Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Older People's Commissioner for Wales

Portread o Bobl Hŷn yn y Cyfryngau Newyddion

Llais ac eiriolwr annibynnol
ar gyfer pobl hŷn

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru'n gwarchod ac yn hybu hawliau pobl hŷn ledled Cymru, gan graffu a dylanwadu ar amrywiaeth eang o bolisïau ac arferion i wella eu bywydau. Mae'n darparu help a chefnogaeth yn uniongyrchol i bobl hŷn drwy ei thîm gwaith achosion ac mae'n gweithio i rymuso pobl hŷn i sicrhau bod eu llais yn cael ei glywed ac y gweithredir yn ei gylch.

Mae rôl y Comisiynydd yn seiliedig ar gyfres o bwerau cyfreithiol unigryw i'w chefnogi gydag adolygu gwaith cyrff cyhoeddus a'u dal yn atebol pan fo angen.

Mae'r Comisiynydd yn gweithredu i roi terfyn ar wahaniaethu a rhagfarn ar sail oedran, i atal cam-drin pobl hŷn ac i alluogi i bawb heneiddio'n dda.

Sut i gysylltu â'r Comisiynydd:

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Adeiladau Cambrian
Sgwâr Mount Stuart
Caerdydd
CF10 5FL

Ffôn: 03442 640670
E-bost: gofyn@olderpeoplewales.com
Gwefan: www.olderpeoplewales.com
Trydar: @comisiwnphcymru

Fformatau Hygyrch

Os hoffech dderbyn y cyhoeddiad hwn mewn fformat arall ac/neu iaith arall, cysylltwch â ni. Mae pob un o'n cyhoeddiadau hefyd ar gael i'w lawrlwytho a'u harchebu mewn nifer o fformatau gwahanol oddi ar ein gwefan. .

Cynnwys

Cyflwyniad 04

Effaith y pandemig Covid-19 04

Crynodeb o'r canfyddiadau 07

Cefndir 08

- Rhagfarn a Gwahaniaethu ar sail oedran 08
- Canfyddiadau o bobl hŷn a hunaniaeth oedran 08
- Rôl y cyfryngau 09

Canfyddiadau 10

- Sut y cyfeirir at bobl hŷn mewn storïau yn y newyddion? 10
- Cywair ac agwedd 11
- Sut iaith a ddefnyddir i bortreadu pobl hŷn? 11
- Pynciau a themâu cyffredin 12
- Naratif a chynrychiolaeth 13

Casgliad 16

Argymhellion a'r camau nesaf 17

Atodiad: Methodoleg 18

Cyflwyniad

Mae gan y cyfryngau rôl bwysig drwy godi ymwybyddiaeth o ystod eang o faterion - gan gynnwys y materion sy'n wynebu pobl hŷn - a dylanwadu ar farn ac agweddau'r cyhoedd, fel agweddau tuag at bobl hŷn.

Mae pobl hŷn yn aml yn rhannu pryderon â'r Comisiynydd ynglŷn â'r ffordd maent yn cael eu cynrychioli yn y cyfryngau, a sut mae storïau ac erthyglau'n aml yn mynegi safbwynt negyddol ynglŷn â heneiddio, sy'n gallu atgyfnerthu tybiaethau a stereoteipiau sy'n arwain at ragfarn a gwahaniaethu ar sail oedran. Mae llawer o bobl hŷn wedi dweud wrth y Comisiynydd bod y ffordd mae rhagfarn ar sail oedran yn aml yn cael ei gyfleu yn aml yn wahanol iawn i'w profiadau hwy, neu brofiadau eu cyfoedion, ac nad yw'r cyfryngau'n adlewyrchu amrywiaeth pobl hŷn yng Nghymru heddiw.

Fel rhan o'i blaenoriaeth i roi diwedd ar ragfarn a gwahaniaethu ar sail oedran, roedd y Comisiynydd yn awyddus i edrych yn fwy manwl ar y pryderon hyn, ac yn benodol ar iaith, cynnwys a chywair erthyglau a sut y gall y rhain ddylanwadu ar agweddau tuag at bobl hŷn.

Cynhaliwyd yr ymchwil sy'n sail i'r adroddiad hwn gan Brifysgol Caerlŷr[1] ar ran y Comisiynydd, a fu'n edrych ar 200 o storïau newyddion a ddeilliodd o 13 o gyfryngau a chyhoeddiadau newyddion Cymreig a Phrydeinig rhwng Awst 2017 a mis Hydref 2019.

Buont yn dadansoddi sut y mae'r cyfryngau newyddion yn ysgrifennu ac yn darlledu storïau am bobl hŷn, gan edrych ar gywair ac agwedd, y math o iaith a ddefnyddid, themâu cyffredin, ac a oedd yr erthyglau'n cyfleu pobl hŷn mewn ffordd bositif, negyddol neu niwtral.

Cyflwynir y prif ganfyddiadau a'r dadansoddiad isod, ynghyd â nifer o argymhellion ar gyfer gweithredu a manylion am y camau nesaf y bydd y Comisiynydd a'i thîm yn eu cymryd i sicrhau bod y materion a ddaeth i'r amlwg yn cael sylw.

Effaith y Pandemig Covid-19

Bwriadwyd i'r adroddiad gael ei gyhoeddi ym mis Mawrth 2020, ond bu'n rhaid gohirio hynny oherwydd y pandemig a'r cyfyngiadau symud, ac roedd hynny'n golygu bod pwyslais gwaith Comisiynydd wedi newid yn sylweddol. Fodd bynnag, mae'r ffordd mae materion yn ymwneud â phobl hŷn wedi cael eu hadrodd a'u trafod yn y cyfryngau yn ystod y 12 mis diwethaf wedi rhoi gwedd ychwanegol ar y materion a amlygwyd gan yr ymchwil.

Drwy gydol y pandemig, mae'r cyfryngu wedi chwarae rôl holl bwysig drwy dynnu sylw at effaith y pandemig ar bobl hŷn, cwestiynu gweithredoedd a phenderfyniadau llywodraethau a chyrff cyhoeddus a'u dwyn i gyfrif. Yn ystod y cyfnod hwn, mae'r cyfryngau hefyd wedi tynnu sylw at faterion allweddol, fel hawliau pobl hŷn, ochr yn ochr â gwybodaeth hanfodol am iechyd y cyhoedd a manylion am ganllawiau a rheoliadau'r llywodraeth.

Ochr yn ochr â hyn, gwelwyd enghreifftiau hefyd o iaith ac agweddau rhagfarnllyd a oedd yn portreadu pobl hŷn mewn ffordd negyddol.

