Chwarae Cymru
Play Wales

Mae plant hŷn yn chwarae hefyd

www.chwarae.cymru

Pan ofynnwch chi i rywun feddwl am blentyn (unrhyw blentyn), bydd y mwyafrif o bobl yn dychmygu llun o berson ifanc iawn, ymhell dan 10 oed fel arfer. Pur anaml y bydd pobl yn dychmygu arddegwr. Fodd bynnag, mae Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) yn diffinio plentyn fel unrhyw un dan 18 mlwydd oed. Mae Erthygl 31 o'r confensiwn yn datgan bod gan bob plentyn hawl i chwarae.

Yn y DU, mae'n gyffredin inni gyfeirio at blant dros 10 oed fel rhywbeth heblaw plant. Er enghraifft, byddwn yn aml yn eu galw'n bobl ifanc, efallai gyda'r bwriad o godi eu statws cymdeithasol uwchlaw plant ac i'w gwahanu oddi wrth ddiniweidrwydd a dibyniaeth ymddangosiadol plentyndod. Mae hyn yn creu dwy broblem, yn gyntaf mae'n awgrymu nad yw plant iau yn bobl eto (eu bod yn rhywbeth 'arall') ac yn ail mae'n anwybyddu'r ffaith bod arddegwyr dal i fod yn eu plentyndod.

Mae chwarae, yn enwedig yn nhermau datblygiad plant, yn dueddol o dderbyn llawer mwy o sylw yn ystod blynyddoedd cynnar bywydau plant (hyd at saith oed) nac yn hwyrach yn eu plentyndod. Caiff chwarae ei gysylltu, yn bennaf, gydag ymddygiad plant ifanc iawn, gan unwaith eto anwybyddu, ac o bosibl, ddiystyru ei werth i blant hŷn.

Gallai'r pwyslais hwn ar rôl a gwerth chwarae ar gyfer plant iau beri i oedolion feddwl bod pobl yn tyfu allan o chwarae tua 10 oed, yn syth cyn iddyn nhw symud i'r ysgol uwchradd. Ond, trwy ddim ond treulio cyfnod byr yng nghwmni arddegwyr, mae'n amlwg nad yw hyn yn wir.

Mae'r daflen wybodaeth hon yn archwilio chwarae plant hŷn, yn enwedig plant sydd ar ddechrau neu ar ganol eu glasoed (tua 11 i 16 oed). Er cysondeb, byddwn yn cyfeirio trwy'r daflen at blant hŷn.

Osgoi tybiaethau sy'n seiliedig ar oedran yn unig

Pan fyddwn yn gweithio gyda phlant mae'n ddefnyddiol bod â dealltwriaeth ynghylch sut y maent yn datblygu a phryd mae newidiadau amrywiol yn debyg o ddigwydd. Fodd bynnag, mae'n bwysig sylweddoli hefyd bod pobl yn unigryw, gyda'u personoliaethau a'u profiadau bywyd eu hunain, a'r modd y bydd eu cyrff a'u hymennydd yn gweithio. Fel y cyfeiria Stuart Lester a Wendy Russell,[1] mae datblygiad yn broses oes sy'n cynnwys perthnasau bythol newidiol rhwng ein meddyliau, ein cyrff a'n amgylcheddau.

Gallai cymryd bod pob plentyn yn datblygu yn union yr un ffordd, ar yr union un oedran, arwain at weld oedolion yn gosod cyfyngiadau oedran penodol ar wahanol wasanaethau, gofodau a chyfleoedd ac o ganlyniad wahanu plant yn ôl oedran yn unig, er enghraifft arwyddion ar ardaloedd chwarae sy'n nodi bod y gofod ar gyfer plant 'dan 12 oed yn unig'.

Wrth chwarae, mae gwerth mawr i blant o wahanol oedrannau gymysgu a gweithio allan sut i gyddynnu (dyna sut bydd cymunedau'n gweithio). Tra gallai oedolion bryderu ynghylch dylanwad plant hŷn, mewn gwirionedd mae'r mwyafrif o blant hŷn yn ofalgar tuag at blant iau a gallant gynnig gwersi bywyd pwysig iddyn nhw.[2] 'Dyw hyn ddim yn golygu bod rhaid i bawb chwarae gyda'i gilydd trwy'r amser ond, yn syml, bod plant gwahanol oed yn abl i gyd-fyw â'i gilydd.

