

DECIPHER

Y Ganolfan Datblygu a Gwerthuso Ymriadau
Cymhleth er mwyn Gwella Iechyd y Cyhoedd
Canolfan Ragoriaeth Ymchwil Iechyd y Cyhoedd



ADRODDIAD BLYNYDDOL 2021/22

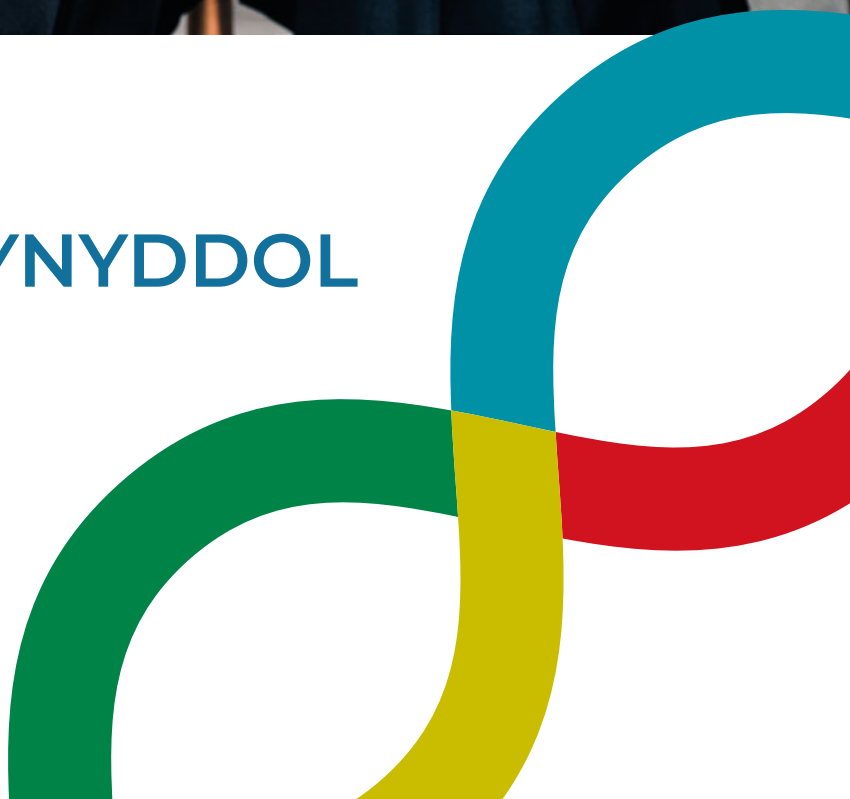


Ymchwil Iechyd
a Gofal **Cymru**
Health and Care
Research **Wales**



Ariennir gan
Lywodraeth Cymru
Funded by
Welsh Government

<https://decipher.uk.net>



1. CYFLWYNIAD

Ar ran tîm DECIPHer, rwy'n falch o gyflwyno ein hail adroddiad blynyddol ar gyfer y ganolfan, sy'n dod ag arbenigwyr amlddisgyblaethol ynghyd i fynd i'r afael â phroblemau iechyd cyhoeddus allweddol gan ganolbwyntio ar iechyd a lles plant a phobl ifanc.

Rydym yn adeiladu gallu ymchwil iechyd cyhoeddus unigryw yng Nghymru. Mae hyn yn cynnwys rhaglen addysgu dan arweiniad ymchwil fywiog, cyrsiau byr rhyngwladol, lleoliadau i israddedigion ac ôl-raddedig, secondiadau rhyngwladol a rhaglen gyrfaedd i ymchwilwyr sy'n llwyddiannus. Mae hyn yn cefnogi ymchwilwyr ar ddechrau eu gyrfa i symud o PhD i gymrodoriaethau ac yna i ddod yn brif ymchwilwyr. Mae hyn yn ein helpu i gydweithio â chanolfannau academaidd eraill ledled Cymru, y Deyrnas Unedig ac yn rhyngwladol i ddod â dulliau ymchwil arloesol ar gyfer problemau iechyd y cyhoedd. Yn hyn o beth, rydym hefyd yn gweithio'n agos gyda phartneriaid yn Iechyd Cyhoeddus Cymru a chyda rhanddeiliaid cenedlaethol a lleol eraill i ddatblygu, i werthuso ac i roi polisiau iechyd effeithiol sy'n gwneud gwahaniaeth ar waith. Rydym hefyd yn rhoi pwyslais mawr ar gynnwys y cyhoedd yn ein gwaith, o ddatblygu ymchwil ac ymddygiad astudio i drosi ac effaith.

Mae Rhwydweithiau Ymchwil Gwella Iechyd Cyhoeddus (PHIRNs) yn sicrhau bod ein cydweithrediadau academaidd, polisi, ymarfer ac â'r cyhoedd yn ystyrlon ac yn effeithiol. Mae'r rhwydweithiau hyn yn hwyluso Grwpiau Datblygu Ymchwil (RDGs) i sicrhau cyllid ymchwil, i gefnogi cynnal astudiaethau a throsi tystiolaeth ar draws pedwar maes rhaglenni ymchwil. Y meysydd hyn yw i) polisi cyhoeddus iach, ii) lleoliadau a sefydliadau iach, iii) perthnasoedd cymdeithasol iach, a iv) arloesedd methodolegol ym maes gwyddor ymyrraeth iechyd cyhoeddus. Mae'r rhaglenni hyn yn cael eu cyd-arwain â mwy o uwchradd staff sy'n cefnogi ymchwilwyr canol gyrfa i gefnogi cynaliadwyedd a meithrin gallu yng Nghymru.

Mae PHIRNs yn ein galluogi i fynd i'r afael â phroblemau cymhleth a chymryd agwedd partneriaeth. Er enghraifft, mae gweithgareddau yn Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion (SHRN) yn cefnogi dangosyddion cenedlaethol Llywodraeth Cymru ac maen nhw'n cael eu crybwyll ar hyn o bryd mewn dros 30 o ddogfennau polisi neu strategaeth Gymreig. Mae SHRN hefyd yn darparu adroddiadau data ar gyfer Iechyd Cyhoeddus Cymru, Consortia Addysgol, Awdurdodau Addysg Lleol (LEAs), Byrddau Iechyd Lleol (LhBs) ac ysgolion ledled Cymru. Mae hefyd yn cefnogi portffolio gwerth miliynau o bunnoedd o astudiaethau ymchwil a dulliau arloesol o gyfieithu a datblygu capasiti. Rydym yn parhau i ddatblygu ein rhwydweithiau mewn ysgolion uwchradd a chynradd, gyda phobl ifanc yn y gymuned a chyda rhieni a gofawyr.

Mae'r hyn sy'n dilyn, yn tynnu sylw at ein llwyddiannau allweddol eleni ym maes datblygu capasiti, gweithgarwch rhaglenni ymchwil a'n cydweithrediadau a'n hymgysylltiad i hyrwyddo effaith. Wrth greu a chyfieithu tystiolaeth ymchwil berthnasol ragorol ar draws polisiau a gyd-luniwyd, rydym yn cyfrannu at flaenoriaethau polisi allweddol yng Nghymru, sy'n cyd-fynd â Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 ac sy'n ceisio gwella iechyd a lles poblogaeth Cymru wrth leihau anghydraddoldebau.



Yr Athro Simon Murphy
Cyfarwyddwr DECIPHer

2. PWY YDYM NI A SUT RYDYM YN GWEITHREDU?

Daw ymchwilwyr DECIPHer o Ysgol y Gwyddorau Cymdeithasol a'r Ysgol Feddygaeth ym Mhrifysgol Caerdydd, ac Iechyd Cyhoeddus Cymru. Rydym yn dod ynghyd fel Bwrdd Partneriaeth Strategol i oruchwylio gwaith y ganolfan, ac fe'n cefnogir gan Fwrdd Cynghori Strategol Cynnwys y Cyhoedd a Bwrdd Cynghori Gwyddonol. Mae Tîm Gweithredol DECIPHer yn gyfrifol am waith cyflenwi a gwaith rheoli'r ganolfan o ddydd i ddydd.

DECIPHer Tîm Gweithredol



DECIPHer Cyd-Ymchwilwyr



3. METRIGAU CRAIDD

Cyfnod adrodd: 2021/2022

**Gwobr seilwaith
Ymchwil lechyd a
Gofal Cymru i'r grŵp**



Cyllid
uniongyrchol
a ddyfarnwyd
£525.7k

Swyddi a
grëwyd drwy
gyllid
uniongyrchol



Grantiau a enillwyd yn ystod y cyfnod adrodd

Grantiau a enillwyd	Dan arweiniad y grŵp	Grŵp yn cydweithio
Nifer	14	18
Gwerth	£2.51m	£12.45m
Cyllid i Gymru	£2.51m	£3.10m
Cyllid i grŵp	£2.45m	£792.9k
Swyddi ychwanegol a grëwyd ar gyfer Cymru	17	19
Swyddi ychwanegol a grëwyd ar gyfer grŵp	17	7



Nifer y cyhoeddiadau



Nifer y digwyddiadau
ymgysylltu â'r cyhoedd



Nifer y cyfleoedd i'r
cyhoedd gymryd rhan



Ariennir DECIPHer gan Lywodraeth Cymru drwy Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru. Eleni, cawsom grant o £525,735 ac mae ein cydweithrediadau wedi sicrhau 32 o astudiaethau ymchwil newydd gyda gwerth o dros £14.96 miliwn, y daeth gwerth £5.6 miliwn ohono i Gymru. Cafodd wyth o'r astudiaethau hyn eu harwain gan DECIPHer, a daeth £3.24 miliwn yn uniongyrchol i'n canolfan ni. Mae dyfarniad o Ganolfan Ymchwil Data Iechyd DATAMIND, gwerth £2.5m, yn arbennig o nodedig. Mae hwn yn gydweithrediad dan arweiniad Prifysgol Abertawe ac mae'n adeiladu ar ddyfarniad Pathfinder MRC blaenorol trwy gysylltu gwaith Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) a banc data Cysylltu Gwybodaeth Ddienw yn Ddiogel (SAIL) Yn ogystal â llwyddiant allweddol gyda seilwaith, mae cyllid wedi cefnogi ystod eang o brosiectau a nodir yn ein hadran rhaglenni ymchwil.

Mae'n werth nodi hefyd bod ein llwyddiant wedi arwain at greu 36 o swyddi ychwanegol yng Nghymru, y mae 24 ohonynt yn ein canolfan. Mae DECIPHer wedi cefnogi 75 o weithgareddau a digwyddiadau cydweithredol gyda'n rhanddeiliaid i gyd-gynhyrchu a throsi ein hymchwil. Mae hyn wedi cynnwys grwpiau gorchwyl a gorffen ar

datblygu cynigion ymchwil a digwyddiadau ymgynghori gydag Ymchwil ac Arloesedd y DU (UKRI) a'r Wellcome Trust. Yn y cyfamser, rydym wedi cynhyrchu 57 o gyhoeddiadau, gan gynnwys erthyglau mewn cyfnodolion a adolygir, ac adroddiadau a chanllawiau cyhoeddiedig. Eleni, rydym hefyd wedi llwyddo i gefnogi a chyflwyno 60 o ddigwyddiadau ymgysylltu â'r cyhoedd, ac mae hyn yn cynnwys cyflwyniadau gan staff ein canolfan, digwyddiadau DECIPHer ar-lein, a'n rhaglen ryngwladol o gyrsiau byr.

Dros y flwyddyn, gwnaeth DECIPHer gyfraniadau sylweddol o blaid datblygu polisi a gwerthuso, gyda Llywodraeth Cymru, gweithgarwch y DU a rhyngwladol. Mae hyn yn cynnwys aelodaeth o Weithgor Tybaco Llywodraeth Cymru, Cell Cynghorol Dechnegol COVID-19 ar gyfer Plant ac Addysg, y Grŵp Gorchwyl a Gorffen Gweinidogol ar gyfer Agwedd Ysgolion Cyfan at Iechyd Meddwl, cydnabyddiaeth yn ymateb Llywodraeth Cymru ar Ganllawiau i'r ymgynghoriad ar god a Chanllawiau Statudol Addysg Seilwaith ac Addysg Rhyw (RSE), a gwaith gyda UNESCO, i gefnogi drafftio 'Canllawiau i Brif-ffrydio Dysgu Cymdeithasol ac Emosiynol (SEL) mewn Systemau Addysg

4. DATBLYGU GALLU

4.1 Rhwydweithiau Ymchwil Gwella Iechyd y Cyhoedd (PHIRNS)



Julie Bishop



Jemma Hawkins

Mae DECIPHer yn datblygu seilwaith rhwydwaith i gyd-gynhyrchu ymchwil ymyrraeth a hyrwyddo cyfieithu drwy fanteisio ar bartneriaethau cryf gyda pholisi ac ymarfer. Mae Dr Julie Bishop, sy'n gyd-ymchwilydd DECIPHer gyda chyfrifoldeb dros gyd-arwain datblygiad PHIRN ac yn Gyfarwyddwr Gwella Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn myfyrto ar werth ein dull gweithredu:

Mae un o'r dulliau o ddatblygu capasiti a gallu ymchwil drwy ddatblygu rhwydwaith yn parhau i gynnwys cryfhau a chyfuno cysylltiadau gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru drwy staff sy'n rhan annatod o'r staff a staff sy'n rhannu'r un lleoliad a thrwy rwydweithiau a rennir. Yn anochel, mae'r pandemig wedi effeithio ar y gwaith hwn, ond mae'n cael ei ail-ysgogi trwy gyfnod adfer COVID-19. Mae'r rhwydweithiau mwyaf sefydledig yn bodoli yng nghyd-destun ysgolion, yn enwedig drwy Rhwydwaith Cymru o Gynlluniau Ysgolion Iach, ac mae'r cydweithio hwn yn dystiolaeth o'r esblygiad a'r integreiddio sydd wedi'i gyflawni rhwng PHIRN a rhaglenni Iechyd Cyhoeddus cenedlaethol allweddol. Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn cynnal rhaglen drawsnewid sylweddol ac mae hyn wedi cynnig cyfleoedd i gryfhau a chysoni'r bartneriaeth rhwng SHRN a'r Rhwydwaith, gyda'r Rhwydwaith yn cymryd rôl allweddol wrth recriwtio i'r arolwg. Mae'r defnydd o ddata'r arolwg wedi'i gynnwys yn benodol yn yr offeryn asesu newydd ar gyfer y Dull Ysgol Gyfan

o Ymdrin â Lles Meddyliol ac Emosiynol, ac mae datblygu fframwaith monitro a gwerthuso newydd Rhwydwaith Ysgolion Iach yn debygol o gynnwys dull tebyg. Byddwn ni'n defnyddio data'r arolwg o fewn fframweithiau monitro polisiâu Iechyd Cyhoeddus allweddol eraill e.e. Tybaco, mewn partneriaeth â Llywodraeth Cymru. Mae'r dysgu o'r sector ysgolion yn cael ei ddefnyddio i fabwysiadu dull rhwydwaith o ymdrin ag Iechyd a Lles yn y gweithle a fydd yn gynyddol bwysig yn ystod cyfnod o newid digynsail yn natur gwaith.

