

Emailed to Subscribers of the
School Health Research Network (SHRN) E-list.
Don't want to receive it? [Click here](#)

[View this email in your browser](#)



Y RHWYDWAITH
YMCHWIL IECHYD
MEWN YSGOLION

THE SCHOOL
HEALTH RESEARCH
NETWORK

shrn.org.uk

e-newyddion Ysgol Uwchradd SHRN SHRN Secondary School e-news



Croeso i e-newyddion Ysgol Uwchradd SHRN am Ebrill 2025 / Welcome to the SHRN Secondary School e-news for April 2025

Cynnwys

1. Ar Ddod Cyn Hir: Diweddariad i Ddata SHRN Iechyd Cyhoeddus Cymru Dangosfwrdd Iechyd a Llesiant Ysgolion Uwchradd.
2. Amgyffredion am Bwysau Gwaith Ysgol ymhlith Dysgwyr Uwchradd yng Nghymru yn Dyblu Dros Ddau Ddegawd.
3. Ymunwch â ni ar Gyfer ein Gweminarau Ebrill a Mai AM DDIM!
4. Gwylwch ein Gweminar: Y Cyfryngau Cymdeithasol a Lles - Archwilio Data'r Rhwydwaith i Ddeall Bywyd Digidol Plant a Phobl Ifanc yn Well.
5. Mae Astudiaeth Newydd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru yn helpu Gweithwyr Proffesiynol i Ddeall Pa Grwpiau Sydd Angen Mwy o Gymorth i Roi'r Gorau i Ysmygu.
6. Dod â Data'r Rhwydwaith yn Fyw Gyda Dulliau seiliedig ar Gelf.
7. Astudiaeth Achos y Rhwydwaith - Ysgol Uwchradd Whitmore: Lle mae'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion, Iechyd a Lles a Chysylltiadau Ystyrion yn Llywio Cymuned yr Ysgol.
8. Cyfle Cyffrous i Ysgolion Uwchradd Gynnig Cymorth Ychwanegol â Lles.
9. Rydym Ni'n Symud i Bluesky a LinkedIn!

Contents

1. Coming Soon: Update to the Secondary School Health and Well-being SHRN Data Dashboard.
2. Perceived Schoolwork Pressure Among Secondary School Learners in Wales Doubles Over Two Decades.
3. Join Us For Our FREE April and May Webinars!

4. **Watch Our Webinar: Social Media and Well-being - Exploring SHRN Data to Better Understand the Digital Lives of Children and Young People.**
5. **New study from Public Health Wales helps professionals to understand which groups need more support to quit smoking.**
6. **Bringing SHRN Data to Life With Arts-Based Methods.**
7. **SHRN Case Study - Whitmore High School: Where SHRN, Health and Well-being and Meaningful Connections Shape the School Community.**
8. **An Exciting Opportunity for Secondary Schools to Offer Additional Well-being Support.**
9. **We're Moving to Bluesky and LinkedIn!**

Mae'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion (SHRN) yn

bartneriaeth ymchwil-polisi-ymarfer rhwng Llywodraeth Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru, a Phrifysgol Caerdydd. Nod SHRN yw gwella iechyd a lles pobl ifanc yng Nghymru trwy weithio gydag ysgolion cynradd ac uwchradd i gynhyrchu a defnyddio tystiolaeth o ansawdd da ar gyfer gwella iechyd a lles.

The School Health Research Network (SHRN) is a research-policy-practice partnership between Welsh Government, Public Health Wales, and Cardiff University. SHRN aims to improve children and young people's health and well-being in Wales by working with both primary and secondary schools to generate and use good quality evidence for health and well-being improvement.

English Language Version



Fersiwn
Gymraeg



Ar Ddod Cyn Hir: Diweddariad i'r Dangosfwrdd Iechyd a Lles Ysgolion Uwchradd

Rydym yn falch o gyhoeddi bod diweddariad i **Dangosfwrdd Data'r Rhwydwaith ar Iechyd a Lles Ysgolion Uwchradd** yn lansio ar 8 Mai!

Bydd y cyhoeddiad diweddaraf hwn yn cyflwyno bron i 30 pwnc newydd, gan gynnig cipolygon newydd i iechyd a lles dysgwyr uwchradd yng Nghymru, ar lefel ranbarthol a chenedlaethol, gyda chanlyniadau o arolwg 2023 y Rhwydwaith.

