



HÁSKÓLI ÍSLANDS

Í leit að öryggi

Fræðslumiðaður flóttaleikur fyrir ungt fólk

Sandra Karlsdóttir

Lokaverkefni til BA-prófs

Maí 2024

DEILD HEILSUEFLINGAR, ÍÞRÓTTA OG TÓMSTUNDA

Í leit að öryggi
Fræðslumiðaður flóttaleikur fyrir ungt fólk

Sandra Karlsdóttir

Lokaverkefni til BA-prófs í Tímstunda- og félagsmálafræði

Leiðbeinandi: Sema Erla Serdaroglu, Aðjunkt

Deild heilsueflingar, íþróttar og tímstunda

Menntavísindasvið Háskóla Íslands

Maí 2024

Í leit að öryggi – Fræðslumiðaður flóttaleikur fyrir ungt fólk

Ritgerð þessi er 10 eininga lokaverkefni til BA-prófs
í Tómsunda- og félagsmálafræði við Deild heilsueflingar, íþróttar og
tómstunda
á Menntavísindasviði Háskóla Íslands

© 2024 Sandra Karlsdóttir

Ritgerðina má ekki afrita nema með leyfi höfundar.

Ágrip

Í samfélagi sem skortir samkennd fá fordómar, útilokun og jaðarsetning frjóan jarðveg til að festa rætur. Mikilvægt er að leita leiða til að þjálfa samkennd ungs fólks svo að aðstæður fyrir inngildandi framtíðarsamfélag verði til staðar. Flóttaleikurinn *Í leit að öryggi* er hannaður með það markmið að auka þekkingu ungs fólks á málefnum fólks með flóttabakgrunn og að auka samkennd með þeim sem neyðast til að flýja heimili sín. Í leiknum þurfa þátttakendur að setja sig í þau spor að Ísland er ekki lengur öruggt land og að Jóhann, vinur þeirra, þarf að leggja af stað á flótta án þess að hafa mikinn tíma til undirbúnings. Þau leysa þrautir til að komast að því hvert hann ætli að fara, takast á við tungumála áskoranir, velja hvernig hegðun er viðeigandi með tilliti til menningar og fá upplýsingar um þær hættur sem fólk á flótta mætir. Leikurinn er hannaður með það í huga að auðvelt sé að taka hann á milli staða, þess vegna er hann í formi bakpoka sem er læstur og inniheldur allt sem þátttakendur þurfa til að taka þátt. Handbók fyrir leiðbeinendur inniheldur hugmyndir að ígrundandi spurningum til að kveikja í umræðum og auka líkur á að leikurinn verði að lærdómsferli en ekki bara að afþreyingu.

Efnisyfirlit

Ágrip.....	3
Formáli	5
1 Inngangur.....	6
2 Fólk á flóttu.....	8
2.1 Afleiðingar og áskoranir sem fylgja því að vera með flóttabakgrunn	9
3 Samfélagslegar áskoranir.....	12
3.1.1 Útlendingaandúð	12
3.1.2 Kenning um snertifleti á milli hópa	13
4 Samkennd	16
5 Hálf-formlegar námsaðferðir	18
5.1 Leikvæðing náms	19
5.1.1 Hönnun flóttaleikja.....	21
6 Í leit að öryggi	22
6.1 Spilun og þrautir	23
6.2 Umfjöllun um prófun á fræðslu.....	26
7 Umfjöllun.....	28
8 Lokaorð.....	30
Heimildaskrá.....	31

Formáli

Í mars 2022 fékk ég tækifæri til að fara í vettvangsnám til samtakana *Awesome People* í Örebro í Svíþjóð. Þar kynntist ég fræðslumiðuðum flóttaleikjum í fyrsta sinn. Það opnaðist heill heimur fyrir mér þegar ég prófaði fyrst að leysa flóttaleik sem þau höfðu hannað. Leikurinn var bæði skemmtilegur og krefjandi og á meðan ég keppti við tímann í að leysa allar þrautirnar og komast á leiðarenda áttaði ég mig ekki á því hvað ég væri að læra mikið. Það var ekki fyrr en í ígrunduninni eftir að ég hafði klárað þrautina sem ég áttaði mig á því hversu mikil fræðsla hafði verið fléttuð inn í þennan hálf tíma leik. Ég vissi strax að þetta væri eitthvað sem mig langaði að skoða betur og útfæra til að nota með ungu fólki á Íslandi.

Mig langar að þakka eiginmanni mínum, Guðna Gunnarssyni, fyrir hvatningu, stuðning, umburðarlyndi og þolinmæði á meðan á náminu stóð. Takk fyrir að hlusta á upplestur á öllum verkefnum og ritgerðum og fyrir að hvetja mig til að fylgja hjartanu í einu og öllu. Dætur mínar, Erika og Elísabet, fá einnig þakkir fyrir stuðning og vilja til að hlusta á mig tala um allt það sem ég hef verið að læra. Þá langar mig að þakka foreldrum mínum fyrir hvatningu og fyrir það að hafa trú á að ég kæmist í gegn um þetta nám þó langt væri liðið frá því að ég var seinast í námi. Síðast, en alls ekki síst, langar mig að þakka leiðbeinanda mínum, Semu Erlu Serdaroglu, fyrir að vera réttisýn og óhrædd fyrirmynd í lífi og starfi.

Þetta lokaverkefni er samið af mér undirritaðri. Ég hef kynnt mér Vísindasiðareglur Háskóla Íslands (sjá www.hi.is/haskolinn/log_og_reglur, undir Sameiginlegar reglur) Ég hef gætt viðmiða um siðferði í rannsóknum og fyllstu ráðvæðni í öflun og miðlun upplýsinga, og túlkun niðurstaðna. Notkun mín á heimildum er í samræmi við 4. mgr. 54. gr. Reglna fyrir Háskóla Íslands nr. 569/2009. Ég vísa til alls efnis sem ég hef sótt til annarra eða fyrri eigin verka, hvort sem um er að ræða ábendingar, myndir, efni eða orðalag. Ég þakka öllum sem lagt hafa mér lið með einum eða öðrum hætti en ber sjálf ábyrgð á því sem missagt kann að vera. Þetta staðfesti ég með undirskrift minni.

Reykjavík, 2. maí 2024

Sandra Karlsdóttir

1 Inngangur

Í PISA rannsókn frá 2023 leiddi í ljós að skortur er á samkennd og færni í samvinnu á meðal íslenskra nemenda (Unnur Guðnadóttir og Helgi Eiríkur Eyjólfsson, 2023). Í samfélagi þar sem vöntun er á samkennd er frjór jarðvegur fyrir jaðarsetningu, útilokun og fordóma til að festa rætur (Aldamen, 2023; Batson o.fl., 2009; Batson o.fl., 2002) og því er mikilvægt að grípa inn í þessa þróun til að skapa hér möguleika fyrir inngildandi (e. inclusive) framtíðarsamfélag þar sem öll geta verið virkir þátttakendur.

Með aukinni hnattvæðingu hefur fjölbreytileiki samfélaga um allan heim aukist og er Ísland engin undantekning á því. Í lok árs 2023 voru 71.424 íbúar á Íslandi innflytjendur eða um 18% allra íbúa landsins (Hagstofan, 2023). Orðræða, skautun, jaðarsetning og öfgahyggja ættu að kveikja á viðvörunarbjöllum hjá öllum sem vilja búa í sanngjörnu samfélagi (UNHCR, 2016). Þegar umræða um málefni flóttafólks á Íslandi einkennist markvisst af því að ala á ótta og gefa í skyn að fólk sem hefur þurft að flýja heimili sín séu öðruvísi en almennir íslenskir borgarar (Eyrún Eypórsdóttir og Kristín Loftsdóttir, 2019) verður lítið rými fyrir samkennd, skilning og umhyggju í garð þeirra sem neyðast til að flýja heimalönd sín (Aldamen, 2023; Rodriguez Martinez o.fl., 2024).

Til eru leiðir til að auka samkennd og hafa leikvæðing (e. gamification) á námi og fræðslu, reynslumiðað nám (e. experiential learning), fræðslumiðaðir flóttaleikir (e. educational escape rooms) og innlifun (e. immersive learning) í námi verið að ryðja sér til rúms með það markmið að auka áhuga og virkja þátttakendur til að gleyma sér í leik á sama tíma og þau eru að læra eða fræðast um fyrirfram ákveðið efni (Veldkamp o.fl., 2021; Mystakidis og Lympouridis, 2023; Pinto-Coelho o.fl., 2023; Sidekerskiené og Damaševičius, 2023). Með því að virkja þátttakendur til að taka ábyrgð á eigin lærdómi og framlagi til þess verða til aðstæður þar sem þau geta komist í flæði og gleymt því að það sé fyrirfram ákveðið markmið með fræðslunni sem fer fram (Mystakidis og Lympouridis, 2023).

Lokaverkefnið er tvíþætt, annars vegar flóttaleikurinn *Í leit að öryggi* og handbók fyrir leiðbeinendur og hins vegar þessi greinagerð sem styður við flóttaleikinn og handbókina með því að rýna í þann fræðilega grunn sem leikurinn byggir á. Í þessari greinagerð sem fylgir flóttaleiknum *Í leit að öryggi* verður skoðað með hvaða hætti er hægt að nota fræðslumiðaðan flóttaleik til að auka samkennd og skilning ungs fólks á aðstæðum fólks með

flóttabakgrunn og með því draga úr fordómum og útlendingaandúð. Í upphafi greinagerðarinnar er rýnt í aðstæður fólks á flóttu, hugmyndir um inngildandi samfélag og birtingarmyndir útlendingaandúðar á Íslandi. Þar á eftir verður fjallað um samkennd og hvernig samkenndartilfinningar geta dregið úr fordómum. Kenningar um hálf-formlegt nám og hönnun flóttaleikja eru skoðaðar áður en rýnt er í leikinn *Í leit að öryggi*, umfjöllun um prófun á leiknum með þátttakendum og umræður.

