



# Að vera ungur innflytjandi á atvinnumarkaði

Afleiðingar búferlaflutnings, fordómar og líðan

Inga Bergdís Gunnarsdóttir  
Rakel Ösp Óskarsdóttir

Ritgerð til BS prófs (10 einingar)



HÁSKÓLI ÍSLANDS  
HEILBRIGÐISVÍSINDASVIÐ

HJÚKRUNARFRÆÐIDEILD

**Að vera ungur innflytjandi á atvinnumarkaði**  
***Afleiðingar búferlaflutnings, fordómar og líðan***

Inga Bergdís Gunnarsdóttir  
Rakel Ösp Óskarsdóttir

Ritgerð til BS prófs í hjúkrunarfræði  
Leiðbeinandi: Hildur Sigurðardóttir

Hjúkrunarfræðideild  
Heilbrigðisvísindasvið Háskóla Íslands  
Júní 2020

**Being young immigrant on labour market**  
***The consequences of migration, prejudice and mental health***

Inga Bergdís Gunnarsdóttir  
Rakel Ösp Óskarsdóttir

Thesis for the degree of Bachelor of Science  
Supervisor: Hildur Sigurðardóttir

Faculty of Nursing  
School of Health Sciences

June 2020

Ritgerð þessi er til BS prófs í hjúkrunarfræði og er óheimilt að afrita ritgerðina á nokkurn hátt nema með leyfi réttihafa.

© Inga Bergdís Gunnarsdóttir og Rakel Ösp Óskarsdóttir

Prentun: Svansprent ehf.

Reykjavík, Ísland 2020

## Ágrip

Heimildasamantekt þessi er lokaverkefni höfunda til BS prófs í hjúkrunarfræði. Skoðað var hver reynsla innflytjenda er á atvinnumarkaði með áherslu á fordóma og andlega líðan. Einblínt var á innflytjendur á aldrinum 18-40 ára. Innflytjendum á Íslandi hefur fjölgað mikið síðastliðin ár og samhlíða því hefur fjölbreytileiki mismunandi menningarheima aukist innan atvinnumarkaðsins hér á landi.

Einstaklingar sem flytja í nýtt samfélag þurfa oft á tíðum gott stuðningsnet svo þeir geti aðlagast samfélaginu á sem heilbrigðasta hátt. Tilgangur samantektarinnar var að greina frá andlegri líðan ungra innflytjenda á atvinnumarkaði, varpa ljósi á upplifaða fordóma og athuga hvernig má bæta stöðuna innan heilbrigðiskerfisins. Einnig var skoðuð almenn líðan þeirra innflytjenda á atvinnumarkaði og hvaða áhrif búferlaflutningar hafa á þessa einstaklinga. Rýnt var í hlutverk hjúkrunarfræðinga og hver nálgun þessa skjólstæðingahóps er innan heilbrigðiskerfisins.

Samantektin er fræðileg samantekt sem fólst í heimildaleit um fyrrnefnd viðfangsefni, heimilda var aflað meðal annars í gegnum gagnasöfnin PubMed, Leitir og Google Scholar ásamt fræðibókum, á tímabilinu janúar til apríl 2020. Niðurstöður rannsókna bentu til þess að andleg vanlíðan innflytjenda orsakast að hluta til af þáttum tengdum atvinnumarkaði, en oft á tíðum er þar að finna vettvang fordóma og mismununar. Eftir vinnslu þessarar ritgerðar var ljóst að þörf er á frekari rannsóknum á þessu efni hér á landi.

Það er því von höfunda að með samantekt þessari sé hægt að vekja athygli á mikilvægi þess að uppræta fordóma í samfélaginu og vekja athygli á líðan ungra innflytjenda á atvinnumarkaði.

**Lykillhugtök:** Innflytjendur, hjúkrunarfræði, andleg líðan, geðheilsa, fordómar, atvinnumarkaður.

## **Abstract**

The authors of this essay are completing a four-year BS undergraduate program from the Faculty of Nursing at the University of Iceland. The aim was to investigate how immigrants, aged 18-40, experience the Icelandic labor market, with mental health and prejudice being the main concern. Diversity and multiculturalism have emerged along with increased numbers of immigrants entering the Icelandic labor market during the last decades.

Individuals moving into a new society are often in need for social support, in order to intergrade successfully. This essay addresses mental health of young immigrants and sheds light on prejudice, aiming for a possible improvement within the Icelandic health-care system in wide context. General well-being of immigrants on the labor market was addressed additionally, mainly focusing on migration's effect on individuals' welfare. Nurses' role was particularly reviewed in this case, and how this fragile group of health-care clients should be approached.

This essay was compiled with peer-reviewed articles addressing the matter outlined above. PubMed, Leir.is and Google Scholar were used in search for authentic references, along with academic writings in books. The work was implemented in January 2020 and was completed in April. The main findings suggest that the overall well-being of young immigrants in Iceland is marked by their experience on the labor market, where prejudice and discrimination often persist. Ongoing inspection on the matter is greatly encouraged by the authors of this essay, as it profoundly deserves further thorough inquiry.

It is therefore the authors' hope that this paper will acknowledge the well-being of young immigrants in our society. Eradication of discrimination and prejudice plays a key role towards improvements to that end.

**Keywords:** Immigrants, Young Immigrants, Nursing, Mental Health, Wellbeing, Prejudice, Labor Market.

## **Þakkir**

Við viljum byrja á því að þakka leiðbeinanda okkar Hildi Sigurðardóttur, ljósmóður og lektor við Háskóla Íslands, fyrir ánægjulegt samstarf, góða og hvetjandi leiðsögn og fagleg vinnubrögð. Einnig viljum við þakka Kristínu Þórarinsdóttur fyrir vandað starf við yfirlestur og Stefáni Elí Gunnarssyni fyrir aðstoð við þýðingu. Að auki viljum við þakka fjölskyldum okkar fyrir þolinmæði í okkar garð, stuðning og aðstoð síðustu fjögur árin og að lokum viljum við þakka hvor annarri fyrir gott samstarf.

## Efnisyfirlit

Ágrip .....	7
Abstract.....	8
Þakkir.....	9
Efnisyfirlit .....	10
Töfluskrá.....	11
Myndaskrá .....	11
1 Inngangur.....	12
1.1 Tilgangur samantekar .....	12
1.2 Mikilvægi hjúkrunar.....	12
1.3 Markmið .....	13
1.4 Rannsóknarspurning.....	13
2 Aðferðafræði rannsóknar .....	14
3 Helstu hugtök og skilgreiningar.....	17
3.1 Innflytjandi.....	17
3.2 Fordómar .....	17
3.3 Mismunur .....	18
3.4 Geðheilbrigði.....	18
3.5 Aðlögunarlíkanið .....	18
4 Niðurstöður.....	20
4.1 Innflytjendur .....	20
4.2 Áhrif þess að vera ungur innflytjandi í nýju landi .....	21
4.3 Reynsla innflytjenda af fordómum á Íslandi.....	22
4.4 Innflytjendur og geðheilbrigði.....	22
4.5 Heilbrigðisþjónusta og innflytjendur .....	24
5 Umræða .....	26
5.1 Hafa fordómar áhrif á líðan ungra innflytjenda á atvinnumarkaði? .....	26
5.2 Hvernig geta hjúkrunarfræðingar stutt við aðlögun ungra innflytjenda á atvinnumarkaði? .....	28
6 Ályktanir .....	30
Heimildaskrá .....	31
Myndaskrá .....	35



## Töfluskrá

Tafla 1 PRISMA flæðirit.....	15
Tafla 2 PICOTS – 1. Rannsóknarspurning.....	16
Tafla 3 PICOTS – 2. Rannsóknarspurning.....	16

## Myndaskrá

Mynd 1 Aðlögunarlíkan.....	19
----------------------------	----

# 1 Inngangur

Í þessari fræðilegu samantekt verður kannað hvernig andleg líðan ungra innflytjenda á atvinnumarkaði er og einnig hvernig fordómar geta haft áhrif á líðan einstaklinga sem búa í öðru landi en móðurlandi. Mögulegt samspil milli fordóma og andlegrar líðan ungra innflytjenda, sýnir hve brýnt það er að sporna gegn fordómum og auka vitundarvakningu í samfélaginu.

Innflytjendum fer ört fjölgandi víðs vegar um Evrópu og ekki síst hérlendis. Það er réttur einstaklinga að fá að aðlagast því samfélagi sem þeir flytja í, eftir bestu mögulegri getu. Það felst meðal annars í því að hafa möguleika á að njóta vellíðunar og hafa greiðan aðgang að þeirri heilbrigðisþjónustu sem samfélagið býður upp á.

Upplýsingum var safnað með heimildagreiningu og meðal annars fengnar frá Vinnumálastofnun og Hagstofu Íslands. Samkvæmt tölum frá Hagstofu Íslands (2019) voru fjöldi innflytjenda hérlendis þann 1. janúar 2019 um 50.272 eða 14,1% allra landsmanna. Það er fjölgun frá því árinu áður, en þá voru þeir um 12,6% landsmanna. Pólverjar eru fjölmennastir innflytjenda ef horft er yfir þjóðerni þeirra innflytjenda sem setjast hér að. Þann 1. janúar 2019 voru hér á landi 19.172 innflytjendur frá Póllandi, 5,7% frá Litháen og 3,9% frá Filippseyjum (Hagstofa Íslands, 2019). Einstaklingar af öðru þjóðerni eru svo í talsvert lægra hlutfalli (Vinnumálastofnun, 2018). Pólverjar hafa verið milli 40 og 45% útlendinga á vinnumarkaði hérlendis síðustu ár (Dröfn Haraldsdóttir, Gerður Gestsdóttir, Hrafnhildur Tómasdóttir og Karl Sigurðsson, 2011).

Þessi fjölgun erlendra ríkisborgara er bein afleiðing þeirrar miklu þenslu sem hér hefur verið í efnahagslífinu og þar á meðal á vinnumarkaði. Mikil eftirspurn hefur því verið eftir vinnuafli og hefur hún verið langt umfram þá fjölgun sem undir venjulegum kringumstæðum er á íslenskum vinnumarkaði (Vinnumálastofnun, 2018). Fram kemur að þessi fjölgun innflytjenda hefur verið meiri meðal karla en kvenna síðustu þrjú ár, ástæðan er trúlega sú að karlar eru hreyfanlegri vinnuafli og ef um fjölskyldufólk er að ræða eru það gjarnan karlarnir sem flytjast á undan og fjölskyldan kemur þá í kjölfarið ef tekin er ákvörðun um að setjast að til lengri tíma (Vinnumálastofnun, 2018).

