



RETNINGSLINJER FOR OPPGAVESKRIVING I APA-STIL PÅ SCHOOL OF HEALTH
SCIENCES, HØYSKOLEN KRISTIANIA

Utarbeidet av Nora Østby, Ragnhild Eg og Kristin Margrethe Tange Harbø

School of Health Sciences

Høyskolen Kristiania

Innholdsfortegnelse

<i>Formatering og struktur</i>	4
Skrift	4
Topptekst og sidetall	4
Avsnitt	4
Forside	5
Innholdsfortegnelse	5
Overskrifter	5
Figurer og tabeller	6
Forkortelser	7
Vedlegg	7
<i>Oppgavetyper</i>	7
Essay	7
Forskningsartikkel	7
Refleksjonsnotat	8
Kasusbesvarelse	8
<i>Artikkelformat: Oppsett og disposisjon</i>	9
Abstrakt	9
Introduksjon	10
Metode	10
Resultat	11
Diskusjon	11
<i>Andre oppgavetyper: Oppsett og disposisjon</i>	12
Innledning	12
Hoveddel	12
Avslutning	13

<i>Problemstilling</i>	13
<i>Hypotese</i>	13
<i>Kildehenvisning</i>	14
<i>Vedlegg 1: Huskereglene for format og struktur</i>	15
<i>Vedlegg 2: Huskereglene for kildehenvisning i APA 7th</i>	16
<i>Vedlegg 3: Forsidemal</i>	18
<i>Vedlegg 4: Et forkortet eksempel på introduksjon til en artikkel</i>	19
<i>Vedlegg 5: Eksempel på metode og resultat til en artikkel</i>	20
<i>Vedlegg 6: Eksempel på referanseliste</i>	22
<i>Vedlegg 7: Eksempeltekst for struktur og formatering</i>	23

RETNINGSLINJER FOR OPPGAVESKRIVING I APA-STIL PÅ SCHOOL OF HEALTH SCIENCES, HØYSKOLEN KRISTIANIA

I dette dokumentet finner du informasjon om hvordan du skal skrive besvarelser som følger APA-stilen ved School of Health Sciences, Høyskolen Kristiania. Dette gjelder mer eksplisitt studenter på psykologi, pedagogikk, spesialpedagogikk og master i folkehelse. Du skal følge retningslinjene for alle arbeidskrav og eksamensoppgaver. Formatering og oppsett for oppgaveskriving baserer seg i hovedsak på APA-stilen, men det er gjort små justeringer for å forenkle og forbedre den synlige strukturen. APA-stilen er omfattende, derfor dekker denne guiden kun det viktigste. Hvis du har flere spørsmål rundt formatering, struktur og kildehenvisning i henhold til APA-stilen, finnes det mange gode kilder. Eksempler er nettsidene «Søk og skriv» eller «Kildekompasset».

Vi har oppsummert de viktigste punktene for struktur og formatering i [vedlegg 1](#) og for kildehenvisning i [vedlegg 2](#). Vi anbefaler deg å skrive ut disse vedleggene eller sørge for at du har dem lett tilgjengelig da dette forhåpentligvis kan fungere som gode huskelister.

Formatering og struktur

Skrift

Skrifttype: Times New Roman

Skriftstørrelse: 12

Linjeavstand: 1,5

Topptekst og sidetall

Sidetallet skal plasseres til høyre i toppteksten, på alle sider bortsett fra forsiden. Til venstre i toppteksten skal du skrive tittelen på oppgaven i store bokstaver, som gjort i dette dokumentet. Dette gjelder alle sider bortsett fra forsiden. Det skal altså ikke være noen topptekst på forsiden. Dersom tittelen er på mer enn 50 tegn, skal du skrive en forkortet utgave av tittelen i toppteksten. Tittelen i toppteksten skal altså ikke overstige 50 tegn. Se eksempel på topptekst i eksempelteksten i [vedlegg 7](#).

Avsnitt

Avsnitt i APA-stil skal starte med et innrykk, slik vi har gjort i dette dokumentet. Du skal kun ha innrykk ved nytt avsnitt, og skal **ikke** hoppe over en linje i tillegg. APA-stilen dikterer at det heller ikke skal være avstand før overskrifter, men dette velger du selv for dine

besvarelser. Du kan altså hoppe over en linje *før* en ny overskrift, som i dette dokumentet, så lenge du gjør det konsekvent gjennom hele oppgaven. Se eksempler på hvordan dette skal gjøres i [vedlegg 7](#).

Forside

I henhold til APA-stilen må forsiden inneholde tittel på oppgaven, informasjon om institusjon og forfatter. I tillegg skal du inkludere informasjon om emnet, navn på studiet, innleveringsdato og antall ord i besvarelsen. Antall ord omfatter selve besvarelsen, det inkluderer ikke ord på forsiden, i innholdsfortegnelsen eller i referanselisten. Se [vedlegg 3](#) for en mal eller [vedlegg 7](#) for et eksempel på hvordan forsiden skal se ut.

Merk at eksamensbesvarelser er anonyme, og her skal du bruke kandidatnummer i stedet for navn. Du skal ikke oppgi navn på eksamensbesvarelsene dine!

Følgende tekst skal inkluderes nederst på forsiden av alle studentoppgaver:

«[Denne/dette] [arbeidskravet/eksamensbesvarelsen/bacheloroppgaven] er gjennomført som en del av utdanningen ved School of Health Sciences - Høyskolen Kristiania. Høyskolen Kristiania er ikke ansvarlig for oppgavens metoder, resultater, konklusjoner eller anbefalinger.»

Innholdsfortegnelse

Alle oppgaver med underoverskrifter skal ha en innholdsfortegnelse. Denne gjør det lettere for leseren å få oversikt over innholdet og strukturen i teksten. I likhet med all tekst i en besvarelse, skal innholdsfortegnelsen skrives i Times New Roman størrelse 12, linjeavstand 1,5. Hvis du bruker Word-funksjoner til overskrifter og innholdsfortegnelse er det mulig å redigere stilen slik at de følger APA-stilen. Ved kortere besvarelser velger du selv hvorvidt du ønsker å bruke underoverskrifter. Dersom du ikke bruker slike underoverskrifter, skal du **ikke** ha innholdsfortegnelse.

Overskrifter

APA-stilen operer med 5 ulike overskriftstyper, men vi har forenklet disse noe og velger å bruke 3 ulike typer i tillegg til tittel. Du skal alltid bruke overskriftene i den gitte rekkefølgen, og du kan se eksempler på hvordan dette kan gjøres i [vedlegg 5](#) og [vedlegg 7](#). APA-stilen dikterer at det ikke skal være noen avstand før en ny overskrift, men dette kan du velge selv for dine besvarelser. Uansett hvordan du velger å gjøre dette, er det viktig at du er konsekvent og gjør det samme gjennom hele oppgaven.

For introduksjon eller innledning skal du **ikke** ha en egen overskrift. Du skriver bare tittel på oppgaven og går rett til teksten. Se [vedlegg 4](#) og [vedlegg 7](#) for eksempel. Hvis du bruker underoverskrifter i introduksjonen, skal disse begynne med overskrift på nivå 2. Verken tittel eller de to første overskriftsnivåene avsluttes med punktum, men spørsmål avsluttes med spørsmålsteget. Tittelen og overskriftsnivåene ser slik ut:

TITTEL: FET SKRIFT, STORE BOKSTAVER, MIDTSTILT

Teksten begynner en linje under, og starter med innrykk.