Timau Astudiaethau Ymatebol Ymyrraeth Iechyd Cyhoeddus (PHIRSTs)

Mae PHIRSTs yn elfen arall o'n datblygiad rhwydwaith lle mae ymchwilwyr academaidd yn cael eu ffurfio mewn partneriaeth ag awdurdodau lleol i gyd-gynhyrchu gwerthusiadau o ymyriadau Iechyd Cyhoeddus awdurdodau lleol presennol. Erbyn hyn mae chwe thîm PHIRST ar draws y DU a ariennir gan y Sefydliad Cenedlaethol dros Ymchwil Iechyd (NIHR), ac Uwch Gymrawd Ymchwil DECIPHer, Dr Kelly Morgan ynghyd â'r ymchwilwyr, yr Athro Simon Murphy a Dr Jemma Hawkins, yn rhan o gydweithrediad prifysgolion Bryste/Caerdydd a adwaenir fel 'PHIRST Insight'.

Mae PHIRST Insight yn gweithio ar hyn o bryd ar werthusiadau o chwe ymyriad awdurdod lleol o bob rhan o'r DU, gyda dau o'r rhain yn cael eu harwain gan ymchwilwyr yn DECIPHer. Mae'r ymyriadau'n rhychwantu ystod o faterion Iechyd Cyhoeddus a phoblogaethau ar draws y cwrs bywyd gan gynnwys: hyfforddiant meddylfryd twf i athrawon, darparu pryddau ysgol am ddim yn gyffredinol, cynllun cegin gymunedol, seilwaith teithio llesol, prosiectau Iechyd meddwl cymunedol, ac offeryn i nodi ac atal diffyg maeth mewn oedolion hŷn. Mae ein dull o ddatblygu'r gwerthusiadau hyn yn canolbwyntio ar gyd-gynhyrchu a chydweithio rhwng llunwyr polisi, ymarferwyr, y cyhoedd, ac ymchwilwyr.

Mae Dr Hayley Reed yn Gydymaith Ymchwil yn DECIPHer sy'n gweithio ar y prosiect PHIRST Timau Mindset. Mae hwn yn ymyriad, a'i nod yw cefnogi datblygu diwylliant o feddylfryd twf mewn ysgolion yn yr Alban er mwyn gwella gwydnwch dysgu ar gyfer canlyniadau iechyd ac addysg. Yma mae'n myfyrio ar ei hamser gyda DECIPHer



“Rwyf i wedi bod yn ymwneud â DECIPHer ers 2011 pan gefais fy mhenodi'n Swyddog Ymchwil Pobl Ifanc. Roeddwn yn gyfrifol am gefnogi cyfranogiad y cyhoedd yn y Ganolfan, a'm prif dasg oedd datblygu un o grwpiau cynghori ieuencid cyntaf y DU Cyngor Arwain at Ddatblygiadau Iechyd y Cyhoedd (ALPHA), sy'n dal i fod yn esiampl o ran flaenllaw ymhlith y cyhoedd. Yn ystod fy mhymlynedd yn y rôl hon, cefais brofiad ymchwil ymyrraeth amhrisiadwy wrth i mi gefnogi ALPHA i fod yn rhan o 17 o brosiectau ymyrraeth gydag ymchwilwyr a llunwyr polisïau, ac roeddwn yn aelod grŵp llywio ar gyfer tri threial ymyrraeth. Sbardunodd hyn fy niddordeb mewn ymgymryd â'm hymchwil fy hun ynghylch sut y gellir cyd-gynhyrchu ymyriadau â rhanddeiliaid ysgolion.

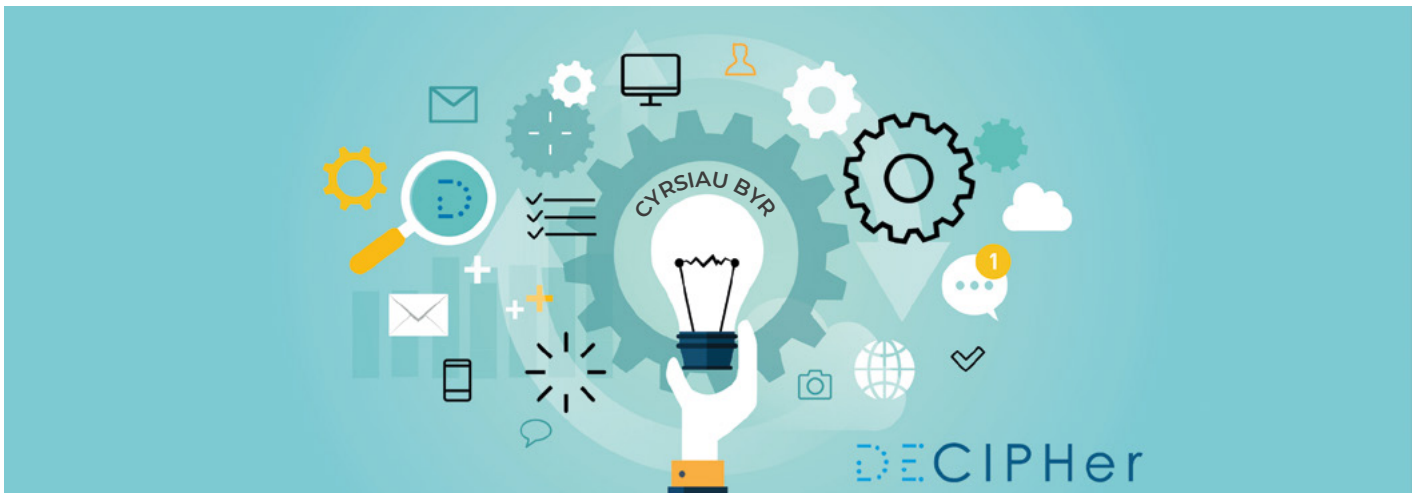
Gyda chefnogaeth cydweithwyr DECIPHer, llwyddais i ennill Efrydiaeth PhD a ddechreuodd yn 2017. Roedd fy ymchwil yn cynnwys adolygiad systematig i sefydlu proses gyd-gynhyrchu a oedd yn cefnogi datblygu ymyriadau lles penodol i ysgolion. Gwnes i gyflawni hyn mewn dwy ysgol wrth ddefnyddio gwerthusiad proses i fireinio'r broses gyd-gynhyrchu. Yn gydamserol, llwyddais i gyfrannu at ddau adolygiad arall, un ar iechyd meddwl gofalgwyr ifanc a'r llall ar ddylanwadau cyfoedion ar ysmegu, ac i weithio ar ddau brosiect ar hyfforddiant ymarferwyr yn Restorative Approaches, ac iechyd meddwl cyn-filwyr a theuluoedd. Roedd hyn i gyd yn caniatáu i mi ehangu fy ngwybodaeth a'm sgiliau ymchwil. Fy nyhead am y dyfodol yw cael grant Cymrodoriaeth fel y gallaf ehangu fy arbenigedd ymyrraeth i addasu ymyriadau llwyddiannus i Gymru sy'n gallu mynd i'r afael â phroblemau iechyd meddwl pobl ifanc.”

Mae Dr Elinor Coulman yn Gymrawd Ymchwil a ymunodd â ni ar secondiad o'r Ganolfan Treialon Ymchwil yn 2021 pan gododd gyfle i ymchwilydd PHIRST yn DECIPHer. Mae hi'n trafod ar ei phrofiad o weithio gyda ni



“Roeddwn i wedi gweithio i'r Ganolfan Ymchwil Treialon (CTR) am ddeng mlynedd fel Rheolwr Cyswllt/ Treial Ymchwil a rhoddodd y secondiad gyfle i ehangu faint rwy'n ymwneud yn weithredol ag ymchwil iechyd y boblogaeth. Mae menter PHIRST yn cynnwys gweithio gyda phartneriaid awdurdodau lleol i werthuso gwaith sydd eisoes yn digwydd o fewn llywodraeth leol. Mae'r prosiect rwy'n gweithio arno yn gwerthuso sut mae Eat Well Age Well / Scottish Borders yn rhoi Rhestr Wirio Maeth Cymdeithas y Cleifion. Mae hefyd yn asesu effaith y Rhestr Wirio ar oedolion hŷn a'r sefydliadau gofal cymdeithasol, tai a gwirfoddol sy'n defnyddio'r Rhestr Wirio yn y cymunedau. Mae'r rôl wedi fy ngalluogi i ddefnyddio fy sgiliau a'm profiad a enillwyd wrth imi reoli ystod eang o newid ymddygiad, iechyd y cyhoedd ac ymyriadau cymhleth. Caniatodd hefyd i mi ymgysylltu ag ymchwil iechyd cyhoeddus o'i gychwyn cyntaf, ac i arwain cyd-gynhyrchu'r gwerthusiad, gyda chefnogaeth hanfodol gan arweinwyr y prosiect. Mae DECIPHer yn amgylchedd gweithio deniadol ac adeiladol, ac mae wedi rhoi cyfle gwych i ddatblygu cydweithrediadau traws-ganolfan cryf ym Mhrifysgol Caerdydd. Ers gweithio yn DECIPHer, rwyf wedi cael swydd Cymrawd Ymchwil yn y CTR, datblygiad a gefnogwyd yn llawn gan y Tîm Gweithredol. Rwy'n bwriadu dilyn fy ngyrfa fel ymchwilydd annibynnol ac rwy'n gobeithio sicrhau fy arian grant fy hun, gan gyfrannu at bortffolio ymchwil iechyd cyhoeddus yn DECIPHer.”

4.2 Cyrsiau byr cenedlaethol a rhyngwladol



Rydym wedi parhau i ddarparu ein cyrsiau datblygu capasiti yn bennaf trwy gyrsiau ar-lein oherwydd cyfyngiad parhaus COVID-19. Dros y flwyddyn ddiwethaf rydyn ni wedi cyflwyno fersiynau ar-lein wedi'u haddasu o'n tri chwrs byr blynyddol, yn ogystal â thri chwrs pwrpasol rhyngwladol.

Cyflwynwyd fersiwn dwys o'n cwrs hyfforddi 5 diwrnod blynyddol ym mis Mehefin 2021 ar ffurf casgliad ar-lein o 3 gweithdy hanner diwrnod ynghyd â sesiynau trafod 1:1 gydag ymchwilwyr DECIPHER. Roedd y cwrs byrrach hwn yn canolbwyntio ar y datblygiadau a'r meysydd arbenigedd newydd cyfredol o fewn DECIPHER, gan ddarparu cyfuniad o sylfaen ragarweiniol mewn cymhlethdod ac ymyrraeth iechyd y cyhoedd wrth edrych yn ddyfnach ar feysydd pwnc arbenigol o ymwneud â'r cyhoedd ac arweiniad newydd ar gyfer addasu ymyrraeth.

Roedd y cwrs yn hynod o boblogaidd ac roedd gormod o bobl wedi tanysgrifio iddo cyn pen wythnos ar ôl i'r cyfnod cofrestru agor. Denodd gynulleidfa ryngwladol gyda phobl o'r DU, Iwerddon, Lwcsembwrg, Siapan ac Awstralia yn bresennol ac roedd staff o wahanol feysydd o iechyd cyhoeddus a gofal iechyd gan gynnwys iechyd meddwl, ffisiotherapi, gofal lliniarol, iechyd byd-eang, gwyddorau deintyddol a meddygaeth resbiradol yno. Yn yr un modd, cafodd fersiwn ar-lein ein cwrs gwerthuso prosesau 1 diwrnod ym mis Medi 2021 ei ordanysgrifio gyda chynrychiolwyr o Gymru a'r DU yn ogystal â chynrychiolwyr rhyngwladol sy'n o fyd academia, polisi a lleoliadau clinigol. Yn dilyn llwyddiant ein cwrs hyfforddi ar-lein ar 'sut i gynnwys pobl ifanc wrth ddylunio ac arwain ymchwil', a gyflwynwyd mewn cydweithrediad ag Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru ym mis Ionawr 2021, trefnodd Peter Gee a

Dr Jeremy Segrott gyfle arall i wneud y cwrs hwn ym mis Mehefin.

Mae ein datblygiad capasiti rhyngwladol ar ffurf cyrsiau byr arferol a gynhelir yn rheolaidd yn ogystal â cheisiadau am gyrsiau untro pwrpasol. Mae ein cyrsiau rhyngwladol arferol yn cynnwys cwrs hyfforddiant doethurol achrededig ar ddatblygu a gwerthuso ymyriadau cymhleth ar gyfer Sefydliad Karolinska yn Sweden (dan arweiniad Dr Jemma Hawkins a'r Athro Graham Moore), ac addysgu ar gyd-gynhyrchu a gwerthuso prosesau ar gyfer ymchwilwyr a myfyrwyr gradd ddoethur ym Mhrifysgol Aalborg, Denmarc (dan arweiniad Dr Rhiannon Evans a Dr Rachel Brown). Cafodd y cyrsiau hyn eu cyflwyno eto ym mis Mehefin ac ym mis Hydref 2021 yn y drefn honno, gyda rhywfaint o'r addysgu a oedd yn digwydd yn Nenmarc yn cael ei gyflwyno'n bersonol, cafwyd adborth hynod gadarnhaol am y ddau gwrs.

Dros y 12 mis diwethaf rydym hefyd wedi derbyn ceisiadau am gyrsiau datblygu capasiti pwrpasol gan sefydliadau'r DU a sefydliadau rhyngwladol gan gynnwys Ysgol Ymchwil Iechyd a Gofal Cenedlaethol (NIHR), Canterbury Christ Church University a Gweinyddiaeth Iechyd Chile. Darparwyd cwrs hyfforddi 2 ddiwrnod ar-lein fel cyflwyniad i werthuso ymyriadau cymhleth gan Dr Jemma Hawkins, Dr Rachel Brown a'r Athro Graham Moore ym mis Hydref 2021 i academyddion o Canterbury Christ Church University a'u cydweithwyr o bedair Prifysgol ym Mhalesteina yn rhan o gydweithrediad trwy Global Challenges Research Fund (GCRF). Mae trafodaethau'n parhau gyda phobl gyswllt yng Ngweinyddiaeth Iechyd Chile ynghylch datblygu cwrs pwrpasol, ac yn y cyfamser daeth rhai aelodau staff o'r weinidogaeth i'r cwrs gwerthuso proses 1 diwrnod ym mis Medi 2021.

