MRS Awards 2022 Finalist Business-to-Business Research

MRS Awards 2020 Winner Innovation of the Year

MRS Awards 2019 Winner Global Agency of the Year

MRS Inclusion Pledge

STRAT7 JIGSAW | Ofcom

Agweddau Cynulleidfaoedd at Drais a Chynnwys Rhywiol ar y Teledu

Adroddiad o’r canfyddiadau

Hydref 2023

Cynnwys

Crynodeb gweithredol.......... 3

1.1. Crynodeb o'r cefndir a'r dull gweithredu.......... 3

1.2. Crynodeb o'r prif ganfyddiadau.......... 4

1.3. Mae llawer o'r canfyddiadau yn cyd-fynd yn fras ag ymchwil flaenorol.......... 7

Crynodeb gweithredol

1.1. Crynodeb o’r cefndir a’r dull gweithredu

Mae Cod Darlledu Ofcom (y 'Cod') yn sicrhau bod safonau’n cael eu cynnal mewn rhaglenni teledu (a radio) er mwyn diogelu aelodau’r cyhoedd rhag deunydd niweidiol neu dramgwyddus. Mae’r Cod yn cynnwys rheolau ar drais a deunydd rhywiol i sicrhau bod plant yn cael eu diogelu rhag cynnwys anaddas, a bod aelodau’r cyhoedd yn cael eu diogelu’n ddigonol rhag deunydd a allai fod yn niweidiol a/neu’n dramgwyddus.

Ers ymchwil flaenorol Ofcom ar agweddau cynulleidfaoedd at gynnwys rhywiol a thrais, mae newidiadau sylweddol wedi bod yn y dirwedd teledu a’r hinsawdd gymdeithasol-ddiwylliannol ehangach, ac mae’r naill a’r llall yn debygol o fod wedi newid agweddau cynulleidfaoedd.

Er mwyn diweddaru ei sylfaen dystiolaeth, comisiynodd Ofcom ymchwil ansoddol ar agweddau presennol tuag at drais a chynnwys rhywiol. Roedd yr ymchwil yn canolbwyntio ar deledu llinol wedi’i amserlennu, ond roedd gwasanaethau fideo ar-alw (VoD) hefyd wedi’u cynnwys, o ystyried bod disgwyliadau’n gallu amrywio yn ôl llwyfan a bod angen yr ymchwil i adlewyrchu amrywiaeth agweddau cynulleidfaoedd ar draws y dirwedd teledu sy’n esblygu’n barhaus yn y DU.

Cynhaliwyd nifer o wahanol fathau o ddulliau ymchwil ansoddol er mwyn archwilio’r safbwynt personol a’r safbwynt o ran y ‘dinesydd’ neu’r safbwynt cymdeithasol. Cynhaliwyd yr ymchwil ar draws pedair gwlad y DU. Prif elfennau’r ymchwil hon oedd:

15 cyfweliad yn y cartref

Dyddlyfr rhagarweiniol yn myfyrio ar y cyfryngau gan bob aelod o’r aelwyd.

Cyfweliadau manwl dwy awr o hyd yn y cartref, gyda phrif gyfranogwr yr aelwyd yn bennaf, i archwilio canfyddiadau mewn cyd-destun, a chanfod teimladau ‘greddfol’ am drais a chynnwys rhywiol ar y teledu.

15 sesiwn gweithdy

Tasgau rhagarweiniol wedi’u gosod i’r holl gyfranogwyr rannu cynnwys perthnasol.

15 (gan gynnwys grŵp peilot) grŵp wyneb yn wyneb yn para 2.5 awr i drafod y pynciau o safbwynt personol, yn ogystal â safbwynt ystyriol y dinesydd, gan gynnwys trafodaeth wybodus ar y Cod Darlledu.

10 ‘cyfweliad tringar’

Cyfweliadau un-i-un gyda’r rheini a oedd yn anghyfforddus yn mynychu grŵp neu’n cael rhywun yn ymweld â nhw yn eu cartref i drafod pwnc trais a chynnwys rhywiol ar y teledu.

Ailgynnull ar-lein i drafod ymhellach

Pymtheg o gyfranogwyr y gweithdai yn dod ynghyd am gyfweliad manwl pellach ar-lein wythnos yn ddiweddarach i roi amser iddynt fyfyrio ar y pynciau a drafodwyd a rhannu eu safbwyntiau mwy personol.

