



DECIPHER

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

# ADRODDIAD BLYNYDDOL 2022/23



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



Ariennir gan  
**Lywodraeth Cymru**  
Funded by  
**Welsh Government**

<https://decipher.uk.net>

# 1. CYFLWYNIAD

## Mae'r Ganolfan Datblygu a Gwerthuso Ymyriadau Cymhleth er mwyn Gwella Iechyd y Cyhoedd (DECIPHer) yn ganolfan ragoriaeth ar gyfer ymchwil i wella iechyd a lles plant a phobl ifanc.

Rydym yn datblygu rhwydweithiau iechyd cyhoeddus arloesol a dulliau newydd o werthuso polisiâu cymdeithasol, sydd wedi galluogi'r Ganolfan i gyflawni safle unigryw fel man profi ar gyfer ymagweddau newydd i wella iechyd pobl ifanc. Gall y rhain gael eu datblygu, eu gwerthuso, eu rhoi ar waith a'u cynnal ar raddfa yng Nghymru, yn ogystal â chael eu hymledu ar draws y DU ac yn rhyngwladol.

Mae profiad ac arbenigedd methodolegol y Ganolfan yn cael eu cydnabod ledled y byd, trwy gyfres o gyrsiau byr sydd â bri rhyngwladol a llywio arweiniad swyddogol ar gyfer ymchwil a pholisi. Eleni, mae ein cydweithrediadau wedi cael eu cyfoethogi trwy arweiniad newydd gan y Cyngor Ymchwil Feddygol (MRC) ar addasu tystiolaeth ar draws cyd-destunau a chyllid Ewropeaidd Horizon ar gyfer astudiaeth ymyrraeth magu plant.

Yng Nghymru, mae DECIPHer wedi gweithio'n llwyddiannus i sefydlu'r seilwaith cenedlaethol cyntaf yn y byd ar gyfer gwella iechyd ysgolion. Eleni, rydym wedi ehangu i ysgolion cynradd, datblygu cytundebau gwell ar gyfer rhannu data a chryfhau partneriaethau â'n cydweithwyr iechyd cyhoeddus. Cymaint yw'r parch at y gwaith fel ei fod wedi ymledu ar draws y DU ac yn rhyngwladol, gan sefydlu chwaer-seilwaith ymchwil sydd wedi dangos bod ymchwil y Ganolfan yn symud yn llwyddiannus i gyd-destunau polisi lluosog.

Mae DECIPHer yn hyrwyddo safbwyntiau a phrofiadau plant a phobl ifanc i ganolbwyntio ar y prif faterion y maent yn eu hwynebu heddiw fel iechyd meddwl, camddefnyddio sylweddau, maeth, gweithgarwch corfforol a pherthnasoedd cymdeithasol cadarnhaol. Yn yr adroddiad hwn, byddwch yn clywed yn uniongyrchol gan rai o'r bobl ifanc hynny a'u profiadau o gydweithio â ni.

Mae gan y Ganolfan ffocws unigryw sy'n cael ei arwain gan y gwyddorau cymdeithasol ar blant a phobl ifanc, sy'n nodi atebion polisi sy'n mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd yn gynnar mewn bywyd ac a all gael effeithiau hirdymor ar gwrs bywyd. Mae'r ymagwedd hon at wella llunio a gweithredu polisiâu iechyd y cyhoedd yn trawsffurfio iechyd plant a phobl ifanc ledled Cymru a'r tu hwnt, yn ogystal â meithrin gallu ymchwil iechyd cyhoeddus a gweithlu ymchwil iechyd cyhoeddus amlddisgyblaethol.

Ar ran tîm DECIPHer a'n cydweithredwyr, mae'n bleser o'r mwyaf gennyf gyflwyno ein hadroddiad blynyddol.



Yr Athro Simon Murphy  
Cyfarwyddwr DECIPHer

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael yn Saesneg | This document is also available in English.

## 2. PWY YDYM NI A SUT YDYM 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 rydym yn cael ein cefnogi gan Fwrdd Cyngtori Strategol Cynnwys y Cyhoedd a Bwrdd Cyngtori Gwyddonol. Mae Tîm Gweithredol DECIPHer yn gyfrifol am gyflwyno a rheoli gwaith y Ganolfan o ddydd i ddydd.

### Tîm Gweithredol



Dr Rhiannon Evans

Darlennydd



Dr Jemma Hawkins

Uwch Ddarlithydd



Dr Sara Jones

Rheolwr Canolfan



Yr Athro Graham Moore

Darlennydd Gwyddorau  
Cymdeithasol Ac Iechyd



Dr Kelly Morgan

Uwch Gymrawd Ymchwil



Yr Athro Simon Murphy

Cyfarwyddwr



Dr Honor Young

Uwch Ddarlithydd

### Cyd-ymchwilwyr



Dr Julie Bishop

Cyfarwyddwr Gwella Iechyd/  
ymgyngorydd Iechyd Y Cyhoedd



Yr Athro Amanda Robinson

Athro Troseddeg  
A Dirprwy Bennaeth Ysgol



Yr Athro Mike Roblin

Cyfarwyddwr Treialon  
Iechyd Y Boblogaeth



Dr Jeremy Segrott

Darlithydd Mewn Iechyd Y Cyhoedd



Yr Athro James White

Dirprwy Cyfarwyddwr Treialon  
Iechyd Y Cyhoedd

# 3. METRIGAU CRAIDD

Cyfnod adrodd: **2022/2023**

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



Cyllid  
uniongyrchol  
a ddyfarnwyd

**£518.5k**

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	<b>11</b>	<b>15</b>
Gwerth	<b>£4.29m</b>	<b>£5.09m</b>
Cyllid i Gymru	<b>£1.53m</b>	<b>£0.76m</b>
Cyllid i grŵp	<b>£1.35m</b>	<b>£0.32m</b>
Swyddi ychwanegol a grëwyd ar gyfer Cymru	<b>12</b>	<b>6</b>
Swyddi ychwanegol a grëwyd ar gyfer grŵp	<b>11</b>	<b>2</b>



Nifer y cyhoeddiadau



Nifer y digwyddiadau  
ymgysylltu â'r cyhoedd



Nifer y cyfleoedd i'r  
cyhoedd gymryd rhan





Caiff DECIPHer ei hariannu gan Lywodraeth Cymru trwy Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru. Eleni, cawsom grant o £518,500 ac mae ein cydweithrediadau wedi sicrhau 26 o astudiaethau ymchwil newydd sy'n werth ychydig yn fwy na £9M, y daeth ychydig dros £2M ohono i Gymru. Arweiniwyd 11 o'r astudiaethau hyn gan DECIPHer a daeth £1.53M yn uniongyrchol i'n canolfan.

Yr hyn y dylid ei nodi'n arbennig yw'r dyfarniad o Gyllid Horizon y Cyngor Ymchwil Ewropeaidd ar gyfer astudiaeth FLOURISH, sy'n gwerthuso addasu ymyrraeth magu plant o Dde Affrica i Moldova a Gogledd Macedonia. Mae hyn yn cynnwys ymchwilwyr ac ymarferwyr rhyngwladol mewn partneriaeth ag UNICEF, Sefydliad Iechyd y Byd a Gweinyddiaeth Iechyd Moldofa. Uchafbwynt arall yw Dyfarniad Data Ymddiriedolaeth Wellcome, sy'n manteisio ar seilwaith data SHRN i ddeall sut gall cymunedau ysgolion hyrwyddo myfyrwyr ac arferion sy'n iach yn feddyliol.

Mae ein llwyddiant wedi arwain at greu 18 o swyddi ychwanegol yng Nghymru, y mae 13 ohonynt yn ein canolfan. Mae DECIPHer hefyd wedi cefnogi nifer fawr o weithgareddau a digwyddiadau cydweithredol â'n rhanddeiliaid i gyd-lunio a chyfieithu ein hymchwil. Mae hyn wedi cynnwys 101 o ddigwyddiadau ymgysylltu â'r cyhoedd, sy'n cynnwys cyflwyniadau gan staff ein canolfan a'n rhaglen ryngwladol o gyrsgiau byr a 69 o weithgareddau cyfranogiad cyhoeddus. Yn y cyfamser, rydym wedi llunio 58 o gyhoeddiadau, gan gynnwys erthyglau cyfnodolion a ddyfarnwyd ac adroddiadau ac arweiniad cyhoeddus.

Yn ystod y flwyddyn, gwnaeth DECIPHer gyfraniadau sylweddol i gefnogi datblygu a gwerthuso polisi gyda Llywodraeth Cymru, y DU a gweithgarwch rhyngwladol. Mae hyn yn cynnwys bod yn aelod o Weithgor Tybaco Llywodraeth Cymru, y Grŵp Gorchwyl a Gorffen Gweinidogol ar gyfer y Dull Ysgol Gyfan o Ymdrin ag Iechyd Meddwl a Llesiant, rhoi diwygio'r cwricwlwm ar waith a chydweithio â llywodraeth Namibia i gynorthwyo i ymledu'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion (SHRN).

# 4. DATBLYGU GALLU

## 4.1 Rhwydweithiau Ymchwil Gwella Iechyd y Cyhoedd (PHIRNS)



Dr Jemma Hawkins



Dr Julie Bishop

Mae DECIPHer yn datblygu seilwaith rhwydwaith i gyd-gynhyrchu ymchwil ymyrraeth a hyrwyddo trosi hynny'n bolisi ac ymarfer trwy fanteisio ar bartneriaethau cryf. Dros y 12 mis diwethaf, mae hyn wedi cynnwys gwaith parhaus fel rhan o Dimau Astudiaethau Ymatebol i Ymyriadau Iechyd Cyhoeddus y Sefydliad Cenedlaethol dros Ymchwil Iechyd (PHIRSTs), lle'r ydym yn partneru ag awdurdodau lleol i werthuso ymyriadau iechyd lleol, yn ogystal â chyfraniadau o fewn rhwydweithiau eraill ar draws y DU, fel rhwydwaith bwyd GENIUS.

Ochr yn ochr â hyn, mae ein cydweithrediad agos ag Iechyd Cyhoeddus Cymru yn parhau, gan gynnwys cydleoli staff o fewn DECIPHer, ochr yn ochr â datblygu gallu newydd, ymgysylltu a'n gwaith cydweithredol ar y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion (SHRN). Ceir rhai diweddariadau ar y gwaith hwn isod.

### Timau Astudiaethau Ymatebol i Ymyriadau Iechyd Cyhoeddus y Sefydliad Cenedlaethol dros Ymchwil Iechyd (PHIRSTs)

Fel rhan o'n rôl ar dîm PHIRST Insight, sydd wedi'i gydleoli ar draws Prifysgol Bryste a Phrifysgol Caerdydd, bu DECIPHer yn arwain dau werthusiad o fentrau iechyd cyhoeddus awdurdodau lleol. Y cyntaf yw gwerthusio rhaglen Mindset Teams mewn ysgolion

cynradd yn yr Alban (Morgan; Garay; Murphy). Dechreuodd y prosiect hwn ym mis Ebrill 2021 am ddwy flynedd, felly mae'r adroddiad terfynol yn cael ei lunio ar hyn o bryd. Gallwch ddysgu mwy am y prosiect hwnnw gan yr ymchwilydd Samantha Garay, isod. Bu'r ail yn gwerthuso'r defnydd o Restr Wirio Maeth Cymdeithas y Cleifion mewn lleoliadau iechyd a gofal cymdeithasol yng Ngororau'r Alban (Hawkins; Coulman; Murphy). Cynhaliwyd y prosiect hwn o fis Ionawr hyd fis Rhagfyr 2022 a chyhoeddwyd yr adroddiad terfynol ar [Blatfform Ymchwil Agored NHIR yn ddiweddar](#).

### Dr Samantha Garay, Cydymaith Ymchwil

Ymunais â DECIPHer fel Cydymaith Ymchwil ym mis Rhagfyr 2022, ar ôl ymgymryd â PhD a swydd ymchwil ym Mhrifysgol Caerdydd gynt. Roeddwn yn awyddus i fod yn rhan o DECIPHer gan fy mod yn cydnabod yr arbenigedd helaeth sydd yn y Ganolfan ac roedd y ffocws ar werthusio ymyriadau cymhleth yn cyd-fynd yn dda â'm diddordebau ymchwil a chefnidir. Fy rôl benodol yw gweithio o fewn tîm PHIRST Insight ar brosiect Mindset Teams. Ei nod yw gwerthusio effaith rhaglen Mindset Teams mewn ysgolion cynradd yn yr Alban. Mae'r prosiect helaeth hwn yn defnyddio methodoleg gymysg ac mae wedi cynnwys amryw randdeiliaid, rhieni, athrawon a phlant fel cyfranogwyr. Mae'r prosiect hwn yn dirwyn i ben ac rwy'n edrych ymlaen at yr ystod o weithgareddau lledaenu sydd wedi'u cynllunio. Bu hefyd yn gyfle amhrisiadwy i ddatblygu fy mhrofiad o gynnal ymchwil ansoddol ac ymgymryd â gweithgareddau Cynnwys Disgyblion a'r Cyhoedd (PPI), sydd mor bwysig yn y broses ymchwil. Rwy'n gyffrous i ddechrau prosiect neilltuedig nesaf PHIRST a'r cyfleoedd a ddaw yn sgil hynny. Dim ond cadarnhaol bu fy mhrofiad yn DECIPHer hyd yn hyn. Mae gan y Ganolfan gyfoeth o wybodaeth a phrofiad ac



mae pawb mor gefnogol ac yn barod i helpu pobl eraill. Caiff datblygu gyrfa ei annog yn gryf ac mae digon o gyfleoedd i fynychu cyrsiau. Rwyf hefyd wedi cael cyfle i gyd-oruchwyllo myfyriwr lleoliad haf gyda'm rheolwr llinell, Kelly Morgan. At ei gilydd, rwy'n falch iawn fy mod wedi gwneud cais am y rôl hon. Mae'n fraint gweithio yn DECIPHer.