4.3 Cefnogi datblygiad staff ymchwil a gwasanaethau proffesiynol

Eleni, roedd yn bleser gennym longyfarch yr Athro Graham Moore ar gael ei benodi yn Uwch Arweinydd Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru ac am ymuno â Rhaglen Arweinyddiaeth Athrawol Prifysgol Caerdydd. Yn ogystal â hynny, gwelsom ddau o'n staff DECIPHer, Dr Rachel Brown a Dr Sara Long, yn cael eu dyrchafu i Gymrawd Ymchwil a chafodd Dr Rebecca Anthony ei henwebu ar gyfer Hyfforddai Ymchwil y Flwyddyn yng Ngwobrau'r Cymdeithas Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed. Penodwyd Kelly Morgan yn arweinydd thema ar newid lefel y boblogaeth yn Sefydliad Gweithgarwch Corfforol, Iechyd a Chwaraeon Cymru, ac ar thema iechyd a lles ar gydweithio strategol y Swyddfa Ystadegau Gwladol/Prifysgol Caerdydd. Eleni hefyd dyfarnwyd PhD i ddau o'n myfyrwyr, Dr Edward Janes am ei draethawd thesis ar *Caring Live: What do young people who care for family members need to thrive?* a Dr Hayley Reed am ei gwaith ar ddatblygu canllawiau methodolegol ar gyfer cyd-gynhyrchu ymyriadau iechyd mewn ysgolion uwchradd. Rydym hefyd wedi cefnogi nifer sylweddol o'n staff i ddatblygu eu gyrfaedd. Gwnaethom ofyn i dri ohonynt sôn am eu profiadau gyda DECIPHer.

Sophie Jones - Mae Sophie yn hanu o'r Coed Duon ac wedi cymhwyso ar lefel gradd fel Gweithiwr Ieuentid a Chymunedol. Mae wedi cwblhau ei TAR AHO ym Mhrifysgol Metropolitan Caerdydd yn ddiweddar ac ar hyn o bryd mae'n gwneud MSc mewn Iechyd Cyhoeddus Cymhwysol. Ymunodd ag ALPHA yn 14 oed, heb wybod sut byddai'r profiad yn ysbrydoli ac yn llywio ei gyrfa yn y dyfodol.



"Pan ymunais ag ALPHA yn 14 oed, do'n i ddim yn siŵr iawn beth oedd e na beth fyddwn i'n ei gael ohono. Ond fe wnes i elwa cymaint. Efallai fy mod i'n bleidiol iddo ond mae ALPHA yn grŵp anhygoel ac mae mor unigryw. Fe ddatblygais yn broffesiynol ac yn bersonol trwy gymryd rhan.

"Yn gyntaf, fe ges i grŵp cyfeillgarwch newydd sbon ac fe wnes i ffrindiau am oes. Ro'n i'n gallu cwrdd â phobl eraill o bob rhan o ardal De Cymru a chlywed eu safbwyntiau ar ymchwil. Ro'n nhw yn aml yn wahanol i'm safbwyntiau i, a oedd wedi'u llywio gan dyfu i fyny mewn tref fach yn y

cymoedd. Mae ehangu fy rhwydwaith a'r sgiliau rhyngbersonol a bywyd a lwyddais i'w meithrin dros gyfnod o amser wedi bod yn amhrisiadwy. Pan ddechreuais gydag ALPHA am y tro cyntaf, do'n i erioed wedi teithio i Gaerdydd heb fy mam, doedd gen i ddim llawer o hyder ac ro'n i'n swil iawn. Dyw hynny ddim yn wir rhagor, yn bendant!

"Ochr yn ochr â'r elfen bersonol, fe roddodd ALPHA yrfa i mi, a hynny'n anfwriadol. Ar ôl yr ysgol, fe es i i'r coleg ond fe adawais yn gynnar iawn. Am ychydig fisoedd, roeddwn i'n NEET (heb fod mewn Addysg, Cyflogaeth na Hyfforddiant) ond ro'n i'n dal i fynd i sesiynau ALPHA. Dyma'r adeg yr ymgeisiais i wneud fy ngradd mewn gwaith Ieuentid a Chymunedol. Er nad o'n i'n bodloni'r cymwysterau gofynnol i gael fy nerbyn, fe ges i gynnig cyfweiliad ac fe siaradais am fy mhrofiad gydag ALPHA ac am ymwneud ag ymchwil iechyd cyhoeddus pobl ifanc. Fe ges i gynnig diamod. Dyma ddechrau fy niddordeb mewn ymchwil a ffyrdd cydweithredol o weithio, ac mae fy ngradd, TAR, fy astudiaethau meistr a'm swydd i gyd yn ymwneud â phobl ifanc, y gymuned ac iechyd y cyhoedd.

"Fe adawais ALPHA a dod i weithio i DECIPHer ym mis Ionawr 2019, fel y gweithiwr ieuentid a fyddai'n rhoi sesiynau i ALPHA. Ro'n i'n llawn cyffro fy mod i'n gallu cysylltu fy mhrofiad â'm sgiliau a llunio dyfodol y grŵp. Ym mis Medi eleni, fe ddes i'n Uwch Swyddog Cyfranogiad y Cyhoedd, gan adael y sector gwaith ieuentid ond trwy wneud newid cyffrous i er mwyn dod â'm gwaith ieuentid a'm gwybodaeth am iechyd y cyhoedd at ei gilydd. Fy rôl nawr yw sicrhau bod lleisiau'r cyhoedd a phobl ifanc yn cael eu clywed mewn ymchwil yn DECIPHer, gan sicrhau bod yr holl ymwneud â'r cyhoedd yn amrywiol ac yn gynhwysol. Mae'n rôl gyffrous ac mae'n fy ngalluogi i weithio gyda phobl sy'n fy ysbrydoli ac i ddysgu am waith ac ymchwil gwyb sy'n ymwneud â phobl ifanc a chymunedau.

"Mae DECIPHer yn ganolfan ymchwil sefydledig ac uchel ei pharch, sy'n arwain yr arferion gorau. Mae'n fraint gweithio gyda chydweithwyr mor ymroddedig ac rwy'n dysgu drwy'r amser oddi wrth ein hymchwilwyr. Er fy mod i'n newydd yn y swydd a newydd ddechrau ar fy astudiaethau meistr, rwy'n gwybod yr hoffwn ddilyn gyrfa ym maes ymchwil yn y dyfodol – gan ganolbwyntio ar bobl ifanc, gwaith ieuentid ac iechyd y cyhoedd. Gyda chymaint o bobl ysbrydoledig o'm cwmpas yn DECIPHer, rwy'n dysgu oddi wrth y goreuon bob dydd."

Dr Edward Janes

"Dechreuais i ymwneud â DECIPHer yn 2014 pan wnes i gais am rôl y Gweithiwr Ieuenctid Sesiynol gydag ALPHA, grŵp cynghori ieuenctid DECIPHer. Roedd y rôl am ychydig o oriau'r



wythnos, ond fe wnes i barhau â hi am sawl blwyddyn ochr yn ochr â datblygu a rheoli prosiectau ar gyfer elusen hawliau plant, ac yn ddiweddarach ar gyfer tîm ymchwil Cyngor Caerdydd. Ar y cychwyn rhywbeth er hwyl oedd gweithio gydag ALPHA ond arweiniodd y gwaith o gefnogi a hwyluso sesiynau at sylfaen dda a chynyddu diddordeb mewn iechyd y cyhoedd.

Fe wnes i fynegi diddordeb mewn astudio am PhD ac, ar ôl bod yn aflwyddiannus i ddechrau wrth wneud cais am ysgoloriaeth wedi'i hariannu, ces i fy nghefnogi gan DECIPHer i fynychu eu cwrs byr ar ddatblygu a gwerthuso ymriadau. Roedd hyn yn hynod fuddiol o ran llywio ceisiadau am y dyfodol, a datblygais fy nghais fy hun am astudiaeth ar ofalwyr ifanc ac roedd yn llwyddiannus yn y pen draw.

Roedd fy ngoruchwylwyr PhD, yr Athro G.J Melendez-Torres (yn DECIPHer) a'r Athro Donald Forrester (ym Mhartneriaeth CASCADE, y ganolfan ymchwil gofal cymdeithasol i blant), yn wych o ran cydnabod fy mwriad i wneud rhywbeth gwahanol ac o ran ei gefnogi, hyd yn oed pan oedd yn golygu weithiau (yn aml!) gan gymryd y llwybr anoddach. Roedd hyn yn cynnwys datblygu sgiliau meintiol, a'r canlyniad oedd PhD dulliau cymysg a oedd yn ceisio mynd i'r afael â phroblemau hirsefydlog ym maes ymchwil gofalwyr ifanc.

Roedd astudio yn DECIPHer yn gyfle gwych i fod yn rhan o ganolfan ymchwil brysur, ac achubais yn llawn ar gyfleoedd i weithio ar brosiectau, yng nghwmni'r Grŵp Llywio Cynnwys y Cyhoedd a rheoli fforwm DECIPHer. Rhwng y ganolfan, fy ngoruchwylwyr a'r pwnc ymchwil ei hun, rwyf wedi cael ychydig o flynyddoedd anhygoel.

Ar ôl gorffen fy astudiaethau ddiwedd 2021, ar hyn o bryd rwy'n gweithio fel Cydymaith Ymchwil ar y (Sefydliad Ymchwil Cymdeithasol ac Economaidd Cymru a Data) WISERD Education Multi-Cohort Study (WEMCS), sef astudiaeth ymchwil hydredol. At hyn, rwyf wrthi yn ysgrifennu papurau ar fy astudiaeth ddoethurol a mynd ati i geisio gwneud rhagor o ymchwil i ofalwyr ifanc yn y dyfodol."

Safia Ouerghi - Graddiodd mewn Seicoleg yn 2021, daeth Safia i gysylltiad ag ALPHA a DECIPHer trwy leoliad proffesiynol yn y drydedd flwyddyn. Nawr, mae hi'n cymryd y cam cyntaf yn ei gyrfa ymchwil ac yn dilyn ei diddordeb angerddol mewn gwella iechyd y cyhoedd.



"Ym mlwyddyn olaf fy ngradd israddedig - yma yn Ysgol Seicoleg Prifysgol Caerdydd - gwnes i amryw o leoliadau, a drefnwyd gan GoWales. Cefais gyfle i wneud lleoliad rôl yn darparu cefnogaeth a barhaodd am dri mis (yn 2020) gydag ALPHA, a oedd yn cynnwys helpu i hwyluso a dylunio'r sesiynau ALPHA dan oruchwyliaeth Uwch Swyddog Cynnwys y Cyhoedd.

Mae ALPHA yn caniatáu i bobl ifanc leisio eu barn ynghylch ymriadau a strategaethau y mae'n fwriad y byddant yn eu cefnogi ac yn cefnogi eu lles, gan lywio a gwella dyluniad ymchwil yn uniongyrchol. Ar ôl i fy lleoliad ddod i ben, roeddwn yn awyddus i ymuno ag ALPHA fel aelod oherwydd imi weld o lygad y ffynnon bwysigrwydd ymwneud â'r cyhoedd o fewn ymchwil. Roedd cymryd rhan yn ALPHA hefyd yn fy helpu i ddatblygu llawer o sgiliau, yn bennaf sgiliau dadansodol drwy werthuso methodolegau ymchwil. Trwy fod yn aelod a thrwy fod â rôl gynorthwyol gydag ALPHA, fe ddes i ddeall fy mod i'n teimlo'n angerddol am ymchwil ym maes iechyd y cyhoedd.

"Ers hynny dw i wedi ymuno â DECIPHer fel Cynorthwydd Ymchwil, gan ddatblygu a gweithredu casglu data ar gyfer y School Health Research Network (SHRN). Ar hyn o bryd, rwy'n i'n cymryd rhan mewn prosiect sy'n anelu at ehangu'r School Health Research Network sydd wedi cael ei sefydlu yn y sector uwchradd i ysgolion cynradd ledled Cymru. Rydym ar y cam o werthuso dichonoldeb, gan fynd i'r afael â'r problemau sy'n ymddangos, a threialu dulliau arolygu a'u haddasrwydd ar gyfer plant iau. Mae'n gyffrous bod yn rhan o'r prosiect ac mae'n un sy'n cyd-fynd â'm diddordebau.

Mae gwaith DECIPHer mor bwysig gan ei fod yn golygu cyfathrebu'n uniongyrchol â phoblogaethau wedi'u targedu er mwyn gwella a mynd i'r afael â phroblemau ac anghydraddoldebau iechyd. Mae ystyried amrywiaeth o faterion wrth fynd at yr ymchwil, yn hytrach na'u gwahanu, yn ein galluogi i weld sut maen nhw'n dylanwadu ar ei gilydd. Mae hyn yn datblygu dealltwriaeth well o'r cydberthnasau rhyngddyn nhw, sy'n arwain at ymriadau wedi'u teilwra. Mae hon yn swydd gyntaf gyffrous ym maes ymchwil i mi ac rwy'n awyddus ei ddatblygu ymhellach, efallai drwy wneud gradd meistr a PhD yn y dyfodol. Rwy'n teimlo'n angerddol am ymchwil iechyd y cyhoedd a sut gallwn ni droi'r ymchwil honno yn welliannau iechyd diriaethol i bobl ac i boblogaethau ledled y byd."

Bethan Pell

“Dechreuodd fy nhaith anhygoel gyda DECIPHer yn 2018. Roeddwn wedi bod yn gweithio fel Cydymaith Ymchwil gyda'r Ganolfan Ymchwil Treialon (CTR), rhywbeth a fwynheais - ond roeddwn yn awyddus iawn i ddilyn fy niddordebau ymchwil mewn trais a cham-drin domestig (DVA) a pherthnasau iach, gyda'r bwriad yn y pen draw o wneud PhD. Arweiniodd dod i gysylltiad â'r cydweithwyr academiaidd Dr Jamie White a Dr Honor Young at fy nghyfle cyntaf gyda DECIPHer; sef cynorthwyo i gasglu a dadansoddi data yn The JACK Trial. Dyma lle y datblygais fy mewnwelediad i gywreinrwydd dylunio a phrofi ymyriadau cymhleth ar gyfer gwella iechyd a lles plant a phobl ifanc am y tro cyntaf.

