

# MAGES

## Mental Wellbeing in Adolescence: Genes and Environment Study

### Taflen Wybodaeth i Bobl Ifanc Cadwch y copi hwn



## **Lles Meddyliol Pobl Ifanc: Astudiaeth Genynnau a'r Amgylchedd (MAGES)**

- Fe'ch gwahoddir i gymryd rhan mewn ymchwil sy'n ymwneud â genetig a lles meddyliol.
- Cyn i chi benderfynu p'un ai ydych am gymryd rhan yn yr ymchwil hon, mae'n bwysig eich bod yn deall pam ein bod yn cynnal yr ymchwil hon a'r hyn rydym yn gofyn i chi ei wneud.
- Cymerwch cyn hired ag y bydd ei angen arnoch i ddarllen y wybodaeth hon yn ofalus a'i thrafod gyda'ch rhieni neu'ch athrawon.
- Mae croeso i chi ofyn cwestiynau i'r ymchwilwyr os oes rhai gennych.

### **Pam rydym ni'n cynnal yr ymchwil hon?**

- Mae llawer o bobl ifanc yn dioddef o broblemau gyda'u lles meddyliol ar ryw adeg.
- Pan fo gan berson ifanc broblem lles meddyliol, mae'n gallu effeithio ar nifer o agweddau ar ei fywyd, megis ei iechyd, ei addysg a'i berthnasau gyda phobl eraill.
- Mae nifer o bethau gwahanol sy'n gallu effeithio ar eich lles meddyliol gan gynnwys eich teulu, eich ffrindiau a'ch ysgol.
- Gall lles meddyliol hefyd fod yn enetig, sy'n golygu ei fod weithiau'n rhedeg yn y teulu. Gallwn ddefnyddio DNA o boer i edrych ar enynnau pobl.
- Rydym eisiau deall sut mae'r gwahaniaethau rhwng genynnau pobl yn cael effaith ar les pobl wrth i chi dyfu'n hŷn.
- Rydym hefyd eisiau edrych ar bethau pwysig eraill megis cyfeillgarwch a pherthynas ag aelodau o'r teulu. Gall y pethau hyn wneud i bobl ifanc deimlo'n ddiogel ac yn hapus, a allai eu hamddiffyn rhag datblygu problem gyda'u lles meddyliol.
- I wneud hyn, byddai angen i ymchwilwyr gasglu samplau DNA (poer) gan filoedd ar filoedd o bobl ifanc.
- Un ffordd o wneud hyn efallai fyddai casglu poer gan fyfyrwyr mewn ysgolion uwchradd.

- Nod yr astudiaeth ddwy flynedd hon yw edrych ar p'un ai gallwn gasglu samplau o boer gan bobl ifanc mewn ystafell ddosbarth fel rhan o wers am DNA a genynnau.
- Hoffem hefyd gysylltu'r samplau o boer â gwybodaeth arall am iechyd (e.e. gan eich meddyg).

### **Pam ydw i wedi cael fy newis?**

- Fe'ch gwahoddwyd i gymryd rhan oherwydd eich bod ym mlwyddyn 7 neu flwyddyn 8.
- Mae'ch ysgol yn rhan o'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) ac mae hi wedi cytuno i gymryd rhan yn yr astudiaeth hon. Nod y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) yw gwella iechyd pobl ifanc drwy ofyn cwestiynau am iechyd a lles unwaith bob dwy flynedd.
- Gwahoddwyd pawb yn eich blwyddyn i gymryd rhan yn astudiaeth MAGES.

### **Oes rhaid i mi gymryd rhan?**

- Eich dewis chi yn gyfan gwbl ydyw p'un ai hoffech gymryd rhan.
- Os hoffech gymryd rhan, gofynnir i chi lofnodi ffurflen i ddweud eich bod yn cytuno i fod yn rhan o'r astudiaeth.
- Mae'n iawn i chi newid eich meddwl, a gallwch ddweud nad ydych am gymryd rhan rhagor pa bynnag bryd yr hoffech.
- Gallwch gymryd rhan yn ein gwers DNA hyd yn oed os nad ydych am roi sampl o boer.

### **Beth mae'r astudiaeth yn ei gynnwys os ydw i'n cymryd rhan?**

- Byddwn yn rhoi tiwb plastig bach i chi ac yn gofyn i chi boeri i mewn iddo.
- Gofynnir i chi beidio â bwyta nac yfed unrhyw beth am 30 munud cyn rhoi'r sampl oherwydd gall hyn effeithio ar ansawdd y DNA yn eich sampl o boer.
- Dylai gymryd tua munud ar y mwyaf i chi rhoi eich sampl o boer.

- Unwaith y byddwch wedi rhoi eich sampl o boer i ni, byddwn yn ei storio'n ddiogel ym Mhrifysgol Caerdydd lle byddwn yn edrych ar eich DNA ar gyfer ein gwaith ymchwil.
- Hoffem hefyd gysylltu'r sampl o boer rydych yn ei rhoi i ni â'r canlynol:

1) Eich cofnodion iechyd ac addysgu (e.e. gwybodaeth gan eich meddyg a'ch ysgol).

2) Eich arolwg Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Mewn Ysgolion (SHRN).

