol', gan annog unigolion

i fod yn llai dibynnol ar y wladwriaeth ac i wneud dewisiadau doeth ynghylch eu hiechyd, diogelwch a lles eu hunain⁽¹³⁰⁾ a rhai eu plant^(84, 133). Gall cynyddu cyfrifoldeb hefyd greu syniadau am fai, er yn ddamweiniol, yn enwedig am famau tlawd (ym mhob ystyr o'r gair)^(12, 85, 98, 143, 214, 227).

Hyd yn oed pan maent wedi'u geirio yn iaith hawliau plant, mae naratifau buddsoddiad cymdeithasol yn dal i oruchafu. Tra bod llawer o'r ddadl academiaidd ynghylch hawliau plant wedi canolbwyntio ar gyfranogaeth, mae llawer mwy o erthyglau CCUHP sy'n delio gyda materion sy'n ymwneud â gwarchod a darparu sy'n cyfeirio at 'y plentyn', a adnabyddir fel unigolyn ac yn fyd-eang, yn nhermau eu datblygiad a'u dinasyddiaeth i'r dyfodol^(138, 267). O ystyried dull seiliedig ar hawliau Llywodraeth Cymru at bolisïau ar gyfer plant ochr yn ochr â naratifau buddsoddi cymdeithasol cwbl amlwg, mae dadleuon o'r fath yn codi heriau diddorol i'r syniad o hawl plant i chwarae. Fodd bynnag, gall egwyddorion sylfaenol Llywodraeth Cymru o weithio partneriaeth a chyfiawnder cymdeithasol, i ryw raddau, weithio gyda'r tensiynau a'r beirniadaethau hyn. Mae'r Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae yn gofyn am weithio traws-broffesiynol yn ogystal ag ystyried safbwyntiau plant, gan gefnogi datblygiad yr hyn a elwir yn 'gyd-ddoethineb' wrth gyfrif am a bod yn ymatebol i amodau ar gyfer chwarae plant^(149, 150, 222, 223).

Er gwaethaf goruchafiaeth model buddsoddi cymdeithasol, ceir posibiladau ehangach yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 y tu hwnt i'r dehongliadau economaidd a diffyg o blant. Os caiff plant eu cynnwys fel aelodau o gymunedau, daw'r darlun yn un llawer mwy gobeithiol. Mae dwy agwedd o'r ddeddf a'r datblygiadau dilynol o ddiddordeb penodol yn hyn o beth: y ffocws ar gyfiawnder gofodol a'r ffocws ar les.

Mae'r ddeddf yn gofyn i BGC fabwysiadu persbectif lleol, seiliedig ar le wrth greu cynlluniau lles, gan agor cyfleoedd ar gyfer cyfiawnder gofodol^(129, 130). Fodd bynnag, dangosodd y cylch cyntaf o asesiadau 'ystyriaeth gyfyngedig iawn o bwysigrwydd neu achos

⁴ Mae neo-ryddfrydiaeth yn cyfeirio at athroniaethau ac arferion gwleidyddol ac economaidd sy'n ystyried bod lles bodau dynol yn codi o 'ryddid entrepreneuriaidd unigol' (Harvey, 2007, td. 2) a chasglu cyfoeth. Mae wedi codi o bolisïau yn y 1970au ymlaen sydd wedi gweld y wladwriaeth yn camu'n ôl o rôl lles cymdeithasol traddodiadol, ymyrraeth gynyddol y marchnadoedd ac athroniaethau rheolaethol cysylltiedig ar wasanaethau cyhoeddus a dadreoleiddio systemau ariannol a systemau eraill y credir sy'n cyfyngu ar rymoedd y farchnad.

⁵ Defnyddir y term 'an/abledd' i gyfeirio at y ffyrdd y mae drysni hanes, polisïau ac arferion a gofodau arferol bob dydd yn cael eu profi'n wahanol gan bobl anabl a phobl sydd ddim yn anabl.

gwahaniaethau gofodol⁽⁹³⁾, gyda'r comisiynydd yn cymhell BGC i 'feddwl yn ddwysach am y berthynas rhwng gofod a llesiant; i symud y tu hwnt i ystyried gofod fel dim ond llestr ar gyfer (angh)yfiawnder, a'i ystyried yn hytrach fel rhywbeth sy'n cyfrannu at (angh)yfiawnder'^(130, td. 907).

O ystyried cydberthynas lles a chyfiawnder gofodol sydd wedi'i wreiddio yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, mae'n werth edrych yn fanylach ar sut mae lles yn cael ei fframio o fewn polisiau cyhoeddus sy'n ymwneud â phlant.

Lles plant a pholisi

Ceir corff sylweddol o lenyddiaeth sy'n trafod sut i fesur lles plant, gan gwmpasu mesurau gwrthrychol a goddrychol a barn y plant eu hunain^(26, 27, 42, 43, 55, 61, 103, 141, 213). Er hynny, mae dynodi meysydd a dangosyddion ar gyfer mesur lles plant – penderfynu'r hyn sydd o bwys ar hyn sy'n cyfrif – yn seiliedig (yn aml yn anfeirniadol) ar dybiaethau diwylliannol, oedolion a seiliedig ar ddsbarth cymdeithasol ynghylch yr hyn sy'n creu plentyndod da^(14, 35, 55, 87). Un feirniadaeth allweddol o'r cysyniad o les a'r modd y'i defnyddir mewn ymchwil a pholisi yw ei fod yn unigolyddol, hynny yw, mae lles yn cael ei ddehongli fel rhywbeth y mae unigolyn yn meddu arno ac fel rhywbeth y gellir – ac y dylid – ei ennill neu ei gyflawni, a thrwy hynny beri bod unigolion yn gyfrifol am eu lles eu hunain. O ganlyniad, gall mesurau lles goddrychol weithredu fel mwgwd i faterion mwy strwythurol o anghydraddoldeb.

Dull galluogrwydd perthynol tuag at les

Mae'r dull galluogrwydd wedi ei archwilio gan nifer cynyddol o ymchwilwyr lles plant^(32, 56, 81, 136, 229), gan dynnu ar waith yr athronydd-economegydd Amartya Sen a'r athronydd Martha Nussbaum. Mae'r dull, yn y bôn, yn un o gyfiawnder cymdeithasol, sy'n ystyried bod lles yn codi o'r cyfleoedd, yr adnoddau a'r rhyddid i bobl allu bod a gwneud yr hyn sydd o werth iddyn nhw. Ym model Sen, mae galluoedd yn cyfeirio'n rhannol at fodolaeth adnoddau ac yn rhannol at allu pob unigolyn i drosi adnoddau o'r fath yn 'weithrediadau'. Mae ffactorau trawsnewidiad yn gweithredu ar draws lefelau personol, cymdeithasol ac amgylcheddol⁽²¹⁵⁾. Un feirniadaeth allweddol o'r dull hwn fu ei bwyslais ar ryddid yr unigolyn a dewis rhesymegol⁽⁸⁸⁾.

Mae dull perthynol yn cydnabod nad yw lles yn sefydlog ac nad yw'n byw y tu mewn i gyrff a meddyliau plant unigol ond ei fod yn ymddangos mewn ffyrdd amrywiol a hynny o ac ar ffurf drysni o gyrff, gofod, gwrthrychau materol, dyheadau, hanesion a llawer mwy^(7, 63, 147). Rydym ni'n cynnig dull galluogrwydd perthynol sy'n talu sylw i'r 'clymau materol a thrafodol sy'n gwneud plant yn alluog'^(186, td. 56).

Cydnabyddir chwarae yn neg galluogrwydd creiddiol bywyd Nussbaum, y mae hi'n eu rhestru fel:

- iechyd corfforol
- cywirdeb corfforol
- datblygiad a mynegiad y synhwyrau
- dychymyg a meddwl
- iechyd emosiynol
- rheswm ymarferol
- ymlyniad (personol yn ogystal â gwleidyddol)
- perthnasau gyda rhywogaethau eraill a byd natur
- chwarae
- rheolaeth dros ein hamgylchedd personol (yn faterol ac yn gymdeithasol)⁽¹⁸⁸⁾.

Serch hynny, nid yw chwarae'n ateb i bob anghyfiawnder y bydd plant yn eu hwynebu trwy eu statws fel plant yn ogystal â chroestoriadau anghyfiawnder eraill. Mae'r argyfyngau economaidd, geowleidyddol ac amgylcheddol presennol yn cyflwyno gwir fygythiadau i alluogrwydd plant ar gyfer bywyd, iechyd corfforol, cywirdeb corfforol ac elfennau eraill ar restr Nussbaum sy'n dibynnu ar fynediad teg i fwyd digonol, tai, gofal iechyd, addysg a gwasanaethau cyhoeddus sylfaenol eraill yn ogystal â diogelwch ariannol, cymdeithasol ac amgylcheddol.

Yn ogystal, mae ystyried chwarae'n amhroblematig fel grym er lles yn ei ramanteiddio a gall guddio ffurfiau o chwarae sydd, er enghraifft, yn copïo, perfformio ac yn bytholi anghydraddoldebau pŵer^(47, 48, 49, 102, 113, 137, 173, 253, 254), neu sy'n gaethiwus⁽²³⁵⁾, peryglus, neu niweidiol mewn ffyrdd eraill⁽²⁴⁵⁾. At hynny, mae llawer o'r llenyddiaeth yn cyffredinol ynghylch profiadau plant o chwarae. Mae 'chwarae' a 'phlant' yn troi'n

gysyniadau homogenaidd, normadol yn rhwydd iawn sy'n dileu profiadau a swyddogaethau chwarae ar gyfer plant sydd ddim yn ffitio mowld y plentyn delfrydol^(50, 66, 79, 102, 104, 119, 172, 239). Mae mabwysiadu dull perthynol ar gyfer chwarae a lles yn cydnabod grymoedd niweidiol all gynhyrchu mathau o chwarae sydd ddim yn ffafriol i fod yn iach. Fodd bynnag, os yw'r holl amodau'n iawn i blant gymryd rhan mewn mathau o chwarae y maent yn eu gwerthfawrogi, mae'n fwy tebygol y bydd enydau o les yn codi hefyd.

Er gwaethaf y rhybuddion hyn, caiff chwarae ei gynnwys yn rhestr Nussbaum yn union oherwydd y gall gyfrannu mewn ffyrdd sy'n arwyddocaol i les. Mae llawer o'r ymchwil cyfoes i chwarae a lles yn pwysleisio drysni y meddwl, y corff, y synhwyr, affaith, symudiad a *milieu*. Mae hyn yn wir am ymchwil o astudiaethau esblygiadol, niwrowyddoniaeth, seicoleg (ôl)ddatblygiadol, cymdeithaseg, anthropoleg, daearyddiaeth, athroniaeth a mwy. Mae'r ymchwil a adolygwyd yn dangos hefyd sut mae'r gallu i chwarae'n cydberthyn yn gadarnhaol gyda'r holl alluoedd eraill yn rhestr Nussbaum⁽¹⁸⁷⁾. Am y rheswm hwn, mae gwarchod a hyrwyddo gallu plant i chwarae, yn enwedig i blant sydd eisoes yn wynebu anghyfiawnderau cymdeithasol a gofodol, yn cydymffurfio â hawliau plant yn ogystal â'r model polisi buddsoddi cymdeithasol a ddisgrifiwyd uchod⁽¹⁸⁷⁾. Mewn geiriau eraill, mae gwarchod a hyrwyddo gallu plant i chwarae'n dda yn gwneud synnwyr o ran cyfiawnder ac economeg hefyd tra'n cydnabod grymoedd pwerus neo-ryddfrydiaeth ac etifeddiaeth gwladychiaeth.

Sut mae chwarae'n cyfrannu at les

Mae'r berthynas rhwng chwarae a lles, yn uniongyrchol ac yn fwy hir dymor, wedi ei datgan ers amser yn y llenyddiaeth^(101, 179, 182, 228, 244, 251, 271), ond mae'r hyn yw'r berthynas honno, ac ansawdd y dystiolaeth ar ei chyfer, yn fwy problematig. Mae hyn yn ymwneud yn rhannol ag amrywiaeth eang chwarae ynghyd ag amrywiaeth y chwaraewyr^(3, 115, 245). Mae rhan o hyn yn ymwneud â sut y gellid deall 'lles'. Mae dull perthynol a gofodol yn ystyried lles fel elfen amhendant a dynamig, ac yn fwy fel rhywbeth y mae plant yn ei wneud na chyflwr sefydlog y mae plant yn meddu arno⁽⁸⁶⁾. Mae lles fel proses yn hytrach na chyflwr yn codi o gynhyrchu ac atgynhyrchu

parhaus perthnasau cymhleth ymysg pobl a chyrrff eraill (annynol, sefydliadol, elfennaidd), dyheadau, amgylchiadau, arferion, manau, systemau, hanesion, gwerthoedd, tirweddau, gwrthrychau materol, genynnau, gwleidyddiaeth ac yn y blaen^(14, 15, 147, 201, 270).