2 Fólk á flóttu

Aldrei hafa fleiri einstaklingar verið í þeirri stöðu að vera tilneydd til að yfirgefa heimili sín í leit að öryggi annarsstaðar, en samkvæmt tölum frá UNHCR, flóttamannastofnun Sameinuðu þjóðanna, voru 110 milljónir einstaklingar sem tilheyra þeim hópi um mitt árið 2023 (UNHCR, e.d.). Ástæður fyrir flóttu geta verið misjafnar og mikilvægt er að muna að það eru fjölbreyttir einstaklingar með margvíslegan bakgrunn á bak við tölurnar um fjölda flóttafólks en ekki einsleitur hópur fólks (Erla S. Kristjánsdóttir og Unnur Dís Skaptadóttir, 2019). Stríð, ofsóknir, ofbeldi, átök, mannréttindabrot eða aðrir atburðir sem valda verulegri röskun á samfélaginu eru meðal þeirra ástæðna sem neyða fólk til að leita sér að öryggi annarsstaðar (UNHCR, e.d.). Um mitt árið 2023 voru meira en helmingur, eða 52% þeirra sem voru á flóttu, frá Sýrlandi, Úkraínu og Afganistan (UNHCR, e.d.).

Meirihluti þeirra sem flýja heimili sín fara ekki yfir landamæri heldur eru þau á flóttu innan eigin lands, en samkvæmt tölum frá maí 2023 eru 62,5 milljónir einstaklingar á flóttu innan eigin lands (UNHCR, e.d.). Af þeim sem fara út fyrir landamærin fá 70% þeirra búsetu í nágrannaríkjum (UNHCR, e.d.) og eru það Tyrkland, Íran, Kólumbía, Þýskaland og Pakistan sem hýsa flest flóttafólk (UNHCR, e.d.).

Það eru mannréttindi að sækja um vernd í öðru landi þegar einstaklingur er ekki öruggur í eigin landi (UNHCR, e.d.a). Þegar einstaklingur sem hefur þurft að yfirgefa heimili sitt í leit að öryggi kemur til Íslands til að sækja um alþjóðlega vernd er ákveðið ferli sem tekur við. Sumt fólk á flóttu kemur hingað í boði íslenska ríkisins og er stundum kallað kvótaflóttafólk (Mannréttindaskrifstofa Íslands, e.d.). Það er þó mun algengara að fólk komi á eigin vegum til landsins í leit að vernd. Þau sem koma sjálf til Íslands í leit að vernd fá ekki sjálfkrafa stöðu flóttamanns við komu til landsins né þegar umsókn hefur verið skilað (UNHCR, e.d.a).

Fyrst um sinn, á meðan fólk bíður eftir viðurkenningu á stöðu sinni sem flóttamaður er fólk skilgreint sem umsækjandi um alþjóðlega vernd, síðan ef umsókn þeirra er samþykkt fær viðkomandi viðurkennda stöðu flóttamanns (Mannréttindaskrifstofa Íslands, e.d.). Einstaklingar sem ekki fá viðurkennda stöðu flóttamanns eiga möguleika á að fá dvalarleyfi af mannúðarástæðum eða bráðarbirgðar dvalarleyfi, en ef hvorugt af þessu fæst er þeim vísað úr landi (Mannréttindaskrifstofa Íslands, e.d.). Í þessari greinagerð verður fjallað um fólk með

flóttabakgrunn, en það nær yfir öll þau sem hafa þurft að yfirgefa heimalönd sín í leit að öryggi sama hvort sú staða hefur verið viðurkennd af móttökulandi eða ekki.

2.1 Afleiðingar og áskoranir sem fylgja því að vera með flóttabakgrunn

Það getur almennt reynst flókið að venjast nýjum veruleika eftir flutninga á milli landa, en það að venjast nýjum veruleika eftir að hafa neyðst til að flýja heimaland sitt krefst mikillar seiglu ásamt stuðnings frá samfélaginu (Erla og Unnur Dís, 2019 ; Spyropoulou o.fl., 2022). Fólk með flóttabakgrunn býr við lakari félagsauð en aðrir (Rodriguez Martinez o.fl., 2024; Sarkadi o.fl., 2023). Þau eru einnig líklegri til að upplifa félagslega einangrun, fordóma og útilokun frá samfélaginu en aðrir samfélagshópar (Aldamen, 2023; UNHCR, 2016; Spyropoulou o.fl., 2022). Þar að auki margfaldast áhrif þessara útilokunar á andlega heilsu og velferð þeirra vegna fyrri áfalla sem leiddu til þess að lagt var á flótta og þeirra áfalla sem viðkomandi kann að hafa upplifað á leið sinni í leit að öryggi (Aldamen, 2023; Rodriguez Martinez o.fl., 2024; Sarkadi o.fl., 2023).

Það að hafa flóttabakgrunn margfaldar líkur þess að viðkomandi hafi gengið í gegnum ýmiskonar áföll í lífinu, ýmist áður en lagt er á flótta, á meðan á honum stendur og eftir að vernd hefur fengist í nýju landi (UNHCR, 2016). Fólk er því oft með áfallastreituröskun, lélegt sjálfsmat og aðrar andlegar áskoranir sem hefur áhrif á velferð þeirra (Huddleston, 2016). Þar að auki valda þessar áskoranir því að aukin hættu er á sjálfsskaða og sjálfsvígum (Helga Tryggvadóttir og Unnur Dís Skaptadóttir, 2018). Í skýrslu sem Alþjóðamálastofnun Háskóla Íslands vann fyrir innanríkis- og velferðarráðuneytin árið 2016 kemur fram að skortur er á sálfræðipjónustu fyrir fólk með flóttabakgrunn og bent er á mikilvægi þess að auka aðgengi að þeirri þjónustu og að hún þurfi að vera fólki að kostnaðarlausu til að fjárhagur hamli ekki aðgengi.

Félagsskapur er tilgreindur sem grunnþörf og kemur í beinu framhaldi af líkamlegum þörfum samkvæmt þarfapíramída Maslows (1943). Þegar líkamlegum þörfum hefur verið mætt, það er að segja, matur, vatn og húsnæði, eru það félagslegar þarfir sem stýra hegðun fólks (Maslow, 1943). Þó svo að íslenska ríkið sér til þess að líkamlegum þörfum fólks með flóttabakgrunn eru, undir eðlilegum kringumstæðum, mætt (Mannréttindaskrifstofa Íslands, e.d.) hafa félagslegar þarfir þeirra ekki verið settar í forgang heldur stuðla kerfislegar hindranir beinlínis að því að fólk eigi erfitt með að taka þátt í samfélaginu (Helga og Unnur

Dís, 2018; Alþjóðamálastofnun Háskóla Íslands, 2016.). Rannsóknir sýna að félagsleg einangrun, eða skortur á félagslegum samskiptum, hefur neikvæð áhrif á bæði líkamlega og andlega heilsu ásamt því að hún stytir lífaldur þeirra sem búa við einangrun (Leigh-Hunt o.fl., 2017). Fólk með flóttabakgrunn er því í sérstaklega viðkvæmri stöðu vegna félagslegra aðstæðna sem þau búa við (Helga og Unnur Dís, 2018).

Á meðan beðið er eftir úrvinnslu umsóknar um alþjóðlega vernd hafa einstaklingar hér á landi ekki atvinnuleyfi (Stjórnarráð Íslands, 2024) og er því mikill frítími sem skapast. Í grein Helgu Tryggvadóttur og Unnar Dísar Skaptadóttur (2018) þar sem fjallað er um þær hindranir sem umsækjendur um alþjóðlega vernd mæta hér á landi á meðan beðið er eftir svari frá Útlendingastofnun er meðal annars minnst á að einstaklingar hafi mikinn frítíma og fáa möguleika til að fylla hann. Vegna þeirra hindrana sem standa í vegi fyrir því að taka þátt í atvinnulífinu verður til tómarúm og einn viðmælandi Helgu og Unnar Dísar lýsti því þannig að það væri erfitt að hafa ekkert fyrir stafni nema að borða og sofa, að hann upplifði sólarhringinn fimmtíu klukkustundir í stað tuttugu og fjögurra. Þegar mikill leiði einkennir frítíma (e. leisure boredom) verður til ástand þar sem einstaklingur upplifir að þær athafnir sem fylla frítíma þeirra séu tilgangslausar og getur það haft í för með sér félagslega uppgjöf ásamt því að hafa neikvæð áhrif á andlega og líkamlega líðan (Spruyt o.fl., 2018).

Fjarlægð frá fjölskyldu og ástvinum býr einnig til álag hjá fólki sem bíður eftir að fá samþykka fjölskyldusameiningu (Huddleston, 2016; Helga og Unnur Dís, 2018). Í þeim aðstæðum sem fylgja því að vera á flótta getur það gerst að fjölskyldur sundrast (UNHCR, e.d.b). Það er grundvallarréttur fólks að vera með fjölskyldum sínum og er því algengt að einstaklingur sem fengið hefur alþjóðlega vernd óski eftir því að aðrir fjölskyldumeðlimir fái einnig vernd til þess að fjölskyldan geti búið saman, dvalarleyfi sem fengið er á þessum forsendum kallast fjölskyldusameining (UNHCR, e.d.b). Á Íslandi er fjölskyldusameining takmörkuð við kjarnafjölskyldu sem þýðir að einungis maki, sambúðarmaki, börn yngri en 18 ára sem eru í forsjá og framfærslu viðkomandi og foreldrar eldri en 67 ára eiga rétt á að sameinast fjölskyldumeðlimi sem fengið hefur vernd hér á landi (Ísland.is, 2023). Það liggur því ljóst við að jafnvel þó einstaklingur sem hefur fengið vernd á Íslandi hefur fengið fjölskyldusameiningu fyrir öll þau sem eiga rétt á því eru enn til staðar áhyggjur og streita

tengd því að aðrir fjölskyldumeðlimir og ástvinir búa enn við óöruggt ástand í heimalandi eða í leit að öryggi annarsstaðar.

Mannréttindafulltrúi Evrópuráðsins bendir á að fjölskyldusameining styður við og leiðir til betri inngildingar í nýju landi (Huddleston, 2016). Það reynist hins vegar löng bið og oft á tíðum erfitt að fá fjölskyldusameiningu samþykktu hér á landi eins og á fleiri stöðum í Evrópu og leiðir það til þess að fjölskyldumeðlimur með flóttabakgrunn hefur áhyggjur af þeim sem enn búa við ótryggar aðstæður, eru jafnvel í flóttamannabúðum eða á átakasvæðum (Huddleston, 2016; Alþjóðamálastofnun Háskóla Íslands, 2016). Þessar aðstæður valda mikilli streitu og ýta undir félagslega einangrun þeirra sem komin eru í öruggt umhverfi.

