



# Vinnuhópurinn Fyrsti 1001 dagurinn í lífi barns

*Elísabet Sigfúsdóttir, félagsráðgjafi og fjölskyldufræðingur, Geðsviði Landspítala*  
*Gunnlaug Thorlacius, félagsráðgjafi og fjölskyldufræðingur, Geðsviði Landspítala*



Elísabet Sigfúsdóttir



Gunnlaug Thorlacius

Á undanförunum árum hefur áhersla á velferð og geðheilbrigði ungbarna farið vaxandi og sjónir fagfólks beinst í auknum mæli að forvörnum strax á meðgöngu. Hópur fagfólks sem hafði hag ungra barna að leiðarljósi stóð fyrir þverfaglegri námstefnu í Iðnó haustið 2014 sem bar yfirskriftina: *Foreldrar í vanda – börn í vanda*.

Í kjölfar námstefnunnar var stofnaður þverfaglegur hópur frá ýmsum stofnunum sem hefur hist reglulega og lagt á ráðin. Hópurinn kynnti sér þverpólítiska yfirlýsingu breskra þingmanna um að setja fyrsta 1001 daginn í lífi barna á oddinn. Breskir þingmenn samþykktu ályktun á haustmánuðum 2015 þess efnis að styðja foreldra og börn á þessu tímabili á öllum þjónustustigum. Hópurinn Fyrsti 1001 dagurinn í lífi barns stóð að ákalli til íslenskra stjórnámálmanna um að taka breska þingmenn sér til fyrirmyndar. Vinna 1001-hópsins hefur vaxið og dafnað og nú hafa fulltrúar foreldra bæst í hópinn.

Geta má þess að eitt af fyrstu embættisverkum Guðna Th. Jóhannessonar forseta Íslands var að gerast verndari verkefnisins „Fyrsti 1001 dagurinn í lífi barns.“ Fulltrúar hópsins hafa farið á fundi með ráðamönnum til að vekja athygli á málefnum og haustið 2016 var sent áðurnefnt ákall til allra þingmanna og

til sveitarstjórnarmanna í stærstu sveitarfélögum í tengslum við markvissa vinnu að vitundarvakningu um geðheilsu ungra barna. Sú vinna tengdist Alþjóðlega geðheilbrigðisdeginum 10. október 2017.

1001-hópurinn fékk góða styrki og gat boðið fyrirlesara frá Noregi á ráðstefnu Geðhjálpur, *Börnin okkar*, sem haldin var 17. október. 1001-hópurinn stóð einnig fyrir ráðstefnu í Bíó Paradís 14. október þar sem mikilvægi þessa tímabils í lífi barna og foreldra þeirra voru gerð skil frá ýmsum sjónarhornum í röð fyrirlestra. Ráðstefnan var opin öllum foreldrum og var vel sótt. Gerð voru tíu stutt myndbönd sem voru sýnd og dreift á facebooksíðu hópsins í vitundarvakningarvikunni. Einnig stóð hópurinn að útgáfu bæklinga um „5 atriði til að hafa jákvæð áhrif á heilsþroska barna“ og á hann að vera aðgengilegur sem víðast.





1001-hópurinn hyggst vinna áfram að því að vekja athygli á þessu mikilvæga tímabili í lífi barna. Hann ætlar að ná eyrum ráðamanna og efla skilning þeirra og alls almennings á að hlúa þarf enn betur að foreldrum og börnum á þessu lífsskeiði – fyrir framtíðina!

Texti ákallsins til íslenskra stjórnmalamanna í október hljóðaði svo:

### 1001 dagur – ákall til stjórnmalamanna!

Fyrsti 1001 dagurinn í lífi barna, frá getnaði til tveggja ára, leggur grunninn að lífsgæðum og geðheilsu ævina á enda. Á þessu tímabili þroskast tilfinningarlíf barna meira en á nokkrum öðrum tíma ævinnar, en þá læra börn að finna til öryggis, að þau geti treyst fólki og séu elskuð. Þetta er undirstaða þess að þau geti myndað jákvæð tengsl við aðra og tekist á við áskoranir lífsins. Rannsóknir undanfarinna áratuga hafa varpað ljósi á hversu alvarleg áhrif skortur á stöðugleika, umhyggju og hlýju á meðgöngu og fyrstu árin geta verið. Þessi skortur veldur streitu sem getur haft áhrif á þroska barna og jafnvel óafturkræfar breytingar á heilastarfsemi.