1.2. Crynodeb o’r prif ganfyddiadau

Mae’r dirwedd teledu wedi newid, ond roedd cyfranogwyr yn dal i werthfawrogi teledu llinol fel agwedd bwysig ar wylio

Mae gan gynulleidfaoedd fwy o ddewis o ran beth maen nhw’n ei wylio ar deledu llinol wedi’i amserlennu, a sut maen nhw’n ei wylio, nag erioed o’r blaen. Mae dewis eang o sianeli, y gallu i recordio a phenderfynu ar amser gwylio, a’r dewis i oedi neu hepgor cynnwys ar deledu digidol. Mae cynulleidfaoedd yn treulio cyfran gynyddol o’u hamser gwylio yn gwylio cynnwys teledu ar-alw, gan gynnwys defnyddio gwasanaethau fideo ar-alw darlledwyr (BVoD).[1]

Mae gwylwyr yn gwerthfawrogi’r ffaith bod y dirwedd newydd hon yn darparu mwy o ddewis a rheolaeth, ac nid ydynt bellach yn teimlo’n gaeth i’r amserlen deledu. Fodd bynnag, roedd cyfranogwyr gyda theuluoedd a phlant yn dweud ei bod yn drueni bod amser gwylio rhaglenni ar y cyd fel teulu’n fwy tameidiog. Roedd rhai’n teimlo nad yw gwylio’r teledu bellach yn brofiad teuluol mewn llawer o gartrefi fel yr oedd yn arfer bod.

Er gwaethaf y cynnydd mewn gwylio rhaglenni ar-alw, a’r manteision sy’n dod yn sgil hynny, mae llawer o gyfranogwyr yn dal i ddibynnu ar deledu llinol wedi’i amserlennu i ddarparu cynnwys dengar.

Roedd y dirwedd deledu newidiol hon yn chwarae rhan bwysig o ran sut mae gwylwyr yn ystyried trais a chynnwys rhywiol ar y teledu gan ei bod yn darparu’r gallu i reoli sut, pryd a beth y gall cynulleidfaoedd ei weld.

Roedd cynnwys treisgar mwy graffig, dwys a realistig bellach yn cael ei weld yn nodwedd arferol o deledu ar ôl y trothwy

Roedd cynulleidfaoedd yn credu bod **cynnwys treisgar** bellach yn rhan annatod o raglenni prif ffrwd ar ôl y trothwy, ac roedd yn cael ei ystyried yn nodwedd arferol. Gwelwyd bod y trais a ddangoswyd ar ôl y trothwy wedi dod yn fwy graffig, dwys a realistig. Ystyriwyd bod trais modern ar y teledu yn fwy tebygol o arwain at farwolaeth, gan gynnwys defnyddio arfau, achosion o guro difrifol a phynciau tabŵ blaenorol fel ymddygiad sadistig a thrais rhywiol.

Fodd bynnag, mae cyfranogwyr hefyd yn cydnabod rôl gadarnhaol trais mewn dramâu, fel ychwanegu mwy o realaeth neu gyffro. Pan gaiff trais ei gyflwyno’n dda mewn cynnwys dramatig, cytunwyd bod modd ymgolli yn y rhaglen yn well a bod y profiad yn fwy dwys. Teimlwyd bod portreadau modern hefyd yn fwy ‘gonest’ na phortreadau llai realistig yn y gorffennol, gyda’r canlyniadau negyddol sy’n deillio o drais yn fwy tebygol o gael eu portreadu.

Roedd lefelau unigol o oddefgarwch i wylio trais ar y teledu yn amrywio, ond roedd llawer o’r cyfranogwyr yn credu bod lefel y trais ar y teledu wedi cynyddu a bod hyn yn adlewyrchu newidiadau mewn cymdeithas a chwaeth cynulleidfaoedd. Roeddent hefyd yn amau bod y newidiadau hyn wedi cael eu sbarduno gan yr angen i gynyddu’r niferoedd gwylio, gyda dealltwriaeth bod yn rhaid i deledu llinol wedi’i amserlennu gystadlu â chynnwys mwy graffig gwasanaethau ffrydio sy’n canolbwyntio ar oedolion.