Yn dilyn hyn, parhaodd DECIPHer i'm hannog a'm cefnogi i fynd ar drywydd fy niddordebau ymchwil a'm dyheadau gyrfa, gan arwain at wahanol rolau a chyfleoedd gyda DECIPHer. Roeddwn i'n cymryd rhan fel Cyd-Ymchwilydd ar astudiaeth gyda goroeswyr cam-drin domestig (dan arweiniad yr Athro G.J. Melendez-Torres a'r Athro Amanda Robinson), gan weithio gyda Dr Rhiannon Evans a Dr Honor Young. Yna ym mis Ionawr 2021, llwyddais i gael swydd lawn amser fel Cyswllt Ymchwil llawn amser, gan weithio ar astudiaeth CHARMING gyda Dr Kelly Morgan a Dr Jemma Hawkins, yn ogystal â chynorthwyo yng nghystadlaethau ansoddol Prif Beilot SHRN. Helpodd yr holl rolau hyn i gryfhau a chyfuno fy sgiliau a'm profiad wrth wneud ymchwil gymhleth mewn gwahanol leoliadau, wrth gynnal ymchwil sensitif gyda phlant a phobl ifanc, wrth gasglu a dadansoddi setiau data ansoddol a meintiol mawr a chymhleth ac wrth werthuso prosesau. Yn ogystal â hyn, llwyddais i fanteisio ar gyfleoedd addysgu a goruchwyllo traethawd hir israddedig i wella fy mhrofiadau addysgol. Hyn i gyd tra roeddwn i'n dysgu'n uniongyrchol gan gydweithwyr yn DECIPHer oedd yn ysbrydoliaeth imi!

Cadarnhaodd hyn fy ymrwymiad i ddilyniant gyrfaedd yn y byd academiaidd ac i ymchwil yng Nghanolfan DECIPHer. Trwy barhau i gefnogi ac arweiniad gan Dr Rhiannon Evans a Dr Honor Young, ces i fy annog i ystyried fy syniadau ymchwil fy hun ym maes DVA. Fe wnaeth Dr Rhiannon Evans fy nghefnogi i ofyn am fewnbwn gan randdeiliaid i sefydlu a chysoni'r syniadau hyn gyda blaenoriaethau ymchwil. Felly, yng Nghynhadledd Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru gwnes i arwain gweithdy rhyngddisgyblaethol i nodi blaenoriaethau ymchwil y dyfodol ar gyfer ymchwil i DVA yng Nghymru (<https://decipher.uk.net/cy/flog/cynnal-gweithdy-ymchwil-tchd-ar-lein-beth-ddysgom-ni/>).



Un o'r blaenoriaethau allweddol oedd dealltwriaeth ymchwil ychwanegol o drais rhwng y cenedlaethau (h.y. trais o blentyn i riant) yng Nghymru a chyda cymorth Dr Rhiannon Evans a Dr Honor Young, ffurfiais gynig PhD lle y sicrhais Cyllid Doethurol ESRC 1+3.

Rwyf nawr yn fy mlwyddyn gyntaf o'm Hysgoloriaeth 1+3 ESRC - ac yn y pen draw mae'n rhaid imi ddiolch i Ganolfan anhygoel DECIPHer am hyn. Fe wnaeth eu help a'u cefnogaeth fy sbarduno i ddilyn fy nod PhD ac rwy'n teimlo'n lwcus iawn i fod yn rhan o ganolfan mor wych!”

Dr Stephen Jennings

“Dechreuais ymwneud â DECIPHer fel gweithiwr maes ar draws gwahanol astudiaethau. Cyn hyn, roeddwn i wedi gweithio mewn ysgolion cynradd yn rhedeg ymyriadau llythrennedd a rhifedd, ac yn ystod y cyfnod hwn, dechreuais ymddiddori ym maes iechyd meddwl a lles disgyblion, yn enwedig y berthynas rhwng eu profiadau o amrywiol ymyriadau addysgol â'u hiechyd meddwl. Wrth lwc, cododd efrydiaeth PhD HCRW yn DECIPHer yn canolbwyntio ar archwilio profiadau disgyblion o ymyriadau mewn ysgolion cynradd. Fel y gallwch ddychmygu fe wnes i neidio ar y cyfle... a thrwy lwc fe'i dyfarnwyd imi!

Bum mlynedd yn ddiweddarach a ches i fy PhD ym mis Ebrill 2021 o dan arweiniad rhagorol yr Athro Simon Murphy a'r Dr Rhiannon Evans. Dysgais lawer iawn am ddulliau ymchwil ansoddol ac roedd gennyf yr hyblygrwydd i ddatblygu fy ffyrdd fy hun o gyd-ymchwilio â phobl ifanc 9-11 oed, yn ogystal â defnyddio technegau mwy sefydledig.

Mae fy amser yn DECIPHer wedi fy helpu'n fawr yn fy rôl bresennol fel Arweinydd MSc yng Nghanolfan Addysg y Gwyddorau Iechyd, Prifysgol Bryste, lle rwy'n goruchwyllo prosiectau MSc addysg yn ogystal â chanolbwyntio ar fy ymchwil ac addysgu fy hun. Cyn bo hir, byddaf yn gweithio tuag at Uwch Gymrodoriaeth AU Uwch ac wedi llwyddo'n gyson i gyhoeddi gwaith, er y gellir gwella hyn bob amser! Rwyf hefyd yn gyd-arweinydd menter ymchwil addysg rhwng Cyfadranau sy'n dwyn ynghyd ymchwilwyr ansoddol o feysydd meddygaeth, anatomeg, addysg filfeddygol a deintyddiaeth. Can edrych i'r dyfodol rwy'n gobeithio bod yn ddigon ffodus i barhau i gydweithio gyda chydweithwyr anhygoel sydd â diddordeb mewn gwella'r ddarpariaeth addysgu a dysgu mewn Addysg Uwch”.



5. RHAGLENNI YMCHWIL

5.1 Polisi Cyhoeddus Iach



Graham Moore



Amanda Robinson

Nod rhaglen Polisi Cyhoeddus Iach yw:

- i) darparu tystiolaeth amserol a chadarn i ddylanwadu ar benderfyniadau a wneir gan sefydliadau llywodraeth ar lefel genedlaethol a lleol, i wella iechyd y boblogaeth a lleihau anghydraddoldebau, a
- ii) gwerthuso gweithrediad ac effeithiau penderfyniadau polisi ar iechyd ac anghydraddoldebau'r boblogaeth.

Fel rhaglen newydd ar gyfer 2020-25, hyd yma mae ond wedi bodoli yng nghyd-destun pandemig COVID-19. Felly, un o nodau allweddol y rhaglen hon fu deall effeithiau'r pandemig, ac ymatebion polisi iddo, ar iechyd ac ar anghydraddoldebau iechyd.

Mae gwaith peilot a ariannwyd gan Lywodraeth Cymru ar ehangu **Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion i ysgolion** cynradd wedi ein galluogi i archwilio newidiadau ym maes iechyd meddwl plant. Gwelsom gynnydd amlwg mewn anawsterau emosiynol plant rhwng [2019 a 2021](#), er nad oes llawer o dystiolaeth o newid mewn anawsterau ymddygiad. Canfu'r astudiaeth hefyd fod plant yn rhoi gradd uchel i berthynas ag athrawon, a bod yr rhain wedi parhau yn gryf trwy gydol y pandemig. Cyhoeddwyd canfyddiadau mewn [adroddiad](#) ar wefan SHRN, ac mewn [erthygl a adolygwyd gan gymheiriaid](#), ac maent wedi'u cyfathrebu drwy sesiynau briffio gweinidogol, a

gwaith ymgysylltu â'r cyfryngau, gan gynnwys adrodd cyfeillgar i blant ar wefan [Newsround](#). Bydd y dadansoddiadau hyn yn cael eu gwneud eto gyda phobl ifanc hŷn yn fuan, pan fydd data arolwg ysgolion uwchradd SHRN 2021 yn barod i'w dadansoddi. Bydd cefnogi iechyd meddwl plant yn sgil pandemig COVID-19 yn gofyn am weithredu ar sawl lefel yn y gymdeithas. Er nad yw'n ddarlun cyfan, bydd ysgolion yn chwarae rhan bwysig yn hyn o beth. Roedd dychweliad disgyblion i'r ysgol ar ôl ail rownd o fod ar gau, pan gasglwyd data ein hysgolion cynradd, yn cyd-daro â darparu canllawiau statudol newydd ar weithredu dull ysgol gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl a lles. Gan gysylltu â'r rhaglen ymchwil Lleoliadau Iach, cyhoeddwyd ein [theori newid ac asesiad gwerthusadwyedd](#) o'r Dull Ysgol Gyfan a ariannwyd gan Lywodraeth Cymru ym mis Ionawr 2021. Mae ein data ar iechyd meddwl plant a phobl ifanc cyn ei gweithredu yn darparu cyd-destun pwysig ar gyfer gwaith parhaus gyda **Chanolfan Iechyd, Meddwl Pobl Ifanc Wolfson**, a fydd yn gwerthuso gweithrediad ac effeithiau'r canllawiau statudol hwn yng Nghymru.



Gan gysylltu â rhaglen ymchwil DECIPHer ar berthnasoedd cymdeithasol iach, mae ymchwilwyr DECIPHer hefyd wedi dod â'u gwerthusiad o [raglen Health Pathfinder](#), a sefydlwyd mewn wyth safle i drawsnewid yr ymateb iechyd i drais a cham-drin domestig mewn gwasanaethau aciwt, iechyd meddwl a gofal sylfaenol. Mae cydweithio a chydleoli gyda gwasanaethau cam-drin domestig arbenigol yn elfen allweddol o'r ymyriadau cymhleth hyn, ac arweiniodd y cydweithio hwnnw at fwy o ddatgeliadau, at nodi yn gynharach, at ragor o atgyfeiriadau oedd yn rhai mwy priodol ar gyfer cefnogaeth arbenigol, ac at ragor o bobl yn cael help i fod yn ddiogel a hynny'n digwydd yn gynharach. Ar y cyd ag un o'n gwasanaethau arbenigol lleol, Cymorth i Fenywod Caerdydd, archwiliom atgyfeiriadau'r heddlu am drais a cham-drin domestig cyn ac yn ystod cyfnod clo cyntaf COVID-19. Canfu ein [dadansoddiad o ddata arferol y gwasanaeth arferol](#) nad oedd cyfeiriadau'r heddlu at y gwasanaeth yn cynyddu'n sylweddol yn ystod y cyfnod clo. Fodd bynnag, roedd newidiadau mawr o ran pwy roddodd wybod am achosion o gam-drin. Daeth plant yn brif ffynonellau cysylltiadau trydydd parti â'r heddlu yn ystod y cyfnod tra bod ysgolion yn parhau ar gau i'r rhan fwyaf o ddisgyblion, gyda thrydydd partion eraill yn ymgymryd â mwy o rôl o fewn hyn wrth i gymdeithas ddechrau ailagor. Cyflwynwyd canfyddiadau ym mis Tachwedd 2021 yng Nghynhadledd Ar-lein Sefydliad y Llywodraeth a Pholisi Cyhoeddus (IGPP) "Tackling Domestic Violence and Abuse 2021". Gan gysylltu ymhellach â'r rhaglen perthnasoedd iach, ychwanegwyd cwestiynau newydd i arolwg SHRN yn 2021 ar ganfyddiadau plant o ddeddfwriaeth newydd Llywodraeth Cymru i ddileu'r amddiffyniad cosbi corfforol, er mwyn rhoi'r un amddiffyniadau i blant rhag ymosodiad ag sydd gan oedolion. Mae aelodau tîm DECIPHer wedi gweithio gyda chydweithwyr yn y ganolfan a ariennir gan Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru, Partneriaeth CASCADE, i ddatblygu ymchwil posibl sy'n canolbwyntio ar y polisi hwn.

Y tu hwnt i'n prif ffocws ar iechyd plant a phobl ifanc, roedd dau ymchwilydd DECIPHer (yr Athro Mike Robling a'r Athro Graham Moore) yn ymchwilwyr ar Astudiaeth Iechyd COVID ac Iechyd Ceisio Ymddygiadau a ariennir **gan UKRI, sy'n cysylltu nifer o seilweithiau Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru, gan gynnwys cydweithio â'r Ganolfan Treialon**, Ymchwil ac Health Wise Wales. Roedd hyn ar y gweill adeg yr adroddiad diwethaf, ond erbyn hyn mae wedi cynhyrchu nifer o [gyhoeddiadau](#), gan ddarganfod, er enghraifft, bod llawer o bobl wedi osgoi [ceisio cymorth](#) ar gyfer symptomau cancer posibl yn ystod y pandemig am resymau oedd yn cynnwys pryderon am ychwanegu straen at system iechyd oedd wedi'i gorlethu. Mae canfyddiadau wedi'u lledaenu'n eang i ystod o gynulleidfa oedd lleyg, academiaidd a pholisi. Gan adeiladu ar ein hanes o ran polisi rheoli tybaco yng Nghymru, mewn partneriaeth â'r DU. Consortiwm Partneriaeth Ymchwil Atal (UKPRP) **Shaping Public Health policies To Reduce harm (SPECTRUM)** (cyd-ymchwilwyr Yr Athro Graham Moore a Dr. Julie Bishop), rydym wedi cefnogi ehangu'r Arolygon Pecyn Cymorth Ysmygu ac Alcohol o Loegr i Gymru a'r Alban. Mae staff DECIPHer wedi ymgysylltu â grwpiau Rhanddeiliaid Llywodraeth Cymru wrth ddatblygu strategaeth a chynllun cyflenwi rheoli tybaco Cymru. Gohiriwyd gwaith polisi gan y pandemig, ond gyda phwyslais ar y strategaeth ar genedlaethau'r dyfodol, bydd y data a gesglir yn DECIPHer yn ffurfio un o'r ffynonellau data allweddol i fonitro cynnydd wrth i'r strategaeth gael ei gweithredu.