Overskrift 1: Midstilt, fet skrift, stor forbokstav og små bokstaver

Teksten begynner på linjen rett under, og starter med innrykk.

Overskrift 2: Venstrestilt, fet skrift, stor forbokstav og små bokstaver

Teksten begynner på linjen rett under, og starter med innrykk.

Overskrift 3: Innrykk, fet, kursiv, stor forbokstav og små bokstaver, punktum.

Teksten begynner på samme linje.

Figurer og tabeller

Bilder og grafer illustrerer alt fra materiale til resultater og legges inn i teksten som en figur. Tabeller viser store mengder informasjon i rader og kolonner, som for eksempel gjennomsnitt og standardavvik for flere grupper eller betingelser. Alle tabeller og figurer skal forklares og henvises til i teksten. I tillegg skal alle figurer og tabeller ha en tittel som gir en beskrivelse. Merk at resultater kun skal presenteres én gang. Du skal for eksempel ikke inkludere både en tabell og en graf som inneholder samme informasjon. Se hvordan disse presenteres i [vedlegg 5](#). APA har mange formatteringsregler for tabeller og figurer, de viktigste er:

- Tabelltittelen skrives over tabellen, mens figurtittelen skrives under figuren
- Før tittelen på en figur skal du skrive «*Figur [nummer]*» i kursiv, mens resten av tittelen står i normal skrift på samme linje
- Før tittelen på en tabell skal du skrive «*Tabell [nummer]*» i normal skrift, mens resten av tittelen står i kursiv på linjen under

- Ved bruk av tabeller skal du ikke vise noen vertikale linjer

Forkortelser

Ved bruk av forkortelser skal det fulle uttrykket oppgis første gang det nevnes i teksten, sammen med forkortelsen i parentes. For eksempel, Big Five Inventory (BFI). Lange faguttrykk blir ofte forkortet og noen forkortelser er bedre etablert enn uttrykket selv, blant annet EEG og ERP. I slike tilfeller er det greit å kun oppgi forkortelsen. Forkortelser som bl.a., m.m., og f.eks. brukes **ikke** i akademiske tekster. Du bør også unngå bruk av forkortelser i abstrakt, problemstilling og tittel.

Vedlegg

Ved bruk av vedlegg, må disse henvises til i teksten og legges til etter referanselisten. Hvert vedlegg starter på en ny side og skal ha en overskrift formatert som overskrift 1 (se del om overskrifter over). Overskriften gir nummer på vedlegget og beskriver hva det inneholder «**Vedlegg [nummer]: [Kort beskrivelse]**».

Oppgavetyper

Essay

Et essay er en akademisk tekst som undersøker, redegjør, drøfter og diskuterer en problemstilling knyttet til et gitt tema. Ofte blir du bedt om å formulere en problemstilling selv som avgrenser og spisser temaet. Essayet drøfter og diskuterer temaet ut fra den gitte problemstillingen og er derfor en fin måte for deg å vise kunnskap og forståelse.

For å gjøre språket i essayet så akademisk som mulig, anbefaler vi at du unngår unødvendig og overdreven bruk av personlige pronomen i essayet. Argumentene dine skal bygges på faglitteratur og forskning, og bør derfor legges frem slik. Ved noen tilfeller vil det være hensiktsmessig å bruke personlige pronomen, for eksempel ved «Her skal jeg argumentere for at ...». Likevel er det mange tilfeller der personlige pronomen kan gjøre at teksten din fremstår mindre akademisk og vitenskapelig forankret. Et eksempel er dersom du skriver «Jeg tror dette betyr at ...» eller lignende. Her kan du for eksempel heller skrive «Dette kan tolkes som ...». Essayet [skal følge format og disposisjon for andre oppgavetyper på s. 9](#).

Forskningsartikkel

Forskningsartikler undersøker et fenomen eller et tema ved et gitt forskningsfelt med et mål om å avdekke ny informasjon og kunnskap om temaet. En forskningsartikkel

kjennetegnes ved at den inneholder en metodedel og et resultat, i tillegg til at den bygger på et teorigrunnlag som også brukes til å tolke resultatene. Med andre ord vil en slik artikkel si noe om hva som har blitt gjort og hva som har blitt funnet. En kvantitativ forskningsartikkel undersøker et forskningsspørsmål ved å teste en gitt hypotese.

Når du skriver en forskningsartikkel vil du måtte samle data eller analysere allerede eksisterende data. Analysene baserer seg på forskningsspørsmålet og hypotesene. Informasjon om hvordan du kan skrive en forskningsartikkel finner du under [«Artikkelformat: oppsett og disposisjon» på side 7](#).

Refleksjonsnotat

Et refleksjonsnotat er en slags tankestrøm der du reflekterer over et tema eller en hendelse i lys av relevant teori og litteratur. For eksempel kan du ha opplevd noe på skolen eller på jobb som passer til en teori du har lært om. Her kan du da reflektere over det du opplevde og hvordan det passer inn med teorien. I et refleksjonsnotat skal du også ha med egne standpunkter, noe som gjør at dette skiller seg fra andre akademiske tekster. Her kan du bruke personlige pronomen i større grad enn i for eksempel et essay, og legge frem hvordan du tolker og forstår det gitte temaet eller fenomenet. Det er altså vanlig å trekke inn egne erfaringer, men det er viktig å huske på at alle eksempler og meninger må reflekteres over og begrunnes. Et refleksjonsnotat bygges gjerne opp med en tredeling som du kan lese mer om under [«Andre oppgavetyper» på s. 9](#).

Kasusbesvarelse

Et kasus er en beskrivelse av for eksempel en situasjon, en familie, et individs tilstand eller fungering. I en kasusoppgave presenteres gjerne ett eller flere spørsmål som skal besvares i tilknytning til kasuset. Formatet på en slik kasusbesvarelse vil avhenge av formen på disse spørsmålene. Et fellestrekk er likevel at besvarelsen bør ta utgangspunkt i informasjonen som presenteres i kasuset. Det vil derfor være naturlig å referere til kasuset, og bruke de indikasjonene som gis der til å besvare spørsmålet. Hvor mye informasjon du får i kasuset vil variere. Dersom du får et kasus med begrenset informasjon, bør svarene dine være forslag eller antakelser basert på den informasjonen som foreligger. Det er viktig å unngå bastante konklusjoner. Språket bør være nøytralt og nyansert. Dette kan for eksempel være forslag om mulige sammenhenger, betydning av symptomer, indikasjoner for behandling, eller lignende. Det kan være aktuelt å komme med forslag med forbehold om at mer informasjon avdekkes, eller foreslå hvilken informasjon som mangler eller bør utredes videre.

Det er også greit å resonnerer basert på kasuset og foreslå potensielle fremtidige utviklinger. Det viktige er at alle forslag er basert på faglige resonnementer. For eksempel, hvis kasuset beskriver et barn som er utsatt for mobbing, er det være faglig belegg for å foreslå at mobbing kan være en risikofaktor for utvikling av senere vansker (Lereya, Copeland, Costallo & Wolke, 2015). I så tilfelle må den faglige referansen inkluderes i resonnementet. Kasusbesvarelsen skal ha en gjennomgående faglig forankring og ikke bare være synsing. Det vil si at teksten skal integrere opplysninger fra kasuset med relevante vitenskapelige kilder.