Viðmælendur í skýrslu Alþjóðamálastofnunar Háskóla Íslands (2016) og í grein Helgu og Unnar Dís (2018) lýstu því að tungumálaerfiðleikar gera það að verkum að erfitt er að taka þátt í íslensku samfélagi. Þetta hamlar aðgengi að atvinnumarkaðinum, gerir inngildingu erfiðari og ýtir undir einangrun (Helga og Unnur Dís, 2018; Huddleston, 2016). Íslenskukunnátta er lykillinn að íslensku samfélagi, hún auðveldar aðgengi að upplýsingum um réttindi fólks, er nauðsynleg til að sækja menntun og gerir samskipti við aðra íbúa aðgengilegri (Alþjóðamálastofnun Háskóla Íslands, 2016; Huddleston 2016).

Það getur reynst erfitt að lesa í menningu og bregðast við á þann hátt sem ætlast er til og eru það einnig áskoranir sem fólk með flóttabakgrunn mætir í nýju landi (Alþjóðamálastofnun Háskóla Íslands, 2016). Sum þeirra sem koma til landsins fá stuðning við að læra á íslenskt samfélag með aðstoð stuðningsfjölskyldna eða leiðsagnavina sem eru í sjálfboðastarfi hjá Rauða Krossi Íslands (Alþjóðamálastofnun Háskóla Íslands, 2016). Þessi stuðningur stendur hins vegar ekki öllum til boða og eins og áður hefur komið fram er félagsleg einangrun mikil. Munur á lífsreynslu og upplifunum fólks með flóttabakgrunn og Íslendinga gerir það einnig að verkum að erfitt getur verið fyrir fólk með flóttabakgrunn að kynnst og finna sameiginlega fleti til að eiga samskipti við Íslendinga (Helga og Unnur Dís, 2018). Aðgengi fólks með flóttabakgrunn að Íslendingum er einnig ákveðin hindrun í að upplifa sig hluti að samfélaginu. Í skýrslu Alþjóðamálastofnunar Háskóla Íslands (2016) er til að mynda bent á að skortur er á vettvangi til að kynnst Íslendingum og eiga í samskiptum því Íslendingar eru almennt uppteknir og ekki opin fyrir því að kynnst ókunnugum.

3 Samfélagslegar áskoranir

Mikilvægt er að byggja upp og stuðla að samfélagi sem styður við fjölmenningu og fjölbreytni, samfélag sem lýtur ekki á fjölmenningu sem hindrun heldur með jákvæðum augum, þar sem fjölbreytileiki er eftirsóknarverður og álitin styrkur (UNHCR, 2016). Berglind Rós Magnúsdóttir (2016) lýsir inngildingu sem andstæðunni við útilokun, það er að segja að það lýsi því að einhver sé meðtekinn, fullgildur þátttakandi. Evrópunefndin gegn kynþáttafordómum og umburðarleysi (ECRI) lýsir hugtakinu sem stefnu sem miðar að því að veita öllum jöfn réttindi og tækifæri með því að skapa aðstæður sem gera öllum þegnum kleift að taka fulla og virka þátttöku í samfélaginu (ECRI, e.d.). Nefndin bendir jafnframt á þá miklu möguleika og verðmæti sem koma flóttafólks til Evrópulanda býður upp á og það að lykill að farsælli inngildingu felst bæði í stuðningi almennings og jákvætt viðhorf þeirra til fjölbreytileika (ECRI, e.d.). Fjölmíðlar og opinber umræða fólks í stjórnálum getur ýmist haft styðjandi eða sundrandi áhrif á viðhorf til fjölmenningar og er því mikilvægt að nýta þann vettvang til uppbyggingar og samstöðu með minnihlutahópum (ECRI, e.d., Kristín Loftsdóttir, 2018.).

3.1.1 Útlendingaandúð

Í greininni „Grýta þetta pakk“ fjalla Eyrún Eypórsdóttir og Kristín Loftsdóttir (2019) um haturstjáningu í íslensku samhengi og benda þær á að orðræða stjórnmalafólks og fjölmíðla hér á landi skapi rými fyrir fordómafulla umræðu sem meðal annara beinist gegn fólki með flóttabakgrunn. Flóttamannastofnun Sameinuðu þjóðanna skilgreinir útlendingahatur sem hvers kyns tjáningu sem ræðst á eða notar niðrandi orðalag með vísan til einstaklings eða hóps á grundvelli þess hver þau eru, það er að segja vegna trúarbragða, uppruna, þjóðernis, kynþáttar, litarháttar, ætterni, kyni eða öðrum persónu einkennum og nær til allrar ræðu, skrifa eða hegðunar (UNHCR, 2023).

Birtingarmynd útlendingahaturs er meðal annars orðræða um að flóttafólk sé of kostnaðarsamt fyrir samfélagið, valda of miklu álagi á innviði, þau séu tengd við glæpi og að þau eiga erfitt með að aðlagast sig að þeim hefðum og hefðbundinni samfélagsmynd þess lands sem þau búa í (Aldamen, 2023; Rodriguez Martinez o.fl., 2024; Spyropoulou o.fl., 2022). Í íslensku samhengi birtist þetta til dæmis í umræðu um að ákveðnir menningarhópar eiga erfitt með eða séu ófær um að aðlagast íslensku samfélagi og að þeirra menning sé ógn

við íslenska menningu (Eyrún og Kristín, 2019). Ýtir þessi orðræða undir aðskilnað og öðrun (e. othering) gagnvart fólki með flóttabakgrunn (Wu og Jia, 2023) sem leiðir til þess að einstaklingar upplifi síður samkennd gagnvart aðstæðum þeirra (Allport, 1954).

Mikil aukning hefur orðið á skráningu hugsanlegra hatursglæpa hér á landi, en samkvæmt svari Ríkislögreglustjóra við fyrirspurn Heimildarinnar voru um tvöfalt fleiri tilvik skráð árið 2023 en árið þar á undan (Ragnhildur Þrastardóttir, 2024). Af þeim 47 atvikum sem voru skráð voru 20 þeirra vegna þjóðernis eða trúarbragða og tekið er fram í grein Ragnhildar á Heimildinni (2024) að 17 þeirra tilvika sem voru skráð voru brot þar sem ráðist var á einstakling eða hóp vegna litarháttar, kynþáttar, trúarbragða eða kynhneigðar með rógi, smánun, ógnun eða öðrum hætti. Til samanburðar voru 9 slík brot skráð árið 2022.

Það er mikilvægt að hafa jákvæðar fyrirmyndir í samfélaginu. Samkvæmt félagsmiðaðri námskenningu lærir fólk af því að fylgjast með öðru fólki, sér í lagi þeim sem eru álitin valdamikil eða svipuð okkur sjálfum (Bandura, 1977). Í þessu samhengi skiptir mjög miklu máli hvernig stjórnmalafólk og önnur sem eru í valdastöðu tala um fólk með flóttabakgrunn og hvaða viðhorf þau tjá opinberlega um fjölmenningu. Þannig er til að mynda talið að þegar valdamiklir einstaklingar í samfélaginu hafa uppi haturstjáningu ýtir það undir að fleiri taki undir hana og valda því að áhrif hennar beri með sér meiri afleiðingar fyrir þann hóp sem tjáningin beinist gegn (Eyrún og Kristín, 2019).

3.1.2 Kenning um snertifleti á milli hópa

Gordon W. Allport lagði fram kenningu um snertifleti á milli hópa (e. contact theory) þar sem talið er að aukin samskipti og jákvæðar upplifanir á milli einstaklinga sem tilheyra ólíkum hópum væri mikilvægur liður í að draga úr fordómum (Allport, 1954). Eins og aðrar kenningar sem hafa verið til lengi hefur þessi kenning þróast heil mikið síðan hún var fyrst lögð fram og er hún nú talin skiptast upp í beina snertifleti á milli hópa (e. direct intergroup contact) og óbeina snertifleti á milli hópa (e. indirect intergroup contact). Þar sem ekki er alltaf raunhæft að eiga í raunverulegum upplifunum með fólki sem tilheyrir mismunandi samfélagshópum, til að mynda vegna ójafnar stöðu hópanna, eða þegar beinar upplifanir geta valdið skaða, kvíða eða óvissu hafa óbeinir snertifletir verið lagðir fram sem annar kostur (White o.fl., 2020).

Óbeinum snertiflötum er hægt að skipta upp í þrjá flokka, framlengdir snertifletir (e. extended contact), afleiddir snertifletir (e. vicarious contact) og ímyndaðir snertifletir (e. imagined contact). Framlengdum snertiflötum er lýst þannig að þegar einhver sem er náinn, til dæmis vinur eða fjölskyldumeðlimur, á vin úr öðrum hóp býr það til traust og dregur úr fordómum gegn öðrum hópmeðlimum. Þessi tegund snertiflata er þó talin vera áhrifaminnst og erfið í mælingum (White o.fl., 2020). Því næst eru afleiddir snertifletir, en það lýsir því þegar einstaklingur er áhorfandi á upplifanir og samskipti á milli hópa, sem dæmi má minnast á fjölmiðla og afþreyingaefni eins og sjónvarpsþætti, kvikmyndir eða bækur. Þar sem frétt næmt efni snýr oft en ekki að átökum og öðrum erfiðum málum sýna fjölmiðlar ekki oft jákvæð samskipti á milli hópa og er það því líklegra til að auka fordóma en að draga úr þeim (White o.fl., 2020). Síðast en ekki síst eru ímyndaðir snertifletir sem er sá vinkill kenningarinnar sem flóttaleikurinn *Í leit að öryggi* byggir á. White o.fl (2020) lýsa þeim sem hugrænum eftirlíkingum af jákvæðum upplifunum á milli hópa.

Rannsóknir hafa sýnt að með því að ímynda sér jákvæðar upplifanir á milli hópa getur það dregið úr fyrirfram ákveðnum hugmyndum um hópmeðlimi og aukið jákvæðar tilfinningar gagnvart þeim (Husnu og Crisp, 2014; Vezzali o.fl., 2015). Þessi aðferð, ímyndaðir snertifletir, er sérstaklega áhrifarík þegar hún er notuð með börnum (Vezzali o.fl., 2015). Í rannsókn Vezzali o.fl. (2015) sem gerð var með ítölskum grunnskólabörnum á aldrinum 8-10 ára kom í ljós að ímyndaðar upplifanir með meðlimum ólíkra hópa var álíka árangursrík og raunverulegar upplifanir á milli hópa í að draga úr fordómum.

Það að geta sett sig í spor annara (e. perspective-taking) er einnig mikilvægt til að draga úr fordómum. Rannsókn Husnu og Crisp (2014) sem gerð var í Kýpur gekk út á að skoða hvort ímynduð jákvæð upplifun tyrkneskra Kýpverja og grískra Kýpverja myndi draga úr fordómum þeirra á milli. Rannsóknin sýndi fram á þátttakendur sem höfðu ímyndaðar jákvæðar upplifanir á milli hópana áttu auðveldara með að setja sig í spor grískra Kýpverja og mældust með minni fordóma en þau sem voru í viðmiðunarhópnum.