## 1.1 Tilgangur samantekar

Tilgangur samantektarinnar er að safna saman upplýsingum um líðan innflytjenda á atvinnumarkaði ásamt mögulegum fordómum og mismunun sem þeir verða gjarnan fyrir. Tilgangur er einnig að greina hvernig bæta má aðgengi þeirra að heilbrigðiskerfinu og hvað hjúkrunarfræðingar geta gert betur.

## 1.2 Mikilvægi hjúkrunar

Innflytjendur verða ósjaldan fyrir fordómum í þeim samfélögum sem þeir setjast að í og hefja nýtt líf. Þessir fordómar koma oft í ljós á atvinnumarkaði og geta haft gríðarleg áhrif á líðan þeirra og litað öll samskipti þeirra við samfélagið. Viðfangsefni hjúkrunar eru margþætt og mikilvæg í flestum samfélögum og í siðareglum Fíh (2015) segir að hlutverk hjúkrunarfræðinga sé að mæta þörfum skjólstæðinga sinna óháð uppruna þeirra og sýna þeim fulla virðingu.

### 1.3 Markmið

Markmið þessarar fræðilegu samantektar er að kanna almennt líðan ungra innflytjenda á atvinnu-  
markaði og hvort fordómar hafi mögulega áhrif á líðan þeirra. Markmið er einnig að vekja athygli á for-  
dómum sem þessi þjóðfélagshópur verður fyrir og hvaða áhrif nýja landið hefur á þeirra líðan og  
hvernig þeim tekst að aðlagast nýjum atvinnumarkaði.

### 1.4 Rannsóknarspurning

Með þessari fræðilegu heimildasamantekt vildu höfundar skoða upplifun innflytjenda á atvinnumarkaði  
þar sem takast þarf á við við nýtt tungumál og fjölda nýrra áskorana í nýjum menningarheimi. Höfðum  
við því eftirfarandi rannsóknarspurningar að leiðarljósi við vinnslu þessa verkefnis: *Hafa fordómar áhrif  
á líðan ungra innflytjenda á atvinnumarkaði? Og hvernig geta hjúkrunarfræðingar stutt við aðlögun  
ungra innflytjenda á atvinnumarkaði?*

## 2 Aðferðafræði rannsóknar

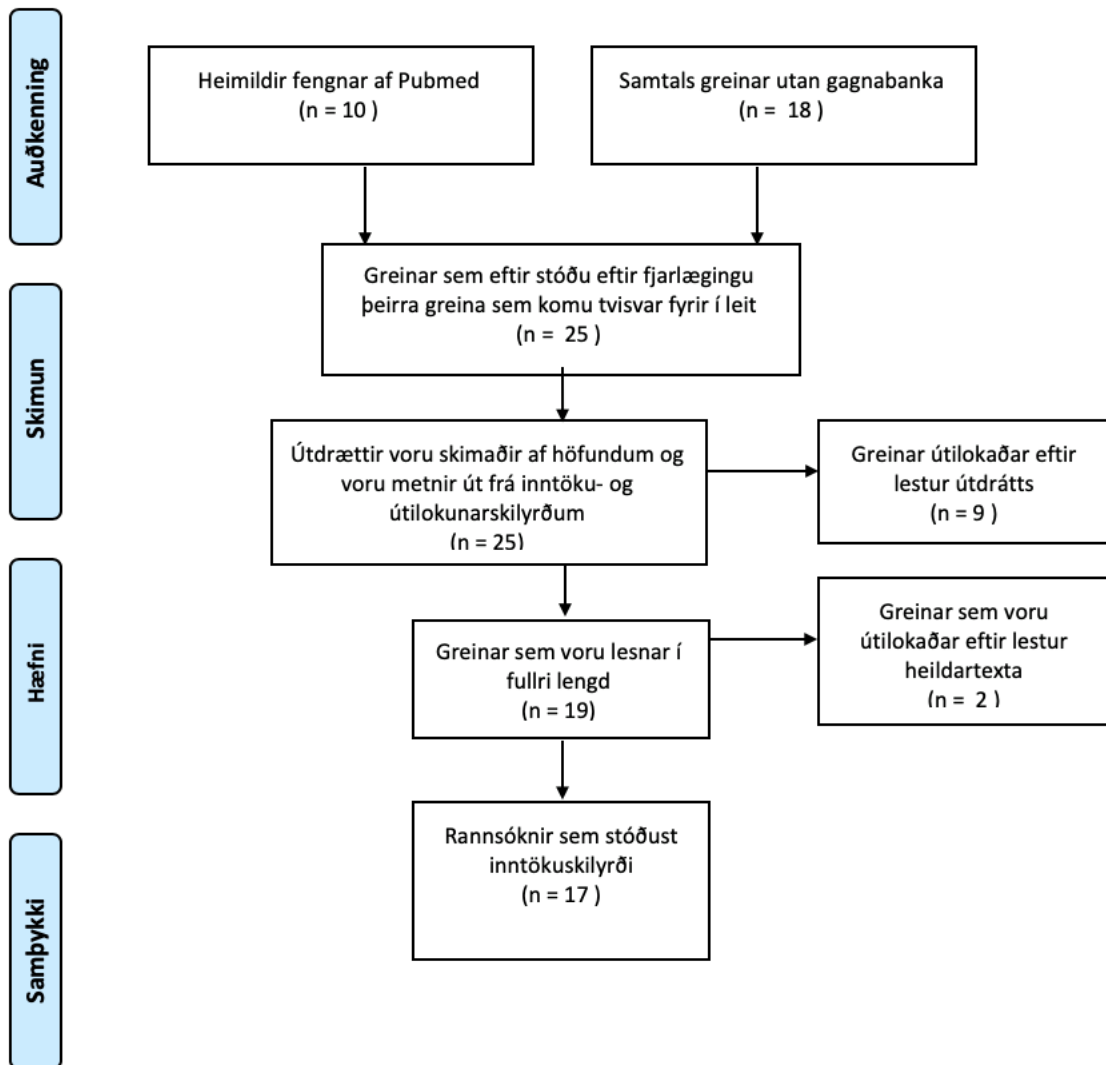
Verkefnið var fræðileg samantekt sem fólst í leit að heimildum tengdum þeim leitarorðum sem við notuðumst við. Helstu leitarorð okkar voru innflytjandi (e. *immigration*), geðheilsa (e. *mental health*), atvinnumarkaður (e. *labor market*), hjúkrun (e. *nursing*) og fordómar (e. *prejudice*). Að mestu leyti var notast við gagnasöfnin Pubmed, Leitir og Google Scholar en einnig fræðibækur. Einnig var notast við heimildir úr heimildaskrá annarra rannsókna sem við notuðumst við í ferlinu.

Reynt var að miða heimildir við Ísland og nágrennalönd til að fá sem skýrasta mynd af ástandinu hér á landi með tilliti til menningar. Markmið þessarar fræðilegu samantektar er að fá sem skýrasta mynd af stöðu innflytjenda á Íslandi og því var ekki alltaf notast við ritrýndar heimildir, þar sem rannsóknir hér á landi eru af skörum skammti. Því reyndum við að notast við þær rannsóknir og greinar sem til eru héraðs og vekjum við athygli á því að ekki voru þær allar ritrýndar og gæti það talist veikleiki þessarar fræðilegu samantektar.

Viðmið við heimildaleitina var að hafa heimildirnar helst ekki eldri en 10 ára, en einstaka heimildir voru eldri og þær elstu frá árunum 1958 og 2006. Greinarnar voru allar á íslensku og ensku og miðað var við að flestar þeirra væru um unga innflytjendur á aldrinum 18-40 ára.

Þar sem skortur er á efni hér á landi er brýnt að halda áfram rannsóknum á þessu sviði til að fá skýrari mynd á upplifun innflytjenda af atvinnumarkaði og hvort/hvernig þeir upplifa fordóma.

Tafla 1 PRISMA flæðirit



**Tafla 2 PICOTS – 1. Rannsóknarspurning**

	Leitarorð: innflytjendur, líðan, fordómar, mismunun og atvinnumarkaður.
P – skjólstæðingar	Innflytjendur
I – viðfagnsefni	Fordómar og líðan
C – samanburður	Miðað við innfædda einstaklinga
O – útkoma	Áskoranir tengdar búferlaflutningi
T – tími	
S – rannsóknir	

**Tafla 3 PICOTS – 2. Rannsóknarspurning**

	Leitarorð: Hjúkrun, innflytjendur, heilbrigðiskerfi, fordómar og líðan.
P – skjólstæðingar	Innflytjendur og hjúkrunarfræðingar
I – viðfagnsefni	Fordómar og líðan
C – samanburður	Miðað við heilbrigðisþjónustu innfædda
O – útkoma	Mikilvægi viðeigandi heilbrigðisþjónustu
T – tími	
S – rannsóknir	

### 3 Helstu hugtök og skilgreiningar

Til þess að geta áttað sig betur á innihaldi ritgerðarinnar er mikilvægt að skilgreina lykilhugtök sem koma fram. Þau hugtök sem við reynum að skilgreina eru, innflytjandi, fordómar, mismunun og geðheilbrigði.

#### 3.1 Innflytjandi

Innflytjandi er einstaklingur sem er fæddur erlendis og á erlenda foreldra sem fæðast erlendis ásamt ömmum og öfum. Innflytjendur af annarri kynslóð eru fæddir á Íslandi og eiga foreldra sem eru báðir innflytjendur. Þeir sem taldir eru hafa erlendan bakgrunn eru þeir einstaklingar þar sem annað foreldri er erlent eða þegar einstaklingur fæðist erlendis en báðir foreldrar eru fæddir hérlendis (Hagstofa Íslands, 2019).

#### 3.2 Fordómar

Fordómar eru oft á tíðum fyrirfram mótaðar hugmyndir um einstaklinga eða hópa sem byggjast ekki á gagnrýnni hugsun heldur litast af fyrirlitningu og neikvæðum viðhorfum. Innflytjendur tilheyra gjarnan minnihlutahópum og oft á tíðum mæta þeir fordómum vegna uppruna síns og mæta oft neikvæðum, fyrirframmótuðum hugmyndum til dæmis um föðurland viðkomandi innflytjanda. Sú kenning að fordómar komi aðeins frá hópstöðu kemur frá Herbert Blumer árið 1958. Hann lagði áherslu á að fordómar beindust í raun að hópum, frekar en einstaklingum. Þótt sú neikvæða tilfinning sem fordómar eru beinist ósjaldan að einum einstaklingi, þá snúa þeir upphaflega að þeim hópi sem einstaklingurinn er talinn tilheyra (Blumer, 1958).