Efallai y bydd angen i rai plant hŷn, oherwydd diffyg profiadau blaenorol neu ryw fath o nam, ddal i chwarae mewn ffyrdd gaiff eu cysylltu fel arfer â phlant iau. Mae Bob Hughes[3] a Fraser Brown[4] yn awgrymu efallai bod plant sydd wedi eu hamddifadu o chwarae neu sydd heb gael cyfle i brofi mathau penodol o chwarae, heb allu datblygu'r sgiliau chwarae sy'n angenrheidiol ar gyfer cydweithredu gyda phobl eraill o'r un oed.

Felly, wrth ddarparu cyfleoedd i chwarae, mae'n bwysig inni geisio osgoi rhagdybiaethau ynghylch yr hyn sy'n ddatblygiadol briodol ar gyfer plant yn seiliedig ar oed yn unig.

Deall ymennydd person yn ei lasoed

Er mwyn deall sut a pham y bydd plant hŷn yn chwarae fel y maent, mae'n ddefnyddiol ystyried yr hyn sy'n digwydd yn eu pennau a gyda'u cyrff yn ystod glasoed. Mae'r ymennydd dynol yn mynd trwy gyfnod o dwf cyflym yn ystod blynyddoedd cynnar bywyd ac mae llawer wedi ei wneud am y camau datblygiad a'r chwarae y bydd plant yn ei brofi neu'n ei fynegi yn ystod y cyfnod hwn. Fodd bynnag, mae gwaith ymchwil o faes niwrowyddoniaeth wedi dangos bod ein hymennydd yn dal i ddatblygu ymhell wedi degawd cyntaf bywyd.[5]

Mae David Bainbridge[6] yn awgrymu ein bod angen blynyddoedd yr arddegau fel y gallwn 'gyflunio a pherffeithio'r ymennydd gwasgarog, anferth y byddwn yn ei ddatblygu pan yn blant' ac mae'n nodi bod glasoed yn gyfnod o newid yn yr ymennydd yn hytrach na thwf (mewn maint). Mae rhai o'r newidiadau hyn yn helpu i egluro'r modd y byddwn yn ymddwyn fel arddegwyr.

Er enghraifft, mae'r 'cortecs cyndalcennol', y darn ym mlaen ein hymennydd sy'n rhoi cyfarwyddiadau i ardaloedd eraill yr ymennydd ac sy'n arwain sut fyddwn yn meddwl ac yn dysgu, wedi datblygu mwy mewn plant hŷn nac yn ystod plentyndod cynnar. Mae hyn yn golygu bod gan blant hŷn botensial mawr ar gyfer dysgu a chreadigedd. Ond, mae systemau eraill yn yr ymennydd sy'n gysylltiedig â rheoli emosiynau, mwynhad ac ysgogiad sy'n cael eu rheoli gan y cemegyn dopamin.

Bydd yr ymennydd yn rhyddhau dopamin pan fydd rhywbeth yn gwneud inni deimlo'n dda. Mae'n ymddangos bod lefelau dopamin ar eu huchaf yn ystod ein glasoed, a bod ardal gwobrwyo'r ymennydd (y rhan sy'n ein gyrru i ailadrodd ymddygiadau sy'n bleserus) yn arbennig o fywiog yn ystod y cyfnod hwn.[7] Y canlyniad yw, er bod plant hŷn yn abl o wneud penderfyniadau rhesymegol mae'n bosibl y caiff eu hymddygiad ei yrru'n aml gan ardal gwobrwyo'r ymennydd. Mae hwn yn ysgogi plant hŷn i geisio'r pleser ddaw yn sgîl bod gyda ffrindiau a phrofi cyffro ansicrwydd.

