



# Tilvísanakerfi og heimildaskráning.

Byggt að mestu á Publication manual of the American Psychological Association (APA) 6. útgáfu og Gagnfræðakveri handa háskólanemum 4. útgáfu.

**vili**



## Frágangur og uppsetning á ritgerðum

Þessar ábendingar um frágang eru í samræmi við Publication manual of the American Psychological Association (APA) (2010) 6. útg. Mikilvægt er að gefa sér góðan tíma til að undirbúa ritgerðir, kynna sér vel verkefnislýsinguna, finna heimildir sem hæfa ritgerðinni, lesa þær o.s.frv. Skilið ritgerðum á tilsettum tíma. Búast má við að dregið sé niður í einkunn fyrir ritgerðina ef ekki er farið eftir kröfum kennara sem koma fram í verkefnislýsingu, því er skilað of seint, ekki er farið eftir leiðbeiningum um tilvísanir og uppsetningu ritgerðar. Með því að vísa í heimildir er höfundur ritgerðar að láta lesandann vita hvar efnið er birt. Höfundur sem ekki vísar í efni og eignar sér þannig verk annarra hefur gerst sekur um ritstuld.

1. Athugið kröfur kennara hvort skila eigi í tölvupósti, inni á Moodle og/eða útprentuðu eintaki.
2. Ef skila á útprentuðu eintaki skilið þá ritgerðum á hvítum A-4 blöðum, prentuðum í geislaprentara eða skýrum blekprentara, í plastmöppu/plastumslagi sem kemst í venjulegt A4 umslag.
3. Vinstri spássía á að vera 2,5-3,5 cm. Hægri spássía svipuð. Efri og neðri spássíur eru um 2,5 cm.
4. Blaðsíðutal á að vera í hægri horninu efst með arabísku lettri (1, 2, 3, 4...). Forsíða er blaðsíða númer 1 en ekki haft blaðsíðunúmer á henni.
5. Efnisyfirlit er blaðsíða númer 2. Ekki er nauðsynlegt að hafa efnisyfirlit nema í stærri verkum eins og t.d. lokaritgerðum. Í efnisyfirliti koma fram fyrirsagnir með blaðsíðunúmeri.
6. Ef beðið er um útdrátt þá kemur hann strax á eftir forsíðu og er þá bls. númer 2.
7. Ef færri en tvær línur fylgja á eftir fyrirsögn neðst á síðu skal fyrirsögn flutt yfir á næstu síðu.
8. Haus (running head) skal settur fyrir framan blaðsíðutal á hverri síðu.
9. Notið einfalda skýra leturgerð t.d. Times New Roman.
10. Notið 12 punkta letur í verkefni. Má hafa stærra letur á forsíðu. Fyrirsagnir inni í verkefni eiga líka að vera með 12 punkta letri. Fyrirsagnir 1, 2, 3 og 4 eiga að vera feitlettraðar.
11. Uppsetning ritgerðar er með vinstri jöfnun, ekki hægri jöfnun.
12. Tvöfalt línubil bæði texti og heimildaskrá, nema annað sé tekið fram í verkefnislýsingu.
13. Texti skal inndreginn í byrjun hverrar málsgreinar. Fyrsta lína eftir fyrirsögn (þrep 1 og 2) eða upphafslína í kafla er inndregin. Undantekningar eru t.d. útdráttur, upphaf beinnar tilvitnunar, titill eða yfirskrift og titill töflu/myndar.
14. Gott er að eiga rafrænt eintak af ritgerð og jafnvel prentað aukaeintak.
15. Hvort sem ritgerð er skilað með tölvupósti, Moodle eða venjulegum pósti þá skuluð þið fara yfir hana áður en þið sendið hana frá ykkur til að tryggja að allt sem beðið var um í verkefnislýsingu sé með t.d. forsíða, útdráttur, inngangur, meginkafli, niðurstöðukafli, heimildaskrá, viðaukar o.s.frv.
16. Að öllu jöfnu byrja kaflarnir inngangur, meginkafli, niðurstöðu/umræðukafli á nýrri blaðsíðu, nema annað sé tekið fram í verkefnislýsingu.
17. Ekki hafa fyrirsögnina „meginkafli“. Gefið kaflanum heiti t.d. í samræmi við heiti ritgerðar.
18. Heimildaskrá byrjar á nýrri blaðsíðu með blaðsíðunúmeri í framhaldi af blaðsíðunúmeri ritgerðar.
19. Töflur og myndir eru settar sem viðaukar nema fyrirmæli séu um annað. Hver viðauki byrjar á nýrri blaðsíðu. Hver tafla er á sér blaðsíðu. Hver mynd er á sér blaðsíðu. Gefið hverri mynd og hverri töflu númer og heiti t.d. Tafla 1. Hugskeyti og mánuður eða Mynd 1. Meðaltöl og staðalfrávik. Þegar vísað er í töflu eða mynd þá er t.d. „Eins og kemur fram í töflu 1...“