Fordómar eru oft taldir hugarástand, tilfinning eða hegðun sem felur í sér mismunun á einstaklingum eða þeim hópum sem þeir tilheyra (Brown, 2010). Þeir beinast ósjaldan að ákveðnum hópum eða flokkum eins og til dæmis kynþáttum, þjóðernum, trúabrögðum og tungumálum. Dæmi um fordóma eru menningarbundnir fordómar (e. *modern-symbolic prejudice*) en þeir byggja á skynjun einstaklinga á menningarlegu siðferði og gildum. Vanþóknun á einstaklingi eða hópi er því meira út frá menningarlegum þáttum frekar en líffræðilegum. (Awad og Rackley, 2017).

Í raun má segja að fordómar séu gölluð og ósveigjanleg alhæfing oftast mjög neikvæð. Einnig geta þeir komið fram ýmist beint eða óbeint. Með beinum eða skýrum fordómum (e. *explicit prejudice*) er átt við viðhorf sem er meðvitað og vísitandi haldið að einstaklingi, sem á auðvelt með að sýna eigin viðhorf og mismunun er þá beitt markvisst. Það mætti í raun segja að sá sem er haldin fordómum sé stuðningsmaður þeirra meðvitað. Óbeinir fordómar (e. *implicit prejudice*) eru hins vegar þegar einstaklingur öðlast fordómafull viðhorf með stöðugri útsetningu snemma í félagsmótun. Oft á tíðum eru einstaklingarnir sjálfir ekki meðvitaðir um eigin fordóma og telja sig oft á tíðum vera fordómalaus einstaklinga (Awad og Rackley, 2017).

### 3.3 Mismunun

Munurinn á mismunun og fordómum er að með mismunin er í raun framkvæmdin sem byggð er á fordómum. Fordómarnir hafa þannig áhrif á gerðir eða hegðun sem kemur fram í mismuninni. Á Íslandi kemur mismununin oft fram í framkomu en einnig eru dæmi um mismunun í lögum og reglum og felst hún í að komið er verr fram við einstaklinga eða hópa sökum uppruna (Guðrún Pétursdóttir, 2013).

### 3.4 Geðheilbrigði

Hugtakið geðheilsa felst í því þegar vellíðan tengist hamingju, ánægju, árangri, bjartsýni eða von. Samt sem áður getur verið erfitt að skilgreina geðheilbrigði út frá hverjum og einum einstaklingi þar sem merking hennar breytist þegar hún tengist ákveðinni persónu eða lífsaðstæðum (Stuart, 2013). Röskun á geðheilbrigði byrjar oftast í kringum snemmfullorðinsaldurinn og því mikilvægt að einstaklingar hlúi ávalt vel að öllu heilbrigði. Samkvæmt Alþjóðaheilbrigðismálastofnun er heilbrigði ástand fullkominnar líkamlegrar, andlegrar og félagslegrar vellíðunar og er geðheilsa órjúfanlegur hluti af heilsu og vellíðan (WHO, 2013). Viðmið um gott geðheilbrigði er meðal annars; (1) jákvætt viðhorf til sjálfins, (2) vöxtur, sálsvirkjun og seigla, (3) sameining (e. *intergration*), (4) sjálfstjórn, (5) veruleikaskyn og (6) umhverfisstjórnun. Heilbrigður einstaklingur telst hafa góða sjálfsmynd, er hraustur, finnst hann tilheyra, finnur til öryggis og er einhvers virði (Stuart, 2013).

### 3.5 Aðlögunarlíkanið

Aðlögunarlíkanið, sjá mynd 1, er líkan sem þróað var af Afaf Ibrahim Meleis, prófessor í hjúkrunarfræði. Þróun líkansins hófst um miðjan sjöunda áratug þegar Meleis vann að doktorsgráðu sinni í Hjúkrunarfræði (Alligood og Tomey, 2006).

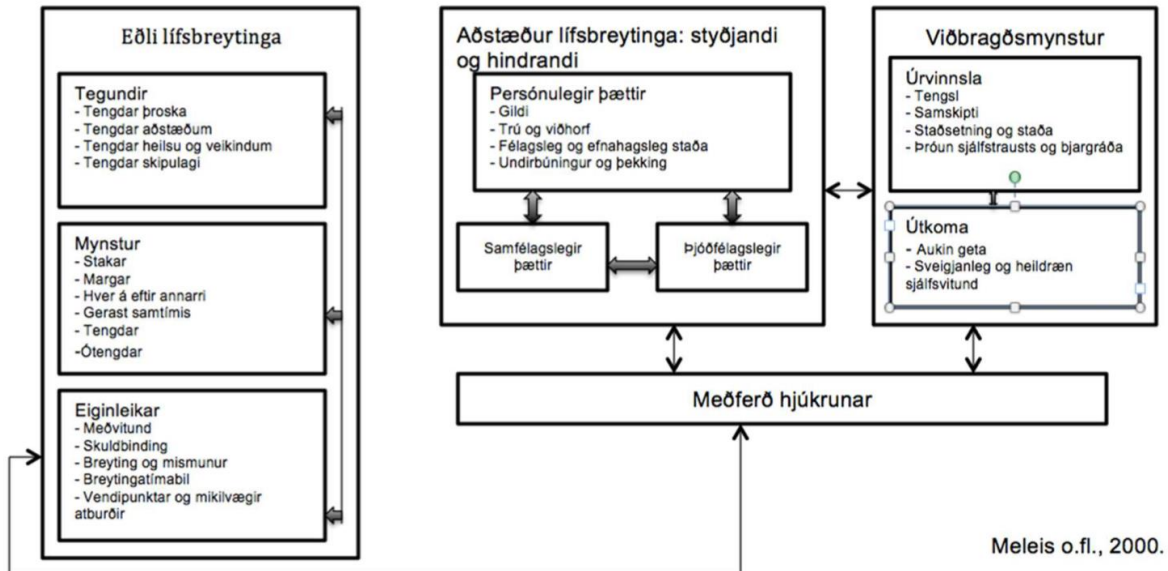
Líkanið fjallar um það ferli breytinga og hvernig einstaklingar takast á við breytingar hverju sinni. Ferli breytinga felur í sér skilning á eðli viðbragða við breytingum. Í líkaninu eru lagðar fram breytur, sem eru ummerki um aðlögunarhæfni, til að auðvelda og styðja við upplifunina sem breytingin felst í og hvernig brugðist er við henni á mismunandi stigum. Líkanið snýst um að viðhalda heilsu á meðan á upplifun stendur, hvar sem eiginlegur endapunktur er. Aðlögunarlíkanið veitir ramma til að lýsa reynslu einstaklinga sem eru að glíma við, upplifa eða takast á við atburði, aðstæður eða þroskastig sem krefjast nýrrar færni, viðhorfa, markmiða, hegðunar eða aðgerða. Allt þetta gæti með einum eða öðrum hætti tengst því breytingarferli að vera innflytjandi í nýju landi. Þessi breyting er skilgreind þegar einstaklingar þroskast frá einu ástandi til annars (Smith og Parker, 2015).

Á lífsleiðinni fara einstaklingar í gegn um allskyns breytingar, svo sem fæðingu, unglingsár, tíðarhvörf kvenna, öldrunarferlið og lífslok. Breytingarnar fela í sér oft á tíðum þróun á heilsufari, veikindum og almennri líðan. Rannsóknir Meleis beindust að hnattrænni heilsu (e. *Global health*) og alþjóðlegu heilsufari, ásamt því að leggja áherslu á heilsu kvenna og innflytjenda. Það tekst enginn á við breytingar á sama hátt. Aðlögunarlíkanið sýnir leiðir til að aðstoða einstaklinga að takast á við breytingar, og það sem ýmist auðveldar eða hindrar framfarir, á sem heilbrigðasta hátt. Breytingar sýna oft á tíðum viðbragðsmynstur sem felast í ákveðnum aðlögunarskilyrðum, eins og hindrunum eða innbyggðum hvötum einstaklinga að takast á við breytingarnar. Allar breytingar fela í sér persónulega,



þjóðfélagslega eða samfélagslega þætti, sem geta ýmist auðveldað eða hindrað heilbriggt breytingarferli (Alligood og Tomey, 2006).

### Mynd 1 Aðlögunarlíkan



(Þýtt af Elínu Ingu Lárusdóttur og Láru Maríu Karlsdóttur, leiðbeinandi Hildur Sigurðardóttir).

## 4 Niðurstöður

### 4.1 Innflytjendur

Íbúum hefur fjölgað í Evrópu og hvað mest á Norðurlöndum: Noregi, Svíþjóð, Danmörku, Íslandi og Finnlandi. Það er talið að þessi fjölgun stafi af fólksflutningum. Til samanburðar, þá bjuggu 23 milljónir manna samtals á öllum Norðurlöndunum árið 1990, en árið 2018 hefur þeim fjölgað í 27 milljónir. Talið er að tæplega tveir þriðju hlutar þessarar fjölgunar séu vegna fólksflutninga. Margir innflytjendanna eru frá öðrum Evrópulöndum en einnig frá Asíu og Afríku (Calmfors og Gassen, 2019).

Atvinnumarkaður Norðurlandanna einkennist af lágum launum og háu hlutfalli einstaklinga á lágmarks launum. Hálauna stefnur auka áhættuna á atvinnuleysi vegna minna vinnuframboðs á vinnumarkaði. Til rökstuðnings á þessu málefni, þá eru tiltölulega fá störf í boði sem gera litlar kröfur til umsækjenda. Þetta gerir þeim innflytjendum sem hafa litla menntun og takmarkaða tungumálakunnáttu, enn erfiðara fyrir. Samkvæmt rannsókn sem gerð var á þessu málefni af þeim Ek og Skedinger á Norðurlöndunum (eins og vísað er til í Calmfors og Gassen, 2019), þurfa innflytjendur töluverðan tíma eftir komu til landsins til að aðlagast atvinnumarkaði hvers lands.

