

Viðurkenning Lífsbrúar 2026 – einstaklingur

Högni Óskarsson hlýtur viðurkenningu Lífsbrúar árið 2026 fyrir mikilsvert og áratugalangt framlag sitt til sjálfsvígsvorvarna á Íslandi.

Högni útskrifaðist frá læknadeild Háskóla Íslands árið 1972 og fór að því loknu í sérnám í geðlækningum til Bandaríkjanna. Eftir heimkomuna starfaði hann á geðdeild Landspítala en stofnaði síðar, ásamt geðlæknum og sálfræðingum, stofuna Þerapeiu sem varð hans aðalvinnustaður. Þar var lögð áhersla á samtalsmeðferð og fræðslu en Högni sinnti jafnframt ráðgjöf og handleiðslu fyrir fagfólk, meðal annars á sviði félags- og barnaverndar og í líknarmeðferð. Síðar bætti Högni við sig námi í markþjálfun.

Árið 2001, eftir að tíðni sjálfsvígá hafði náð sögulegu hámarki, hafði þáverandi landlæknir samband við Högna og fól honum að leiða sjálfsvígsvorvarnarverkefnið Þjóð gegn þunglyndi, sem stóð yfir í nokkur ár.

Á þessum tíma var til lítið af íslensku fræðsluefni um þunglyndi og sjálfsvígsvorvarnir. Högni beitti sér því fyrir alþjóðlegu samstarfi og varð Ísland meðstofnandi European Alliance Against Depression. Með þátttökunni fékkst aðgangur að fræðsluefni sem aðlagð var að þörfum fagfólks í heilbrigðisþjónustu, skólum, félagsþjónustu og víðar. Undir merkjum Þjóðar gegn þunglyndi fór Högni ásamt öðrum sérfræðingum um allt land og hélt fræðslu fyrir fagfólk.

Högni átti jafnframt þátt í að styrkja tengsl Íslands við sjálfsvígsvorvarnastarf á Norðurlöndunum og víðar í Evrópu, tengsl sem hann hefur viðhaldið allt til dagsins í dag. Hann hefur tekið þátt í rannsóknum á sjálfsvígum, skrifað fjölda greina og flutt fyrirlestra hér á landi og erlendis. Hann tók þátt í að stofna deild um sjálfsvígsvorvarnir innan Alþjóðasamtaka geðlækna og hefur í gegnum árin lagt mikið af mörkum til að efla þekkingu og faglegt starf á sviði sjálfsvígsvorvarna.

Þegar Högni hætti stofurekstri árið 2022 bauð hann fram krafta sína við að fylgja eftir aðgerðaáætlun stjórnvalda til að fækka sjálfsvígum. Hann hafði skýra sýn á að á Íslandi þyrfti að vera sérstakur vettvangur sjálfsvígsvorvarna með skýrt hlutverk og tryggt, fast fjármagn.

Högni var einn ötulasti baráttumaðurinn fyrir stofnun Lífsbrúar – miðstöðvar sjálfsvígsvorvarna hjá embætti landlæknis og Lífsbrúarsjóðs. Hann kom að uppbyggingu Lífsbrúar frá upphafi, allt frá gerð stofnskrár, vali á nafni og kennimerki og stefnumótun og fjáröflun. Hann hefur setið í stjórn Lífsbrúar frá stofnun hennar.

Í dag hefur Högni umsjón með gagnasöfnun í umfangsmikilli rannsókn á áhættuþáttum sjálfsvígá á Íslandi, sem unnin er í samstarfi háskólanna þriggja, embættis landlæknis og Landspítala. Hann er jafnframt ábyrgðarmaður rannsóknarinnar gagnvart Vísindasiðanefnd.

Frá því Högni hætti stofurekstri hefur hann verið óformlegur ráðgjafi embættis landlæknis á sviði sjálfsvígsvorvarna, án þess að þiggja greiðslu fyrir það starf. Á þeim tíma hafa Högni og



verkefnastjórar sjálfsvígsforvarna hjá embættis landlæknis átt yfir fimmtíu fundi saman og unnið saman að fjölbreyttum verkefnum. Högni hefur lagt sitt af mörkum við gerð greina, skýrslna, umsókna, bréfa, og kynningarefnis og tekið þátt í fjölmörgum fundum og verkefnum. Með þekkingu sinni, reynslu og tíma hefur Högni gefið af sér af miklu örlæti, ávallt með það að leiðarljósi að sjálfsvígsforvarnir á Íslandi verði sterkari.

Viðurkenning Lífsbrúar 2026 er veitt Högna fyrir áratuga framlag hans, þrautseigju, framsýni og óeigingjarnt starf í þágu sjálfsvígsforvarna á Íslandi.