Heilbrigðisvísindasvið

Hjúkrunarfræðideild/Iðjuþjálfunarfræðideild/Framhaldsnámsdeild

2011

Nafn námskeiðs

Heiti ritgerðar

(má vera mynd í bakgrunni eða fyrir neðan heiti ritgerðar)

Nafn/nöfn nemenda og kennitala/tölur:

Kennari: nafn

## Útdráttur/Ágrip

Útdráttur á að gefa heildarmynd af verkefninu t.d. tilgangi, spurningum, aðferð, helstu niðurstöðum og ályktunum. Hann er venjulegar skrifaður síðast, á að rúmast á einni blaðsíðu (150-250 orð). Skrifaður í þátið ef um útdrátt á niðurstöðum rannsóknar er að ræða. Hvergi inndreginn. Engar heimildatilvísanir.

Í lokin er sett í neðstu línu 3-5 lykilhugtök.

## Inngangur

Yfirleitt byrjar inngangur á almennum bakgrunnsupplýsingum sem gefa hugmynd um viðfangsefni verkefnis með tilvísunum í heimildir. Í inngangi kemur fram tilgangur verkefnis og eru spurningar settar fram í röklegu samhengi við tilgang. Spurningar innihalda meginhugtök sem skilgreind verða í meginkaflanum. Efnistöð meginhugtök eru kynnt. Inngangur er venjulega skrifaður í nútíð. Inngangur getur verið 1-3 blaðsíður (250-750 orð). Fer eftir heildarumfangi ritgerðar.

## Meginkafli

Í meginkafla er fjallað um fræðilegt efni sem til er um viðfangsefnið á gagnrýninn og skýran hátt. Spurningar í inngangskafli eru hafðar til hliðsjónar. Meginkaflanum er oft skipt niður í nokkra undirkafla með undirfyrirsögnum en þess þó gætt að hafa gott flæði í textanum. Byrja á almennum upplýsingum um efni sem er kunnugt eða hefur verið kynnt og enda á nýju efni sem þarfnast skoðunar.

## Niðurstöður/lokaorð

Aðalatriðin eru dregin saman með spurningar í inngangi til hliðsjónar. Niðurstaðan er skýrð og einnig hvaða lærdóm má draga af þessu verkefni. Ræða má hvort niðurstöðurnar hafi gildi fyrir fræðigreinina. Að lokum er dregin lokaályktun.

### Heiti ritgerðar/greinar

Heiti ritgerðar tekur oft mið af heiti og efnistöfum meginkafla. Mikilvægt er að hafa í huga að heitið sé stutt og hnitmiðað og gefi skýra mynd af innihaldi og efnistöfum verkefnis.

### Skammstafanir

Skammstafanir eru helst notaðar til að forðast endurtekningar á löngum heitum og til að takmarka lengd texta.

Ef skammstöfunin er ekki vel þekkt skal skrifa það sem skammstafa á í fullri lengd í fyrsta skipti og hafa skammstöfunina í sviga á eftir. Dæmi: Háskólinn á Akureyri (HA). Eftir það er hægt að nota skammstöfunina.

Ef skammstöfunin er vel þekkt og lesandinn þekkir skammstöfunina betur en fullt heiti þá er í lagi að nota hana strax. Dæmi: t.d., þ.e., o.fl., o.s.frv., s.s., þ.e.a.s.

### Tölur

Ef setning hefst á tölustaf er hún skrifuð með bókstöfum. Dæmi: Tíu prósent einstaklinga...

Að öllu jöfnu er reglan sú að skrifa tölur á bilinu 0-9 með bókstöfum en 10 og hærrí með tölustöfum.

