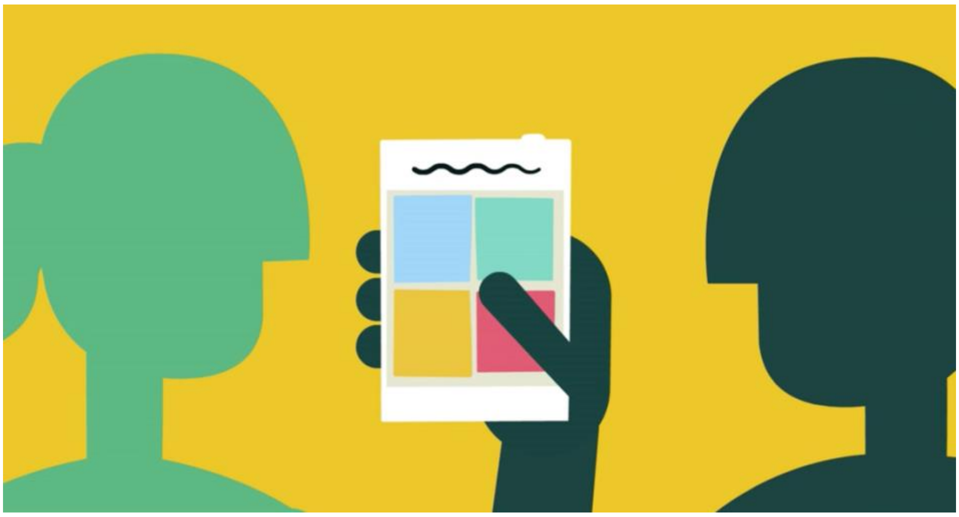
TAFLEN WYBODAETH I RIENI/GWARCHEIDWAID (POBL IFANC SY'N CYMRYD RHAN YN YR YMCHWIL)

Teitl yr Astudiaeth:

Cymorth digidol i bobl ifanc gyda'u hwyliau a'u lles



Gwahoddiad

Hoffem wahodd pobl ifanc i gymryd rhan mewn astudiaeth ar ffyrdd o gefnogi pobl ifanc gyda'u hwyliau a'u lles. Cyn penderfynu a ydych chi'n hapus i'ch plentyn gymryd rhan ynddi neu beidio, mae'n bwysig deall diben a natur yr ymchwil. Darllenwch yr wybodaeth ganlynol yn ofalus – mae croeso ichi ei thrafod gyda phobl eraill, hefyd. Rydym yn hapus i ateb unrhyw gwestiynau — mae ein manylion cyswllt ar y diwedd.

Diolch am ddarllen.

Beth yw diben yr astudiaeth?

Mae llawer o bobl ifanc yn cael problemau gyda'u hwyliau, a dyw'r rhan fwyaf ohonyn nhw ddim yn cael unrhyw help. Rydym ni nawr yn edrych ar ffyrdd gwahanol i helpu pobl ifanc ar-lein gyda'u hiechyd, eu hwyliau a'u lles.

Rydym wedi datblygu rhaglen/ap ar-lein gyda phobl ifanc a theuluoedd/gofalwyr i gefnogi eu hwyliau a'u lles (gweler manylion y rhaglen yma). Mae gennym ddiddordeb mewn sut gallai pobl ifanc ddefnyddio hyn, o gymharu â defnyddio pecyn gwybodaeth digidol ar gyfer hwyliau a lles, ynghyd ag unrhyw gymorth y maent yn ei gael (e.e. cwnsela mewn ysgolion).

Mae'n bwysig cael adborth gan bobl ifanc er mwyn i ni wybod sut gallwn ni wella a phrofi'r rhaglen hon ymhellach. Os gwelwn ni ei bod hi'n effeithiol, gallai'r rhaglen fod ar gael am ddim yn y dyfodol.

Pwy yw'r ymchwilwyr?