### **Dr Kelly Morgan, Uwch Gydymaith Ymchwil Rhwydwaith Bwyd GENIUS**

Mae rhwydwaith bwyd ysgolion GENIUS yn Bartneriaeth Ymchwil Atal y DU (UKPRP), sy'n canolbwyntio ei ymdrechion ar systemau bwyd a maeth sy'n hybu iechyd mewn ysgolion.

Ei nod yw manteisio ar arbenigedd, profiad ac ymdrechion ar y cyd ledled Cymru i gefnogi rhagoriaeth yn y system bwyd ysgol ac, yn y pen draw, gwella iechyd a lles disgyblion. Gan ddefnyddio dyfarniad ysgogi, cynhaliwyd adolygiad o ymagweddau Polisi Bwyd Ysgolion Uwchradd (SSFP) ar draws gwledydd datganoledig y DU (Cymru, Lloegr, Yr Alban a Gogledd Iwerddon). Roedd hyn yn cynnwys adolygiad cwmpasu o bapurau llywodraeth, ymchwil academiaidd a llenyddiaeth lwyd. Roedd y tîm ymchwil yn cynnwys aelodau allweddol o bob cenedl, gan gynnwys fi fy hun, sydd ag arbenigedd a diddordeb ym maes bwyd ac ymchwil mewn ysgolion. Cyflwynwyd canfyddiadau a'r adolygiad ar draws themâu prydau ysgol, addysg a meysydd ehangach polisi bwyd ysgolion uwchradd ac amlygwyd diffyg cydlynid cyffredinol ar draws ymagweddau, ynghyd â rhai cyffelybiaethau a nodwyd. Defnyddiwyd y canfyddiadau i lywio argymhellion allweddol ar gyfer rhandeiliaid polisi ac ymarfer ledled y DU.

### **Cydweithio ag Iechyd Cyhoeddus Cymru**

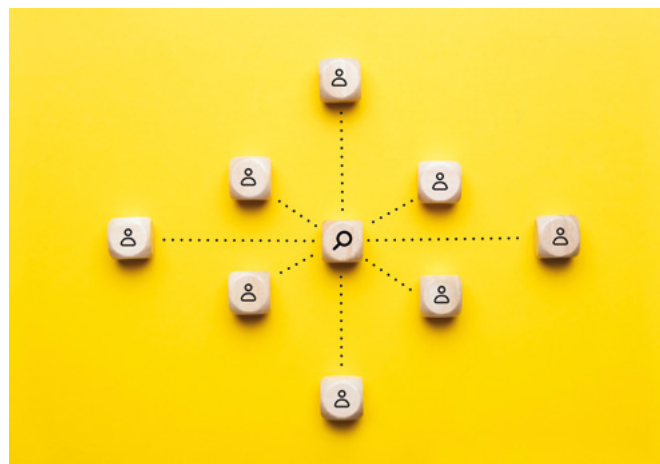
Ein rhwydwaith cydweithredol mwyaf sefydledig yw SHRN, a gallwch ddarllen mwy am y datblygiadau dros y flwyddyn ddiwethaf yn SHRN ar dudalen 20, gan gynnwys dulliau gwell o rannu data a phartneriaethau i adrodd yn genedlaethol ac yn rhanbarthol, yn ogystal â gweddwid y rhaglen Ysgolion Iach. Rydym hefyd yn cymryd camau tuag at archwilio ymagwedd debyg at seilwaith y rhwydwaith mewn perthynas ag iechyd y gweithle (ceir rhagor o wybodaeth ar dudalen 19). Bu staff DECIPHer yn rhan o lansiad Cymuned Ymarfer Iechyd Cyhoeddus Cymru ar

werthuso hefyd, a rhoddod Dr Rhiannon Evans a Dr Kelly Morgan sgysiau yn y digwyddiad lansio ym mis Mawrth 2023.

**Yn gysylltiedig â'r gweithgarwch rhwydwaith sy'n gysylltiedig ag ysgolion, mae Amy Davies, Prif Ymarferydd Iechyd Cyhoeddus yn Iechyd Cyhoeddus Cymru, wedi'i chydleoli â DECIPHer er mis Medi 2022. Mae'n rhannu ei phrofiad yma.**

Mae gan Iechyd Cyhoeddus Cymru a DECIPHer bartneriaeth sefydledig eisoes, sy'n cynnwys y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion a Chynlluniau Ysgolion Iach – Rhwydwaith Cymru. Fel rhan o dîm staff Iechyd Cyhoeddus Cymru sy'n cefnogi gweithrediad yr Ymagwedd Ysgol Gyfan at Les Emosiynol a Meddyliol ledled Cymru, rwyf wedi gallu adeiladu ar y berthynas bresennol hon mewn perthynas â'r rhaglen waith benodol hon.

Mae datblygu'r berthynas hon wedi bod o fudd i weithgarwch gwerthuso er mwyn deall gweithrediad yr Ymagwedd Ysgol Gyfan at Les Emosiynol a Meddyliol. Mae trafod dulliau a chanfyddiadau sy'n dod i'r amlwg ar draws timau sy'n gweithio ar werthuso ar wahanol lefelau wedi gwneud y gorau o werth y gwaith. Rydym wedi gwarchod rhag dyblygu ymdrech, wedi cynorthwyo ein gilydd i fanteisio i'r eithaf ar ymglymiad cyfranogwyr ac wedi sicrhau y caiff dysgu ei ddefnyddio i lywio cyfeiriad y rhaglen. Hefyd, mae bod yn fwy integredig wedi ein galluogi i gydweithio â'n gilydd i ddylanwadu ar ymarfer. Er enghraifft, trwy gyflwyno gweminar ar y cyd ar gyfer ysgolion i hyrwyddo'r defnydd o ddata SHRN wrth iddynt ymwreiddio'r Ymagwedd Ysgol Gyfan at Les Emosiynol a Meddyliol o fewn cymunedau eu hysgolion.





## 4.2 Cyrsiau Byr Cenedlaethol a Rhyngwladol



### Cyrsiau byr DECIPHer



Dros y 12 mis diwethaf, rydym wedi dechrau adfer rhai o'n harlwy cyrsiau byr wyneb-yn-wyneb, yn ogystal â pharau â rhai cyrsiau sy'n cael eu cynnal yn gyfan gwbl ar-lein neu mewn fformatiau hybrid newydd. Gan adeiladu ar y profiadau o gyflwyno fersiwn ar-lein gryno o'n cwrs hyfforddi pum diwrnod blynyddol yn 2021, fe wnaethom fireinio'r fformat a dylunio dau weithdy deuddydd a ddarparwyd dros wythnosau olynol ym mis Mehefin 2022, wedi'u hategu gan sesiynau all-lein a recordiwyd ymlaen llaw. Galluogodd hyn i ni roi sylw i amrywiaeth ehangach o bynciau a oedd yn fwy cyson â'n harlwy pum diwrnod blaenorol, gan osgoi sawl diwrnod olynol o amser sgrin. Cymerodd 22 o gynrychiolwyr ran o bob rhan o'r DU, Ewrop a De Affrica o amrywiaeth o feysydd, gan gynnwys iechyd y cyhoedd, gofal iechyd, gofal cymdeithasol, iechyd meddwl byd-eang, epidemioleg, llawfeddygaeth, clefydau heintus, oncoleg, gofal lliniarol a deintyddiaeth.

Yn dilyn y profiad hwn, trefnwyd ein cwrs undydd â ffocws ar werthuso prosesau fel cwrs wyneb yn wyneb, ochr yn ochr â chwrs undydd newydd ei ddatblygu wedi'i seilio ar arweiniad methodolegol a gyhoeddwyd yn ddiweddar, a ariannwyd gan MRC-NIHR, ar addasu ymyriadau i gyd destunau newydd. Cafodd pob un o'r tri chwrs adborth cadarnhaol iawn ac ansawdd yr addysgu oedd y mwyaf cadarnhaol. Mae cyrhaeddiad polisi'r cyrsiau'n parhau i dyfu, a chyflwynwyd ein cwrs gwerthuso

prosesau i weithwyr y llywodraeth yn Adran yr Amgylchedd, Bwyd a Materion Gwledig (Defra) yn ddiweddar, yn dilyn cais am fersiwn ar-lein bwrsasol. Roedd cynnwys y cwrs, a addaswyd i faes gwaith y sefydliad i ymgorffori ei ganllawiau methodolegol mewnol ei hun, yn hynod boblogaidd, gyda 55 o gyflogeion yn mynegi diddordeb mewn cymryd rhan. Er bod ein cyrsiau yng Nghaerdydd yn parhau i ddenu cynulleidfya rhyngwladol, rydym hefyd wedi parhau i gyflwyno ein cyrsiau byr rhyngwladol sefydledig yn Sweden (Athrofa Karolinska) a Denmarc (Prifysgol Aalborg). Mae'r cwrs yn Sweden ar ffurf cwrs hyfforddi doethuriaeth achrededig sy'n para tair wythnos, a gynhaliwyd am y trydydd tro ym mis Mai-Mehefin 2022, ond am y tro cyntaf yn y fformat hybrid a fwriadwyd yn wreiddiol. Cafodd y cwrs werthusiadau cadarnhaol iawn gan y rhai a gymerodd ran. Mae ein cyrsiau hefyd wedi'u cydnabod trwy gynnwys elfennau o'n dulliau addysgu cymhleth mewn dau gynnig a ariannwyd yn ddiweddar ar gyfer ysgolion newydd i raddedig mewn dwy brifysgol yn Sweden. Bydd un o'r rhain yn cynnwys staff DECIPHer yn addysgu ar gyrsiau hyfforddi preswyl i staff a myfyrwyr yr ysgol ymchwil. O ganlyniad i'n hymglymiad wrth y cwrs byr ym Mhrifysgol Aalborg, cyfrannodd dau aelod o staff DECIPHer bennod i'r Llawlyfr Iechyd Cyhoeddus sy'n cael ei ddefnyddio mewn sawl cwrs. Yn olaf, rydym yn parhau i gael ceisiadau i gyflwyno fersiynau teilwredig o'r cyrsiau mewn amrywiaeth o gyd-destunau rhyngwladol, gyda cheisiadau o'r Almaen, Periw a Chile yn cael eu trafod ar hyn o bryd.



## 4.3 Cefnogi Datblygiad Staff

Eleni eto, roeddem yn gallu llongyfarch nifer o'n staff ar eu dilyniant gyrfa, wrth i James White gael ei ddyrchafu'n Athro, Rhiannon Evans yn Ddarlleneydd a Kelly Morgan yn Uwch Gymrawd Ymchwil. O ran gwobrau ar gyfer cyflawniadau: dyfarnwyd Cymrodoriaeth Churchill i Dr Rhiannon Evans i dreulio amser yn gweithio yn UDA, dyfarnwyd Gwobr Deorydd Ymchwil Iechyd Meddwl i Dr Rebecca Anthony am waith yn archwilio iechyd meddwl ymhlith plant mewn teuluoedd mabwysiadol, a chyrrhaeddodd yr Athro Graham Moore y rhestr fer fel rhan o dîm ymchwil ar gyfer Gwobr Canser Moondance.

Eleni hefyd, dyfarnwyd PhD i Caitlyn Donaldson am ei gwaith ar bontio rhwng ysgolion cynradd ac uwchradd ac iechyd meddwl, a llwyddodd Isabel Lang, a ymunodd â ni fel myfyriwr ôl-raddedig eleni, i sicrhau Interniaeth Polisi UKRI gydag Ymchwil Senedd. Sicrhaodd Ed Janes, ein myfyriwr PhD blaenorol a gweithiwr ieuencid ALPHA, Gymrodoriaeth Ôl-ddoethurol ar gyfer Gwaith Cymdeithasol a Gofal Cymdeithasol gan yr ESRC, a dyfarnwyd MSc gyda Rhagoriaeth mewn Dulliau Ymchwil Seicoleg Gymdeithasol i Lianna Angel. Gwelsom hefyd Dr Sara Long yn chwarae rhan flaenllaw yn EMPOWER, sef grŵp trawsddisgyblaethol o ymchwilwyr sy'n ceisio sefydlu rhwydwaith ar gyfer ymchwilwyr benywaidd ar draws Prifysgol Caerdydd i hyrwyddo eu datblygiad yn arweinwyr ymchwil llwyddiannus a hwyluso cyfleoedd i fanteisio ar grantiau.