1 Comisiynwyd Prifysgol Caerlŷr i ymgymryd â'r ymchwil yn dilyn proses dendro agored.

Older people feeling pressured into signing Do Not Resuscitate forms

WalesOnline, Ebrill 2020

Older Covid patients 'were DENIED intensive care during height of crisis'

Daily Mail (Mail online), Hydref 2020

Coronavirus Q&A: How to help older people

The Telegraph, Mawrth 2020

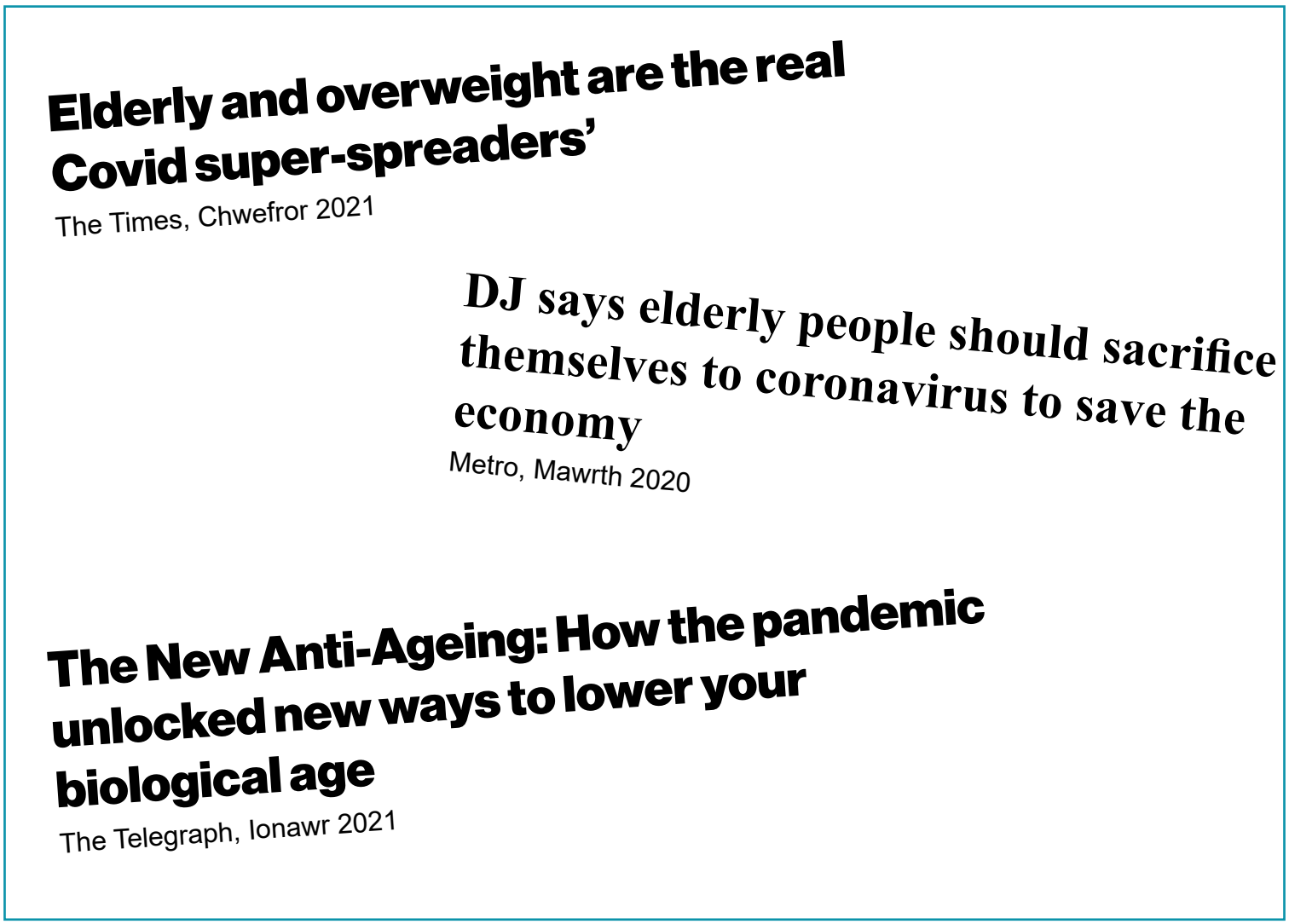
Over-65s were the only age group to become MORE active during coronavirus pandemic, says study

Daily Mail (Mail online), Hydref 2020

A consultant's beautiful letter to older people worried about getting coronavirus

Western Mail, Mawrth 2020

Mae enghreifftiau fel y rhain yn adlewyrchu naratif cyfarwydd am ‘faich’ pobl hŷn a’r ‘heriau’ sy’n codi yn sgil cymdeithas sy’n heneiddio, ac yn cadarnhau’r angen i weithredu, fel y gwelir isod.



Crynodeb o'r canfyddiadau

- **Roedd mymryn dros ddau draean (67%) o'r erthyglau a'r storïau newyddion a adolygwyd yn portreadu pobl hŷn mewn ffordd negyddol, gan greu darlun o bobl hŷn fel pobl sâl ac angen gofal, neu sy'n ddioddefwyr neu'n faich. Mae'r storïau hyn yn atgyfnerthu stereoteipiau o bobl hŷn fel dibynyddion. Roedd hyd yn oed storïau positif yn aml yn cynnwys cyfeiriad at agweddau negyddol, a oedd fel arfer yn cael eu defnyddio i gyflwyno thema bositif ond a oedd er hynny'n atgyfnerthu stereoteipiau negyddol.**

- **Mae'r ymchwil yn awgrymu bod portreadu pobl hŷn mewn ffordd negyddol wedi ymwreiddio yn y modd mae'r cyfryngau newyddion yn siarad am ac yn cyfeirio at bobl hŷn a heneiddio, hyd yn oed pan fyddant yn ymdrechu i fod yn bositif. Mae tystiolaeth hefyd o ddibyniaeth ar stereoteipiau/stereoteipio.**

- **Roedd unrhyw gynrychiolaeth gan bobl hŷn eu hunain yn brin, gydag absenoldeb lleisiau pobl hŷn yn amlwg. Hyd yn oed pan oedd pobl hŷn yn cael eu cynnwys yn aml iawn y newyddiadurwr ei hun oedd y person hŷn a oedd yn rhannu eu barn. Mae hyn yn cadarnhau'r ddelwedd o bobl hŷn fel rhai sy'n ddibynnol ac yn analluog i gynrychioli eu hunain.**