Saman hafa félagsmiðuð námskenning Bandura og kenning Allports um snertifleti á milli hópa verið notaðar sem grunnur að verkefnum þar sem aukin samskipti á milli ólíkra hópa eru notuð til að draga úr fordómum og einelti sem einkennist af kynþátta- og/eða menningarfordómum (e. ethnic bullying) (Spyropoulou o.fl., 2022; Wu og Jia, 2023). Wu og

Jia (2023) segja frá ýmsum verkefnum og aðferðum sem nýttar hafa verið í skólum til að draga úr einelti sem einkennist af kynþátta- og/eða menningarfordómum í grein sinni sem fjallar um að valdefla nemendur til að vinna gegn einelti af þessu tagi. Um leið minna þau á að í fjölmennningarlegu samfélagi gegna skólar mikilvægu starfi í að auka víðsýni, skilning og gagnkvæma virðingu á milli ólíkra samfélagshópa.

Gríska vináttu verkefnið (e. Friendship Project – Greece) er verkefni sem hefur það markmið að stuðla að jákvæðum samskiptum og upplifunum á milli grískra grunnskólanema og barna með flóttabakgrunn. Þetta fjögurra vikna verkefni inniheldur meðal annars myndbönd um fólk á flóttu, samvinnuverkefni þar sem nemendur ímynda sér að þau eru sjálf í erfiðum aðstæðum og ígrundun um hvernig þau myndu vilja að þeim væri mætt. Vonir eru bundnar við að verkefni eins og þessi geta verið liður í að auka víðsýni og draga úr útlendingahatri Grikkja, sér í lagi ungra Grikkja (Spyropoulou o.fl., 2022).

Sýnileiki jákvæðra samskipta og jákvæðra upplifana af fjölmenningu er mikilvægur, sérstaklega þegar orðræða í samfélaginu ýtir undir það að fólk með flóttabakgrunn sé öðruvísi en þau sem eru innfædd (Allport, 1954). Fólk á erfitt með að setja sig í spor þeirra sem það upplifir að séu öðruvísi eða minna virði en þau sjálf og gerir það að verkum að það upplifir síður samkennd með þeim sem tilheyrir minnihlutahópum (Allport, 1954). Mikilvægt er því að vinna að því að auka samkennd með þeim sem hafa flóttabakgrunn til að draga úr jaðarsetningu og fordómum í þeirra garð (Allport, 1954; Batson o.fl., 2002).

4 Samkennd

Þar sem skilgreiningar á hugtakinu samkennd geta verið margar, verður stuðst við skilgreiningu C. Daniel Batson o.fl. (2009) sem lýsa samkennd ekki sem einni ákveðinni tilfinningu heldur er hún samspil margra tilfinninga sem hafa það sameiginlegt að snúa að velferð annara. Hægt er að upplifa samkennd sem samúð, umhyggju eða mildi, tilfinningum sem einstaklingar upplifa oftast gagnvart öðrum, en einnig getur samkennd birtst sem sorg, reiði eða áhyggjur sem eru tilfinningar sem almennt snúa ekki endilega að öðrum. Það sem gerir þessar tilfinningar að samkennd er að þær snúa ekki að þeim sem er að upplifa tilfinninguna, það er að segja viðkomandi upplifir ekki reiði vegna eigin aðstæðna, heldur eru þetta tilfinningar sem viðkomandi upplifir með því að setja sig í spor annars (Batson o.fl. 2009). Rannsóknir sýna fram á að þegar einstaklingar upplifa samkennd með öðrum eru þau líklegri til að upplifa einnig löngun til að styðja við viðkomandi eða hjálpa þeim með það markmið að auka vellíðan þeirra og lífsgæði (Batson o.fl., 2009; Batson o.fl., 2002; Batson o.fl., 2015). Með aukinni samkennd er hægt að draga úr árásagirni gagnvart þeim sem við finnum til með og tilhneigingin til að kenna þeim um þær aðstæður sem þau eru í (e. victim blaming) minnkar (Batson o.fl., 2015).

Rannsóknir hafa sýnt fram á að þegar einstaklingar upplifa samkennd með fólki sem tilheyrir öðrum samfélagshópum en þau sjálf getur það aukið jákvæðar tilfinningar gagnvart hópnum sem heild (Batson o.fl., 1997). Í grein Batson o.fl. (2014) er fjallað um að markviss vinna við að auka samkennd hefur verið notuð til að draga úr fordómum tengdum kynþætti og uppruna en einnig hefur samkenndarþjálfun verið notuð gagnvart öðrum jaðarsettum hópum svo sem fötluðu fólki, hinsegin fólki, heimilislausu fólki og fleiri hópum. Hefur aukin samkennd með ólíkum hópum einnig verið notuð til að vekja jákvæðar tilfinningar fólks til dýra sem verða fyrir skaða vegna mengunar í þeim tilgangi að hvetja til samstöðu fyrir verndun þeirra (Schultz, 2000). Þessi áhrif urðu einnig mjög sýnileg með aukningu á áhuga almennings á velferð hvala eftir að myndin *Free Willy* kom út árið 1993 (Batson o.fl., 1997).

Batson o.fl. (2014) vísa til þriggja þrepa líkans til að nota samkennd til að draga úr fordómum. Líkanið hefur stundum verið kallað samkennd-viðhorf-aðgerð líkan (e. empathy-attitude-action model) og lýsir því hvernig aukin samkennd breytir viðhorfi sem síðan leiðir til aðgerðar (Batson o.fl., 2014). Með því að setja sig í spor einhvers sem tilheyrir

minnihlutahóp, til dæmis með því að horfa á sjónvarpsefni sem segir sögu út frá sjónarhorni þess sem tilheyrir minnihlutahóp, eykst samkennd og skilningur á aðstæðum þeirra (Batson o.fl., 2014). Viðkomandi getur ímyndað sér þær aðstæður sem einstaklingurinn býr við og upplifir að þær séu ósanngjarnar. Þessi sýn eykur samkennd og löngun til að að huga að velferð og bæta aðstæður þess sem um ræðir Þegar gildi þess að auka velferð einstaklingsins sem tilheyrir minnihlutahópnum eykst, eykur það samtímis upplifun af mikilvægi þess að huga að velferð annara sem einnig tilheyra sama hópi (Batson o.fl., 2014). Aukin samkennd með jaðarsettum einstaklingi eykur þar að leiðandi löngun til að bæta aðstæður jaðarsetta hópsins sem þau tilheyra (Batson o.fl., 2014).

Rannsóknir hafa sýnt fram á að samkennd dregur úr fordómum, jaðarsetningu og því að þolanda er kennt um eigin aðstæður (Batson o.fl., 2002; Sarkadi o.fl., 2023; Spyropoulou o.fl., 2022). Skortur á samkennd ýtir hinsvegar undir útlendingaandúð og haturstjáningu (Aldamen, 2023). Þegar skaðleg tjáning sem þessi fær að viðgangast eykur hún líkur á að draga úr samkennd annara í garð innflytjenda og fólks með flóttabakgrunn (Aldamen, 2023). Aukin kynni einstaklinga á milli hópa eykur samkennd og dregur úr tilhneigingu til að alhæfa um hópana eða aðskilja þau sem tilheyra ekki sömu hópum samkvæmt rannsókn Ruck o.fl. (2011) sem skoðaði hvaða áhrif það hefur á börn að eiga vini af ólíkum uppruna.

PISA könnun frá árinu 2023 sýndi fram á að íslenskir unglingar standa ekki sterkum fótum þegar kemur að samvinnu og samkennd (Unnur og Helgi Eiríkur, 2023). Eins og fram hefur komið getur skortur á samkennd stuðlað meðal annars að útlendingaandúð og haturstjáningu (Aldamen, 2023). Ætti þessi staða því að vekja athygli þeirra sem vinna með börnum og ungu fólki og verða til þess að gripið verði inn í með markvissum leiðum til að þjálfa samkennd.

5 Hálf-formlegar námsaðferðir

Það eru eflaust margar leiðir og aðferðir sem hægt er að styðjast við til að auka samkennd ungs fólks. Í þessari greinagerð verður einblínt á hálf-formlegar námsaðferðir (e. non-formal education) og notast verður við skilgreiningu Kolbrúnar Þ. Pálsdóttur (2016) sem lýsir hálf-formlegu námi, eða ekki-formlegu námi, sem nám eða lærdómur sem á sér stað á milli formlegs náms í skólum og óformlegs eða tilviljanakennds náms sem á sér stað í skóla lífsins. Í hálf-formlegu námi fá einstaklingar mikla stjórn á því sem þau vilja læra, með hverjum, hvenær og hvar, en munurinn á hálf-formlegu og óformlegu námi er að námið er ekki tilviljanakennt eins og í óformlegu námi heldur er það leitt af þjálfara, lóðsara eða leiðbeinenda sem leiðir þátttakendur í gegnum einhverja reynslu sem er svo fylgt eftir með ígrundun til þess að yfirfæra þessa reynslu og stuðla með því að lærdómsferlið sé klárað (Brander o.fl., 2020; Knoch o.fl., 2021).

Reynslumiðað nám (e. experiential learning) er stór hluti af hálf-formlegu námi og byggir á hugmyndafræði John Dewey (1986) um að þó að öll reynsla sé ekki endilega lærdómsrík þá verður allur lærdómur til af reynslu eða upplifun. Í þessu námsformi er upplifun þátttakenda lykillinn að því að þekking verður til með því að yfirfæra reynsluna á daglegt líf. David Kolb (1984) byggir ofan á þessa hugmyndafræði með lærdómshringnum sínum sem gengur út á að nám eða lærdómur er ekki línulegt ferli heldur síendurtekið, opið ferli.

Lærdómsferlið hefst á upplifun eða reynslu þátttakanda og heldur áfram með ígrundun um reynsluna, þátttakendur mynda svo tengingar til að yfirfæra upplifunina á önnur svið í eigin lífi og prufa sig áfram við að beita þessari nýju þekkingu í raunverulegum aðstæðum daglegs lífs (Knoch o.fl., 2021; Kolb, 1984; Morris, 2020). Í hálf-formlegu námi fer þetta lærdómsferli fram undir handleiðslu leiðbeinanda eða annara sem hefur umsjón með og aðstoðar þátttakendur við að klára allt lærdómsferlið (Brander o.fl., 2020; Knoch o.fl., 2021; Morris, 2020). Mjög mikilvægt er að tryggja að farið sé í gegn um alla þætti lærdómshringsins því að með því að yfirfæra reynsluna verður þekking til (Kolb, 1984).