**Isod, byddwn yn clywed gan nifer o staff a ymunodd â DECIPHer yn ddiweddar a'r rhai sydd wedi symud i rolau newydd y tu allan i'r ganolfan.**

### Dr Caitlyn Donaldson

Ymunais â DECIPHer yn 2019 fel myfyriwr PhD. Roedd fy rolau blaenorol wedi cynnwys ymchwil ac ysgrifennu ar ystod eang o bynciau iechyd y cyhoedd, ond roeddwn wedi dechrau magu mwyfwy o ddiddordeb mewn iechyd



meddwl a lles pobl ifanc. Cafodd fy neges e-bost hapfasnachol at yr Athro Simon Murphy ei thrin yn gadarnhaol ac, o ganlyniad, cefais drafodaethau â darpar oruchwylwyr am y posibilrwydd o wneud cais am gyllid. Gyda'u cefnogaeth nhw, roedd fy nghais am gyllid i'r ESRC yn llwyddiannus ac, yn fuan wedi hynny, dechreuais fy PhD yn edrych ar iechyd meddwl pobl ifanc ar draws y cyfnod pontio rhwng yr ysgol gynradd a'r ysgol uwchradd gyda'r Athro Graham Moore a Dr Jemma Hawkins yn oruchwylwyr.

Mae DECIPHer ar flaen y gad ym maes ymchwil iechyd ysgolion yng Nghymru ac mae bod yn fyfyrwr yn yr adran wedi cynnig cyfleoedd gwych i feithrin arbenigedd a manteisio ar y data helaeth sydd ar gael i'w ddadansoddi ar ysgolion yng Nghymru. Tua diwedd fy PhD, dechreuodd DECIPHer y broses o ymestyn y gwaith SHRN uwchradd i ysgolion cynradd, a daeth rôl Cydymaith Ymchwil ar gael. Fe wnes i gais ac roeddwn yn llwyddiannus. Rwyf wedi gweld trosglwyddo o fod yn fyfyrwr DECIPHer i fod yn aelod staff yn gadarnhaol iawn. Dros y flwyddyn nesaf, rwy'n bwriadu cyhoeddi rhai papurau o'm traethawd ymchwil, yn ogystal â dechrau meddwl am brosiectau ymchwil a chyfleoedd ariannu yn y dyfodol.

### Dr Lauren Copeland

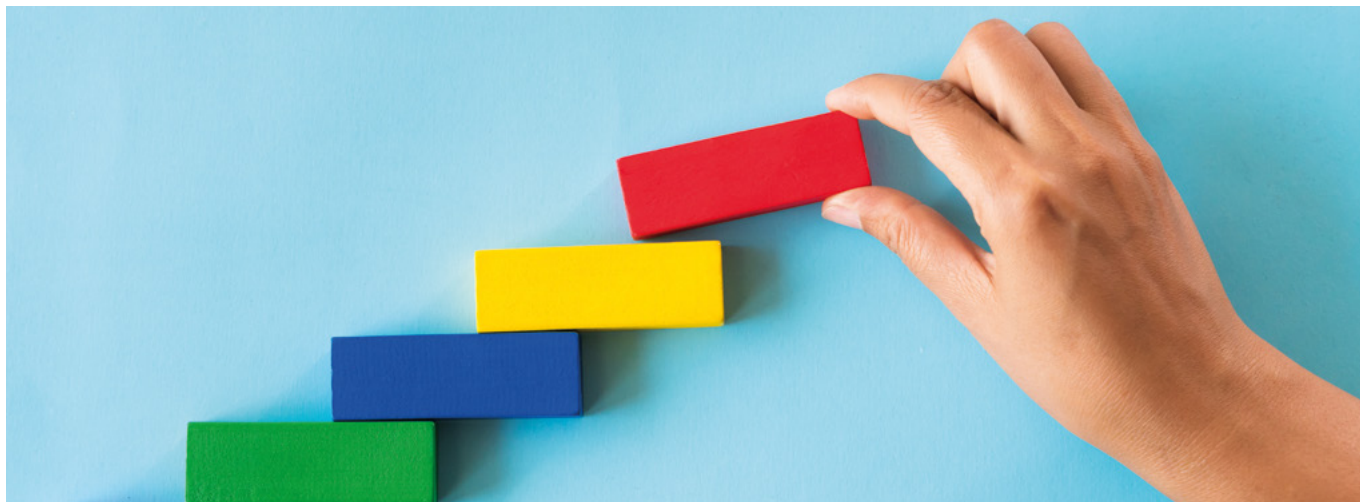
Ymunais â DECIPHer ym mis Ionawr 2019 fel Cydymaith Ymchwil yn gweithio'n bennaf ar astudiaeth i ddatblygu arweiniad ar gyfer addasu ymyriadau i gyd-destunau newydd.



Roedd yn gyfle gwych i fod yn rhan o astudiaeth a fyddai'n dylanwadu ar arferion addasu yn y dyfodol ac i fod yn rhan o ganolfan ymchwil o safon fyd-eang. Fy meysydd ymchwil o ddiddordeb yw iechyd meddwl a chwrsela, felly roedd ymuno â DECIPHer yn fy ngalluogi i ymchwilio i'r meysydd hyn ac ennill sgiliau a phrofiad gwerthfawr mewn llunio grantiau, rhwydweithio a llywio polisi'r llywodraeth.

Yn ogystal â hyn, cefais fentoriaeth a oedd yn hollbwysig i'm dilyniant gyrfa. Cefais fy nghefnogi i ennill profiad mewn meysydd sy'n hanfodol ar gyfer darlithyddiaeth.

Mae hyn wedi fy arwain i ennill darlithyddiaeth yn yr Ysgol Seicoleg ym Mhrifysgol Caerdydd,



Ile rwyf yn addysgu ar hyn o bryd ar draws lefelau israddedig ac ôl-raddedig ac yn datblygu syniadau ymchwil mewn cwnsela ac addysg.

### **Dr Hannah Littlecott**

Dechreuodd fy nhaith gyda DECIPHer yn 2012, pan gefais fy recriwtio fel Cynorthwy-ydd Ymchwil. Cefais brofiad o weithio ar sawl prosiect, gan hefyd wneud cais ar gyfer cyllid PhD. Dechreuais fy PhD ym mis Ionawr



2014, gan ei gwblhau yn 2016 ymhen cyfnod o dair blynedd. Ochr yn ochr â'r prosiect PhD, cefais gyfle i weithio'n hamddenol ar sawl prosiect a chael profiad o lunio a chyhoeddi nifer o bapurau gwyddonol. Ar ôl y PhD, cefais fy nghefnogi i gael cyllid cymrodoriaeth. Er y cafodd y pandemig effaith negyddol ar y prosiect hwn, rhoddodd brofiad pwysig i mi o ran llwyddo i gael cyllid ymchwil fel Prif Ymchwilydd a rheoli fy mhrosiect fy hun. Tra'n gweithio yn DECIPHer, rwyf hefyd wedi cael dau gyfnod o absenoldeb mamolaeth ac roeddwn yn teimlo bod gennym gefnogaeth gan staff y Gwasanaethau Proffesiynol, yn ogystal â chydweithwyr academiaidd. Yn y pen draw, mae'r gefnogaeth a'r profiad hwn wedi arwain at gyfle gwych â chydweithwyr ym Mhrifysgol Ludwig Maximilian ym Munich, lle rwy'n gweithio o bell ar hyn o bryd yn arwain adolygiadau Cochrane i gyfod ymchwil yn ymwneud â SARSCoV-2 a mesurau mewn ysgolion.

### **Lleoliadau myfyrwyr yn DECIPHer**

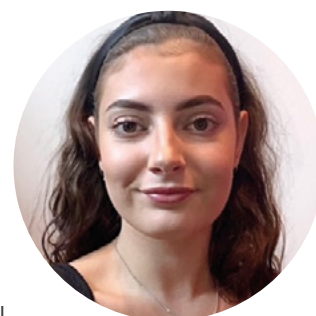
Mae DECIPHer wedi cael llwyddiant sylweddol o ran sicrhau cyllid cystadleuol ar gyfer interniaethau a chefnogi lleoliadau myfyrwyr dros y blynyddoedd. Fel arfer, mae interniaid yn gweithio ar brosiectau ymchwil a ariennir yn allanol ac yn cymryd rhan mewn amrywiaeth

o weithgareddau sydd wedi'u llunio i'w helpu i ddatblygu sgiliau allweddol ym maes ymchwil, yn ogystal â sgiliau trosglwyddadwy y gellir eu defnyddio yn eu hastudiaethau ac mewn cyflogaeth yn y dyfodol. Hyd yn hyn, mae myfyrwyr lleoliadau DECIPHer wedi parhau i gymryd rhan yn weithredol mewn ymchwil academiaidd; mae chwech ohonynt wedi ymgymryd â'u prosiectau traethawd hir yn eu blwyddyn olaf dan oruchwyliaeth staff DECIPHer, mae o leiaf bump ohonynt wedi llwyddo i sicrhau ysgoloriaethau ymchwil PhD ac mae wyth ohonynt wedi ysgrifennu erthyglau mewn cyfnodion neu wedi rhoi cyflwyniadau i gynadleddau yn deillio o'u lleoliadau. Mae cyrchfannau cyflogaeth myfyrwyr ein lleoliadau yn cynnwys swyddi ymchwil, er enghraifft yn y Swyddfa Ystadegau Gwladol ac mewn adrannau ymchwil y llywodraeth.

### **Yma, mae rhai o'n myfyrwyr diweddar ar leoliad yn myfrio ar eu profiadau yn DECIPHer.**

#### **Emma Wallace**

Rwyf wedi graddio o Brifysgol Caerdydd yn ddiweddar gyda BSc mewn Dadansoddeg Gymdeithasol ac roeddwn yn awyddus i ddechrau ymchwil y gwyddorau cymdeithasol cyn gynted â phosibl. Ar gyfer fy lleoliad, bûm yn gweithio gyda Dr Sara Long ar astudiaeth o ddeilliannau iechyd ac addysg plant sy'n derbyn ymyriadau gwasanaethau cymdeithasol. Cefais gyfle hefyd i ddefnyddio fy sgiliau meintiol ar gyfer prosiect diwygio cwricwlwm Cymru, hefyd gyda Sara. Mae'r astudiaeth hon yn edrych ar iechyd a lles plant ysgol uwchradd yng Nghymru a newidiadau i iechyd a lles mewn ysgolion o ganlyniad i'r diwygiadau addysg. At ei gilydd,



rwyf wedi bod wrth fy modd â'm lleoliad gyda DECIPHer a byddwn yn ei argymhell i unrhyw un sy'n ystyried gyrfa ymchwil. Mae'r lleoliad wedi datblygu fy sgiliau ymchwil ac rwyf wedi ennill gwybodaeth helaeth am sut mae ymchwil academiaidd yn cael ei chyflawni.

### Ruby Bird

Rwyf wedi bod wrth fy modd yn gweithio yn DECIPHer ar brosiect CHARMING. Mae'r gwaith wedi bod yn amrywiol ac yn ddifyr dros ben ac rwy'n teimlo fy mod wedi cael cyfle i ddefnyddio rhai o'r sgiliau a ddysgais yn ystod fy ngradd, yn ogystal â darganfod rhai o'm cryfderau. Bu fy ngoruchwylwyr mor groesawgar a chefnogol trwy gydol fy nghyfnod yma ac maent wedi caniatáu i mi ddefnyddio fy menter fy hun i fynd i'r afael â'r gwaith, sydd wedi rhoi hyder i mi pan fyddaf yn dechrau fy ngyrfa. Wrth fyfyrio ar y profiad, rwy'n sicr wedi dysgu i ymddiried yn fy ngallu i fynd i'r afael â thasgau gwahanol nad wyf yn efallai'n teimlo'n hyderus â nhw i ddechrau. Rwyf hefyd wedi gwneud rhai ffrindiau hyfryd iawn ac rwy'n sicr fy mod eisiau bod yn rhan o'r byd academiaidd ac ymchwil trwy gydol fy ngyrfa mewn rhyw ffordd, gan fy mod wedi bod wrth fy modd yn gweithio tuag at rywbeth sydd â'r potensial i gael effaith wirioneddol ar fywydau pobl.



### Chantal Shrestha

Dros wyth wythnos, bûm ar leoliad ymchwil yn DECIPHer i helpu i gefnogi'r gwaith o ymestyn y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion (SHRN) i ysgolion cynradd, gan gynnwys helpu i recriwtio ysgolion i gymryd rhan mewn arolwg disgyblion yng nghyfnod allweddol 2. Bu hwn yn gyfle gwych i fynychu cyfarfodydd gyda thîm amlweddol o ymchwilwyr a gweithio mewn lleoliad proffesiynol, yn ogystal â datblygu set o sgiliau ymchwil meintiol ac ansoddol. Cymerais ran yng nghwrs byr DECIPHer hefyd, a dysgais ddamcaniaethau ac egwyddorion amrywiol yn ymwneud ag ymchwil ymyrraeth gymhleth. Trwy gydol y cwrs hwn, defnyddiwyd enghreifftiau go iawn a'm helpodd ymhellach i ddeall pa mor berthnasol yw cyd-destun y cwrs hwn wrth wella iechyd a lles cyffredinol pobl ifanc. Roedd wir yn agoriad llygad. At ei gilydd,



mae fy lleoliad wedi bod yn gyfle anhygoel i ennill a datblygu sgiliau trosglwyddadwy, yn ogystal â dealltwriaeth o'r mecanweithiau sy'n gysylltiedig ag ymchwil a datblygu.