Á Íslandi hefur verið áberandi fjölgun innflytjenda síðastliðin 15 ár, en það má skýra með stöðu efnahags hér á landi. Atvinnumarkaður innflytjenda er mikilvægur fyrir bæði norrænu samfélögin og innflytjandann sjálfan. Atvinnumarkaðurinn getur haft góð áhrif á aðlögun innflytjenda, hann hjálpar við samfélagsaðlögun þeirra, en hann er talin hafa jákvæð áhrif á tungumálakunnáttu og tekjur aukast og samhliða því er líðan talin betri. Að bæta aðlögun innflytjenda á atvinnumarkaði er lykilatriði til að ná sem bestum efnahagslegum árangri, bæði fyrir einstaklinginn og fyrir samfélagið (Calmfors og Gassen, 2019). Talið er að mikið misræmi sé á aðgengi að vinnu milli hópa innflytjenda sem ýti undir vantraust.

Atvinnupátttaka innflytjenda er yfirleitt mun lægri en innfæddra en Ísland er eina undantekningin á Norðurlöndum, þar sem innflytjendur hafa stærra starfshlutfall en innfæddir. Það er talin helsta ástæða þess að innflytjendur setjast að hér á landi (Calmfors og Gassen, 2019). Það eru ýmsar ástæður fyrir því að einstaklingar flytja til nýrra landa og eru megin ástæður þess meðal annars: (1) atvinna, (2) nám, (3) fjölskylda (e. *family reunification*) og (4) hælisleit (e. *asylum*) (Guintella, Kone, Ruiz og Vargas-Silva, 2018). Með aukningu innflytjenda fjölgar meðal annars flæði ómenntaðra einstaklinga frá fátækum löndum sem eru að reyna að komast að á atvinnumarkaði ríkari þjóða. Þessi þróun hefur ýmsar afleiðingar þar sem margir halda því fram að innflytjendur valdi atvinnuleysi fyrir ómenntaða innfædda einstaklinga (Docquier, Ozden og Peri, 2013).

Fyrsta reynsla ungra innflytjenda á atvinnumarkaði getur haft áhrif á aðlögun þeirra í starfi og samfélagi ásamt tækifærum í framtíðinni. Neikvæð reynsla í upphafi á atvinnumarkaði getur verið mikilvægari fyrir unga innflytjendur með minni menntun en fyrir unga innlenda einstaklinga. Að upplifa neikvæða reynslu ýtir undir jaðarsetningu ungra innflytjenda á atvinnumarkaði (Støren, 2011). Því er gríðarlega mikilvægt að skoða nánar hvernig þeir fordómar endurspeglast í íslensku samfélagi og hvaða áhrif þeir hafa.

Í rannsóknum um líðan og stöðu einstaklinga af erlendum uppruna kemur í ljós að það getur verið streituvaldandi og skapað álag á einstaklinginn og fjölskyldu hans að aðlagast nýju samfélagi. Þetta kemur fram í versnandi andlegri og líkamlegri heilsu og síðari möguleikum til farsæls náms- og starfsferils. Hver og einn innflytjandi er ólíkur og hefur ólíkan bakgrunn, eins og aðstæður í upprunalandi og móttökulandi, menning, trú, gildismat, lög, samfélagsgerðir, fjölskyldugerðir, stuðningur og aldur við flutning o.s.frv. (Eyrún María Rúnarsdóttir, 2014).

Helstu hindranir sem verða á vegi innflytjenda til árangursríkrar aðlögunar eru taldar liggja í kynþáttafordómum, aðstæðum á vinnumarkaði og uppgangi gengja og fíkniefnaviðskipta sem hefur á vissan hátt reynst valkostur í stað menntunar. Kynþáttafordómar eru taldir helsta orsök þess að innflytjendur ná ekki að skapa sér ákjósanlega stöðu í bandarísku samfélagi, en í Evrópu beinast hindranir meira að trúarlegum mun innfæddra og innflytjenda (Eyrún María Rúnarsdóttir, 2014).

Fjölmenningsamfélag hérlendis er ungt, óreynt og óþroskað, og því reynsla lítil. Innflytjendur eru yfirleitt hreyfanlegur hópur vegna þess hve miklar líkur eru á því að afkomendur þeirra setjist að í nýju landi og krefjist viðurkenningar sem löggildur ríkisborgari. Þegar litið er á náms- og starfsframa innflytjenda hefur komið í ljós að ákveðnir hópar innflytjenda sýni mikinn metnað og árangur í námi og starfi á meðan aðrir virðast eiga erfitt uppdráttar. Þær skýringar sem fræðimenn hafa sett fram um misjafna stöðu og gengi innflytjenda eru annars vegar að vel menntað fagfólk virðist eiga auðveldara með að aðlagast nýju samfélagi og hins vegar ómenntaðir verkamenn sem hafa síður tækifæri á að fá vel launað starf og því meiri líkur á að þeir einstaklingar endi í lægri stéttum samfélagsins (Eyrún María Rúnarsdóttir, 2014).

## 4.2 Áhrif þess að vera ungur innflytjandi í nýju landi

Heilsa og vellíðan innflytjenda er stöðugt áhyggjuefni og geta búferlaflutningar verið streituvaldandi, eins og áður hefur komið fram, og leitt til versnandi andlegrar og líkamlegrar heilsu. Í rannsókn Eyrúnar Maríu Rúnarsdóttur og Rúnars Vilhjálmssonar (2015) um hlutverk félagslegs stuðnings ungs fólks. Höfundar skoðuðu meðal annars líðan ungra innflytjenda á Íslandi í samanburði við innfædda jafnaldra þeirra og hlutverk félagslegs bakgrunns (e. *sociodemographic background*) og skynjaðs félagslegs stuðnings við líðan þeirra. Um var að ræða samanburðar rannsókn þar sem skoðað var hvernig stuðningur hefur áhrif á aðlögun og líðan. Upprunni þeirra innflytjenda sem tóku þátt í rannsókninni voru frá Póllandi og Asíulöndum. Niðurstöður leiddu í ljós að það er minni lífsánægja hjá ungum innflytjendum og einstaklinga með erlendan bakgrunn en þeim sem eru innfæddir. Einnig eru vísbendingar þess efnis að félagsleg tengslamyndun og stuðningur hafa jákvæð áhrif á heilsu og líðan einstaklinga. Mikilvægt er að innflytjendur fái félagslegan stuðning frá nýja samfélaginu og upplifi sig sem hluti af því (Eyrún María Rúnarsdóttir og Rúnar Vilhjálmsson, 2015).

Í rannsókn Herz og Johansson (2012) í Svíþjóð kom fram að það að búa í nýju landi fylgir gjarnan að einstaklingur sé stöðugt að takast á við útilokunarmynstur, eins og til dæmis fordóma. Mismunun og tilfinning um að vera öðruvísi hefur áhrif á sjálfsálit og lífsátlanir einstaklinga. Það kom í ljós að það voru mismunandi aðferðir sem fólk notaði að takast á við þessar útilokanir. Þátttakendur upplifðu sumir að vera hluti af sænsku samfélagi, en þó meðvitaðir að vera öðruvísi og felst sú upplifun þeirri reynslu að tilheyra minnihlutahópi. Það voru fjölbreyttar aðferðir sem voru notaðar til að takast á við

útilokunina, eins og að hljóta menntun, eignast barn og verða þannig hluti að sænskri fjölskyldu og einnig með því að þróa harða og fjarlæga sjálfsmynd byggða á karlmennsku, en þáttakendur voru allir karlmenn (Herz og Johansson, 2012).

### 4.3 Reynsla innflytjenda af fordómum á Íslandi

Það að læra nýtt tungumál er mikilvægt til að geta aðlagast nýju samfélagi, en Íslendingar líta oft á tíðum á það sem mikla forsendu til að aðlagast samfélaginu. Megin ástæða þessa að innflytjendur læra málið er þó aðallega því það er talið hagnýtt. Þeir sem skilja málið fá forskot á að aðlagast samfélaginu og hafa því meiri skilning á því sem fer fram (Unnur Dís Skaptadóttir og Pamela Innes, 2017).

Í rannsókn Helgu Ólafsdóttur og Malgorzata Zielinska (2010), kom fram Pólverjar sem töluðu ensku fyrir komuna til Íslands áttu auðveldara með að fóta sig í íslensku samfélagi, en að sama skapi hafði það áhrif á hvatningu þeirra til að læra málið. Einnig kom fram að Pólverjar sem sjá fram á að búa hér til lengri tíma vilja læra frekari íslensku. Þá er algengt að námið fari fram á vinnumarkaði og þá aðallega í samskiptum við samstarfsmenn. Vegna þessa er algengt að fólk sé ágætt að tala málið en á erfiðara með að lesa það (Helga Ólafsdóttir og Malgorzata Zielinska, 2010).

Í sömu rannsókn kom í ljós að því betri sem Pólverjar mátu íslenskukunnáttu sína, því neikvæðari töldu þeir að umfjöllunin um Pólverja væri í íslenskum fjölmiðlum. Oft á tíðum var umræðan neikvæð og ósanngjörn að þeirra mati og er þetta gott dæmi um upplifaða fordóma í gegnum fjölmiðla. Það eru til margar birtingarmyndir fordóma og einstaklingar upplifa þá á ýmsa vegu og á mismunandi stöðum í samfélaginu. Dæmi um það getur verið allt frá þegar annar einstaklingur segir óviðeigandi hlut við einstakling, og til þess hvernig einstaklingur túlkar fjölmiðla. Vitundavakning um hlutverk og ábyrgð fjölmiðla hefur aukist síðustu ár, en þrátt fyrir það eru dæmi um fordóma í garð innflytjenda (Helga Ólafsdóttir og Malgorzata Zielinska, 2010).

Í rannsókn Guðrúnar Pétursdóttur (2013) kom fram að mikill meirihluti fólks af erlendum uppruna upplifði dulda fordóma á Íslandi. Það er sorgleg staðreynd að flestir úr úrtaki rannsóknarinnar höfðu upplifað fordóma. Helstu birtingarmyndir þessa duldu fordóma á einstaklinga voru hunsanir og að glápt væri á þá eða þeir mældir út. Lang oftast fundu einstaklingarnir þessa duldu fordóma á vinnustað og vakti það upp tilfinningar hjá þeim og þá oftast nær neikvæðar tilfinningar. Dæmi um tilfinningar sem fólk af erlendum uppruna fann fyrir voru vanlíðan, þirringur og reiði (Guðrún Pétursdóttir, 2013).