5.1 Leikvæðing náms

Á undanförunum árum hefur leikvæðing (e. gamification) á kennslu og fræðslu rutt sér til rúms og hafa fræðslumiðaðir flóttaleikir verið notaðir innan veggja skóla og í hálf-formlegu námi (Veldkamp o.fl., 2021; Sidekerskiené og Damaševičius, 2023). Hér á landi er áhugasamur hópur kennara sem hefur verið að nýta sér þessa tækni í kennslu og hefur sá hópur helst stuðst við leikjasett frá BreakoutEDU (Hanna Lísu Einarsdóttir, 2021). Það er áhugavert að lesa að flestir viðmælendur í rannsókn Hönnu Lísu (2021) segja frá því hversu góðir leikir séu til að þjálfa samvinnu nemenda. Einnig er fjallað um að nemendur séu áhugasöm og spennt fyrir því að taka þátt í leikjunum því þeir brjóta upp hefðbundna kennslu og reyna á fjölbreytta hæfni. Ummæli eins viðmælanda um að nemendur sem eiga í erfiðleikum með nám og hafa ekki náð að fylgja jafnöldrum sínum geta samt sem áður tekið virkan þátt í að leysa þrautirnar í leiknum lýsir vel mikilvægi þess að nota fjölbreyttar aðferðir í námi til að virkja nemendur á jaðrinum (Hanna Lísu, 2021).

Flóttaleikir (e. escape rooms) eru leikir þar sem þátttakendur þurfa að vinna saman að því að leysa ákveðnar þrautir innan tímaramma til að uppfylla fyrirframákveðin markmið (Veldkamp o.fl., 2021; Dixon o.fl., 2021). Fyrstu flóttaleikirnir voru með þeim hætti að þátttakendur voru læst inni í herbergi og þurftu að vinna með það sem var inni í herberginu til að komast út úr því áður en tíminn rann út og hafa flóttaherbergi víðsvegar um heiminn náð miklum vinsældum sem afþreying, hópefli og leið til að skerpa á lausnamiðaðri hugsun (Dixon o.fl., 2021).

Flóttaleikir eru í grunninn hópverkefni og ef passað er upp á fjölbreytileika þrauta eru þeir vel til þess fallnir að tryggja virka þátttöku allra hópmeðlima og auka færni í samvinnu (Veldkamp o.fl., 2021). Með því að tryggja að fjölbreyttar þrautir séu til staðar í leiknum er gert ráð fyrir að þátttakendur þurfi að nota margvíslegar aðferðir og þekkingu til að finna lausnir, til að mynda þurfa þátttakendur að átta sig á munstri, draga ályktanir, taka eftir smáatriðum, leggja á minnið og geta greint aðalatriði frá smáatriðum (Veldkamp o.fl., 2021; Dixon o.fl., 2021; Sidekerskiené og Damaševičius, 2023). Þar sem margskonar færni er krafist eru þessir leikir einstaklega góð verkfæri til að byggja upp hæfileika til samvinnu og styrkja teymisvinnu (Dixon o.fl., 2021).

Kenning Csikszentmihalyi (1990) um flæðisástand lýsir flæði sem því ástandi sem verður til þegar einstaklingur verður svo niðursokkinn í það sem þau eru að gera að ekkert annað virðist skipta máli, að upplifunin sé svo ánægjuleg að þeim langi ekki að hætta því sem þau eru að gera. Það eru ákveðin atriði sem þurfa að vera til staðar til að flæðisástand náist, meðal þeirra er það að verkefnið sem verið er að leysa sé nægilega krefjandi til að halda einbeitingu en ekki svo krefjandi að einstaklingurinn gefist upp (Csikszentmihalyi, 1990).

Þegar fræðslumiðaðir flóttaleikir eru notaðir í fræðslu er markmiðið meðal annars það að þátttakendur sökkvi sér í viðfangsefnið og gleyma sér í að keppast við tímann (Veldkamp o.fl., 2021). Í því flæðisástandi skapast kjörið tækifæri til að læra, þátttakendur eru að upplifa margþætta áskorun þar sem þau auka vitsmunalegan, tilfinningalegan og andlegan skilning á þemanu sem verið er að vinna með (Mystakidis og Lympouridis, 2023). Markmið þess að veita fræðslu með þessum hætti er ekki eingöngu að miðla þekkingu heldur er markmiðið það að stuðla að breyttri hugsun, hegðun og tilfinningum þátttakenda (Veldkamp o.fl., 2021; Mystakidis og Lympouridis, 2023; Pinto-Coelho o.fl., 2023). Rannsóknir hafa sýnt fram á að aukin samkennd er meðal þess sem þátttakendur segjast hafa lært af því að setja sig í spor annara í fræðslumiðuðum flóttaleikjum (Sidekerskiené og Damaševičius, 2023).

Stafrænir fræðslumiðaðir flóttaleikir voru verkfæri sem tveir spænskir háskólar gripu til þegar heimsfaraldur hamlaði skólasterfi (Rodríguez-Ferrer o.fl., 2022). Hjúkrunarnemar fengu það verkefni að leysa flóttaherbergi á netinu með það markmið að auka þekkingu á og draga úr fordómum gegn andlegum veikindum sjúklinga (Rodríguez-Ferrer o.fl., 2022). Niðurstöður rannsóknar sem Rodríguez-Ferrer o.fl. (2022) framkvæmdu samhliða því að nemendur leystu flóttaherbergið sýndu að um 80% nemenda töldu að spilun leiksins hafi orðið til þess að auka samkennd þeirra með sjúklingum sem glíma við alvarleg andleg veikindi.

Flóttaleikir sem hannaðir eru með það markmið að auka samkennd fá þátttakendur markvisst til að setja sig ýmist í spor einhvers sem tilheyrir jaðarsettum hópi, í spor aðstandanda þess eða sem utanaðkomandi sem þarf að horfast í augu við fordóma. Sem dæmi má nefna leiki eins og þá sem samtökin Awesome People og aðrir samstarfsaðilar hönnuðu í Escape the phobia, verkefni sem styrkt var af Erasmus+ . Leikirnir höfðu allir það

markmið að draga úr útlendingaandúð meðal ungs fólks á aldrinum 15-20 ára og voru þemu leikjanna fordómar gegn fólki af afrískum uppruna (e. afrophobia), fordómar gegn múslímum (e. islamophobia) og fordómar gegn hinseginfólki (Awesome People, e.d.).

5.1.1 Hönnun flóttaleikja

Það er ýmislegt sem gott er að hafa í huga þegar hafist er handa við að hanna fræðslumiðaðan flóttaleik. Samkvæmt Sidekerskiené og Damaševičius (2023) er fyrsta skrefið að ákveða lærdóms markmið og útkomu leiksins fyrir þátttakendur. Hönnuður þarf að spyrja sig að því hvaða þekking, hugmynd eða hegðun er unnið að því að breyta eða auka með þátttöku í leiknum. Næst þarf að búa til spennandi sögu og bakgrunn sem setur sviðið fyrir leikinn, eitthvað sem fær þátttakendur til að setja sig í þau spor að þau eru að fara að leysa verkefni.

Mikilvægt er að kynna sér málefni sem tengjast þema leiksins vel og finna til staðreyndir, tölfræði eða annað sem hægt er að nota sem lausnir við þrautum (Gábor og Vassiljev, 2022). Einnig er mikilvægt að hanna þrautir sem eru viðeigandi fyrir þátttakendur, ekki svo léttar svo það sé engin áskorun að leysa þær en heldur ekki svo erfiðar að þau gefist upp á að finna að lausn. Gott er að miða að því að byrja með þraut sem er auðvelt að leysa og þyngja svo eftir því sem líður á leikinn (Gábor og Vassiljev, 2022; Sidekerskiené og Damaševičius, 2023). Þegar grunnurinn að leiknum er tilbúinn þarf að huga að því hvernig lærdómnum verður fylgt eftir, hvernig efnið verður ígrundað til að hægt sé að yfirfæra þekkingu af reynslunni. Hægt er að finna góðar leiðbeiningar fyrir hönnun á leikjum meðal annars hjá Playversity (Gábor og Vassiljev, 2022).

6 Í leit að öryggi

Flóttaleikurinn *Í leit að öryggi* er hannaður með það markmið að auka þekkingu ungs fólks á málefnum fólks með flóttabakgrunn og að auka samkennd með þeim sem neyðast til að flýja heimili sín. Leikurinn sækir stoðir sínar í kenningu Allport (1954) um snertifleti á milli hópa, þriggja þrepa líkan Batson o.fl (2014) um samkennd og kenningar Kolb (1984) um reynslunám.

Leikurinn er hannaður með ungt fólk á aldrinum 14-25 ára í huga og gert er ráð fyrir því að það sé einhver sem hefur reynslu af ígrundandi starfi með ungu fólki sem leiðir hópinn í gegnum reynsluna eftir að leiknum lýkur. Leikurinn hentar til dæmis vel sem hluti af fræðslu í félagsmiðstöðvum, ungmennahúsum eða í kennslutíma í skólum. Þrír til sex þátttakendur geta spilað saman með hvert eintak af leiknum, en einnig er hægt að búa til fleiri eintök af leiknum svo fleiri hópar geti spilað á sama tíma. Úrvinnsla og ígrundun breytist ekki þó fleiri hópar spili á sama tíma.

Til þess að hægt sé að nota leikinn í kennslutíma án þess að gera breytingar á honum er tímarammi leiksins 45-50 mínútur. Tímanum er skipt upp þannig að fimm mínútur eru kynning á leiknum, leiðbeinandi sýnir hvernig lásarnir virka og þátttakendur hlusta á innganginn á leiknum þar sem aðstæðum er lýst. Þátttakendur hafa síðan 30 mínútur til að spila leikinn og leysa þrautirnar til að ná markmiði leiksins. Leiðbeinandi þarf að vera vakandi fyrir því að gefa vísbindingar ef þörf er á þeim til að halda leiknum innan tímaramma. Í lok spilunar er gert ráð fyrir 10-15 mínútum fyrir úrvinnslu og ígrundun sem leidd er af leiðbeinanda.