Rydym yn feddygon ac ymchwilwyr ym Mhrifysgol Caerdydd a Phrifysgol Glasgow, gyda llawer o brofiad o weithio ym maes iechyd meddwl a thechnolegau digidol pobl ifanc.

Pwy all gymryd rhan yn yr astudiaeth hon?

1. Rydym yn chwilio am bobl ifanc rhwng 13 a 19 oed sydd wedi cael problemau gyda'u hwyliau a'u lles (e.e. teimlo'n isel eu hwyliau) a sydd â chyswllt rheolaidd i'r rhyngrwyd.

   Does dim gwahaniaeth os yw’r person ifanc yn cael mathau eraill o gymorth (e.e. cwnsela mewn ysgolion). Fodd bynnag rydym ni'n edrych am bobl ifanc nad ydyn nhw dan ofal y gwasanaethau uwchradd iechyd meddwl plant a’r glasoed (CAMHS) ac nad oes ganddyn nhw broblemau iechyd meddwl difrifol eraill (ar wahân i iselder a gorbryder).

2. Hoffem hefyd ofyn i'w rhieni/gofalwyr a hoffen nhw gymryd rhan.

Oes rhaid iddyn nhw gymryd rhan?

Nac oes. Chi a’ch plentyn fydd yn penderfynu p’un a yw’n cymryd rhan ai peidio. Os bydd yn cymryd rhan, byddwn yn gofyn i chi roi caniatâd. Hefyd, byddwn ni’n rhoi'r un wybodaeth i'ch plentyn ac yn gofyn iddo/iddi roi caniatâd.

Os bydd eich plentyn yn penderfynu cymryd rhan, bydd yn rhydd i dynnu'n ôl ar unrhyw adeg a heb roi rheswm. Fydd tynnu'n ôl o'r astudiaeth ddim yn effeithio ar ei ofal iechyd na'i hawliau cyfreithiol yn y dyfodol. Gall eich plentyn gysylltu â'r ymchwilwyr i roi gwybod iddyn nhw yr hoffai roi'r gorau i gymryd rhan.

Beth fydd yn digwydd os bydd fy mhlentyn yn cymryd rhan?

Mae hyn yn dangos beth fydd yn digwydd os ydych chi a'ch plentyn yn hapus iddo/iddi gymryd rhan:

Dechrau'r prosiect:

1. Llenwi ffurflen ar-lein, siarad â ni am y prosiect a rhoi caniatâd i gymryd rhan.
2. Llenwi holiadur ar-lein am ei hwyliau a'i les (25-30 munud).
3. Derbyn dolen i raglen ar-lein/ap NEU becyn gwybodaeth digidol.

↓

Dau fis ar ôl dechrau:

4. Llenwi'r un holiadur ar-lein.
5. Os oedd eich plentyn yn defnyddio'r rhaglen, ateb cwestiynau ychwanegol ar ei adborth (10-15 munud).

Bydd gan ddwy ran o dair o'r bobl ifanc yn yr astudiaeth fynediad at y rhaglen ar-lein a bydd traean yn derbyn y pecyn gwybodaeth. Er mwyn gwneud y penderfyniad yn deg ac i gadw'r gyfran hon, bydd cyfrifiadur yn penderfynu ym mha grŵp y bydd eich plentyn yn cael ei roi.

Gall ddefnyddio'r rhaglen neu'r pecyn fel y mae eisiau – ar ei ben ei hun neu gyda rhywun arall (e.e. cwnselydd, rhiant/gofalwr neu ffrind). Does dim angen llenwi'r holiaduron ar-lein i gyd ar unwaith neu ar yr un pryd – gall 'gadw' ei atebion a'u gorffen yn nes ymlaen.

Os oedd yn defnyddio'r rhaglen, byddwn yn monitro ar-lein *sut* mae'n ei defnyddio (e.e. pa mor aml mae'n mewngofnodi), ond nid *beth* mae'n ei gofnodi (e.e. sut mae'n teimlo), am 6 mis o ddechrau'r prosiect.