### **At ba ddiben y caiff fy sampl o boer ei ddefnyddio?**

- Caiff y samplau o boer eu profi yn ein labordy i wneud yn siŵr bod digon o boer ym mhob potyn ac nad oes unrhyw fwyd ynddynt.
- Bydd ein hymchwilyr yn defnyddio'r samplau o'ch poer a'r wybodaeth rydych wedi'i rhoi i ni i'n helpu i ddeall am les pobl ifanc.
- Ni fydd eich enw ar eich sampl o boer, felly ni fydd neb yn gwybod pwy sy'n berchen arni.
- Byddwn yn sicrhau bod eich sampl o boer ac unrhyw wybodaeth rydych yn ei rhoi i ni'n cael eu cadw'n ddiogel ac yn breifat.

### **A fyddwch chi'n edrych ar fy DNA?**

- Byddwn yn edrych ar eich DNA fel rhan o'r astudiaeth hon.
- Byddwn yn edrych ar eich DNA er mwyn dysgu am les pobl ifanc.
- Ni fydd eich DNA yn dangos unrhyw beth i ni amdanoch chi'n unigol.
- Ni fyddwn yn gallu gweld unrhyw wybodaeth am eich iechyd o'ch DNA.
- Os ydych chi'n newid eich meddwl, gallwch ddweud wrthym a byddwn yn cael gwared ar eich sampl o boer.

### **Pam rydych chi'n gofyn am fy nghaniatâd i gysylltu fy sampl â chofnodion eraill?**

- Rydym yn bwriadu edrych ar y cysylltiadau rhwng genynnau a lles meddyliol, iechyd ac addysg.
- Os ydych yn dweud wrthym fod hawl gennym, yna caiff eich sampl o boer ar gyfer yr astudiaeth ei chysylltu â gwybodaeth arall.

- Bydd y wybodaeth hon am addysg, iechyd a lles (e.e. cofnodion gan eich ysgol neu eich meddyg).
- Ni fydd y wybodaeth hon yn dangos eich enw a bydd yn cael ei chadw'n breifat.
- Hoffem gysylltu eich sampl o boer â'r holiaduron lles y gwnaethoch eu llenwi fel rhan o arolwg y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN).
- Mae pob ysgol uwchradd yn cwblhau'r arolwg hwn unwaith bob dwy flynedd.
- Byddwn yn dilyn rheolau llym iawn i ddiogelu eich preifatrwydd.
- Bydd y gallu i gysylltu eich sampl â gwybodaeth arall yn ein helpu i ddeall mwy am les meddyliol ymhlith pobl ifanc.

### **Beth sy'n digwydd os yw fy rhieni'n dweud nad ydw i'n cael rhoi sampl o boer?**

- Dim ond os bydd eich rhieni'n cytuno ac yn llofnodi'r ffurflen ganiatâd y gallwch chi gymryd rhan yn yr ymchwil hon.

### **Os ydw i'n cymryd rhan yn yr astudiaeth hon, a fydd hyn yn cael ei gadw'n gyfrinachol?**

- Caiff yr holl wybodaeth y byddwn yn ei chael gennych ar gyfer yr astudiaeth hon ei chadw'n breifat a'i storio'n ddiogel gan Brifysgol Caerdydd.
- Ni fydd eich enw ar eich sampl o boer, felly ni fydd neb yn gwybod pwy sy'n berchen arni.

### **Beth fydd yn rhaid i mi ei wneud?**

- Os hoffech chi gymryd rhan, yna bydd yn rhaid i chi ddychwelyd y ffurflen ganiatâd ynghlwm i'r ymchwilwyr a rhoi sampl o boer i ni.

### **A yw'n ddiogel rhoi sampl o boer?**

- Ydy. Mae rhoi sampl o boer yn gwbl ddiogel.

## **Beth fydd yn digwydd i ganlyniadau'r astudiaeth ymchwil?**

- Caiff canlyniadau'r astudiaeth eu hysgrifennu mewn papurau gwyddonol.
- Caiff y canlyniadau eu dangos i bobl sydd â diddordeb mewn lles pobl ifanc.

## **Beth os ydwi i'n penderfynu nad ydwi i eisiau bod yn rhan rhagor?**

- Nid oes rhaid i chi gymryd rhan yn yr astudiaeth os nad ydych chi eisiau gwneud hynny.
- Gallwch chi newid eich meddwl pa bryd bynnag y dymunwch.
- Nid oes angen i chi esbonio pam eich bod wedi newid eich meddwl, ac ni fyddwch mewn unrhyw drwbl.
- Gallwch gysylltu â ni i roi gwybod i ni os hoffech newid eich meddwl.

## **Cwestiynau**

- Os hoffech wybod unrhyw beth arall am y gwaith ymchwil hwn, gallwch gysylltu â ni gan ddefnyddio'r manylion isod.

**Gwefan:** [www.caerdydd.ac.uk/MAGES](http://www.caerdydd.ac.uk/MAGES)

**Ebost:** [MAGES@caerdydd.ac.uk](mailto:MAGES@caerdydd.ac.uk)

**Ffôn:** Sarah Rook (Cynorthwy-ydd ymchwil) 029 20 688392 / Naomi Warne (Cynorthwy-ydd Ymchwil) 029 20 688473

### **Post:**

MAGES

Canolfan y Cyngor Ymchwil Feddygol ar gyfer Geneteg Niwroseiciatrig a Genomeg

Prifysgol Caerdydd

Adeilad Hadyn Ellis

Heol Maendy

Caerdydd

CF24 4HQ

**Diolch i chi am ddarllen y wybodaeth hon ac am ystyried cymryd rhan yn astudiaeth MAGES. Cadwch y daflen wybodaeth hon.**