Til þess að auðvelda spilun hvar sem er er leikurinn í formi bakpoka sem er læstur. Með þessum hætti er auðvelt að fara með leikinn á milli staða og fljótlegt er að byrja að spila þar sem ekki þarf að verja tíma í að setja leikinn upp. Þátttakendur keppast við að opna bakpokann og leysa svo þær þrautir sem inni í honum eru. Með leiknum fylgir einnig handbók fyrir leiðbeinendur sem vilja nýta þennan leik til að opna á og leiða umræðu með ungu fólki um málefni fólks með flóttabakgrunn.

Í handbókinni eru allar helstu upplýsingar sem leiðbeinandi þarf til þess að taka leikinn og framkvæma hann með ungu fólki, en mælt er með að leiðbeinandi sem tekur að sér að

leiða leikinn hafi reynslu af ígrundandi starfi með ungu fólki. Í handbókinni er markmiðum leiksins lýst og lausnir á þrautunum svo leiðbeinandi geti aðstoðað þátttakendur með vísbendingum ef þörf er á. Einnig er að finna tillögur að úrvinnslu að leik loknum þar sem farið er yfir þrautirnar og lærdóminn sem er fléttað inn í hverja og eina þraut. Í lokin eru tillögur að ígrundandi spurningum sem leiðbeinandi getur stuðst við til að leiða umræðu um þau málefni sem leikurinn snýr að.

6.1 Spilun og þrautir

Í leiknum þurfa þátttakendur að setja sig í þau spor að Ísland er ekki lengur öruggt land og að Jóhann, vinur þeirra, þarf að leggja af stað á flóttu án þess að hafa mikinn tíma til að undirbúa sig. Með því að ímynda sér að þau séu sjálf í þeim aðstæðum að þekkja einhvern sem þarf að leita sér að öryggi er stuðst við þá hugmynd að ímyndaðir snertifletir á milli hópa auki skilning á aðstæðum og auki þar með víðsýni þátttakenda í garð fólks sem hefur þurft að flýja eigið land (White o.fl., 2020). Þátttakendur leysa fimm þrautir til að ákveða hvert Jóhann er að fara, takast á við tungumála áskoranir, velja hvernig hegðun er viðeigandi með tilliti til menningar og fá upplýsingar um þær hættur sem fólk á flóttu getur mætt. Inngangur að leiknum hljómar svona:

Röð náttúruhamfara hafa gert það að verkum að stór hluti Íslands er óíbúðarhæfur. Miklar skemmdir eru á alþjóðaflugvöllum og liggur flug að mestu leyti niðri. Stjórnarkreppa ríkir eftir að ríkisstjórnin féll og ekki hefur tekist að mynda nýja ríkisstjórn. Mikil spilling viðgengst í landinu og íslenska ríkið getur ekki staðið að grunnþjónustu við íbúa. Fæðuóöryggi ríkir eftir að flug féll niður og mikil fátækt gerir það að verkum að ekki er hægt að flytja inn mat. Íbúar eru vannærðir og 83% Íslendinga búa undir fátæktarmörkum.

Ofbeldi og skipulögð glæpastarfsemi hefur vaxið hratt í kjölfar mikils atvinnuleysis og óstöðugleika. Nágrannabjóðir hafa lýst því yfir að þau eru komin að þolmörkum og geta ekki tekið við fleiri Íslendingum á flóttu. Bandaríkin, Bretland, Þýskaland og Austurríki eru meðal þeirra þjóða sem hafa lokað fyrir móttöku flóttafólks frá Íslandi.

Eins og flestar aðrar fjölskyldur býr Jóhann vinur þinn við mikla fátækt og hefur öll stórfjölskyldan flutt heim til stórforeldra hans. Þau hafa öll tekið höndum saman við að skrapa saman nógu mikinn pening til að senda einn fjölskyldumeðlim úr landi og binda vonir um fjölskyldusameiningu þegar

umsókn um alþjóðlega vernd hefur fengist samþykkt. Frændi hans sem er einu ári eldri en þið hefur fengið loforð um far með skipi úr Reykjavíkurhöfn í dag en hann lenti í slysi á leiðinni heim í morgun og getur ekki farið. Þið eruð í fótbolta á fótboltavellinum við skólann þegar pabbi hans Jóhanns kemur hlaupandi til ykkar. Fjölskyldan hefur ákveðið að Jóhann fari í stað frænda síns og hann þarf að flýta sér til að missa ekki af skipinu. Þegar þið komið á höfnina sjáið þið að það eru fleiri en eitt skip sem eru á leið úr landi en hann man ekki með hvaða skipi hann á að fara. Þið hafið 30 mínútur til að finna út úr þessu með þeim upplýsingum sem eru í töskunni sem frændi hans pakkaði í.

Þátttakendur hefjast handa við að opna töskuna og er það ferli tiltölulega auðvelt. Eins og Gábor og Vassiljev (2022) minna á er mikilvægt að hafa fyrstu þrautir auðleysanlegar til að byggja upp sjálfstraust þátttakenda og auðvelda það að þau upplifi leikinn sem skemmtun áður en þrautirnar þyngjast. Þegar búið er að opna töskuna finna þátttakendur símahulstur sem er læst með tveimur lásum, þrjár læstar töskur sem eru eins en merktar með mismunandi litum, plastað blað merkt „Vertu með!“ og litla græna tösku sem er læst en er með opnum vösum að utan.

Í fyrstu raunverulegri þraut leiksins þurfa þátttakendur að skoða símahulstrið. Í því finna þau upplýsingar frá Flóttamannastofnun Sameinuðu þjóðanna þar sem fjöldi fólks á flóttu í heiminum kemur fram. Með því að nýta þessar upplýsingar geta þátttakendur opnað lásana og komist inn í hulstrið. Þar finna þau 15 útprentaðar skjámyndir með staðreyndum og upplýsingum um mismunandi lönd.

Önnur þrautin gengur út á að átta sig á að upplýsingarnar á skjámyndunum eiga við þrjú mismunandi lönd. Þátttakendur raða þeim saman eftir löndum. Þegar það er komið þurfa þátttakendur að snúa myndunum við og raða saman til að sjá lausnarkóða fyrir einhverja af þeim þremur læstu, litakóðuðu, töskunum í bakpokanum. Í leiknum eru upplýsingar um þrjú lönd, Úkraínu, Venesúela og Palestínu. Voru þau valin með tilliti til þess að þaðan kom flest flóttafólk til Íslands árið 2023 (Stjórnarráð Íslands, 2024). Markmiðið með þessari þraut er að þátttakendur átti sig á að fólk sem leggur af stað frá heimalandi sínu er að skilja eftir tengingu við eigið land, en þau taka með sér sögu, reynslu, upplifanir, menningu og svo margt fleira sem auðgar þau samfélög sem taka á móti þeim (Huddleston, 2016).

Þriðja þrautin ræðst af því hvaða land þátttakendur völdu að vinna með í þrautinni á undan en þrautin sem um ræðir er tungumálaáskorun. Í þessari þraut finna þátttakendur texta sem er ýmist á úkraínsku, spænsku eða arabísku. Það er flókið og krefjandi að þurfa að vinna úr upplýsingum sem eru á tungumáli sem einstaklingur skilur ekki og er jafnvel á stafrófi sem er þeim ókunnugt, en það er samt sem áður áskorun sem fólk með flóttabakgrunn þarf oft að glíma við. Í þrautinni er þó hægt að styðjast við þýðingar á tölustöfum sem er að finna í einum vasanum utan á litlu grænu töskunni.

Þegar þátttakendur hafa leyst tungumálaáskorunina og náð að opna minni tösku sem var inni í þeirri sem þau voru að vinna með í þriðju þrautinni finna þau upplýsingar um menningarhátíð sem tengist því landi sem þau eru að vinna með. Einnig finna þau boðskort þar sem þeim er boðið að fagna hátíðinni með vini sínum. Þau finna einnig fjölmarga litakóðaða miða með allskonar lýsingu á hegðun, klæðnaði og öðrum menningarlegum þáttum. Með því að styðjast við „*Komdu með!*“ blaðið velja þau viðeigandi hegðun fyrir hátíðina sem þau ætla að fagna með vini sínum. Þátttakendur þurfa að styðjast við menningarnæmni og stundum ágiskun til að komast að því hvernig þau heilsa þeim sem eru á staðnum, hvað þau taka með sér í veisluna, hvernig klæðnaður er viðeigandi og hverjir aðrir eru líklegir til að vera á staðnum. Markmið þrautarinnar er að sýna hversu flókið það getur reynst að lesa í ókunnuga menningu. Með því að fá þátttakendur til að átta sig á þessari áskorun eru bundnar vonir við að auka víðsýni í garð þeirra sem þekkja ekki íslenskar menningarhefðir.

Síðasta þrautin sem unnið er með snertir meðal annars á brostnum draumum og erfiðleikum við að finna sig í nýjum, ókunnum aðstæðum og mikilvægi þess að hafa stuðning frá samfélaginu til þess að yfirstíga þá. Þátttakendur finna útprentaðar skjámyndir af samfélagsmiðlapóstum þar sem verið er að lýsa tilfinningum og upplifunum í nýju landi. Þar er bæði að finna lýsingu á áskorunum á meðan þær eru til staðar og einnig eftir að þeim hefur verið mætt. Markmiðið með því er að sýna fram á að þátttakendur geta sjálf verið hluti af lausninni og inngildingunni þeirra sem eru með flóttabakgrunn hér á landi. Einnig finna þátttakendur bréf til Jóhanns þar sem varað er við þeim hættum sem fylgja því að leggja á flóttu ásamt upplýsingum um skipið sem hann á far með. Eftir lestur á bréfinu hafa þátttakendur því leyst leikinn.

Í lok leiks er mikilvægt að fylgja honum eftir með ígrundun á þeim viðfangsefnum sem eru tekin fyrir. Með umræðum og ígrundun á merkingu lausnarkóðanna, hvernig upplifun það var fyrir þátttakendur að standa frammi fyrir þeim áskorunum að skilja ekki hvers er ætlast til af þeim og í framhaldi af því ígrundun um hvernig þau geta mætt öðrum sem standa frammi fyrir þessum áskorunum er hægt að dýpka skilning á því sem þau tókust á við í leiknum.

6.2 Umfjöllun um prófun á fræðslu

Fræðslan hefur verið prófuð á tveimur hópum, samtals átta þátttakendum, á aldrinum 18-21 árs. Leikirnir gengu vel og þátttakendur voru öll áhugasöm og virk frá því að hann hófst og þar til ígrundun og umræður kláruðust. Í fyrstu prófun kom í ljós að þörf var á að breyta einni þrautinni og gekk seinni prófun betur fyrir sig eftir breytingu. Eftir spilun og ígrundun voru þátttakendur beðin um að gefa endurgjöf á reynsluna með því að svara Google Forms eyðublaði.