Mae proses fiolegol homeostasis⁶ yn golygu bod plant yn chwilio'n barhaus am ffyrdd o deimlo'n well, yn aml trwy chwarae^(74, 147). Pan all plant gyfranogi'n llawn mewn chwarae, mae'r pleser y mae hyn yn ei roi yn ganolog i les, iechyd ac ymaddasolrwydd, a hynny yn ystod y cyfnod o chwarae ac wedi hynny^(52, 64, 90, 108, 192, 194, 257). Mae'r datganiad hwn yn fwy na'r wireb bod chwarae'n hwyl.

Mae deall lles a homeostasis fel elfennau amhendant a newydd yn amlygu pwysigrwydd symud, sef symudiad corfforol (o'r moleciwlaidd i'r echddygol bras) a'r broses o newid^(83, 147). Mae cyrff yn brofiadol ac yn llawn bywyd, ac mae eu ymgyfeiriad â'r byd yn nhermau'r hyn mae'r byd yn ei gynnig ar gyfer gweithredu, neu'r hyn mae'n ei gynnig. O'r persbectif hwn, mae dirnadaeth ac amgyffrediad nid yn unig yn weithrediadau ymenyddol ond, yn hytrach, yn rhywbeth y mae bodau dynol yn ei wneud, trwy symud yn bennaf^(67, 234).

Mae'r pleser o chwarae'n dda yn ysgogi plant i chwilio am fwy o chwarae^(76, 255). Mae chwarae mewn ffyrdd sy'n cael eu gwerthfawrogi gan y chwaraewr yn rhyddhau niwrodoffinau all gael amddiffyniad mwy parhaol yn erbyn iselder^(192, 193, 194, 196). Gall y pleser o chwarae godi o brofi bywiogrwydd o emosiynau fel ofn, dicter, diflastod a syndod a'u goresgyn, er enghraifft trwy chwarae smalio, chwarae gwyllt corfforol, cymryd risg, rhigymau anfoesgar, straeon arswyd, gemau fideo a chwarae gwirion yn gyffredinol^(83, 108, 192, 194, 195, 197, 199, 200, 231, 245, 259). Mae'r mathau hyn o chwarae'n helpu i baratoi rhwydweithiau niwral i ymateb yn hyblyg ac yn greadigol i sefyllfaoedd newydd heb or-ymateb, a thrwy hynny ddatblygu'r capasiti i ddelio'n emosiynol gyda chael eich synnu neu golli rheolaeth dros dro^(6, 111, 135, 198, 200, 230, 236, 260). Fel hyn, gall dimensiynau dryslyd corfforedig, synhwyrdd, dynamig ac affeithiol chwarae ychwanegu at ei fywiogrwydd a chyfrannu at gryfder ac iechyd corfforol, rheoli emosiynau a systemau ymateb i straen iach.

⁶ Mae homeostasis yn ymateb awtomatig, dynamig tuag at gasgliadau ansefydlog o amodau meddwl-corrff-synhwyrdd-amgylchedd.

Ochr yn ochr â hyn, mae chwarae'n dda hefyd yn darparu'r cyd-destun perthynol ar gyfer datblygu systemau ymlyniad iach i bobl sy'n rhoi gofal (trwy fathau cynnar o chwarae fel pi-po a chosi)^(29, 105, 106, 107, 124, 171, 175, 192), ffrindiau (trwy wrthdaro yn ogystal â chydysafiad a chefnogaeth affeithiol)^(17, 24, 45, 58, 75, 88, 116, 189, 202, 242, 266, 268, 276), ac anifeiliaid annynol eraill^(62, 82, 182, 190, 212, 250), ac at le^(20, 23, 40, 122, 123, 126, 134, 140, 159, 162, 163, 264, 265, 274), gan gyfrannu at ymdeimlad o ddiogelwch a pherthyn a'r ymdeimlad i blant o allu effeithio ar eu bywydau eu hunain a bywydau pobl eraill.

Mae hyn i gyd yn golygu, pan fo'r amodau'n iawn, **y gall plant greu eu lles eu hunain**. Mae hyn yn cyflwyno dadl foesegol, foesol, economaidd a chymdeithasol gref i oedolion weithio tuag at gynhyrchu'r amodau hynny trwy bolisïau yn ogystal ag arferion. Os caiff chwarae ei ystyried fel un o'r deg gallu dynol canolog (ar gyfer pob oedran), fel y mae yn rhestr Nussbaum o alluoedd craidd, yna byddai angen i ddull galluogrwydd perthynol tuag at les dalu sylw i'r amodau gofodol, amserol ac affeithiol sy'n cefnogi'r adnoddau, y cyfleoedd, y rhyddid ac felly'r gallu i chwarae. Gellir datblygu sylw o'r fath trwy brosesau deuol cyfrif-oldeb ac atebol-rwydd.

Chwarae plant heddiw

Mae meddwl am gyfleoedd plant i chwarae o ddull galluogrwydd perthynol yn troi sylw tuag at amodau bywydau bob dydd plant ac i ba raddau y gall y rhain gefnogi neu gyfyngu ar gyfleoedd i chwarae, gan nodi y gallai'r ddau fod yn wir ar yr un pryd. Gall dull perthynol tuag at gyfrif am chware plant roi sylw i gymhlethdodau'r amodau hyn, gan gydnabod eu bod yn lleoledig ac yn agored i drafodaeth^(164, 165, 208, 219), a bod bywydau plant yn ddynamig, ac yn newid yn barhaus dros amser a lle⁽⁹¹⁾. Ble fo'r amodau'n ffafriol, bydd chwarae'n ymddangos trwy ac ar ffurf cyfarfyddiadau rhwng plant, cyrff eraill a materoldeb ac awrygylchoedd affeithiol eu *milieux*.

Bydd plant yn chwarae yn unrhyw le ac ym mhobman⁽²⁵⁸⁾, ac felly mae cyfrif am batrymau chwarae plant yn gofyn am edrych y tu hwnt i amserau a manau dynodedig ar gyfer chwarae. Mae hefyd yn golygu talu sylw i'r croestoriadau o strwythurau, grymoedd a dylanwadau ar lefelau macro a micro fanylion profiadau bob dydd plant. Mae'r adolygiad llawn yn ystyried patrymau chwarae plant yn y cartref ac yn sefydliadau eraill plentyndod, mewn gofodau digidol ac ar dir y

cyhoedd, gan nodi bod bywydau digidol ac an-nigidol plant wedi eu cydblethu'n agos iawn^(18, 53, 219, 243, 273).

Drwyddo draw, mae'r ymchwil a adolygwyd gennym yn cyflwyno darlun sydd, i bob golwg, yn anghyson o, ar yr un llaw, ddiwylliant bywiog o chwarae a fynegir mewn ystod o gyd-destunau, ac ar y llaw arall, anghydraddoldebau croestorol noeth ac anghyfiawnderau gofodol sy'n cyfyngu ar allu plant i chwarae ar draws y cyd-destunau hyn.

Mae anghydraddoldebau o'r fath wedi'u gyrru gan lu o wahanol rymoedd, yn benodol:

- effeithiau treiddiol cyfalafiaeth ddiweddar⁽¹⁶⁰⁾, yn cynnwys argyfwng ariannol byd-eang 2008 a'r wleidyddiaeth cyni cysylltiedig^(72, 133, 174);
- tresmasiad diddordebau masnachol ar chwarae plant ar ffurf:
 - o cyfleoedd digidol
 - o y diwydiant teganau
 - o gweithgareddau y tu allan i oriau ysgol a darpariaeth chwarae fasnachol, gan osod cyfleoedd o'r fath y tu hwnt i gyrraedd ambell blentyn^(117, 167, 168);
- ac, ar dir y cyhoedd:
 - o goruchafiaeth traffig^(22, 31, 94, 127, 154, 205, 232, 233)
 - o preifateiddio cynyddol gofod cyhoeddus^(89, 109, 145, 180, 237)
 - o materion sy'n ymwneud â diogelwch cymunedol ac ymyleiddio strwythurol^(20, 25, 77, 95, 96, 100, 120, 121, 203, 263, 274).

Mae'r astudiaethau a adolygwyd yn amlgu sut y mae chwarae'n ymddangos o amodau bywydau plant a sut y bydd plant yn chwilio am enydau o chwaraeusrwydd, yn fyrhoedlog ac yn fwy parhaus, yn eu hawydd i wneud bywyd yn well (o leiaf am y cyfnod yn chwarae) ac i fod yn iach⁽¹⁴⁷⁾. Mae'r lluo o wahanol ffyrdd y bydd plant yn chwarae heddiw, sy'n amlwg o'r ymchwil, yn herio'r farn a grybwyllir yn aml bod chwarae plant yn dirywio^(28, 39, 46, 99, 110). Mae honiad o'r fath yn cyd-asio newid gyda dirywiad ac mae'n cael ei glymu hefyd mewn naratifau oedolion sy'n gwerthfawrogi rhai ffurfiau ar chwarae dros eraill^(4, 151, 238, 277). Yn benodol, mae pryder ynghylch y dirywiad yn chwarae awyr agored plant a drefnir yn bersonol, er bod rhai ymchwilwyr yn rhybuddio yn erbyn honiadau gor-sym, gor-ramantaidd a chyffredinol yn hyn o beth⁽¹²⁰⁾.

Mae ymchwil meintiol ar lefel macro ac astudiaethau ansoddol ar lefel sy'n fwy micro yn olrhain dirywiad yn rhyddid symudiad plant a'u gallu cysylltiedig i chwarae'r tu allan ar draws nifer o gyd-destunau'r byd lleiafrifol^(80, 97, 144, 154, 155, 156, 166, 233, 213), gyda'r gostyngiadau mwyaf sylweddol yn digwydd rhwng 1970 a 2000⁽²³²⁾ – dros ugain mlynedd yn ôl. Mae hyn yn bennaf o ganlyniad i bryderon ynghylch diogelwch plant a achoswyd gan gynnydd trawiadol mewn traffig ac erydiad cysylltiedig rhwydweithiau cymunedol y mae ofnau'n codi ohonynt am bobl eraill dieithr^(71, 146, 224, 262). Mae'r ofnau hyn yn ymddangos mewn ffyrdd rhyweddol, an/ablaidd, hilyddol a seiliedig ar ddsbarth cymdeithasol ond maent yn cael eu dylanwadu'n fawr hefyd gan drefniadau gofodol yn lleol^(20, 41, 77, 120, 121, 203, 222, 263), gyda thystiolaeth sy'n dangos, ble fo amodau'n iawn, bod plant yn dal i chwarae'r tu allan o oedran cymharol ifanc^(20, 153, 264). Tra bo grymoedd gwleidyddol neo-ryddfrydol yn anelu i roi cyfrifoldeb ar rieni a rhai sy'n rhoi gofal unigol am les eu plant^(161, 261), mae ymchwil yn dangos bod gan barodrydd a chyfle oedolion i ganiatáu i blant fynd allan i chwarae lawer mwy i'w wneud gyda realiti amodau eu bywydau bob dydd^(69, 166, 246, 262).

Yn yr un modd, mae i ba raddau y bydd oedolion yn sefydliadau eraill plentyndod, er enghraifft ysgolion, yn darparu ar gyfer chwarae ac yn caniatáu rhyddid i blant chwarae yn cael ei siapio gan yr amodau cymdeithasol, diwylliannol, sefydliadol a gofodol y maent yn gweithio ynddynt, yn cynnwys safonau a osodir, prosesau rheoleiddiol, tablau cynghrair cystadleuol a phryderon ynghylch diogelwch^(9, 272). Er hyn, mae'r mwyafrif o blant (ond nid bob un ohonynt) yn mwynhau chwarae mewn ysgolion a mathau eraill o ddarpariaeth a oruchwylir gan oedolion gan, weithiau, wthio'n erbyn y rheolau mewn ffyrdd chwareus^(118, 183, 185, 248, 249). Bu hefyd dwf cyflymach mewn gweithgareddau wedi eu trefnu y tu allan i oriau ysgol ers y 1990au yn dilyn (ac i ryw raddau mewn ymateb i) y dirywiad cyfatebol mewn chwarae plant yn yr awyr agored ers y 1970au^(118, 232, 233, 261).