### Sophie Borgia

Fel rhan o flwyddyn lleoliad yn ystod fy ngradd, bûm yn gweithio i Iechyd Cyhoeddus Cymru, a fwynheais yn fawr. Roeddwn i'n gwybod hefyd fy mod yn mwynhau'r byd academiaidd a bod gennyf sgiliau ymchwil o brofiad gwaith arall, felly roedd arnaf eisiau cyfuno'r diddordebau hyn trwy weithio ar ymchwil iechyd cyhoeddus yn DECIPHer. Cydweithiais â'r Athro James White a Dr Jemma Hawkins, gan ddefnyddio data o'r treial FRANK Friends i gynnal dadansoddiadau o'r cysylltiad rhwng hunaniaeth rhywedd ac ansawdd bywyd yn gysylltiedig ag iechyd ymhlith pobl ifanc. Un o fy hoff rannau o'r profiad oedd yr amgylchedd gwaith yn adeilad Sbarc|Spark, gan fod seminarau a sgysiau'n digwydd yn aml a oedd yn ein galluogi i gael ymdeimlad o'r gwaith sy'n mynd rhagddo yn DECIPHer a thimau ymchwil eraill. Roedd pob aelod staff mor groesawgar hefyd ac yn barod i ateb unrhyw gwestiynau oedd gennym am weithio yn y byd academiaidd. Mae fy mhrofiad wedi cadarnhau i mi y byddwn wrth fy modd â gyrfa ym maes ymchwil iechyd y cyhoedd ac rwy'n gyffrous i fod yn gweithio tuag at hyn drwy ddechrau PhD yn DECIPHer yn ystod hydref 2023.



### Jen Christensen

Mae gennyf ddiddordeb mewn gyrfa ym maes ymchwil, felly mae gwneud ymgymryd ag interniaeth sy'n seiliedig ar ymchwil wedi fy helpu'n aruthrol i ddeall sut mae'r broses ymchwil yn gweithio. Nid yn unig oedd gennym ni i gyd lawer i'w ddysgu o'r astudiaethau roeddem yn rhan ohonynt, cawsom gyfle gwych hefyd i gymryd rhan yng nghwrs byr DECIPHer. Bu hwn yn brofiad dysgu da i'r holl interniaid sydd wedi cymryd rhan, ac rydym wedi gallu cael cipolwg ar sut daeth yr ymyriadau y buom yn gweithio arnynt yn fyw. Mae'r Interniaeth Arloesi a Diwydiant yn gyfle gwych i ddysgu am bob agwedd ar y broses ymchwil a sut y caiff astudiaeth ei chynnal. Byddwn yn argymhell i unrhyw fyfyrwr sydd â diddordeb mewn gyrfa ym maes ymchwil wneud interniaeth fel hon, oherwydd mae'r wybodaeth, y sgiliau a'r cysylltiadau a wnewch mor werthfawr o ran cefnogi eich gyrfa yn y dyfodol.



# 5. RHAGLENNI YMCHWIL

## 5.1 Polisi Cyhoeddus Iach



Yr Athro Graham Moore




Yr Athro Amanda Robinson

Nod y rhaglen Polisi Cyhoeddus Iach yw:

- i) Darparu tystiolaeth amserol a chadarn i ddylanwadu ar benderfyniadau gan sefydliadau'r llywodraeth ar lefel genedlaethol a lleol, er mwyn gwella iechyd y boblogaeth a lleihau anghydraddoldebau.
- ii) Gwerthuso gweithrediad ac effeithiau penderfyniadau polisi ar iechyd ac anghydraddoldebau'r boblogaeth.

Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, trwy gysylltu â'r rhaglen Lleoliadau Iach, rydym wedi parhau â'n gwaith yn canolbwyntio ar y croestoriad rhwng polisi iechyd ac addysg. Mae hyn wedi cynnwys gwaith parhaus i werthuso **fframwaith Llywodraeth Cymru** i ymwreiddio ymagweddau ysgol gyfan at iechyd meddwl a lles, yn dilyn ein hasesiad gwerthusadwyedd blaenorol a ariannwyd gan Lywodraeth Cymru. Derbyniwyd papur newydd yng nghyfnodolyn **British Education Research Journal** gan gymrodoriaeth Dr Sara Long a ariannwyd gan Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru ar ddiwygio'r cwricwlwm, sy'n rhoi iechyd wrth wraidd yr hyn y mae ysgolion yn 'dda' ar ei gyfer. I gynorthwyo ysgolion i roi diwygiadau'r cwricwlwm ar waith, ynghyd â dulliau i hybu iechyd meddwl da, rydym wedi parhau â'n gwaith i ehangu'r **Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion i ysgolion cynradd yng Nghymru**. Mae ein harolwg cyntaf ar draws cyfnod allweddol 2 yn ei gyfarwydd yn y maes ar hyn o bryd ac mae tua 18,000 o ddisgyblion ar draws 200 o ysgolion wedi llenwi'r arolwg hyd yn hyn.





Gan barhau â'r cryfderau presennol, mae ein gwaith gyda chonsortiw **SPECTRUM** wedi parhau i gynhyrchu allbynnau ar draws y DU ar faterion polisi sy'n ymwneud â nwyddau afiach, fel tybaco ac alcohol. Mae'r rhain yn cynnwys papur diweddar ar gefnogaeth y cyhoedd ar gyfer ystod o ddewisiadau polisi posibl i reoleiddio cynhyrchion tybaco. Mae ein gwaith a ariennir gan NIHR ar werthuso rheoleiddio **Cyfarwydeb Cynhyrchion Tybaco yr Undeb Ewropeaidd** wedi'i dderbyn i'w gyhoeddi yn **Llyfrgell Cyfnodolion NIHR**, ond mae dan embargo o hyd. Yn ddiweddar, rydym wedi cynnal gweminar gydag ysgolion ledled Cymru, ar gais rhanddeiliaid ysgolion, i drafod y defnydd o e sigarennau ymhlith pobl ifanc, sydd wedi dod yn boblogaidd ers i gynhyrchion mwy newydd ddechrau treiddio i'r farchnad yn fwy diweddar na'n gwerthusiad TPD.

Mae'r flwyddyn ddiwethaf wedi gweld symudiad i feysydd polisi mwy newydd, hefyd. Mae symud i **Barc Gwyddorau Cymdeithasol Prifysgol Caerdydd (SBARC|SPARK)**, ochr yn ochr ag ystod o ganolfannau ymchwil, wedi cynnig cyfleoedd i gydweithio ar syniadau ymchwil traws-sector ar draws y timau ymchwil hyn. Er enghraifft, ar y cyd â'r **Sefydliad Ymchwil Trosedd a Diogelwch**, rydym wedi sicrhau cyllid gan y Sefydliad Gwaddol Ieuencid ar gyfer gwaith yn gwerthuso integreiddio **Timau Atal Trais** mewn ysbytai yn ne Cymru. Mae hon yn fenter sy'n gweithio gwaith traws-sector a thraws-lywodraethol, gan gynnwys rhwng y **GIG yng Nghymru a Swyddfa Gartref Llywodraeth y DU**, i ymwreiddio ymyrraeth ataliol mewn systemau gofal iechyd. Trwy gysylltu â'r rhaglen ymchwil methodoleg, mae hyn yn defnyddio fframweithiau y cafodd eu datblygiad ei arwain o fewn DECIPHer, gan gynnwys arweiniad a ariennir gan **MRC/NIHR** ar addasu ymyriadau i gyd-destunau newydd.

Rydym hefyd wedi cydweithio â chydweithwyr o'r **Ysgol Seicoleg ym Mhrifysgol Caerdydd** ar gais grant mawr a fydd, os yw'n llwyddiannus, yn canolbwyntio ar ymchwil ymddygiadol a pholisi ar draws meysydd polisi iechyd a lles a pholisi amgylcheddol. Mae hyn yn adeiladu ar gydweithrediau cynharach a ffurfiwyd o fewn y consortiw **SPECTRUM** y soniwyd amdano eisoes. Arweiniodd DECIPHer weminar ym mis Mawrth 2023 hefyd, fel rhan o fenter **PolicyWISE y Brifysgol Agored** a oedd yn canolbwyntio ar gydweithio rhwng academyddion a llunwyr polisi ar draws pedair gwlad y DU.



## 5.2 Lleoliadau a Sefydliadau Iach



Yr Athro Simon Murphy



Dr Honor Young

Mae'r rhaglen hon yn datblygu ac yn gwerthuso ymagweddau system gyfan at wella iechyd y boblogaeth a deall sut i'w rhoi ar waith. Mae gennym ymchwilwyr sy'n cydweithio ag ysgolion a chymunedau ar ystod eang o feysydd iechyd sydd â blaenoriaeth, gan gynnwys iechyd meddwl a lles, bwyta'n iach, atal ysmegu, atal camddefnyddio alcohol, iechyd rhyw a pherthnasoedd cymdeithasol iach.

### Polisiau ysgol

Mae gennym gysylltiadau cryf â'r rhaglen Polisi Cyhoeddus Iach, a chyda'n gilydd, rydym wedi cefnogi gwerthusiadau mewn ysgolion o **bolisiau allweddol Llywodraeth Cymru**, gan gynnwys **diwygiadau cwricwlwm yr Ymagwedd Ysgol Gyfan at Iechyd Meddwl a Lles**. Rydym hefyd yn gweithio i ddatblygu ein gwaith ledled y DU. Yn ddiweddar, ymwelodd cydweithwyr o Education Scotland â ni i gyflwyno eu myfyrododau ar y Cwricwlwm er Rhagoriaeth, ei roi ar waith a'r gwersi a ddysgwyd dros y degawd diwethaf. Cynhaliom sawl trafodaeth bord gron hefyd â chydweithwyr polisi, ymarfer ac academiaidd, gan gynnwys cynrychiolaeth o **Lywodraeth Cymru** ac **Estyn**. Trefnwyd yr ymweliad gan ein Cymrawd Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru, Dr Sara Long. Mae gwaith polisi ar draws y DU hefyd yn cynnwys astudiaeth sy'n gwerthuso **Mindset Teams** yn yr Alban, sef ymyrraeth i wella gwydnwch dysgu ar gyfer deilliannau iechyd ac addysg, gyda diddordeb polisi sylweddol yn y posibilrwydd o'i rhoi ar waith yng Nghymru.



Fe wnaethom fwynhau ein hymweliad â DECIPHer yn fawr iawn, a roddodd nifer o bwyntiau i ni fynd yn ôl â ni i'r Alban. Roeddem yn ddiolchgar iawn am y cyfle i siarad â phob un ohonoch a'ch cydweithwyr yn Llywodraeth Cymru ac Estyn. Hoffem ddiolch i'r holl gydweithwyr a'n cefnogodd. Rydym yn edrych ymlaen at gydweithio â chi eto yn y dyfodol.

**TJ Johnston, Education Scotland**





## Ymarfer mewn ysgolion sy'n cael ei arwain gan ddata

Mae'r uchafbwyntiau eleni hefyd yn cynnwys ystod o astudiaethau sydd wedi canolbwyntio ar ddefnydd arloesol o ddata mewn ysgolion. Mae hyn yn cynnwys partneriaeth gyda phobl ifanc a rhanddeiliaid ysgolion i gyd-gynhyrchu **animeiddiad fideo o ansawdd uchel** i helpu i gyfleu canfyddiadau allweddol SHRN i bobl ifanc ac ar gyfer cynllunio gweithredu iechyd a grwpiau llais myfyrwyr. Prosiect cydweithredol arall rhwng DECIPHer, yr Athro Ann John (Prifysgol Abertawe) a Dr Jo Inchley (Prifysgol Glasgow) fel rhan o fenter **Datamind Health Data Research (HDR) UK**, a ddaeth â SHRN a'i chwaer rwydwaith yn yr Alban (**SHINE**) at ei gilydd i archwilio barn rhanddeiliaid ar wella ymagweddau gwyddor data i fynd i'r afael ag iechyd meddwl a lles gwael ymhlith plant a phobl ifanc.

Mae'r maes gwaith hwn hefyd yn cynnwys tîm aml-ddisgyblaethol (dan arweiniad Segrott, Reed a Page) sy'n gweithio ar **astudiaeth Gwobr Data Wellcome Trust** sydd â'r nod o rymuso cymunedau ysgolion i adeiladu amgylcheddau sy'n hyrwyddo myfyrwyr ac arferion sy'n iach yn feddyliol. Gan ddefnyddio data arolwg SHRN sy'n gysylltiedig ar lefel myfyrwyr ac ysgolion, nododd feysydd allweddol i ysgolion hyrwyddo cysylltedd ysgol yn effeithiol, yn enwedig i'r rhai sydd â lefelau is o gefnogaeth deuluol. Bydd y cam nesaf yn canolbwyntio ar gydweithio ag ysgolion i ddatblygu'r gallu i fanteisio ar ddangosyddion allweddol sy'n ymwneud â chysylltedd disgyblion ag ysgolion ac iechyd meddwl, a'u defnyddio i lywio polisi ac arfer.

## Lleoliadau cymunedol

Mae gwaith arall a ddechreuwyd eleni wedi canolbwyntio ar leoliadau cymunedol. Mae hyn yn cynnwys **Cymrodoriaeth HCRW** ar draws DECIPHer a **Health Data Research UK (HDRUK)** yn archwilio'r cysylltiadau rhwng agweddau ar yr amgylchedd adeiledig ac iechyd meddwl pobl ifanc i lywio cynllunwyr awdurdodau lleol a'r llywodraeth yng Nghymru (Mizen). Mae astudiaeth bellach yn gwerthuso ymyrraeth i atal digartrefedd a hybu iechyd ymhlith y rhai sy'n gadael carchar (White). I bobl sy'n gadael carchar, mae cam-drin sylweddau, iechyd meddwl gwael a diffyg rhwydwaith cymorth sefydlog, wedi'u hatgyfnerthu gan ddiffyg tai fforddiadwy a chyfleoedd cyflogaeth, yn golygu eu bod yn arbennig o agored i berygl digartrefedd. Bydd yr astudiaeth mewn pedwar carchar i ddynion yn penderfynu a ddylid symud ymlaen i astudiaeth gyflawn yn y dyfodol i asesu effeithiolrwydd a chost effeithiolrwydd ymyriadau awdurdodau lleol sy'n canolbwyntio ar dai.



