



Ymgyrch #EverydayAgeism: Ffeithiau a ffigurau defnyddiol

Diffinio Gwahaniaethu Ar Sail Oedran

Cafodd gwahaniaethu ar sail oedran ei ddiffinio yn 1969 gan Robert Neil Butler fel 'the stereotyping, prejudice, and discrimination against people on the basis of their age'.¹

O dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010, mae'n anghyfreithlon gwahaniaethu yn erbyn person oherwydd ei oedran. Fodd bynnag, mae gwahaniaethu ar sail oedran yn parhau ar sawl ffurf mewn cymdeithas.

Gall gwahaniaethu ar sail oedran fod yn achosol neu'n systemig ac mae'n gysylltiedig â stereoteipiau negyddol o bobl hŷn a heneiddio. Mae gwahaniaethu ar sail oedran yn arwain at bobl yn cael eu trin yn annheg a'u hawliau ddim yn cael eu parchu a'u gwarchod, a gall achosi canlyniadau difrifol i iechyd a lles pobl hŷn.

Hefyd gall gael dylanwad negyddol ar benderfyniadau a wneir gan gymdeithas, sy'n golygu y gall y gwasanaethau, y gefnogaeth, y cyfleusterau a'r cyfleoedd sydd ar bobl eu hangen i'w helpu i heneiddio'n dda fod yn annigonol.

Gwahaniaethu Ar Sail Oedran ac Agweddau Cymdeithasol

Er bod ffurfiau eraill ar wahaniaethu, fel hiliaeth a rhywiaeth, yn arwain at ymateb cryf ar sail foisol, nid yw gwahaniaethu ar sail oedran yn arwain at ymateb mor gryf a negyddol.²

Yng Nghymru

- Mae bron i **1 o bob 8** person hŷn (12% o boblogaeth 60+ oed Cymru) yn teimlo bod rhywun wedi gwahaniaethu yn eu herbyn oherwydd eu hoedran.³
- Mae **24%** o bobl hŷn yn meddwl bod gwahaniaethu ar sail oedran yn erbyn pobl hŷn yn amlwg yng Nghymru.⁴

Stereoteipiau Sy'n Gwahaniaethu Ar Sail Oedran

Mae stereoteipiau am heneiddio a phobl hŷn, er nad ydynt bob amser yn agored negyddol, yn effeithio ar sut mae pobl hŷn yn cael eu trin mewn cymdeithas, beth a ddisgwylir neu na ddisgwylir ganddynt, a gallant gadarnhau agweddau a ffyrdd o feddwl sy'n gwahaniaethu ar sail oedran.

- Er bod pobl hŷn yn cael eu stereoteipio mewn ffordd bositif yn aml fel pobl gynnes⁵ a doeth⁶, maent hefyd yn cael eu stereoteipio'n negyddol yn aml fel pobl lai egniol yn gorfforol a llai abl na phobl iau.⁷ Er nad ydynt i gyd yn agored anghyfeillgar, gall y stereoteipiau hyn arwain at drin pobl hŷn yn wahanol i bobl iau, eu trin yn nawddoglyd, neu dosturio wrthynt hyd yn oed.
- Fodd bynnag, nid yw stereoteipiau ac agweddau sy'n gwahaniaethu fel hyn yn unffurf ar draws gwledydd a diwylliannau, gan fod cefndiroedd diwylliannol ac ethnig yn dylanwadu ar y farn am bobl hŷn ac amlygrwydd gwahaniaethu ar sail oedran. Gwelir mwy o agweddau sy'n gwahaniaethu ar sail oedran yn Ewrop nag yng Ngogledd America.^{8,9} Yn y DU, mae agweddau at heneiddio a phobl hŷn yn fwy positif ymhlith unigolion o gefndiroedd ethnig du a grwpiau ethnig eraill.¹⁰

Gwahaniaethu Ar Sail Oedran 'Bob Dydd' a Gwahaniaethu Ar Sail Oedran ar y Cyfryngau

Mae agweddau a stereoteipiau sy'n gwahaniaethu ar sail oedran yn cael eu cadarnhau mewn iaith a sgysiau bob dydd.

