

Títt rúm – Familjufløkkur – bókaútgáva – 14.12.2023

Takk fyri, at eg eri boðin til hesa bókaútgávuna, og at eg fáí høvi at siga nøkur orð.

Fyrst fari eg at ynskja tykkum hjartaliga til lukku við útgávuni. Eg havi fingið møguleika at síggja og lesa bókina áðrenn í dag, stóra tøkk fyri tað.

Hetta er eitt kensluborið øki, har lívið hjá nøkrum børnum er fyllt við avbjóðingum, sum børn ikki eiga at hava.

Einastaðni í bókini festi eg meg við hetta, hvussu týdningarmikið tað er, at vit hava møguleika at fáa hjálp, tá okkum tørvar hana.

“Tí, hvat nú um mamma Katrine hevði fingið hjálp fyrr – áðrenn trupulleikin hevði fingið tíð at veksa seg stóran? Hvat nú um Katrine og systkin hennara høvdu fingið hjálp fyrr? Hvussu hevði teirra lív so verið í dag? Hetta eru torførir, men neyðugir spurningar at seta”.

Heitið á bókini, Familjufløkjur, fekk meg onkusvegna at hugsa aftur á, tá eg sum hálvvaksin genta skuldi royna at tjena mær nakrar pengar við at egna, og eg stóð í kalda egningskúrinum og hevði funnið mær ein fløkjustamp, sum sá ómøguligur út. Kanska var hann tað, men um eg tá megnaði at biðja um hjálp, so var onkur meira kønur og vinarligur, sum kundi hjálpa mær at greiða fløkjuna. Tað ómøguliga gjørdist møguligt, um hjálpin var har.

Bókin lýsir sjey evni, sum børn kunnu koma at stríðast við, og sum kunnu merkja teirra lívsleið, um foreldrini av onkrum ávum ikki megna at átaka sær ábyrgdina sum foreldur. Í bókini verður eisini víst á, hvussu ein kann læra seg at siga frá og seta mørk.

Bókin er løtt at lesa, men tung at sodna, tá vit vita, at hon fortelur okkum dømir úr gerandisdegunum hjá børnum sum stríðast millum okkum, uttan at vit varnast tað.

Tað er av stórum týdningi, at tað framhaldandi verður varpað ljós á hesi viðurskiftir.

Vit vita um, at avvarðandi hjá teimum, sum eru bundin av rúsevnum, eru í nógv størri vanda fyri at líða av ringari heilsu.

Áhaldandi sálarliga trýstið og strongdin ávirkar heilsuna hjá teimum.

Vit vita, at ung, ið koma úr hesum familjum, eru í størri vanda fyri at fáa tunglyndi, angist, hava lægri sjálvvirði og ganga oftari við tankum, um ikki at orka lívið.

Sálarligu avbjóðingarnar eru ikki bara meðan tey eru børn, men fylgja við seinni í lívinum. Tey hava truplari við at klára vanliga gerandisdagin, útbúgving, arbeiði, ilt við at fáa parlagið at rigga. Í síðsta enda kanska truplari við sjálvi at vera foreldur.

Tann góða søgan er tó, at vit vita, at tað hjálpir at fáa hjálp. At lata upp og tosa um avbjóðandi støðuna. Tess fyrr, tess betur.

Tað hjálpir at tosa við onnur um tínar tankar og alt tað, tú bert ótta fyri. Tá kennir tú teg minni einsamalla. Og saman við øðrum eru vit sterkari.

Tí er so umráðandi at onkur vil geva rúm fyri at veita hjálpina sum tørvar – at kunna uppliva at Títt rúm gerst mítt rúm.

Takk fyri, at tit skapa tað.

Og nú tað stundar til jóla, fari eg eisini at nýta høvi at ynskja tykkum øllum eini gleðilig jól, og takka fyri samstarvið í brátt farna árið, og ynski um framhaldandi gott samstarv í komandi ári.

Margit Stóra

landsstýriskvinna í heilsumálum.