Oes unrhyw beth arall yn digwydd os yw'n cymryd rhan?

Ar ôl tua dau fis, os oedd eich plentyn yn defnyddio'r rhaglen, efallai y byddwn yn gofyn a hoffai gwrdd ag un o'r ymchwilwyr am tua 30-60 munud i drafod ei adborth ar hyn. Bydd hyn yn digwydd drwy fideo-gynadledda (e.e. Zoom, Skype neu MS Teams), dros y ffôn neu wyneb yn wyneb. Dylai rhiant neu warcheidwad fod gyda'r plentyn os yw o dan 16 oed.

Byddwn yn recordio'r cyfarfod ar recordydd llais wedi'i amgryptio. Efallai y byddwn yn anfon y recordiadau, heb unrhyw un o'i fanylion personol, i gwmni proffesiynol i'w teipio.

Byddwn yn dadansoddi ei adborth er mwyn gwella'r rhaglen. Mae rhai o'r pethau y gallem eu gofyn yn cynnwys:

- Pa mor hawdd oedd y rhaglen i'w defnyddio?
- Beth oedd barn eich plentyn am y wybodaeth yn y rhaglen?
- Beth oedd barn eich plentyn am y graffeg, y darluniau a'r animeiddiadau?
- Oedd y rhaglen yn ddefnyddiol iddo/iddi?

Os yw'n byw yng Nghymru, hoffen ni hefyd ofyn am ganiatâd i gysylltu'r wybodaeth y mae'n ei rhoi ni yn yr holiaduron â gwybodaeth y mae'r GIG a sefydliadau cyhoeddus eraill yn ei chasglu fel mater o drefn (e.e. cofnodion meddygon teulu, ysbytai ac addysg) mewn ffordd ddienw. Un enghraifft o gronfa ddata o'r fath y byddwn yn cysylltu â hi yng Nghymru yw'r set ddata 'Cysylltu Gwybodaeth Ddienw yn Ddiogel' (SAIL) ym Mhrifysgol Abertawe. Mae'r holl gysylltiadau data yn cael eu gwneud yn unol â'r Ddeddf Diogelu Data a llywodraethiant y Brifysgol.

Os ydych chi'n cytuno, bydd hyn yn ein helpu i ddeall ymhellach sut gallai'r pecyn gwybodaeth a'r rhaglen ar-lein helpu pobl ifanc a'u teuluoedd/gofalwyr.

Fel 'diolch' am gymryd rhan ac am ei amser, byddwn yn rhoi taleb rhodd o £10 i'ch plentyn am ymuno ac am lenwi'r holiadur cyntaf a thaleb o £10 am lenwi'r holiadur ar ôl dau fis. Byddwn yn rhoi taleb arall o £10 iddo am gymryd rhan mewn cyfarfod am y rhaglen. Os byddwch chi'n cymryd rhan hefyd, byddwch chithau hefyd yn derbyn talebau (gweler 'Taflen Wybodaeth i Rieini/Gwarcheidwaid').

Beth yw manteision posibl cymryd rhan?

Gobeithio y bydd yn ddefnyddiol ac yn ddiddorol i'ch plentyn gymryd rhan yn yr astudiaeth. Hefyd, efallai gallai eich plentyn helpu i wella gofal pobl ifanc drwy brofi rhaglen i'w helpu gyda'u hwyliau a'u lles.

Oes unrhyw anfanteision posibl?

Wrth ddechrau profi'r rhaglen, ni ddisgrifiodd pobl ifanc a rhieni/gofalwyr unrhyw anawsterau.

Mae'n bosibl y bydd meddwl am broblemau iechyd meddwl wrth gymryd rhan yn y prosiect yn anodd neu'n achosi gofid i rai pobl. Byddwn yn ceisio osgoi hyn gymaint ag sy'n bosibl. Byddwn yn trefnu i'r cyfarfodydd fod mor gyfleus a chyfforddus â phosibl. Bydd y cyfarfodydd yn canolbwyntio ar y rhaglen, ac nid ar eu profiadau neu hanes personol o anawsterau iechyd meddwl.