- **Roedd sawl thema gyffredin yn codi'n aml mewn storïau newyddion am bobl hŷn. Roedd y themâu mwyaf cyffredin yn cynnwys iechyd a gofal cymdeithasol, yr economi a chyllid a chymdeithas a materion cymdeithasol. Roedd themâu eraill yn cynnwys troseddau (dioddefwyr), ffordd o fyw (atal heneiddio/sut i heneiddio'n dda), gwleidyddiaeth (cost cynnal cymdeithas sy'n heneiddio), gwaith a galwedigaethau a thechnoleg.**

- **Canfu'r ymchwil dystiolaeth fod rhai dros 65 oed yn aml yn cael eu trin fel grŵp homogenaidd, er enghraifft 'yr henoed', 'pensiynwyr', rhai 'dros 65'**

- **Roedd cydberthynas amlwg rhwng y math o iaith a ddefnyddid a chywair yr erthyglau. Er enghraifft, roedd 85% o'r erthyglau a oedd yn rhoi pwyslais ar yr 'henoed' yn dangos cywair negyddol ac roedd 79% o'r erthyglau a oedd yn cyfeirio at 'bensiynwyr' yn dangos cywir negyddol.**

- **Roedd erthyglau newyddion yn aml yn cyfeirio at bobl hŷn fel rhai sy'n agored i niwed (bron i hanner yr holl erthyglau), neu fel bod yn eiddil neu'n faich (bron i chwarter yr holl erthyglau). Roedd dros dri chwarter o'r holl storïau negyddol yn portreadu pobl hŷn fel pobl wael neu angen gofal, fel dioddefwyr, baich, neu'n ddibynnol yn ariannol.**

- **Roedd peth tystiolaeth o storïau newyddion positif ynglŷn â heneiddio ac roedd rhai o'r storïau hynny'n ymdrechu i fod yn gefnogol tuag at bobl hŷn gyda phenawdau fel 'The 25p per week bonus for turning 80 oed? What an insult!' Fodd bynnag, roedd hyd yn oed storïau y gellid eu hystyried fel rhai ag agwedd bositif tuag at heneiddio'n sôn am bethau fel sut i oedi 'heneiddio' ac arafu'r 'broses o heneiddio'.**

Cefndir

Rhagfarn a gwahaniaethu ar sail oedran

Mae rhagfarn ar sail oedran yn rhagfarn neu wahaniaethu sy'n seiliedig ar oedran unigolyn ac mae'n amlwg iawn mewn cymdeithas. Mae rhagfarn ar sail oedran yn sail i lawer o'r anawsterau mae pobl hŷn yn gorfod eu hwynebu'r dyddiau hyn ac mae'n arwain at stereoteipiau negyddol, at drin pobl hŷn yn annheg, a gall olygu nad yw eu hawliau'n cael eu parchu a'u cynnal. Gall rhagfarn ar sail oedran hefyd ddylanwadu'n negyddol ar benderfyniadau a wneir gan gymdeithas sy'n golygu y gall y gwasanaethau, y cyfleusterau a'r cyfleoedd sydd eu hangen ar bobl i'w helpu i heneiddio'n dda fod yn annigonol a'u bod yn gallu gwahaniaethu yn erbyn pobl hŷn.

> **An ageing population is posing problems that will only get worse with time**
>
> The Times, Awst 2018

Mae corff cynyddol o ymchwil yn dangos bod rhagfarn ar sail oedran yn cael ystod eang o effeithiau negyddol ar bobl hŷn, sy'n effeithio ar eu hiechyd corfforol a meddyliol, gweithrediad y cof, adferiad ar ôl salwch a hyd yn oed ar ddisgwyliad oes.

Mae mynd i'r afael â rhagfarn a gwahaniaethu ar sail oedran felly'n hanfodol i wella iechyd a llesiant pobl hŷn ac i sicrhau bod gan bobl hŷn gydraddoldeb, eu bod yn cael eu trin ag urddas a pharch, a bod y cyfraniad mae pobl hŷn yn ei wneud at gymdeithas yn cael ei barchu a'i ddathlu.

Mae'n hanfodol hefyd ein bod yn herio rhagfarn ar sail oedran os ydym am wneud gwelliannau cynaliadwy i agweddau eraill ar fywydau pobl hŷn.

Mae ein hymchwil wedi canfod bod rhagfarn ar sail oedran yn arbennig o amlwg yn y ffordd mae'r cyfryngau'n cyfleu ac yn portreadu pobl hŷn i'w darllenwyr a'u cynulleidfa, gan fabwysiadu agwedd ac iaith negyddol a phesimistaidd yn aml wrth gyfeirio at bobl hyn. Rhaid gweithredu i newid y naratif hwn a sicrhau nad yw'r paramedrau ar gyfer adrodd ar bobl hyn yn rhagfarnu ar sail oedran nac yn defnyddio iaith na phortreadau gwahaniaethol.

Canfyddiadau o bobl hŷn a hunaniaeth oedran

Gall agweddau sy'n rhagfarnu ar sail oedran ddeillio o'n canfyddiadau o bobl hŷn. Roedd rhan o'r ymchwil yn cynnwys adolygiad llenyddiaeth i edrych ar ganfyddiadau o bobl hŷn a heneiddio. Er bod symudiad wedi bod yn ystod y blynyddoedd diwethaf at agweddau mwy positif tuag at bobl hŷn a heneiddio, mae canfyddiadau o bobl hŷn wedi parhau'n negyddol ar y cyfan.

> **Could drugs delay the disease of ageing?**
>
> BBC News, Rhagfyr 2017

Er bod yr adolygiad llenyddiaeth wedi canfod rhai enghreifftiau o ganfyddiadau positif o heneiddio – sy'n ymwneud â phethau fel doethineb a phrofiad – roedd canfyddiadau negyddol o bobl hŷn, sy'n golygu bod pobl hŷn yn aml yn cael eu gweld fel bod yn unig, heb alluoedd meddyliol ac yn llai deniadol[2] yn llawer mwy cyffredin. Mae stereoteipiau negyddol eraill yn portreadu pobl hŷn fel eiddil, ceidwadol a phesimistaidd.

Mae ymchwil ehangach hefyd wedi dangos sut y mae hunan-ganfyddiad positif ymhlith pobl hŷn wedi arwain at well iechyd meddyliol a chorfforol[3], sy'n dangos y rôl bwysig sydd gan ganfyddiadau, a hefyd pwysigrwydd cael naratif positif o heneiddio a phobl hŷn, gyda chanfyddiadau a sylwadau positif yn arwain at fuddiannau ehangach.