I åpne kasusoppgaver der du bes om å avgrense oppgaven selv, vil det ofte være naturlig med en tredeling i innledning, hoveddel og avslutning, altså vil denne typen oppgaver følge formatet for «[Andre oppgavetyper](#)» i disse retningslinjene. I innledningen bør da hovedelementene i kasuset presenteres i korte trekk og avgrensningen tydeliggjøres. Hoveddelen bør drøfte informasjonselementene fra kasuset i lys av fagkunnskap. Og avslutningen bør samle trådene fra den faglige argumentasjonen. I mer spesifikke kasusoppgaver vil det ikke være nødvendig med en slik tredeling.

Artikkelformat: Oppsett og disposisjon

Artikler skal følge oppsettet IMRoD: **I**ntroduksjon, **M**etode, **R**esultat og **D**iskusjon. Hver av disse utgjør en seksjon med spesifikt innhold, som forklart her og demonstrert i [vedlegg 4](#) og [vedlegg 5](#). Først av alt kommer abstraktet, som følger rett etter forsiden.

Abstrakt

Artikkelen oppsummeres i et sammendrag, kalt abstrakt, som står på den første siden etter forsiden. Abstraktet er mellom 150 og 250 ord langt og skrives i ett sammenhengende avsnitt. Det inkluderer et par setninger om det viktigste i artikkelen, inkludert forskningstema, forskningsspørsmål, metode, resultater, diskusjon og konklusjon. Abstraktet skal ha overskriften «Abstrakt», i Times New Roman, størrelse 12, midtstilt, i fet skrift. Ved å svare på tre spørsmål er du godt på vei mot et abstrakt:

- Hva har artikkelen undersøkt (teori og hypotese)?
- Hva ble gjort for å svare på forskningsspørsmålet (metode)?
- Hva fant vi ut og hva betyr det (resultat og diskusjon)?

Introduksjon

Introduksjonen starter med en innledning som legger frem bakgrunnen og avgrensar temaet for besvarelsen, for så å bygge opp til forskningsspørsmålet eller problemstillingen (se [mer informasjon om problemstilling på s. 12](#)). Deretter følger teorigrunnlaget som redegjør og sammenstiller forskningsbaserte funn og teorier, samt annen relevant litteratur. I kvantitative undersøkelser vil teorigrunnlaget underbygge og lede frem til hypotesen(e) ([les mer om hypotese på side 12](#)). En hypotese predikerer den uavhengige variabelens effekt på den avhengige variabelen, det vil si at den definerer hva som manipuleres, hva som måles, og hvilket resultat som forventes. Ved noen tilfeller vil det gi mening å også presentere en nullhypotese. En nullhypotese er en hypotese som motsier hovedhypotesen ved å foreslå at manipulasjonen eller den uavhengige variabelen ikke har en effekt på utfallet. En nullhypotese brukes for å tydeligere bekrefte en hypotese eller styrke sannsynligheten for at hypotesen stemmer. Se et eksempel på introduksjon i [vedlegg 4](#). Kvalitative studier bygger ikke på hypoteser på samme måte som kvantitative, og det vil derfor normalt sett ikke formuleres noen hypoteser ved slike studier. I kvalitative studier vil derimot det teoretiske grunnlaget både innebære en empirisk forankring (altså en begrunnelse for hvorfor det valgte forskningsspørsmålet er aktuelt) og et analytisk utgangspunkt.

Metode

Denne seksjonen beskriver hvordan dataene er innhentet, hvilket utstyr som har blitt brukt i datainnsamlingen, og hvilke grupper man har innhentet dataen fra. Dataene er det man kaller informasjonen eller tallene man har samlet for å besvare forskningsspørsmålet. Metoden beskriver hva som er gjort i nok detaljer til at leseren kan gjøre det samme kun ved å lese metoden. Ved å forklare datainnsamlingen på en slik måte viser man samtidig at all informasjon er innhentet behandlet på en pålitelig måte. Ved kvantitative studier viser også denne delen at datamaterialet er hentet fra en representativ gruppe. Metodedelen består gjerne av følgende underseksjoner i den gitte rekkefølgen (psykologistudenter skal alltid bruke disse delene i den gitte rekkefølgen så sant annet ikke er oppgitt):

- Deltagere: beskriver antall deltagere, gjerne kjønnsfordeling, gjennomsnittlig alder og spredning, samt andre relevante bakgrunnsopplysninger om deltakerne. Denne delen er kort og består vanligvis bare av et par setninger. I denne delen er det viktig å ta forskningsetiske hensyn og holder deltakerne anonyme der det er avtalt. Ved kvalitative undersøkelser med få deltakere vil det for eksempel ikke alltid være

forsvarlig å oppgi blant annet kjønn og alder av forskningsetiske hensyn. Slike vurderinger må gjøres individuelt for den aktuelle artikkelen.

- **Materiale:** beskriver alt av utstyr, skjemaer, stimuli og annet materiale som ble brukt. Det kan være alt fra spesifikasjoner på maskiner til figurer som presenterer visuelle illusjoner, eller spørsmålskategorier til et spørreskjema.
- **Design:** beskriver den/de uavhengige og avhengige variablene, samt utforming av det eksperimentelle designet (within-subjects / between-subjects / mixed model). Denne delen er kort og består vanligvis bare av et par setninger.
- **Prosedyre:** beskriver fremgangsmåte for datainnsamling steg-for-steg. Her kan du gjerne tenke at du skal beskrive alle stegene en deltaker går gjennom når hen deltar. Ved kvalitative studier vil også analyseprosessen måtte redegjøres for. Da skriver du ikke bare om hvordan dataene er innhentet, men også om hvordan du som forsker har analysert dataene.

Resultat

Her presenteres først dataene som ble samlet inn, med en beskrivelse av deres opprinnelige form og eventuelle transformasjoner. Analysene skal også beskrives, før resultatene og funnene legges frem. Resultatene skal presenteres på en oversiktlig og forståelig måte, gjerne med en tabell eller figur der dette er relevant. Hvis det er gjort flere undersøkelser og/eller analyser, kan resultatdelen organiseres i underseksjoner. Ved kvantitative studier kan resultatene støtte hypotesen, gå imot hypotesen, eller vise til ingen effekt, derfor må funnene tolkes (tolkningen gjøres i diskusjonen). Se eksempel på metode og resultat i [vedlegg 5](#).

Diskusjon

Denne delen starter med en oppsummering av de viktigste funnene. Ved kvantitative studier spesifiserer denne delen hvorvidt funnene støttet hypotesen(e). Du skal **ikke** diskutere en eventuell nullhypotese, da denne kun sier det motsatte av hypotesen. Å diskutere både hypotese og nullhypotese blir derfor overflødig.