Darllenwch fwy »



Cynnydd Mewn Pwysau Gwaith Ysgol: Tuedd Dros Ddau Ddegawd Ymhlith Dysgwyr Cymru

Mae astudiaeth ddiweddar, yn defnyddio data'r Rhwydwaith, wedi datgelu tuedd bryderus ymhlith dysgwyr uwchradd yng Nghymru. Mae'n datgelu bod amgylcheddion am bwysau gwaith ysgol wedi dyblu dros y ddau ddegawd diwethaf. Mae cysylltiad agos rhwng y cynnydd hwn mewn straen academaidd â chynnydd mewn problemau emosiynol ymhlith pobl ifanc, gan godi pryderon iechyd cyhoeddus a lles.

[Darllenwch fwy »](#)

Mae [Dr. Jess Armitage](#) o [Ganolfan Wolfson ar gyfer Iechyd Meddwl Pobl Ifanc](#) ym [Mhrifysgol Caerdydd](#) yn archwilio'r duedd hon yn fanylach. Fel aelod o'r tîm ymchwil, mae Dr. Armitage yn archwilio'r hyn sydd wrth wraidd y cynnydd mawr mewn problemau emosiynol ymhlith pobl ifanc, gan daflu goleuni ar yr heriau a wynebant heddiw yn [ein blog](#).



Y RHWYDWAITH
YMCHWIL IECHYD
MEWN YSGOLION

THE SCHOOL
HEALTH RESEARCH
NETWORK

Cyfes
Gweminar

Webinar
Series

Ymunwch â ni ar Gyfer ein Gweminarau Ebrill a Mai AM DDIM!

Mae ein gweminarau'n cynnig cyfle rhagorol am ddatblygiad proffesiynol AM DDIM, gan ganolbwyntio ar ymchwil seiliedig ar dystiolaeth a data'r Rhwydwaith

30 Ebrill: Rôl Amgylchedd yr Ysgol yn Iechyd Meddwl a Lles Dysgwyr yn ystod y Pontio o'r Ysgol Gynradd i'r Ysgol Uwchradd. [Cadwch le nawr »](#)

21 Mai: Datgloi Cyfrinachau Diodydd Egni a Siwgraid: Cipolygon Data'r Rhwydwaith i Iechyd Pobl Ifanc yng Nghymru. [Cadwch le nawr »](#)



Gwylwch ein Gweminar mis Mawrth: Y Cyfryngau Cymdeithasol a Lles - Archwilio Data'r Rhwydwaith i Ddeall Bywyd Digidol Plant a Phobl Ifanc yn Well

Yn yr oes ddigidol sydd ohoni, mae'r cyfryngau cymdeithasol yn cael effaith ddwys ar fywyd plant a phobl ifanc. Er mai amser o flaen sgrin yw'r ffocws yn aml, mae'n hanfodol ystyried gyda phwy maen nhw'n rhyngweithio a sut mae'r rhyngweithiadau hyn yn effeithio ar eu lles.

Gwylwch y weminar hon gan y Rhwydwaith i archwilio astudiaeth sy'n defnyddio data'r Rhwydwaith o ysgolion cynradd ac uwchradd, yn archwilio agweddau allweddol ar ddefnyddio'r cyfryngau cymdeithasol a'u cysylltiad â lles emosiynol. Darganfyddwch sut gall cyfathrebu ar-lein fod o fudd i bobl ifanc, yn enwedig trwy gyfeillgarwch presennol.

[Cliciwch yma i wyllo'r recordiad »](#)



New study from Public Health Wales helps professionals to understand which groups need more support to quit smoking

Mae astudiaeth ddiweddaraf Iechyd Cyhoeddus Cymru, sy'n defnyddio data'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Mewn Ysgolion (SHRN), yn nodi proffiliau penodol o bobl ifanc sy'n ysmegu, gan arddangos patrymau sy'n seiliedig ar oedran, rhyw, iechyd meddwl, ymddygiadau sy'n peri risg, a sgiliau rhag-gymdeithasol. Mae'r clystyru nodweddion hyn yn cynnig dealltwriaeth ddyfnach o arferion ysmegu ymhlith pobl ifanc, gan fraenaru'r tir ar gyfer ymyriadau wedi'u teilwra sy'n mynd i'r afael â'u hanghenion penodol.

Yn yr [astudiaeth](#), mae ymchwilwyr yn pwysleisio pwysigrwydd amddiffyn plant rhag niwed a achosir gan ysmegu, yn ogystal â mynd i'r afael â'r rhwystrau a wynebir gan y rhai sy'n ei chael hi'n anodd rhoi'r gorau i

ysmygu. Bydd y syniadau hyn yn helpu gweithwyr iechyd proffesiynol i gynnig cyngor ac ymyriadau mwy penodol. Drwy ganolbwyntio ar y proffiliau unigryw hyn, gall gweithwyr iechyd proffesiynol gynllunio strategaethau mwy effeithiol i leihau cyfraddau ysmegu ymhlith pobl ifanc a diogelu cenedlaethau'r dyfodol.