[1] Adroddiad Cyfryngau'r Genedl Ofcom, 2023.

Teimlai'r cyfranogwyr fod lefelau'r cynnwys rhywiol sydd ar gael ar y teledu yn uchel ond hefyd yn sefydlog, gyda'r cynnydd yn digwydd beth amser yn ôl

Roedd cynulleidfaoedd yn credu bod lefel y **cynnwys rhywiol** ar deledu llinol yn dal yn uchel er bod natur y cyd-destun rhywiol wedi newid. Roedd cynnwys rhywiol mewn rhaglenni realiti ar y teledu yn cael ei weld fel newid sylweddol ac roedd rhywfaint o bryder am gynnwys mwy rhywioledig mewn adloniant ysgafn. Teimlwyd bod darlledwyr yn gwthio'r ffiniau yn y maes hwn yn barhaus. Roedd cynulleidfaoedd yn credu bod amserlennu priodol ar ôl y trothwy yn bwysig.

Fodd bynnag, ar wahân i'r cynnwys teledu realiti, cydnabuwyd yn gyffredinol bod cynnwys rhywiol cryfach yn ymddangos ar ôl y trothwy ac ar ôl 10pm yn yr amserlen deledu. Roedd y cyfnod hwn yn cael ei ystyried yn farciwr pwysig i gynulleidfaoedd. Roedd y cyfranogwyr yn fwy cyfforddus gyda'r cynnwys rhywiol cryfaf yn cael ei gadw ar gyfer yn ddiweddarach yn yr amserlen, ar ôl 11pm, pan fyddai oedolion (neu blant) yn llai tebygol o daro arno'n ddamweiniol.

Gwelwyd bod y portread o weithgarwch rhywiol a pherthnasoedd rhywiol ar y teledu wedi gwella a moderneiddio

Roedd cynulleidfaoedd yn teimlo bod portread rhaglenni teledu o ryw a pherthnasoedd rhywiol wedi esblygu yn ystod y blynyddoedd diwethaf. Ystyriwyd bod portreadau'n llai tebygol o gynnwys stereoteipio ar sail rhywedd, gwrthrychu menywod neu bortreadau anfeirniadol o berthnasoedd ecsbloetiol.

Roedd gwylwyr yn credu bod darlledwyr yn dangos mwy o ofal mewn perthynas â materion cydsynio a grymuso menywod, a bod portreadau o noethni neu gynnwys rhywiol ar y teledu nawr yn fwy tebygol o adlewyrchu agweddau cadarnhaol a chynhwysol am y corff.

Roedd dynion a menywod yn croesawu'r hyn roeddent yn ei weld fel portreadau mwy deallus o ryw a pherthnasoedd rhywiol, gyda'r newidiadau hyn yn cael eu hystyried yn gyffredinol fel tuedd gadarnhaol mewn agweddau cymdeithasol.

Roedd pryderon ynghylch trais a chynnwys rhywiol ar y teledu yn canolbwyntio'n bennaf ar yr angen i ddiogelu plant

Roedd unrhyw wrthwynebiad i drais a chynnwys rhywiol ar y teledu yn tueddu i ganolbwyntio ar angen cymdeithasol i ddiogelu plant, yn hytrach nag unrhyw effaith ar oedolion unigol. Roedd angen canfyddedig i ddiogelu plant rhag cynnwys nad ydynt efallai'n barod i'w brosesu, yn ogystal ag ofnau am glamoreiddio a normaleiddio ymddygiad treisgar ar gyfer plant ac oedolion sy'n agored i niwed.

Gallai cynnwys rhywiol hefyd dramgwyddo'n bersonol mewn ffordd nad oedd cynnwys treisgar prin yn ei wneud. I'r lleiafrif o gyfranogwyr, yn gyffredinol ond nid yn unig rhai hŷn, ystyriwyd bod rhywfaint o gynnwys rhywiol ar y teledu yn adlewyrchu, ac o bosibl yn atgyfnerthu, y gostyngiad mewn safonau moesol yn ein cymdeithas.