Os yw eich plentyn yn teimlo bod arno angen cymorth ar ôl cymryd rhan, gall gysylltu â ni ar unrhyw adeg. Yna byddwn yn trafod y problemau â nhw ac a oes angen iddynt siarad â rhywun arall, fel eu meddyg teulu.

Beth am gyfrinachedd?

Bydd yr holl wybodaeth y byddwn yn ei chasglu am eich plentyn a'i adborth yn cael ei chadw'n gwbl gyfrinachol, a bydd yn cael ei defnyddio at ddibenion ymchwil yn unig. Bydd yn cael eich adnabod gan rif adnabod, a bydd ei enw a'r manylion cyswllt yn cael eu tynnu oddi ar unrhyw wybodaeth amdanoch fel nad oes modd ei adnabod ohoni.

Os yw'r plentyn yn defnyddio'r rhaglen ar-lein, bydd ganddo enw defnyddiwr unigryw a bydd yn creu ei gyfrinair ei hun i fewngofnodi iddi. Fodd bynnag, bydd y safle'n ddiogel, ac ni fydd disgwyl i'ch plentyn gofnodi gwybodaeth bersonol. Mae 'dyddiadur hwyliau' ar gael, lle gall gofnodi gwybodaeth sensitif, fel sut mae'n teimlo. Fodd bynnag, bydd hyn yn gyfrinachol a fyddwn ni ddim yn casglu'r wybodaeth honno.

Cardiff University Prifysgol Caerdydd | NIHR | National Institute for Health Research | Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru Health and Care Research Wales | NCMH National Centre for Mental Health Canolfan Iechyd Meddwl Genedlaethol | University of Glasgow

Byddwn yn gofyn am fanylion cyswllt meddyg teulu eich plentyn. Yr unig adeg y byddem ni'n cysylltu â'r meddyg fyddai'r amgylchiadau prin o bryder clinigol difrifol, brys iawn (e.e. risg uchel o hunanladdiad neu faterion amddiffyn plant), neu os oes risg i blentyn neu i eraill.

Bydd yr holl fanylion a'r wybodaeth o'r astudiaeth yn cael eu storio mewn cyfleusterau archifo cymeradwy a diogel (mewn cypyrddau wedi'u cloi neu gyfrifiaduron diogel), yn unol â Fframwaith Diogelu Gwybodaeth y Brifysgol.

Beth os bydd rhywbeth yn mynd o'i le?

Os oes gennych chi neu eich plentyn bryder neu os ydych chi'n teimlo eich bod wedi cael eich niweidio mewn unrhyw ffordd gan yr astudiaeth, dylech ofyn am gael siarad â'r ymchwilwyr ym Mhrifysgol Caerdydd ar YmchwilPoblIfancArlein@cf.ac.uk , a fydd yn gwneud eu gorau i helpu. Os ydych chi'n byw yn yr Alban, gallwch hefyd gysylltu â'r tîm astudiaeth ym Mhrifysgol Glasgow ar sphsu-phrf@glasgow.ac.uk.

Os ydych chi neu eich plentyn yn dal i fod yn anhapus, ac yn dymuno cwyno'n ffurfiol, gallwch gysylltu â Dr Catrin Lewis, ymchwilydd annibynnol yn y Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Iechyd Meddwl (lewisce7@cardiff.ac.uk). Os yw eich plentyn o dan ofal y gwasanaethau iechyd meddwl, gall gysylltu â system gwyno'r GIG.

Beth fydd yn digwydd i ganlyniadau'r astudiaeth ymchwil?