Farandverkamenn frá Litháen og Póllandi hafa oft upplifað sig sem neðsta þrepið á íslenskum atvinnumarkaði. Í rannsókn Kristínar Loftsdóttur (2017) kom fram að þeirra staða væri flókin, en þeir voru að mörgu leyti svipaðir Íslendingum í útliti en skortur á vitneskju um íslenska menningu aðgreindi þá. Litháar viðurkenndu að hafa upplifað ýmsa fordóma á atvinnumarkaði hér á landi og voru dæmisögur um alhæfingar á að allir væru þeir glæpamenn og seldu fíkniefni (Kristín Loftsdóttir, 2017).

### 4.4 Innflytjendur og geðheilbrigði

Ýmsar rannsóknir hafa bent til að búferlaflutningur (e. *migration*) getur verið áhættuþáttur fyrir geðheilsuvandmál og sumir hópar innflytjenda þróa frekar með sér lakari heilsu en innfæddir með tímanum. Innflytjendur sem tóku þátt í rannsókn Straiton, Aambø og Johansen (2019) í Noregi viðurkenndu að upplifa mismunun í sinn garð og upplifa sig ekki með sömu réttindi og innfæddir Norðmenn.

Mismunun er ósanngjörn meðferð einstaklings og/eða hóps vegna sérstakra einkenna svo sem kyns, aldurs, þjóðernis, kynhneigðar eða fötlunar (Straiton o.fl., 2019).

Mismunun getur tengst auknu þunglyndi, kvíða og sálræni vanlíðan, og það sem meira er, aukinni áhættu á geðrænum vandamálum (Straiton o.fl., 2019). Geðræn vandamál verða ekki vandamál fyrr en þau eru orðin langvarandi. Kvíði telst orðinn sjúklegur og einnig til geðrænna vandamála, þegar hann er orðinn langvarandi og kemur upp í aðstæðum sem teljast almennt ekki streituvaldandi.

Innflytjendur eru líklegri til að vannýta geðheilbrigðisþjónustu og almenna heilbrigðisþjónustu vegna tungumálaörðugleika og vandamála er varða samgöngur. Þá getur þjónustan sem stendur til boða reynst óheppileg vegna tungumálalegs- og menningarlegs núnings, sem orsakast af mismunandi gildum menningarheima. Sýnt hefur verið fram á jákvæð tengsl milli félagslegs stuðnings og geðheilsu innflytjenda (George, Thomson, Chaze og Guruge, 2015).

Fátækt og skortur á félagslegum stuðningi fylgir oft flutningum og getur valdið andlegri vanheilsu einstaklinga. Einnig kom í ljós í rannsókn Straiton o.fl. (2019) að tengsl voru á milli félagslegs stuðnings og geðheilsu innflytjenda, þeir sem glímdu við andleg veikindi voru með skort á félagslegum stuðningi ásamt því áttu þeir erfitt með að bera traust til annarra og áttu erfiðara með að aðlagast norsku samfélagi. Tungumálaerfiðleikar hafa einnig verið tengdir við lakari útkomu á geðheilbrigði einstaklinga. Ekki er þó vitað hvort góð tungumálakunnátta verndi gegn lélegri andlegri heilsu í ljósi mismununar, þó kom í ljós í rannsókn í Bandaríkjunum að það sé tengsl milli takmarkaðar tungumálakunnátta og upplifun af mismunun og meiri notkun óformlegrar geðheilbrigðisþjónustu (Straiton o.fl., 2019).

En þó ekki sé hægt að fullyrða um tengsl milli mismununar og tungumálaörðuleika, þá er talið að það sé verndandi þáttur að læra tungumálið til að aðlagast samfélaginu á sem bestan hátt. Tungumálakennsla er innifalin í aðlögunarnámskeiðum (e. *introduction programmes*) í öllum Norðurlöndunum. Að ná að aðlagast nýju samfélagi er talinn mikilvægur þáttur þess að ná árangursríkri samþættingu á atvinnumarkaði. Í sænskri rannsókn Joona (eins og vísað er til í Calmfors og Gassen, 2019) kom í ljós að innflytjendur sem höfðu búið í Svíþjóð og unnið þar í 10 ár, höfðu hærrí tekjur og aukið starfshlutfall en þeir sem ekki sóttu tungumálanámskeið.

Flestir sem flytjast til Norðurlandanna tala tungumál sem eru frábrugðin þeim tungumálum sem töluð eru þar og því skiptir miklu máli að innflytjendur læri tungumálið í því landi sem þeir setjast að í, til þess að geta aðlagast samfélaginu betur. Samkvæmt rannsókn Böhlmark (eins og vísað er til í Calmfors og Gassen, 2019), verður erfiðara að aðlagast nýju samfélagi því eldri sem einstaklingurinn er þegar hann flytur, en hæfni til að læra nýtt tungumál minnkar eftir 12-13 ára aldurinn.

Að koma frá ólíkum menningarheimum eykur líkur á sálrænni streitu. Innflytjendur verða margir hverjir fyrir hindrunum varðandi aðgang að atvinnu og eru þeir líklegri til að vera í starfi á lægra menntunarstigi miðað við innfædda en menntun þeirra gefur tilefni til. Margir atvinnurekendur eiga erfitt með að samþykkja erlenda menntun og reynslu, telja tungumálaerfiðleika vera vandamál og beita mismunun vegna erlendis hreims á tungumálinu. Í rannsókn George o.fl. (2015) kemur fram að innflytjendur þéna minna í starfi samanborið við innfædda einstaklinga í svipaðri vinnu (George ofl., 2015).

Mikilvægt er að huga að geðheilbrigði á vinnumarkaði, en markmið er meðal annars að skapa vellíðan hjá bæði einstaklingum, fjölskyldum og innan veggja fyrirtækisins sem unnið er hjá. Ef vinnan skapar ekki vellíðan og ánægju heldur einungis vanlíðan, þá er hætta á að einstaklingar leiti sér að öðrum vinnuvettvangi sem uppfyllir frekar þá velmegun og vellíðan sem er einmitt eitt af grundvallar-markmiði vinnu (Kristinn Tómasson, 2006).

#### 4.5 Heilbrigðisþjónusta og innflytjendur

Innflytjendur er oft skilgreindir sem viðkvæmur hópur einstaklinga, en þeir eru í hópi þeirra sem eru í aukinni áhættu á slæmum líkamlegum, sálrænum og félagslegum heilsufarsfrávikum. Þeir eru einnig líklegri til að fá ekki fullnægjandi heilbrigðisþjónustu (Derose, Escare og Lurie, 2007).

Það getur reynst strembið að fullnægja heilbrigðisþjónustu innflytjenda vegna ólíks menningarlegs bakgrunns og hve takmarkað þeir nýta sér heilbrigðisþjónustu, vegna til dæmis skorts á fræðslu um þá þjónustu sem er í boði. Þeir einstaklingar sem eru taldir síður líklegir til að nýta sér heilbrigðisþjónustu eru fullorðnir einstaklingar með takmarkaða enskukunnáttu og börnin þeirra (Derose o.fl., 2007). Tungumálaerfiðleikar og takmörkuð enskukunnáttu hefur áhrif á öryggi sjúklinga og getur það haft ýmsar afleiðingar í för með sér, en með tungumálaerfiðleikum geta skilaboð farið á mis og sjúklingur fær þar af leiðandi ekki fullnægjandi þjónustu.

Teach-back er árangursrík samskiptaaðferð fyrir heilbrigðisstarfsmenn til að fullvissa sig um að skjólstæðingar hafi meðtekið allar mikilvægar upplýsingar. Með aðferðinni er skjólstæðingur beðinn um að endurtaka sjálfur þær upplýsingar sem heilbrigðisstarfsmaður gefur honum. Þessi aðferð eykur ánægju og skilning sjúklinga á eigin meðferð og hefur reynst gagnleg til að ná markmiðum um örugga heilbrigðisþjónustu (Tamura-Lis, 2013).

Jaðarsetning ýtir undir varnarleysi innflytjenda og geta margir þættir stuðlað að því. Sem dæmi má nefna útlistsmun, klæðaburð, menningarleg- og trúarleg viðhorf, húðlit og málhindranir. Jaðarsettir einstaklingar eru einnig líklegri til að óttast að fá ekki fullnægjandi meðferð vegna uppruna og eru hræddir við að upplifa mismunun (Derose o.fl., 2007).

Í rannsókn Drewniak, Krones og Wild (2017) voru skoðuð nokkur lönd, meðal annars Danmörk og Svíþjóð, með tilliti til hugsanlegra hindrana þess að innflytjendur nýti sér heilbrigðisþjónustu. Áhersla var lögð á að kanna hvort heilbrigðisstarfsfólk og hegðun þess gæti talist ein af ástæðum þess að innflytjendur leiti sér síður heilbrigðisþjónustu. Það kom í ljós að viðhorf heilbrigðisstarfsmanna töldust hindrun og kom það aðallega fram í: staðalímyndum, fordómum og menningarlegum misskilningi, tungumála- og samskiptaörðuleikum (Drewniak o.fl., 2017).

Líklegra er talið að innflytjendur seinki því að leita sér heilbrigðisþjónustu þar til vandamálið er orðið sjúklegt (Derose o.fl., 2007). Þegar skoðað er með tilliti til geðheilbrigðisþjónustu í Noregi kemur í ljós að innflytjendur eru síður líklegir til að nýta sér heilbrigðisþjónustu, ef miðað er við innfædda Norðmenn. Pólverjar voru meðal annars hluti úrtaksins og kom í ljós að þeir vannýttu geðheilbrigðisþjónustu. Ekki er vituð ástæða þess og þarf frekari rannsóknir á þessu sviði (Abebe, Lien og Elstad, 2017).

Í Siðareglum Fíh (2015), kemur fram að hjúkrunarfræðingur skal sinna sjúklingi sínum af virðingu og fara eftir siðareglum hjúkrunar í starfi, svo sem að líta á skjólstæðing sinn sem einstakling. Hjúk-

runarfræðingur á ekki að dæma skjólstæðing, heldur taka honum eins og hann er og mæta honum þar sem hann er staddur. Hjúkrunarfræðingur getur ekki krafist þess að skjólstæðingur breytist, sé fullkominn eða samþykkur meðferð (Stuart, 2013).