- Mae dywediadau fel "Rhy hen"; "Dreifio fel hen fenyw"; "Henwan"; "Wedi colli cysylltiad"; "Does dim posib dysgu castiau newydd i hen gi" i gyd yn mynegi ac yn cadarnhau agweddau a stereoteipiau sy'n gwahaniaethu ar sail oedran. Mae ymadroddion ymddangosiadol bositif fel "rydych chi'n edrych yn dda am eich oedran" yn cadarnhau camsyniadau am beth mae'n ei olygu i heneiddio a bod yn berson hŷn.¹¹

Hefyd mae agweddau a stereoteipiau sy'n gwahaniaethu ar sail oedran yn cael eu lledaenu a'u cadarnhau ar y cyfryngau, gan gadarnhau yn aml y stereoteipiau bod pobl hŷn yn fregus, yn sâl ac yn ddibynnol ar bobl eraill.

- Mae dadansoddiad o bapurau newydd y DU yn dangos bod pobl hŷn yn cael eu cynrychioli gan amlaf fel defnyddwyr adnoddau gofal iechyd penodol, gyda'r geiriau 'iechyd', 'gofal', 'henoed' a 'heneiddio' yn gysylltiedig yn aml â sylw mewn papurau newydd.¹² Mae hyn yn cadarnhau'r farn wahaniaethol mai pobl hŷn yw prif ddefnyddwyr adnoddau iechyd a gofal. Fodd bynnag, mae dadansoddiad o wariant gofal iechyd a chymdeithasol yng Nghymru yn dangos er bod 75% o'r bobl a dderbyniodd ofal cymdeithasol gan awdurdodau lleol yng Nghymru yn 2017/18 yn 65 oed neu'n hŷn, ychydig dan draean (32%) o'r gwariant a dderbyniwyd ganddynt, gan herio'r naratif cryf yma.¹³
- Mae rhai brandiau a hysbysebwyd yn ceisio mynd i'r afael â safbwyntiau sy'n gwahaniaethu ar sail oedran, gyda B & Q, L'Oreal, Barclays a Dove i gyd wedi cael sylw am eu gwaith yn y maes hwn.¹⁴

Gwahaniaethu Ar Sail Oedran ac Iechyd a Gofal

Gall agweddau sy'n gwahaniaethu ar sail oedran effeithio ar farn pobl hŷn am eu heneiddio eu hunain, gan weithredu fel 'darogan hunangyflawnol' lle mae agweddau negyddol yn arwain at brofiadau negyddol o heneiddio, niweidio iechyd meddwl a chorfforol, amharu ar ansawdd bywyd a lleihau disgwiliad oes hyd yn oed. Yn ogystal ag effeithio'n uniongyrchol ar iechyd a lles pobl hŷn, gall gweithwyr iechyd a gofal proffesiynol ddangos gwahaniaethu ar sail oedran wrth drin pobl hŷn ac yn eu penderfyniadau ynghylch gofal pobl hŷn.

- Mae pobl hŷn sy'n edrych yn fwy positif ar heneiddio'n byw 7.5 o flynyddoedd yn hirach ar gyfartaledd na'r rhai sy'n edrych yn llai positif ar heneiddio.¹⁵
- Mae gwahaniaethu ar sail oedran ymddangosiadol yn cynyddu'r risg o broblemau iechyd difrifol, gan gynnwys: clefyd coronaidd y galon, strôc, diabetes, clefyd cronig yr ysgyfaint, salwch hirsefydlog cyfyngus a symptomau iselder.¹⁶
- Gall edrych yn negyddol ar heneiddio yn gynharach mewn bywyd arwain at ddirywiad cyflym mewn 'dwysedd hipocampal' (y rhan o'r ymennydd sy'n gysylltiedig â'r cof) a chynyddu'r 'drysu niwroffibrilaidd a'r plac amyloid' sy'n gysylltiedig â Chlefyd Alzheimer a ffurfiau eraill ar Dementia, o gymharu â'r rhai ag gwedd positif at heneiddio.¹⁷
- Mae gwahaniaethu ar sail oedran ymddangosiadol yn cynyddu'r tebygolrwydd y bydd pobl yn dweud bod eu hiechyd yn wael a hefyd gall weithredu fel rhwystr i ffordd o fyw iach, er enghraifft, drwy arwain pobl i ymddwyn mewn ffordd benodol er mwyn ymdopi, fel yfed neu ysmegu, i liniaru unrhyw effeithiau seicolegol negyddol gwahaniaethu.¹⁸
- Gall agweddau clinigwyr at heneiddio ddylanwadu (yn ddjarwybod) ar gynlluniau triniaeth, gyda phobl hŷn yn fwy tebygol o gael diagnosis o ddementia neu salwch corfforol, a phobl iau'n fwy tebygol o gael diagnosis o iselder a phryder pan mae ganddynt symptomau sydd yn union yr un fath.¹⁹
- Hefyd gall agweddau sy'n gwahaniaethu ar sail oedran effeithio ar ryngweithio pobl hŷn â gweithwyr iechyd proffesiynol, yn amrywio o ddefnydd nawddoglyd gweithwyr iechyd proffesiynol o siarad yn uchel yn ddiangen, a defnyddio iaith sylfaenol sy'n cael ei brandio fel 'siarad henoed', i faterion mwy difrifol fel clinigwyr ddim yn trafod gyda phobl hŷn nac yn rhoi gwybodaeth lawn iddynt am benderfyniadau clinigol a thriniaeth.²⁰