Roedd rhieni a gofalwyr yn gwerthfawrogi teledu fel lle cymharol ddiogel o'i gymharu â'r byd ar-lein, ac roeddent yn awyddus i weld hyn yn cael ei gynnal yn gadarn

Roedd rhieni a gofalwyr (y cyfeirir atynt o hyn ymlaen fel 'rhieni') yn gweld y teledu fel lle cymharol ddiogel i blant yn y dirwedd cyfryngau heddiw. Yr hyn a oedd yn peri llawer mwy o bryder oedd beth y gallai plant ei wylio ar-lein ar safleoedd gemau, cyfryngau cymdeithasol a'r rhyngrwyd yn fwy cyffredinol. Roedd cred bod teledu, ar gyfer pob oed, yn cynrychioli amgylchedd sy'n cael ei reoli i raddau mwy na'r defnydd o gyfryngau ar-lein. Fodd bynnag, roedd rhieni'n dal i deimlo'r angen i reoli'r hyn roedd eu plant yn cael eu hamlygu iddo, yn sicr ar gyfer plant oed ysgol gynradd. Mae elfen o

bwysau cymdeithasol ar waith yn y maes hwn hefyd – teimlwyd bod ‘rhieni da’ yn chwarae rhan weithredol yn y gwaith o reoli'r hyn mae eu plant yn cael eu hamlygu iddo ar y cyfryngau.

Gellid gweld bod y teledu yn chwarae rhan gadarnhaol mewn bywyd teuluol, gyda rhai rhaglenni’n dod â’r teulu at ei gilydd, er bod hyn yn digwydd yn llai aml nawr nag yn y gorffennol. Roedd y cyfranogwyr hefyd yn teimlo y gellid defnyddio cynnwys a oedd o lefel briodol i oedran o drais a chynnwys rhywiol ar y teledu i hwyluso sgyrsiau ‘iach’ am bynciau cymhleth gyda phlant.

Roedd rhieni’n tueddu i weld eu hunain fel y rhai sy’n gyfrifol yn y pen draw am osod eu safonau eu hunain ar gyfer yr hyn mae eu plant yn ei wylio, ond roeddent hefyd yn disgwyl i’r darlledwyr ac Ofcom eu cefnogi. Mae hyn yn cynnwys rhoi gwybod i rieni’n uniongyrchol am addasrwydd posibl y rhaglenni drwy rybuddion, ac yn anuniongyrchol drwy’r amser y dangosir y rhaglenni.

Teimlai rhieni ar adegau ei bod yn anodd dal i fyny â’r hyn yr oedd eu plant yn ei wylio ac roeddent yn aml yn gobeithio - yn hytrach na gwybod - bod y cynnwys yn addas. Roedd hyn yn arbennig o wir wrth i blant gyrraedd oedran ysgol uwchradd ac roeddent yn debygol o fod â’u ffôn clyfar eu hunain. Teimlwyd bod dyfeisiau personol fel ffonau clyfar yn ei gwneud yn anoddach i rieni gadw rheolaeth, a hyd yn oed o roi rheolaethau ar waith, gallent ddod yn anodd eu plismona. Roedd rhai rhieni hefyd wedi disgrifio’r pwysau cymdeithasol ychwanegol i ganiatáu i blant wylio beth mae ffrindiau eraill yn ei wylio, yn ogystal â’r her o sicrhau nad yw eu plant yn teimlo eu bod wedi’u heithrio’n gymdeithasol.

Mae rhybuddion cynnwys yn chwarae rôl gadarnhaol ond roedd rhai cyfranogwyr eisiau mwy o eglurder ac iaith benodol mewn rhybuddion a allai gyfleu math a chryfder y cynnwys

Roedd rhybuddion yn cael eu hystyried yn bwysicach nag erioed yn y dirwedd cyfryngau sy’n newid ac er mwyn hwyluso dewis personol gwybodus. Teimlwyd bod lle i ddatblygu rhybuddion ar deledu llinol i gynnwys manylion mwy cywir am y cynnwys i’w ddisgwyl.

Roedd galw am fwy o eglurder a chysondeb mewn rhybuddion, yn enwedig o ran deunydd mwy eithafol (e.e. trais rhywiol neu artaith). Dywedodd y cyfranogwyr y byddai’n well ganddynt fod mwy o eiriau cymwys fel ‘graffig’ neu ‘natur rywiol’ yn cael eu defnyddio i gefnogi eu dealltwriaeth o gryfder y cynnwys, ac roedd rhai hefyd yn teimlo bod sgoriau seiliedig ar oedran yn fesur syml, cyfarwydd a allai hefyd fod yn ganllaw defnyddiol.