Gall canfyddiadau ynglŷn â heneiddio ddylanwadu ar ein hunaniaeth oedran ein hunain a sut mae pobl hŷn yn teimlo ynglŷn â'u proses heneiddio eu hunain. Gall sut mae pobl hŷn yn cael eu portreadu yn y cyfryngau effeithio ar sut mae pobl yn teimlo amdanynt eu hunain, gydag erthyglau am driniaethau i atal heneiddio, cadw'n ifanc ac edrych yn ifanc i gyd yn effeithio ar ein canfyddiad o heneiddio a pham ei fod yn rhywbeth i'w wrthsefyll yn hytrach na'i dderbyn.

Rôl y cyfryngau

Datgelodd adroddiad a gyhoeddwyd ym Mehefin 2018 gan y Royal Society for Public Health (mewn partneriaeth â Sefydliad Calouste Gulbenkian)[4] raddfa'r agweddau sy'n rhagfarnu ar sail oedran ledled y DU, a sut maent yn niweidio iechyd a llesiant pawb mewn cymdeithas wrth inni heneiddio. Canfu'r ymchwil, a oedd yn cynnwys dadansoddiad o sut mae agweddau'r cyhoedd tuag at heneiddio yn cael eu ffurfio a'u hatgyfnerthu, fod y cyfryngau print a darlledu'n helpu i hybu'r drafodaeth genedlaethol a bod ganddynt felly rôl bwysig o ran pennu a newid agweddau tuag at heneiddio.

Roedd yr ymchwil yn canolbwyntio ar newyddion ym mhapurau newydd y DU (mewn print ac ar wefannau/appiau). Dangosodd ymchwil i'r modd y mae pobl yn y DU yn cael eu newyddion a gynhaliwyd gan Ofcom fod 47% o oedolion yn defnyddio papurau newydd print a gwefannau/appiau papur newydd i gael storïau newyddion, sy'n codi i 63% ymhlith rhai 65 oed a hŷn. Mae hyn yn dangos er nad papurau newydd ac erthyglau ar-lein yw'r ffynhonnell fwyaf poblogaidd ar gyfer newyddion, mae eu cyrhaeddiad yn dal yn sylweddol. Mae'r tabl isod yn dangos sut y mae'r gwahanol blatfformau newyddion yn cael eu defnyddio gan wahanol grwpiau yn y DU.

	Cyf.	Gwryw	Benyw	16-24	65+	ABC1	C2DE	Grwpiau BAME	Gwyn
Teledu	75%	74%	76%	49%	92%	75%	75%	65%	77%
Rhyngrwyd (unrhyw ddyfais	65%	64%	65%	79%	44%	68%	60%	74%	63%
Radio	42%	42%	43%	24%	48%	45%	40%	31%	45%
Papurau newydd (print yn unig)	35%	37%	32%	32%	56%	37%	32%	34%	35%
Papurau newydd (print a gwefannau/ appiau)	47%	49%	46%	46%	63%	52%	42%	50%	47%

(Data a godwyd o News Consumption Survey Ofcom 2020)

2 Hurd, 1999; Kite a Wagner, 2002; North a Fiske, 2012
3 Levy et al., 2002: Biggs, 2005.
4 That Age Old Question: How Attitudes to Ageing Affect Our Health and Wellbeing, The Royal Society for Public Health a Changen y DU Sefydliad Calouste Gulbenkian, Mehefin 2018

Canfyddiadau

I ddeall sut mae pobl hŷn yn cael eu portreadu yn y cyfryngau, cafodd cynnwys 200 o erthyglau eu dadansoddi i ganfod themâu neu is-themâu cyffredin. Ochr yn ochr â hyn, defnyddiwyd Critical Discourse Analysis (CDA) i hwyluso dadansoddiad a dealltwriaeth fwy trylwyr o'r naratif a grëir neu a atgyfnerthir gan storïau newyddion drwy'r defnydd o iaith. Mae Discourse Analysis yn ein helpu i ddeall yn well sut mae ystyron yn gysylltiedig â phobl hŷn yn cael eu llunio a'u hadlewyrchu yn y cyfryngau newyddion a gall hefyd amlygu anghydraddoldebau mewn cymdeithas sy'n arwain at ymddygiad gwahaniaethol tuag at bobl hŷn.[5] Ceir crynodeb o'r fethodoleg ar dudalen 18 sy'n cynnwys rhagor o wybodaeth am sut y cynhaliwyd y gwaith ymchwil.

Mae'r prif ganfyddiadau o'r Dadansoddiad Cynnwys a'r Critical Discourse Analysis i'w gweld yn yr adrannau isod:

- **Sut y cyfeirir at bobl hŷn mewn storïau newyddion?**
- **Cywair ac agwedd storïau newyddion am bobl hŷn**
- **Yr iaith a ddefnyddir i bortreadu pobl hŷn**
- **Y pynciau a'r themâu cyffredin**
- **Naratif a chynrychiolaeth pobl hŷn**

Sut y cyfeirir at bobl hŷn mewn storïau newyddion?

Roedd cam cyntaf yr ymchwil yn ystyried sut y cyfeirir at bobl hŷn mewn storïau newyddion. Roedd hyn yn rhoi cyd-destun i'r modd roedd storïau wedyn yn cael eu mynegi. Canfu'r ymchwil y cyfeiriwyd at bobl hŷn amlaf fel 'henoed' ac yna 'hen bobl / pobl hŷn' a 'phensiynwyr' ac yna 'pobl wedi ymddeol'. Roedd ffyrdd eraill o ddisgrifio pobl hŷn yn cynnwys termau fel 'silver strivers', ond roedd tipyn yn llai o ddefnydd o'r rhain ac, yn y rhan fwyaf o achosion, roeddent yn cael eu defnyddio ochr yn ochr ag un o'r termau a nodwyd uchod.

Mae storïau ac erthyglau newyddion sy'n cyfeirio at 'yr henoed' a 'phensiynwyr' yn dueddol o olygu bod cywair ac agwedd yr erthygl yn negyddol. Canfu'r ymchwil fod gan 85% o'r erthyglau a oedd yn rhoi pwyslais ar 'yr henoed' a 79% o erthyglau a oedd yn cyfeirio at 'bensiynwyr' gywair negyddol. Fodd bynnag, mae erthyglau sy'n defnyddio 'hen bobl / pobl hŷn' ac 'wedi ymddeol' yn fwy tebygol o fod wedi'u mynegi mewn ffordd bositif, gyda 60% o erthyglau a oedd yn cyfeirio at 'hen bobl / pobl hŷn' wedi'u mynegi'n bositif, ac roedd mymryn dros 80% a oedd yn cyfeirio at bobl 'wedi ymddeol' yn dangos cywair positif ar y cyfan. Mae'r enghreifftiau hyn yn dangos pwysigrwydd y geiriau a ddefnyddir i ddisgrifio pobl hŷn a'r angen i sicrhau y cyfeirir at bobl hŷn mewn iaith briodol a chyfrifol.