[Rhagor o wybodaeth »](#)



Cysylltiadau Creadigol: Defnyddio Dulliau Celfyddydol i Ennyn Diddordeb Dysgwyr yn Nata'r Rhwydwaith ar Les Emosiynol a Meddyliol

Darganfyddwch sut mae dulliau seiliedig ar gelf yn cael eu defnyddio i ddod â data'r Rhwydwaith yn fyw, gan gynorthwyo ysgolion i ddeall a chefnogi lles eu dysgwyr yn well. Mae'r ymagwedd flaengar hon yn helpu i greu ffyrdd mwy difyr a chraff o ddehongli data a gweithredu arno.

[Darllenwch fwy »](#)



**Y RHWYDWAITH
YMCHWIL IECHYD
MEWN YSGOLION**
**THE SCHOOL
HEALTH RESEARCH
NETWORK**

Ysgol Uwchradd Whitmore: Lle mae'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion, Iechyd a Lles a Chysylltiadau Ystyrlon yn Llywio Cymuned yr Ysgol

Trwy ei defnydd o'i data gan y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (y Rhwydwaith) ac ymyriadau targedig, mae Ysgol Uwchradd Whitmore wedi cymryd camau cadarnhaol ymlaen wrth wella iechyd a lles dysgwyr.

Trwy ddadansoddi data'r Rhwydwaith, nododd yr ysgol feysydd allweddol i'w gwella a rhoddodd strategaethau penodol ar waith i fynd i'r afael â nhw. Mae'r ymyriadau targedig wedi arwain at welliannau yn iechyd a lles dysgwyr, gan ddangos ymrwymiad yr ysgol i roi lle blaenllaw i iechyd a lles yn ei chenhadaeth. O ganlyniad, mae dysgwyr mewn sefyllfa well i ffynnu yn yr ysgol a'r tu hwnt, gan sicrhau eu bod yn cael y cyfle gorau posibl i lwyddo.

[Darllenwch fwy »](#)

Darllenwch fwy am sut gallwch chi rannu eich astudiaeth achos am y Rhwydwaith [yma](#).

Cyfle Cyffrous i Ysgolion Uwchradd Gynig Cymorth Ychwanegol â Lles



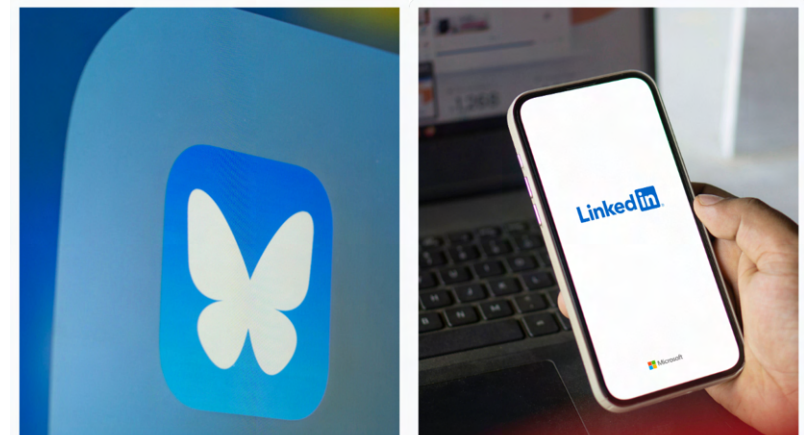
Cyfle cyffrous i ysgolion gynig cymorth ychwanegol â lles i rieni/gofalwyr a dysgwyr 13-19 oed wrth gymryd rhan yn astudiaeth Sgiliau er Lles y Glasoed (SWELL) [Canolfan Wolfson ar gyfer Iechyd Meddwl Pobl Ifanc, Prifysgol Caerdydd](#).