Roedd cyfranogwyr yn teimlo bod rhai ffactorau’n ei gwneud yn anoddach i gynulleidfaoedd ddehongli rhybuddion, fel amrywiad yn yr ansawdd gweledol, y cynnwys rhywiol neu ddiffyg termau cyffredin.

Roedd cydnabyddiaeth bod y trothwy a’r amserlennu yn dal i chwarae rhan bwysig ar gyfer teledu llinol

Roedd ymwybyddiaeth o’r cysyniad o'r trothwy yn uchel, yn ogystal â’r gefnogaeth iddo. Er bod oedolion iau yn tueddu i fod yn llai cyfarwydd â’r term ei hun, roeddent yn aml yn ymwybodol o drothwy 9pm.

Roedd y cyfranogwyr yn teimlo bod y trothwy’n dal i helpu i bennu disgwyliadau rhieni, er bod hyn wedi lleihau rhywfaint drwy symud i wylio mwy ar-alw. Roedd rhieni’n cydnabod bod plant nawr yn gwylio llai o deledu wrth iddo gael ei ddarlledu, ond roeddent yn dal yn awyddus i sicrhau bod y cynnwys sy’n cael ei ddarlledu ar y teledu yn addas ar gyfer yr adeg o’r dydd. Mae hyn er mwyn sicrhau nad yw plant yn dod ar draws cynnwys amhriodol yn ddamweiniol. Canfu’r cyfranogwyr hefyd fod gan y trothwy rôl i’w chwarae o hyd o ran rhannu amser gyda’r nos yn gyfnod ar gyfer y teulu a chyfnod i oedolion. Roedd hyn yn eu helpu i ddod o hyd i gynnwys addas ar gyfer gwylio fel teulu a sicrhau bod unrhyw raglenni teledu sydd gan y teulu ymlaen yn y cefndir yn debygol o fod yn addas.

Roedd cynulleidfaoedd yn teimlo, po hwyraf y mae'r rhaglenni wedi'u hamserlennu, y mwyaf yw'r disgwyliad a'r derbynioldeb o ran trais a chynnwys rhywiol. Gwelwyd bod hyn yn wir cyn ac ar ôl y trothwy.

Er bod rhai galwadau cychwynnol i ohirio'r trothwy tan yn hwyrach gyda'r nos i adlewyrchu'n well y newid mewn dulliau magu plant, ar ôl pwyso a mesur mwy, penderfynodd y cyfranogwyr fod newid graddol o 9pm ymlaen a defnyddio rhybuddion clir yn opsiwn gwell. Teimlwyd bod trothwy hwyrach yn lleihau rhyddid oedolion i ddod o hyd i gynnwys priodol ar deledu llinol wedi'i amserlennu, gyda'r potensial i darfu ar y cydbwysedd bregus o gynnal diogelwch a chadw'r rhyddid i ddewis.

1.3. Mae llawer o'r canfyddiadau yn cyd-fynd yn fras ag ymchwil flaenorol

Roedd ymchwil flaenorol i gynnwys rhywiol, a gynhaliwyd yn 2009, yn edrych ar ganfyddiadau gwylwyr mewn perthynas ag ystod eang o wahanol fathau o ddeunydd rhywiol, effaith y cyd-destun ar dderbynioldeb canfyddedig a materion penodol eraill fel y trothwy. Roedd ymchwil ar wahân, a gynhaliwyd yn 2014, yn edrych ar agweddau at gynnwys treisgar ar y teledu. Roedd yr ymchwil hon yn ymchwilio i farn tuag at weithredoedd trais unigol ar y teledu a golygfeydd treisgar, a dealltwriaeth o safonau a dderbynnir yn gyffredinol a'r ffactorau sy'n dylanwadu ar dderbynioldeb.

Mae'r canfyddiadau'n cyd-fynd yn fras â'r ymchwil flaenorol a wnaed i gynnwys rhywiol a threisgar fel ei gilydd. Tynnir sylw at unrhyw wahaniaethau sylweddol lle bo hynny'n berthnasol drwy gydol yr adroddiad.