5.2 Lleoliadau a Sefydliadau Iach



Simon Murphy



Honor Young

Nod rhaglen Lleoliadau a Sefydliadau Iach yw datblygu a gwerthuso dulliau'r system ar gyfer gwella iechyd y boblogaeth, yn ogystal â deall eu gweithrediad. Mae'r rhan fwyaf o'n gwaith hyd yma wedi digwydd mewn lleoliadau addysg, gydag ysgolion yn benodol yn cynrychioli lleoliadau pwysig i fynd i'r afael ag anghenion iechyd a lles sy'n datblygu pobl ifanc. Yma rydym yn tynnu sylw at nifer o feysydd iechyd allweddol a ddatblygwyd gennym fel rhan o'n hymchwiliad i leoliadau addysg.

Cefnogi iechyd meddwl a lles mewn ysgolion

Yn ystod y cyfnod hwn gwelwyd cryn ddiddordeb yn y gwaith parhaus o ehangu Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion i Ysgolion Cynradd, sydd wedi archwilio iechyd meddwl disgyblion ysgolion cynradd ac effeithiau COVID-19. Yn ystod y cyfnod hwn hefyd cyhoeddwyd [Theori Newid a Gwerthusadwyedd o'r Dull Gweithredu Ysgol Gyfan mewn perthynas ag Iechyd Meddwl](#). Mae'r ddwy astudiaeth hyn yn cysylltu â'n rhaglen ymchwil Polisi Cyhoeddus Iach ac mae rhagor o fanylion i'w gweld ar dudalen 12.

Gan droi at gysylltiadau â'n Rhaglen Perthnasoedd Cymdeithasol Iach, cyhoeddwyd [adroddiad terfynol yr adolygiad o wasanaethau cwnsela statudol ysgolion a gwasanaethau cwnsela yn y gymuned](#).

Comisiynwyd yr ymchwil er mwyn asesu ffitrwydd at ddiben y gwasanaethau cwnsela statudol presennol i blant a phobl ifanc rhwng 11-18 oed, ac i ddeall yr hyn y dylai gwasanaethau priodol i blant iau eu cynnwys. Bydd yr ymchwil hon yn llywio penderfyniadau polisi sy'n canolbwyntio ar ddiwallu anghenion plant a phobl ifanc yng Nghymru a bydd yn cefnogi'r gwaith o ddylunio gwasanaethau cwnsela posibl mewn ysgolion cynradd. Cafodd yr adroddiad terfynol ei gyhoeddi

gan Lywodraeth Cymru a gwnaeth tîm ymchwil DECIPHer gyflwyniad i'r grŵp gorchwyl a gorffen gweinigogaethol. Yn dilyn hyn bydd ymateb polisi ffurfiol i'r ymchwil.

Cefnogi iechyd rhywiol pobl ifanc

Ar ôl casglu data'n llwyddiannus yn y 6ed dosbarth mewn ysgolion ac mewn colegau Addysg Bellach ledled Cymru a Lloegr, mae'r cynllun peilot Rhyw a Pherthynas mewn Addysg Bellach (SaFE) wedi dechrau darparu ymyrraeth. Mae treial SaFE yn treialu ymyrraeth newydd ynghylch iechyd rhywiol a chanlyn a thrais mewn perthnasoedd i'w defnyddio mewn lleoliadau Addysg Bellach. Mae wyth safle ar draws Cymru a Lloegr yn cymryd rhan ar hyn o bryd, gyda safleoedd ymyrraeth yn cael hyfforddiant i staff er mwyn hybu iechyd rhywiol a chydabod ac yn ymateb i drais wrth ganlyn, mewn perthynas a thrais ar sail rhyw, yn ogystal â gwasanaethau iechyd a pherthynas rhywiol am ddim ac yn gyfrinachol ar y safle.

Yn ystod y cyfnod hwn dechreuodd prosiect ymchwil cydweithredol newydd gyda Phrifysgol Caerdydd, DECIPHer, UCL a'r NSPCC; 'Addysg Rhywioldeb+'. Dan arweiniad yr Athro EJ Renold ym Mhrifysgol Caerdydd, bydd y prosiect ymchwil archwilio hwn yn meithrin dull cyfranogol o archwilio sut mae pobl ifanc yn trafod eu hunaniaeth eu hunain o ran rhywedd a rhyw a hunaniaeth pobl eraill o ran rhywedd a, eu cyrff, eu perthnasoedd a'u diwylliannau. Bydd yn archwilio sut a lle mae pobl ifanc yn dysgu am Berthnasoedd ac Addysg Rhyw (RSE) a phynciau addysg iechyd, sut maen nhw'n chwilio am gefnogaeth a beth yr hoffent ddysgu amdano. Bydd y prosiect yn rhoi cipolwg gwerthfawr ar ddealltwriaeth plant o addysg perthnasoedd iach, rhyw a rhywioldeb, yn ogystal â'u hymddygiad sy'n ceisio cymorth ac fe'i defnyddir i gefnogi datblygiad gwasanaethau, gwaith polisi a chyfathrebu'r NSPCC.

Brecwast a chinio ysgol am ddim

Cafodd ymchwil Dr Hannah Littlecott ar y cysylltiad cadarnhaol rhwng bwyta brecwast a chanlyniadau addysgol ei ddyfynnu gan [Lywodraeth Cymru yn eu hymateb i adroddiad blynyddol Comisiynydd Plant Cymru 2020-21](#). Cynhaliodd Dr Littlecott ddiwyddiad ymylol hefyd yng nghynhadledd Plaid Cymru ar y cysylltiad rhwng bwyta brecwast a chanlyniadau addysgol a'i berthnasedd i barhau â'r polisi brecwast ysgol am ddim a gweithredu'r polisi cinio ysgol am ddim (Universal Free School Meals) mewn ysgolion cynradd.

Cefnogi gweithgarwch corfforol mewn ysgolion cynradd

Nod CHARMING (CHOosing Active Role Models to INspire Girls) yw archwilio dichonoldeb a derbynoldeb treial rheoledig clwstwr ar hap o raglen model rôl cysylltiedig â chymuned yn yr ysgol. Bwriad y rhaglen yw cynyddu a chynnal lefelau gweithgarwch corfforol ymhlith merched 9-10 oed ac mae'n cyd-fynd ag amcanion Llywodraeth Cymru i helpu mwy o blant a phobl ifanc i fodloni canllawiau gweithgaredd corfforol y Prif Swyddog Meddygol ([Pwysau Iach, Cymru Iach 2020](#)).

Gan ddechrau ym mis Ionawr 2021, mae'r astudiaeth yn cynnwys chwe ysgol gynradd yn Ne Cymru. Hyd yma, mae pedair ysgol ymyrraeth wedi derbyn rhaglen CHARMING, a oedd yn cynnwys model rôl gymunedol yn cyflwyno sesiwn blasu wythnosol a phresenoldeb disgyblion hŷn ('modelau rôl cymheiriaid') o ysgolion uwchradd cyfagos. Mae casglu data wedi cynnwys merched yn llenwi arolwg ac yn gwisgo monitor gweithgaredd 7 diwrnod ar waelodlin a dilyniant 12 mis, ochr yn ochr â gwerthusiad proses wedi'i wreiddio. Wrth i'r astudiaeth agosáu at ei champau olaf, mae'r tîm ar hyn o bryd yn cwblhau casglu data dilynol ac yn cynnal dadansoddiadau, cyn ysgrifennu'r canfyddiadau. Bydd y canlyniadau'n cyfrannu at y sylfaen dystiolaeth ar wella canlyniadau ar gyfer gweithgarwch corfforol merched ifanc, gan gynnwys canlyniadau anfwriadol posibl a geir oherwydd bod yr ymyrraeth wedi'i thargedu at ferched yn unig. Yn bwysig, bydd yr astudiaeth yn llywio penderfyniadau ynghylch a ddylid mynd ymlaen i werthusiad ar raddfa lawn o effeithiolrwydd a chost-effeithiolrwydd CHARMING.

5.3 Perthnasoedd Cymdeithasol Iach



Rhiannon Evans



Jeremy Segrott

Mae rhaglen Perthnasoedd Cymdeithasol Iach DECIPHer yn parhau i dyfu wrth ddatblygu ymchwil effeithiol a oedd yn cefnogi datblygu, addasu a gwerthuso ymyriadau i wella iechyd a lles trwy berthnasoedd cymdeithasol cryfach. Mae'r gwaith ar y rhaglen yn mynd i'r afael â thair thema allweddol: atal trais a cham-drin domestig; datblygu ymyriadau iechyd a lles teuluol ac ymyriadau yn seiliedig ar ysgolion gyda chydran deuluol; a gwella iechyd a lles plant a phobl ifanc sydd â phrofiad o ofal. Mae gennym hefyd thema gliriach ar fabwysiadu.

Atal trais a cham-drin domestig

Mae'r thema hon yn canolbwyntio ar atal a lleihau effaith trais a cham-drin domestig. Rydym wedi sicrhau ysgoloriaeth PhD ESRC newydd (Bethan Pell), a ddechreuodd ym mis Medi 2021. Bydd y PhD yn gwneud cyfraniad sylweddol i fater cynyddol o drais rhwng plant a rhieni, gyda'r nod o nodi anghenion ymyrraeth yn y dyfodol a damcaniaethau posibl o newid. Ym mis Medi 2021 fe wnaethom hefyd gyhoeddi ein gwerthusiad o ymyrraeth y Health Pathfinder sy'n ceisio gwella'r gefnogaeth a ddarperir i fenywod sy'n profi trais partner personol.

Ymyriadau iechyd a lles ar sail teulu

Mae Dr Rhiannon Evans hefyd yn gweithio gyda chydweithwyr o Bartneriaeth CASCADE a Chanolfan Treialon Ymchwil (CTR) ym Mhrifysgol Caerdydd, a chydweithwyr o Brifysgol Rhydychen i gynnal prosiect ymchwil Llais Teuluol a ariennir gan NIHR. Mae'r astudiaeth yn gwerthuso effeithiolrwydd a gweithredu Cynhadledd Grŵp Teuluol, sy'n ymyrraeth sy'n dod ag aelodau o'r teulu ynghyd mewn cyfarfod i drafod plant sydd angen cefnogaeth ac i gael eu gwarchod, ac i gynllunio ar gofalu amdanynt.

Iechyd a lles plant a phobl ifanc sydd â phrofiad o ofal

Mae'r thema hon yn cynnwys ymchwil sy'n archwilio iechyd a lles plant a phobl ifanc, sydd wedi bod mewn gofal, gyda phwyslais ar hyn o bryd ar iechyd meddwl. Yn ddiweddar, rydym wedi cyhoeddi astudiaeth fel rhan o'r rhwydwaith Ymchwil Trawsddisgyblaethol ar gyfer Gwella Iechyd Meddwl Pobl Ifanc (TRIUMPH), ac mewn cydweithrediad â'r Rhwydwaith Maethu yng Nghymru. Bu'r astudiaeth yn archwilio profiadau o'r ddarpariaeth iechyd meddwl ar-lein neu o ddarpariaeth gymysg i blant a phobl ifanc, ar gyfer gofaluwyr a gweithwyr proffesiynol, gan ddarparu argymhellion i wella arferion y dyfodol. Mae'r astudiaeth wedi arwain at gyllid dilynol, i gyd-gynhyrchu asesiad o berthnasedd a defnyddioldeb gwasanaethau cymorth ar-lein i'r grŵp hwn. Mae DECIPHer hefyd yn y camau olaf o gwblhau adolygiad systematig systemau cymhleth yn synthesis tystiolaeth ar ymyriadau i fynd i'r afael â boddhad bywyd, iechyd meddwl a hunanladdiad yn y grŵp hwn. Rydym hefyd yn parhau i feithrin capasiti ym maes cysylltiedig gofaluwyr ifanc, a gwnaeth Dr Ed Janes lwyddo i amddiffyn ei PhD ar iechyd meddwl a lles y boblogaeth hon yn 2022.

Iechyd a lles plant a phobl ifanc mabwysiedig

Mae'r thema hon wedi canolbwyntio'n benodol ar hybu iechyd meddwl a lles plant a phobl ifanc sydd wedi cael eu mabwysiadu. Mae Dr Rebecca Anthony wedi cyfrannu at adolygiad tystiolaeth NIHR, a amlygodd y gallai plant mabwysiedig ddatblygu mathau penodol o straen ôl-drawmatig yn dibynnu ar batrymau adfyd a brofwyd yn ystod plentyndod cynnar. Nododd yr astudiaeth fod angen cymorth iechyd meddwl wedi'i deilwra yn seiliedig ar y mathau o adfyd y mae pobl ifanc wedi'u profi yn eu bywydau, a chanfu gyfle penodol ar gyfer ymyrraeth gynnar ar gyfer Anhwyllder Straen Wedi Trawma (PTSD) wrth atal neu leihau problemau iechyd meddwl a datblygiadol. Eleni, dyfarnwyd un o grantiau'r Athro Beatrice Edgell gan Gymdeithas Seicolegol Prydain i Dr Anthony er mwyn cefnogi datblygiad gyrfa Ymchwilwyr Gyrfa Gynnar, a chaiff y grant ei ddefnyddio i gynnwys rhieni mabwysiadol mewn cais am grant sydd ar ddod.

A close-up photograph of two young women with long brown hair. One woman is seen from the back, wearing a red scrunchie in her hair. The other woman is facing her, smiling broadly with her eyes closed, wearing a red t-shirt. They are embracing each other warmly.

Datblygu cydweithio

Mae'r ganolfan yn parhau i gydweithio gyda phartneriaid allweddol, yn arbennig gyda Chanolfan Wolfson ar gyfer Iechyd Meddwl Pobl Ifanc. Arweiniodd y cydweithrediad at nifer o astudiaethau ymchwil i Lywodraeth Cymru i ddatblygu darpariaeth gwasanaethau mewn perthynas ag ymyrraeth iechyd meddwl mewn ysgolion ac ar sail y gymuned. Roedd hyn yn cynnwys adolygiad a gyhoeddwyd yn ddiweddar o wasanaethau cwnsela yn yr ysgol a'r gymuned, a oedd yn rhoi argymhelliad i optimeiddio'r ddarpariaeth bresennol a'i ymestyn i blant oed ysgol gynradd o 4 oed ac yn hŷn. Cyflwynodd DECIPHer Sesiwn Briffio'r Gweinidogion ym mis Mawrth 2022 a bydd yn gweithio gyda Llywodraeth Cymru i ddatblygu argymhellion.