Mae Amanda Leigh Mascarelli,[8] newyddiadurwraig wyddonol, yn awgrymu nad camgymeriad mo hyn, a'i bod yn bosibl bod ymennydd pobl yn eu glasoed wedi esblygu i ymateb i'r 'gwobrwyon' hyn er mwyn i blant hŷn gael eu symbylu i archwilio'r byd y tu hwn i'r diogelwch a ddarperir gan eu rhieni.

Yn ogystal, gall glasoed fod yn gyfnod creadigol iawn o fywyd, ble bydd plant yn archwilio'u hunaniaeth mewn perthynas â phobl eraill o'u hamgylch ac yn dewis gyda phwy y maent am dreulio eu hamser.[9, 10] A thra bo hyn i gyd yn digwydd, bydd plant yn mynd trwy eu glaslencyndod, gan arwain at newidiadau dramatig yn eu cyrff ac atyniad rhywiol cynyddol at bobl eraill. Bydd hormonau gaiff eu rhyddhau yng nghyrff plant yn ystod glaslencyndod yn effeithio hefyd ar gloc eu corff, gan olygu eu bod yn dueddol o aros i fyny'n hwyrach ond eu bod yn dal angen noson dda o gwsg.

O ganlyniad, mae'n debyg ei bod yn rhesymol inni ddisgwyl y bydd plant hŷn eisiau bod gyda'u ffrindiau, fflyrtio gyda'i gilydd, bod yn fyrbwyll, mynegi eu hunaniaeth (ar ffurf gwahanol ffasiynau, tast cerddorol a diddordebau), bod yn emosiynol, cymryd rhan mewn ymddygiadau sy'n llawn risg a chysgu'n hwyr.

Ymddygiadau chwarae plant hŷn a'u buddiannau

Mae chwarae'n cynnwys nodweddion ymddygiadol sy'n ei osod ar wahân i ffurfiau ymddygiadol eraill mwy normadol. Bydd plant yn esgus fel rhan o'u chwarae ac yn creu sefyllfaoedd ble y gallant brofi ansicrwydd. Yn ogystal, mae'r ffyrdd y bydd plant yn chwarae'n amrywiol iawn, yn aml yn anrhagweladwy ac yn cynnwys ymatebion ac ymddygiadau hyblyg. Mewn chwarae mae'r ffocws ar y broses o chwarae'n hytrach na'r canlyniad terfynol – caiff chwarae ei ysgogi'n reddfol, bydd plant yn chwarae er mwyn y pleser a geir o chwarae.[11, 12]

Pan fydd ymddygiad chwarae plant hŷn yn cael rhywfaint o sylw, yn aml iawn rhoddir pwyslais ar eu diddordeb mewn chwaraeon cystadleuol, wedi eu trefnu, neu weithgareddau hamdden eraill. Fodd bynnag, fel y pwysleisia'r Athro Daearyddiaeth Ddynol Peter Kraftl,[13] un o nodweddion cyffredin gwaith ymchwil gyda phlant yw'r ffyrdd bob dydd, digon dinod, y byddant yn defnyddio eu hamgylcheddau. Gellid galw'r 'stwff arall' yma, y bydd plant hŷn yn ei wneud pan adewir iddynt wneud fel y mynnant, yn 'gymdeithasu gyda ffrindiau', 'tynnu coes' neu 'botsian'. Er na fyddan nhw'n ei alw'n chwarae bob amser, mae'n rhannu llawer o'r nodweddion y byddwn yn eu cysylltu'n gyffredinol â chwarae.

Er enghraifft, mae'r gêm ddigymell 'dwed wrth dy fam imi achub dy fywyd' (gaiff ei chwarae ymysg ffrindiau fel arfer) yn cynnwys esgus gwthio rhywun oddi ar wal (y pwynt yw nad yw'r person fyth yn cwympo mewn gwirionedd). Mae'n creu sefyllfa'n llawn ansicrwydd (ond heb ganlyniadau rhywun yn cwympo mewn gwirionedd) gan arwain at ymdeimlad o bleser ar gyfer yr un sy'n chwarae'r cast a'r 'dioddefwr' llawn rhyddhad. Mae chwarae a'r pleser sy'n gysylltiedig ag e, yn ganolog i sicrhau bod plant yn ffurfio cysylltiadau cryfion gyda phobl eraill a'r mannau ble maent yn chwarae.