Gwahaniaethu Ar Sail Oedran: Problem Sy'n Pontio'r Cenedlaethau: Datrysiaid Sy'n Pontio'r Cenedlaethau

Nid dim ond pobl hŷn mae gwahaniaethu ar sail oedran yn effeithio arnynt. Mae pobl hŷn a phobl iau'n teimlo eu bod yn cael eu heffeithio gan wahaniaethu ar sail oedran.²¹ Fodd bynnag, mewn arolygon, mae pobl iau'n fwy tebygol o roi gwybod am brofi gwahaniaethu ar sail oedran na phobl hŷn.

- Yng Nghymru, mae 29% (mwy nag 1 o bob 4) o bobl 18 i 59 oed yn teimlo eu bod wedi profi gwahaniaethu yn eu herbyn oherwydd eu hoedran²², o gymharu â dim ond 12% o bobl 60+ oed.
- Mae pobl iau'n tynnu sylw at broblemau gwahaniaethu ar sail oedran 'strwythurol' e.e. gwahaniaethu ar sail oedran yng nghyswllt isafswm cyflog. Hefyd mae pobl iau'n tynnu sylw at broblemau fel y cynnydd mewn interniaethau heb dâl neu waith heb ddigon o dâl, ac (mewn ffordd debyg iawn i bobl hŷn) amlygrwydd sylwadau nawddoglyd, yn enwedig yn y gweithle.²³

Er bod oedolion iau'n fwy tebygol o roi gwybod am brofi gwahaniaethu ar sail oedran, maent hefyd yn fwy tebygol o fod ag agweddau negyddol at heneiddio a phobl hŷn.²⁴ Fodd bynnag, dangosir fod cyswllt sy'n pontio'r cenedlaethau'n lleihau safbwyntiau negyddol pobl iau am bobl hŷn a heneiddio.²⁵

Cost Gwahaniaethu Ar Sail Oedran

Nid dim ond ar bobl hŷn mae gwahaniaethu ar sail oedran yn amharu. Mae'n gost i gymdeithas gyfan, gydag effaith economaidd gwahaniaethu ar sail oedran yn cael ei theimlo mewn sawl sector.

- Mae amcangyfrif o 1 miliwn o bobl 50 i 64 oed yn y DU yn economaidd anweithgar ond a adawodd eu gwaith yn anwirfoddol.²⁶
- Mae unigolion di-waith dros 50 oed yn fwy tebygol o fod yn ddi-waith yn y tymor hir na phobl iau ddi-waith. Ar hyn o bryd, mae 38% o'r unigolion di-waith yn y DU sy'n 50 oed a hŷn (116,000 o bobl) wedi bod yn ddi-waith am fwy na 12 mis, o gymharu â 29% o bobl 25 i 49 oed ac 19% bobl 18 i 24 oed.²⁷
- Mae effaith diweithdra tymor hir pobl hŷn yn cael ei theimlo'n economaidd, wrth gollu cyfraniadau treth a thalu budd-daliadau diweithdra. Hefyd gwelwyd fod diffyg gwaith ystyrllon a diogel yn gwaethygu cyflyrau iechyd meddwl a chorfforol.²⁸

Felly gallwn weld sut gellir trosi effaith agweddau ac arferion sy'n gwahaniaethu ar sail oedran yn y farchnad lafur yn gostau cynyddol yn y sector iechyd a gofal cymdeithasol, costau cysylltiedig â darpariaeth ar gyfer pobl hŷn y mae eu heithrio o waith ystyrllon a diogel wedi gwaethygu eu salwch efallai.