> **One in five pensioners pop 7 pills every day**
>
> Daily Mail, Awst 2017

Canfu'r ymchwil hefyd fod 4% o erthyglau'n defnyddio'r term 'OAP'. Mae canllawiau Undeb Cenedlaethol y Newyddiadurwyr (NUJ) ar adrodd ar oedran[6] yn awgrymu na ddylid defnyddio'r

5 Van Dijk, 1998

6 National Union of Journalists Guidelines on Reporting Age https://www.nuj.org.uk/documents/nuj-guidelines-on-reporting-age/

term hwn, hyd yn oed os yw stori wedi'i llunio'n bositif, er mwyn peidio atgyfnerthu canfyddiadau o grwpiau o bobl hŷn wedi'u stereoteipio. Er bod nifer yr erthyglau a oedd yn defnyddio'r term 'OAP' yn isel, mae'n siomedig iawn bod y term hwn yn dal i gael ei ddefnyddio ac mae'n dangos pwysigrwydd yr ymchwil i dynnu sylw at agweddau sy'n rhagfarnu ar sail oedran.

Cywair ac Agwedd

Mae cywair ac agwedd storïau newyddion yn hanfodol i roi bywyd iddynt, ac mae mynegi cywair positif, negyddol neu niwtral i'r darllenydd yn eu helpu i ffurfio barn ar yr unigolion neu'r materion sy'n cael eu cynnwys mewn stori.

Canfu'r ymchwil fod cywair tua dau draean o'r erthyglau a adolygwyd yn negyddol ar y cyfan. Dim ond 30% oedd yn bositif a dim ond lleiafrif bychan iawn oedd â chywair niwtral.

> **Ancient Britons: Britain's population is getting bigger... And older**
>
> **Daily Mirror, Tachwedd 2018**

O'r storïau gyda chywair neu agwedd bositif, roedd 96% yn cydnabod ac yn cynnwys cyfeiriad penodol at fynegiant negyddol cyffredin. Mae enghreifftiau o hyn yn cynnwys cydnabod y stereoteipiau o bobl hŷn fel bod yn agored i niwed cyn rhoi sylw i fynd i'r afael â'r stereoteipiau hynny gyda nodweddion positif. Ar y llaw arall, anaml y gwelid erthyglau â chywair negyddol a oedd yn trafod unrhyw nodweddion positif o heneiddio fel rhan o fynegiant y stori; gwelwyd hyn mewn 5% yn unig o achosion.

Dangosodd yr ymchwil hefyd ei bod yn fwy cyffredin i weld storïau newyddion wedi'u fframio'n negyddol yn ystod misoedd y gaeaf na gweddill y flwyddyn. Mae peth tystiolaeth i awgrymu y gallai hyn fod yn gysylltiedig â'r syniad bod pobl hŷn yn cael eu gweld yn fwy agored i niwed ac anghenus yn ystod y gaeaf ac felly roedd storïau newyddion yn dueddol o ganolbwyntio ar hyn a chadarnhau stereoteipiau o bobl hŷn fel bod yn agored i niwed. Roedd rhai o'r enghreifftiau'n canolbwyntio ar y pwysau ar wasanaethau iechyd yn ystod y gaeaf.

> **'Ageing Britain: two-fifths of NHS budget is spent on over 65s'**
>
> **The Guardian, Chwefror 2016**

Yn gyffredinol, mae'r ymchwil yn dangos, beth bynnag fo'r amser o'r flwyddyn, y cywair neu'r agwedd gyffredinol, a sut roedd storïau wedi'u mynegi ac y rhoddwyd bywyd iddynt, roeddent yn portreadu pobl hŷn mewn ffordd negyddol.

Yr iaith a ddefnyddir i bortreadu pobl hŷn?

Gall yr iaith a ddefnyddir mewn erthyglau newyddion atgyfnerthu'r cywair ac agwedd negyddol gyffredinol a fynegir mewn storïau. Mae erthyglau'n aml yn cyfeirio at bobl hŷn drwy ddefnyddio termau negyddol fel 'agored i niwed' (bron i hanner yr erthyglau) ac fel 'baich' (bron i chwarter yr erthyglau). Roedd dros dri chwarter yr holl storïau negyddol yn portreadu pobl hŷn fel bod yn wael ac angen gofal, fel dioddefwyr, baich, neu'n ddibynnol yn ariannol. Mae'r tabl isod yn rhoi dadansoddiad mwy manwl.

Portread	% o erthyglau	Mathau o iaith a ddefnyddid
Gwael a/neu angen gofal	23%	Negyddol
Perthyn i'r oes aur	19%	Positif
Dioddefwyr	18%	Negyddol
Baich	11%	Negyddol
Ceisio ymdopi	10%	Negyddol
Haeddu parch	9%	Negyddol / Positif
Dibynnol yn ariannol	6%	Negyddol
Arall	4%	

(Mae'r canrannau wedi'u talgrynnu)

Llwyddodd yr ymchwil i ganfod rhai enghreifftiau a oedd yn defnyddio iaith fwy positif. O'r erthyglau positif, roedd dros eu hanner yn portreadu person hŷn fel 'golden-ager', gan gyfleu darlun o bobl hŷn sy'n mwynhau ac yn byw bywyd llawn yn eu henaint. Fodd bynnag, roedd stereoteipio yn aml yn dal yn bresennol yn yr erthyglau hyn.

> **Be super over 70...**
>
> **Daily Mirror, Hydref 2017**

Roedd rhai o'r storïau newyddion yn cynnwys nodweddion a mynegiant a oedd yn bositif ac yn negyddol, gan ddefnyddio termau fel 'coper' ac 'yn haeddu parch'. Unwaith eto, roedd stereoteipio a chywair negyddol cyffredinol yn yr erthyglau a oedd yn cynnwys iaith bositif a negyddol.

> **Our old folk are an asset not a burden**
>
> **The Sun, Ebrill 2019**

Yn gyffredinol roedd y dadansoddiad yn dangos bod iaith negyddol yn fwy cyffredin nag iaith bositif, sy'n gydnaws â'r defnydd o gywair ac agwedd negyddol.