Nod SWELL yw cynnig cymorth cynnar i bobl ifanc sydd mewn perygl o ddatblygu anawsterau iechyd meddwl trwy addysgu iddynt y sgiliau i reoli straen pob dydd. Mae'r tîm yn chwilio am rhieni/gofalwyr sydd â phrofiad o hwyliau isel neu iselder ac sydd â phlentyn 13-19 oed sydd â diddordeb mewn cymryd rhan. Mae potensial i bobl ifanc elwa o ymyrraeth therapi

gwybyddol ymddygiadol (CBT) ar-lein 11 sesiwn; bydd cyfle i rieni/gofalwyr sydd â phrofiad o hwyliau isel/iselder ar hyn o bryd dderbyn rhaglen gymorth 12 wythnos dan arweiniad seiciatryddion SWELL, os dewisant hynny. Bydd y ddau grŵp yn cael taleb bychan (sy'n werth cyfanswm o £40-60) i ddiolch iddynt am gymryd rhan.

Mae recriwtio ar agor tan 31 Gorffennaf 2025. I gael rhagor o wybodaeth, e-bostiwch [Caroline Blake](#), Therapydd Seicolegol, treial SWELL.

[Darllenwch fwy »](#)



Rydyn Ni'n Symud i Bluesky a LinkedIn!

Rydym yn falch o gyhoeddi bod y Rhwydwaith yn symud o Twitter/X i Bluesky a LinkedIn ar gyfer ein diweddariadau a'n hymwneud ar y cyfryngau cymdeithasol.

Bydd y cam hwn yn ein helpu i gysylltu'n well â'n cymuned, rhannu cynnwys manylach a chymryd rhan mewn sgysiau ystyrlon.

Edrychwn ymlaen at ymgysylltu â chi mewn ffyrdd newydd a chyffrous.

Dilynwch ni ar:

[Bluesky](#)
[LinkedIn](#)



English
Language
Version



Coming Soon: Update to the Secondary School Health and Well-being SHRN Data Dashboard

We're happy to announce that an update to the [Secondary School Health and Well-being SHRN Data Dashboard](#) is launching on 8th May!

This latest release will introduce nearly 30 new topics, providing fresh insights into the health and well-being of secondary school learners in Wales, on both a national and regional, with results from the 2023 SHRN survey.

[Read More »](#)



Rising Schoolwork Pressure: A Two-Decade Trend Among Welsh Learners

A recent study using SHRN data, has revealed a concerning trend among secondary school learners in Wales. It reveals that perceived pressure from schoolwork has doubled over the past two decades. This increase in academic stress is closely linked to a rise in emotional problems among young people, raising public health and well-being concerns.

[Read More »](#)

[Dr. Jess Armitage](#) from [The Wolfson Centre for Young People's Mental Health](#) at [Cardiff University](#) delves more into this trend. As a member of the research team, Dr. Armitage examines the causes behind the surge in emotional problems among young people, shedding light on the challenges they face today in [our blog](#).



Y RHWYDWAITH
YMCHWIL IECHYD
MEWN YSGOLION

THE SCHOOL
HEALTH RESEARCH
NETWORK

Cyfres
Gweminar

Webinar
Series

Join Us for Our FREE April and May Webinars!

Our webinars offer a fantastic opportunity for FREE professional development, focusing on evidence-based research and SHRN data.

30 April: The Role of The School Environment in Learners' Mental Health and Well-being During the Transition from Primary to Secondary School.

[Book now »](#)

21 May: Unlocking the Secrets of Energy and Sugary Drinks: SHRN Data Insights on Youth People's Health in Wales. [Book now »](#)

Watch Our March Webinar: Social Media and Well-being - Exploring SHRN Data to Better understand the Digital Lives of Children and Young People

In today's digital age, social media profoundly impacts the lives of children and young people. While screen time is often the focus, it's crucial to consider who they interact with and how these interactions affect their well-being.

Watch this SHRN webinar to explore a study using SHRN data from primary and secondary schools, examining key aspects of social media use and its link to emotional well-being. Discover how online communication can benefit children and young people, especially through existing friendships.

[Click here to watch the recording »](#)



New study from Public Health Wales helps professionals to understand which groups need more support to quit smoking

Using SHRN data, Public Health Wales latest study identifies distinctive profiles of young people who smoke, revealing patterns based on age, gender, mental health, risk behaviours, and prosocial skills. These clustered characteristics provide a deeper understanding of smoking habits among young people, paving the way for tailored interventions that address their specific needs.

In the study, researchers emphasise the importance of protecting young people from smoking harms and addressing barriers faced by those struggling to quit. These insights will help health professionals provide more targeted advice and interventions. By focusing on these unique profiles, health professionals can design more effective strategies to reduce



youth smoking rates and protect future generations.

[Read More »](#)



Creative Connections: Using Arts-Based Methods to Engage Learners with SHRN Data on Emotional and Mental Well-being

Discover how arts-based methods are being utilised to bring SHRN data to life, aiding schools in better understanding and supporting the well-being of their learners. This innovative approach is helping to create more engaging and insightful ways to interpret and act on data.