Ond er eu bod yn ddefnyddiol, nid yw'r astudiaethau i'r dirywiad yn rhyddid bob dydd plant yn cyfrif am y

llu o ddylanwadau dryslyd ar batrymau chwarae plant. Mae angen deall y dylanwadau hyn yng nghyd-destun y rhwydwaith o amodau gwleidyddol-gymdeithasol a gofodol yn lleol a grymoedd strwythurol grymus yn cynnwys cyfalafiaeth a masnacheiddiad (diweddar) byd-eang, addysg neo-ryddfrydol a gwleidyddiaeth cyni, tlodi, hiliaeth, cishetero/rywiaeth⁷ a'r diwylliant ablediaeth, dylanwadau sy'n codi dro ar ôl tro yn yr astudiaethau a adolygwyd.

Mae erydiad rhyddid bob dydd plant i chwarae ar dir y cyhoedd yn gosod mwy o bwyslais ar chwarae o fewn ffiniau'r cartref^(71, 132, 153), gydag ystafelloedd gwely a gerddi (i'r plant hynny sydd gan rai) yn tyfu'n fwyfwy arwyddocaol^(2, 13, 16, 80, 153). Mae'r patrymau chwarae newidiol hyn ynghlwm â diwylliant defnyddwyr cynyddol o deganau masnachol a thechnolegau digidol^(71, 152). Mae goruchafiaeth grymoedd y farchnad yn golygu bod ymchwil masnachol ac i'r farchnad wedi ei ariannu'n dda yn cynhyrchu teganau, gemau a brandiau (yn cynnwys gemau a theganau digidol) y mae eu gwerth cymdeithasol a diwylliannol yn tyfu'n elfen annatod o ddiwylliannau plant, gan herio cynodiadau gor-symbl a negyddol o brynwriaeth^(51, 157, 214, 273, 275). Mae gallu plant i gyfranogi mewn diwylliannau o'r fath (yn cynnwys mynediad i ofod preifat yn y cartref yn ogystal â chymryd rhan mewn gweithgareddau ar ôl ysgol y telir amdanynt) yn dibynnu ar yr hyn all eu teuluoedd ei fforddio^(117, 167, 168, 273, 275).

Mewn llawer o ffyrdd, mae technolegau digidol newydd wedi trawsnewid bywydau plant^(10, 34), gan agor cyfleoedd newydd a chyffrous ar gyfer chwarae, er bod y ffyrdd y bydd plant yn chwarae gyda nhw'n adlewyrchu'n aml hanesion mwy traddodiadol am chwarae^(65, 158, 169). Mae'r technolegau digidol hyn yn ddeniadol ac yn gyfleus hefyd i blant, gan eu bod wedi'u dylunio i apelio at gymdeithasgarwch plant⁽²¹⁹⁾. Wrth gwrs, ceir pryderon am ddiogelwch plant ar-lein. Fodd bynnag, yn wahanol i ofnau am ddiogelwch cymunedol ble mae ymatebion oedolion yn aml yn waharddol ac yn anelu i dynnu plant o dir y cyhoedd, mae mesurau a strategaethau i warchod plant ar-lein yn tueddu i fod yn llai amlwg, gan ganolbwyntio ar addysg a rhai ymdrechion i reoleiddio darparwyr llwyfannau digidol^(1, 128, 153).

⁷ Mae cisheterorywiaeth yn cyfeirio at wahaniaethu yn erbyn pobl lesbiaidd, hoyw, deurywiol, trawsryweddol, cwiar neu gwestiynu, rhyngryw, amrywiol a mwy (LGBTQIA+), yn cynnwys y rhagdybiaeth o norm heterorywiol a cisryweddol (rhywun y mae eu rhywedd yn cyfateb â'r rhyw a gofrestrwyd adeg eu geni).

Fe wnaeth y pandemig ddwysáu'r patrymau chwarae newidiol hyn mewn nifer o ffyrdd, gan ddatgelu anghydraddoldebau sy'n bodoli eisoes mewn gofod preifat a mynediad i adnoddau digidol yn ogystal â chynyddu dibyniaeth plant ar dechnolegau digidol i chwarae^(70, 112, 184). Fodd bynnag, mae'r plant eu hunain, pan ofynnir iddynt, yn dal i fynegi awydd cryf i chwarae'r tu allan^(44, 59, 60, 73, 114). Er hynny, gellid dadlau, efallai, bod fawr ddim ymdrech wedi ei wneud o ran gallu plant i chwarae ar dir y cyhoedd o'i gymharu â lefelau buddsoddi ariannol yn y diwydiant chwarae, teganau a chwarae digidol masnachol, er gwaethaf camau diweddar tuag at gynllunio a dylunio ar gyfer amgylcheddau cyfeillgar at blant^(11, 30, 33, 97, 142, 218).

Yn fyr, mae'r gallu i chwarae'r tu allan yn codi'n sgil y berthynas rhwng adnoddau amgylcheddol digonol a'r gallu i gael mynediad iddynt. Mae gallu plant i drosi adnoddau'n 'weithrediadau' ⁽²¹⁵⁾ yn digwydd ar draws lluo o ffactorau personol, cymdeithasol ac amgylcheddol cydberthynol gaiff eu rhannu'n ôl dosbarth, hil, rhywedd ac an/abledd. Wrth ymgeisio i weithio gyda pherthynoledd amodau fel hyn, gallai'r cysyniad o ddigonolrwydd chwarae fod yn ddefnyddiol fel dirprwy yn ogystal ag fel egwyddor drefniadol ar gyfer amgylcheddau plant-gyfeillgar, gan ddatgelu llawer am sut y mae mannau penodol yn gweithio o ran gallu plant i chwarae'r tu allan. Yn anad dim, o ystyried y berthynas rhwng chwarae a lles, mae'r gallu i gwrdd a chwarae'r tu allan yn rheolaidd, a hynny o oedran ifanc a heb angen goruchwyliaeth uniongyrchol neu gael eu hebrwng gan oedolyn, yn medru cyfrannu at allu cyffredinol plant i ffynnu ac i fod yn iach. At hynny, mae llawer o'r materion sydd angen delio â hwy er mwyn sicrhau digonolrwydd cyfleoedd chwarae i bawb yn alinio gyda phryderon amgylcheddol ac egwyddorion eraill sydd wedi'u corffori yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 Llywodraeth Cymru.

Mae'r adolygiad llawn yn cyflwyno nifer o enghreifftiau o gamau gweithredu a gymerwyd i gefnogi chwarae plant.

Sylwadau clo: dull galluogrwydd perthynol ac atebol-rwydd moesegol

O ddwyn ynghyd yr holl syniadau hyn a'r llenyddiaeth a adolygwyd, rydym yn awgrymu bod dull galluogrwydd perthynol tuag at les plant yn gofyn am dalu sylw i'r amodau gofodol, amserol ac affeithiol sy'n cefnogi gallu plant i chwarae. Mae prosesau

deublyg cyfrif-oldeb ac atebol-rwydd, ynghyd â phedwar cofrestr Amin o atgyweirio, cydberthynas, hawliau ac ail-gyfareddu⁽⁵⁾ yn cynnig fframwaith ar gyfer cyflawni hyn all gwmpasu cydberthynas polisiau, arferion, plant amrywiol, cymunedau, yr amgylchedd adeiledig, cynladwyedd amgylcheddol, economïau a mwy ar draws amryw raddfeydd. Mae'r fframwaith hwn wedi bod yn nodwedd graidd gwaith ymchwil i'r Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae am y ddegawd ddiwethaf^(149, 150, 222, 223) a gall helpu i danlinellu'r dull galluogrwydd perthynol a hyrwyddir trwy'r adolygiad hwn.

Mae angen hefyd ystyried pedwar cofrestr dinas dda Amin yn berthynol wrth adolygu atebol-rwydd oedolion am allu plant i chwarae. Yn hyn o beth, gellir ystyried **cydberthynas** wrth ehangu cefnogaeth oedolion i chwarae o ddarpariaeth chwarae ddynodedig (y gellid dadlau sy'n cynnwys teganau a gemau digidol) i gynnwys gallu plant i chwarae'r tu allan ar dir y cyhoedd^(11, 36, 37, 38, 97, 125). Mae ein hadolygiad yn amlygu mai un cyfyngiad mawr ar allu plant i chwarae'r tu allan yw traffig, un ai'n symud neu'n llonydd. Mae hyn yn cynnig synergeddau cynyddol rhwng eiriol dros chwarae a'r agenda gwleidyddol dros gynladwyedd amgylcheddol, yn cynnwys teithio llesol, cymdogaethau traffig ysgafn a gwyrddu'r amgylchedd adeiledig. Mae **cydberthynas** yn amlwg hefyd yn y modd y mae eiriolwyr dros chwarae a llunwyr polisiau'n gweithio'n draws-broffesiynol yn amlach gyda phobl sy'n gweithio mewn adrannau cynllunio, priffyrdd, tai, parciau a mannau agored, seilwaith gwyrdd, addysg a mwy. Mae hyn yn amlwg iawn yng Nghymru oherwydd y gofyniad i wneud hyn yn y Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae, un nodwedd o'r ddyletswydd sydd wedi ei disgrifio fel un o'i phrif lwyddiannau^(222, 223). Yn yr un modd, mae atebol-rwydd am allu plant i chwarae yn gweithio ar y cyd â datblygu cyfrif-oldeb am fodlonrwydd plant gyda'u cyfleoedd i chwarae. Gellir datblygu hyn hefyd trwy rwydweithio a datblygiad proffesiynol yn ogystal â thrwy ymchwil moesegol gyda phlant i fapio eu cymdogaethau. Yn ogystal, mae hwyluso chwarae mewn ystod o wahanol leoliadau, yn cynnwys ysbytai, carchardai a sefydliadau diwylliannol yn cyfrannu ymhellach at **gydberthynas**.

Mae'r agenda cyni wedi cael effaith mawr ar wasanaethau chwarae a gwaith chwarae yn ogystal â'r isadeiledd i gefnogi hyn. Mae ymdrechion i **atgyweirio** effeithiau toriadau o'r fath ar lefel gwasanaeth wedi cynnwys amrywio'r gwasanaethau a'r rolau, o ran cynhyrchu incwm yn ogystal â gweithio'n nes gyda theluoedd sy'n ei chael yn anodd oherwydd mesurau cyni, yn enwedig trwy fwydo plant. Ar lefel polisi, gall ymdrechion llywodraeth genedlaethol i liniaru effeithiau gwaethaf y cyfnod cyni a'r argyfwng costau byw, weithio'n gynhyrchol gyda'r sector chwarae, fel y gwelwyd er enghraifft, gydag ariannu llywodraeth Cymru ar gyfer gwasanaethau chwarae i adfer wedi'r pandemig a hefyd i fwydo plant yn ystod gwyliau'r ysgol trwy raglenni Haf o Hwyl a Gwaith Chwarae: Llwg yn ystod y Gwyliau.

Yn ogystal, gellir gweld **atgyweirio** trwy'r gwaith cynnal a chadw a wneir i seilwaith ffisegol amgylcheddau trefol, y mae llawer ohonynt wedi'u gweithredu trwy agendâu polisi cynladwyedd ehangach. Ond, er y gall newidiadau ffisegol newid arferion gofodol bob dydd (megis cael gwared ar draffig), mae gallu plant i chwarae'r tu allan yn dibynnu hefyd ar sicrhau bod newidiadau o'r fath yn sensitif i gyd-destun a hanes lleol⁽²⁰¹⁾ ac yn aml bydd hefyd yn galw am newidiadau i gynhyrchiad cymdeithasol y gofod trwy ysgogiad⁽²⁰⁴⁾. Gall gweithwyr chwarae ac eiriolwyr eraill dros chwarae ddarparu'r ysgogiad hwn, gan eu bod yn gallu gwerthfawrogi ffurfiau o chwaraeuswydd plant gaiff eu cuddio'n aml mewn dealltwriaethau gor-syml, unigol a chyfryngol o werth chwarae, yn cynnwys dyfeisgarwch plant, nonsens a ffurfiau mwy tabŵ ar chwarae^(139, 147, 170, 216, 217, 220, 245). Yn yr un modd, mae astudiaethau o ddiwylliannau chwarae plant yn dangos eu capasiti ar gyfer nonsens, tanseilio soffistigedig a dychmygu'r byd o'r newydd^(68, 139, 147).