Hjúkrunarfræðingur er ávalt málsvari skjólstæðings síns og stendur vörð um reisu hans og rétt og stuðlar að því að komið sé fram við hann af virðingu og heiðarleika. Hjúkrunarfræðingar standa einnig vörð um sjálfsvörðunarrétt skjólstæðings og rétt til mögulegrar þjónustu á hverjum tíma (Siðareglur Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga, 2015). Því er mikilvægt að hjúkrunarfræðingar séu vakandi fyrir því að erlendir skjólstæðingar þeirra fái fullnægjandi þjónustu innan heilbrigðiskerfisins og mæti þeim þörfum sem skjólstæðingurinn þarfnast og telst túlkþjónusta þar á meðal.

Samkvæmt lögum um túlkþjónustu á Íslandi og reglugerð um túlkun á upplýsingum um heilsufar og meðferð fyrir sjúklinga. Í 4. gr. laganna, réttur sjúklings til túlkunar, segir að ef heilbrigðisstarfsmaður telji að sjúklingur sem ekki talar íslensku eða notast við tákni þurfi aðstoð túlks til þess að meðtaka og skilja upplýsingar um heilsufar og meðferð, samanber 5. gr. laga um réttindi sjúklinga, skal heilbrigðisstarfsmaður ávalt kalla til túlks (Reglugerð um túlkun á upplýsingum um heilsufar og meðferð fyrir sjúklinga nr. 1145/2015).

## 5 Umræða

Það hefur komið fram að innflytjendum hefur fjölgað mikið á Íslandi, sem og á öðrum Norðurlöndum, og hefur og hefur það margvísleg áhrif á atvinnumarkaðinn, en atvinnuþáttataka þeirra hér á landi er mikil. Áhrifin eru margskonar en atvinnumarkaður Norðurlandanna einkennist af háu hlutfalli einstaklinga á lágmarks launum (Calmfors og Gassen, 2019).

Það er viðurkennd staðreynd að sú lífsbreyting sem felur í sér að fóta sig í nýju samfélagi, koma sér á atvinnumarkað ásamt því að takast á við nýtt tungumál, nýjar hefðir og venjur getur verið mjög streituvaldandi (Eyrún María Rúnarsdóttir, 2014).

Hér hefur verið rætt um innflytjendur, fordóma og líðan þeirra ásamt því hvernig þeir fóta sig á atvinnumarkaði. Það er mjög mikilvægt að atvinnuveitendur séu vakandi fyrir og hlúi vel að erlendum samstarfsmönnum sínum og hjálpi þeim að aðlagast nýrri atvinnu, sérstaklega þar sem hefur komið fram að innflytjendur í nágrannalöndum Íslands upplifi mismunun og ekki sömu réttindi og innfæddir (Straiton, ofl., 2019). Því er mikilvægt að erlendir starfsmenn fái fræðslu um réttindi sín á atvinnumarkaði svo sem eins og réttindi til veikindaleyfis, orlofs og réttindi til slysabóta.

### 5.1 Hafa fordómar áhrif á líðan ungra innflytjenda á atvinnumarkaði?

Hugmyndir okkar í byrjun voru þær að ungir innflytjendur á Íslandi finnu fyrir mismunun af einhverju tagi og einnig fordómum. Okkar hugmyndir voru einnig að þeirra andlega líðan versnaði í kjölfarið svo erfiðara yrði að aðlagast nýju samfélagi. Það reyndist vera rétt hjá okkur, en samkvæmt rannsóknum og þeim gögnum sem við unnum með þá eru innflytjendur í áhættuhópi fyrir aukinni hættu á vanlíðan og einnig eru mörg dæmi þar sem þeim finnst þeir misskildir eða verða fyrir fordómum af hálfu innfæddra (Guðrún Pétursdóttir, 2013; Kristín Loftsdóttir, 2017).

Það kom í ljós að neikvæð upplifun innflytjenda í samfélaginu getur ýtt undir jaðarsetningu (Støren, 2011). Helstu hindranirnar sem innflytjendur verða fyrir, og þar með talið á atvinnumarkaði, eru kynþáttafordómar (Eyrún María Rúnarsdóttir, 2014). Kynþáttafordómar leiða af sér vanlíðan og getur haft áhrif á lífsánægju, sem mældist minni hjá ungum innflytjendum en þeim sem eru innfæddir (Eyrún María Rúnarsdóttir og Rúnar Vilhjálmsson, 2015).

Sumir innflytjendur koma af öðrum menningarheim en tíðkast í því landi sem þeir setjast að í og verða fyrir fordómum, hvort sem þeir eru meðvitaðir eða ómeðvitaðir. Okkur þótti skilgreiningin um menningarbundnir fordómar viðeigandi af því þeir, eins og áður kom fram, byggja á skynjun einstaklinga á menningarlegu siðferði og gildum. Vanþóknunin felst því á einstaklingi eða hópi, meira út frá menningu frekar en líffræðilegum þáttum (Awad og Rackley, 2017). Okkur fannst þessi nálgun viðeigandi þar sem stærsti hópur innflytjenda á Íslandi eru Pólverja og þar næst Litháar. Líffræðilegir þættir þessar þjóða eru ekki svo ólíkir Íslendingum en þar er einmitt menningin sem aðgreinir þá frá íslensku samfélagi (Kristín Loftsdóttir, 2017). Íslendingar leggja mikið upp úr menningu og telja hana mikla forsendu til að geta aðlagast íslensku samfélagi (Unnur Dís Skaptadóttir og Pamela Innes, 2017).



Við úrlausn heimilda sáum við að það er ljóst að innflytjendur á Íslandi upplifa mismunun og fordóma í íslensku samfélagi og kom í ljós að það er gjarnan á atvinnumarkaði þar sem þeir koma hvað helst fram (Kristín Loftsdóttir, 2017).

Fordómar flokkast í marga undirflokkar og eru duldir fordómar einn þeirra flokka. Það kom í ljós að flestir innflytjendur úr úrtaki í rannsókn Guðrúnar Pétursdóttur (2013) höfðu upplifað dulda fordóma á atvinnumarkaði. Það hafði í för með sér vanlíðan fyrir þá einstaklinga sem urðu fyrir fordómunum (Guðrún Pétursdóttir, 2013).

Það vekur athygli að þessir fordómar séu algengari, en það kemur ekki á óvart þar sem oftast er augljóst þegar einstaklingur beitir hegðun sem telst beinir fordómar. Þá berskjaldar sá einstaklingur sig og sýnir að hann sé fordómafullur, en oft á tíðum eru þeir einstaklingar stuðningsmenn fordómanna meðvitað (Awad og Rackley, 2017). Þar sem duldir fordómar felst oft í hunsun, og teljast oft ekki eins augljósir, þá felast þeir meira í upplifun þess sem fyrir þeim verður. Þá er oft erfitt að sýna fram á þá fordómafullu hegðun (Guðrún Pétursdóttir, 2013).

En þó eru fordómarnir ekki alltaf duldir, fólk hefur oft á tíðum spurt innflytjendur mjög óviðeigandi spurninga, og fer það oft á tíðum fram á atvinnumarkaði. Dæmi um þetta eru Litháar sem upplifa oft á tíðum mikla fordóma sem koma fram í neikvæðum athugasemdum um þeirra föðurland (Kristín Loftsdóttir, 2017). Auk atvinnumarkaðar er þó einnig mikilvægt að huga að fleiri birtingarmyndum fordóma og hvar einstaklingar verða fyrir þeim. Því var meðal annars lýst að þeir innflytjendur sem lærðu meiri íslensku upplifðu meiri fordóma og fundu fyrir þrýstingi að læra tungumálið til þess að vera viðurkenndir og fá betri skilning á því sem fer fram í samfélaginu. Dæmi um það er upplifun fordóma í gegnum fjölmiðla, en það er dapurleg staðreynd að þegar einstaklingar verða betur að sér í íslenskri tungu, sem talin eitt af mikilvægustu atriðum að aðlagast íslensku samfélagi (Unnur Dís Skaptadóttir og Pamela Innes, 2017), að þá upplifi þeir enn frekari mismunun (Helga Ólafsdóttir og Malgorzata Zielinska, 2010).

Það er mikilvægt að skoða hvað fordómar hafa í för með sér og hvernig þeir hafa áhrif á þann sem fyrir þeim verður. Það kom í ljós að mismunun getur tengst auknu þunglyndi, kvíða og sálrænni vanlíðan, og það sem meira er, aukinni áhættu á geðrænum vandamálum (Straiton o.fl., 2019). Þar sem fordómar hafa mikil áhrif á líðan einstaklinga og þannig endurspeglast í heilbrigði viðkomandi einstaklings er þeim mun brýnna að vera vakandi fyrir þeim.

Reynsla innflytjenda á atvinnumarkaði er mikilvæg líkt og reynsla innfæddra og ekki síst fyrsta reynsla en hún getur litað upplifanir og skoðanir einstaklinga til lengri tíma. Því er mikilvægt að vera vakandi fyrir líðan þeirra ungu einstaklinga sem eru að fíkra sig áfram á atvinnumarkaði, ekki síðst gagnvart fordómum, þar sem neikvæð reynsla getur leitt til þess að ýtt sé undir jaðarsetningu innflytjenda á atvinnumarkaði (Støren, 2011). Einnig hefur sú sorglega staðreynd komið fram að innflytjendur upplifi hindranir um aðgang að atvinnu í nýju landi vegna fordóma og þurfa oft á tíðum að sætta sig við atvinnu neðan þeirra menntunarstigi. Tungumálakunnátta er allra helst sú hindrun sem þeir verða fyrir í atvinnuleit sinni eða misvísandi kröfur starfsheitis. Ásamt fordómum hafa innflytjendur upplifað mismunun í vinnu þar á meðal mismunun í launum og eru margir hverjir á lægri launum fyrir sama starf en þeir sem eru innfæddir (George o.fl., 2015). Að þurfa að berjast fyrir réttindum sínum til að vera samþykktur sem samfélagsþegn getur haft sálræn áhrif.

Sökum þess hve ungt fjölmenningsarsamfélag Ísland er, virðast mismunun og fordómar lifa enn í samfélaginu. Við höfum litla og stutta reynslu á að hafa erlenda einstaklinga sem þegna samfélagsins. Það virðist svo vera að þeir innflytjendur sem eru vel menntaðir eigi auðveldara með að aðlagast að nýju samfélagi heldur en þeir sem eru ómenntaðir og í láglæna störfum (Eyrún María Rúnarsdóttir, 2014).