Þátttakendur unnu vel saman sem hópur, þau voru dugleg að nýta eigin styrkleika og treystu hvert öðru til að vinna í þrautunum. Áhugavert var að sjá að í bæði skiptin var þátttakandi sem tók að sér að lesa þar sem texti var langur vegna þess að aðrir í hópnum voru annað hvort með lakari lesskilning eða lesblindu. Mikilvægt er að hafa það í huga við hönnun á öðrum leikjum að taka tillit til þess að hafa ekki of langt lesmál.

Erfiðast var, að mati þátttakenda, að finna út úr menningarlegu áskorunum, það er að segja hvernig þau ættu að klæðast, hvernig þau ættu að heilsa hópi fólks sem þau voru að hitta í fyrsta sinn, hvort þau ættu að taka eitthvað með sér og hverjir yrðu á staðnum. Það skapaðist mikil umræða í bæði skipti um hversu flókið það er að vita hvernig á að haga sér án þess að hafa alist upp í sömu menningu eða að hafa fengið leiðbeiningar frá einhverjum öðrum um hvers má vænta og til hvers er búist við af þeim. Vel gekk að ígrunda þessa reynslu og yfirfæra á þær aðstæður sem fólk með flóttabakgrunn gæti upplifað á Íslandi og hvernig hægt er að taka þátt í að skapa aðstæður sem auðvelda þeim þátttöku með því að leiðbeina eða að sýna skilning á menningarmun.

Almennt gekk ígrundunin vel og þátttakendur voru ánægð með reynsluna. Öll svöruðu því að hafa lært mikið eða mjög mikið af þátttökunni. Meðal þess sem þau töluðu

um að hafa lært var hversu erfitt það getur verið að aðlagast og venjast nýju samfélagi og umhverfi, hversu erfitt það hlýtur að vera að vera umkringd tungumáli sem er ókunnt og hversu mikill ótti getur verið um að mistakast. Einn þátttakandi minntist á að hafa fengið mikla tölfræði um fólk með flóttabakgrunn og allskonar nýjar upplýsingar um löndin sem voru í þrautunum. Öll voru sammála eða mjög sammála fullyrðingunni „eftir að hafa tekið þátt í leiknum skil ég betur aðstæður þeirra sem flýja heimili sín“ og öll voru mjög sammála að „eftir að hafa tekið þátt í leiknum eru meiri líkur á að ég bjóði fram aðstoð til fólks sem flúið hefur til Íslands“.

Til að tryggja inngildingu væri gott að eiga leikinn einnig í enskri útgáfu og stefnt er á að útbúa hann áður en farið verður með verkefnið á vettvang.

7 Umfjöllun

Eins og fram hefur komið getur mikið nám átt sér stað þegar flóttaleikir eru notaðir sem námsaðferð (Veldkamp o.fl., 2021; Dixon o.fl., 2021; Hanna Lísá, 2021; Sidekerskiené og Damaševičius, 2023). Þessir leikir sameina lausnaleytnám, leikjamiðað nám, samvinnunám og reynslumiðað nám ásamt því að þegar vel er staðið að hönnun og utanumhaldi vekja þeir áhuga þátttakenda og halda þeim virkum í öllu lærdómsferlinu (Hanna Lísá, 2021; Gábor og Vassiljev, 2022).

Þessir eiginleikar flóttaleikja skapa aðstæður sem þjálfa ungt fólk í að vinna saman og auka færni þeirra í að setja sig í spor annara. Leikirnir bjóða upp á tækifæri til að gleyma stund og stað og komast í einskonaflæðisástand við spilun sem gerir leiðbeinenda auðveldara að ræða þau málefni sem tekin eru fyrir í leiknum að honum loknum (Gábor og Vassiljev, 2022).

Með því að fá þátttakendur til að setja sig í spor þeirra sem upplifa jaðarsetningu í samfélaginu og leysa þrautir sem varpa ljósi á upplifun þeirra telur höfundur að leikir eins og þessir geti stuðlað að því að auka samkennd með minnihlutahópum. Hægt er að vinna með hugmyndafræði Allport (1954) um að aukin þekking á aðstæðum hóps sem viðkomandi tilheyrir ekki auki samkennd með þeim. Þegar þátttakendur hafa sett sig í spor annara dregur það úr þeirri tilfinningu að þau séu öðruvísi og minnkar bilið á milli hópa sem samfélagið flokkar sem ólíka.

Höfundur telur að hægt sé að fylgjast með öllum þrepum í þriggja þrepa líkani Batson o.fl. (2015) sem notar samkennd til að draga úr fordómum á meðan þátttakendur vinna að lausn flóttaleiks. Þátttakendur setja sig í spor einhvers sem tilheyrir minnihlutahópi og upplifa samkennd (þrep 1) í innganginum og sögusviði leiksins. Á meðan þau leysa þrautir eykst þekking á áskorunum og áhugi á velferð þeirra vaknar (þrep 2). Með því að ræða svo þessa upplifun með ígrundun er hægt að skapa aðstæður þar sem gildi þess að auka velferð þeirra sem eru í aðstæðunum sem unnið var með í leiknum eru yfirfærðar á þátttakendur og raunveruleika þeirra (þrep 3) (Batson o.fl., 2015).

Áhugavert væri að gera raunverulega rannsókn á áhrifum flóttaleikja á samkennd og skilning á aðstæðum minnihlutahópa því höfundur telur að mögulega væri hægt að sýna

fram á hugarfarsbreytingar þátttakenda sem þurfa að setja sig í spor annara. Mikilvægt væri þá að hafa nægilega fjölbreyttan hóp þátttakenda og að markvisst væri unnið að því að greina viðhorf fyrir og eftir spilun á leiknum ásamt því að skoða hugarfarsbreytingar til langs tíma litið en ekki bara strax í kjölfar spilunar.

8 Lokaorð

Eins og áður hefur komið fram búum við í fjölbreyttu samfélagi (Hagstofan, 2023) sem býður upp á mikla möguleika til að umbera ekki bara fjölmenningu heldur til að fagna henni og öllu því sem henni fylgir (ECRI, e.d.). Fólk með flóttabakgrunn á Íslandi, sem og annarsstaðar í Evrópu, býr við mikla félagslega einangrun, útilokun og fordóma sem hefur veruleg áhrif á lífsgæði þeirra (Huddleston, 2016; Helga og Unnur Dís, 2018). Með því að auka sýnileika og snertifleti á milli hópa, er hægt að nota kenningu Allport (1954) til að auka víðsýni og draga úr fordómum í garð þeirra íbúa sem hafa flóttabakgrunn og með því binda vonir við að auka velferð þeirra.

Mikilvægt er að unnið verði að því að auka samkennd í íslensku samfélagi almennt til að draga úr jaðarsetningu, útilokun og fordómum. Með markvissri vinnu er hægt að auka færni íslenskra unglunga til samvinnu og samkenndar þó niðurstöður PISA rannsóknarinnar sýni að skortur sé á þessum þáttum meðal íslenskra nemenda í dag (Unnur og Helgi Eiríkur, 2023). Auknir snertifletir auka skilning á aðstæðum annarra og með því draga þeir úr þeirri tilhneigingu til að láta málefni annara óafskipt (Allport, 1954; Batson o.fl, 2014).

Miklir möguleikar eru til að þjálfa samkennd á vettvangi frítímans. Með því að nýta fjölbreyttar hálf-formlegar námsaðferðir markvisst til þess að fá þátttakendur til að setja sig í spor annara og ígrunda reynsluna er hægt að búa til aukinn skilning á aðstæðum fólks sem tilheyra öðrum samfélagshópum en þau sjálf (Mystakidis og Lympouridis, 2023; Sidekerskienè og Damaševičius, 2023). Fræðslumiðaðir flóttaleikir sem fjalla um málefni fólks með flóttabakgrunn eru verkfæri sem hægt er að nýta til að þjálfa samkennd, auka skilning og vekja áhuga á að bæta velferð fólks með flóttabakgrunn. Þeir henta vel til að stuðla að ímynduðum snertiflötum á milli hópa, þátttakendur setja sig í spor annara og fræðast um aðstæður þeirra sem tilheyra þeim hópi sem upplifunin gengur út á. Þar að leiðandi er þessi fræðsluáætlun góð til að draga úr fordómum í garð fjölbreyttra jaðarsettra hópa.

Mikilvægt er að frítíminn og skipulagt skólastarf vinni saman að því að þjálfa börn og unglunga til að vinna vel saman, finna til samkenndar og vera lausnamiðuð. Með aukinni færni í samvinnu, samkennd og sameiginlegum lausnum verður auðveldara að búa til framtíð þar sem öll hafa rými og möguleika til aukinnar farsældar.

Heimildaskrá

- Aldamen, Y. (2023). Xenophobia and hate speech towards refugees on social media: Reinforcing causes, negative effects, defense and response mechanisms against that speech. *Societies*, 13(4), 83. <https://doi.org/10.3390/soc13040083>
- Allport, G. W. (1954). *The nature of prejudice*. Addison-Wesley.
- Alþjóðamálastofnun Háskóla Íslands. (2016). *Greining á þjónustu við flóttafólk*. <https://ams.hi.is/is/publication/27/>
- Awesome People. (e.d.). *Escape the phobia 2.0*. <https://www.awesomepeople.se/kopia-p%C3%A5-escape-the-phobia>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037//0033-295x.84.2.191>
- Batson, C. D., Polycarpou, M. P., Harmon-Jones, E., Imhoff, H. J., Mitchener, E. C., Bednar, L. L., Klein, T. R. og Highberger, L. (1997). Empathy and attitudes: Can feeling for a member of a stigmatized group improve feelings toward the group? *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(1), 105–118. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.72.1.105>
- Batson, C. D., Ahmad, N. og Lishner, D. A. (2009). Empathy and Altruism. Í S. J. Lopez og C. R. Snyder (ritstjórar), *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (bls. 417-426). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0039>
- Batson, C. D., Chang, J., Orr, R. og Rowland, J. (2002). Empathy, attitudes, and action: Can feeling for a member of a stigmatized group motivate one to help the group? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(12), 1656-1666. <https://doi.org/10.1177/014616702237647>
- Batson, C. D., Lishner, D. A. og Stocks, E. L. (2014). The Empathy–Altruism Hypothesis. Í D. A. Schroeder og W. G. Graziano (ritstjórar), *The Oxford Handbook of Prosocial Behavior* (bls. 259-281). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195399813.013.023>
- Berglind Rós Magnúsdóttir. (2016). Skóli án aðgreiningar: Átakapólar, ráðandi straumar og stefnur innan rannsóknarsviðsins. Í Dóra S. Bjarnason, Hermína Gunnþórsdóttir og Ólafur Páll Jónsson (ritstjórar), *Skóli margbreytileikans. Menntun og manngildi í kjölfar Salamanca* (bls. 67-94). Háskólaútgáfan.
- Brander, P., Witte, L. D., Ghanea, N., Gomes, R., Keen, E., Nikitina, A. og Pinkeviciute, J. (2020). *COMPASS: Manual for human rights education with young people* (R. Gomes, 2. útgáfa). Council of Europe Publishing. <https://rm.coe.int/compass-eng-rev-2020-web/1680a08e40>
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow*. Harper og Row.
- Dewey, J. (1986). Experience and education. *The Educational Forum*, 50(3), 241-252. <https://doi.org/10.1080/00131728609335764>