Yr hyn fydd yn digwydd pan fydd eiriolwyr dros chwarae'n gweithio gydag oedolion eraill i daflu goleuni ar y ffurfiau hyn o chwaraeuswydd, un ai trwy eu hannog i dalu sylw i'r plant neu trwy rannu eu

hatgofion eu hunain o chwarae pan yn blentyn, yw y byddant yn bywiogi trwyddynt ac yn dechrau gwenu^(78, 223, 226). Mae'r rhain yn gysylltiadau pwerus sy'n achosi inni gael ein **ail-gyfareddu** gan chwarae, er ei bod hi'n bwysig inni beidio gor-ramantu. Gall ymgysylltu o'r fath wrthsefyll grymoedd dadrithiad cyfoes gyda phlentyndod sy'n amlwg yn y pryderon negyddol – a real iawn – ynghylch gordewdra, iechyd meddwl, troseddau a mwy⁽¹⁴⁷⁾. Mae **ail-gyfareddu** oedolion trwy eu hailgysylltu gyda'r bywiogrwydd, y wefr, y pleser a'r nonsens y gall chwarae eu cynnig yn aml yn fodd effeithiol ac affeithiol o ddangos mai chwarae yw sut gall plant helpu eu lles eu hunain.

Yn rhedeg trwy hyn i gyd mae cofrestr **hawliau** Amin. Yn yr un modd â nifer o ddamcaniaethau lles a chwarae, credir yn aml bod hawliau'n berchen i ddeiliaid hawliau unigol. Yng ngweledigaeth Amin, delir hawliau ar y cyd ag eraill, ac mae dinas dda yn 'ddinas gymdeithasol gyfiawn, gydag ymrwymadau cryfion tuag at y bobl hynny sydd wedi'u gwthio i'r cyrion'^(5, t. 1015). Mae hawliau'n cyfeirio at fwy na mynediad at adnoddau a gwasanaethau a hefyd yn cynnwys yr hawl i gyfranogi yn y broses o gynhyrchu manau cyhoeddus^(57, 210, 221). Mae safbwynt o'r fath yn galluogi persbectif **perthynol** ar hawliau all eistedd ochr yn ochr â dull galluogrwydd perthynol tuag at les plant trwy gyfrif-oldeb ac atebol-rwydd oedolion.

Mae'r dystiolaeth a geir yn yr adolygiad llenyddiaeth llawn yn cyflwyno dadl gref bod gan weithio tuag at gynhyrchu amodau o'r fath sail foesegol, foesol, cymdeithasol, amgylcheddol ac economaidd. Mae gallu plant i chwarae o bwys gwleidyddol oherwydd ei werth cynhenid (fel mater o gyfiawnder cymdeithasol) a hefyd oherwydd ei werth cyfrannol o ran ei gyfraniad at les plant a chymunedau a'i gysylltiadau â datblygiad cynaliadwy. Felly, mae cefnogi gallu plant i chwarae yn cydsynio â pholisïau democrataidd-gymdeithasol, seiliedig ar hawliau llywodraeth Cymru ar gyfer plant yn ogystal â pholisïau ehangach eraill yn cynnwys deddfwriaeth trosfwaol, Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015.

Cyfeiriadau

- ¹ 5Rights Foundation (2022) *5Rights Responds to the Joint Committee's Report on the Online Safety Bill*, Ionawr.
- ² Adcock, J. (2016) The Bedroom: A missing space within geographies of children and young people, yn Nairn, K. a Kraftl, P. (gol) *Space, Place, and Environment, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 3, Singapore: Springer, td. 401-420.
- ³ Ahloy-Dallaire, J., Espinosa, J. a Mason, G. (2018) Play and Optimal Welfare: Does play indicate the presence of positive affective states?, *Behavioural Processes*, 156, td. 3-15.
- ⁴ Alexander, S.A., Frohlich, K.L. a Fusco, C. (2014) Problematizing "Play-for-Health" Discourses Through Children's Photo-Elicited Narratives, *Qualitative Health Research*, 24(10), td. 1329-1341.
- ⁵ Amin, A. (2006) The Good City, *Urban Studies*, 43(5/6), td. 1009-1023.
- ⁶ Andersen, M.M., Kiverstein, J., Miller, M. a Roepstorff, A. (2022) Play in Predictive Minds: A cognitive theory of play, *Psychological Review*, cyhoeddiad cynnar ar-lein.
- ⁷ Andrews G.J., Chen, S. a Myers, S. (2014) The 'Taking Place' of Health and Wellbeing: Towards non-representational theory, *Social Science and Medicine*, 108, td. 210-222.
- ⁸ Änggård, E. (2016) How Matter Comes to Matter in Children's Nature Play: Posthumanist approaches and children's geographies, *Children's Geographies*, 14(1), td. 77-90.
- ⁹ Ardelean, A., Smith, K. a Russell, W. (2021) *The Case for Play in Schools: A review of the literature*, Bryste: Outdoor Play and Learning.
- ¹⁰ Arnott, L., Palaiologou, I. a Gray, C. (2019) Digital and Multimodal Childhoods: Exploration of spaces and places from pedagogy and practice, *Global Studies of Childhood*, 9 (4), td. 271-274.
- ¹¹ Arup (2017) *Cities Alive: Designing for urban childhoods*, Llundain: Arup.
- ¹² Asenova, D. (2015) *Redistribution of Social and Societal Risk*, Efrog: Sefydliad Joseph Rowntree.
- ¹³ Arvidsen, J., Johannessen, H., Veitch, J. ac Andkjær, S. (2020) 'It's Fun in the Legs': Children's dwelling in garden trampolines, *Children's Geographies*, 18(3), td. 312-324.
- ¹⁴ Atkinson, S. (2013) Beyond Components of Wellbeing: The effects of relational and situated assemblage, *Topoi*, 32, td. 137-144.
- ¹⁵ Atkinson, S., Bagnall, A., Corcoran, R. a South, J. (2017) *What is Community Wellbeing? Conceptual review*, What Works Centre for Wellbeing.
- ¹⁶ Bacon, K. (2018) Children's Use and Control of Bedroom Space, yn Punch, S. a Vanderbeck, R. (gol) *Families, Intergenerationality, and Peer Group Relations, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 5, Singapore: Springer, td. 1-21.
- ¹⁷ Bagwell, C.L. a Schmidt, M.E. (2013) *Friendships in Childhood and Adolescence*, Llundain: Guilford Press.
- ¹⁸ Bailey, C. (2021) *Researching Virtual Play Experiences Visual Methods in Education Research*, Cham, Y Swistir: Palgrave Macmillan.
- ¹⁹ Barclay, M. a Tawil, B. (2018) *"Play is Enjoying Time with your Friends": A small-scale research project into the play experiences of younger and older children*, Cymru: Ludicology.
- ²⁰ Barclay, M. a Tawil, B. (2021) *Understanding the Play Experiences of Children with Protected Characteristics*, Ludicology.
- ²¹ Bartos, A.E. (2103) Children Sensing Place, *Emotion, Space and Society*, 9, td. 89-98.
- ²² Bassett, D.R., John, D., Conger, S.A., Fitzhugh, E.C. a Coe, D.P. (2015) Trends in Physical Activity and Sedentary Behaviors of United States Youth, *Journal of Physical Activity and Health*, 12(8), td. 1102-1111.

- ²³. Bauer, M.E.E., Brussoni, M. a Han, C. (2022) Children's Play in Natural Environments and Their Development of Microcultures: "We were born in the wilderness," *Children, Youth and Environments*, 32(2), td. 112-124.
- ²⁴. Beazidou, E. a Botsoglou, K. (2016) Peer Acceptance and Friendship in Early Childhood: The conceptual distinctions between them, *Early Child Development and Care*, 186(10), td. 1615-1631.
- ²⁵. Beetham, K.S., Sterman, J., Bundy, A.C., Wyver, S., Ragen, J., Engelen, L., Villeneuve, M., Spencer, G., Tranter, P. a Naughton, G. (2019) Lower Parent Tolerance of Risk in Play for Children with Disability than Typically Developing Children, *International Journal of Play*, 8(2), td. 174-185.
- ²⁶. Ben-Arieh, A., Casas, F., Frønes, I. a Korbin, J.E. (2014) Multifaceted Concept of Child Well-Being, yn Ben-Arieh *et al. (gol) Handbook of Child Well-being*, Dordrecht, Yr Iseldiroedd: Springer, td. 1-27.
- ²⁷. Ben-Arieh, A. a Frønes, I. (2011) Taxonomy for Child Well-being Indicators: A framework for the analysis of the well-being of children, *Childhood*, 18(4), td. 460-476.
- ²⁸. Bergen, D. (2018) The "Play Deficit" Discovered by Physicians! Implications for policy and practice, *Journal of Psychiatry and Psychiatric Disorders*, 2(5), td. 128-132.
- ²⁹. Bergen, D., Davis, D.R. ac Abbitt, J. (2016) *Technology Play and Brain Development: Infancy to adolescence and future implications*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge.
- ³⁰. Bernard van Leer Foundation (2019) *An Urban95 Starter Kit: Ideas for action*, Yr Hag: Bernard van Leer Foundation, fersiwn mis Hydref.
- ³¹. Bhosale, J., Duncan, S., a Schofield, G. (2017) Intergenerational Change in Children's Independent Mobility and Active Transport in New Zealand Children and Parents, *Journal of Transport and Health*, 7, td. 247-255.
- ³². Biggeri, M., Ballet, J. a Comim, F. (2011) The Capability Approach and Research on Children: Capability approach and children's issues, yn Andresen, S., Diehm, I., Sander, U. a Ziegler, H. (gol) *Children and the Good Life: New challenges for research on children*, Dordrecht, Yr Iseldiroedd: Springer, td. 75-89.
- ³³. Bishop, K. a Corkery, L. (2017) Cyflwyniad, yn Bishop, K. a Corkery, L. (gol) *Designing Cities with Children and Young People: Beyond playgrounds and skateparks*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge, td. 1-7.
- ³⁴. Blum-Ross, A., Donoso, V., Dinh, T., Mascheroni, G., O'Neill, B., Riesmeyer, C. a Stoilova, M. (2018) *Looking Forward: Technological and social change in the lives of European children and young people, report for the ICT Coalition for Children Online*, Brwsel: ICT Coalition.
- ³⁵. Bourdillon, M. (2014) Neglected Dimensions of Child Well-being, *Children's Geographies*, 12(4), td. 497-503.
- ³⁶. Bornat, D. (2016) *Housing Design for Community Life*, Llundain: ZCD Architects.
- ³⁷. Bornat, D. (2018) *Play Sufficiency and Neighbourhood Layout: A comparative study*, Llundain: ZCD Architects.
- ³⁸. Bornat, D. a Shaw, B. (2019) *Neighbourhood Design: Working with children towards a child friendly city*, Llundain: ZCD Architects.
- ³⁹. Borst, H. (2021) The Epidemic of Play Deprivation, *Parent Map*, 29 Mehefin.
- ⁴⁰. Bourke, J. (2017) Children's Experiences of their Everyday Walks through a Complex Urban Landscape of Belonging, *Children's Geographies*, 15(1), td. 93-106.
- ⁴¹. Boxberger, K. a Reimers, A.K. (2019) Parental Correlates of Outdoor Play in Boys and Girls Aged 0 to 12: A systematic review, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, 190.
- ⁴². Bradshaw, J. (2019) Child Subjective Well-being Studies: Some points for discussion, *Revue des Politiques Sociales et Familiales*, 131-132, td. 219-229.