Pynciau a themâu cyffredin

Ym mhob erthygl a adolygwyd fel rhan o'r ymchwil nodwyd thema graidd fel y prif bwnc cyffredinol ac o fewn hon is-themâu allweddol sy'n rhoi cyd-destun i'r gwahanol safbwyntiau a thrafodaethau sy'n digwydd o fewn pob thema. Mae'r tabl isod yn rhoi trosolwg o'r 3 thema fwyaf cyffredin a'r prif is-themâu. Gwelwyd mai'r themâu craidd mwyaf cyffredin a oedd yn gysylltiedig â'i gilydd oedd 'Iechyd a Gofal' (35%), 'Economi a Chyllid' (25%) a 'Chymdeithas a Materion Cymdeithasol' (16%).

Drwy ystyried y geiriau a ddefnyddid amlaf wrth gyfeirio at bobl hŷn (henoed, pensiynwr, hen berson (hŷn), ymddeol/wedi ymddeol) roedd modd gweld rhai patrymau diddorol.

Er enghraifft, roedd bron i dri chwarter yr erthyglau yn y themâu iechyd a gofal yn cyfeirio'n bennaf ar yr 'henoed', roedd erthyglau am yr economi a chyllid yn cyfeirio at bobl hŷn fel 'pensiynwyr' ac roedd erthyglau ar waith a galwedigaeth yn cyfeirio at bobl hŷn amlaf fel 'pobl

wedi ymddeol'.

Roedd erthyglau a oedd yn cyfeirio at 'bobl hŷn' yn ymddangos yn llai aml mewn unrhyw un thema ac roeddent fwyaf tebygol o ymddangos mewn storïau am waith a galwedigaeth na rhai am gymdeithas neu faterion cymdeithasol.

Yn yr un modd ag yr oedd y geiriau a ddefnyddid amlaf i ddisgrifio pobl hŷn yn dangos tueddiadau i newyddiadurwyr ddefnyddio iaith benodol i lunio storïau wedi'i mynegi'n fwy positif neu negyddol, roedd y themâu hefyd yn ddangosyddion cywair stori. Mae portread a'r disgrifiad o bobl hŷn mewn storïau sy'n ymwneud ag iechyd a gofal a'r economi a chyllid yn fwy tebygol o fod yn negyddol na phositif mewn newyddion: roedd tua thri chwarter yr holl erthyglau yn y themâu hynny'n dangos agweddau negyddol.

Roedd storïau mwy positif yn ymdrin â ffyrdd o fyw, lle'r oedd 100% o erthyglau'n cael eu mynegi mewn ffordd bositif. Fodd bynnag, er bod storïau am ffyrdd o fyw yn cael eu portreadu mewn ffordd bositif, roeddent i'w gweld yn llawer llai aml yn y cyfryngau newyddion na storïau am iechyd a gofal neu rai am yr economi a chyllid, gyda ffordd o fyw yn cyfrif am lai na 6% o'r holl erthyglau a adolygwyd. Gan fod storïau am ffyrdd o fyw yn ymddangos yn llai aml, roeddent yn cael llai o effaith ar y canfyddiadau o bobl hŷn ac ar stereoteipiau ohonynt.

Mae cefnu ar yr ysgrifennu negyddol a rhagfarnllyd a welir ar bron bob mater ond yn enwedig iechyd a gofal, yr economi a materion cymdeithasol; dylai storïau newyddion adlewyrchu amrywiaeth pobl hŷn a'u bywydau.

Naratif a chynrychiolaeth

Drwy ddadansoddi'r iaith a ddefnyddir mewn storïau newyddion yn fwy manwl drwy Critical Discourse Analysis, roedd yr ymchwil yn gallu nodi'r mathau o naratif a oedd yn gosod pobl hŷn o fewn hunaniaethau penodol.

Nododd yr ymchwil dair brif thema sy'n deillio o'r dadansoddiad hwn. Mae'r rhain yn cyfateb i themâu cynharach ac maent yn cynnwys iechyd a llesiant (biolegol a seicolegol); gweithgarwch cymdeithasol, teulu a ffrindiau (cymdeithasol); gwaith a'r economi (Economaidd a gwleidyddol).

IYn y thema gyntaf a nodwyd, roedd y drafodaeth yn canolbwyntio ar iechyd a llesiant, a oedd yn creu darlun o bobl hŷn fel bod 'past it' neu 'over the hill', gyda phwyslais ar ddirywiad corfforol, ffisiolegol, gwybyddol a meddyliol unigolion sy'n heneiddio ac sydd wedi'u mynegi fel rhywbeth problemus, anorfod ac anghyson.

Enghreifftiau o'r iaith a ddefnyddir mewn erthyglau am bobl hŷn

Roedd enghreifftiau o storïau newyddion a oedd yn cymharu pobl iachach, iau sy'n fwy ffit, cryfach ac yn dangos mwy o steil â phobl hŷn sy'n wannach, yn

arafach, gyda chof mwy bregus, a gallu symud a gweld gwannach, sy'n atgyfnerthu negeseuon a naratif bod heneiddio'n broses negyddol ac yn rhywbeth i'w ofni.

Nodwyd rhai erthyglau a oedd yn ymdrechu i herio'r naratif o heneiddio fel rhywbeth i'w ofni. Roedd y mathau hyn o erthyglau'n fwy positif ynglŷn â heneiddio, gan ganolbwyntio ar ddathlu harddwch ac iechyd pobl hŷn a chanmol mentrau, gweithgareddau ac arferion sy'n gallu helpu pobl i heneiddio'n dda. Roedd y drafodaeth yn y storïau newyddion hyn yn cynhyrchu 'delwedd wrthdro' sy'n cyflwyno pobl hŷn fel rhai a all fod yn ifanc eu ffordd, yn urddasol a ffit.

> **Embracing the ageing process can be a positive experience – if you choose to see it that way – Thomas Moor talks to Liz Connor about the richness that can come with getting older**
>
> **Daily Post, Rhagfyr 2017**

Fodd bynnag, roedd llawer llai o enghreifftiau o'r mathau hyn o storïau, ac roedd llawer o'r erthyglau hyn yn dal i gyflwyno stereoteipiau o bobl hŷn a heneiddio.

> **The challenges and opportunities of an ageing population**
>
> **South Wales Argus, Hydref 2018**

Roedd yr ail themâu a nodwyd drwy'r Critical Discourse Analysis yn ymwneud â gweithgarwch cymdeithasol, teulu a ffrindiau. Yma, y prif destun oedd 'heneiddio fel rhywbeth goddefol'. Daeth y thema hon i'r amlwg mewn erthyglau a oedd yn sôn am fywyd cymdeithasol pobl hŷn, eu perthnasoedd â theuluoedd a ffrindiau a gweithgareddau a diddordebau pob dydd.