- Dixon, D., Tompson, G. H., Papp, R. og Hall, A. R. (2021). The epic escape room: choosing the best option for growth. *Small Business Institute Journal*, 17(1), 1-11.
<https://doi.org/10.53703/001c.28163>
- ECRI. (e.d.). *Integration and inclusion - European commission against racism and intolerance*.
<https://www.coe.int/en/web/european-commission-against-racism-and-intolerance/integration-and-inclusion>
- Erla S. Kristjánsdóttir og Unnur Dís Skaptadóttir. (2019). "I'll always be a refugee": The lived experience of palestinian refugee women of moving to a small society in Iceland. *Journal of Immigrant & Refugee Studies*, 17(3), 389-404.
<https://doi.org/10.1080/15562948.2018.1499065>
- Eyrún Eypórsdóttir og Kristín Loftsdóttir. (2019). Grýta þetta pakk: Haturstjaniing í íslensku samhengi. *Veftímaritið Stjórnmal og stjórnsýsla*, 15(2), 255-276.
 10.13177/irpa.a.2019.15.2.6.
- Gábor, F. og Vassiljev, P. (2022). *Breakout box manual*. Playversity.
<https://playversity.co/2022/04/15/breakout-box-the-manual/>
- Hagstofan. (2023). *Bakgrunnur*. <https://hagstofa.is/talnaefni/ibuar/mannfjoldi/bakgrunnur/>
- Hanna Lía Einarsdóttir. (2021). *Flóttaleikir í skólastarfi - Reynsla grunnskólakennara af notkun Breakout EDU í kennslu* [Meistararitgerð, Háskóli Íslands]. Skemman.
<http://hdl.handle.net/1946/37652>
- Helga Katrín Tryggvadóttir og Unnur Dís Skaptadóttir. (2018). Borders, Boundaries, and Exclusion in the Icelandic Asylum System. *Refuge*, 34(2), 16–27.
<https://doi.org/10.7202/1055573ar>
- Huddleston, T. (2016). *Time for Europe to get migrant integration right*.
<https://www.refworld.org/reference/themreport/coechr/2016/en/110468>
- Husnu, S. og Crisp, R. J. (2015). Perspective-taking mediates the imagined contact effect. *International Journal of Intercultural Relations*, 44, 29–34. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2014.11.005>
- Ísland.is. (2023). *Réttur til fjölskyldusameiningar*. <https://island.is/frett/rettur-til-fjoelskyldusameiningar>
- Knoch, S. B., Klocker, S. og Manevski, S. (2021). *T-Kit 6 Training essentials* (2 útgáfa). Council of Europe Publishing. <https://pjp-eu.coe.int/documents/42128013/128207003/T-KIT-6-023322-GBR.pdf/5f9a09c0-e69c-93b2-0fd5-fe9fa6f421f3?t=1656074416000>
- Kolb, D. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice-Hall.
- Kolbrún Þ. Pálsdóttir. (2016). Hin hugsandi sjálfsvera. *Netla - Veftímarit um uppeldi og menntun*.
https://netla.hi.is/serrit/2016/menntun_mannvit_og_margbreytileiki_greinar_fra_menntakviku/009.pdf
- Kristín Loftsdóttir. (2018). „Ég elti auðinn til Evrópu“: Sögur af fólki á flóttu, innflytjendum og „ólöglegum“ einstaklingum. *Ritið*, 18(2), 159-184. <https://doi.org/10.33112/ritid.18.2.8>

- Leigh-Hunt, N., Bagguley, D., Bash, K., Turner, V., Turnbull, S., Valtorta, N. og Caan, W. (2017). An overview of systematic reviews on the public health consequences of social isolation and loneliness. *Public Health*, 152, 157-171. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2017.07.035>
- Mannréttindaskrifstofa Íslands. (e.d.). *Flóttamenn og hælisleitendur*. <https://www.humanrights.is/is/mannrettindi-og-island/mannrettindi-akvedinnahopa/flottamenn-og-haelisleitendur>
- Maslow, A.H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50 (4), 430-437. <https://doi.org/10.1037/h0054346>
- Morris, T. H. (2020). Experiential learning – a systematic review and revision of Kolb’s model. *Interactive Learning Environments*, 28(8), 1064-1077. <https://doi.org/10.1080/10494820.2019.1570279>
- Mystakidis, S. og Lypouridis, V. (2023). Immersive learning. *Encyclopedia*, 3(2), 396-405. <https://www.mdpi.com/2673-8392/3/2/26>
- Pinto-Coelho, L., Laska-Leśniewicz, A., Pereira, E. T. og Sztobryn-Giercuskiewicz, J. (2023). Inclusion and adaptation beyond disability: Using virtual reality to foster empathy. *Medycyna Pracy. Workers' Health and Safety*, 74(3), 171-185. <https://doi.org/10.13075/mp.5893.01386>
- Ragnhildur Þrastardóttir. (2024, 30. janúar). Lögreglan skráir enn fleiri hugsanlega hatursglæpi. *Heimildin*. https://heimildin.is/grein/20614/#_=_
- Rodríguez-Ferrer, J.,M., Manzano-León, A., Cangas, A. J., Aguilar-Parra, J., Fernández-Jiménez, C., Fernández-Campoy, J.,M., Antonio Luque de, I. R. og Martínez-Martínez, A.,M. (2022). Acquisition of learning and empathy towards patients in nursing students through online escape room: An exploratory qualitative study. *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 103-110. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S344815>
- Rodriguez Martinez, P., Martinez Joya, L. og Villegas Lirola, F. (2024). Hate-speech countering by immigrant and pro-immigrant associations in Almeria (Spain). *Social Sciences*, 13(1), 33. <https://doi.org/10.3390/socsci13010033>
- Ruck, M. D., Park, H., Killen, M. og Crystal, D. S. (2011). Intergroup contact and evaluations of race-based exclusion in urban minority children and adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(6), 633-643. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9600-z>
- Sarkadi, A., Lampa, E. og Warner, G. (2023). Promoting an understanding of forced migration among host country children and exploring their views on refugee children’s needs. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 25(1), 237-240. <https://doi.org/10.1007/s10903-022-01395-9>
- Schultz, P.W. (2000). New environmental theories: Empathizing with nature: The effects of perspective taking on concern for environmental issues. *Journal of Social Issues*, 56, 391-406. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00174>

- Sidekerskienė, T. og Damaševičius, R. (2023). Out-of-the-box learning: Digital escape rooms as a metaphor for breaking down barriers in STEM education. *Sustainability*, 15(9), 7393. <https://www.mdpi.com/2071-1050/15/9/7393>
- Spruyt, B., Vandenbossche, L., Keppens, G., Siongers, J. og Filip, V. D. (2018). Social differences in leisure boredom and its consequences for life satisfaction among young people. *Child Indicators Research*, 11(1), 225-243. <https://doi.org/10.1007/s12187-016-9430-y>
- Spyropoulou, E., Surlantzi, A., Karakosta, A., Kotsampasoglou, M. og Giovazolias, T. (2022). Longitudinal evaluation of friendship project: A multicultural – antiracist program for elementary school children: Research and reviews. *Current Psychology*, 41(5), 3111-3123. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00842-w>
- Stjórnarráð Íslands. (2024). *Móttaka flóttafólks*. <https://www.stjornarradid.is/verkefni/utlendingar/flottafolk/mottaka-flottafolks/>
- UNHCR. (2016). *Report of the Special Rapporteur on contemporary forms of racism, racial discrimination, xenophobia and related intolerance*. <https://www.refworld.org/reference/themreport/unhrc/2016/en/110638>
- UNHCR. (2023). *Guidance on racism and xenophobia*. <https://doi.org/10.18356/9789210025805>
- UNHCR. (e.d.). *Refugee statistics*. <https://www.unrefugees.org/refugee-facts/statistics/>
- UNHCR. (e.d.a). *Who we protect*. <https://www.unhcr.org/about-unhcr/who-we-protect>
- UNHCR. (e.d.b). *Fjölskyldusameining*. UNHCR Ísland. <https://www.unhcr.org/neu/is/starfsemi-okkar/fjolskyldusameining>
- Unnur Guðnadóttir og Helgi Eiríkur Eyjólfsson. (2023). *PISA 2022: Helstu niðurstöður á Íslandi*. https://mms.is/sites/mms.is/files/pisa_2022_helsta_island.pdf
- Veldkamp, A., Knippels, M.-C. P. J. og Joolingen, W. R. v. (2021). Beyond the early adopters: Escape rooms in science education. *Frontiers in Education*. <https://doi.org/10.3389/educ.2021.622860>
- Vezzali, L., Stathi, S., Crisp, R. J. og Capozza, D. (2015). Comparing direct and imagined intergroup contact among children: Effects on outgroup stereotypes and helping intentions. *International Journal of Intercultural Relations*, 49, 46–53. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2015.06.009>
- White, F. A., Borinca, I., Vezzali, L., Reynolds, K. J., Lyshol, J. K. B., Verrelli, S. og Falomir-Pichastor, J. M. (2021). Beyond direct contact: The theoretical and societal relevance of indirect contact for improving intergroup relations. *Journal of Social Issues*, 77(1), 132–153. <https://doi.org/10.1111/josi.12400>
- Wu, Q. og Jia, F. (2023). Empowering students against ethnic bullying: review and recommendations of innovative school programs. *Children*, 10(10), 1632. <https://www.mdpi.com/2227-9067/10/10/1632>