Bydd y canlyniadau'n helpu i ddatblygu'r rhaglen ac yn ein helpu i gynllunio rhagor o astudiaethau. Bydd y canlyniadau yn cael eu crynhoi mewn cylchlythyron prifysgol, mewn erthyglau cyfnodolion iechyd ac mewn adroddiad i'r sefydliadau sy'n ariannu'r ymchwil hon — byddai hyn er mwyn helpu i lywio gofal iechyd, addysg ac ymarferwyr eraill sy'n ymwneud â gofal pobl ifanc a'u teuluoedd/gofalwyr.

Efallai y bydd rhai syniadau a dyfyniadau uniongyrchol o'r holiaduron neu'r cyfarfodydd yn cael eu defnyddio yn yr adroddiadau hyn. Bydd y wybodaeth yn cael ei troi'n ddienw, a fydd manylion personol eich plentyn ddim yn ymddangos ar unrhyw un o'r dogfennau hyn a fydd dim modd ei adnabod mewn unrhyw ffordd.

Pwy sy'n cadw'r wybodaeth amdanaf i a'm plentyn?

Prifysgol Caerdydd fydd yn cadw eich gwybodaeth chi a'ch plentyn. Prifysgol Caerdydd yw'r Rheolydd Data ac mae'n ymrwymedig i barchu ac i ddiogelu eich data personol yn unol â'ch disgwyliadau a deddfwriaeth Diogelu Data. Os ydych chi'n byw yn yr Alban, bydd Prifysgol Glasgow yn cadw rhywfaint o'ch gwybodaeth hefyd.

Sut caiff ein gwybodaeth ei defnyddio?

Bydd angen inni ddefnyddio gwybodaeth a roddoch chi a'ch plentyn ar gyfer y prosiect ymchwil hwn. Bydd y wybodaeth hon yn cynnwys eich llythrennau cyntaf, eich enw, eich manylion cyswllt, eich dyddiad geni, a manylion eich meddyg teulu. Os byddwch chi neu eich plentyn yn defnyddio'r rhaglen ar-lein, byddwn yn casglu ystadegau defnydd apiau a gwefannau sy'n cael eu cynnal a'u rheoli gan gwmni trydydd parti (Google, Inc.). Mae gwybodaeth am ddefnydd yn cael ei chasglu er mwyn helpu i wella'r rhaglen yn y dyfodol. Byddwn yn casglu cyfeiriad IP eich dyfais chi neu ddyfais eich plentyn (cyfeiriad unigryw eich PC/dyfais pan fydd cysylltiad â rhwydwaith) i sicrhau diogelwch y rhwydwaith a'r wybodaeth. Fodd bynnag, fyddwn ni ddim yn cysylltu cyfeiriad IP y ddyfais â data arall yr ydyn ni'n eu casglu. Fyddwn ni ddim yn dadansoddi'r data chwaith, oni bai bod gennym reswm penodol i edrych ar gyfeiriad IP unigol.

Bydd pobl yn defnyddio'r wybodaeth honno i gynnal yr ymchwil neu i wirio'ch cofnodion i sicrhau bod yr ymchwil yn mynd rhagddi yn briodol. Ni fydd y rheini nad oes angen iddyn nhw wybod pwy ydych chi yn gallu gweld eich enw na'ch manylion cyswllt. Bydd gan eich data rif cod yn lle hynny. Byddwn yn cadw'r holl wybodaeth amdanoch chi a'ch plentyn yn ddiogel.

Efallai y bydd rhywfaint o'ch gwybodaeth yn cael ei hanfon o Brifysgol Caerdydd i Brifysgol Glasgow i'w dadansoddi gan economegwyr iechyd. Bydd y wybodaeth yn ddienw, felly fydd hi ddim yn bosibl eich adnabod chi neu eich plentyn o'r wybodaeth hon. Rhaid iddyn nhw ddilyn ein rheolau ynghylch cadw eich gwybodaeth yn ddiogel.