Tímabilið frá getnaði til tveggja ára aldurs barns er oftast tími gleði og mikilla viðburða í lífi foreldra. Umbreyting á hlutverkum, ný verkefni, áður óþekktar tilfinningar og þarfir ásamt nýju álagi og óöryggi kalla því á fræðslu og stuðning fyrir verðandi foreldra. Í aðgerðaáætlun stjórnvalda frá 2007 til að styrkja stöðu barna og ungmenna var sérstaklega kveðið á um fræðslu og ráðgjöf fyrir foreldra fyrsta barns og á það ekki síður við nú. Samfélagsáhrif á mannlega hegðun og samskipti skapa parsambandi og ungbörnum breytt skilyrði. Með því að tryggja þeim fjögur þúsund börnum sem fæðast árlega á Íslandi **1001 dag** í öryggi og nánd með báðum foreldrum má treysta tengslagrunn hvers barns þannig að það fái skilyrði til að þroskast, verða heilsteypt manneskja og virkur samfélagsþegn.

Eins og fram kemur í drögum að geðheilbrigðis- stefnu íslenskra stjórnvalda hafa aðgerðir sem styðja foreldra í uppeldis- og umönnunarhlutverki viðtæk jákvæð áhrif á samfélagið, sem skilar sér í farsælli skólagöngu og minna brottfalli, lægri glæpatíðni, betri atvinnu- og efnahagsstöðu. Slíkar forvarnir draga úr stórfelldum kostnaði samfélagsins.

Stjórnmalamenn af öllu pólitíska litrófinu í Bretlandi hafa látið til sín taka á þessu sviði með stefnuyfirlýsingu um 1001 dag í lífi hvers barns, þar sem lögð er áhersla á að tryggja öllum börnum heilbriggt upphaf í lífinu.

### Við skorum á íslenska þingmenn að taka breska kollega til fyrirmyndar og fjárfesta í fyrsta 1001 degi í lífi barna.

#### Heimildir:

- Alþing. (2007) Þingsályktun um aðgerðaáætlun til fjögurra ára til að styrkja stöðu barna og ungmenna nr. 2/134. Sótt af 3.3.2018 <https://www.althingi.is/alttext/134/s/0039.html>
- Alþing. (2006) Þingsályktun um stefnu og aðgerðaráætlun í geðheilbrigðismálum til fjögurra ára nr. 28/145. Sótt af 3.3.2018 <https://www.althingi.is/pdf/145/s/1217.pdf>
- Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin og Calouste Gulbenkian Foundation. (2014). *Social determinants of mental health*. Genf: World Health Organization.
- Beardslee, W.R., Chien, P.L. og Bell, C.C. (2011). Prevention of mental disorders, substance abuse, and problem behaviors: A developmental perspective. *Psychiatric Services*, 62, 247–254.
- Guðbrandur Árni Ísberg. (2013). *Í nándinni: Innlifun og umhyggja*. Reykjavík: JPV Útgáfa.
- Herrman, H. og Jané-Llopis, E. (2012). The status of mental health promotion. *Public Health Reviews*, 34, 1–21.
- Jané-Llopis, E. og Anderson, P. (2007). A policy framework for the promotion of mental health and the prevention of mental disorders. Í M. Knapp, D. McDavid, E. Mossialos og G. Thornicroft (ritstj.), *Mental health policy and practice across Europe* (bls. 188–214). Berkshire: Open University Press.
- Killén, K. (2014). *Áhrif bernskunnar á líf kynslóðanna*. Reykjavík: Hið íslenska bókmenntafélag.
- Kochanska, G., Philibert, R.A. og Barry, R.A. (2009). Interplay of genes and early mother-child relationship in the development of self-regulation from toddler to preschool age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50, 1331–1338.
- Leadsom, A., Field, F., Burstow, P. og Lucas, C. (2014) The 1001 Critical Days. The Importance of the Conception to Age Two Period. Aðgengilegt á slóðinni: <http://www.wa- vetrust.org/our-work/publications/reports/1001-critical-days-importance-conception-age-two-period>
- Leadsom, A., Field, F. og Loughton, T. (2014/15). *1001 Critical Days Lecture Series @ Parliament*. Aðgengilegt á slóðinni <http://globalprenatalinitiative.org/wp-content/uploads/2015/02/1001-Critical-Days-Lecture-Series-Programme-2014-2015.pdf>
- Norræna velferðarmiðstöðin. (2012). *Börn á Norðurlöndum: Snemmbær úrræði fyrir börn og fjölskyldur*. Á slóðinni [www.nordicwelfare.org](http://www.nordicwelfare.org)
- Petersen, I., Barry, M. Lund, C. og Bhana, A. (2014). Mental health promotion and the prevention of mental disorders. Í V. Patel, H. Minas, A. Cohen og M.J. Prince (ritstj.) *Global mental health: Principles and practice* (bls. 279–296). New York: Oxford University Press.
- Schore, A.N. (2005). Attachment, affect regulation, and the developing right brain: Linking developmental neuroscience to pediatrics. *Pediatrics in Review*, 26, 204–217.