## 5.3 Perthnasoedd Cymdeithasol Iach



Dr Rhiannon Evans



Dr Jeremy Segrott

Mae'r rhaglen Perthnasoedd Cymdeithasol Iach yn parhau i wneud cynnydd sylweddol, o ran ei chwmpas a nifer yr astudiaethau ymchwil. Dros y flwyddyn flaenorol, darparwyd grantiau ymchwil allweddol yn llwyddiannus hyd at eu cwblhau.

Mae'r rhain yn cynnwys y **Rhwydwaith Ymchwil Trawsddisgyblaethol er Gwella Iechyd Meddwl Pobl Ifanc (TRIUMPH)** a ariennir gan UKRI (Evans; Murphy), **Ymyriadau Plant a Phobl Ifanc i Wella Deilliannau Iechyd Meddwl a Lles: Adolygiad systematig (CHIMES)** a ariennir gan NIHR-PHR (Evans; MacDonald; Robling), a'r dadansoddiad hydredol a ariennir gan ESRC o garfan ôl-weithredol i sefydlu a yw gofal awdurdod lleol yn gwneud gwahaniaeth i

fywydau plant sy'n agored i niwed (Long; Moore). Mae nifer o astudiaethau ymchwil newydd ac ar y gweill, meysydd allweddol lle mae'r rhaglen yn meithrin gallu a datblygiadau pwysig o ran ymgysylltu a throsi gwybodaeth.

### Ymyriadau yn seiliedig ar deuluoedd

Lansiodd y rhaglen ddau **werthusiad mawr yn 2023. Mae'r cyntaf yn werthusiad a ariennir gan Nuffield o'r rhaglen magu plant Triple P.** Mae'r astudiaeth yn cynnwys optimeiddio'r ymyrraeth i'w darparu o bell a phrofi ei dichonolrwydd (Segrott; Robling). Yr ail yw **astudiaeth FLOURISH a ariennir gan Horizon ac UKRI**, sy'n gwerthuso'r gwaith o addasu a gweithredu ymyrraeth magu plant sy'n deillio o Dde Affrica ym Moldova a Gogledd Macedonia (Shenderovich; Evans; Moore; Pell). Bydd yr astudiaeth hon yn defnyddio arloesedd methodolegol DECIPHer, yn enwedig ei arweiniad a ariannwyd gan MRC-NIHR ar addasu ymyriadau ar gyfer cyd-destunau newydd. Mae astudiaethau sy'n mynd rhagddynt yn cynnwys **astudiaeth ymchwil Family VOICE a ariennir gan NIHR**, sy'n gwerthuso effeithiolrwydd a gweithrediad Cynadledda Grŵp Teulu, sef ymyrraeth sy'n dod ag aelodau'r teulu ynghyd i drafod plant y mae angen iddynt gael eu cefnogi a'u hamddiffyn.





## Plant a Phobl Ifanc sy'n wedi cael profiad o ofal

Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, mae dau Brif Ymchwilydd tro cyntaf, sef Dr Gillian Hewitt a Dr Sarah MacDonald, wedi cael cyllid gan **Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru** ar gyfer astudiaeth sy'n archwilio sut mae lleoliadau addysgol yn cefnogi iechyd meddwl a lles pobl ifanc sydd â phrofiad o ofal yng Nghymru. Bydd yr astudiaeth yn ystyried disgyblion ysgol uwchradd ac addysg bellach ac yn cydweithio hefyd â thimau gofal cymdeithasol a gweithwyr proffesiynol arbenigol iechyd meddwl (e.e. CAMHS), i nodi sut y gellir gwella cymorth yn y dyfodol.

## Atal Trais a Cham-drin Domestig

Mae'r rhaglen yn parhau i gynnal ymchwil newydd ym maes trais domestig ac mae Bethan Pell yn symud ymlaen â PhD ar Drais Plentyn i Riant. Trwy gydol y llynedd, mae DECIPHer (Evans; Young) wedi cydweithio'n

agos â phartneriaid o **Brifysgol Namibia a Gweinyddiaeth y Celfyddydau, Addysg a Diwylliant**, i ddatblygu ymchwil yn ymwneud â pherthnasoedd cymdeithasol iach a grymuso merched yn addysgol yn Namibia. Bydd Dr Honor Young a Dr Rhiannon Evans yn ymweld â chydweithwyr yn Namibia ym mis Gorffennaf 2023 i ymestyn y cydweithio ymhellach, gyda ffocws penodol ar brofi fersiwn leol o'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion (SHRN) i ddeall profiadau iechyd a lles plant a phobl ifanc.

## Darparu gwasanaeth ar sail perthynas

Yn 2022, dechreuodd Dr Lucy Maddox **PhD a ariennir gan NIHR**, sy'n gydweithrediad rhwng **Prifysgol Caerfaddon, Prifysgol Birkbeck a Phrifysgol Caerdydd**. Mae'r astudiaeth yn archwilio blinder o ran tosturi ymhlith ymarferwyr iechyd meddwl sy'n gweithio mewn wardiau iechyd meddwl i bobl ifanc, gyda'r nod o ddatblygu ymyrraeth ar sail systemau.





## 5.4 Arloesiadau Methodolegol mewn Gwyddor Iechyd Cyhoeddus



Dr Jemma Hawkins



Yr Athro Mike Robling

Nod rhaglen ymchwil dulliau DECIPHER yw hybu arloesedd methodolegau ar gyfer datblygu, gwerthuso a gweithredu ymyriadau i wella iechyd a lles. Mae hyn yn cynnwys datblygu arweiniad methodolegol a chyflwyno cyrsiau byr yn seiliedig ar ddulliau i ymchwilwyr, ymarferwyr a llunwyr polisi.

I ddysgu mwy am y cyrsiau hyfforddiant rydym wedi'u cyflwyno dros y flwyddyn ddiwethaf, gweler tudalen 8. Mae ymchwilwyr DECIPHER yn parhau i gyhoeddi astudiaethau achos o arloesi methodolegol a 'darnau meddwl' methodolegol i ysgogi ac annog trafodaeth am ffyrdd newydd ymlaen ar gyfer ymchwil ymyriadau iechyd. Un enghraifft yw papur a gyhoeddwyd ym mis Hydref 2022, a oedd yn canolbwyntio ar ddarparu arweiniad ac argymhellion ar sut y gellir defnyddio dulliau cyd-greu yn well mewn ymchwil gweithredu. Dyma ganlyniad cydweithrediad newydd rhwng DECIPHER ac arbenigwyr mewn gwyddor gweithredu yn yr Unol Daleithiau.

### Cymhwyso ein harweiniad methodolegol yng Nghymru a'r tu hwnt

Mae ein harweiniad methodolegol a gydnabyddir yn rhyngwladol yn parhau i lywio dylunio a chynnal ymchwil yng Nghymru a ledled y byd. Yn benodol, mae'r **arweiniad ADAPT a ariennir gan MRC/NIHR** a gyhoeddwyd yn ddiweddar ar gyfer addasu ymyriadau i gyd-destunau newydd, wedi llywio nifer o astudiaethau newydd y mae ymchwilwyr DECIPHER wedi dechrau gweithio arnynt yn ystod y 12 mis diwethaf. Un enghraifft yng Nghymru yw cymrodoriaeth newydd Dr Hayley Reed, sef **yr astudiaeth Addasu Ymyrraeth Iechyd Meddwl i Bobl Ifanc yn yr Ysgol (SAMA)**. Mae'r astudiaeth yn archwilio addasu ymyrraeth i fynd i'r afael â symptomau iechyd meddwl ymhlith pobl ifanc nad ydynt yn gallu manteisio ar ofal iechyd meddwl gan nad ydynt yn cyrraedd trothwyon diagnostig. Y tu allan i Gymru, mae ymchwilwyr DECIPHER yn cymryd rhan mewn astudiaethau i addasu ymyriadau i gyd-destunau newydd yn Ewrop a De America. Mae **astudiaeth FLOURISH**, sy'n gwerthuso addasiad ymyrraeth magu plant o Dde Affrica ym Moldova a Gogledd Macedonia, yn cynnwys pedwar ymchwilydd o DECIPHER (Shenderovich; Evans; Moore; Pell). Nod **astudiaeth Dementia IMPACT**, a ariennir gan ffrwd ariannu **Ymchwil Systemau Iechyd Byd-eang NIHR**, yw cryfhau'r system iechyd ym Mheriw i fodloni'r heriau amrywiol sy'n gysylltiedig â dementia. Mae dau o ymchwilwyr DECIPHER (Hawkins; Moore) yn cyd-arwain dau o bum pecyn gwaith yr astudiaeth, y mae un ohonynt yn canolbwyntio ar addasu ymyriadau iechyd symudol ar gyfer cleifion a'u gofalwyr o'r Unol Daleithiau i bedwar rhanbarth gwahanol ym Mheriw.



Isod, clywn gan un o Brif Ymchwilywyr astudiaeth Dementia IMPACT ar gymhwyso ein harweiniad methodolegol ym Mheriw:

Trwy lunio gwaith ysgolheigaidd ym maes gwyddor gweithredu, mae gwaith DECIPHer yn datgymalu sylfeini ymyriadau effeithiol i ddeall sut maent yn gweithio neu y gallant weithio'n well mewn sefyllfaoedd heriol yn y byd go iawn. Mae presenoldeb DECIPHer yn y gymuned wyddonol nid yn unig yn arbed nifer sylweddol o adnoddau trwy atal gwastraff ymchwil ond, yn bwysig, mae'n creu ymchwil werthfawr sydd â defnyddioldeb uniongyrchol i lawer o bobl o amgylch y byd. Mae gan gyfraniad unigryw tîm DECIPHer sedd haeddiannol ar iechyd byd-eang.

**Yr Athro J Miranda**  
Cyfarwyddwr Canolfan Ragoriaeth mewn Clefydau Cronig CRONICAS, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Periw

## Datblygu gallu i ddefnyddio data arferol wrth werthuso ymyriadau iechyd

Mae defnyddio data arferol mewn gwerthusiadau o ymyriadau iechyd y cyhoedd a gofal cymdeithasol yn parhau i fod yn ffocws methodolegol allweddol yn DECIPHer a'i phartneriaeth â'r **Ganolfan Treialon Ymchwil (CTR)**. Gan adeiladu ar waith a ariannwyd yn flaenorol ar ddatblygu hyfforddiant i ymchwilywyr gan ddefnyddio data arferol (**CENTRIC**) a nodi blaenoriaethau ymchwil mewn defnyddio data arferol (**COMORANT-UK**), ymchwilydd DECIPHer, yr Athro Mike Robling, yw arweinydd Caerdydd ar gyfer rhaglen pum mlynedd newydd o ddatblygu hyfforddiant a ariennir gan **HDR UK**. Dan arweiniad cyffredinol Marion Mafham (Rhydychen) a Matt Sydes (UCL), bydd seilwaith a chyllid ymchwil 'Useable Data: Transforming data for trials' yn datblygu dulliau i ddefnyddio data gweinyddol mewn

treialon. Bydd y tîm yn datblygu map ar gyfer ymchwilywyr sy'n dylunio, cyrchu, dadansoddi a rhannu data systemau gofal iechyd, wedi'i ategu gan hyfforddiant ac adnoddau eraill, fel astudiaethau achos. Mae tîm Caerdydd (sydd wedi'i leoli ar draws CTR a DECIPHer) hefyd yn cwblhau hyfforddiant modiwlaid gyda HDR UK i hyrwyddo ymddiriedaeth y cyhoedd wrth ddefnyddio data gweinyddol mewn treialon (**astudiaeth PRIMORANT**, ymchwilydd arweiniol Dr Fiona Lugg-Widger).

## Arloesiadau i gefnogi arferion sy'n seiliedig ar ddata ym maes iechyd yn y gweithle yng Nghymru

Dros y pedair blynedd diwethaf, bu DECIPHer yn gweithio fel partner gwerthuso ar gyfer menter **Cymru Iach ar Waith (CIW) Iechyd Cyhoeddus Cymru** i ddatblygu dulliau gwerthuso ar gyfer model cyflawni newydd CIW. Mae hyn yn cynnwys offerynnau ar-lein a fydd y cynorthwyo cyflogwyr yng Nghymru i asesu eu parodrwydd i roi ymagweddau iechyd a lles ar waith a nodi'r meysydd â blaenoriaeth y mae angen iddynt ganolbwyntio arnynt i wella iechyd a lles y gweithlu. Datblygodd tîm ymchwil DECIPHer (Hawkins; van Godwin; Murphy) ddau offeryn ar-lein ar y cyd ag ICC/CIW; sef offeryn i 'gyflogeion' i asesu iechyd a lles y gweithlu ac offeryn i 'gyflogwyr' i asesu parodrwydd y gweithle i hybu a chefnogi iechyd a lles. Cadarnhawyd y rhain yn 2022 ac mae CIW wedi lansio'r offeryn i gyflogwyr â'i ddeiliaid dyfarniadau presennol. Y camau nesaf yw datblygu platfform gwe i gynnal y ddwy fersiwn o'r offeryn. Bydd y naill a'r llall yn cynnwys swyddogaeth adrodd awtomataidd i ddarparu adroddiad wedi'i deilwra i gyflogwyr a chyngor ar gamau gweithredu argymelledig. Ariannwyd ymchwilywyr o DECIPHer (Hawkins; Long; Morgan) gan ICC i gefnogi'r gwaith hwn yn 2023 drwy archwilio'r potensial i feincnodi'r offeryn i gyflogeion yn erbyn data cenedlaethol Cymru a'r DU fel rhan o'r swyddogaethau adrodd.