Ar ôl gorffen yr astudiaeth, byddwn yn cadw peth data fel y gallwn wirio'r canlyniadau. Byddwn yn llunio ein hadroddiadau fel na fydd modd i neb wybod eich bod wedi cymryd rhan yn yr astudiaeth.

Beth yw ein dewisiadau am y ffordd y caiff ein gwybodaeth ei defnyddio?

Gallwch chi a'ch plentyn roi'r gorau i fod yn rhan o'r astudiaeth ar unrhyw adeg, heb roi rheswm, ond byddwn yn cadw gwybodaeth amdanoch sydd gennym eisoes ac yn ei defnyddio ar gyfer gweddill yr astudiaeth — oni bai eich bod yn gofyn iddi gael ei dileu. Mae angen i ni reoli eich cofnodion mewn ffyrdd penodol er mwyn i'r ymchwil fod yn ddibynadwy. Felly, fyddwn ni ddim yn gallu gadael i chi neu eich plentyn weld na newid y data sydd gennym amdanoch chi. Mae'n rhaid i ni storio eich data am 15 mlynedd.

Efallai y bydd y data neu'r wybodaeth a gynhyrchir fel rhan o'r treial hwn yn cael eu rhannu ag ymchwilwyr eraill yn y dyfodol a fydd y data hyn ddim yn eich adnabod chi neu eich plentyn yn ôl

enw (data ffugenw). Bydd unrhyw ymchwil sy'n defnyddio'r data hyn yn y dyfodol er budd iechyd a gofal y cyhoedd.

Ble gallaf i ddarganfod mwy am sut mae ein gwybodaeth yn cael ei defnyddio?

Gallwch gael rhagor o wybodaeth am sut rydyn ni'n defnyddio eich gwybodaeth

- yn www.hra.nhs.uk/information-about-patients/
- drwy holi aelod o'r tîm ymchwil

Pe hoffech gwyno am sut mae ymchwilwyr wedi trin eich gwybodaeth, dylech gysylltu â'r tîm ymchwil. Os nad ydych chi'n hapus ar ôl hynny, gallwch gysylltu â'r Swyddog Diogelu Data ym Mhrifysgol Caerdydd ar inforequest@caerdydd.ac.uk . Mae gwybodaeth bellach am Ddiogelu Data, gan gynnwys eich hawliau a manylion am sut i gysylltu â Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth pe byddech yn dymuno cwyno, i'w gweld yma: Hysbysiad diogelu data cyfranogwyr ymchwil — Gwybodaeth gyhoeddus — Prifysgol Caerdydd.

Pwy sy'n trefnu ac yn ariannu'r ymchwil?

Mae'r astudiaeth yn cael ei harwain gan Dr Rhys Bevan Jones, yr Athro Frances Rice, a'r Ganolfan Treialon Ymchwil, ym Mhrifysgol Caerdydd, a'r Athro Sharon Simpson, Prifysgol Glasgow. Y Sefydliad Cenedlaethol er Ymchwil Iechyd, ac Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru sy'n ariannu'r ymchwil.

Pwy sydd wedi adolygu a chymeradwyo'r astudiaeth?

Pwyllgor Moeseg Ymchwil y GIG, Y Sefydliad Cenedlaethol er Ymchwil Iechyd, Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru a Phrifysgol Caerdydd.

Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau:

Ar gyfer prif dîm yr astudiaeth, cysylltwch â YmchwilPoblIfancArlein@cf.ac.uk

Is-adran Meddygaeth Seicolegol a'r Niwrowyddorau Clinigol, Ysgol Meddygaeth Prifysgol Caerdydd, Adeilad Hadyn Ellis, Heol Maendy, Caerdydd CF24 4HQ

Os ydych chi'n byw yn yr Alban, gallwch hefyd gysylltu â'r tîm astudio ym Mhrifysgol Glasgow yn sphsu-phrf@glasgow.ac.uk.

Diolch am ddangos diddordeb yn yr astudiaeth hon