- ¹ Butler, R. N. 1969. 'Age-ism: Another Form of Bigotry', *The Gerontologist*, 9(4): 243–46. Ar gael yn: https://doi.org/10.1093/geront/9.4_Part_1.243 [Dyddiad Mynediad: 20/08/2019]
- ² Royal Society for Public Health. 2018. *That Age Old Question*. Ar gael yn: <https://www.rsph.org.uk/uploads/assets/uploaded/a01e3aa7-9356-40bc-99c81b14dd904a41.pdf> [Dyddiad Mynediad: 20/08/2019]
- ³ 62 ICM Difyfyngiad. 2019. Arolwg Pobl Hŷn yng Nghymru, data a gasglwyd ar ran Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, 14-19 Mawrth 2019, 500 o ymatebwyr 60+ oed yn byw yng Nghymru
- ⁴ 62 ICM Difyfyngiad. 2019. Arolwg Pobl Hŷn yng Nghymru, data a gasglwyd ar ran Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, 14-19 Mawrth 2019, 500 o ymatebwyr 60+ oed yn byw yng Nghymru
- ⁵ Cuddy, A.J.C., Norton, M.I. a Fiske, S.T. 2005. 'This old stereotype: The pervasiveness and persistence of the elderly stereotype', *Journal of Social Issues* 61(2): 265–283
- ⁶ Royal Society for Public Health. 2018. *That Age Old Question*. Ar gael yn: <https://www.rsph.org.uk/uploads/assets/uploaded/a01e3aa7-9356-40bc-99c81b14dd904a41.pdf> [Dyddiad Mynediad: 20/08/2019]
- ⁷ Cuddy, A.J.C., Norton, M.I. a Fiske, S.T. 2005. 'This old stereotype: The pervasiveness and persistence of the elderly stereotype', *Journal of Social Issues* 61(2): 265–283
- ⁸ Lamont, R. A., Swift, H. J., ac Abrams, D. 2015. A review and meta-analysis of age-based stereotype threat: Negative stereotypes, not facts, do the damage. *Psychology and Aging*, 30(1), 180-193
- ⁹ Levy, B.R., Ashman, O. a Slade, M.D. 2009. 'Age Attributions and Aging Health: Contrast Between the United States and Japan', *The Journals of Gerontology: Series B* 64B(3): 335–338, <https://doi.org/10.1093/geronb/gbp002>
- ¹⁰ Royal Society for Public Health. 2018. *That Age Old Question*. Ar gael yn: <https://www.rsph.org.uk/uploads/assets/uploaded/a01e3aa7-9356-40bc-99c81b14dd904a41.pdf> [Dyddiad Mynediad: 20/08/2019]
- ¹¹ Sunlife. 2019. *Ageist Britain?*. Ar gael yn: <https://www.sunlife.co.uk/siteassets/documents/ageist-report-2019.pdf> [Dyddiad Mynediad: 15/10/2019]
- ¹² Swift, H., Abrams, D., Drury, L. a Lamont, R. 2016. 'The perception of ageing and age discrimination'. [Papur Briffio] yn '*Growing Older in the UK*', British Medical Association.
- ¹³ Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru. 2019. Cyflwr y Genedl 2019. Ar gael yn: http://www.olderpeoplewales.com/Libraries/Uploads/State_of_the_Nation_e_-_online.sflb.ashx [Dyddiad Mynediad: 15/10/2019]
- ¹⁴ Sunlife. 2019. *Ageist Britain?*. Ar gael yn: <https://www.sunlife.co.uk/siteassets/documents/ageist-report-2019.pdf> [Dyddiad Mynediad: 15/10/2019]
- ¹⁵ Levy, B.R., Slade, D.M., Kunkel, S.R. a Kasl, S.V. 2002. 'Longevity Increased by Positive Self Perceptions of Aging', *Journal of Personality and Social Psychology* 83(2): 261–270
