TAFLEN FFEITHIAU
CYFRYNGAU DARLLEDU

CANLLAWIAU I'R CYFRYNGAU
ar adrodd am hunanladdiad

SAMARITANS
SAMARIAID

Cefndir

Mae hunanladdiad yn aml yn bwnc sy'n ennyn diddordeb ledled y cyfryngau. Fodd bynnag, mae darlledwyr yn wynebu rhai heriau unigryw wrth adrodd am y mater. Er enghraifft, cynhyrchu adroddiadau byw o safon uchel i gamera, pan fo'n amlwg bod y pwnc yn un sensitif iawn a lle bo'n hanfodol defnyddio iaith mewn ffordd ofalus.

Arferion gorau i ddarlledwyr wrth adrodd am hunanladdiad

Lleoliad a chynnwys y stori

- Peidiwch â rhoi storïau am hunanladdiad mewn man rhy amlwg mewn bwletinau; yn lle hynny, ceisiwch ddarlledu storïau yn is i lawr trefn y rhaglen. Mae yna lawer o dystiolaeth bod storïau am hunanladdiad a roddir mewn man amlwg yn fwy tebygol o arwain at ymddygiad dynwaredol gan bobl fregus.
- Byddwch yn ofalus wrth ystyried pa mor aml i ail-redeg neu ddiweddaru stori am hunanladdiad mewn cylch newyddion, oherwydd gallai dod i gysylltiad â hi dro ar ôl tro ddylanwadu ar bobl fregus.
- Ni ddylid cynnwys manylion clir am ddull hunanladdiad mewn unrhyw ddarllediad er mwyn gwarchod rhag dylanwadu'n ormodol ar ymddygiad pobl fregus. Er enghraifft, peidiwch byth â dweud faint o dabledi na pha fath o dabledi mae unigolyn wedi'u cymryd, na gyda beth y'u cymerodd, wrth geisio cymryd gorddos. Ystyriwch a oes angen cynnwys unrhyw wybodaeth am y dull o gwbl.
- Byddwch yn arbennig o wyliadwrus ynghylch yr ieithwedd a ddefnyddir wrth adrodd am hunanladdiad – yn enwedig wrth baratoi ar gyfer darllediad byw. Mae defnyddio geiriau fel 'epidemig' neu 'glwstwr' mewn ffordd amhriodol wrth wneud adroddiad am nifer o hunanladdiadau yn gallu gorliwio hunanladdiad neu ymgais at hunanladdiad.

Y ffordd y cyflwynir y stori

- Ystyriwch yn ofalus yr elfennau gweledol a ddefnyddir ar gyfer darnau a ddarlledir. Cynghorir yn erbyn defnyddio ffotograffau, lluniau llonydd neu fideo o leoliad hunanladdiad. Er enghraifft, peidiwch â chynnwys adroddiadau 'i'r camera' o ben clogwyn neu ddarn o reilffordd. Mae perygl y bydd gwneud adroddiadau dro ar ôl tro mewn lleoliadau gweladwy neu hawdd eu hadnabod yn tynnu sylw atynt.

- Peidiwch â dangos lluniau o ganlyniadau uniongyrchol hunanladdiad neu ymgais at hunanladdiad. Er enghraifft, gwasanaethau brys yn y fan lle bu'r farwolaeth.
- Meddyliwch yn ofalus am y lluniau y torrir iddynt neu ddeunydd cefndirol arall a ddefnyddir mewn darn newyddion neu ddarn dogfennol er mwyn peidio â gor-ddramateiddio. Er enghraifft, ni ddylai stori am bobl ifanc sydd wedi'u lladd eu hunain ar ôl defnyddio cyffuriau gynnwys fideo o bobl ifanc mewn amgylchedd y gellid ei ddehongli fel un 'cŵl' fel clwb nos.
- Dylai fideo, lluniau llonydd neu ffotograffau o unigolyn sydd wedi'i ladd ei hun gael eu defnyddio'n eithriadol o ofalus. Cwestiynwch a oes gwir angen defnyddio llun – yn enwedig os yw'n llun o berson ifanc. Os defnyddir lluniau, gofynnwch am ganiatâd perthnasau. Hefyd, peidiwch â defnyddio lluniau mewn mannau amlwg neu dro ar ôl tro.
- Peidiwch ag 'ail-greu' digwyddiad hunanladdol.
- Os ydych chi'n defnyddio cerddoriaeth mewn darllediad radio neu deledu am hunanladdiad, meddyliwch yn ofalus am y ffordd y caiff y gerddoriaeth ei dewis a'i defnyddio. Gellid dehongli cerddoriaeth lawn emosiwn fel rhywbeth sy'n gor-ddramateiddio neu'n gorliwio marwolaeth.

Pwyntiau ychwanegol i'w hystyried

- Os ydych chi'n mynd at bobl sydd wedi cael profedigaeth i ofyn am gyfweliad, neu at bobl sydd wedi ceisio lladd eu hunain yn y gorffennol, cofiwch y gallant fod yn fregus. Mae pobl sydd wedi ceisio lladd eu hunain yn y gorffennol yn fwy tebygol o geisio gwneud eto yn y dyfodol. I gael mwy o wybodaeth am fynd at aelodau o deuluoedd sydd wedi cael profedigaeth, gweler Taflen Ffeithiau'r Samariaid o Ganllawiau i'r Cyfryngau ar 'Weithio gyda theuluoedd sydd wedi cael profedigaeth ar ôl hunanladdiad'.
- Byddwch yn arbennig o ofalus ynghylch y ffordd y caiff rhaglenni dogfen eu hyrwyddo. Bydd sicrhau bod adrannau neu asiantaethau sy'n gyfrifol am gynhyrchu trêls yn ymwybodol o ganllawiau ar adrodd am hunanladdiad yn helpu i atal gor-ddramateiddio wrth roi cyhoeddusrwydd i raglen.
- Yn fwyfwy mae cynnwys fideo a sain sydd ar gael ar lein yn rhan o fyd darlledu, felly rhowch sylw arbennig i'r rheiny sy'n sôn am hunanladdiad. Mae'n bwysig bod y math hwn o gynnwys yn cael ei drin yr un mor ofalus â mathau eraill o raglenni. Dylid bod yn arbennig o ofalus i sicrhau bod fersiynau estynedig o raglenni a ddarlledwyd ar y radio ynghynt yn cael eu gwirio i wneud yn siŵr bod y cynnwys yn cydymffurfio â *Chanllawiau'r Samariaid i'r Cyfryngau ar Adrodd am Hunanladdiad.*
- Cyfeiriwch wylwyr a gwrandawyr at ffynonellau cymorth fel y Samariaid. Mae'n ddoeth darparu gwybodaeth ymarferol ynghylch ble i chwilio am gymorth yn dilyn darllediad sy'n ymdrin â hunanladdiad.

I gael awgrymiadau cyffredinol am yr arferion gorau gweler *Canllawiau'r Samariaid i'r Cyfryngau ar Adrodd am Hunanladdiad* ar: www.samaritans.org/mediaguidelines

Cysylltu â swyddfa'r wasg y Samariaid:
+44 (0)20 8394 8300
Tu allan i oriau: **+44 (0)7943 809 162**
press@samaritans.org
#reportingsuicide