Mae chwarae hefyd yn cynnig cyfleoedd i blant roi tro ar a phrofi gwahanol rolau a hunaniaethau ble mae'r canlyniadau 'bywyd go iawn' o wneud camgymeriadau'n cael eu lleihau, oherwydd bod y bobl sy'n rhan o'r broses yn gwybod mai dim ond chware yw hyn. Er enghraifft, efallai y bydd plant hŷn yn chwarae ymladd, efallai fel ffordd o weithio allan pwy sydd gryfaf neu fel ffordd o fflyrtio[14] ond y gallan nhw gadw wyneb os aiff pethau'n rhy bell neu os caiff eu hymdrechion i ddenu rhywun eu gwrthod oherwydd mai 'dim ond chwarae' oedd hyn.

Mae chwarae yn broses gathartig hefyd, sy'n galluogi plant i fynegi emosiynau cryfion o fewn cyd-destun cymharol ddiogel chwarae. Trwy hyn, mae chwarae'n cefnogi datblygiad deallusrwydd emosiynol a gallu plant i reoli eu hemosiynau, sy'n hanfodol ar gyfer cynnal iechyd meddwl da ac ymdeimlad o les. Bydd hyn yn arbennig o bwysig ar gyfer plant sy'n ymdopi gyda heriau glasoed a'r pwysau ychwanegol y gallai oedolion ei osod arnynt.

Ble bydd plant hŷn yn chwarae a pham

Mae'r Daearyddwr Cymdeithasol Peter Hopkins[15] yn awgrymu bod cartrefi, ysgolion, strydoedd preswyl, canol dinasoedd neu drefi a seiberofod i gyd yn amgylcheddau allweddol ym mywydau bob dydd plant hŷn a bod y gofodau hyn yn cael effaith sylweddol ar eu hymdeimlad o berthyn, eu lefelau o hunan-barch a'u lles cymdeithasol ac emosiynol.

Mae awydd plant hŷn am ryngweithio cymdeithasol, i fod gyda ffrindiau ac yn rhan o griw, yn ysgogiad cryf ar gyfer eu defnydd o fannau fel dinasoedd, trefi a chanolfannau siopa. I'r rheini sydd ddim digon hen eto neu sydd ddim yn gallu mentro ymhellach o gartref, mae strydoedd preswyl a mannau eraill fel siopau yn, a ger, eu cymdogaethau lleol hefyd yn darparu amgylcheddau pwysig ar gyfer ymgasglu gyda ffrindiau.

Mae Charlotte Clark a David Uzzell,[16] gan dynnu ar waith Mats Leiburg, yn awgrymu bod y mathau hyn o fannau'n gweithredu fel 'blaen llwyfan' ar gyfer plant hŷn ble y gallant ddangos eu hunain a rhoi tro ar ymddygiadau eraill.

Fodd bynnag, mae plant hŷn hefyd angen mynediad i fannau mwy cyfarwydd a diogel ble y gallant gilio ac adennill nerth o'r amgylcheddau llawn dwyster hyn – mannau fel y cartref neu barciau lleol ble y gallant fwynhau gwell ymdeimlad o ryddid a phreifatrwydd.

Mae ymchwil yn awgrymu hefyd bod plant hŷn yn gwerthfawrogi amgylcheddau am yr ystod o ymddygiadau (yn hytrach na'r ymddygiadau penodol) y maent yn eu cefnogi a bod y cyfleoedd cyfoethocaf i chwarae yn cael eu darparu mewn amgylcheddau sy'n cynnwys pobl eraill.[17] Mae hyn yn awgrymu y bydd plant hŷn yn chwilio am fannau ble y gallant gwrdd ag addasu'r amgylchedd i weddu i'w diddordebau a'u dyheadau eu hunain – rhywbeth y gellir ei ddarparu gan ddarpariaeth chwarae wedi ei staffio yn ogystal â chlybiau ieuenctid.