Mae DECIPHer hefyd yn symud ymlaen gyda nifer o gydweithrediadau rhyngwladol. Yn haf 2021, cyflwynodd Prifysgol Caerdydd yr Athro Heather Taussig o Brifysgol Denver. Mae'r Athro Taussig wedi bod yn gweithio gyda Dr Evans i baratoi cyhoeddiadau ynghylch y mathau a ffynonellau o gymorth cymdeithasol sydd ar gael i unigolion sydd wedi bod mewn gofal, a'r effeithiau ar symptomau iechyd meddwl.

5.4 Arloesedd Methodolegol mewn Gwyddor Iechyd Cyhoeddus



Jemma Hawkins



Mike Robling

Datblygu capasiti methodolegol mewn gwyddor ymyrraeth iechyd cyhoeddus

Mae DECIPHer yn parhau i ddarparu cyfleoedd i ddatblygu capasiti ym maes gwyddor ymyrraeth iechyd cyhoeddus i ymchwilwyr ac ymarferwyr trwy ei gyfres o gyrsiau byr ar fethodoleg a'i gyrsiau hyfforddi pwrpasol. Cydnabyddir y cyrsiau hyn ar lefel ryngwladol ac yng Nghymru, fel y manylir arno ar dudalen 8.

Yn ogystal â chyflwyno cyrsiau byr, mae ymchwilwyr DECIPHer wedi parhau i gael gwahoddiadau i ddarparu cyrsiau datblygu capasiti sy'n gysylltiedig â dulliau trwy ddigwyddiadau hyfforddi ac ymgysylltu ad-hoc eraill, yn y DU ac ymhellach i ffwrdd. Mae hyn yn cynnwys cyflwyniadau trwy wahoddiad i Gofrestryddion Arbenigol Iechyd Cyhoeddus Cymru i archwilio sut y gall cofrestryddion ddod yn rhan o ymchwil, a chyflwyniad ar-lein gan Dr James White i aelodau o'r Gymdeithas Ystadegau Brenhinol. Cyflwynodd yr Athro Mike Robling a Dr Jeremy Segrott weminar ar-lein gyda gwahoddedigion ar dreialon dichonoldeb mewn ymchwil gofal cymdeithasol ym mis Gorffennaf. Ar lefel ryngwladol, mae cyfleoedd datblygu capasiti sy'n gysylltiedig â dulliau wedi cynnwys digwyddiadau ymgysylltu unigol gydag amrywiaeth o gynulleidfaoedd, mae mwy o wybodaeth am y digwyddiadau hyn i'w gweld yn yr adran ar gydweithrediadau rhyngwladol (tudalennau 25-28).

1. <https://doi.org/10.1136/bmj.n1679>
2. <https://link.springer.com/article/10.1186/s12889-017-4695-8>
3. <https://doi.org/10.1136/bmj.h1258>
4. <https://doi.org/10.1177/1356389018803219>
5. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2016.12.005>
6. <https://doi.org/10.1186/s40814-018-0290-8>
7. <https://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/12/2/e049960.full.pdf>

Trosi gwybodaeth i mewn ac allan o Gymru; darparu arweiniad i lunwyr polisi, ymarferwyr ac ymchwilwyr

Ar ôl inni gyhoeddi 'canllawiau ADDASU' dan DECIPHer a ariennir gan y Cyngor Ymchwil Meddygol a'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ymchwil Iechyd ar ein gwefan, cyhoeddwyd y papur academaidd sy'n disgrifio'r arweiniad yn y British Medical Journal ym mis Awst 2021 (1). Mae hyn yn llenwi bwlch yn y sylfaen dystiolaeth ynglŷn â sut i addasu ymyriadau effeithiol yn ofalus a systematig i gyd-destunau newydd, gan ystyried sut i sicrhau bod yr ymyrraeth a'r cyd-destun newydd yn cydweddu â'i gilydd yn dda. Mae'r prif awduron Graham Moore a Rhiannon Evans, ynghyd â'u cyd-awduron, yn parhau i rannu'r canllawiau'n eang gan gynnwys cyflwyniadau yng Nghynhadledd Ymchwil Bragmataidd Colorado mewn Iechyd (Mai 2021), Cynhadledd Ymchwil y Gymdeithas Ewropeaidd er Atal (Hydref, 2021) ac i ymchwilwyr gyrfa cynnar yn rhwydwaith TRIUMPH (Medi, 2021). Mae ymchwilwyr DECIPHer wedi bod yn cymryd rhan weithredol mewn cynigion newydd ar gyfer astudiaethau i gymhwyso'r canllawiau i addasu ymyriadau i gyd-destunau newydd. Mae un o'r rhain, sydd wedi'i ariannu'n ddiweddar, yn canolbwyntio ar gymhwyso'r canllawiau ADAPT i addasu ymyrraeth iechyd symudol cymorth dementia i'w ddefnyddio ym Mheriw fel rhan o gydweithrediad ymchwil iechyd byd-eang newydd.

Cyfeiriwyd hefyd at ganllawiau ADAPT yn ddiweddar yng nghanllawiau'r Cyngor Ymchwil Feddygol a'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ymchwil Iechyd ar ddatblygu a gwerthuso ymyriadau cymhleth (Medi 2021), canllawiau sydd newydd eu diweddarau. Cyfeiriwyd hefyd at nifer o'n cyhoeddiadau dulliau DECIPHer eraill yn y ddogfen ganllaw hon (2, 3, 4, 5, 6), ac mae'r rhain yn parhau i lywio astudiaethau ymchwil DECIPHer newydd. Mae hyn yn cynnwys astudiaeth a ariennir yn ddiweddar a fydd yn cymhwyso ein fframwaith ar gyfer cyd-gynhyrchu a phrototeipio ymyriadau iechyd y cyhoedd i'r cyfnodau nesaf o ddatblygu ymyriad i wella rheolaeth poen cefn sy'n gysylltiedig â gwaith yn y diwydiannau trafniadaeth ac adeiladu yng Nghymru ac yn rhyngwladol. Mae hefyd yn cynnwys astudiaeth PhD sy'n cael ei wneud ym Mhrifysgol Aarhus, Denmarc, sy'n cymhwyso'r fframwaith i ddatblygu ymyrraeth rhagnodi cymdeithasol i gynyddu gweithgarwch corfforol ymhlith Daniaid segur.



Defnyddio data rheolaidd i werthuso ymyriadau iechyd a gofal cymdeithasol

Mae defnyddio data rheolaidd i werthuso ymyriadau iechyd y cyhoedd a gofal cymdeithasol yn ffocws methodolegol allweddol o fewn DECIPHer a'i bartneriaeth â'r Ganolfan Ymchwil Treialon a Banc Data Cyswllt Diogel Gwybodaeth Ddienw (SAIL). Mae dwy astudiaeth yn enghreifftio hyn yn ein gwaith presennol.

Mae Caerdydd wedi arwain ar werthuso'r rhaglen arbenigol ar gyfer ymwelwyr iechyd, y Bartneriaeth Nyrsys Teuluol (FNP) gyda rhaglen waith yn dyddio'n ôl i 2008. Ymchwilydd DECIPHer a Chyfarwyddwr Treialon Iechyd y Boblogaeth yn y Ganolfan Ymchwil Treialon, arweiniodd yr Athro Mike Robling dreial Blociau Adeiladu a ariennir gan NIHR PRP o FNP. Ym mis Chwefror 2022 cyhoeddodd ei dîm eu herthygl newydd yn BMJ Open (7) gan ddisgrifio teuluoedd a recriwtiwyd yn ystod beichiogrwydd ac sydd bellach yn cael eu dilyn hyd at 7 oed (astudiaeth BB:2-6). Defnyddiodd yr astudiaeth ddata treial a gasglwyd yn flaenorol yn cyfateb i gofnodion iechyd, addysg a gofal cymdeithasol yn Lloegr gan ddefnyddio model diogelu preifatrwydd o gyswllt data. Gan y gallai dulliau o'r fath fod yn anghyfarwydd i aelodau'r cyhoedd a gall y data dan sylw fod yn arbennig o sensitif, manteisiodd yr astudiaeth ar fewnbwn cynnar gan y grŵp ALPHA yn DECIPHer. Ynghyd â mewnbwn gan grwpiau eraill o bobl ifanc, defnyddiwyd adborth ALPHA i gyd-ddatblygu animeiddiadau sy'n disgrifio sut y gall data o'r fath fod yn offeryn pwerus i ymchwilydd wrth werthuso ymyriadau cymhleth. Gweler yr allbwn o'r prosiect 'Getting Animated' yma: <https://evidencinghomevisiting.co.uk/getting-animated/>. Mae data'r astudiaeth, ei fodel o

gyswllt data a dysgu o'r astudiaeth bellach yn sail i ddau gydweithrediad rhwng Prifysgol Caerdydd a Choleg y Brifysgol, Llundain sy'n rhychwantu tair astudiaeth. Mae tîm Caerdydd hefyd yn defnyddio cyswllt data i werthuso'r un ymyrraeth sy'n ymweld â chartref yn yr Alban gan ddefnyddio arbrawf naturiol (gweler: <https://ijpds.org/article/view/1154>). Mae gan yr holl astudiaethau hyn gyswllt uniongyrchol â pholisi ac mae astudiaeth BB:2-6 wedi cael ei defnyddio i lywio comisiynu FNP yn Lloegr. Am fwy o wybodaeth gweler microsafle y tîm astudio: <https://evidencinghomevisiting.co.uk/>. Mae erthygl astudiaeth BB:2-6 a gyhoeddwyd ym mis Chwefror hefyd yn disgrifio cryfderau a chyfyngiadau defnyddio iechyd a data cymdeithasol arferol a'r peryglon posibl o redeg treial iechyd cyhoeddus label agored yn y DU.

Yr ail enghraifft o gyswllt data i gefnogi treialon iechyd cyhoeddus yw'r treial SWIS parhaus o dan arweiniad Dr David Westlake mewn Partneriaeth CASCADE, gyda chyd-ymchwilydd yn DECIPHer a CTR. Mae astudiaeth SWIS yn gwerthuso sut y gall lleoli gweithwyr cymdeithasol mewn ysgolion wella sut mae addysg a gofal cymdeithasol plant yn cydweithio i ymateb i ddiogelu pryderon a gwella lles myfyrwyr. Mae data gweinyddol arferol yn cael eu casglu ar gyfer plant mewn bron i 300 o ysgolion ar draws 21 o awdurdodau lleol. Gwneir yr astudiaeth hon yn bosibl oherwydd potensial data arferol i lywio prif ganlyniadau'r astudiaeth, yn hytrach na dibyniaeth ar deuluoedd sy'n gorfod adrodd ar ganlyniadau eu hunain.

6. CYDWEITHIO, YMGYSYLLTU AC EFFEITHIAU

6.1 Gweithio gyda rhanddeiliaid ysgolion: Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion (SHRN)



Joan Roberts



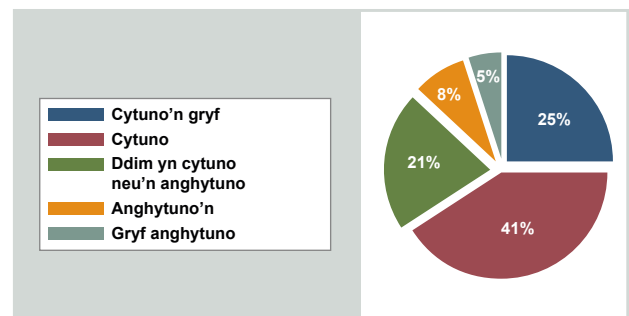
Simon Murphy

SHRN, a gafodd ei sefydlu yn 2013, oedd y rhwydwaith cenedlaethol cyntaf o'i fath yn y byd. Mae'n dwyn ynghyd yr holl ysgolion uwchradd prif ffrwd a gynhelir yng Nghymru gydag ymchwilwyr academiaidd, llunwyr polisi ac ymarferwyr o iechyd, addysg a gofal cymdeithasol i hyrwyddo dull sy'n wybodus am dystiolaeth o wella iechyd a lles pobl ifanc yng lleoliad yr ysgol.

Eleni oedd ein harolwg ysgol uwchradd Iechyd a Lles Myfyrwyr, sy'n cael ei gynnal bob dwy flynedd, yr arolwg cyntaf ers ein casgliad data cyn y pandemig yn 2019. Roedd yr arolwg ar gael i ysgolion o fis Medi tan fis Rhagfyr, ac yn ystod yr amser yma fe wnaeth 202 o ysgolion (95%) gymryd rhan. Pan ddaeth yr arolwg i ben, roedd 134,638 o fyfyrwyr wedi cymryd rhan. Cafodd ein Holiadur Amgylchedd Ysgolion, a gwblhawyd gan uwch dimau arwain ei weinyddu rhwng Ionawr a Mawrth eleni ac fe'i cwblhawyd gan 81% (n=170) o ysgolion SHRN. Roedd y cyfraddau ymateb hyn yn arbennig o galonogol o ystyried y gofnyion parhaus ar ysgolion ac rydym yn hynod ddiolchgar i'n holl ysgolion a'r disgyblion sy'n cymryd rhan. Bydd y data hwn yn rhoi darlun beirniadol cyn ac ar ôl COVID-19 o'i effaith ar iechyd a lles pobl ifanc. Mae data wedi cael ei fwydo'n ôl i ysgolion a rhanddeiliaid rhanbarthol mewn adroddiadau wedi'u teilwra a byddwn yn cynhyrchu adroddiad briffio gweinidogol ar iechyd meddwl a lles ac adroddiad dangosyddion cenedlaethol yn y cyfnod adrodd nesaf.

Eleni rydym wedi cael cyfle i gefnogi gweithgarwch rhwydwaith cyffelyb ac i weithio tuag at fesurau harmoneiddio yn yr Alban, Manceinion, Llundain, Bradford a De Orllewin Lloegr wrth i'n harloesedd ledu ledled y DU. Eleni hefyd cwblhawyd cam cyntaf astudiaeth datblygu ysgolion cynradd SHRN yn Ilwyddiannus (y gallwch ddarllen amdano yn ein hadran Ymchwil Polisi Cyhoeddus lach ar dudalennau 12-13). Mae hyn wedi llywio ein cynlluniau gyda Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru ar gyfer integreiddio cam 2 yn y cyfnod adrodd nesaf.