# 6. CYDWEITHIO, YMGYSYLLTU AC EFFEITHIAU

## 6.1 Cydweithio â rhanddeiliaid yn y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion (SHRN)

Mae SHRN yn dod ag ysgolion yng Nghymru ynghyd ag ymchwilwyr academiaidd, llunwyr polisi ac ymarferwyr o fyd iechyd, addysg a gofal cymdeithasol i sbarduno gwelliannau o ran iechyd a lles pobl ifanc yn yr ysgol. Ar ôl cyflwyno Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr SHRN yn llwyddiannus yn 2021/22, a gafodd yr ymateb mwyaf i'r arolwg hyd yn hyn, newidiadau y ffocws eleni i ledaenu rhanddeiliaid a chryfhau ein partneriaethau strategol i alluogi rhannu data SHRN yn ehangach er mwyn gwella iechyd.

Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf hon yn SHRN, cafodd pob awdurdod lleol ac ysgol SHRN adroddiad adborth pwrpasol i lywio arfer lleol a chyhoeddwyd ein hadroddiad terfynol ar yr Holiadur Amgylchedd Ysgolion, gan roi trosolwg o bolisi ac arfer cyfredol ar lefel ysgolion yng Nghymru ac ymatebion ysgolion i COVID-19. Ym mis Awst, cyhoeddodd adroddiad briffio dan arweiniad Dr Nick Page, a oedd yn dangos bod iechyd meddwl a lles pobl ifanc wedi dirywio yng Nghymru yn ystod y pandemig, sef y cyhoeddiad cyntaf a oedd yn defnyddio'r data arolwg diweddaraf, a gipiwyd gan sawl allfa yn y cyfryngau. Rhoddodd ein hadroddiad Dangosyddion Cenedlaethol 2021/22, a gyhoeddwyd eleni, gipolwg gwerthfawr ar iechyd corfforol, iechyd meddwl a pherthnasoedd cymdeithasol pobl ifanc yng Nghymru ers dechrau'r pandemig. Eleni, fe wnaethom hefyd barhau i gefnogi astudiaeth ryngwladol Ymddygiad Iechyd mewn Plant Oedran Ysgol (HBSC) o iechyd pobl ifanc. Trwy rannu data cenedlaethol â thîm yr astudiaeth, sicrhaom fod Cymru'n cynnal ei hanes cryf o gyfranogi, ar ôl cymryd rhan ym mhob ton er 1986.

### Dr Nick Page, Dadansoddydd SHRN

Er mwyn cynyddu effaith a chyrhaeddiad data a gasglwyd gan SHRN, llofnodwyd dau gytundeb rhannu data. Roedd y cyntaf, gydag Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn cynnal ac yn ehangu ein partneriaeth bresennol, a bydd data SHRN ar lefel awdurdodau lleol ar gael i'r cyhoedd cyn bo hir drwy ddangosfwrdd rhyngweithiol. Bydd yr ail gytundeb, a lofnodwyd gyda'r Banc Data Cyswilt Diogel Gwybodaeth Ddienw (SAIL), yn galluogi data dienw SHRN i fod ar gael ar gais i ymchwilwyr er mwyn cysylltu data. Mae gan gysylltu SHRN â ffynonellau data eraill (e.e. cofnodion meddygol, addysg) potensial aruthrol ar gyfer ymchwil yng Nghymru a bydd yn gwella ein dealltwriaeth o brif ysgogwyr iechyd a lles pobl ifanc.







## Cydweithio â'r Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus

Sefydlwyd cydweithrediad rhwng Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus Cymru a DECIPHer. Mae'r Tîm Dadansoddi o fewn Cyfarwyddiaeth Data, Gwybodaeth ac Ymchwil ICC wedi cydweithio'n agos â ni i wella'r gallu i fanteisio ar ein data cyfoethog ar bobl ifanc yng Nghymru trwy ddangosfwrdd rhyngweithiol newydd sy'n hygyrch i'r cyhoedd ac sy'n galluogi data i gael ei archwilio i lefel daearyddiaeth awdurdod lleol ac i alluogi dadansoddiad hydredol o sut y gallai canrannau fod wedi newid dros gyfnod. Datblygwyd y dangosfwrdd hwn trwy ddull wedi'i arwain gan ddefnyddwyr, gyda rhanddeiliaid a nodwyd trwy rwydweithiau cydweithredol DECIPHer.

“Mae Tîm Dadansoddi ICC yn edrych ymlaen at gydweithio â DECIPHer yn y dyfodol; i barhau i ddatblygu cynhyrchion, rhannu data a gwybodaeth a meithrin rhwydweithiau cryf rhwng ein sefydliadau. Trwy gydweithio â'n gilydd, gallwn ddarparu gwybodaeth a thystiolaeth i ategu polisi a deddfwriaeth ar gyfer newid, tuag at iechyd a lles pobl ifanc yng Nghymru yn y dyfodol.”

**Zoe Strawbridge, Uwch Ddadansoddwr Gwybodaeth Iechyd Cyhoeddus, Iechyd Cyhoeddus Cymru**





**Maria Boffey,  
Rheolwr  
Rhwydwaith SHRN**



Ymunais â DECIPHer fel Rheolwr Rhwydwaith SHRN yn 2022 i arwain ar y cymorth i ysgolion uwchradd, gan ddatblygu partneriaethau ar lefel genedlaethol a rhanbarthol sy'n cynnwys Llywodraeth Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru, Awdurdodau Addysg Lleol a chonsortia addysg. Bu fy angerdd dros gefnogi lles plant a phobl ifanc yn gyson drwy gydol fy ngyrfa, ar ôl treulio 20 mlynedd yn y trydydd sector yn datblygu ystod o raglenni i gefnogi deilliannau iechyd a lles i blant sy'n derbyn gofal.

Gweithiais ar astudiaethau ymchwil DECIPHer gynt, fel cydweithredwr a enwir ar gyfer y Ganolfan, ac rwyf wedi ysgrifennu nifer o gyhoeddiadau lles. Mae DECIPHer yn lle gwych i ddatblygu eich gwaith gyda chymuned o arbenigwyr wrth law i'ch cynghori, eich cymell, eich cefnogi a'ch annog pa bryd bynnag y bydd ei angen arnoch. Mae rôl Rheolwr Rhwydwaith SHRN yn enghraifft wych o sut i wella ansawdd ac effeithlonrwydd y broses ymchwil trwy feithrin diwylliant o gydweithio, gan wneud gwahaniaeth enfawr i iechyd a lles plant a phobl ifanc.

Sefydlwyd partneriaeth strategol Iechyd Cyhoeddus Cymru a SHRN yn 2013, gyda'r nod cytûn o integreiddio'r rhwydwaith ymchwil â darpariaeth rhaglen Cynlluniau Ysgolion Iach – Rhwydwaith Cymru (WNHSS). Ers hynny, mae wedi chwarae rôl hanfodol wrth gyflwyno a datblygu WNHSS, yn ogystal â nifer o bolisiau allweddol, gan gynnwys yr arweiniad statudol ar Ymagwedd Ysgol Gyfan at Les Emosiynol a Meddylol, a lansiwyd yn 2021, a'r Maes Dysgu a Phrofiad gorfodol newydd ar Iechyd a Lles.

Mae cyflymder y gyfradd y mae SHRN wedi dod yn rhan annatod o'r seilwaith ysgolion uwchradd, yn ogystal â'r ymateb cadarnhaol i ehangu i ysgolion cynradd, yn dyst i gryfder y dystiolaeth i bartneriaeth polisi ac arfer. Mae SHRN yn cyflawni effeithiau go iawn ac rwy'n edrych ymlaen yn fawr at gam nesaf ein gwaith gyda'n gilydd, a fydd yn canolbwyntio ar feithrin gallu ar gyfer arfer yn seiliedig ar ymchwil ar draws y system.

**Alexa Gainsbury, Ymgynghorydd Iechyd Cyhoeddus,  
Is-adran Gwella Iechyd, Iechyd Cyhoeddus Cymru**

Mae ein partneriaeth gyda SHRN wedi fy ngalluogi i gyfiawnhau'r angen am arweinydd Iechyd a Lles pwrpasol yn Ysgol Aberconwys y 10 mlynedd diwethaf. Mae'r rôl hollbwysig hon wedi fy ngalluogi i weddnewid profiadau iechyd a Lles miloedd o fyfyrwyr a channoedd o aelodau staff.

Mae SHRN wedi ein helpu i ddathlu ein llwyddiannau niferus, yn ogystal â chyflwyno ymyriadau wedi'u targedu lle mae eu hangen fwyaf. Mae SHRN wedi ein helpu i addysgu ein myfyrwyr a'n staff i wneud dewisiadau iach a gwybodus ynghylch eu ffordd o fyw, a fydd yn cael effeithiau pellgyrhaeddol ar eu hiechyd a lles gydol oes.

*Rhydian Jones, Arweinydd Lles Ysgol a ymunodd  
â ni ar leoliad athro SHRN*



## Cydweithio â rhanddeiliaid rhanbarthol

O fewn fy rôl fy hun, rwy'n rheoli ystod o wasanaethau sy'n cefnogi ysgolion neu blant a phobl ifanc yn uniongyrchol i fod ag iechyd corfforol ac iechyd meddwl gwell. Dros y 10 mlynedd diwethaf, bu gennym ddata lleol, amser real cyfyngedig i allu targedu gwasanaethau i ymateb i faterion iechyd a lles unigol ac, yn aml, bu'n rhaid i ni fabwysiadu dull cyffredinol o ddatblygu atebion nad ydynt bob amser yn gost effeithiol. Mae'r data SHRN y gallwn fanteisio arno erbyn hyn yn rhoi mwy o wybodaeth i ni er mwyn targedu adnoddau'n haws ac yn fwy effeithiol ac, ymhen amser, rydym yn gobeithio y bydd hyn yn ein helpu i gael mwy o effaith ar wella iechyd a lles plant a phobl ifanc. Ar ôl y pandemig, daw hyn yn bwysicach nag erioed er mwyn sicrhau y gallwn ymateb i unrhyw blant a phobl ifanc sydd angen cymorth cyn gynted â phosibl, ac felly lleihau'r cyfle i broblemau ddod i'r amlwg wrth i amser fynd yn ei flaen.

**Jonathan Miller, Arweinydd Iechyd a Lles Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam**



## Cydweithio ag ysgolion cynradd

Mae DECIPHER wedi cael cyllid gan y Gweinidogion Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol a Gweinidog y Gymraeg ac Addysg ar gyfer astudiaeth i ehangu arolwg a gweithgareddau rhwydweithio SHRN i ysgolion cynradd. Dechreuodd hyn yn 2020 gydag arolwg peilot Blwyddyn 6 ac adroddiadau adborth wedi'u modelu ar y rhai a ddarperir i ysgolion uwchradd drwy SHRN. Nod y data hwn yw helpu ysgolion i gynllunio i gyflwyno'r cwricwlwm newydd a fframwaith Llywodraeth Cymru ar gyfer lles meddyliol ac emosiynol mewn ysgolion, yn ogystal â darparu data ar dueddiadau rhanbarthol a chenedlaethol. Bydd cydgysylltu gweithgarwch cynradd ac uwchradd o fewn un rhwydwaith yn hollbwysig o weithio ar bontio o'r ysgol gynradd i'r ysgol uwchradd ac mae'n adlewyrchu'r modelau cyflwyno systemau ysgol gyfan ar gyfer polisi ac arfer gwella iechyd ledled Cymru. Mae gwaith ymgynghori dilynol gyda rhieni, dysgwyr, staff ysgolion a rhanddeiliaid polisi addysg ledled Cymru wedi llywio'r gwaith o ymestyn yr arolwg i lawr drwy gyfnod allweddol 2 i gyd (disgyblion 7 i 11 oed). Ar ôl peilotar arolwg â disgyblion iau rhwng mis Mai a mis Gorffennaf 2022, lanswyd ein harolwg cyfnod allweddol 2 ym mis Medi 2022 ac fe'i hyrwyddwyd drwy ein partneriaid polisi. Daeth yr arolwg i ben ym mis Mawrth 2023, a chymerodd dros 26,000 o ddisgyblion ran ar draws bron i 281 o ysgolion.





## 6.2 Cydweithio â'r Cyhoedd ac ALPHA

Ers i ni symud i'r Parc Ymchwil Gwyddorau Cymdeithasol newydd (SBARC|SPARK), rydym bellach yn cefnogi datblygiad Rhwydwaith Datblygu Cyhoeddus (SPIN) SBARC|SPARK, lle'r ydym yn rhannu arfer gorau ac yn dysgu oddi wrth arweinwyr eraill Cynnwys y Cyhoedd sydd wedi'u lleoli yma.