Mae ymgysylltu gyda seiberofod hefyd yn brofiad bob dydd i lawer o blant hŷn gyda'r cyfryngau cymdeithasol yn gweithredu fel nodwedd amgen i ffurfiau mwy traddodiadol o gyfathrebu, er enghraifft galwadau ffôn – gallai hyn fod yn arbennig o bwysig i blant sy'n byw yn bellach oddi wrth eu ffrindiau.[18] Felly, 'dyw hi'n ddim syndod bod mynediad i Wi-Fi wedi ei ddynodi fel ystyriaeth allweddol wrth ddylunio gofodau ar gyfer arddegwyr.[19]

Er, yn ddiddorol iawn, ar yr oedran yma, mae'r un plant y gellid eu hystyried yn fygythiad pan maent yn hongian o gwmpas ar strydoedd preswyl yn gallu cael eu hystyried yn agored i niwed o ganlyniad i'r risgiau a gyflwynir gan y rhyngrwyd.

Rhwystrau i chwarae a'r canlyniadau posibl

Mae'r glasoed yn gyfnod cyffrous ond heriol o fywyd pan mae plant yn chwilio am fwy o annibyniaeth oddi wrth oedolion ond eu bod hefyd yn dal i fod yn ddibynnol arnynt. Er enghraifft, o gofio nad oes hawl ganddyn nhw i yrru eto, mae symudedd plant hŷn yn dal i ddibynnu'n sylweddol ar y ffaith bod oedolion yn ei ystyried. Felly, bydd y modd y mae oedolion yn meddwl amdanynt yn cael effaith sylweddol ar allu plant hŷn i ganfod amser a lle ar gyfer chwarae gyda'u ffrindiau.

Yn Sylw Cyffredinol Rhif 17,[20] mae Pwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn yn mynegi pryderon ynghylch lleihad mewn goddefgarwch tuag at bresenoldeb plant mewn mannau cyhoeddus. Mae'n pwysleisio bod hyn yn broblem benodol ar gyfer plant hŷn sydd, o ganlyniad i sylw negyddol yn y cyfryngau yn bennaf, yn cael eu hystyried fel bygythiad ac, o ganlyniad, yn cael eu hannog i beidio â defnyddio gofodau cyhoeddus. Fodd bynnag, fel yr awgryma Peter Kraftl 'ein triniaeth o, a'n hagweddau tuag at bobl ifanc sydd … o bwys, yn y bôn, i'w hunan-barch'.[21]

Mae plant hŷn yn debyg o gilio o fannau cyhoeddus os ydynt yn teimlo eu bod dan fygythiad neu nad oes croeso iddynt, gan arwain at ymdeimlad o ddatgysylltiad oddi wrth gymdeithas.[22] Hefyd, fel Athro Seicoleg mae Peter Grey yn dadlau,[23] efallai bod dirywiad yn amser, lle a chaniatâd plant i chwarae'n gyfrifol am gynnydd dramatig mewn problemau iechyd meddwl ymysg pobl ifanc yn eu glasoed.

Darparu ar gyfer chwarae

Fel soniodd Claire Edwards wrth gloi ei thrafodaeth am y ddarpariaeth o ofod cyhoeddus ar gyfer plant hŷn yn y DU, mae angen dybryd am: 'fannau sy'n caniatáu i bobl ifanc ddatblygu a chyfrannu at eu diwylliant cyffredin eu hunain. Dylai gweld sefydliadau, y cyfryngau a'r cyhoedd yn mabwysiadu agwedd foesgar, sy'n eu meithrin, tuag at blant hŷn fod yn rheidrwydd, fel y mae'r angen i gynyddu graddfeydd cyfranogi yn nyluniad a datblygiad gofod'.[24]

Mae gwaith ymchwil a gynhaliwyd yng Nghymru i hysbysu asesiadau o ddigonolrwydd cyfleoedd chwarae awdurdodau lleol yn dynodi bod plant hŷn angen amser a lle ble y gallant gwrdd i gymdeithasu, bod yn nhw eu hunain a gwneud y pethau y bydd plant hŷn yn eu gwneud, heb ofn dial neu reolaeth ymwthiol oedolion. Felly, dylai sicrhau cyfleoedd digonol i chwarae ar gyfer pob plentyn gynnwys ymateb i ofynion y grŵp oedran hŷn yma ynghyd â rhai plant iau. Mae plant iau a rhieni wedi nodi y byddai gwell darpariaeth ar gyfer plant hŷn yn helpu i greu mwy o le ar gyfer rhai iau.[25]