Datgelodd yr erthyglau a astudiwyd ddwy brif ymagwedd drafodol tuag at bwnc gweithgarwch cymdeithasol, teulu a ffrindiau. Roedd y safbwyntiau mwyaf pesimistaidd yn portreadu pobl hŷn fel rhai sy'n cael eu cadw allan o gymdeithas a bywyd cymdeithasol, ac sy'n ynysig ac unig. Roedd rhai erthyglau'n sôn am bobl hŷn fel bod yn flin a chwerw, gyda chyfeiriadau niferus at ddiffyg ffrindiau, cymdeithion a'r llawenydd y gall pobl hŷn ei brofi. Yn ôl y storïau newyddion hyn mae realiti bywydau pobl hŷn yn cael ei nodweddu gan allgau cymdeithasol, dieithrio, iselder ysbryd ac ofni bod heb arian a diweddu ar eu pen eu hunain. Ar y cyfan, y darlun sy'n cael ei gyfleu yw o bobl hŷn fel bod wedi'u hynysu, wedi cefnu ar fywyd cymdeithasol a theuluol, yn agored i niwed a goddefol. Roedd y naratif yn yr enghreifftiau hyn yn negyddol dros ben.

Roedd gan yr ail ymagwedd drafodol bwyslais mwy egnïol a chymdeithasol, gan gyflwyno delwedd fwy positif ac optimistaidd o bobl hŷn. Yn yr enghreifftiau hyn, roedd pobl hŷn yn cael eu disgrifio fel bod yn fwy gweithgar yn gymdeithasol, yn fwy egnïol a hapus, gyda mwy o amser rhydd, llai o ofynion gwaith a chyfrifoldebau. Unwaith eto, fodd bynnag, roedd llawer llai o enghreifftiau o'r mathau hyn o storïau optimistaidd.

Y thema olaf a nodwyd oedd gwaith, economeg a gwleidyddiaeth. Datgelodd y thema hon drafodaethau'n ymdrin â chost gofal iechyd, pensiynau ac effaith cymdeithas sy'n heneiddio ar yr economi, yn ogystal â thrafodaethau ar oblygiadau gweithio ar ôl ymddeol.

Roedd rhai o'r storïau newyddion yn ymwneud â'r argyfwng economaidd a Brexit a thrafodaethau ar godi'r oedran ymddeol a phobl yn gweithio'n hwy. Drwy edrych ar drywydd y drafodaeth, daeth yr ymchwil i'r casgliad bod dau safbwynt cyferbyniol yn dod i'r amlwg - yr haeddiannol yn erbyn yr anhaeddiannol a'r cyfrannwr yn erbyn beichiau.

Mae'n ymddangos bod y thema anhaeddiannol a'r baich yn fwy amlwg mewn storïau a oedd yn adrodd ar ragfarn ar sail oedran mewn cymdeithas ac arferion y llywodraeth, yn ogystal â phrofiad pobl hŷn o ragfarn ar sail oedran. Gwelwyd fod y storïau hyn yn defnyddio cyweiriau pesimistaidd yn achos goblygiadau poblogaeth sy'n heneiddio i gostau a'r galw am ofal cymdeithasol a sut y mae polisïau o'r fath yn effeithio ar yr economi. Mae hyn yn atgyfnerthu'r portread o bobl hŷn fel baich a phobl agored i niwed, sydd wedi'i weld yn gyson yn ystod gwahanol gamau'r ymchwil. Mae hefyd yn helpu i atgyfnerthu safbwyntiau negyddol ar heneiddio ac effaith uniongyrchol hyn ar bobl hŷn a chymdeithas ehangach.

> **Social Care needs for over 85s predicted to double in next 20 years: research suggests explosion in social care assistance for Britain's ageing population**
>
> **The Guardian, Awst 2018**

Roedd y safbwynt cyferbyniol a bortreadwyd yn y thema hon yn dangos pobl hŷn fel y 'cyfranwyr a'r haeddiannol', a chanfu'r ymchwil nifer fach o storïau a oedd yn sôn am y cyfraniad positif mae pobl hyn yn ei wneud i gymdeithas – roedd storïau sy'n portreadu pobl hŷn fel 'y cyfranwyr a'r haeddiannol' yn ymwneud yn bennaf â phobl hŷn sy'n dal i weithio ar ôl oedran ymddeol lle gallai pobl fod yn mwynhau eu gwaith, fel bod yn weithgar ac yn treulio amser â'u cydweithwyr. Roedd pobl hŷn egnïol yn cael eu portreadu'n bennaf fel cyfranwyr at gymdeithas.

Wrth ddisgrifio pobl hŷn yng nghyd-destun y cyfranwyr a'r haeddiannol roedd erthyglau'n dal yn dueddol o ddibynnu ar stereoteipiau sy'n negyddol ac yn rhagfarnu ar sail oedran, gan ddefnyddio'r naratif i gyfiawnhau safbwynt rhagfarnllyd erthygl.

Ar y cyfan y naratif a oedd yn ymdrin â thrafodaethau ar waith, yr economi a gwleidyddiaeth oedd bod heneiddio'n anghynhyrchiol, a hyd yn oed lle'r oedd storïau newyddion yn ymdrechu i fynd i'r afael â rhagfarn ar sail oedran a thriniaeth annheg a brofir gan bobl hŷn, roedd tueddiad o hyd i newyddiadurwyr a sylwedyddion i ddefnyddio cywair negyddol. Mae'r drafodaeth hon yn atgyfnerthu emosiynau negyddol ynglŷn â heneiddio a all gael eu mewnoli gan bobl hŷn a chymdeithas.

Casgliad

Mae canfyddiadau'r adroddiad hwn yn adlewyrchu pryderon sydd wedi bodoli ers amser ynglŷn â sut mae pobl hŷn yn cael eu portreadu gan y cyfryngau newyddion ac effaith storïau negyddol ar bobl hŷn a'n cymdeithas sy'n heneiddio.

Mae'r ymchwil a'r dadansoddiad a welir uchod yn dangos bod storïau newyddion sy'n ymdrin â phobl hŷn a heneiddio'n cael eu creu'n bennaf drwy fynegiant negyddol: mae storïau newyddion gyda chywair negyddol a phesimistaidd yn llawer mwy cyffredin na rhai â phwyslais mwy niwtral, positif neu optimistaidd. Mae angen gwneud mwy i sicrhau bod y portread o bobl hŷn yn fwy cytbwys a chynrychioliadol o bobl hŷn yn eu holl amrywiaeth.