Það kom til dæmis í ljós að þó margir innflytjendur í Svíþjóð litu á sig sem Svía, þá litaðist reynsla þeirra og sjálfsmynd af þeirri staðreynd að tilheyra minnihlutahópi. Dæmi um aðlögunarleið sem þessir einstaklingar nýttu sér til að takast á við útlökun var að mennta sig (Herz og Johansson, 2012).

## **5.2 Hvernig geta hjúkrunarfræðingar stutt við aðlögun ungra innflytjenda á atvinnumarkaði?**

Allir eiga að hafa rétt á heilbrigðisþjónustu allt sitt líf og er skjólstaðingahópur heilbrigðiskerfisins fjölbreyttur, þar sem saman koma einstaklingar með mismunandi bakgrunn, gildi og menningu. Hlutverk hjúkrunarfræðinga getur verið mikilvægt þegar kemur að stuðningi og heilsuvernd ungra innflytjenda.

Við upplýsingasöfnun og umönnun skjólstaðinga geta hjúkrunarfræðingar skimað fyrir líðan þeirra, en mikilvægt er að hjúkrunarfræðingar séu ekki síður vakandi fyrir andlegum einkennum en líkamlegum þar sem þessir þættir haldast oft í hendur. Í niðurstöðum rannsóknar Abebe, Lien og Elstad (2017) kemur sú staðreynd í ljós að innflytjendur nýti sér síður heilbrigðisþjónustu vegna andlegra veikinda (Abebe ofl., 2017). Ekki liggur fyrir ástæða þess að innflytjendur leiti sér síður aðstoðar í slíkum veikindum og er því brýnt að halda þeim rannsóknum áfram. Samkvæmt rannsóknum George ofl. (2015) hafa tungumálaörðuleikar verið skilgreindir sem áhættuþáttur á því að innflytjendur nýti sér síður heilbrigðisþjónustu vegna andlegar- og geðrænna vandamála af ótta við ófullnægjandi stuðning heilbrigðisstarfsfólks (George ofl., 2015).

Það að innflytjendur leiti sér síður heilbrigðisþjónustu af ótta við ófullnægjandi þjónustu vegna útlits síns eða bakgrunns, er sorgleg staðreynd sem taka þarf á með fræðslu til starfsfólks heilbrigðisþjónustunnar (Derose ofl., 2007). Það ætti enginn einstaklingur að óttast það að fá ekki fullnægjandi þjónustu vegna ólíkra skoðana, útlits eða menningar. Það kom í ljós að neikvæð framkoma heilbrigðisstarfsfólks væri meðal annars ein af ástæðum þess að innflytjendur leiti sér síður hjálpar (Drewniak ofl., 2017).

Okkur finnst hjúkrunarfræðingar vera í kjöraðstæðum til að aðstoða skjólstaðinga sína til að byggja upp öryggi með fræðslu og benda þeim á áframhaldandi meðferðir. Það þyrfti að stuðla að vitundarvakningu meðal hjúkrunarfræðinga um mismunandi bakgrunn skjólstaðinga sinna og mismunandi viðhorf þeirra til heilbrigðisþjónustu milli ólíkra menningarheima.

Í samskiptum við einstakling af erlendum uppruna er nauðsynlegt að tryggja að allar mikilvægar upplýsingar komist til skila. Teach-back aðferðin ætti að vera öllum hjúkrunarfræðingum kunnug til að fullvissa sig um að skjólstaðingur hafi meðtekið allar upplýsingar varðandi meðferð. Þessi aðferð er einföld til að tryggja að fræðsla hafi skilað árangri og gætu heilbrigðisstarfsmenn tileinkað sér hana oftar í fræðslu til, til dæmis, skjólstaðinga sinna af erlendum uppruna (Tamara-Lis, 2013).

Þar sem fordómar gagnvart jaðarsettum hópum eru algengir þurfa hjúkrunarfræðingar að vera meðvitaðir um þá möguleika að þeir geti verið með fordóma sjálfir (Drewniak ofl., 2017). Því er mikilvægt að vera meðvituð um þá staðreynd að mögulega sé hjúkrunarfræðingur með persónulega fordóma og hann þarf alltaf að hafa á bakvið eyrað að hans persónulega mat gildir ekki, heldur ber að vera málsvari sjúklings.

Það getur reynst erfitt fyrir einstaklinga að flytja í nýtt land og aðlagast nýjum aðstæðum og menningu. Breytingarnar sýna oft á tíðum viðbragðsmynstur sem felast í ákveðnum aðlögunarskilyrðum, eins og hindrunum eða innbyggðum hvötum einstaklinga að takast á við breytingarnar. Allar breytingar fela í sér persónulega, þjóðfélagslega eða samfélagslega þætti, sem geta ýmist auðveldað eða hindrað heilbriggt breytingarferli (Alligood og Tomey, 2006).

Hægt er að nýta aðlögunarlíkanið til þess að sjá heildarmyndina sem fylgir búferlaflutningi einstaklings og stutt þannig við aðlögun þessa hóps, sem er að takast á við framandi og nýjar aðstæður í nýrri menningu. Þetta getur aðstoðað þá við að bera kennsl á styrkjandi og letjandi þætti sem áhrif hafa á aðlögunina (Alligood og Tomey, 2006).

Aðlögunarlíkanið er verkfæri sem hjúkrunarfræðingar geta notast við en það sýnir leiðir til að aðstoða einstaklinga að takast á við marga fylgifyska stórra lífsbreytinga, sem ýmist auðvelda eða hindra framfarir á sem heilbrigðastan hátt. Þannig er einnig hægt að miða hjúkrunarmeðferðir út frá því hvar einstaklingur er staddur í ferlinu. Aðlögunarlíkanið getur auðveldað hjúkrunarfræðingi að öðlast betri innsýn í hvernig einstaklingur tekst á við breytingar (Alligood og Tomey, 2006).

Hvetjandi þættir í aðlögun einstaklings er til dæmis ef einstaklingur er vel menntaður eða hefur góða aðlögunarhæfni, einnig hefur tungumálakunnátta sýnt fram á verndandi þátt í aðlögun samfélags (Calmfors og Gassen, 2019). Hindrandi þættir gætu talist tungumálaörðuleikar, mismunandi kröfur starfsétta milli landa. Dæmi um það er hjúkrunarfræðimenntun, en hún er mismunandi milli landa og metin samkvæmt því.

Þar sem tungumálaörðuleikar teljast hindrandi þættir finnst okkur mikilvægt að ræða það nánar. Samkvæmt okkar eigin reynslu höfum við séð að heilbrigðisþjónustan nýti sér ekki þá tulkapjónustu fyrir skjólstæðinga sína sem þeir eiga rétt á og í rannsóknnum hefur sú staðreynd einnig komið fram (Reglugerð um túlkun á upplýsingum um heilsufar og meðferð fyrir sjúklinga nr. 1145/2015). Enn eru að koma upp erfiðleikar meðal heilbrigðisstarfsmanna og innflytjenda vegna til dæmis tungumálaerfiðleika eða ólíkra menningar (Derose ofl., 2007). Tungumálaerfiðleikar geta orðið til þess að einstaklingar þori ekki eða jafnvel treysta sér ekki að sækja viðeigandi heilbrigðisþjónustu, hér kemur mikilvægi þess að heilbrigðisstofnanir nýti sér tulkapjónustu þegar kemur að skjólstæðingum sem þurfa á henni að halda. Eins og kemur fram í 4.gr velferðarráðuneytisins um túlkun að ef heilbrigðisstarfsmaður telji að þörf sé á aðstoð túlks við miðlun upplýsinga til skjólstæðinga sinna, skal ávallt kalla til túlk (Reglugerð um túlkun á upplýsingum um heilsufar og meðferð fyrir sjúklinga nr. 1145/2015).

## 6 Ályktanir

Við vinnslu þessarar fræðilegu samantektar hafa höfundar orðið upplýstari um málefni innflytjenda og orðið meðvitaðari um fordóma gagnvart þeim í samfélaginu. Í þessari fræðilegu samantekt höfum við reynt að varpa ljósi á málefni ungra innflytjenda á atvinnumarkaði með tilliti til andlegar líðunar og einnig skoðað hvort þeir upplifi fordóma af einhverju tagi. Niðurstöður leiddu í ljós að innflytjendur upplifðu fordóma, vanlíðan og mismunun, en það var í samræmi við þær hugmyndir sem við höfðum í byrjun við vinnslu þessa verkefnis. Þó kom á óvart hve hátt hlutfall þeirra höfðu upplifað vanlíðan, fordóma og mismunun í kjölfar búferlaflutninga.

Einnig kom í ljós að það er lítið til um rannsóknir á Íslandi um líðan og fordóma innflytjenda á atvinnumarkaði, sökum þess hve ung innflytjendamening er hér á landi. Þó var reynt að afla þeirra rannsókna sem til voru um þessi málefni hér á landi. Því má segja að veikleiki þessarar fræðilegu samantektar sé sá að þær rannsóknir sem notast var við, voru ekki allar ritrýndar og úrtök rannsókna ekki alltaf stór.

Okkur finnst hlutverk hjúkrunarfræðinga í því aðlögunarferli sem fylgir búferlaflutningum geta verið veigameira því mikilvægt er að auka vitundavakningu stéttarinnar þannig að hún verði meðvitaðri um neikvæð áhrif fordóma og líðan innflytjenda sem leita til heilbrigðisþjónustu. Tryggja þarf að heilbrigðisumhverfi og viðmót heilbrigðisstarfsmanna byggi á virðingu og að öll þjónusta, eins túlkþjónusta, sé fullnýtt. Einnig er afar mikilvægt að einstaklingur af erlendum uppruna meðtaki allar mikilvægar upplýsingar og er Teach-back aðferðin leið fyrir heilbrigðisstarfsólk til að fulltryggja það.

Það er staðreynd að innflytjendum fer fjölgandi hérlendis, sem sýnir að halda þarf áfram að huga að málefnum þeirra og leggja meiri áherslu á fullnægjandi aðlögun þeirra á atvinnumarkaði. Innflytjendur eru margbreytilegur hópur og því væri athyglisvert að sjá fleiri rannsóknir hérlendis svo hægt sé að átta sig betur á stöðu innflytjenda og nýta þær til endurbóta í samræmi við niðurstöður rannsókna.