Diskusjonen skal beskrive, tolke og trekke frem betydningen av arbeidet som er gjort. I tillegg skal den trekke inn teori fra introduksjonen for å få frem hva som går igjen, og hva som eventuelt skiller seg ut. Diskusjonen demonstrerer dine analytiske ferdigheter og argumentasjonsferdigheter, og konkluderer med hovedpoengene. Det er viktig at du

presenterer argumentene dine i lys av resultater og teori fremfor å basere diskusjonen på din personlige mening. Derfor kan det være hensiktsmessig å formulere nøytrale poenger, for eksempel ved å skrive «Resultatet kan tyde på at ...» fremfor «Jeg syntes at ...». Det er viktig at du tydelig svarer på forskningsspørsmålet eller problemstillingen i denne delen, gjerne avslutningsvis. Det er også vanlig å avslutte en forskningsartikkel med å foreslå temaer for fremtidig forskning basert på dine funn og eventuelle begrensninger ved egen studie, for å vise at forskningstemaet ikke er ferdig utforsket med din artikkel.

Andre oppgavetyper: Oppsett og disposisjon

Besvarelser som ikke skal skrives i artikkelformat inkluderer visse hjemmeeksamener, refleksjonsnotater, mappeoppgaver, essay, og arbeidskrav med egne spesifikasjoner. Slike besvarelser følger en tredeling som inkluderer innledning, hoveddel og avslutning/konklusjon.

Innledning

Besvarelsen skal inkludere en kort innledning med bakgrunn for oppgaven, sentrale begrep, og begrunnelse for tema og avgrensning. Begrunnelse for temaet skal ikke være av personlig art, og du skal ikke begrunne hvorfor **du** valgte å skrive om dette. Du skal begrunne temaet og problemstillingen din på en vitenskapelig eller empirisk måte, for eksempel ved å legge frem hvorfor dette er interessant fra et samfunnsperspektiv. Innledningen skal kort si noe om hva du skal gjøre videre i oppgaven, og avsluttes gjerne med en eller flere problemstilling(er). Ved noen tilfeller vil du få en ferdig formulert problemstilling som en del av oppgaven, eller få en oppgave der du kun skal avgrense en problemstilling og ikke lage din egen. Les alltid oppgaven nøye så du er sikker på at du svarer på det du blir bedt om. Se [mer informasjon om problemstilling på side 12](#).

Hoveddel

Hoveddelen er selve besvarelsen på oppgaven, hvor du redegjør for og diskuterer vitenskapelig forskning og andre kilder som bidrar i å besvare problemstillingen. Husk at du må skrive med egne ord som viser at du har forstått stoffet. Det kan ofte være aktuelt å dele inn hoveddelen i tematiske underkapitler som gjør det lettere for leseren å følge teksten. Det er naturlig at hoveddelen består av argumenter, diskusjon og drøfting.

Avslutning

Enhver besvarelse skal inkludere en kort avslutning som trekker frem det viktigste i oppgaven. Her skal du presentere hva du har gjort og hva du har kommet frem til, samt tydeliggjøre hvordan problemstillingen er besvart. Det er vanlig å avslutte oppgaven ved å trekke en konklusjon, som gjerne kan være selve svaret på problemstillingen.

Problemstilling

Problemstillingen formuleres som en påstand eller et spørsmål, og det er den som setter rammen for resten av besvarelsen. Det er alltid lurt å starte med å tenke ut en problemstilling. Avgrens problemstillingen slik at leseren forstår hva som er formålet med besvarelsen din. Når du skriver besvarelsen bør du sikre gjennomgående bruk av begreper, fra problemstilling til konklusjon, og forsikre deg om at du faktisk svarer på problemstillingen og ikke sporer av.

En god problemstilling kommer med en påstand som krever utredelse og argumentasjon, eller stiller et spørsmål som krever mer enn et ja eller nei. Problemstillingen skal gjøre det lettere for deg å finne relevant litteratur, disponere oppgaven, og trekke en konklusjon. Problemstillingen hjelper også leseren til å finne frem til det viktigste i teksten.

Disse spørsmålene hjelper deg til å formulere en god problemstilling:

- Er problemstillingen relevant?
- Er det mulig å besvare problemstillingen?
- Er problemstillingen kort og presist formulert?
- Svarer oppgaven på problemstillingen? (Dette kommer når du gjør deg ferdig.)

Hypotese

Hypotesen definerer hva en studie går ut på og hvilke resultater som forventes. Det er viktig at hypotesen holder seg innenfor rammen satt av problemstillingen eller forskningsspørsmålet. Hypoteser er først og fremst aktuelt ved kvantitative studier. Følgende punkter kan hjelpe deg på vei til en god hypotese:

- Hypotesen beskriver det studien manipulerer (den uavhengige variabelen) og det studien måler (den avhengige variabelen)
- Hypotesen inneholder gjerne en prediksjon som beskriver forventet utkom, enten som den uavhengige variabelens effekt på den avhengige variabelen eller som samvariasjon mellom variablene

- Hypotesen er formulert som en påstand som kan få støtte eller motstand, det vil si at den er falsifiserbar
- Hypotesen beskriver forventet resultat, men det er nullhypotesens premiss om ingen effekt som blir testet

Kildehenvisning

Hver gang du bruker informasjon som kommer fra noen andre, må du vise hvor du har hentet informasjonen fra. Et tips kan være å vise til kilde hver gang du skriver noe som ikke regnes som allmennkunnskap i Norge.

APA kommer stadig med oppdaterte retningslinjer, og vi ønsker at du bruker APA 7th for dine besvarelser. Det er laget et eget dokument med retningslinjer for kildehenvisning som du finner **her (lenke kommer)**. Du kan også lese mer om kildehenvisning etter APA 7th på Søk og skriv sine nettsider: <https://sokogskriv.no/referansestiler/apa-7th.html>

Når du bruker en kilde, skal du både vise til kilden direkte i teksten og du skal inkludere den i en referanseliste som plasseres til slutt i oppgaven din. Henvisningen du skriver i teksten er en kortversjon av det som skrives i referanselisten. Referansene skal skrives løpende i teksten, rett etter informasjonen du har funnet i kilden. Ikke vent til slutten av et avsnitt med å vise til en kilde, da dette gjør det vanskelig for leseren å forstå hvilken informasjon som er basert på kilden og hva som er studentens tolkning eller egne poenger.

Når du viser til kilden i teksten skal du bare skrive forfatterens etternavn, årstall og eventuelt sidetall. I referanselisten kreves noe mer informasjon, der du blant annet må ha navnet på artikkelen, navnet på tidsskriftet, og lenke dersom du har brukt en elektronisk kilde. Ulike kildetyper skal skrives noe ulike i referanselisten, så her er det viktig at du følger retningslinjene for kildebruk (lenke kommer) eller Søk og skriv sine nettsider for å finne riktig informasjon.

Referanselisten skrives med hengende innrykk, som betyr at alle linjer utenom den første skal ha innrykk i hver referanse. For å få til dette, kan du først skrive alle kildene normalt under hverandre, deretter markere hele teksten og trykke ctrl+T på PC eller cmd/command + T på Mac.

Vedlegg 2 er en tabell som trekker frem de viktigste huskereglene for kildehenvisning i APA-stilen. Det kan være hjelpsomt å ha denne skrevet ut eller lett tilgjengelig når du skal skrive en akademisk tekst. Du kan se eksempler på referanselister i vedlegg 4 og 5, og eksempler på hvordan du skriver kilder i teksten i vedlegg 5.