43. Bradshaw, J., Martorano, B., Natali, L. a de Neubourg, C. (2013) Children's Subjective Well-Being in Rich Countries, *Child Indicators Research*, 6, td. 619-635.
44. Brockman, R., Jago, R. a Fox, K.R. (2011) Children's Active Play: Self-reported motivators, barriers and facilitators, *BMC Public Health*, 11, 461.
45. Brogaard-Clausen, S. a Robson, S. (2019) Friendships for wellbeing?: Parents' and practitioners' positioning of young children's friendships in the evaluation of wellbeing factors, *International Journal of Early Years Education*, 27(4), td. 345-359.
46. Brown, S. (2014) Consequence of Play Deprivation, *Scolarpedia*, 9(5), 30449.
47. Bryan, N. (2019) 'Playing With or Like the Girls': Advancing the performance of 'multiple masculinities in Black boys' childhood play' yn U.S. early childhood classrooms, *Gender and Education*, 31(3), td. 309-326.
48. Bryan, N. (2020) Shaking the Bad Boys: Troubling the criminalization of Black boys' childhood play, hegemonic White masculinity and femininity, and the school playground-to-prison pipeline, *Race Ethnicity and Education*, 23(5), td. 673-692.
49. Bryan, N. (2021) Remembering Tamir Rice and Other Black Boy Victims: Imagining *Black Play*Crit Literacies Inside and Outside Urban Literacy Education, *Urban Education*, 56(5), td. 744-771.
50. Buchanan, M. a Johnson, T.G. (2009) A Second Look at the Play of Young Children with Disabilities, *American Journal of Play*, 2(1), td. 41-59.
51. Buckingham, D. (2011) *The Material Child: Growing up in consumer culture*, Caergrawnt: Polity Press.
52. Burgdorf, J., Kroes, R.A. a Moskal, J.R. (2017) Rough-and-tumble Play Induces Resilience to Stress in Rats, *Neuroreport*, 28(17), td. 1122-1126.
53. Burke, A. (2013) Children's Construction of Identity in Virtual Play Worlds – A classroom perspective, *Language and Literacy*, 15(1), td. 58-73.
54. Burman, E. (2019) Child as Method: Implications for decolonising educational research, *International Studies in Sociology of Education*, 28(1), td. 4-26.
55. Camfield, L., Streuli, N. a Woodhead, M. (2010) Children's Well-being in Developing Countries: A conceptual and methodological review, *European Journal of Development Research*, 22(3), td. 398-416.
56. Camfield, L., a Tafere, Y. (2011) 'Good for children?' Local Understandings versus Universal Prescriptions: Evidence from three Ethiopian communities, yn Biggeri, M., Ballet, J. a Comin, F. (gol) *Children and the Capability Approach: Child Labour, Education and Participation*, Basingstoke, Hampshire: Palgrave Macmillan, td. 200-221.
57. Carroll, P., Calder-Dawe, O., Witten, K. ac Asiasiga, L. (2019) A Prefigurative Politics of Play in Public Places: Children claim their democratic right to the city through play, *Culture and Space*, 22/3, td. 294-307.
58. Carter, C. a Nutbrown, C. (2016) A Pedagogy of Friendship: Young children's friendships and how schools can support them, *International Journal of Early Years Education*, 24(4), td. 395-413.
59. Children's Commissioner for England (2021) *The Big Ask – The Big Answer*.
60. Comisiynydd Plant Cymru (2018) *Adroddiad Sbotolau ar Erthygl 31*, Abertawe: Comisiynydd Plant Cymru.
61. Cho, E. Y-N. a Yu, F-Y. (2020) A Review of Measurement Tools for Child Wellbeing, *Children and Youth Services Review*, 119, 105576.
62. Christian, H., Mitrou, F., Cunneen, R. a Zubrick, S.R. (2020) Pets Are Associated with Fewer Peer Problems and Emotional Symptoms, and Better Prosocial Behavior: Findings from the Longitudinal Study of Australian Children, *The Journal of Pediatrics*, 220, td. 200-206.
63. Coffey, J. (2020) Assembling Wellbeing: Bodies, affects and the 'conditions of possibility' for wellbeing, *Journal of Youth Studies*, 25(1), td. 67-83.

64. Coffey, J.K., Warren, M.T. a Gottfried, A.W. (2015) Does Infant Happiness Forecast Adult Life Satisfaction? Examining subjective well-being in the first quarter century of life, *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 16(6), td. 1401-1421.
65. Colvert, A. (2021) *The Kaleidoscope of Play in a Digital World: A literature review*, Llundain: Digital Futures Commission a'r 5Rights Foundation.
66. Cook, D.T. (2016) Disrupting Play: A cautionary note, *Childhood*, 23(1), td. 3-6.
67. Corris, A. a Chemero, A. (2022) Embodiment and Enactivism, yn Young, B.D. a Jennings, C.D. (gol) *Mind, Cognition, and Neuroscience: A philosophical introduction*, Llundain: Routledge, td. 414-428.
68. Corsaro, W.A. (2020) Big Ideas from Little People: What research with children contributes to social psychology, *Social Psychology Quarterly*, 83(1), td. 5-25.
69. Cowan, K. (2020) *A Panorama of Play: A literature review*, Digital Futures Commission, Llundain: 5Rights Foundation.
70. Cowan, K., Potter, J., Olusoga, Y., Bannister, C., Bishop, J.C., Cannon, M. a Signorelli, V. (2021) Children's Digital Play during the COVID-19 Pandemic: Insights from the Play Observatory, *Journal of E-Learning and Knowledge Society*, 17(3), td. 8-17.
71. Cowman, K., (2017) Play Streets: Women, children and the problem of urban traffic, 1930-1970, *Social History*, 42(2), td. 233-256.
72. Create Streets Foundation (2021) *No Place Left Behind*, The Commission into Prosperity and Community Placemaking.
73. Dallimore, D. (2019) 'Rwy'n dysgu pethau newydd ac yn dringo coed' Yr hyn sydd gan blant i'w ddweud am chwarae yng Nghymru, Caerdydd: Chwarae Cymru.
74. Damasio, A.R. (2018) *The Strange Order of Things: Life, feeling, and the making of cultures*, Efrog Newydd: Pantheon Books.
75. Del Giudice, M. (2015) Attachment in Middle Childhood: An evolutionary–developmental perspective, *New Directions for Child and Adolescent Development*, 148, td. 15-30.
76. di Domenico, S.I. a Ryan, R.M. (2017) The Emerging Neuroscience of Intrinsic Motivation: A new frontier in self-determination research, *Frontiers in Human Neuroscience*, 11, 145.
77. Dias, J. a Whitaker, R. (2013) Black Mothers' Perceptions about Urban Neighborhood Safety and Outdoor Play for their Preadolescent Daughters, *Journal of Health Care for the Poor and Underserved*, 24, td. 206-219.
78. Dickerson, M. a Derry, C. (2021) Museums Becoming Different: Experiments in letting play occupy the museum, yn Russell, W., Derry, C., Fitzpatrick, J. a Handscomb, B. (gol) *Stuff and Nonsense*, Redruth, Cernyw: Gwealan Tops Adventure Playground, td. 155-174.
79. Doak, L. (2020) Realising the 'Right to Play' in the Special School Playground, *International Journal of Play*, 9(4), td. 414-438.
80. Dodd, H.F., FitzGibbon, L., Watson, B.E. a Nesbit, R.J. (2021) Children's Play and Independent Mobility in 2020: Results from the British Children's Play Survey, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 4334.
81. Domínguez-Serrano, M., del Moral-Espín, L. a Gálvez Muñoz, L. (2019) A Well-being of their Own: Children's perspectives of well-being from the capabilities approach, *Childhood*, 26(1), td. 22-38.
82. Dueñas, J-M., Gonzàlez, L., Forcada, R., Duran-Bonavila, S. a Ferre-Rey, G. (2021) The Relationship Between Living with Dogs and Social and Emotional Development in Childhood, *Anthrozoös*, 34(1), td. 33-46.
83. Eberle, S.G. (2014) The Elements of Play: Toward a philosophy and a definition of play, *American Journal of Play*, 6(2), td. 214-233.
84. Edwards, R., Gillies, V. a Gorin, S. (2022) Problem-solving for problem-solving: Data analytics to identify families for service intervention, *Critical Social Policy*, 42(2), td. 265-284.

- ⁸⁵ Edwards, R., Gillies, V. a Horsley, N. (2015) Brain Science and Early Years Policy: Hopeful ethos or 'cruel optimism'? , *Critical Social Policy*, 35(2), td. 167-187.
- ⁸⁶ Fattore, T. (2020) From Object to Praxis: A narrative of shifts in child well-being research, *Discourse: Journal of Childhood and Adolescence Research*, 2020(2), td. 147-159.
- ⁸⁷ Fattore, T., Fegter, S. a Huner-Kreisel, H. (2021) Refiguration of Childhoods in the Context of Digitalization: a cross-cultural comparison of children's spatial constitutions of well-being, *Forum: Qualitative Research*, 22(3), erthygl 10.
- ⁸⁸ Fattore, T. a Mason, J. (2017) The Significance of the Social for Child Well-Being, *Children and Society*, 31, td. 276-289.
- ⁸⁹ Frago, L. a Graziano, T. (2021) Public Space and the Green City: Conflictual narratives of the superblock programme in Poblenou, Barcelona, *Journal of Urban Regeneration and Renewal*, 15(1), td. 113-128.
- ⁹⁰ Fredrickson, B.L. (2013) Positive Emotions Broaden and Build, *Advances in Experimental Social Psychology*, 47, td. 1-53.
- ⁹¹ Freeman, C. (2020) Twenty-five Years of Children's Geographies: A planner's perspective, *Children's Geographies*, 18(1), td. 110-121.
- ⁹² Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru (2017) *Llesiant yng Nghymru: Cynllunio heddiw ar gyfer gwell yfory*, Caerdydd: Swyddfa Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol.
- ⁹³ Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru a Chomisiynydd Plant Cymru (2018) *Y Ffordd Gywir: Dyfodol addas i blant yng Nghymru*.
- ⁹⁴ Fyhri, A., Hjorthol, R., Mackett, R.L., Fotel, T.N. a Kyttä, M. (2011) Children's Active Travel and Independent Mobility in Four Countries: Development, social contributing trends and measures, *Transport policy*, 18(5), td.703-710.
- ⁹⁵ Gerlach, A.J., Jenkins, E. a Hodgson, K. (2019) Disrupting Assumptions of Risky Play in the Context of Structural Marginalization: A community engagement project in a Canadian inner-city neighbourhood, *Health and Place*, 55, td. 80-86.
- ⁹⁶ Giles, A.R., Bauer, M.E.E a Darroch, F.E. (2019) Risky Statement?: A critique of the Position Statement on Active Outdoor Play, *World Leisure Journal*, 61(1), td. 58-66.
- ⁹⁷ Gill, T. (2021) *Urban Playground: How child-friendly planning and design can save cities*, Llundain: RIBA.
- ⁹⁸ Gillies, V., Edwards, R. a Horsley, N. (2017) *Challenging the Politics of Early Intervention: Who's 'saving' children and why*, Bryste: Policy Press.
- ⁹⁹ Gleave, J. a Cole-Hamilton, I. (2012) *A World without Play: A literature review on the effects of a lack of play on children's lives*, Llundain: Play England a'r British Toy and Hobby Association.
- ¹⁰⁰ Goff, P., Jackson, M. a Di Leone, B. (2014) The Essence of Innocence: Consequences of dehumanizing Black children, *Journal of Personality and Social Psychology*, 106(4), td. 526-545.
- ¹⁰¹ Goldstein, J. (2012) *Play in Children's Development, Health and Well-Being*, Brwsel: Toy Industries of Europe.
- ¹⁰² Göncü, A. a Vadeboncoeur, J.A. (2015) Returning to Play: The critical location of play in children's sociocultural lives, yn Douglas, S. a Stirling, L. (gol) *Children's Play, Pretense, and Story: Studies in culture, context, and autism spectrum disorder*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge, td. 294-313.
- ¹⁰³ González-Carrasco, M., Vaqué, C., Malo, S., Crous, G., Casas, F. a Figuer, C. (2019) A Qualitative Longitudinal Study on the Well-being of Children and Adolescents, *Child Indicators Research*, 12, td. 479-499.
- ¹⁰⁴ Goodley, D. a Runswick-Cole, C. (2010) Emancipating Play: Dis/abled children, development and deconstruction, *Disability and Society*, 25 (4), td. 499-512.