## Heimildaskrá

- Abebe, D., Lien, L., og Elstad, J. (2017). Immigrants' utilization of specialist mental healthcare according to age, country of origin, and migration history: a nation-wide register study in Norway. *Social Psychiatry And Psychiatric Epidemiology*, 52(6), 679-687. doi: 10.1007/s00127-017-1381-1
- Alligood, M. R., og Tomey, A. M. (2006). Nursing theorists and their work. Philadelphia: Mosby Elsevier.
- Awad, G., & Rackley, K. (2017). Prejudice and Discrimination. *The International Encyclopedia Of Intercultural Communication*, 1-9. doi: 10.1002/9781118783665.ieicc0171
- Blumer, H. (1958). Race prejudice as a sense of group position. *The Pacific Sociological Review*, 1(1), 3-7.
- Brown, R. (2010). Prejudice: Its Social Psychology. 2. Edition. Sótt af [https://books.google.is/books?hl=en&lr=&id=0DWtZ2efDYoC&oi=fnd&pg=PT5&dq=prejudice+scholarly+articles&ots=LLGPw4pBxv&sig=9x4Cclsy086traM-tzNu\\_hZ62V0&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.is/books?hl=en&lr=&id=0DWtZ2efDYoC&oi=fnd&pg=PT5&dq=prejudice+scholarly+articles&ots=LLGPw4pBxv&sig=9x4Cclsy086traM-tzNu_hZ62V0&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Calmfors, L. og Gassen, N. S. (2019). *Integration Immigrants into the Nordic Labour Markets*. Kaupmannahöfn: Nordic Council of Ministers.
- Derose, K. P., Escarce, J. J., og Lurie, N. (2007). Immigrants And Health Care: Sources Of Vulnerability. *Health Affairs*, 26(5), 1258–1268. doi:10.1377/hlthaff.26.5.1258
- Docquier F., Ozden, Ç., Peri, G. (2013). The Labour Market Effects of Immigration and Emigration in OECD Countries. *The Economic Journal* 124(579). doi <https://doi.org/10.1111/ecoj.12077>
- Drewniak, D., Krones, T., og Wild, V. (2017). Do attitudes and behavior of health care professionals exacerbate health care disparities among immigrant and ethnic minority groups? An integrative literature review. *International Journal of Nursing Studies*, 70, 89–98. doi:10.1016/j.ijnurstu.2017.02.015
- Dröfn Haraldsdóttir, Gerður Gestsdóttir, Hrafnhildur Tómasdóttir og Karl Sigurðsson. (2011). Útlendingar á atvinnuleysisskrá og þátttaka í virkniúrræðum. *Vinnumálastofnun*. Sótt af <https://www.vinnumalastofnun.is/media/2014/utlendingar-og-urraedi-sept-2011.pdf>

- Eyrún María Rúnarsdóttir. (2014). Púsluspil án mynsturs? Fjölbreytt samspil við aðlögun fólks af erlendum uppruna. Rannsóknir í félagsvísindum XV. Reykjavík: Félagsvísindastofnun Háskóla Íslands. Sótt af [https://skemman.is/bitstream/1946/19971/1/P%C3%BAsluspil%20%C3%A1n%20mynsturs\\_\\_\\_F%C3%A9lags-%20og%20mannv%C3%ADsindadeild.pdf](https://skemman.is/bitstream/1946/19971/1/P%C3%BAsluspil%20%C3%A1n%20mynsturs___F%C3%A9lags-%20og%20mannv%C3%ADsindadeild.pdf)
- Eyrún María Rúnarsdóttir og Rúnar Vilhjálmsson. (2015). Ethnic differences in youth well-being: The role of sociodemographic background and social support. *Scandinavian Journal of Public Health*, 43(6), 580–587. doi:10.1177/1403494815588644
- Félagsmálaráðuneytið. (2007). *Stefna ríkisstjórnarinnar um aðlögun innflytjenda*. Sótt af [https://www.velferdarraduneyti.is/media/acrobat-skjol/Stefna\\_um\\_adlogun\\_innflytjenda.pdf](https://www.velferdarraduneyti.is/media/acrobat-skjol/Stefna_um_adlogun_innflytjenda.pdf)
- George, U., Thomson, M., Chaze, F. and Guruge, S. (2015). Immigrant Mental Health, A Public Health Issue: Looking Back and Moving Forward. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(10). doi <https://doi.org/10.3390/ijerph121013624>.
- Giuntella, O., Kone, Z., Ruiz, I. and Vargas-Silva, C. (2018). Reason for immigration and immigrants' health. *Public Health*, 158. doi: <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2018.01.037>
- Guðrún Pétursdóttir. (2013). Birtingarmyndir dulinna fordóma og mismunun í garð innflytjenda á Íslandi. *Íslenska þjóðfélagið* 4(1), 27-38. Sótt af [http://www.ici.is/assets/Birtingarmyndir\\_dulinna\\_fordoma\\_og\\_mismununar\\_%C3%AD\\_garð\\_Innflytjenda\\_1.pdf](http://www.ici.is/assets/Birtingarmyndir_dulinna_fordoma_og_mismununar_%C3%AD_gar%C3%B0_innflytjenda_1.pdf)
- Hagstofa Íslands. (2019). Innflytjendum heldur áfram að fjölga. Sótt af <https://hagstofa.is/utgafur/frettasafn/mannfjoldi/innflytjendur/>
- Helga Ólafsdóttir og Malgorzata Zielinska. (2010). I started to feel worse when I understood more: Polish immigrants and the Icelandic media. Rannsóknir í Félagsvísindum XI. Reykjavík: Félagsvísindastofnun Háskóla Íslands og Háskólaútgáfan. Sótt af [https://www.academia.edu/1382141/\\_I\\_started\\_to\\_feel\\_worse\\_when\\_I\\_understood\\_more.\\_Polish\\_immigrants\\_and\\_the\\_Icelandic\\_media](https://www.academia.edu/1382141/_I_started_to_feel_worse_when_I_understood_more._Polish_immigrants_and_the_Icelandic_media)
- Herz, M. og Johansson, T. (2012). The Experience of Being Stopped: Young Immigrants, Social Exclusion and Strategies. *Sage journals* 20(2), 257-176. doi:10.1177/110330881202000203
- Kristinn Tómasson. (2006). Geðheilbrigði á vinnustöðum. Möguleikar til forvarnar og ráðgjafar. *Geðvernd*, 1. Sótt af <https://www.hirsla.lsh.is/bitstream/handle/2336/91272/G2006-01-35-G2.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Kristín Loftsdóttir. (2017). Being “The Damned Foreigner”: Affective National Sentiments and Racialization of Lithuanians in Iceland. *Nordic Journal Of Migration Research*, 7(2), 70-78. doi: 10.1515/njmr-2017-0012
- Meleis, A. I., Sawyer, L. M., Im, E., Messias, D. K. H., og Schumacher, K. (2000). Experiencing Transitions: An Emerging Middle- Range Theory. *Advances in Nursing Science* 23(1). doi:10.1097/00012272-200009000-00006.
- Reglugerð um túlkun á upplýsingum um heilsufar og meðferð fyrir sjúklinga nr. 1145/2015. Sótt af <https://www.reglugerd.is/reglugerdir/eftir-raduneytum/velferdarraduneyti/nr/19908>
- Síðareglur Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga. (2015). Sótt af <https://www.hjukrun.is/fagid/sidareglur/>
- Smith, M. C., og Parker. M. E. (2015). *Nursing Theories and Nursing Practice*. Philadelphia: F. A Davis Company.  
[https://books.google.is/books?hl=en&lr=&id=oMjXBgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA361&dq=meleis+transition+theory+nursing&ots=-waQi0lJoQ&sig=FyWRpFBzDt7StylyQixw4RoTU0&redir\\_esc=y#v=onepage&q=meleis%20transition%20theory%20nursing&f=false](https://books.google.is/books?hl=en&lr=&id=oMjXBgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA361&dq=meleis+transition+theory+nursing&ots=-waQi0lJoQ&sig=FyWRpFBzDt7StylyQixw4RoTU0&redir_esc=y#v=onepage&q=meleis%20transition%20theory%20nursing&f=false)
- Straiton, M. L., Aambø, A. K., og Johansen, R. (2019). Perceived discrimination, health and mental health among immigrants in Norway: the role of moderating factors. *BMC Public Health* 19(325). Sótt af <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-019-6649-9>
- Stuart, G.W. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. St. Louice: Mosby Company.
- Støren, L. A. (2011). Key Factors behind Labour Market Marginalization of Young Immigrants: Limited Access to Apprenticeships, ‘State Dependence’ or Low Qualifications?. *Young* 19(2). doi 10.1177/110330881001900202
- Tamura-Lis, W. (2013). Teach-back for quality education and patient safety. *Urologic Nursing*, 33(6), 267-271. doi:10.7257/1053-816X.2013.33.6.267.
- Unnur Dís Skaptadóttir og Pamela Innes. (2017). Immigrant Experiences of Learning Icelandic and Connecting with the Speaking Community. *Nordic Journal Of Migration Research*, 7(1), 20-27. doi: 10.1515/njmr-2017-0001

Vinnumálastofnun. (2018). Erlendir ríkisborgarar á íslenskum vinnumarkaði á árunum 2012-2017. Sótt af <https://www.vinnumalastofnun.is/media/2003/erlendir-rikisborgarar-2012-2017-endanlegt.pdf>

WHO. (2013). Mental Health action plan 2013 - 2020. Sótt af [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/89966/9789241506021\\_eng.pdf;jsessionid=38727D3BA7C826BA5F685223F02CB9FD?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/89966/9789241506021_eng.pdf;jsessionid=38727D3BA7C826BA5F685223F02CB9FD?sequence=1)



## Myndaskrá

Elín Inga Lárusdóttir og Lára María Karlsdóttir. (2019). Lífsbreytingakenning. Sótt af

[https://skemman.is/bitstream/1946/33213/1/L%C3%ADfsbreytingar%20erlendra%20foreldra%20c%20lokaritgerðin.pdf?fbclid=IwAR2zAKGZ8xgxTtRbUniOlzQbc0EzfUWP\\_ce\\_\\_KJpZAKLShgJeT6wgyhiDDI](https://skemman.is/bitstream/1946/33213/1/L%C3%ADfsbreytingar%20erlendra%20foreldra%20c%20lokaritgerðin.pdf?fbclid=IwAR2zAKGZ8xgxTtRbUniOlzQbc0EzfUWP_ce__KJpZAKLShgJeT6wgyhiDDI)