[Read More »](#)



Y RHWYDWAITH
YMCHWIL IECHYD
MEWN YSGOLION

THE SCHOOL
HEALTH RESEARCH
NETWORK

SHRN Case Study - Whitmore High School: Where SHRN, Health and Well-being and Meaningful Connections Shape the School Community

Through the use of their School Health Research Network (SHRN) data and

targeted interventions, Whitmore High School has made positive strides in enhancing learner health and well-being.

By analysing their SHRN data, the school identified key areas for improvement and implemented specific strategies to address them. These targeted interventions have led to improvements in learner health and well-being, demonstrating the school's commitment to placing health and well-being at the forefront of its mission. As a result, learners are better equipped to thrive both in school and beyond, ensuring they have the best possible opportunity for success.

[Read More »](#)

Read more about how you can share your SHRN case study [here](#).

An Exciting Opportunity for Secondary Schools to Offer Additional Well-being Support



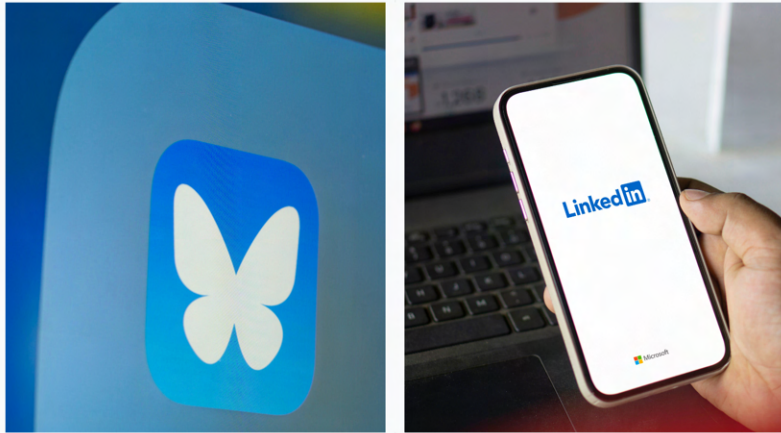
An exciting opportunity for schools to offer parents/carers and learners aged 13-19 years additional well-being support whilst getting involved in research at [The Wolfson Centre for Young Person's Mental Health](#) Skills for Adolescent Well-being (SWELL) study based study, [Cardiff University](#).

SWELL aims to provide early support to young people at risk of developing mental health difficulties by teaching them skills to manage everyday stresses. The team is looking for parents/carers who have experienced low mood or depression and have a child aged 13-19 interested in participating. Young people have potential to benefit from an 11-session online CBT intervention, parents/carers who are currently experiencing low mood/depression will have the opportunity to receive a 12-week support programme led by SWELL psychiatrists if they choose to. Both groups will each receive a small voucher (total value £40-60) as a thank you.

Recruitment is open until 31 July 2025. For more information, please

email [Caroline Blake](#), Psychological Therapist, SWELL trial.

[Read More »](#)



We're Moving to Bluesky and LinkedIn!

We are excited to announce that SHRN is transitioning from Twitter/X to Bluesky and LinkedIn for our social media updates and engagement.

This move will help us better connect with our community, share more in-depth content, and engage in meaningful conversations.

We look forward to engaging with you in new and exciting ways.

Follow us on:

[Bluesky](#)

[LinkedIn](#)



Dysgwch fwy am ein gwaith / Learn more about our work

Cyrchwcw ein llyfryn gwybodaeth, porwch drwy ein hadroddiadau, darllenwch am ein llwyddiannau a'n heffeithiau a llawer mwy...

[Dysgu mwy »](#)

Access our information brochure, browse our reports, read about our successes and impacts and much more...

[Read more »](#)



Cysylltwch â ni / Contact us

Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu adborth am unrhyw beth yn yr e-newyddion hwn, neu SHRN ei hun, anfonwch neges e-bost at Maria Boffey, Rheolwr Cyfnewid Gwybodaeth a Materion Allanol SHRN:

BoffeyM1@cardiff.ac.uk

If you have any questions or feedback about any of the content in this e-news, or SHRN itself, please email Maria Boffey, SHRN Knowledge Exchange and External Affairs Manager:

BoffeyM1@cardiff.ac.uk

[YouTube](#) [Website](#) [Email](#) [LinkedIn](#)

Copyright © 2025 School Health Research Network, All rights reserved.

Want to change how you receive these emails?

You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).