Schore, J.R. og Schore, A.N. (2008). Modern attachment theory: The central role of affect regulation in development and treatment. *Clinical Social Work, 36*, 9–20

Sigrún Júlíusdóttir. (2010). Tíminn og barnið. Um rótarask og foreldraást. Í Salvör Nordal, Sigrún Júlíusdóttir og Vilhjálmur Árnason (ritstj.), *Velferð barna: Gildismat og ábyrgð samfélags* (bls. 77–78). Reykjavík: Háskólaútgáfan.

Sigrún Júlíusdóttir og Sólveig Sigurðardóttir. (2013). *Eftir skilnað – Um foreldrasamstarf og kynslóðatengsl*. Reykjavík: Háskólaútgáfan.

Sigrún Júlíusdóttir. (í prentun). *Framtengsl og framtíðarheill barna*.

Steinunn Bergmann. (2010). Á misjöfnu þrífast börnin ...? Í Salvör Nordal, Sigrún Júlíusdóttir og Vilhjálmur Árnason (ritstj.), *Velferð barna: Gildismat og ábyrgð samfélags* (bls. 145–157). Reykjavík: Háskólaútgáfan.

Sæunn Kjartansdóttir. (2009). *Árin sem enginn man: Áhrif frumberskunnar á börn og fullorðna*. Reykjavík: Mál og menning.

Sæunn Kjartansdóttir. (2010). Við vissum það ekki þá en við vitum það núna. Um áhrif fyrstu árána á börn og fullorðna. Í Salvör Nordal, Sigrún Júlíusdóttir og Vilhjálmur Árnason (ritstj.), *Velferð barna: Gildismat og ábyrgð samfélags* (bls. 133–143). Reykjavík: Háskólaútgáfan.

## Vilborg Oddsdóttir félagsráðgjafi fékk fálkaorðuna



Vilborg Oddsdóttir á Bessastöðum.

Á nýársdag veitti forseti Íslands fálkaorðuna, eins og venja er. Veittir voru 12 riddarakrossar og fékk Vilborg Oddsdóttir félagsráðgjafi riddarakross fyrir framlag sitt til samhjálpur og baráttu gegn fátækt í samfélaginu. Vilborg starfar hjá Hjálparstarfi kirkjunnar og stýrir þar innanlandsstarfi stofnunarinnar. Hún starfar með það að leiðarljósi að aðstoð við einstaklinga og fjölskyldur sé hjálp til sjálfshjálpur. Vilborg hefur í gegnum árin unnið ötullega að málefnum þeirra sem búa við fátækt á Íslandi og vakið athygli almennings og ráðamanna á þessum málaflokki. Ekki síst hefur hún unnið náið með fjölda einstaklinga og fjölskyldna sem til Hjálparstarfs kirkjunnar hafa leitað. Félagssráðgjafafélag Íslands óskar Vilborgu til hamingju með þann heiður sem starfi hennar hefur verið sýndur með veitingu fálkaorðunnar og óskar henni áframhaldandi velfarnaðar í starfi sínu.

Skrifstofa Félagssráðgjafafélags Íslands er opin þriðjudaga til föstudaga frá klukkan 9.30–15.00. Netfangið er felagsradgjof@felagsradgjof.is