- ¹⁰⁵ Gordon, G. (2015) Integrating Conceptual Divisions within and between the Studies of Play and Well-being, yn Johnson, J.E., Eberle, S.G., Henricks, T.S., Kushner, D. (gol) *The Handbook of the Study of Play*, Maryland: Rowman and Littlefield, td. 467-476.
- ¹⁰⁶ Gorrese, A. (2016) Peer Attachment and Youth Internalizing Problems: A meta-analysis, *Child Youth Care Forum*, 45, td. 177-204.
- ¹⁰⁷ Gorrese, A. a Ruggieri, R. (2012) Peer Attachment: A meta-analytic review of gender and age differences and associations with parent attachment, *Journal of Youth and Adolescence*, 41(5), td. 650-672.
- ¹⁰⁸ Granic, I., Lobel, A. ac Engels. R.C.M.E (2014) The Benefits of Playing Video Games, *American Psychologist*, 69(1), td. 66-78.
- ¹⁰⁹ Grant, H. (2022) Pupils Block London Council's Attempts to Remove Play Space Near School, *The Guardian*, 28 Hydref.
- ¹¹⁰ Gray, P. (2011) The Decline of Play and the Rise of Psychopathology in Children and Adolescents, *American Journal of Play*, 3(4), td. 443-463.
- ¹¹¹ Gray, P. (2019) Evolutionary Functions of Play: Practice, resilience, innovation, and cooperation, yn Smith, P.K. a Roopnarine, J. (gol) *The Cambridge Handbook of Play: Developmental and Disciplinary Perspectives*, Caergrawnt: Cambridge University Press, td. 84-102.
- ¹¹² Green, L., Toner, S., Evans, L., Parry-Williams, L., Johnson, T., Christian, G., Williams, C., Azam, S. a Bellis, M.A. (2022) *Mwyafu cyfleoedd iechyd a lles mewn cynllunio gofodol wrth ailsefydlu yn sgil y pandemig COVID-19*, Caerdydd: Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.
- ¹¹³ Grieshaber, S. a McArdle, F. (2010) *The Trouble with Play*, Maidenhead, Berkshire: Gwasg y Brifysgol Agored.
- ¹¹⁴ HAPPEN (2018) *How to Improve Child Wellbeing – According to pupils in HAPPEN*, 3 Rhagfyr.
- ¹¹⁵ Held, S.D.E a Špinká, M. (2011) Animal Play and Animal Welfare, *Animal Behaviour*, 81(5), td. 891-899.
- ¹¹⁶ Holder, M.D. a Coleman, B. (2015) Children's Friendships and Positive Well-being, yn Demir, M. (gol) *Friendship and Happiness: Across the life-span and cultures*, Dordrecht, Yr Iseldiroedd: Springer Science and Business Media, td. 81-97.
- ¹¹⁷ Holloway, S. a Pimlott-Wilson, H. (2014) Enriching Children, Institutionalizing Childhood? *Annals of the Association of American Geographers*, 104, td. 613-627.
- ¹¹⁸ Holloway, S. a Pimlott-Wilson, H. (2018) Reconceptualising Play: Balancing childcare, extra-curricular clubs and free play in contemporary childhoods, *Transactions of the Institute British Geographers*, 43, td. 420-434.
- ¹¹⁹ Horton, J. (2017) Disabilities, Urban Natures and Children's Outdoor Play, *Social and Cultural Geography*, 18(8), td. 1152-117.
- ¹²⁰ Horton, J. a Kraftl, P. (2018a) Rats, Assorted Shit and 'Racist Groundwater': Towards extra-sectional understandings of childhoods and socio-material processes, *Environment and Planning D: Society and Space*, 36(5), td. 926-948.
- ¹²¹ Horton, J. a Kraftl, P. (2018b) Three Playgrounds: Researching the multiple geographies of outdoor play, *Environment and Planning A: Economy and Space*, 50(1), td. 214-235.
- ¹²² Jack, G. (2015) 'I May Not Know Who I Am, but I Know Where I Am From': The meaning of place in social work with children and families, *Child and Family Social Work*, 20(4), td. 415-423.
- ¹²³ Jack, G. (2016) The Role of Place Attachments in Wellbeing, yn Atkinson, S., Fuller, S. a Painter, J. (gol) *Wellbeing and Place*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge, td. 89-103.
- ¹²⁴ Jackson, E. a McGlone, F. (2020) The Impact of Play on the Developing Social Brain: New insights from the neurobiology of touch, yn Courtney, J.A. (gol) *Infant Play Therapy: Foundations, models, programs, and practice*, Llundain: Routledge, td. 18-36.
- ¹²⁵ Jansson, M., Herbert, E., Zalar, A. a Johansson, M. (2022) Child-Friendly Environments—What, how and by whom? *Sustainability*, 14, 4852.

- ¹²⁶ Jansson, M., Sundevall, E. a Wales, M. (2016) The Role of Green Spaces and Their Management in a Child-friendly Urban Village, *Urban Forestry and Urban Greening*, 18, td. 228-236.
- ¹²⁷ Jolleyman, C., McPhee, J., Brussoni, M., Bundy, A. a Duncan, S. (2019) A Cross-sectional Description of Parental Perceptions and Practices Related to Risky Play and Independent Mobility in Children: The New Zealand state of play survey, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(2), td. 262.
- ¹²⁸ Joint Committee on the Draft Online Safety Bill (2021) *Draft Online Safety Bill*, Rhagfyr.
- ¹²⁹ Jones, R. (2019) Governing the Future and the Search for Spatial Justice: Wales' Well-being of Future Generations Act, *Fennia: International Journal of Geography*, 197(1), td. 7-23.
- ¹³⁰ Jones, R., Goodwin-Hawkins, B. a Woods, M. (2020) From Territorial Cohesion to Regional Spatial Justice: The Well-Being of Future Generations Act in Wales, *International Journal of Urban and Regional Research*, 445, td. 894-912.
- ¹³¹ Juhila, K., Raitakari, S. a Hansen Löffstrand, C. (2017) Responsibilisation in Governmentality Literature, yn Juhila, K., Raitakari, S. a Hall, C. (gol) *Responsibilisation at the Margins of Welfare Services*. Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge, td. 11-34.
- ¹³² Karsten, L. (2005) It All Used to be Better? Different generations on continuity and change in urban children's daily use of space, *Children's Geographies*, 3(3), td. 275-290.
- ¹³³ Katz, C. (2019) Accumulation, Dispossession, and Waste in Childhood and Children's Everyday Lives, yn Skelton, T. ac Aitken, S.C. (gol), *Establishing Geographies of Children and Young People, Geographies of Children and Young People, vol 1.*, Singapore: Springer, td. 129-146.
- ¹³⁴ Kearns, R.A., Carroll, P., Asiasiga, L. a Witten, K. (2016) Variegated Nature of Play for Auckland Children, yn Evans, B. a Horton, J. (gol) *Play and Recreation, Health and Well-being, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 9, Singapore: Springer, td. 273-291.
- ¹³⁵ Kellman, J. a Radwan, K. (2022) Towards an Expanded Neuroscientific Understanding of Social Play, *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 132, td. 884-891.
- ¹³⁶ Kellock, A. a Lawthom, R. (2011) Sen's Capability Approach: Children and well-being explored through the use of photography, Biggeri, M., Ballet, J. a Comin, F. (gol) *Children and the Capability Approach: Child Labour, Education and Participation*, Basingstoke, Hampshire: Palgrave Macmillan, td. 137-161.
- ¹³⁷ Kinard, T., Gainer, J., Valdez-Gainer, N., Volk, D. a Long, S. (2021) Interrogating the "Gold Standard": Play-based early childhood education and perpetuating white supremacy, *Theory into Practice*, 60(3), td. 322-332.
- ¹³⁸ Kjørholt, A.T. (2013) Childhood as Social Investment, Rights and the Valuing of Education, *Children and Society*, 27, td. 245-257.
- ¹³⁹ Koch, A.B. (2018) Children's Perspectives on Happiness and Subjective Well-being in Preschool, *Children and Society*, 32, td. 73-83.
- ¹⁴⁰ Koller, D. a Farley, M. (2019) Examining Elements of Children's Place Attachment, *Children's Geographies*, 17(4), td. 491-500.
- ¹⁴¹ Kosher, H. a Ben-Arieh, A. (2017) What Children Think About Their Rights and Their Well-being: A cross-national comparison, *American Journal of Orthopsychiatry*, 87(3), td. 256-273.
- ¹⁴² Krysiak, N. (2019) *Designing Child-Friendly High Density Neighbourhoods*, Sydney: Cities for Play.
- ¹⁴³ Lambert, M. (2019) Between "Families in Trouble" and "Children at Risk": Historicising "troubled family" policy in England since 1945, *Children and Society*, 33, td. 82-91.
- ¹⁴⁴ Larouche, R., Garriguet, D. a Tremblay, M.S. (2017) Outdoor Time, Physical Activity and Sedentary Time among Young Children: The 2012-2013 Canadian Health Measures Survey, *Canadian Journal of Public Health*, 107(6), e500-e506.

- ¹⁴⁵ Layard, A. (2019) Privatising Land in England, *Journal of Property, Planning and Environmental Law*, 11(2), td. 151-168.
- ¹⁴⁶ Lee, H., Tamminen, K.A., Clark, A.M., Slater, L., Spence, J.C. a Holt, N.L. (2015) A Meta-study of Qualitative Research Examining Determinants of Children's Independent Active Free Play, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1), td. 1-12.
- ¹⁴⁷ Lester, S. (2020) *Everyday Playfulness: A new approach to children's play and adult responses to it*, Llundain: Jessica Kingsley.
- ¹⁴⁸ Lester, S. a Russell, W. (2008) *Play for a Change: Play, Policy and Practice – A review of contemporary perspectives*, Llundain: National Children's Bureau.
- ¹⁴⁹ Lester, S. a Russell, W. (2013) *Welingtons Croen Llewpard, Het Silc a Phiben Sugnwr Llwhc: Dadansoddiad o ddyletswydd Asesiad Digonolrwydd Chwarae, Cymru*, Caerdydd: Chwarae Cymru.
- ¹⁵⁰ Lester, S. a Russell, W. (2014) *Towards Securing Sufficient Play Opportunities: A short study into the preparation undertaken for the commencement of the second part of the Welsh Government's Play Sufficiency Duty to secure sufficient play opportunities*, Caerdydd: Chwarae Cymru.
- ¹⁵¹ Lewis, P.J. (2017) The Erosion of Play, *International Journal of Play*, 6(1), td. 10-23.
- ¹⁵² Lincoln, S. (2016) Bedroom Culture: A review of research, yn Nairn, K., Kraftl, P. a Skelton, T. (gol) *Space, Place, and Environment, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 3., Singapore: Springer, td. 421-439.
- ¹⁵³ Livingstone, S. (2021) *Why is Media Literacy Prominent in the UK's Draft Online Safety Bill 2021?*, 8 Medi.
- ¹⁵⁴ Loebach, J. a Gilliland, J.A. (2016a) Neighbourhood Play on the Endangered List: Examining patterns in children's local activity and mobility using GPS monitoring and qualitative GIS, *Children's Geographies*, 14(9), td. 573-589.
- ¹⁵⁵ Loebach, J.E. a Gilliland, J.A. (2016b) Free Range Kids? Using GPS-derived activity spaces to examine children's neighborhood activity and mobility, *Environment and Behavior*, 48(3), td. 421-453.
- ¹⁵⁶ Loebach, J., Sanches, M., Jaffe, J. ac Elton-Marshall, T. (2021) Paving the Way for Outdoor Play: Examining socio-environmental barriers to community-based outdoor play, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 3617.
- ¹⁵⁷ Loebenberg, A. (2012) Consumption, Collection, Creativity: Micro-Local Practices within Children's Bedroom Play in Urban Vancouver, *Material Culture Review*, 74-75, td. 116-130.
- ¹⁵⁸ Loebenberg, A. (2013) Playing in Virtual Spaces: Using ethnography to explore a new area of research, *International Journal of Play*, 2(2), td. 117-133.
- ¹⁵⁹ Long, A. Delorme, M. a Brown, F. (2014) *Developing a Culture of Play: A follow-up report to the Wrexham play sufficiency assessment*, Leeds: Prifysgol Leeds Beckett.
- ¹⁶⁰ Lynch, J. (2019) Populism, Partisan Convergence, and Mobilization in Western Europe, *Polity*, 51(4), td. 668-677.
- ¹⁶¹ Mainland, M., Shaw, S.M. a Prier, A. (2017) Parenting in an Era of Risk: Responding to the obesity crisis, *Journal of Family Studies*, 23(1), td. 86-97.
- ¹⁶² Malone, K. (2013) "The Future Lies in our Hands": Children as researchers and environmental change agents in designing a child-friendly neighbourhood, *Local Environment: The International Journal of Justice and Sustainability*, 18(3), td. 372-395.
- ¹⁶³ Malone, K. (2015) Children's Place Encounters: Place-based participatory research to design a child-friendly and sustainable urban development, yn Ansell, N., Klocker, N. a Skelton, T. (gol) *Geographies of Global Issues: Change and Threat, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 8, Singapore: Springer, td. 1-30.
- ¹⁶⁴ Malone, K. (2016a) Reconsidering Children's Encounters with Nature and Place Using Posthumanism, *Australian Journal of Environmental Education*, 32(1), td. 42-56.