### Undantekningar:

Nota skal tölustafi ef:

- Lágur tölur taka mið af hærri tölum. Dæmi: 5 af 11 börnum sem tóku þátt...
- Verið er að setja fram mælieiningar. Dæmi: 8 grömm, 9 lítrar.
- Verið er að setja fram tölfræði eða reikning. Dæmi: 8% stráka og 5% stúlkna..
- Verið er að setja fram dagsetningu, aldur, úrtak, peninga o.s.frv. Dæmi: 1. júlí, 4 ára...
- Um er að ræða ákveðinn stað í númeraröð.
- Allar tölur í útdrætti. Dæmi: Lottótölur: 3-6-22-34-38

Nota skal bæði bókstafi og tölustafi ef:

- Tvær eða fleiri tölur fara saman. Dæmi: 5 milljónir, tíu 5-punkta kvarðar.

## Fyrirsagnir

### Ein tegund fyrirsagna (þrep 1)

*Þegar verið er að skrifa ritgerð eða grein er köflum skipt niður með fyrirsögnum. Ef engir undirkaflar eru í ritgerðinni þá er þetta eina tegund fyrirsagna. Texti kemur undir fyrirsögninni og er inndreginn í fyrstu línu.*

**Þrep 1 fyrirsögn er lágstafa, miðjuð, og feitletruð.**

#### Dæmi:

Útdráttur

Inngangur

Fræðileg samantekt

Aðferð

Niðurstöður

### Tvær tegundir fyrirsagna (þrep 1 og þrep 2)

*Ef fleiri en einn undirkafl er í meginkafla sem í þessu dæmi er kaflinn „Aðferð“ þá verða fyrirsagnir undirkaflanna með þrep 2 fyrirsögn. Texti kemur undir fyrirsögnum í þrep 1 og 2.*

**Þrep 2 fyrirsögn er lágstafa, vinstri jöfnuð og feitletruð**

#### Dæmi:

Aðferð

Þátttakendur

Mælitæki

Framkvæmd

### Þrjár tegundir fyrirsagna (þrep 1, þrep 2 og þrep 3)

*Ef þörf er á því að skipta kafla með þrep 2 fyrirsögn í fleiri en einn undirkafla þá er sett þrep 3 fyrirsögn í undirkafla. Kaflinn „forprófun“ er undirkafla í kaflanum um „framkvæmd“. Alltaf þegar fyrirsögn endar með punkti þá byrjar texti strax á eftir punkti, eins og í þrep 3, 4 og 5.*

**Þrep 3 fyrirsögn er lágstafa, inndregin, feitletruð og endar með punkti.**

#### Dæmi:

Aðferð

Þátttakendur

Mælitæki

Framkvæmd

Forprófun.

**Fjórar tegundir fyrirsagna (þrep 1, þrep 2, þrep 3 og þrep 4)**

*Ef þörf er á því að skipta undirkafla með þrep 3 fyrirsögn í fleiri en einn undirkafla þá er þrep 4 fyrirsögn notuð. Í þessu dæmi er umfjöllunarefnið tilraunir og er verið að fjalla um „tilraun 2“. Sagt er frá „aðferðinni“ og er þeim kafla skipt í undirkafla þar sem einn kaflinn fjallar um „áreiti“ almennt og síðan er fjallað um „áreiti á heyrn“ sem er þá undirkafla kaflans um „áreiti“.*

*Þrep 4 fyrirsögn er lágstafa, inndregin, feitiletruð og endar með punkti.*

**Dæmi:****Tilraun 2****Aðferð**

**Áreiti.**

**Áreiti á heyrn.**

**Fimm tegundir fyrirsagna (þrep 1, þrep 2, þrep 3, þrep 4, þrep 5)**

*Í þessu dæmi er umfjöllunarefnið kannanir og er sýnt dæmi um „könnun 1“. Þeim kafla er skipt í fleiri en einn undirkafla. Í undirkaflanum „ytra réttmæti“ er m.a. fjallað um „aðferð“. Þeim kafla er skipt í fleiri en einn undirkafla og hér sýndur undirkaflinn „þátttakendur“. Þátttakendum var skipt í fleiri en einn hóp og er þeim kafla því skipt í undirkafla þar sem hópunum er lýst. Undirkaflinn um „hóp 1.“ er því með þrep 5 fyrirsögn.*

*Þrep 5 fyrirsögn er lágstafa, inndregin, ekki feitiletruð og endar með punkti.*

**Dæmi:****Könnun 1: viðtalskönnun (þrep 1)****Ytra réttmæti (þrep 2)**

**Aðferð (þrep 3).**

**Þátttakendur (þrep 4).**

**Hópur 1. (þrep 5).**

**Ef skrifuð er tímaritsgrein eða ritgerð á ensku þá eru þrep 1 og þrep 2 bæði hástafa og lágstafa.**

**Dæmi þar sem Hástafir eru undirstrikaðir til frekari áherslu:**

**Miðjuð Lágstafa og Hástafa Fyrirsögn**

Góð regla er að hafa alltaf einhvern texta undir hverri fyrirsögn. Hafa má aukabil þar sem kafla endar og að fyrirsögn. Hafa annars tvöfalt línubil milli fyrirsagnar og texta.

