

Viðurkenning Lífsbrúar 2024 – einstaklingur

Fyrstu viðurkenningu Lífsbrúar í flokki einstaklinga hlýtur sálfræðingurinn og rithöfundurinn Wilhelm Norðfjörð sem sinnt hefur sjálfsvígsforvörnum á öllum stigum í áratugi.

Wilhelm útskrifaðist árið 1980 frá Árósháskóla. Sem ungur sálfræðingur tók hann við sálfræðipjónustu í Austurlandsumdæmi, var þá eini sálfræðingurinn í umdæminu og sinnti 32 skólum á svæðinu frá Bakkafirði til Suðursveitar.

Fyrir austan fékk Wilhelm í fangið bylgju sjálfsvíga en á 7 ára tímabili dóu 17 ungir menn í sjálfsvíg. Eftir fyrsta sjálfsvígð komst hann að því að þekking á viðbrögðum eftir sjálfsvíg var ekki til staðar á svæðinu. Hann þurfti því sjálfur að afla sér þekkingar á þessu sviði og hefur sinnt endurmenntun í sjálfsvígsfræðum alla tíð, sótt ráðstefnur og námskeið.

Árið 1991 hafði Wilhelm frumkvæði að því að gerð var eigindleg rannsókn, djúpvíðtöl við aðstandendur sem misst höfðu ástvin í sjálfsvígsbylgjunni á Austurlandi. Rannsóknin og úrvinnslan tók um 10 ár og þykir sýna vel samspil sjálfsvígs við smit og félagslega sefjun.

Á svipuðum tíma var hann skipaður í starfshóp á vegum íslenskra stjórnvalda sem kannaði tíðni og orsakir sjálfsvíga og kom hópurinn með tillögur árið 1996 að úrbótum sem miðuðu að því að fækka sjálfsvígum á Íslandi. Þessar tillögur lentu ofan í skúffu þá en nýttust við gerð aðgerðaráætlunar sem samþykkt var af stjórnvöldum árið 2018. Það má því segja að starfshópurinn hans hafi komið að gerð þeirrar aðgerðaráætlunar sem unnið var að til 2025.

Wilhelm vann að verkefninu Þjóð gegn þunglyndi, sem var á vegum embættis landlæknis og stóð yfir í nokkur ár frá 2002. Það fól í sér fræðslu til allra fagaðila um þunglyndi og að undirbyggja varnir gegn sjálfsvígum og leiðir til að draga úr þunglyndi.

Í áratugi hefur Wilhelm veitt sálfræðipjónustu á stofu og í skólaumhverfinu. Hann hefur staðið fyrir námskeiðum og fyrirlestrum um sjálfsvígsfræði um land allt, bæði einn og í samvinnu við aðra. Hann var skráður fulltrúi Íslands í alþjóðasamtökunum IASP en samtökin standa á bakvið alþjóðlegan forvarnardag sjálfsvíga. Þá var Wilhelm í íslenska undirbúningshópnum fyrir 10. september, Alþjóðadag sjálfsvígsforvarna á Íslandi í fjölda ára.

Wilhelm skrifaði bókina Þjóð gegn sjálfsvígum sem gefin var út árið 2022. Hluti af sölu bókarinnar rennur til Píeta samtakanna svo hann er í hópi velunnara þeirra eins og fleiri landsmenn. Það tók hann um 10 ár að skrifa bókina, meðfram öðrum störfum sínum. Bókin er gríðarlega góð heimild um sjálfsvígsfræði, sett fram á mannamáli bæði fyrir aðstandendur, leikmenn og fagfólk.

Í dag er Wilhelm í fagráði embættis landlæknis um sjálfsvígsforvarnir. Hann er einnig í starfshópi á vegum Lífsbrúar sem vinnur að gerð fræðsluefnis fyrir presta, djákna og sálgæta en Wilhelm gerði sér grein fyrir því strax árið 1984 þegar hann sá heilt þorp í sorg hversu mikilvægt er að aðstandendur þeirra sem svipt hafa sig lífi fái viðeigandi stuðning og eftirfylgd.

Wilhelm hefur í tugi ára verið talsmaður þess að stofnuð verði Miðstöð sjálfsvígsforvarna á Íslandi, það er vettvangur þar sem haldið er utan um rannsóknir á sjálfsvígum og sjálfsvígsforvarnir á öllum stigum, þ.e forvarnir, íhlutun og stuðning eftir sjálfsvíg. Nú er það orðið að veruleika en Lífsbrú – miðstöð sjálfsvígsforvarna var stofnuð formlega snemma árs 2024.

Það er því við hæfi að Wilhelm Norðfjörð sálfræðingur, rithöfundur og okkar helsti sérfræðingur í sjálfsvígsfræðum hljóti fyrstur einstaklinga viðurkenningu Lífsbrúar fyrir mikilsvert framlag til sjálfsvígsforvarna á Íslandi, fyrir að auka þekkingu á málefninu og fyrir að stuðla að bættri heilsu og líðan landsmanna.