Mae plant hŷn yn debyg o fod eisiau ac angen mynediad i fannau ble mae ganddynt rywfaint o breifatrwydd a ble y gallant osgoi cael eu goruchwylio'n uniongyrchol tra hefyd yn cael yr ymdeimlad o ddiogelwch ddaw yn sgîl bod yn agos i bobl eraill. Ond, nid yw hyn o reidrwydd yn golygu creu mannau ar wahân ar gyfer grwpiau oedran penodol. Os oes digon o lefydd i'w rhannu, mae plant yn aml yn abl o weithio allan pwy gaiff eu defnyddio a phryd.

Gallai hyn gynnwys plant hŷn yn cymryd gofod drosodd dros dro a phlant iau yn gorfod dod o hyd i rywle arall i chwarae ond efallai mai dyna drefn naturiol pethau – cyn belled â bod rhywle arall y gall plant iau fynd iddo, yna mae'n bosibl na fydd yn broblem.

Bydd problemau'n codi pan nad oes digon o leoedd neu pan nad oes gan blant hŷn unman i'w wneud yn le i'w hunain neu os bydd diffyg croeso iddyn nhw.

Felly, gall oedolion helpu trwy eiriol dros hawl plant hŷn i chwarae, gan atgoffa pobl bod arddegwyr dal yn blant a bod y ffyrdd y maent yn chwarae'n debyg o gael eu dylanwadu gan newidiadau datblygiadol sylweddol yn eu cyrff a'u hymennydd. Trwy ddatblygu gwell dealltwriaeth o'r hyn allai fod yn digwydd yn ymennydd y person ifanc yn ei lasoed, efallai y gallwn ennill gwell dealltwriaeth a bod yn fwy goddefgar o ymddygiad chwareus plant hŷn.

Mae angen hefyd am agwedd fwy cytbwys tuag at ymyrryd ym mywydau plant hŷn. Yn aml, defnyddir enghreifftiau o blant hŷn yn cymryd risg i gyfeirio at ymddygiadau y mae oedolion yn eu hystyried yn beryglus, ond bydd plant hŷn yn cymryd pob math o risg hefyd trwy gydol eu bywydau bob dydd sydd o fudd mawr iddyn nhw.

Er enghraifft, fe fyddan nhw'n mentro cael eu gwrthod wrth ofyn rhywun allan, maent yn mentro cael eu hanafu wrth sglefrfyrddio, maent yn mentro ennyn dicter eu rhieni pan fyddant yn aros allan yn rhy hir.

Mae cymryd risg yn ystod blynyddoedd glasoed yn anochel a, tra dylid amddiffyn plant rhag niwed corfforol neu emosiynol difrifol neu dymor hir, maent hefyd angen caniatâd a dealltwriaeth i roi tro ar bethau, cael pethau'n anghywir a gwneud camgymeriadau.

Yn olaf, bydd y ffyrdd y mae plant hŷn yn chwarae'n dibynnu hefyd ar sut y maent yn profi a sut y maent yn teimlo am y mannau ble maent yn treulio eu hamser a'r bobl y byddant yn dod ar eu traws yn y mannau hynny. Pan ddaw'n fater o ymddygiad chwareus plant hŷn, dylai oedolion osgoi neidio i gasgliad yn seiliedig ar stereoteipiau a thybiaethau negyddol am yr hyn sy'n ddatblygiadol briodol a cheisio rhoi cymaint o ystyriaeth i hyn ac a roddir i chwarae plant iau.

Cyfeiriadau

[1] Lester, S. a Russell, W. (2008) *Play For a Change: Play Policy and Practice. A review of contemporary perspectives*. Llundain: Play England.