165. Malone, K. (2016b) Posthumanist Approaches to Theorising Children's Human-Nature Relations, yn Nairn, K., Kraftl, P. a Skelton, T. (gol) *Space, Place, and Environment, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 3, Singapore: Springer, td. 185-206.
166. Malone, K. a Rudner, J. (2016) Child-Friendly and Sustainable Cities: Exploring global studies on children's freedom, mobility, and risk, yn Freeman C., Tranter P. a Skelton T. (gol) *Risk, Protection, Provision and Policy, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 12, Singapore: Springer, td. 345-370.
167. Marsh, J. (2011) Young Children's Literacy Practices in a Virtual World: Establishing an online interaction order, *Reading Research Quarterly*, 46(2), td. 101-118.
168. Marsh, J. (2012) Countering Chaos in Club Penguin: Young children's literacy practices in a virtual world, yn Merchant, G., Gillen, J., Marsh, J. a Davies, J. (gol) *Virtual Literacies: Interactive spaces for children and young people*, Llundain: Routledge, td. 75-88.
169. Marsh, J. (2016) The Relationship between Online and Offline play: Friendship and exclusion, in Burn, A. a Richards, C. (gol) *Children's Games in the New Media Age: Childlore, media and the playground*, Llundain: Routledge, td. 123-146.
170. Marsh, J. a Bishop, J.C. (2013) *Changing Play: Play, media and commercial culture from the 1950s to the present day*, Maidenhead, Berkshire: Gwasg y Brifysgol Agored.
171. Masten, A.S. (2014) *Ordinary Magic: Resilience in Development*, Llundain: The Guilford Press.
172. Mayeza, E. (2018) 'Charmer Boys' and 'Cream Girls': How primary school children construct themselves as heterosexual subjects through football, *Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education*, 39(1), td. 128-141.
173. McDonnell, S. (2019) Nonsense and Possibility: Ambiguity, rupture and reproduction in children's play/ful narratives, *Children's Geographies*, 17(3), td. 251-265.
174. McDowell, L. (2017) Youth, Children and Families in Austere Times: Change, politics and a new gender contract, *Area*, 493, td. 311-316.
175. McGinley, M. ac Evans, A.M. (2020) Parent and/or Peer Attachment? Predicting emerging adults' prosocial behaviors and internalizing symptomatology, *Journal of Child and Family Studies*, 29, td. 1833-1844.
176. Mereweather, J. (2020) Enchanted Animism: A matter of care, *Contemporary Issues in Early Childhood*, ar-lein yn gyntaf, td. 1-12.
177. Mertala, P., Karikoski, H., Tähtinen, L. a Sarenius, V-M. (2016) The Value of Toys: 6–8-year old children's toy preferences and the functional analysis of popular toys, *International Journal of Play*, 5(1), td. 11-27.
178. Milteer, R. M., Ginsburg a'r Council on Communications and Media and Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health (2012) The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development and Maintaining Strong Parent-Child Bond: Focus on children in poverty, *Pediatrics*, 129(1), e204-e213.
179. Grŵp Llywio'r Adolygiad Gweinidogol o Gyfleoedd Chwarae (2023) *Adolygiad Gweinidogol o Gyfleoedd Chwarae: Adroddiad terfynol*, paratowyd gan Chwarae Cymru, Caerdydd.
180. Monbiot, G., Grey, R., Kenny, T., Macfarlane, L., Powell-Smith, A., Shrubsole, G. a Stratford, B. (2019) *Land for the Many: Changing the way our fundamental asset is used, owned and governed*, Llundain: Y Blaid Lafur.
181. Montuori, A. (2005) Literature Review as Creative Inquiry: Reframing scholarship as a creative process, *Journal of Transformative Education*, 3(4), Hydref, td. 374-393.
182. Moore, A. a Lynch, H. (2018) Understanding a Child's Conceptualisation of Well-being Through an Exploration of Happiness: The centrality of play, people and place, *Journal of Occupational Science*, 25(1), td. 124-141.
183. Mroz, M. a Woolner, P. (2015) 'Playtime': The use of UK primary school outdoor space between lessons, papur a gyflwynwyd yn y Gynhadledd Ewropeaidd ar Ymchwil Addysgol, Budapest, Hwngari, 7-11 Medi.

- ^{184.} Mukherjee, U. (2021) Rainbows, Teddy Bears and 'Others': The cultural politics of children's leisure amidst the COVID-19 pandemic, *Leisure Sciences*, 43(1-2), td. 24-30.
- ^{185.} Mulryan-Kyne, C. (2014) The School Playground Experience: Opportunities and challenges for children and school staff, *Educational Studies*, 40(4), td. 377-395.
- ^{186.} Murriss, K. (2019) Children's Development, Capability Approaches and Postdevelopmental Child: The birth to four curriculum in South Africa, *Global Studies of Childhood*, 9(1), td. 56-71.
- ^{187.} Nielsen, L. (2018) Playing for Social Equality, *Politics, Philosophy and Economics*, 17(4), td. 427-446.
- ^{188.} Nussbaum, M. (2007) Human Rights and Human Capabilities, *Harvard Human Rights Journal*, 20, td. 21-24.
- ^{189.} Offer, S. a Schneider, B. (2007) Children's Role in Generating Social Capital, *Social Forces*, 85(3), td. 1125-1142.
- ^{190.} O'Haire, M.E., McKenzie, S.J., Beck, A.M. a Slaughter, V. (2015) Animals May Act as Social Buffers: Skin conductance arousal in children with Autism Spectrum Disorder in a social context, *Developmental Psychobiology*, 57(5), td. 584-595.
- ^{191.} Palmer, S. (2019) Why Scotland Needs a Kindergarten Stage (3-7 years), *Scottish Educational Review*, 51(2), td. 119-131.
- ^{192.} Panksepp, J. (2010) Affective Neuroscience of the Emotional BrainMind: Evolutionary perspectives and implications for understanding depression, *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 12, td. 533-545.
- ^{193.} Panksepp, J. (2012) Synopsis of Affective Neuroscience – Naturalizing the mammalian mind, *Journal of Consciousness Studies*, 19(3-4), td. 6-18.
- ^{194.} Panksepp, J. (2016) The Cross-Mammalian Neurophenomenology of Primal Emotional Affects: From Animal Feelings to Human Therapeutics, *The Journal of Comparative Neurology | Research in Systems Neuroscience*, 524, td. 1624-1635.
- ^{195.} Panksepp, J., Asma, S., Curran, G., Gabriel, R. a Greif, T. (2012) The Philosophical Implications of Affective Neuroscience, *Journal of Consciousness Studies*, 19(3-4), td. 6-48.
- ^{196.} Panksepp, J., Clarici, A., Vandekerckhove, M. a Yovell, Y. (2019) Neuro-Evolutionary Foundations of Infant Minds: From psychoanalytic visions of how primal emotions guide constructions of human minds toward affective neuroscientific understanding of emotions and their disorders, *Psychoanalytic Inquiry*, 39(1), td. 36-51.
- ^{197.} Panksepp, J. a Panksepp, J.B. (2013) Toward a Cross-species Understanding of Empathy, *Trends Neurosciences*, 36(8), td. 489-96.
- ^{198.} Pellis, S.M., Himmler, B.T., Himmler, S.M. a Pellis, V.C. (2018) Rough-and-Tumble Play and the Development of the Social Brain: What do we know, how do we know it, and what do we need to know? yn Gibb, R. a Kolb, B. (gol) *The Neurobiology of Brain and Behavioral Development*, Llundain: Academic Press, td. 315-337.
- ^{199.} Pellis, S.M. a Pellis, V.C. (2017) What is Play Fighting and What is it Good for?, *Learning and Behavior*, 45, td. 355-366.
- ^{200.} Pellis, S.M., Pellis, V.C. a Himmler, B.T. (2014) How Play Makes for a More Adaptable Brain: A comparative and neural perspective, *American Journal of Play*, 7(1), td. 73-98.
- ^{201.} Pérez del Pulgar, C., Anguelovski, I. a Connolly, J. (2020) Toward a Green and Playful City: Understanding the social and political production of children's relational wellbeing in Barcelona, *Cities*, 96, 102438.
- ^{202.} Petrina, N., Carter, M. a Stephenson, J. (2014) The Nature of Friendship in Children with Autism Spectrum Disorders: A systematic review, *Research in Autism Spectrum Disorders*, 8(2), td. 111-126.
- ^{203.} Pinckney IV, H.P., Outley, C., Brown, A. a Theriault, D. (2018) Playing While Black, *Leisure Sciences*, 40(7), td. 675-685.
- ^{204.} Creu Lleoedd Cymru (2020) *Canllaw i Greu Lleoedd*, Caerdydd: Comisiwn Dylunio Cymru.

- ²⁰⁵ Pont, K., Ziviani, J., Wadley, D., Bennett, S., Abbott, R. (2009) Environmental Correlates of Children's Active Transportation: A systematic literature review, *Health and Place*, 15, td. 849-862.
- ²⁰⁶ Prout, A. (2005) *The Future of Childhood: Towards the interdisciplinary study of children*, Llundain: Routledge.
- ²⁰⁷ Pout, A. (2007) Culture-Nature and the Construction of Childhood, yn Drotner, K. a Livingstone, S. (gol) *International Handbook of Children, Media and Culture*, Llundain: Sage, td. 21-35.
- ²⁰⁸ Prout, A. (2011) Taking a Step Away from Modernity: Reconsidering the new sociology of childhood, *Global Studies of Childhood*, 1(1), td. 4-14.
- ²⁰⁹ Punch, S. a Tisdall, E.K.M. (2012) Exploring Children and Young People's Relationships Across Majority and Minority Worlds, *Children's Geographies*, 10(3), td. 241-248.
- ²¹⁰ Pyyry, N. a Tani, S. (2019) More-than-human Playful Politics in Young People's Practices of Dwelling with the City, *Social and Cultural Geography*, 20(9), td. 1218-1232.
- ²¹¹ Rautio, P. (2013a) Children who Carry Stones in their Pockets: On autotelic material practices in everyday life, *Children's Geographies*, 11(4), td. 394-408.
- ²¹² Rautio, P. (2013b) Being Nature: Interspecies articulation as a species-specific practice of relating to environment, *Environmental Education Research*, 19(4), td. 445-457.
- ²¹³ Rees, G., Savahl, S., Lee, B.J. a Casas, F. (gol) (2020) *Children's Views on their Lives and Well Being in 35 Countries: A report on the Children's Worlds project, 2016-19*, Jerwsalem, Israel: Children's Worlds Project.
- ²¹⁴ Richardson, S.S., Daniels, C.R., Gillman, M.W., Golden, J., Kukla, R., Kuzawa, C. a Rich-Edwards, J. (2014) Don't Blame the Mothers, *Nature*, 512, td. 131-132.
- ²¹⁵ Robeyns, I. (2017) *Wellbeing Freedom and Social Justice: The capability approach re-examined*, Caergrawnt: Open Book publishers.
- ²¹⁶ Rosen, R. (2015a) The Use of the Death Trope in Peer Culture Play: Grounds for rethinking children and childhood?, *International Journal of Play*, 4(2), td. 163-174.
- ²¹⁷ Rosen, R. (2015b) Children's Violently Themed Play and Adult Imaginaries of Childhood: A Bakhtinian analysis, *International Journal of Early Childhood*, 47(2), td. 235-250.
- ²¹⁸ Royal Town Planning Institute (2021) *Children and Town Planning: Creating places to grow*, Llundain: RTPI.
- ²¹⁹ Ruckenstein, M. (2013) Spatial Extensions of Childhood: From toy worlds to online communities, *Children's Geographies*, 11(4), td. 476-489.
- ²²⁰ Russell, W. (2018) Nonsense, Caring and Everyday Hope: Rethinking the value of playwork, yn Brown, F. a Hughes, B. (gol) *Aspects of Playwork, Play and Culture Studies Volume 14*, Maryland: University Press of America, td. 13-27.
- ²²¹ Russell, W. (2020) Children's Right to the Good City, *Urban Design*, 156, td. 16-18.
- ²²² Russell, W., Barclay, M., Tawil, B. a Derry, C. (2019) *Hawl Plant i Chwarae yng Nghymru: Chwe blynedd o straeon a newid ers cychwyn Dyletswydd Cyfleoedd Chwarae Digonol Cymru*, Caerdydd: Chwarae Cymru.
- ²²³ Russell, W., Barclay, M., Tawil, B. a Derry, C. (2020) *Ei gwneud hi'n bosibl i gyflawni Digonolrwydd Chwarae: Archwilio'r amodau sy'n cefnogi awdurdodau lleol i sicrhau cyfleoedd digonol i blant yng Nghymru chwarae*, Caerdydd: Chwarae Cymru.
- ²²⁴ Russell, W. a Stenning, A. (2021) Beyond Active Travel: Children, play and community on streets during and after the coronavirus lockdown, *Cities and Health*, 5(sup1), S196-S199.
- ²²⁵ Russell, W. a Stenning, A. (2022) Kerbs and Curbs, Desire and Damage: An affirmative account of children's play and being well during the COVID-19 pandemic, *Social and Cultural Geography*, ar-lein ymlaen llaw.