Vedlegg 1: Huskereglene for format og struktur

Formatering	<p>Skrift: Times New Roman, 12 pkt, 1,5 i linjeavstand.</p> <p>Avsnitt: Innrykk for nytt avsnitt, ikke hopp over en linje.</p> <p>Topptekst: Tittel til venstre, sidetall i høyre. Ingen topptekst på forsiden.</p>
Forside	Følgende skal være på forsiden i gitt rekkefølge (se mal i vedlegg 1): Tittel på oppgaven, navn/kandidatnummer, School, institusjon, emnekode og -navn, navn på studieprogram, antall ord, innleveringsdato, standardtekst nederst på forsiden.
Overskrifter	<p>Overskrifttype 1</p> <p>Overskrifttype 2</p> <p><i>Overskrifttype 3</i></p>
Artikkel	<p>Følgende seksjoner skal med i en artikkel, i gitt rekkefølge.</p> <p>Abstrakt: et par setninger som oppsummerer det viktigste i artikkelen</p> <p>Introduksjon: tematisk bakgrunn og teori, leder opp til et forskningsspørsmål og en hypotese.</p> <p>Metode: forklarer hvordan dataen er innhentet og fra hvem.</p> <ul style="list-style-type: none"> Deltakere Materiale Design Prosedyre <p>Resultat: forklarer hvordan dataene er analysert og hvilket resultat man finner.</p> <p>Diskusjon: Oppsummerer de viktigste funnene, diskuterer hva funnene betyr, og svarer på forskningsspørsmål og hypotese.</p>
Andre oppgavetyper	<p>Andre oppgavetyper følger en tredeling:</p> <p>Innledning: Bakgrunn for oppgaven, avslutter gjerne med en problemstilling.</p> <p>Hoveddel: Presenterer vitenskapelige kilder og forskning, diskuterer eller drøfter frem et svar på problemstillingen.</p> <p>Avslutning: Trekker frem de viktigste poengene og konkluderer med et tydelig svar på problemstilling.</p>
Problemstilling	<p>Problemstillingen skal spisse og avgrense oppgaven. Det er viktig at problemstillingen besvares. Sjekkliste:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Er problemstillingen relevant? - Er det mulig å finne et svar på problemstillingen? - Er problemstillingen kort og presist formulert? - Svarer oppgaven på problemstillingen? - Krever problemstillingen mer enn et ja/nei svar?
Hypotese	Definerer hva studien går ut på og forventede resultater. Presenterer en prediksjon som beskriver forventet utfall. Beskriver hva studien manipulerer (den uavhengige variabelen) og det studien måler (den avhengige variabelen).

Vedlegg 2: Huskereglene for kildehenvisning i APA 7th

	Kildehenvisning i referanselisten	Kildehenvisning i teksten
Rekkefølge	<p>Innad i en kilde skal du ikke endre på rekkefølgen på etternavnene. Forfatteren som står først i kilden, skal alltid stå først når du viser til kilden.</p> <p>I referanselisten skal kildene presenteres i alfabetisk rekkefølge. Det vil si at en bok som er skrevet av Andersen & Hansen skal skrives før en artikkel av Borg & Carlsen, fordi det første etternavnet i kilden er det som gjelder.</p> <p>Alle kildene dine skrives i en og samme referanseliste. Du skal ikke dele inn referanselisten i underkategorier som «bøker», «artikler», eller lignende.</p>	<p>Etternavnene skrives i samme rekkefølge som de fremkommer i kilden.</p>
Bok	<p>Etternavn, initial på fornavn. (årstall). <i>Tittel på boken</i>. Navn på forlaget.</p> <p>Eksempel: Pettersen, O. (2019). <i>Mobilbruk i Norge</i>. Cappelen Damm.</p>	<p>(Etternavn, årstall, sidetall).</p> <p>Eksempel 1: I Norge har 95% av alle ungdommer egen smart telefon før de blir 14 år (Pettersen, 2019, s. 3).</p> <p>Noen ganger vil du ønske å skrive navnet på forfatteren inn i teksten. Da kan du gjøre det på følgende måte.</p> <p>Eksempel 2: Pettersen (2019, s. 3) skriver at 95% av alle ungdommer i Norge har egen smarttelefon før de blir 14 år.</p>
Elektronisk artikkel	<p>Etternavn, initial på fornavn. (årstall). Tittel på artikkel. <i>Navn på tidsskrift, volum/årgang</i>, sidetall. URL/DOI.</p> <p>NB: Doi er en lenke til kilden som ofte oppgis i artikkelen.</p> <p>Eksempel: Olsen, K., & Jansen, K. (2015). Symptomer på avhengighet. <i>Norsk Medieforskning</i>, 17, 56-71. https://doi.org/4.17.27.56</p>	<p>(Etternavn, årstall, sidetall).</p> <p>Eksempel 1: Det finnes en rekke symptomer på avhengighet (Olsen & Jansen, 2015, s. 5)</p> <p>Eksempel 2: Olsen og Jansen (2015, s. 5) rapporterer en rekke symptomer på avhengighet.</p>
Nettside med forfatter	<p>Etternavn, initial på fornavn. (årstall, dato). <i>Tittel på artikkel</i>. Navn på nettsted. URL.</p> <p>Eksempel: Kulmo, W. M. (2019, 17. januar). Åtte myter om hjernen. <i>Forskning.no</i>. https://forskning.no/bakgrunn-hjernen-ntnu/atte-myter-om-hjernen/1281312</p>	<p>(Etternavn, årstall)</p> <p>OBS: hvis kilden mangler årstall skriver du u.å. som er en forkortelse for uten år.</p> <p>Eksempel: (Kulmo, 2018).</p>

Nettside uten forfatter	<p>Navn på organisasjon. (årstall, dato). <i>Tittel</i>. URL.</p> <p>NB: Når en nettside ikke har en forfatter, er det ofte fordi det er publisert av en organisasjon. Da skal du bytte ut forfatterens navn med organisasjonens navn.</p> <p>Eksempel: FN-sambandet. (2020, 18. juni). FNs bærekraftsmål. https://www.fn.no/om-fn/fns-baerekraftsmaal</p>	<p>(Navn på organisasjon, årstall)</p> <p>Eksempel: (FN-sambandet, 2020).</p>
Flere forfattere	<p>Ved to forfattere skives begge etternavn og initialer, skilt med &, som du kan se i eksempelet over.</p> <p>Ved fler enn to forfattere skrives alle inn i referanselisten med etternavn og initial på fornavn. Dersom det er over 20 forfattere, skrives de 19 første etterfulgt av ... og navnet på siste forfatter.</p> <p>Eksempel: Pettersen, O., Kverneland, C. S., & Vikman, S. (2019). <i>Mobilbruk i Norge</i>. Cappelen Damm.</p>	<p>Dersom det er to forfattere skrives begge etternavn i teksten med & mellom. Se eksempel over.</p> <p>Ved fler enn to forfattere skrives kun etternavnet til den første forfatteren etterfulgt av «et al.» som betyr «og andre».</p> <p>Eksempel: En stor andel unge nordmenn bruker mobilen før de skal sove (Pettersen et al., 2019, s. 7)</p>
Sekundærhenvisning	<p>Noen ganger leser du om en kilde i en annen kilde, men finner ikke frem til kilden du leser om. Da må du <i>sekundærhenvise</i>, altså vise til en kilde du ikke har lest selv.</p> <p>I referanselisten skriver du <i>bare</i> kilden du faktisk har lest. Du skal aldri skrive inn en kilde du ikke har lest i referanselisten.</p>	<p>I teksten viser du til både den kilden du har lest og kilden du ikke har lest.</p> <p>I eksempelet under har du lest en tekst av Pettersen (2019) der han skriver om en artikkel av Fredriksen (2017).</p> <p>Eksempel: Det er vanskeligere å huske tall enn ord (Fredriksen, 2017, referert i Pettersen, 2019).</p>