1.3.1. Newidiadau ers yr ymchwil flaenorol

O ran agweddau at **gynnwys treisgar**, mae canfyddiadau'r astudiaeth hon yn cyd-fynd yn fras â'r rhai a nodwyd yn yr astudiaeth flaenorol a gynhaliwyd yn 2014, sef bod cynnwys treisgar yn arferol erbyn hyn mewn rhaglenni prif ffrwd ar ôl y trothwy. Y prif newid yw'r teimlad bod trais mwy dwys a graffig mewn rhai rhaglenni drama. Gwelwyd bod hyn yn cael ei yrru gan fwy o gystadleuaeth gan sianeli fel Sky Atlantic, yn enwedig y cynnwys HBO a ddangosir ar y sianel honno, a gwasanaethau tanysgrifio fel Netflix.

Diogelu plant yw'r prif bryder o hyd o ran trais ar y teledu. Roedd y cynnydd canfyddedig mewn trais graffig ar y teledu yn gwneud rhai rhieni plant ychydig yn hŷn (12-14 oed) yn fwy pryderus am y trais roedd eu plant yn ei weld ar y teledu nag a ganfuwyd yn 2014. Canfu'r ymchwil yn 2014 fod cynnwys treisgar yn llai o bryder i rieni plant ysgolion uwchradd a oedd yn cael eu hystyried yn ddigon aeddfed i wahaniaethu cynnwys treisgar oddi wrth fywyd go iawn a'i brosesu'n briodol. Er bod hyn yn dal i fod yn wir am drais cyffredinol, mynegodd rhieni yn yr ymchwil gyfredol bryder ynghylch cysylltiad pobl ifanc yn eu harddegau â mathau mwy graffig o gynnwys, yn enwedig lle mae'n ymwneud â thrais rhywiol, ymddygiad sadistig neu gynnwys mwy brawychus.

O ran **cynnwys rhywiol,** roedd newidiadau ers astudiaeth 2009 i agweddau at ryw ar y teledu yn fwy mewn perthynas â natur cynnwys rhywiol ar y teledu yn hytrach na faint o gynnwys sy'n bodoli.

O ran maint y cynnwys rhywiol, datgelodd adroddiad 2009 - a gynhaliwyd gennym i archwilio canfyddiadau gwylwyr o ddeunydd rhywiol - fod mwy a mwy o gynnwys rhywiol dros y blynyddoedd a theimlwyd yn gyffredinol ei fod ar gynnydd. Yn yr ymchwil bresennol, fodd bynnag, roedd ymdeimlad bod cynnwys rhywiol ar y teledu yn dal yn uchel, ond nid yw o reidrwydd ar gynnydd. Roedd teimlad ymysg y cyfranogwyr bod lefelau'r cynnwys rhywiol sydd ar gael wedi bod yn uchel ers 'nifer o

flynyddoedd' erbyn hyn, a'i fod bellach wedi cyrraedd uchafbwynt a sefydlogi 'peth amser yn ôl'. Fodd bynnag, roedd hyn yn ganfyddiad cyffredinol, nid cronoleg union o ddigwyddiadau.

Ers ymchwil 2009, mae agweddau cymdeithasol wedi newid ac erbyn hyn roedd mwy o sensitifrwydd tuag at ddeinameg pŵer mewn perthnasoedd a chamfanteisio. Mae hyn wedi cael effaith ar bennu derbynioldeb cynnwys rhywiol. Bu newid cadarnhaol hefyd i gynrychiolaeth lai ystrydebol o ryw a pherthnasoedd rhywiol ers astudiaeth yn 2009, er bod effaith fformatau newydd rhaglenni teledu realiti wedi dangos bod ymatebion cymysg ar y negeseuon ynghylch perthnasoedd rhywiol a delwedd y corff yn y genres penodol hynny.

Yn unol ag ymchwil flaenorol, ystyriwyd mai plant oedd y rhai a oedd fwyaf mewn perygl o niwed o ganlyniad i gael eu hamlygu i ddeunydd rhywiol, a'u diogelu oedd y flaenoriaeth i gyfranogwyr. Roedd ymdeimlad cryfach hefyd bod cynnwys teledu yn gyrchfan gymharol ddiogel yn y dirwedd cyfryngau.

Mae rhagor o fanylion am unrhyw wahaniaethau i'r ymchwil blaenorol yn adrannau perthnasol yr adroddiad.