- ²²⁶ Russell, W., Tawil, B. a Barclay, M. (ar y gweill) (At) Tending to Rhizomes: How researching neighbourhood play with children can affect and be affected by policy and practice in transcalar ways in the context of the Welsh Government's Play Sufficiency Duty, *Revistas Civitas*.
- ²²⁷ Ryan, K. (2021) Programming the Future: Epigenetics, normative fictions, and maternal bodies, *P.O.I. – Points of Interest. Rivista Di Filosofia E Di Nuove Pratiche Della Conoscenza*, 8, td. 80-105.
- ²²⁸ Sandseter, E.B.H., Kleppe, R. a Kennair, L.E.O. (2022) Risky Play in Children's Emotion Regulation, Social Functioning, and Physical Health: An evolutionary approach, *International Journal of Play*, ymlaen llaw ar-lein.
- ²²⁹ Schweiger, G. (2016) Justice and Disadvantages during Childhood: What does the Capability Approach have to offer?, *Ethical Perspectives*, 23(1), td. 1-18.
- ²³⁰ Sgro, M. a Mychasiuk, R. (2020) Playful Genes: What do we know about the epigenetics of play behaviour?, *International Journal of Play*, 9(1), td. 25-38.
- ²³¹ Sharpe, L.L. (2019) Fun, Fur and Future Fitness: The evolution of play in mammals, yn Smith, P.K. a Roopnarine, J.L. (gol) (2019) *The Cambridge Handbook of Play: Developmental and disciplinary perspectives*, Caergrawnt: Cambridge University Press, td. 49-66.
- ²³² Shaw, B., Watson, B., Frauendienst, B., Redecker, A., Jones, T. gyda Hillman, M. (2013) *Children's Independent Mobility: A comparative study in England and Germany (1971-2010)*, Llundain: Policy Studies Institute.
- ²³³ Shaw, B., Bicket, M., Elliott, B., Fagan-Watson, B. a Mocca, E. gyda Hillman, M. (2015) *Children's Independent Mobility: An international comparison and recommendations for action*, Llundain: Policy Studies Institute.
- ²³⁴ Sheets-Johnstone, M. (2018) Why Kinesthesia, Tactility and Affectivity Matter: Critical and constructive perspectives, *Body and Society*, 24(4), td. 3-31.
- ²³⁵ Sicart, M. (2014) *Play Matters*, Cambridge, Ma.: MIT Press.
- ²³⁶ Sivi, S.M. (2016) A Brain Motivated to Play: Insights into the neurobiology of playfulness, *Behaviour*, 153, td. 819-844.
- ²³⁷ Smith, A. (2021) Sustaining Municipal Parks in an Era of Neoliberal Austerity: The contested commercialisation of Gunnersbury Park, *Environment and Planning A: Economy and Space*, 53(4), td. 704-722.
- ²³⁸ Smith, P.K. (2010) *Children and Play*, Chichester: Wiley-Blackwell.
- ²³⁹ Smith, S. (2017) Understandings of Play for Children with Profound and Multiple Learning Disabilities (PMLD), yn Russell, W., Lester, S. a Smith, H. (gol) *Practice-based Research in Children's Play*, Bryste: Policy Press, td. 187-202.
- ²⁴⁰ Soja, E.W. (2010) *Seeking Spatial Justice*, Minneapolis, University of Minnesota Press.
- ²⁴¹ Spyrou, S. (2017) Time to Decentre Childhood? *Childhood*, 24(4), td. 433-437.
- ²⁴² Stenning, A. (2020) *Tackling Loneliness with Resident-Led Play Streets*, Bryste: Playing Out.
- ²⁴³ Stevens, R., Gilliard-Matthews, S., Dunaev, J., Woods, M.K. a Brawner, B.M. (2017) The Digital Hood: Social media use among youth in disadvantaged neighborhoods, *New Media and Society*, 19(6), td. 950-967.
- ²⁴⁴ Storli, R. a Sandseter, E.B.H. (2019) Children's Play, Well-being and Involvement: How children play indoors and outdoors in Norwegian early childhood education and care institutions, *International Journal of Play*, 8(1), td. 65-78.
- ²⁴⁵ Sutton-Smith, B. (2017) *Play for Life: Play theory and play as emotional survival*, Rochester, NY.: The Strong Museum.
- ²⁴⁶ Talbot, D. (2013) Early Parenting and the Urban Experience: Risk, community, play and embodiment in an East London neighbourhood, *Children's Geographies*, 11(2), td. 230-242.

247. Taylor, A. a Pacini-Ketchabaw, V. (2015) Learning with Children, Ants, and Worms in the Anthropocene: Towards a common world pedagogy of multispecies vulnerability, *Pedagogy, Culture and Society*, 23, td. 507-529.
248. Thomson, S. (2007) Do's and Don'ts: Children's experiences of the primary school playground, *Environmental Education Research*, 13(4), td. 487-500.
249. Thomson, S. (2014) 'Adulterated Play': An empirical discussion surrounding adults' involvement with children's play in the primary school playground', *Journal of Playwork Practice*, 1(1), td. 5-21.
250. Tipper, B. (2011) 'A Dog Who I Know Quite Well': Everyday relationships between children and animals, *Children's Geographies*, 9(2), td. 145-165.
251. Tonkin, A. a Whitaker, J. (2019) (gol) *Play and Playfulness for Public Health and Wellbeing*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge.
252. Toracco, R.J. (2016) Writing Integrative Literature Reviews: Using the past and present to explore the future, *Human Resource Development Review*, 15(4) td. 404-428.
253. Trammell, A. (2020) Torture, Play, and the Black Experience, *G/A|M/E*, 9, td. 33-49.
254. Trammell, A. (2023) *Rescuing Play: Toward a Black phenomenology of play*, Cambridge, MA.: MIT Press.
255. Trezza, V., Achterberg, E.J.M. a Vanderschuren, L.J.M.J. (2019) The Neurochemistry of Social Play Behaviour in Rats, yn Smith, P.K. a Roopnarine, J.L. (gol) *The Cambridge Handbook of Play: Developmental and disciplinary perspectives*, Caergrawnt: Cambridge University Press, td. 30-48.
256. Tuck, E. (2009) Suspending Damage: A letter to communities, *Harvard Educational Review*, 79(3), td. 409-427.
257. Tugade, M.M., Devlin, H.C. a Fredrickson, B.L. (2021) Positive Emotions, yn Snyder, C.R., Lopez, S.J., Edwards, L.M. a Marques, S.C. (gol) *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, 3^{ydd} arg, Rhydychen: Oxford University Press, td. 18-31.
258. Pwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (2013) *General Comment 13 on the Right of the Child to Rest, Leisure, Play, Recreational Activities, Cultural Life and the Arts (art. 31)*, Geneva: Y Cenhedloedd Unedig.
259. Vanderschuren, L.J.M.J. a Trezza, V. (2014) What the Laboratory Rat has Taught Us about Social Play Behavior: Role in behavioral development and neural mechanisms, *Current Topics in Behavioral Neuroscience*, 16, td. 189-212.
260. Vandervert, L. (2017) Vygotsky Meets Neuroscience: The cerebellum and the rise of culture through play, *American Journal of Play*, 9(2), td. 202-227.
261. Vincent, C. a Maxwell, C. (2016) Parenting Priorities and Pressures: Furthering understanding of 'concerted cultivation', *Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education*, 37(2), td. 269-281.
262. Visser, K., Bolt, G. a van Kempen, R. (2015) A Good Place to Raise Your Children? The diversity of parents' neighbourhood perceptions and parenting practices in a low-income, multi-ethnic neighbourhood: A case study in Rotterdam, *Geoforum*, 64, td. 112-120.
263. Von Benzon, N. (2017) "Vulnerable" Children in "Dangerous" Places: Learning disabled children in outdoor green space, yn Freeman C., Tranter P. a Skelton T. (gol) *Risk, Protection, Provision and Policy. Geographies of Children and Young People*, cyfrol 12, Singapore: Springer, td. 179-198.
264. Wales, M., Mårtensson, F. a Jansson, M. (2021) 'You Can Be Outside a Lot': Independent mobility and agency among children in a suburban community in Sweden, *Children's Geographies*, 19(2), td. 184-196.
265. Weir, H., Khan, M. a Marmot, A. (2022) Displaced Children's Experience of Places and Play: A scoping review, *Children's Geographies*, ar-lein ymlaen llaw.
266. Weller, S. a Bruegel, I. (2009) Children's 'Place' in the Development of Neighbourhood Social Capital, *Urban Studies*, 46(3), td. 629-643.
267. Wells, K. (2011a) The Politics of Life: Governing childhood, *Global Studies of Childhood*, 1(1), td. 15-25.

- ²⁶⁸. Wells, K. (2011b) The Strength of Weak Ties: the social networks of young separated asylum seekers and refugees in London, *Children's Geographies*, 9(3-4), td. 319-329.
- ²⁶⁹. Llywodraeth Cymru (2016) *Rhannu Pwrpas, Rhannu Dyfodol: Canllawiau statudol ar Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 (SPSF1: Canllaw craidd)*, Caerdydd: Llywodraeth Cymru.
- ²⁷⁰. White, S.C. (2017) Relational Wellbeing: Re-centring the politics of happiness, policy and the self, *Policy and Politics*, 45(2), td. 121-36.
- ²⁷¹. Whitebread, D., gyda Basilio, M., Kupalja, M. a Verma, M. (2012) *The Importance of Play*, Brwsel: Toy Industries of Europe.
- ²⁷². Wilson, H.F. (2013) Collective Life: Parents, playground encounters and the multicultural city, *Social and Cultural Geography*, 14(6), td. 625-648.
- ²⁷³. Wilson, S. (2016) Digital Technologies, Children and Young People's Relationships and Self-care, *Children's Geographies*, 14(3), td. 282-294.
- ²⁷⁴. Witten, K., Kearns, R., Carroll, P. ac Asiasiga, L. (2019) Children's Everyday Encounters and Affective Relations with Place: Experiences of hyperdiversity in Auckland neighbourhoods, *Social and Cultural Geography*, 20(9), td. 1233-1250.
- ²⁷⁵. Wohlwend, K.E. (2020) P(l)aying Online: Toys, apps, and young consumers on transmedia playgrounds, yn Erstad, O., Flewitt, R., Kümmerling-Meibauer, B.P. a Pires, I.S. (gol) *The Routledge Handbook of Digital Literacies in Early Childhood*, Llundain: Routledge, td. 391-401.
- ²⁷⁶. Wood, L., Giles-Corti, B., Zubrick, S.R. a Bulsara, M.K. (2013) "Through the Kids ... We Connected With Our Community": Children as catalysts of social capital, *Environment and Behavior*, 45(3), td. 344-368.
- ²⁷⁷. Woodyer, T., Martin, D., a Carter, S. (2016) Ludic Geographies, yn Evans, B. a Horton, J. (gol) (2016) *Geographies of Children and Young People Volume 9: Play and Recreation, Health and Well-being*, Singapore: Springer, td. 17-33.
- ²⁷⁸. Woolley, H.E. a Griffin, E. (2015) Decreasing Experiences of Home Range, Outdoor Spaces, Activities and Companions: Changes across three generations in Sheffield in north England, *Children's Geographies*, 13(6), td. 677-691.



Awduron: Wendy Russell, Mike Barclay a Ben Tawil

ISBN: 978-1-914361-15-9

www.chwarae.cymru

Chwarae Cymru yw'r mudiad cenedlaethol dros chwarae plant, elusen annibynnol a gefnogir gan Lywodraeth Cymru i ddiogelu hawl plant i chwarae ac i gynnig cyngor ac arweiniad ar faterion sy'n ymwneud â chwarae.