Vedlegg 3: Forsidemal



[TITTEL PÅ BESVARELSEN I STORE BOKSTAVER]

[Navn / kandidatnummer / studentnummer]

School of Health Sciences

Høyskolen Kristiania

[Emnekode – emnenavn]

[Navn på studieprogram]

[Antall ord]

[Innleveringsdato]

«[Denne/dette] [arbeidskravet/eksamensbesvarelsen/bacheloroppgaven] er gjennomført som en del av utdanningen ved School of Health Sciences – Høyskolen Kristiania. Høyskolen Kristiania er ikke ansvarlig for oppgavens metoder, resultater, konklusjoner eller anbefalinger.»

Vedlegg 4: Et forkortet eksempel på introduksjon til en artikkel

BEVISSTHET SOM ABSTRAKT BEGREP OG MÅLBAR PROSESS

Mennesket er en art som har mulighet til å reflektere over vår egen eksistens. Innenfor våre mentale verktøy finnes en prosess som tillater oss å behandle informasjon om både oss selv og verden rundt oss: bevissthet. Men hva er egentlig bevissthet? Fra et filosofisk ståsted mener Sperry (1969) at bevissthet er en samling av mentale konstrukter, og at vår virkelighet er ene og alene definert av hvilke mentale representasjoner vi har laget om verden rundt oss. Til tross for at vår forståelse av virkeligheten er subjektiv, kan man argumentere for at bevissthet reflekterer et naturlig fenomen som må ha et biologisk utgangspunkt i hjernen (Lamme, 2006; Llinás, Ribary, Contreras & Pedroarena, 1998). Prosessene involvert kan ses på som behandlere av sanseinformasjon (Singer, 2001), en prosess som ikke er lært eller formet gjennom livet men heller en medfødt egenskap (Llinás et al., 1998).

Ikke alle forskere er enig med dette utgangspunktet: James (1904) påpeker at bevissthet kun er et ord. Det representerer nødvendigvis ikke en unik enhet i hjernen, men heller en funksjon - det er kun et begrep vi bruker for å forklare atferd og handlinger (James, 1904, s. 477). Disse ulike synspunktene illustrer hvor abstrakt konseptet om bevissthet er. En mulighet er å forenkle forskningsspørsmålet ved å se på prosessene som er involvert fremfor å forsøke på en utilstrekkelig definisjon. Det som skjer da er at «...the explanatory gap reduces itself to the question how the brain accomplishes its cognitive function (Singer, 2001, s. 125)». Med andre ord er det viktigste å forske på hvordan prosessene i bevissthet fungerer.

Vedlegg 5: Eksempel på metode og resultat til en artikkel

Metode

Deltagere

Totalt 104 personer i alderen 18 til 42 år ($M=23$, $SD=5,39$) deltok i undersøkelsen, av disse var 53 kvinner. Deltagerne ble rekruttert gjennom innlegg i ulike nettforaer, kun de som rapporterte normal smaks- og luktesans ble invitert til å delta. Ingen av deltagerne hadde deltatt i en smakstest tidligere.

Materiale

Smakstesten besto av fem smaksprøver, en umami ostebit, en søt gummibjørn, en syrlig eplebåt, en bitter oliven og en salt kjeks. Smaksprøvene ble presentert to ganger hver, med et av to ulike visuelle stimuli i bakgrunnen. Figur 1 illustrerer både smaksprøvene og de forskjellige visuelle design- og fargepalettene. Deltagerne førte opp sine assosiasjoner på et svarskjema, inkludert i Vedlegg 1.



Figur 1. Smaksprøver servert på hvite tallerkener, enten med en rød fargepalett med et design som henledet til ild eller en blå fargepalett med et design som henledet til nattehimmelen.

Design

Ekspérimentet bruker et within-subjects design for å undersøke effekten av to forskjellige visuelle paletter og fem forskjellige smaker på emosjonelle assosiasjoner. De to ulike visuelle palettene og de fem forskjellige smakene var de uavhengige variablene i dette eksperimentet, og assosiasjonene var den avhengige variabelen.

Prosedyre

Deltagerne ble tatt imot i et venterom hvor de mottok informasjon om studien og fylte ut samtykkeskjema. Deltagerne fikk beskjed om at de skulle få tilsammen 10 smaksprøver, de

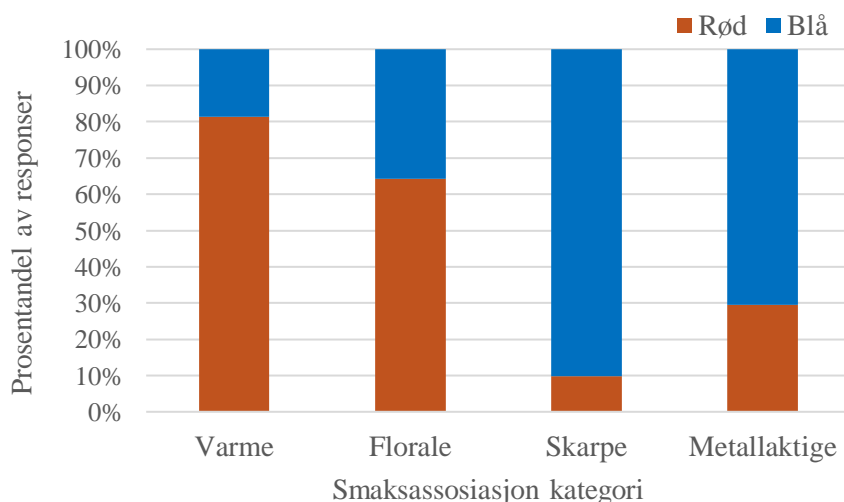
skulle smake på disse en etter en og føre opp sine assosiasjoner på et skjema. Deltagerne fikk deretter ta plass ved hver sin smaksstasjon. Smaksprøvene ble utlevert på en hvit og nøytral tallerken, en om gangen. Mellom hver smaksprøve ble den visuelle presentasjonen slått av. Undersøkelsen tok omtrent 20 minutter å fullføre.

Resultat

Med utgangspunkt i grounded theory ble deltagerne assosiasjoner analysert og kodet om til kategorier. Dette gjorde det mulig å sammenligne antall responser per kategori, for hver smaksopplevelse. Det var fire kategorier som gikk igjen på tvers av de fem smaksprøvene. For den røde design- og fargepaletten var det varme og florale temaer, mens for den blå var det skarpe og metallaktige temaer. Forskjellen mellom assosiasjoner for hver fargepresentasjon ble videre analysert med paired samples t-tester.

