



Ákall til stjórnámálamanna!

Fyrsti 1001 dagurinn í lífi barna, frá getnaði til 2ja ára, leggur grunninn að lífsgæðum og geðheilsu ævina á enda. Á þessu tímabili þroskast tilfinningalíf 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 stöðuleika, 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 4000 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 geðheilbrigðisstefnu íslenskra stjórnvalda hafa aðgerðir sem styðja foreldra í



uppeldis og umönnunarhlutverki víðtæk 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.

Stjórnámálamenn af öllu pólitíska litrófinu í Bretlandi hafa látið til sín taka á þessu sviði með stefnuýfirlýsingu 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

- 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.
- Gottman, J. og Gottman, J.S. (2007). *And Baby Makes Three. The 6-step plan for preserving intimacy and rekindling romance after baby arrives*. New York: Three Rivers Press.
- 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.wavetrust.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.

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 foreldra samstarf og kynslóðatengsl*. Reykjavík: Háskólaútgáfan.

Sigrún Júlíusdóttir (2015). Frumtengsl og framtíðarheill barna. Í prentun.

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 engin 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 áranna á börn og fullorðna. Í Salvör Nordal, Sigrún Júlíusdóttir og Vilhjálmur Árnason (Ritstj.), *Velferð barna: Gildismat og ábyrgð samfélags* (bls. 133-143). Reykjavík: Háskólaútgáfan.

Þingsályktun nr. 8/143 um geðheilbrigðisstefnu og
aðgerðaráætlun 2016 til 2020. Aðgengileg á slóðinni:
<http://www.velferdarraduneyti.is/frettir-vel/nr/35224>

Þingsályktun nr. 2/134 um aðgerðaáætlun til fjögurra ára til
að styrkja stöðu barna og ungmenna. Aðgengileg á
slóðinni: <http://www.althingi.is/altext/134/s/0039.html>

Fulltrúar í vinnuhópi 1001

Anna María Jónsdóttir, geðlæknir, FMB (Foreldrar-meðganga-barn) teymi göngudeildar geðdeildar LSH og Miðstöð foreldra og barna

Ástþóra Kristinsdóttir, ljósmóðir Msc og hjúkrunarfræðingur hjá heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins

Brynja Rut Vilhjálmsdóttir Félagsráðgjafi á bráðageðdeild LSH

Elísabet Sigfúsdóttir, félagsráðgjafi, fjölskyldumeðferðarfræðingur hjá FMB (Foreldrar-meðganga-barn) teymi göngudeildar geðdeildar LSH

Gunnlaug Thorlacuis, félagsráðgjafi, fjölskyldumeðferðarfræðingur hjá FMB (Foreldrar-meðganga-barn) teymi göngudeildar geðdeildar LSH og formaður Geðverndarfélag Íslands

Hulda Guðmundsdóttir, félagsráðgjafi, meðferðarfræðingur hjá Þerapeia

Kjartan Valgarðsson framkvæmdarstjóri Geðverndarfélag Íslands

Ólafur Grétar Gunnarsson, fjölskyldu og hjónaráðgjafi og Gottmanleiðbeinandi

Íris Dögg Lárusdóttir Félagsráðgjafi í Doktornámi í félagsráðgjöf við Háskóla Íslands

Salbjörg Bjarnadóttir, geðhjúkrunarfræðingur, verkefnastjóri eftirlits og gæða hjá Embætti landlæknis

Sigrún Júlíusdóttir, prófessor við Félagsráðgjafardeild Háskóla Íslands og form. stjórnar Rannsóknastofnunar í barna- og fjölskylduvern (RBF) HÍ

Stefanía Arnardóttir, sérfræðingur í hjúkrun, Miðstöð foreldra og barna

Steinunn Bergmann, félagsráðgjafi, sérfræðingur hjá Barnaverndarstofu

Sigríður Ása nemi í Félagsráðgjöf við Háskóla Íslands
Þóra Jónsdóttir Lögfræðingur hjá Barnaheillum