Figur 4.45 Cymorth yn yr ysgol i fyfyrwyr sy'n teimlo'n anhapus, yn poeni neu'n methu ymdopi (%)



Sylfaen: Holl ymatebwyr ym mlynnyddoedd 7 i 11 a roddodd ateb, mewn arolwg rhwng Medi a Rhagfyr 2019 (n=107,040)

Mae rhai o'r polisiau allweddol rydym wedi dylanwadu arnynt eleni i'w gweld yma:

Cyfarwyddwr Adroddiad Blynyddol Iechyd Cyhoeddus:

<https://bipcaf.gig.cymru/files/public-health/key-publications/dph-report-2020-welsh-pdf/>

Set ddata Dangosyddion Cenedlaethol:

<https://statscymru.llyw.cymru/Catalogue/Health-and-Social-Care/well-being>

Cynllun cyflwyno rheoli tybaco:

<https://llyw.cymru/sites/default/files/consultations/2021-10/cynllun-cyflawni-ar-reoli-tybaco-2022%20i-2024.pdf>

Asesiad o allu asesu WSA:

<https://llyw.cymru/dull-gweithredu-ysgol-gyfan-mewn-perthynas-iechyd-meddwl-lles-emosiynol-asesiad-o-werthusadwyedd>



Cefnogi Polisiâu Llywodraeth Cymru

Mae Simon Murphy yn parhau i gefnogi'r Grŵp Gorchwyl a Gorffen Gweinidogol ar gyfer yr Holl Ysgol Tuag at Iechyd Meddwl ac, mewn cydweithrediad â Chanolfan Wolfson ar gyfer Iechyd Meddwl Pobl Ifanc, mae SHRN yn cefnogi ei gwerthusiad. Rydym yn parhau i ymgysylltu'n weithredol â phartneriaid polisi ac ymarfer Cymru, gan gynnwys Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru, er mwyn sicrhau bod data SHRN yn llywio materion polisi sy'n dod i'r amlwg sy'n effeithio ar iechyd a lles plant. Yn 2021, roedd data SHRN yn ffynhonnell allweddol ar gyfer Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) Llywodraeth Cymru 2015. Mae Dangosyddion Cenedlaethol yn gosod a llywio cynllunio adfer lleol ar gyfer plant a phobl ifanc yn Adroddiad Blynyddol Cyfarwyddwr Iechyd y Cyhoedd Caerdydd a'r Fro (Hydref 2021). Bydd data SHRN hefyd yn cefnogi monitro cynnydd cenedlaethol wrth i Lywodraeth Cymru geisio gweithredu Strategaeth Rheoli Tybaco newydd i Gymru, cynlluniau darparu Iechyd Cyhoeddus Cymru ar gyfer gwella teithio llesol ac mae'n parhau i lywio Dull Ysgolion Cyfan o Ymdrin â Lles Emosiynol a Meddyliol. Cynhaliwyd gweminar yn SHRN ar werth *Arolwg yr Amgylchedd Ysgolion i gefnogi iechyd a lles ysgolion yng Nghymru* ar 01 Rhagfyr 2021 ac fe'i cyflwynwyd gan Dr Nick Page, Prifysgol Caerdydd a Dr Julie Bishop, Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Ysgolion yn defnyddio eu data SHRN: Enghraifft o Bowys

Roedd Grŵp Lles Powys ar gyfer arweinwyr ysgolion uwchradd yn un o sawl grŵp a dyfodd o'r Strategaeth Gwella Ysgolion Uwchradd yn yr awdurdod. Mae'n grŵp a ffurfiwyd yn ddiweddar ac mae'n cyfarfod yn rhithiol i sicrhau rhwyddineb mynediad gyda'r awdurdod hwn sy'n cwmpasu ardal ddaearyddol fawr ac arweinydd llesiant ysgol sy'n ei hwyluso gyda chymorth gan yr awdurdod lleol. Mae gwerth y grŵp i gefnogi blaenoriaethau addysgol ac adferiad COVID-19 ar draws holl ysgolion Powys wedi cael ei gydnabod. Penderfynwyd y byddai data o Rwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion ar lefel ysgol ac Awdurdod Lleol (ALI) yn rhoi ffocws amhrisiadwy i'r grŵp, gan fod pob ysgol wedi cymryd rhan o fewn y rownd ddiweddaraf o'r arolwg myfyrwyr. Fel yr esboniodd yr arweinydd: 'Bydd defnyddio'r ysgolion a data Powys gyfan yn help o ran cryfhau diwylliant o rannu arferion ymysg ysgolion, er mwyn caniatáu i bawb ffynnu. Gyda data SHRN ar gael bob dwy flynedd, bydd hyn yn caniatáu cylch parhaus o fyfyrwyr a gweithredu.' Claire Jones, Dirprwy Bennaeth, Ysgol Uwchradd Crughywel.

I ategu hyn, mae grŵp lles llais disgyblion o Bowys hefyd wedi cael ei ddatblygu. Mae cynlluniau yn eu lle, pan fydd data SHRN 2021/22 ar gael i ysgolion, y bydd y bobl ifanc yn ystyried hyn a bydd hynny'n caniatáu i'w safbwyntiau gael eu hystyried ar y cyd â rhai'r uwch staff yn y grŵp lles. Mae'r Uwch Swyddfa Cynnwys Cyhoeddus ar gyfer DECIPHer

yn darparu cefnogaeth i'r bobl ifanc werthuso'r broses hon. Esboniodd yr arweinydd: 'Mae Llais y Disgybl yn rhoi llais go iawn i ddysgwyr o bob rhan o Bowys am y pethau sy'n effeithio arnyn nhw. Mae eu cyfraniadau cadarnhaol yn caniatáu iddynt gymryd rhan weithredol yn natblygiad eu hysgolion a'u cymunedau ehangach. Mae'r plattform hwn yn dangos ymrwymiad Powys gyfan i wrando ar farn a phrofiadau ein holl ddisgyblion.' Rhiannon Rhys-Jones, Dirprwy Bennaeth Ysgol Calon Cymru.

Mae'r grwpiau hyn yn cynnig dull strategol o les a fydd yn cael ei adlewyrchu yng nghynlluniau datblygu ysgolion. Mewn awdurdod gwasgaredig yn ddaearyddol, mae'r grwpiau wedi annog ymagwedd gefnogol a chydweithredol tuag at iechyd ar draws ysgolion uwchradd Powys sydd â data SHRN wrth ei wraidd. Mae staff lleol Ysgol lach yn cyfrannu at y grwpiau ac yn cydnabod eu gwerth gyda data SHRN er mwyn llywio ffocws eu gwaith, yn ogystal ag annog agwedd unedig gan yr ysgol gyfan tuag at iechyd a lles ledled Powys. Dywedodd Yan James, swyddog awdurdod lleol sy'n cefnogi gwaith y grwpiau: 'Bydd data SHRN yn amhrisiadwy i ysgolion Powys i gefnogi lles dysgwyr a gwella ysgolion. Bydd yn rhoi data dibynadwy o ansawdd uchel i ysgolion i gefnogi eu gwaith. Bydd hefyd yn rhoi cyfeiriad clir i'r awdurdod lleol ynghylch y ffordd orau o gefnogi ysgolion gydag iechyd a lles dysgwyr.'





Cefnogi Astudiaethau Ymchwil SHRN

Gall ymchwilwyr o bob cwr o Gymru a thu hwnt wneud cais i fabwysiadu portffolio SHRN ar gyfer eu hastudiaethau. Gall astudiaethau mabwysiedig elwa ar gymorth gan ymchwilwyr SHRN, gan y cyhoedd a chan ysgolion wrth ddatblygu astudiaethau, mynediad at rwydwaith o ysgolion sy'n barod am ymchwil sydd â seilwaith data, cymorth gyda recriwtio ysgolion a chyfleoedd i gydweithio a rhannu gwybodaeth â'n rhwydwaith o bolisi, ymarfer a phartneriaid academaidd i hyrwyddo effaith. Hyd yma, rydym wedi mabwysiadu 80 o astudiaethau gwerth £35,388,906. Roedd 12 o'r rheiny yn astudiaethau newydd eleni gwerth £7,650,374. Mae ein hysgolion hefyd yn tynnu sylw at werth bod yn rhan o'r broses ymchwil, a ddarluniwyd gan y dyfyniad hwn gan athro a gymerodd ran yn un o'n hastudiaethau:

"Mae cymryd rhan ym mhrosiect ymchwil DECIPHer wedi rhoi'r cyfle i mi stopio a meddwl - rhywbeth y mae ychydig iawn o amser i'w wneud yn ystod y diwrnod ysgol arferol. Roedd y cwestiynau, a'm hymatebion i'r cwestiynau hyn, yn golygu fy mod wedi sylweddoli ein bod wedi gwneud mwy o waith ar Gwricwlwm Cenedlaethol Cymru (NCfW) nag yr oeddwn wedi ei feddwl i ddechrau. Roedd hyn yn plesio. Roedd y sesiwn hefyd yn rhoi amser i mi ystyried y ffordd o'n blaenau. Roedd yn dda gallu cael cyfle i esbonio beth yw fy mhryderon (yn benodol, asesu yn y Meysydd Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles (AOLE)) ac - yn bwysicach byth - ystyried y cwestiwn am ba effaith y bydd y NCfW yn ei gael ar ddisgyblion yn y dyfodol yn ogystal ag ar y gymdeithas. Gadewais y cyfweiliad gydag ymdeimlad o bwrpas a brwdfrydedd o'r newydd."

Y RHWYDWAITH
YMCHWIL
IECHYD MEWN
YSGOLION



SCHOOL
HEALTH
RESEARCH
NETWORK

6.2 Gweithio gyda'r cyhoedd ac ALPHA

Dechreuodd ein Uwch Swyddog Cynnwys y Cyhoedd newydd, Sophie Jones, ym mis Medi ar ôl i'n Swyddog blaenorol Peter Gee symud i swydd gydag Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru. Roedd yn wych croesawu Sophie i'w swydd newydd ac i elwa ar ei sgiliau a'i phrofiadau sylweddol, gallwch ddarllen amdanynt yn ein hadran Datblygu Capasiti ar dudalen 9.

ADVICE LEADING TO PUBLIC HEALTH ADVANCEMENT

ALPHA

DECIPHER'S RESEARCH ADVISORY GROUP OF
YOUNG PEOPLE

Y Cyngor sy'n Arwain at Hyrwyddo Iechyd y Cyhoedd

Mae grŵp cynghori ein pobl ifanc, ALPHA, wedi parhau i chwarae rhan enfawr yn ein gwaith. Mae hwn yn grŵp cynghori ymchwil sy'n cynnwys pobl ifanc 14-25 oed, ac mae eu mewnbwn yn helpu i sicrhau bod ymchwil DECIPHER yn berthnasol i bobl ifanc a'u hanghenion. Ers mis Medi, mae ALPHA wedi cymryd rhan mewn 9 sesiwn ALPHA sy'n cyd-gynhyrchu ein hastudiaethau ymchwil a'n ceisiadau cyllido. Mae gennym 40 aelod gweithredol rhwng 14-22 oed ac mae 27 ohonynt yn nodi eu bod yn ferched, a 12 ohonynt eu bod yn ddynion ac 1 person ifanc yn anneauidd. Mae 12 person ifanc wedi cymryd rhan mewn sesiynau ar-lein ALPHA ac un sesiwn wyneb-yn-wyneb ers Medi 2021.

Ochr yn ochr â hyn, rydym wedi parhau i ddatblygu ein seilwaith yng Nghymru ac ar draws y DU. Mae'r Grŵp Llywio Cyfranogiad Cyhoeddus sydd newydd ei adnewyddu yn cynnwys pobl ifanc a sefydliadau ym mhob rhan o seilwaith ymchwil Cymru ac mae bellach yn cwrdd bob chwarter i ddatblygu strategaethau cydweithredol. Rydym wedi parhau i gefnogi canolfan Wolfson, sydd newydd ei lansio, drwy gefnogi datblygiad eu Grŵp Cynghori Ieuenctid (YAG).

Datblygu cyfranogiad a phartneriaethau

Rydym wedi parhau i dreialu datblygiad y Grŵp Cynghori Myfyrwyr Cenedlaethol (NSAG) gydag aelodau Alpha a Grŵp Llywio Cynnwys y Cyhoedd (PISG). Rydym nawr yn datblygu'r wefan er mwyn i ni allu ennyn diddordeb rhagor o ysgolion ledled Cymru i sicrhau bod pobl ifanc yn gallu manteisio ar fwy o gyfleoedd i leisio eu barn mewn ymchwil ar draws Cymru. Mae'r pandemig wedi dangos bod angen ymgysylltu ar-lein ac wedi dangos pa mor effeithiol y gall ymgysylltu ar-lein fod er mwyn ennyn diddordeb cynulleidfa ehangach o bobl ifanc yn ddaearyddol. Mae'r gwaith o ddatblygu cyfnod sylfaen platfform i'r rhwydwaith rhieni/gofalwyr yn parhau o hyd. Rydym hefyd wedi cefnogi ysgolion uwchradd ledled Powys i ddatblygu rhwydwaith llais disgyblion ar-lein i sicrhau bod pobl ifanc yn gallu trafod iechyd a lles gyda gwahanol themâu ym mhob cyfarfod ar-lein a gynhelir drwy gydol y flwyddyn academaidd.

Mae ein pobl ifanc hefyd wedi cefnogi cais gan y Loteri Genedlaethol am roi mwy o gefnogaeth i bobl ifanc niwroomrywiol mewn ysgolion er mwyn datblygu amgylchedd dysgu mwy cynhwysol. Roedd y bobl ifanc yn rhan o'r broses o ddechrau'r cais lle y gwnaethant sefydlu arferion gorau mewn ysgolion a'u cyflwyno i'r Loteri Genedlaethol am arian.



DATBLYGU CYDWEITHREDIADAU AC YMGYSYLLTU RHYNGWLADOL



Y tu hwnt i'n gwaith o gyflwyno cyrsiau byr i gynulleidfaoedd rhyngwladol amrywiol a amlinellir yn ein hadran Datblygu Capasiti, mae staff DECIPHer hefyd yn ymwneud â datblygu cydweithrediadau rhyngwladol a lledaenu canfyddiadau ymchwil drwy gyflwyniadau a chyfarfodydd cynadleddau.



Cydweithrediadau rhyngwladol a grwpiau ymchwil

Mehefin 2021: Cyflwynodd Dr Rhiannon Evans 'DECIPHer: Overview and Opportunities for Collaboration' yn Universite Claude Bernard, Lyon.

Bu Dr Evans hefyd yn gweithio gyda UNESCO, y Cenhedloedd Unedig i gefnogi drafftio 'Canllawiau i Brif Ffrwd Dysgu Cymdeithasol ac Emosiynol (SEL) mewn Systemau Addysg' ar gyfer aelod-wladwriaethau.