### ALPHA

Mae ALPHA, sef ein grŵp cynghori i bobl ifanc, wedi parhau i chwarae rhan enfawr yn ein gwaith. Mae mewnbyn ALPHA, sy'n grŵp cynghori ymchwil o bobl ifanc rhwng 14 a 25 oed, yn helpu i sicrhau bod ymchwil DECIPHer yn berthnasol i bobl ifanc a'u hanghenion. Er mis Ebrill 2022, mae ALPHA wedi cymryd rhan mewn 11 o sesiynau grŵp, gan gyd-gynhyrchu 23 o astudiaethau ymchwil DECIPHer, ceisiadau am gyllid ac ymchwilwyr allanol, gan gynnwys y GIG. Mae gan ALPHA 23 o aelodau gweithredol rhwng 14 a 22 oed, y mae 13 ohonynt yn nodi eu bod yn fenywod, saith ohonynt yn wrywod a thri ohonynt yn bobl ifanc anneauidd. Mae ALPHA wedi parhau i fod yn bartner yn y Rhwydwaith TRIUMPH ac wedi cynorthwyo i gydlynu ei ddiwyddiad

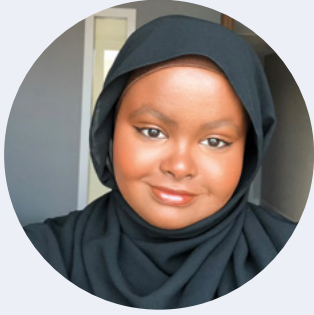
cenedlaethol yng Nghaeredin ym mis Hydref 2023, pan fynychodd 150 o bobl ifanc a gweithwyr proffesiynol o bob rhan o'r DU. Yn ddiweddar, fe'i henwebwyd hefyd am wobwr ym Mhrifysgol Glasgow. Mae ALPHA wedi cydweithio â HCRW ac wedi cyd-gyflwyno Diwrnod Datblygu'r Pwyllgor Moeseg Ymchwil i dros 60 o bobl ynghylch Safonau Cynnwys y Cyhoedd y DU.

### Siaradodd Sophie Jones, Uwch Swyddog Cynnwys y Cyhoedd,

mewn digwyddiad 'Pa effaith y mae byw gyda diabetes math 1 yn ei chael ar addysg plant?' ar ran Prifysgol Caerdydd a Diabetes Cymru yn y Senedd ym mis Chwefror 2023 am ei phrofiad o ALPHA a byw gyda Diabetes Math 1 ei hun. Bu Sophie yn cynghori ar waith cynnwys pobl ifanc i rannu canfyddiadau astudiaeth chwe blynedd Prifysgol Caerdydd, yn edrych ar sut mae diabetes yn ystod plentynod a rheoli diabetes yn effeithio ar brofiad plentyn yn yr ysgol.



## Gofynnem i rai o'n haelodau ALPHA sut brofiad yw bod yn rhan o DECIPHer.



Asha Mahamed



Praveena Pemmasani

**Asha Mahamed a Praveena Pemmasani yw dau o aelodau mwyaf hirsefydlog ALPHA. Mae'r ddau bellach yn eu trydedd flwyddyn yn astudio meddygaeth yn y brifysgol, ar ôl ymuno â'r grŵp cyngori ieuenticid (YAG) tra'r oeddent yn yr ysgol uwchradd.**

Mae gweithio o fewn ALPHA yn ein harfogi â'r sgiliau ac, yn bwysicaf, y meddylfryd i gymryd rhan mewn ymchwil. Yn aml, mae ein lleisiau'n cael eu hanwybyddu mewn sefyllfaoedd ymchwil traddodiadol, hyd yn oed ar faterion sy'n berthnasol i ni. Mae'r YAG yn lle i ni rannu ein profiadau bywyd ac i'n harbenigedd gael ei gwerthfawrogi, wrth gynyddu ein gallu ymchwil.

Mewn sesiwn ALPHA arferol, rydym yn cydweithio ag ymchwilwyr gwadd ar bynciau sy'n berthnasol i blant a phobl ifanc, sy'n amrywio o iechyd meddwl i ysmegu, defnyddio e-sigarennau (fêpio) a chyffuriau. Trwy rannu ein safbwyntiau fel pobl ifanc, rydym yn helpu ymchwilwyr i fireinio eu ffocws ymchwil i fynd i'r afael â'r cwestiynau mwyaf perthnasol, gwella eu dulliau o gasglu data gan bobl ifanc a datblygu atebion buddiol y gellir eu rhoi ar waith. Yn ddiweddar, cydweithiom â Chanolfan Dystiolaeth COVID-19 Cymru i gyfoddeg cwestiwn ymchwil yr oeddem yn teimlo oedd y rhai mwyaf brys a pherthnasol. Fel hyn, bydd ein gwaith o fudd i blant a phobl ifanc ar draws y wlad. Ni waeth beth fo'r raddfa, rydym bob amser yn hynod falch o'n heffaith.

Tra bod y rhan fwyaf o grwpiau cynnwys y cyhoedd yn rhai tymor byr ac wedi'u hadeiladu o amgylch ffocws ymchwil penodol, mae ALPHA yn rhoi pobl ifanc wrth wraidd popeth mewn ffordd arloesol. Yn ALPHA, mae datblygu pobl ifanc – yn bersonol, yn academiaidd ac yn gymdeithasol – yn flaenoriaeth allweddol. Trwy ein hyfforddi i gymryd rhan mewn ymchwil a chymryd amser i feithrin perthnasoedd rhwng grwpiau, rydym yn cydweithio'n effeithlon ag ymchwilwyr ymweliadol i'w helpu i gyflawni eu

nodau. Ar ben hynny, mae gweld y pwysigrwydd a roddir i'n safbwyntiau yn gadarnhaol dros ben ac yn meithrin ein hyder a'n hunan-barch.

Trwy'r YAG hwn, rydym wedi cael llawer mwy o gyfleoedd i ddatblygu ein diddordebau a'n sgiliau. Buom yn cyd-gynhyrchu ymchwil ac allbynnau ar iechyd meddwl pobl ifanc. Rydym yn ymwneud yn uniongyrchol â llunio papurau academiaidd, cynnal y gweithdai i gasglu data a chyflwyno mewn cynadleddau – y cyfan yn cael ei annog a'i hwyluso gan ALPHA. Mae trafod pynciau iechyd cyhoeddus wedi ein haddysgu am y syniadau a'r ymchwil ddiweddaraf yn y meysydd hyn; mae hyn yn arbennig o fuddiol i'r rhai ohonom sydd am ddilyn gyrfa ym maes iechyd ac/neu ymchwil. Mae ein profiad fel rhan o ALPHA wedi ein helpu'n bersonol yn ein hastudiaethau meddygol ac rydym yn gwerthfawrogi safbwyntiau cleifion yn fawr, gan ein bod yn gwybod pa mor ddylanwadol y gallant fod wrth i ni ddarparu gofal iechyd. Hyd yn oed i'r rhai nad oes ganddynt ddiddordeb mewn iechyd neu ymchwil, mae ALPHA yn grymuso pobl ifanc i anelu'n uwch trwy ein harfogi â sylfaen wybodaeth ehangach, arbenigedd gwerthfawr a meddylfryd hyderus.





## Grŵp Llywio Cynnwys y Cyhoedd (PISG)

Ochr yn ochr ag ALPHA, rydym wedi parhau i ddatblygu ein seilwaith yng Nghymru ac ar draws y DU. Mae ein Grŵp Llywio Cynnwys y Cyhoedd (PISG) parhaus yn dod o sefydliadau ar draws seilwaith ymchwil Cymru a sefydliadau sy'n gweithio o amgylch plant a phobl ifanc, gan gynnwys swyddfa Comisiynydd Plant Cymru a sefydliadau'r trydydd sector.

Mae'r grŵp yn cyfarfod bob chwarter i ddatblygu strategaethau cydweithredol ac mae wedi llunio ein Strategaeth Cynnwys y Cyhoedd. Trwy ein rhwydwaith PISG, fe wnaethom helpu i gynnal digwyddiad 'Plant yn y Cyfryngau' Caerdydd yn Ddinas sy'n Dda i Blant, a gynhaliwyd yn SBARC|SPARK trwy'r Amgylchedd Dysgu Hunan-drefniadol (SOLE). Wrth i'n rhwydweithiau barhau i dyfu, bydd ein cysylltiadau'n cynnwys mwy o bobl yn ein hymchwil yn DECIPHer.

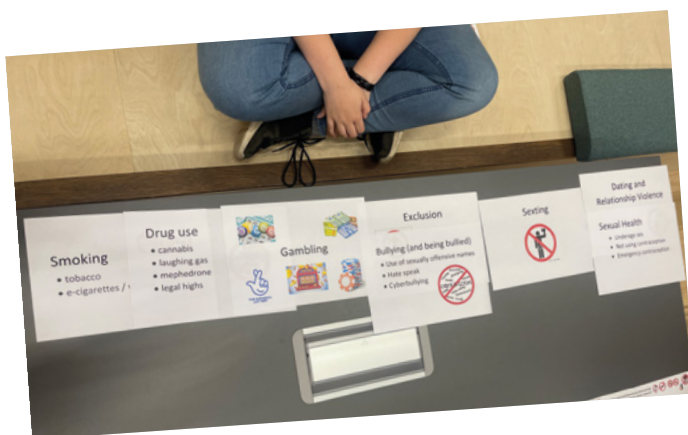
Rwyf wedi cydweithio â DECIPHer ac wedi canfod eu bod yn canolbwyntio ar hawliau, yn cael eu harwain gan werthoedd, yn gynhwysol ac yn flaengar wrth gynllunio gwaith a phrosiectau. Mae gan DECIPHer rwydweithiau enfawr ar draws y DU a Chymru, gan ddod ag arfer cyfoes sy'n seiliedig ar dystiolaeth i'w gwaith bob dydd. Mae eu gwerthfawrogiad o gyd-gynhyrchu â'r cyhoedd, cyfranogiad ac amrywiaeth yn golygu eu bod yn ymdrechu i fodloni anghenion pob oedran a chymuned. Mae eu hymagwedd yn canolbwyntio ar yr unigolyn ac mae'r cyfleoedd sy'n cael eu rhoi i gymunedau gyfrannu at eu gwaith fel cyfranogwyr gweithredol yn cael effaith uniongyrchol ar les unigolion. Mae DECIPHer ar flaen y gad yng Nghymru a'r DU ac rwy'n falch iawn bod gan fy sefydliad ran fach i'w chwarae ar y daith honno.

**Ceri Reed, Cwmni Buddiannau Cymunedol  
Parents Voices in Wales**



## Grŵp Cyngori Rhieni a Gofalwyr (PAG)

Sefydlwyd ein Grŵp Cyngori Rhieni a Gofalwyr (PAG) tua diwedd 2022 ac mae ganddo 29 o aelodau gweithredol sy'n cyfarfod yn fisol ar-lein. Nod y grŵp yw i rieni a gofalwyr gael llais trwy gyfrannu adborth i ymchwil gyfredol. Mae'r grŵp yn cynnwys aelodau o bob rhan o Gymru, sy'n cynrychioli rolau gwahanol o ran magu plant gan gynnwys rhieni, gofalwyr, llys-rieni, gofalwyr sy'n berthnasau, rhieni mabwysiadol a rhieni maeth. Eleni, cynigiodd ymgynghoriadau â rhieni a gofalwyr fewnbwn i'n prosesau caniatâd gwybodus ar gyfer arolygon mewn ysgolion a chysylltiadau data.





# 7. DATBLYGU CYDWEITHREDU AC YMGYSYLLTIAD RHYNGWLADOL



## CERDYN POST

### Addysgu

#### **Mai '22**

- Mae Graham Moore yn addysgu dosbarth meistr ar Ymyriadau Cymhleth ym Mhrifysgol Aarhus, **Denmarc** (1).

#### **Mehefin '22**

- Mae Jemma Hawkins a Graham hefyd yn addysgu cwrs doethuriaeth tair wythnos yn Athrofa Karolinska, **Stockholm** (2).

#### **Medi '22**

- Mae Yulia Shenderovich yn cyfrannu cwrs ar-lein am ddim i gwrs Llwybrau i Effaith Ymchwil y Fenter Ymchwil i Drais Rhywiol.

#### **Tachwedd '22**

- Mae Graham a Rhiannon Evans yn addysgu cwrs byr Gwerthuso Prosesau Ymyriadau Cymhleth ym Mhrifysgol Klagenfurt, **Awstria** (3).
- Mae Rhiannon a Rachel Brown yn addysgu Gwerthuso ac Addasu Prosesau ym Mhrifysgol Aalborg, **Denmarc** (4).

### Gwahoddiadau

#### **Mehefin '22**

- Caiff Jeremy Segrott ei wahodd i weithredu fel arholwr arholiad llafar ar gyfer traethawd ymchwil Karin Streiman ym Mhrifysgol **Tallinn** (5).

#### **Hydref '22**

- Caiff Graham ei wahodd i fod yn rhan o grŵp cyfeirio ar gyfer ysgol ymchwil newydd ym Mhrifysgol **Gothenburg** (6).

#### **Tachwedd '22**

- Caiff Yulia ei gwahodd i fod yn Adolygydd Cymheiriaid ar gyfer grantiau Cyngor Ymchwil Feddygol **De Africa** (7).

### Ymweliadau

#### **Gorffennaf '22**

- Mae Rhiannon Evans ac Honor Young yn ymweld â **Namibia** (8) ar gyfer Prosiect Cyfnewid Cymrodoriaethau Phoenix.