Mae hyn yn hanfodol gan fod sut mae pobl hŷn yn cael eu portreadu yn y cyfryngau'n gallu cael effaith uniongyrchol ar agweddau pobl tuag at heneiddio, y ffordd mae pobl hŷn yn cael eu gweld gan gymdeithas, a sut mae pobl hŷn yn gweld eu hunain. Gall portreadau negyddol o bobl hŷn nad ydynt yn adlewyrchu ystod profiadau pobl o heneiddio greu neu atgyfnerthu agweddau negyddol tuag at heneiddio, sy'n niweidiol i bobl hŷn am eu bod yn arwain at wahaniaethu uniongyrchol ar sail oedran sy'n gallu arwain at allgau cymdeithasol, effeithio ar iechyd meddwl, ac effeithio ar benderfynyddion ehangach iechyd a llesiant fel cyflogaeth.[7]

O gofio pŵer y cyfryngau i ffurfio a dylanwadu ar ganfyddiadau ac agweddau cymdeithas, gallai'r cyfryngau newyddion chwarae rôl bwysig i chwalu agweddau anffafriol tuag at bobl hŷn, yn ogystal â newid agweddau sy'n rhagfarnu sy'n arwain at ragfarnu a gwahaniaethu ar sail oedran, drwy roi mwy o gydnabyddiaeth i amrywiaeth pobl hŷn a thrwy fwy o roi mwy o gydnabyddiaeth i'r cyfraniad mae pobl hŷn yn ei wneud i gymdeithas.

Rhan allweddol o hyn fydd sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed a bod eu storïau'n cael eu hadrodd, a bod amrywiaeth pobl hŷn a'u profiadau'n cael eu hadlewyrchu yn yr erthyglau a'r storïau rydym yn eu gweld a'u darllen bob dydd.

7 That Age Old Question: How Attitudes to Ageing Affect Our Health and Wellbeing, Royal Society for Public Health a Sefydliad Calouste Gulbenkian, Mehefin 2018

Argymhellion a'r camau nesaf

I wella'r portread o bobl hŷn yn y cyfryngau – drwy gael gwared ar stereoteipiau negyddol a rhagfarn ar sail oedran – mae'r Comisiynydd am weld gweithredu yn y meysydd canlynol:

- Dylai Sefydliad Annibynnol Safonau'r Wasg (IPSO) ddiweddaru Cod Ymarfer y Golygyddion sy'n pennu'r rheolau y mae'r papurau newydd a'r cylchgronau sy'n cael eu rheoleiddio gan IPSO wedi cytuno i'w dilyn. Mae'r cod cyfredol yn cynnwys cymal (12) ar wahaniaethu. Dywed cymal 12:

    i) The press must avoid prejudicial or pejorative reference to an individual's race, colour, religion, sex, gender identity, sexual orientation or to any physical or mental illness or disability.

    ii) Details of an individual's race, colour, religion, gender identity, sexual orientation, physical or mental illness or disability must be avoided unless genuinely relevant to the story

    Dylai'r cod gael ei ddiweddaru i gynnwys 'Oedran' yng nghymal 12.

- Dylai'r NUJ, y mae eu cod eisoes yn cynnwys oedran, weithio i sicrhau y cydymffurfir â'r cod a'i fod yn cael ei hyrwyddo ymhlith aelodau ac y rhoddir sylw i ragfarn ar sail oedran fel rhan o'u hyfforddiant, gydag ymarfer gwael yn cael ei amlygu a'i wella.

Yn ogystal â galw ar IPSO a'r NUJ weithredu ar yr uchod, bydd y Comisiynydd yn: :

- Gweithio â Phrifysgolion sy'n dysgu newyddiaduriaeth i roi sylw ragfarn ar sail oedran ac agweddau o'r fath yn y cyfryngau, gan gynnwys canfyddiadau'r adroddiad hwn.
- Gweithio mewn partneriaeth â sefydliadau eraill i ddatblygu a chyhoeddi canllawiau newydd ar gyfer pob newyddiadurwr i'w defnyddio pan fyddant yn gohebu ar faterion yn ymwneud â phobl hŷn, gan gynnwys galwad i ddefnyddio delweddau newydd i gyd-fynd â storïau.
- Gweithio ag Ofcom, fel y rheolydd darlledu ar gyfer teledu a radio, i sicrhau eu bod yn deall y materion yn ymwneud â rhagfarn ar sail oedran ac agweddau o'r fath a sut y gallant weithio'n fwy effeithiol â darlledwyr a reoleiddir i roi sylw i effaith negyddol rhagfarn ar sail oedran a sicrhau bod y Cod Darlledu'n gwarchod pobl hŷn yn briodol rhag rhagfarn uniongyrchol ac uniongyrchol ar sail oedran.

Atodiad 1: Methodoleg

Cynhaliwyd yr ymchwil hwn gan Brifysgol Caerlŷr ac fe'i cyflwynwyd i Gomisiynydd Pobl Hŷn Cymru ym mis Ionawr 2020.

Bu'r ymchwil yn edrych ar 200 o storïau newydd (fersiynau ar-lein) gan 13 o bapurau newydd y DU rhwng Awst 2017 a Hydref 2019. Roedd dyluniad yr ymchwil yn cynnwys dull cymysg a oedd yn golygu dadansoddi cynnwys a dadansoddiad beirniadol o storïau i edrych ar y portread o bobl hŷn mewn storïau newyddion ar-lein yn y DU.

Amcanion yr ymchwil oedd canfod a yw'r ffordd mae pobl hŷn yn cael eu cynrychioli'n bositif, negyddol neu niwtral, canfod y math o iaith a'r themâu cyffredin a ddefnyddir wrth ysgrifennu am bobl hŷn a pha effaith y gall hyn ei gael.

Bu'r ymchwil yn ystyried y rôl y gall yr uchod ei chwarae drwy ddylanwadu ar agweddau tuag at bobl hŷn a/neu atgyfnerthu stereoteipiau sy'n rhagfarnu ar sail oedran a thybiaethau amdanynt a all arwain at wahaniaethu. Drwy ddefnyddio dull cymysg dilyniannol roedd yr ymchwil yn ymdrech i ganfod, adrodd a dangos nodweddion testunol, dimensiynau allweddol a themâu cyffredin sydd i'w gweld mewn storïau sy'n cael eu cyhoeddi am bobl hŷn, ond hefyd i werthuso agendâu, buddiannau a chymhellion y cyfryngau a all o bosibl arwain at broblemau cyffredin, cwynion a stereoteipiau sy'n rhagfarnu ar sail oedran (Wooffitt, 2005).

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Older People's Commissioner for Wales