Umami

En paired samples t-test viste at umami-smaken presentert med den røde design- og fargepaletten vekket signifikant flere varme smaksassosiasjoner enn den blå, $t(102)=8.57$, $p>.05$, mens en annen paired samples t-test viste at den blå vekket signifikant flere skarpe smaksassosiasjoner enn den røde, $t(102)=9.33$, $p>.05$. To videre paired samples t-tester avdekket ingen forskjeller i florale eller metallaktige assosiasjoner for umami-smaken, $t(102)=2.84$, ns , $t(102)=1.81$, ns . Figur 2 illustrerer overvekten av andel varme over florale assosiasjoner for den røde presentasjonen, samt skarpe over metallaktige assosiasjoner for den blå. Resultatene tyder på at umami-smaken av en ostebit ikke vekker assosiasjoner til naturelementer, men heller går i retning av tekstur og temperatur.



Figur 2. Assosiasjoner vekket av de ulike visuelle presentasjonene for umami-smaksprøven.

Vedlegg 6: Eksempel på referanseliste

Referanseliste

- Holt, N., Bremner, A., Sutherland, E., Vliek, M., Passer, M. & Smith, R. (2019). *Psychology: The science of Mind and Behaviour* (4.utg). London: McGraw-Hill Education.
- James, W. (1904). Does 'consciousness' exist? *Journal of Philosophy, Psychology, and Scientific Methods*, 1(18), 477-491. <https://doi.org/10.2307/2011942>
- Lamme, V. A. F. (2006). Towards a true neural stance on consciousness. *Trends in Cognitive Sciences*, 10(11), 494-501. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2006.09.001>
- Lereya, S. T., Copeland, W. E., Costello, J. E., Wolke, D. (2015). Adult mental health consequences of peer bullying and maltreatment in childhood: two cohorts in two countries. *The Lancet Psychiatry*, 2(6), 524-531. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00165-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00165-0)
- Llinás, R., Ribary, U., Contreras, D. & Pedroarena, C. (1998). The neuronal basis for consciousness. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 353(1377), 1841-1849. <https://doi.org/10.1098/rstb.1998.0336>
- Singer, W. (2001). Consciousness and the binding problem. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 929(1), 123-146. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2001.tb05712.x>
- Sperry, R. W. (1969). A modified concept of consciousness. *Psychological Review*, 76(6), 532-536. <https://doi.org/10.1037/h0028156>
- Svartdal, F. (2015). *Psykologiens Forskningsmetoder: En Introduksjon*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Teigen, K. H. (2015). *En Psykologihistorie*. Bergen: Fagbokforlaget.

Vedlegg 7: Eksempeltekst for struktur og formatering

EKSEMPELTEKST FOR ANDRE OPPGAVETYPEN

Nora Østby
School of Health Sciences
Høyskolen Kristiania

PSY1100 – Innføring i psykologi
Bachelor i anvendt psykologi
1156
01.01.2020

«Dette essayet er gjennomført som en del av utdanningen ved School of Health Sciences – Høyskolen Kristiania. Høyskolen Kristiania er ikke ansvarlig for oppgavens metoder, resultater, konklusjoner eller anbefalinger.»

Kommentert [NØI]:

På **forsiden** trenger du hverken toppetekst eller sidetall. I dokumentet med retningslinjer finner du en egen mal som kan kopieres og brukes som forside.

Husk å bytte ut alt som står i [braketter] med riktig informasjon.

EKSEMPELTEKST FOR ANDRE OPPGAVETYPEN 2

Innholdsfortegnelse

<i>Du kan dele innledningen i flere deler.....</i>	3
Hva skjer etter innledningen?.....	3
<i>Drøfting og diskusjon.....</i>	3
Hoveddelen kan deles inn i flere temaer	4
Avslutning	5
Referanseliste.....	6

Overskriften for innholdsfortegnelse og referanseliste skal skrives i normal skrift. Det vil si Times New Roman, 12, uten utheving eller kursiv.

EKSEMPELTEKST FOR ANDRE OPPGAVETYPER

EKSEMPELTEKST FOR ANDRE OPPGAVETYPER

Dette eksempelet er laget for å tydeliggjøre hvordan en besvarelse bør se ut når den følger retningslinjene. Dette avsnittet er innledningen til teksten. Som du kan se, skal du ikke ha en egen overskrift for innledningen til teksten. Du starter å skrive innledningen like under tittelen. I innledningen skal du skrive overordnet informasjon om temaet, og på slutten av innledningen presenterer du problemstillingen din. Det kan være lurt å gjøre problemstillingen tydelig slik at leseren er helt sikker på hva du skal skrive om.

Du kan dele innledningen i flere deler

Ved noen tilfeller vil det være fornuftig å dele innledningen inn i flere deler med underoverskrifter. Dersom dette er tilfellet, skal du ikke bruke overskrift 1 som første overskrift her.

Hva skjer etter innledningen?

Like etter introduksjonen skal du begynne å skrive hoveddelen. Nå skal du gå mer i dybden av temaet og den valgte problemstillingen. Du finner forskning eller teorier som belyser temaet ditt og hjelper deg med å besvare problemstillingen. Det er viktig at du hele tiden husker på at informasjonen du har med skal bidra i å besvare **problemstillingen din**.

Det er i hoveddelen at du skal legge frem kildene du har funnet og diskutere disse. Kildene du bruker skal være gode og vitenskapelige. Husk at du må oppfylle de formelle kravene, som antall kilder, bruk av pensumlitteratur, antall ord, osv. Nå later jeg som at jeg viser til en kilde for å demonstrere hvordan det gjøres (Østby, 2019, s. 12).

Drøfting og diskusjon

Noen ganger vil man dele inn teksten som hører til en overskrift i mindre deler. Dette kan skape bedre oversikt og en god struktur. Her ser du hvordan det ville ha sett ut dersom jeg i hoveddelen ville ha skrevet om «Drøfting og diskusjon» som en del av «Hva skjer etter innledningen?». Her viser jeg igjen til en liksomkilde, slik at du kan se hvordan det ser ut dersom kilden ikke kommer på slutten av et avsnitt (Østby, 2012, s.123). Det er også mulig å dele temaet for denne underoverskriften inn i flere deler. Hvis jeg for eksempel vil skrive mer om diskusjon og drøfting hver for seg, for eksempel for å vise forskjeller, kan jeg dele disse inn ved å bruke overskrift 3, som du kan se under.

3

I **toppteksten** skriver du tittelen på oppgaven til venstre. Denne skrives med store bokstaver i samme skrifttype som resten (Times New Roman, 12). Toppteksten skal være samme som tittelen eller en forkortet versjon på maks 50 tegn. Til høyre i toppteksten har du **sidetall**.

Tittelen midtstilles og skrives i store og fete bokstaver.

Du skal **ikke ha en egen overskrift for innledningen**. Begynn å skrive innledning rett etter tittelen.

Dersom du vil bruke underoverskrifter i innledningen, begynner du rett på **overskrift 2** uten å ha brukt overskrift 1. Dette er kun tillatt i innledningen. Ellers må du ha overskrift 1 før du bruker overskrift 2.