#### **Medi '22**

- Mae DECIPHer yn croesawu Devy Elling, myfyriwr PhD o Brifysgol **Stockholm** (9), Dr Knud Ryom a Dr Julie Sandell Jacobsen o Brifysgol **Aarhus** (1) a Dr Louise Lund Thompsen o Brifysgol **Aalborg** (4).

## CERDYN POST

### Gweithgorau

#### Mehefin '22

- Mae Yulia yn cadeirio gweithgor ar-lein ar atal problemau iechyd meddwl i blant y mae'r rhyfel yn **Wcráin (10)** a'r rhanbarth wedi effeithio arnynt.

#### Chwefror '23

- Mae Yulia yn ychwanegu at ganllawiau Sefydliad Iechyd y Byd (WHO) ar ymyriadau magu plant.

### Darlithoedd a chynadleddau

#### Mai '22

- Mae Kelly Morgan yn hedfan i **Phoenix (11)** ar gyfer Cynhadledd Flynyddol y Gymdeithas Ryngwladol Maeth a Gweithgarwch Corfforol Ymddygiadol (ISBNPA) i roi dau gyflwyniad ar y defnydd o ddiodydd wedi'u melysu â siwgr ymhlith pobl ifanc o 1998-2017 a'r Cynllun Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff (NERS).
- Mae Yulia Shenderovich yn mynychu cynhadledd ryngwladol Foundation Child ar 'Sut i Sicrhau a Hyrwyddo Iechyd Meddwl mewn Cyd-destunau Rhyfel' yn **Warsaw (12)**.

#### Mehefin '22

- Mae'r Athro Catherine Ward yn cyflwyno gwaith ar y cyd (gan gynnwys Yulia ac eraill) ar ehangu rhaglenni magu plant mewn digwyddiad Cynulliad Cyffredinol y Cenhedloedd Unedig yn **Efrog Newydd (13)**.

- Mae Hayley Reed yn mynychu'r Gymdeithas Ryngwladol er Atal Cam-drin ac Esgeuluso Plant yn **Tallinn (5)** i roi sgwrs ar wella cyfathrebu ymhlith teuluoedd y mae anhwylderau iechyd meddwl rhieni yn effeithio arnynt.
- Mae Yulia hefyd yn bresennol; mae'n rhoi cyflwyniad ar addasu rhaglen magu plant atal trais a rhoi cymorth magu plant yn Cape Town.
- Mae Rachel Parker yn mynychu 17eg Cynhadledd Ryngwladol Flynyddol y Gymdeithas Ryngwladol ar gyfer Astudio Hunananafiadau, a gynhelir ar-lein. Mae'n rhoi cyflwyniad ar gyfranogiad pobl ifanc mewn ymchwil ymyrraeth ataliol ar gyfer hunan-niweidio ymhlith pobl ifanc.
- Mae Rachel hefyd yn cymryd rhan yng Ngweithdy Blynyddol Iechyd Cymunedol Byd-eang, sef cynhadledd ar-lein UNESCO, lle mae'n arddangos ei gwaith ymchwil ar ymyrraeth ataliol yn y gymuned ar gyfer hunan-niweidio ymhlith pobl ifanc.

#### Gorfennaf '22

- Mae Yulia yn mynychu *The Ukraine Parenting: Online Dissemination of Materials*; sef cyfres o gyfarfodydd a chynadleddau.

## CERDYN POST

#### Medi '22

- Mae Hayley Reed, Rhiannon Evans a Simon Murphy yn mynychu Cynhadledd y Gymdeithas Ewropeaidd er Ymchwil Ataliol **Tallinn (5)**. Maent yn cyflwyno *Cyd-gynhyrchu fel methodoleg sy'n dod i'r amlwg ar gyfer datblygu ymyriadau iechyd a lles mewn ysgolion gyda rhanddeiliaid ysgolion uwchradd*.
- Mae Yulia hefyd yn bresennol ac yn rhoi cyflwyniad ar gefnogi teuluoedd mewn lleoliadau heriol.
- Mae Yulia yn mynychu cynhadledd flynyddol y Fenter Ymchwil i Drais Rhywiol yn **Cancun (14)**. Dan arweiniad Mackenzie Martin, mae'n rhoi cyflwyniad ar *Ansawdd Cyflawni a Phrofiadau Gweithredwr ar Raddfa yn Tanzania*.

#### Hydref '22

- Mae Jemma Hawkins yn rhoi cyflwyniad ar *Bum egwyddor i arwain rhaglenni cydweithredol sydd wedi'u cyd-greu, ynghyd â thair enghraifft o astudiaethau achos cymhwysol yng Nghynhadledd Cydweithio'r Gymdeithas er Gweithredu Ymchwil yn San Diego (15)*.
- Mae Kelly Morgan yn ymuno â chynhadledd y Gymdeithas Ryngwladol dros Weithgarwch ac Iechyd Corfforol yn **Abu Dhabi (16)**, gan roi cyflwyniad ar Gynllun Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff Cymru.

#### Tachwedd '22

- Mae cyflwyniad poster Rachel Brown, sef *Tueddiadau a phrofiadau o ddarparu cymorth cymheiriaid ar gyfer bwydo ar y fron yng Nghymru a Lloegr er 2015*, yn cael ei gynnwys yng Nghynhadledd Flynyddol ar-lein ryngwladol Menter Cyfeillgar i Fabanod UNICEF y DU.
- Mae Yulia yn mynychu Cynhadledd y Gymdeithas Ryngwladol er Iechyd Pobl Ifanc yn **Moldova (17)**, lle mae'n cyfarfod â chydweithwyr lleol i drafod cynllunio ar gyfer ymchwil ar raglenni magu plant i deuluoedd a phobl ifanc.

#### Ionawr '23

- Mae Yulia, Graham Moore, Rhiannon Evans a Bethan Pell yn mynychu cyfarfod dechrau a gweithdy Prosiect FLOURISH yn **Fienna (18)**. Maent yn rhoi cyflwyniad ar weithgareddau cyd-gynhyrchu a gwerthuso prosesau.

#### Chwefror '23

- Mae Yulia yn rhoi cyflwyniad ar *Adnoddau ar gyfer cymorth magu plant ac iechyd meddwl teuluoel yng nghyd-destun gwrthdaro ar y cwrs Iechyd Ffoaduriaid: Polisiau ac Arfer ym Mhrifysgol McMaster, Ontario (19)*.

## Cydweithrediadau yn Namibia

Bydd Honor Young a Rhiannon Evans yn mynd ar daith 10 diwrnod, a ariennir gan Gynllun Cyfleoedd Byd-eang Prifysgol Caerdydd, i hybu ein cydweithrediad â Phrifysgol Namibia a Gweinyddiaeth Addysg, y Celfyddydau a Diwylliant Namibia.



Fel rhan o'r gwaith hwn, byddant yn cydweithio â rhanddeiliaid ymchwil, polisi ac ymarfer i barhau i archwilio dichonoldeb posibl y model SHRN yng nghyd-destun Namibia. Byddant hefyd yn ymgymryd â rhywfaint o'n hyfforddiant cwrs byr methodolegol yn y Brifysgol ac yn cydweithio â Chymrodorion y Gymanwlad a ymwelodd â ni yn 2022 i gwblhau allbynnau yn ymwneud â'u prosiectau cymrodoriaeth.

## Devy Elling: Myfyrdodau ar leoliad ymchwil o Sweden

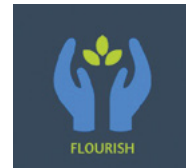
Fel rhan o'm hyfforddiant doethurol, cymerais ran mewn cwrs a gynhaliwyd ar y cyd gan yr Athro Graham Moore a Dr Jemma Hawkins ar gyfer Athrofa Karolinska yn Stockholm. Roedd cynnwys y cwrs yn hynod berthnasol i'm gwaith a chan fy mod hefyd yn chwilio am ganolfan ymchwil lle y gallwn gynnal ymweliad ymchwil, roedd DECIPHER yn teimlo fel amgylchedd ymchwil naturiol lle y gallwn ddatblygu fy maes gwaith yn ymwneud ag atal camddefnyddio alcohol yn y gweithle. Roedd pawb yn DECIPHER mor gymwynasgar a chroesawgar. Mae'r ymweliad ymchwil wedi cael effaith



sylweddol ar fy ymchwil! Mae wedi fy helpu i wella fy syniadau a sut rwy'n mynd ati i wneud ymchwil i ymyriadau. Rwy'n gobeithio y gallaf ddod yn ôl ar gyfer cydweithrediadau posibl yn y dyfodol.

## Dr Yulia Shenderovich: Cydweithrediadau Ewropeaidd

Ymunodd Yulia Shenderovich â DECIPHER yn 2021 fel Uwch Ddarlithydd. Ym mis Ionawr 2023, fel rhan o dîm DECIPHER, dechreuodd weithio ar brosiect pedair blynedd o'r enw Hyrwyddo Iechyd Gydol Oes sy'n Canolbwyntio ar Deuluoedd a'r Glasoed (FLOURISH). Mae consortiwm FLOURISH yn cynnwys ymchwilwyr ac ymarferwyr rhyngwladol, mewn partneriaeth ag UNICEF a Sefydliad Iechyd y Byd. Cyllid y consortiwm yw ~tair miliwn Ewro, trwy Horizon Ewrop ac UKRI ac mae'n gysylltiedig â'r Gynghrair Fyd-eang ar gyfer Clefydau Cronig. Mae'r prosiect yn adeiladu ar yr arbenigedd pwnc sydd gennym yn DECIPHER.



Rwy'n dod o Belarus, felly rwy'n arbennig o falch ein bod wedi gallu cydweithio â chydweithwyr yn nwyrain Ewrop yn ystod y flwyddyn ddiwethaf. Ar y cyd â Chanolfan Wolfson, buom hefyd yn gweithio i gefnogi pobl ifanc a theuluoedd y mae'r rhyfel yn Wcráin wedi effeithio arnynt. Ym mis Mawrth-Ebrill 2023, bûm yn cyd-arwain ymdrech, ar y cyd â thîm polisi cymdeithasol Prifysgol Rhydychen, i greu adnoddau ar-lein i gefnogi teuluoedd. Mae'r adnoddau hyn wedi'u lledaenu gan sefydliadau rhyngwladol ac asiantaethau lleol yn Wcráin a gwledydd cyfagos. Mae'r gwaith hwn wedi sbarduno ein cyfranogiad mewn cydweithrediadau eraill, gan gynnwys menter ryngwladol i adolygu offer digidol sy'n cefnogi iechyd meddwl pobl ifanc yng nghyd-destun gwrthdaro byd-eang. Gyda FLOURISH, rydym yn gobeithio adeiladu ar hyn trwy integreiddio anghenion teuluoedd ffoduriaid i ddyluniad a darpariaeth y rhaglen o'r cychwyn cyntaf.



## 8. CASGLIAD

Mae eleni eto wedi dangos gallu DECIPHer i gefnogi'r gwaith o feithrin gallu amlddisgyblaethol i wella iechyd y cyhoedd.

Roedd hwn yn cynnwys Athro, Darllenydd ac Uwch Gymrawd Ymchwil newydd, ochr yn ochr ag ymchwilwyr ar ganol a dechrau eu gyrfa, yn cael eu cydnabod â gwobrau mawreddog. Rydym hefyd yn cynnig rhaglen fywiog o leoliadau i fyfyrwyr, sy'n ysbrydoli cenedlaeth newydd i ymuno â bywyd academiaidd a dilyn gyrfaedd ymchwil, gan gynnwys darlithyddiaethau a swyddi ymchwil yn y Swyddfa Ystadegau Gwladol a'r Adran Addysg.

Mae ffocws ein hymchwil yn parhau i fod ar ymagwedd polisi iechyd i bawb, i wella iechyd pobl ifanc a lleihau anghydraddoldebau. Yn hyn o beth, gwnawn gyfraniadau pwysig i'r dirwedd polisi yng Nghymru, gan gynnwys Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (2015), Deddf Iechyd Cyhoeddus Cymru (2017) a Deddf Gwasanaethau

Cymdeithasol a Llesiant (2014); yn ogystal â'r Ymagwedd Ysgol Cyfan at Iechyd Meddwl, y Strategaeth Genedlaethol ar Ordewdra a gweddnewid y Cwricwlwm i Gymru.

O ran seilwaith ymchwil, mae gennym ymagwedd bartneriaeth at ddatblygu a chynnal cydweithrediadau arloesol. Mae hyn yn cynnwys bwrdd polisi newydd ar draws addysg ac iechyd mewn llywodraeth genedlaethol, cytundeb rhannu data gwell â'r Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus ac ymagwedd ar y cyd at ddatblygu'r gweithlu gyda Rhwydwaith Ysgolion Iach Cymru. Buom yn allweddol wrth ymledu ein harloesedd ledled y DU ac yn rhyngwladol, gan gael effaith fawr y tu hwnt i Gymru. Yn fwyaf amlwg, mae hyn yn ymwneud â'n cyrsiau byr o fri rhyngwladol, ond rydym hefyd wedi cynorthwyo i ddatblygu SHRNau yn yr Alban, de-orllewin Lloegr a Manceinion Fawr. Mae hyn, ynghyd â chynnydd o ran cefnogi SHRN yn Namibia, yn golygu y bydd ein hymagwedd ar arloesi ymchwil yn parhau i arwain at fanteision cenedlaethol a rhyngwladol.