- ¹⁶ Jackson, S.E., Hackett, R.A. a Steptoe, A. 2019. 'Associations between age discrimination and health and wellbeing: cross-sectional and prospective analysis of the English Longitudinal Study of Ageing', *The Lancet Public Health* 4(4): 200-08. Ar gael yn: [https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(19\)30035-0/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(19)30035-0/fulltext) [Dyddiad Mynediad: 05/08/2019]
- ¹⁷ Swift, H., Abrams, D., Drury, L. a Lamont, R. 2016. 'The perception of ageing and age discrimination'. [Papur Briffio] yn '*Growing Older in the UK*', British Medical Association.
- ¹⁸ Jackson, S.E., Hackett, R.A. a Steptoe, A. 2019. 'Associations between age discrimination and health and wellbeing: cross-sectional and prospective analysis of the English Longitudinal Study of Ageing', *The Lancet Public Health* 4(4): 200-08. Ar gael yn: [https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(19\)30035-0/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(19)30035-0/fulltext) [Dyddiad Mynediad: 05/08/2019]
- ¹⁹ Swift, H., Abrams, D., Drury, L. a Lamont, R. 2016. 'The perception of ageing and age discrimination'. [Papur Briffio] yn '*Growing Older in the UK*', British Medical Association.
- ²⁰ Swift, H., Abrams, D., Drury, L. a Lamont, R. 2016. 'The perception of ageing and age discrimination'. [Papur Briffio] yn '*Growing Older in the UK*', British Medical Association.
- ²¹ Royal Society for Public Health. 2018. *That Age Old Question*. Ar gael yn: <https://www.rsph.org.uk/uploads/assets/uploaded/a01e3aa7-9356-40bc-99c81b14dd904a41.pdf> [Dyddiad Mynediad: 20/08/2019]
- ²² ICM Difyfyngiad. 2019. *Arolwg Pobl 18 i 59 oed yng Nghymru*, casglwyd ar ran Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, 28 Mai-10 Mehefin 2019, 664 o ymatebwyr 18 i 59 oed sy'n byw yng Nghymru
- ²³ Royal Society for Public Health. 2018. *That Age Old Question*. Ar gael yn: <https://www.rsph.org.uk/uploads/assets/uploaded/a01e3aa7-9356-40bc-99c81b14dd904a41.pdf> [Dyddiad Mynediad: 20/08/2019]
- ²⁴ Royal Society for Public Health. 2018. *That Age Old Question*. Ar gael yn: <https://www.rsph.org.uk/uploads/assets/uploaded/a01e3aa7-9356-40bc-99c81b14dd904a41.pdf> [Dyddiad Mynediad: 20/08/2019]
- ²⁵ Royal Society for Public Health. 2018. *That Age Old Question*. Ar gael yn: <https://www.rsph.org.uk/uploads/assets/uploaded/a01e3aa7-9356-40bc-99c81b14dd904a41.pdf> [Dyddiad Mynediad: 20/08/2019]
- ²⁶ Centre for Ageing Better. 2017. Addressing worklessness and job insecurity among

people aged 50 and over in Greater Manchester. Tachwedd 2017. Ar gael yn: <https://www.ageing-better.org.uk/sites/default/files/2018-03/Addressing-worklessness-GM-full-report.pdf> [Dyddiad Mynediad: 16/10/2019]

²⁷ Centre for Ageing Better. 2017. Addressing worklessness and job insecurity among people aged 50 and over in Greater Manchester. Tachwedd 2017. Ar gael yn: <https://www.ageing-better.org.uk/sites/default/files/2018-03/Addressing-worklessness-GM-full-report.pdf> [Dyddiad Mynediad: 16/10/2019]

²⁸ Chandola, T. a Zhang, N. 2018. 'Re-employment, job quality, health and allostatic load biomarkers: prospective evidence from the UK Household Longitudinal Study', *International Journal of Epidemiology* 47(1): 47–57 <https://doi.org/10.1093/ije/dyx150>