Medi 2021: Dechreuodd Dr Jemma Hawkins oruchwylio myfyriwr PhD Kasja Soderhielm yn Sefydliad Karolinska yn Sweden fel rhan o dîm pedwar goruchwyliwr.

Ionawr 2022: Yn dilyn cyflawni swydd ran-amser gyda LMU Munich yn 2020/2021 gan weithio ar brosiect i ddatblygu ecosystem tystiolaeth ar gyfer COVID-19, dechreuodd Dr Hannah Littlecott swydd ran-amser arall yn gweithio gyda'r tîm.

Chwefror 2022: Gwahoddwyd Graham Moore i fod yn ail oruchwylydd, gydag Eva Rehfuess yn oruchwyliwr, ar PhD yn LMU Munich yn yr Almaen.

Gwahoddwyd yr Athro Graham Moore hefyd i weithredu fel arholwr viva PhD ar gyfer Markus Saarijarvi yn Sefydliad y Gwyddorau Iechyd a Gofal yn Academi Sahlgrenska, Prifysgol Gothenburg yn Sweden.

Rhoddodd Dr Jemma Hawkins gyflwyniad ar-lein ar ddatblygu ymyrraeth ar gyfer cyfarfod o'r Rhwydwaith Sector Cynradd ar gyfer Datblygu Ymyriadau Cymhleth ym Mhrifysgol Aarhus, Denmarc.

Mawrth 2022: Roedd Dr Yulia Shenderovich [yn ymwneud â gwaith](#) i roi awgrymiadau i rieni yn Wcráin a effeithiwyd gan y rhyfel.

Cyflwyniadau'r gynhadledd

Mai 2021: Rhoddodd yr Athro Graham Moore gyflwyniad ar-lein ar y canllawiau ADAPT i tua 400 o gyfranogwyr Cynhadledd Ymchwil Bragmatig mewn lechyd Colorado.

Rhoddodd Dr Jeremy Segrott sgwrs am yr heriau o greu ymyriadau atal digidol yn y Drydedd Gynhadledd Waith Ryngwladol ar Atal (III JIPRE).

Rhoddodd Dr Yulia Shenderovich ddwy sgwrs yng Nghynhadledd Gweithredu Byd-eang 2021, ar 'Dyfodol Gweithredu - Ecwiti ar Raddfa Fyd-eang' a 'Lledaenu a Graddfa Gyfres o Raglenni Rhianta sy'n seiliedig ar Dystiolaeth mewn Gwledydd Incwm Isel a Chanolig'.

Gorffennaf 2021: Gwnaeth Bethan Pell gyflwyniad ar ddefnyddio prydlondeb gweledol mewn cyfweiliadau ffôn yn y Sefydliad Rhyngwladol Methodoleg Ansoddol 20fed Cynhadledd Flynyddol.

Medi 2021: Rhoddodd Dr Rebecca Anthony gyflwyniad ar-lein am batrymau adfyd a straen ôl-drawmatig ymhlith plant a fabwysiadwyd o ofal yng Nghymdeithas Wyddonol Ewrop ar Ofal Preswyl a Theuluol i Blant a Phobl Ifanc XVI.

Hydref 2021: Rhoddodd Dr Rhiannon Evans a Rachel Parker gyflwyniadau yn Uwchgynhadledd Ryngwladol IASR/AFSP ar Ymchwil i Hunanladdiad, un ohonynt oedd cyflwyniad ar y cyd gyda'r Athro Heather Taussig o Ysgol Waith Cymdeithasol Prifysgol Denver.



Cyfarfodydd ymchwil, datblygu capasiti a lledaenu

Ebrill 2021: Mynychodd Dr Yulia Shenderovich gyfarfod o Fwrdd Cyfarwyddwyr y Gymdeithas Weithredu Fyd-eang, y mae'n aelod ohono.

Gorffennaf 2021: Rhoddodd Dr Yulia Shenderovich y cyflwyniad ar-lein 'Nodi pobl ifanc sydd â'r risg uchaf o driniaeth gwrth-retrofirysol nad ydynt yn glynu: Helpu darparwyr gofal iechyd a sefydliadau cymunedol' i gynrychiolwyr sefydliadau rhyngwladol (Sefydliad Iechyd y Byd, Swyddfa Ddwyrain a Deheubarth UNICEF, Frontline AIDS).

Hydref 2021: Cyflwynodd Dr Jemma Hawkins ddarlith ar-lein a wahoddwyd ar werthuso a systemau cymhleth sy'n meddwl am ddigwyddiad hyfforddiant doethurol ar gyfer myfyrwyr PhD yn Sefydliad Karolinska.

Tachwedd 2021: Rhoddodd Dr Yulia Shenderovich gyflwyniad ymchwil ar-lein ar 'Tracking Intervention Adaptations in Practice (the FAIR Study)' i ymchwilwyr o Botswana, De Affrica a Zimbabwe.

Cyflwynodd Yulia hefyd ganfyddiadau o'r Ymchwil i Lasoed Furaha i ymchwilwyr a staff y trydydd sector o Tanzania, De Affrica.

Ionawr 2022: Cymerodd Dr Yulia Shenderovich ran mewn trafodaeth banel ar 'Transferability of Implementation Research Methods, Competencies and Capacity Building Across Sectors' fel rhan o seminar ar-lein "Cross-Sectoral Learning in Implementation Research', a fynychwyd yn bennaf gan staff o swyddfeydd UNICEF.

Chwefror 2022: Mynychodd Yulia Shenderovich gyfarfod o Grŵp Cynghori Technegol Offer Iechyd Meddwl Glasoed UNICEF.

Mehefin 2021: Gwahoddwyd Dr Jeremy Segrott i weithredu fel arholwr viva PhD ar gyfer traethawd ymchwil Karin Streiman yn yr Ysgol Llywodraethu, y Gyfraith a Chymdeithas Prifysgol Tallinn, Estonia.

Cymrodwr o Namibia yn Ymweld â Chymru



O'r chwith i'r dde: Honor Young, Cynthy Haihambo, Rosa Persendt, Rachel Freeman, Ndinelago Shilongo; Ayesha Wentworth, Rhiannon Evans a Rakel Kavena Shalyefu

Mae DECIPHer wedi bod yn arbennig o falch o groesawu chwe gweithiwr proffesiynol canol gyrfa o Namibia i DECIPHer i astudio sut y gall addysg merched arwain at rymuso menywod. Mae Prosiect Phoenix arobryn Prifysgol Caerdydd wedi sicrhau Statws Canolfan ar gyfer hyd at bum Cymrodoriaeth Broffesiynol y Gymanwlad a fydd yn galluogi'r derbynwyr i gydweithredu a datblygu sgiliau newydd ym maes addysg merched – y thema ar gyfer y dyfarniadau eleni.

“Mae staff DECIPHer yn wybodus ac mae ganddynt ymdeimlad o ddynoliaeth. Mae gwaith tîm yn dra phwysig i'r ganolfan, ac mae'n digwydd trwy gyd-greu a dulliau amlddisgyblaethol. Dina

Mae'r Cymrodwr gwadd - Cynthy Haihambo, Rosa Persendt, Rachel Freeman, Ndinelago Shilongo, Ayesha Wentworth a Rakel Kavena Shalyefu - yn treulio tri mis yn cydweithio ag ymchwilwyr o ganolfan ymchwil DECIPHer a'u partneriaid. Yn ystod eu hastudiaethau yn 2022, bydd y cymrodwr yn gallu defnyddio amrywiaeth eang o gyfleusterau yn DECIPHer, gan gynnwys cael hyfforddiant ar arweinyddiaeth a chymryd rhan mewn gweithdai dysgu myfyriol. Bydd y lleoliadau gwaith yn atgyfnerthu ymgais Llywodraeth Namibia i leihau beichiogrwydd ymysg merched yn eu harddegau drwy addysgu a grymuso menywod yn fwy.

Mae rhywbeth arbennig am DECIPHer. Mae pobl yn gyfeillgar ac yn fodlon rhannu syniadau. Mae ein rhaglen yn gyfoethog ac yn graff... Mae gennym ni seminarau a chyflwyniadau gan y goreuon a dyna sydd wrth fy modd am fod yma.” Cynthy

Wrth groesawu'r cymrodoriaethau, dywedodd Dr Nyambe Deon Cysylltiol, yr Ysgol Addysg, ym Mhrifysgol Namibia (UNAM), “mae hyn yn newyddion gwych, sy'n rhoi gobaith i addysg merched. Mae Prifysgol Namibia yn croesawu unrhyw gyfle y bwriedir y bydd yn grymuso merched sy'n blant ac yn gwella addysg merched.” Dywedodd Dr Honor Young: “Rydym yn falch iawn o sicrhau Cymrodoriaethau Proffesiynol y Gymanwlad, ac rydym yn edrych ymlaen at gydweithio a dysgu gyda chydweithwyr ym Mhrifysgol Namibia wrth i ni weithio tuag at ein nod cyffredin o gydraddoldeb rhywiol mewn addysg.” Ychwanegodd Dr Rhiannon Evans: Mae hwn yn gyfle cyffrous i DECIPHer. Mae cydweithredu'n rhyngwladol yn rhan hanfodol o'n gwaith, a gobeithio y bydd hyn yn arwain at berthynas gyfoethog ac effeithiol yn y dyfodol.”

Er bod ein cyd-destun ni a chyd-destun Cymru mor wahanol, maent mor debyg mewn sawl ffordd. Rydym yn wynebu'r un heriau ar wahanol lefelau, ac mae cymaint y gallwn ei ddysgu oddi wrth ein gilydd a'i gymryd oddi wrth ein gilydd i gryfhau ein hymyriadau yn y cyd-destunau cymhleth hyn.” Ayesha -Dyfyniadau o flogiau Cymrodwr

7. CASGLIAD

Mae edrych yn ôl ar eleni wedi tynnu sylw at lwyddiannau sylweddol a datblygiadau strategol pwysig ar gyfer DECIPHer. Y nodyn arbennig oedd dyrchafu dau o'n staff yn Gymrawd Ymchwil, gan ddarparu capasiti canol gyrfa hanfodol yn y ganolfan ac mae llwyddiant ein model cydarweinyddiaeth ar arweinyddiaeth rhaglenni wrth sicrhau incwm ymchwil sylweddol a gallu gwell mewn gweithgarwch rhaglenni ymchwil trawsbynciol.

O ran datblygu rhwydwaith, gwnaethom gyflawni nodau blwyddyn allweddol dau mewn ysgolion. Roedd hyn yn cynnwys astudiaeth lwyddiannus a ariannwyd gan Lywodraeth Cymru i ehangu ein gwaith mewn ysgolion cynradd a gwella partneriaethau rhwng ysgolion uwchradd yn yr Alban, Manceinion, Llundain, Bradford a De-Orllewin Lloegr. Rydym hefyd wedi llwyddo i ddatblygu ein rhwydweithiau traws-DU fel rhan o fenter PHIRST ac rydym yn gweithio i adeiladu ar y rhain gyda cheisiadau cydweithredol ychwanegol gyda Llywodraeth Leol i fynd i'r afael â phenderfynyddion iechyd.

Gwelodd y cyfnod gynnydd hefyd yng ngweithgareddau rhyngwladol DECIPHer. Er gwaethaf gorfod cynnal dull sydd yn bennaf ar-lein, rydym wedi ehangu ein darpariaeth o gyrsiau byr a'n cydweithrediadau byd-eang. Roeddem yn arbennig o falch o allu hyrwyddo cyrsiau newydd yn ein harloesedd methodolegol ar gyfer addasu tystiolaeth ar draws cyd-destunau a chael croesawu ein Cymrodr y Namibia, cydweithrediad ar hyrwyddo mynediad i ferched i addysg yr ydym yn gobeithio ei ddatblygu dros y blynyddoedd nesaf.

Eleni hefyd gwelsom ddychweliad i weithio wyneb yn wyneb, oedd yn rhywbeth i'w groesawu, a symud i'n swyddfeydd newydd yn rhan o'r [Parc Ymchwil Gwyddorau Cymdeithasol sydd newydd ei adeiladu](#). Yma rydym yn yr un lleoliad â 10 canolfan ymchwil arall a arweinir gan y gwyddorau cymdeithasol, yn ogystal â chydweithwyr polisi ac ymarfer. Rydym yn edrych ymlaen at y cyfleoedd y bydd hyn yn eu darparu ar gyfer mwy o waith partneriaeth ac i groesawu ein holl randdeiliaid i'r campws cyntaf o'i fath yn y byd. Bydd y flwyddyn i ddod hefyd yn gweld bod mwy o bwysigrwydd

ar gyfer ein data SHRN am y cyfnod cyn ac ar ôl y pandemig. Bydd hyn yn cael ei ddefnyddio ar sawl lefel ac yn cefnogi deddfwriaeth fel Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol 2015, Deddf Iechyd Cyhoeddus Cymru 2017 a Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant 2014, yn ogystal â pholisïau fel y Dull Ysgol Gyfan o Ymdrin ag Iechyd Meddwl, y Strategaeth Gordewdra Genedlaethol, a thrawsnewid y cwricwlwm yng Nghymru.



Llun: Will Scott

I ddod â'r adroddiad hwn i'w ddiwedd, hoffai canolfan DECIPHer achub ar y cyfle hwn i anrhydeddu'r cof am un o'n cydweithwyr, Dr Heather Trickey a fu farw'r llynedd. Ymunodd Heather â DECIPHer yn 2012 i ymgymryd â PhD mewn rhwystrau economaidd-gymdeithasol a systemig i fwydo ar y fron a dyfarnwyd doethuriaeth iddi yn 2020.



Dr Heather Trickey

Yn ystod ei chyfnod gyda ni, arweinai raglen lwyddiannus o ymchwil fel Gymrawd Ymchwil mewn Iechyd Cyhoeddus a Bod yn Rhiant a bu'n gweithio'n agos gyda chydweithwyr i ddatblygu polisi ac ymarfer gwybodus am dystiolaeth a gafodd effeithiau gwirioneddol. Fel y dywedodd Heather "fe wnaeth hi neidio dros y ffens" rhwng adrannau ymchwil academiaidd, y gwasanaeth sifil a'r trydydd sector a gosod pobl a'u profiadau byw wrth wraidd ei gwaith. Rydym yn gweld eisiau ei hegni a'i brwdfrydedd yn fawr iawn ond mae ei dylanwad yn y ganolfan ac mae ei hymchwil yn parhau.