[2] Meire, J. (2007) Qualitative Research on children's play: a review of recent literature. Yn: Jambout, T. a Van Gils, J. (Gol) *Several Perspectives on Children's Play: Scientific Reflections for Practitioners*. Antwerp: Garant.

[3] Hughes, B. (2013) *Evolutionary Playwork*. Oxon: Routledge.

[4] Brown, F. (2013) *Amddifadedd chwarae: ei effaith, y canlyniadau a photensial gwaith chwarae*. Caerdydd: Chwarae Cymru.

[5] Lester, S. a Russell, W. (2010) *Children's Right to Play: An Examination of the Importance of Play in the Lives of Children Worldwide*. Working Papers in Early Childhood Development. Yr Hag: Bernard van Leer Foundation (NJ1).

[6] Bainbridge, D. (2009) *Teenagers a natural history*. Llundain: Portobello Books. Tud 84.

[7] Mascarelli, A. L. (2017) *The teenage brain*. (ar-lein) Ar gael ar: www.sciencenewsforstudents.org

[8] *Ibid*.

[9] Erikson, E. H. (1993) *Childhood and Society*. W. W. Norton & Company.

[10] Elkind, D. (2007) *The Power of Play*. Caergrawnt: Da Capo Lifelong Books.

[11] Gordon, G. a Esbjorn-Hargens, S. (2007) Are we having fun yet? An exploration of the transformative power of play. *Journal of Humanistic Psychology* 47: 198-122.

[12] *Children's Right to Play: An Examination of the Importance of Play in the Lives of Children Worldwide*.

[13] Kraftl, P. (2008) Young people, Hope and Childhood-Hope. *Space and Culture* 11: 81-92.

[14] Pellegrini, A. D., Blatchford, P. a Baines, E. (2015) *The child at school: Interactions with peers and teachers*. East Sussex: Routledge.

[15] Hopkins, P. (2011) Young people's spaces. Yn: Foley, P. and Leverett, S. (Gol) *Children and Young People's Spaces* (2011). Y Brifysgol Agored.

[16] Clark, C. a Uzzell, D. (2006) The socioenvironmental affordances of adolescents' environments. Yn: Spencer, C. a Blades, M. (Gol) *Children and their Environments* (2009). Caergrawnt: Gwasg Prifysgol Caergrawnt

[17] *Ibid*.

[18] Young people's space. Yn: *Children and Young People's Spaces*.

[19] Edwards, C. (2017) *Co-creating a temporary space to support the rights of young people*. Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam.

[20] Pwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (2013) S*ylw Cyffredinol Rhif 17 ar hawl y plentyn i orffwys, hamdden, chwarae, gweithgareddau hamdden, bywyd diwylliannol a'r celfyddydau (erthygl. 31)*. Genefa: Pwyllgor ar Hawliau'r Plentyn.

[21] Young people, Hope and Childhood-Hope. *Space and Culture* 11: 90

[22] Young people's spaces. Yn: C*hildren and Young People's Spaces*.

[23] Grey, P. (2011) The decline of play and the rise of psychopathology in children and adolescents. *American Journal of Play* 3: 443-463.

[24] Edwards, C. (2015) *A Critical Discussion of the Provision of Public Space for Young People in the UK*. Prifysgol Leeds Beckett. Tud 134.

[25] Barclay, M. a Tawil, B. (2013) *Wrexham Play Sufficiency Assessment 2013*. Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam.

Awdur: Mike Barclay

Mae Mike yn gyd-gyfarwyddwr Ludicology sy'n darparu cyngor, ymchwil a hyfforddiant i bawb sydd ynghlwm â chwarae plant. Cyn hyn Mike oedd arweinydd digonolrwydd chwarae Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam ble roedd yn rheoli'r Tîm Cefnogi Chwarae ac Ieuenctid. Mae hefyd yn weithiwr chwarae cymwysedig, yn beiriannydd dylunio ac yn hyfforddwr oedolion ac mae ei gefndir ym maes gofal plant y tu allan i'r ysgol a darpariaeth chwarae mynediad agored.

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.

Elusen cofrestredig, rhif 1068926
© Chwarae Cymru
Chwefror 2019