Etter introduksjonen begynner du på **hoveddelen**. Du bør ikke bruke «hoveddel» som overskrift, men heller en overskrift som passer til temaet. Hoveddelen kan gjerne bestå av flere deler. Her brukes **overskrifttype 1**.

Legg merke til at alle **avsnitt** begynner med et **innrykk**. Dette er slik avsnittene skal se ut i dine besvarelser.

Her ser du et eksempel på hvordan en **kilde** kan se ut i APA-stil. Etter setningen skrives kilden i parentes. Punktumet som avslutter setningen settes da etter kilden.

Jeg hopper kun over en linje før en ny overskrift, aldri ellers.

Her skrives en **overskrift 2**. Det er viktig å merke seg at denne delen også hører til under overskriften «Hva skjer etter innledningen?», og er en del av dette. Hadde du begynt på et nytt tema her, måtte underskriften vært type 1.

Husk å ikke bruke **forkortelser** som f.eks. i akademiske tekster, men skriv hele ordet/frasen.

Her skrives en **overskrift 3**. Disse delene hører nå til under overskriften «Drøfting og diskusjon» og er en del av dette.

EKSEMPELTEKST FOR ANDRE OPPGAVETYPEN

4

Diskusjon. Her skriver du mer om det aktuelle temaet ditt, og bruker det som overskrift. I mitt tilfelle skriver jeg altså mer om hva diskusjon er her. Dette viser hvordan du kan dele teksten inn i flere nivåer. Som du kan se, begynner teksten her like etter overskriften, og overskriften skrives ikke på en egen side.

Drøfting. Her kan du se hvordan du skulle ha fortsatt hvis du hadde flere slike deler. Slik kan du altså fortsette.

Hoveddelen kan deles inn i flere temaer

Slik kan det altså se ut når du skal over i en ny del. Her skriver du om et nytt tema som hører til denne nye underoverskriften. Nå skal teksten handle om noe litt annet enn den første underoverskriften i hoveddelen. Sånn kan du altså fortsette gjennom teksten, med ulike temaer og inndelinger. Ved noen tilfeller vil det gi mening å bruke sitater, fordi du vil få frem et utsagn, en definisjon, eller lignende. Hvis sitatet er under 40 ord langt, skriver du det bare i anførselstegn. I neste setning kan du se et eksempel. Ifølge Østby (2020) kan «alle bruke sitater i sine tekster, men da må det skrives i anførselstegn, og man må vise til forfatter, årstall og sidetall for sitatet» (s. 23). Dersom sitatet ditt er over 40 ord skal sitatet skrives i et eget avsnitt.

Ved noen tilfeller vil det gi mening å bruke forkortelser i teksten. Her skal jeg skrive litt om School of Health Sciences (SCHS) ved Høyskolen Kristiania (HK). Fordi dette er første gang jeg bruker disse forkortelsene må jeg skrive hele navnet. Videre i teksten kan jeg nå bare bruke forkortelsen, for nå vet leseren hva forkortelsene står for.

Du vil ofte vise til kilder som har flere forfattere. Noen kilder har to forfattere, og da skrives de slik jeg gjør her (Børresen & Østby, 2019, s. 4). Noen ganger er det flere enn to forfattere, og da skriver man kun den første forfatteren etterfulgt av «et al.» som er en forkortelse av et latinsk begrep og betyr «og andre» (Østby et al., 2002, s. 5). At man alltid skal skrive første forfatter etterfulgt av «et al.» når det er flere enn to forfattere er nytt i APA 7, så det kan godt hende du har brukt en annen versjon før. Ikke la dette stresse deg for mye, hvis du ønsker å følge reglene for APA 6 her (som du blant annet finner på nettsidene til Søk og skriv), går det helt fint. Det viktige er at du da bør følge samme versjon gjennom hele teksten din, og ikke bytte mellom APA 6 og APA 7.

Her kan du se et eksempel på hvordan du kan skrive et sitat i teksten. Bruk anførselstegn for å vise at det er et sitat, og husk at du må vise til forfatter, årstall og sidetall for kilden. Hvis sitatet er på over 40 ord må det skrives i et eget avsnitt.

Det er ofte fornuftig å bruke forkortelser i akademiske tekster. Første gang du bruker forkortelsen må du skrive hele ordet/uttrykket/navnet etterfulgt av forkortelsen i parentes. Slik viser du leseren hva forkortelsen betyr. Deretter trenger du kun å skrive forkortelsen.

Hvis en kilde har **to forfattere**, skal du skrive begge etternavn med &-tegnet i midten.
Hvis kilden har flere enn to forfattere skriver du kun den første forfatteren etterfulgt av «et al.».

EKSEMPELTEKST FOR ANDRE OPPGAVETYPEN

5

Avslutning

Etter du er ferdig med å diskutere og argumentere i hoveddelen, går du over til en avslutning. Nå havnet avslutningen naturlig på en egen side, men det er ikke nødvendig. Vanligvis hopper du bare over en linje og skriver en ny overskrift, som du har gjort i resten av teksten. Her oppsummerer du de viktigste punktene du har tatt opp i hoveddelen som bidrar til å besvare problemstillingen. Det er også naturlig å komme frem til en konklusjon som tydelig svarer på problemstillingen.

EKSEMPELTEKST FOR ANDRE OPPGAVETYPEN

6

OBS: Kildene i dette eksempelet er fra pensum i psykologi, og har ikke blitt brukt i denne teksten.

Referanseliste

- Holt, N., Bremner, A., Sutherland, E., Vliek, M., Passer, M. & Smith, R. (2019). *Psychology: The science of Mind and Behaviour* (4.utg). London: McGraw-Hill Education.
- Storsve, O., Sundet, J. M., Torjussen, T. M., & Lang-Ree, O. C. (2018). Flynn-effekten i Norge og andre land: Praktiske implikasjoner og teoretiske spørsmål. *Scandinavian Psychologist*, 5, e6. <https://doi.org/10.15714/scandpsychol.5.e6>
- Svartdal, F. (2015). *Psykologiens Forskningsmetoder: En Introduksjon*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Teigen, K. H. (2015). *En Psykologihistorie*. Bergen: Fagbokforlaget.

Referanselista begynner alltid på en ny side. Overskriften for innholdsfortegnelse og referanseliste skal skrives i normal skrift. Det vil si Times New Roman, 12, uten utheving eller kursiv.

Referanselista skrives i **alfabetisk rekkefølge**. Du skriver forfatterne i en kilde i samme rekkefølge som de blir skrevet i kilden. Når du skal sette kilden inn i referanselisten, skriver du den kilden som har en førsteforfatter på A før den med førsteforfatter på B og så videre.

Når man bruker tidsskrift fra elektroniske leksikon, finnes det ofte et doi-nummer eller en doi-lenke. **Doi** står for «digital object identifier» og hjelper leseren med å enkelt finne artikkelen. Bruk alltid doi der det finnes, og hvis du ikke finner doi bruker du URL.

Referanselista skal skrives med **hengende innrykk**. Det vil si at kun den første linja i en kilde begynner ved margen, og at resten av linjene begynner med innrykk. For å få dette kan du skrive referanselista med helt vanlig skrift, der alle linjene starter ved margen. Deretter markerer du hele referanselisten og trykker ctrl+T på pc eller cmd+T på mac.