**Vinstri Jöfnuð, Feitletruð, Fyrirsögn**

## Dæmi á ensku tekið úr 6. útgáfu af Publication Manual bls 116:

### Statistical and Mathematical Copy

APA style for presenting statistical and mathematical copy reflects (a) standards of content...

### Selecting Effective Presentation

Statistical and mathematical copy can be presented in text, in tables, and in figures.

### Tegundir heimilda

Tilgangur ritgerða getur verið margvíslegur en þar sem þær byggja á gagnreyndri þekkingu þá skiptir miklu máli að valdar séu heimildir með hliðsjón af því. Slíkar ritgerðir mega ekki byggja á munnlegum heimildum (t.d. glósum úr fyrirlestrum) sem eru ekki aðgengilegar fyrir lesandann eða heimildum eins og upplýsingum af heimasíðum, blaðagreinum, bókum og fræðslugreinum þar sem ekki er vísað í heimildir og engin heimildaskrá fylgir með. Einnig þarf að huga að aldri heimilda. Sem dæmi ef heimild er gefin út árið 2006 þá má búast við því að heimildir sem hún er byggð á séu allt frá 1996-2006. Þetta þýðir að því eldri sem heimildin er því eldri eru heimildirnar sem hún byggir á. Ef tilgangur ritgerðar er að athuga nýjustu rannsóknir innan fræðigreinar á ákveðnu sviði þá er viðmiðið að heimildirnar séu ekki eldri en 5 ára.

Þegar verið er að skrifa ritgerð á íslensku þarf að setja íslenskt „og“, „bls“, „útgáfa“, „ritstjórar“ í heimildaskrána þó að heimildin sé erlend. Ef verið er að skila ritgerð á erlendu tungumáli t.d. ensku þá er enskan látin halda sér.

### Bók

Höfundur. (útgáfuár). *Heiti bókar*. Útgáfustaður: Útgefandi.

### Dæmi:

Hermann Óskarsson. (2005). *Heilbrigði og samfélag. Heilsufélagsfræðilegt sjónarhorn*. Akureyri: Háskólinn á Akureyri/Háskólaútgáfan.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild:...(Hermann Óskarsson, 2005).

### Kafla í ritstýrðri bók

Höfundur kafla. (útgáfuár). Heiti kafla. Í nafn/nöfn ritstjóra (ritstjórar), *Heiti bókar* (númer útgáfu) (bls. kaflans). Útgáfustaður: Útgefandi.

### Dæmi um erlenda heimild:

Colwell, J. C. (2009). Skin integrity and wound care. Í P. A. Potter og A. G. Perry (ritstjórar), *Fundamentals of nursing* (7. útgáfa) (bls. 1278-1408). St. Louis: Mosby.

### Dæmi um íslenska heimild:

Sigfríður Inga Karlsdóttir. (2009). Upplifun kvenna af sársauka í eðlilegri fæðingu. Í Helga Gottfreðsdóttir og Sigfríður Inga Karlsdóttir (ritstjórar), *Lausnarsteinar: Ljós móðurfræði og ljósmóðurlist* (bls. 301-321). Reykjavík: Hið íslenska bókmenntafélag.



**Þýdd bók**

Höfundur. (útgáfuár). *Heiti bókar* (nafn þýðanda þýddi). Útgáfustaður: Útgefandi (Upphaflega gefið út ártal).

Kitwood, T. (2007). *Ný sýn á heilabilun-einstaklingurinn í öndvegi* (Svava Aradóttir þýddi). Reykjavík: JPV útgáfa (Upphaflega gefið út 1997).

Dæmi um tilvísun í þessa heimild: ... (Kitwood, 1997/2007).

**Tímaritsgrein**

Höfundur/Höfundar greinar. (útgáfuár). Heiti greinar. *Heiti tímarits (ath hástafi í heiti erlendra tímarita)*, árgangur(tölublaðsnúmer), blaðsíður.

**Dæmi:**

Sigfríður Inga Karlsdóttir, Hjálmar Freysteinnsson, Sigríður Sía Jónsdóttir og Margrét Guðjónsdóttir. (2007). Andleg líðan kvenna á Akureyri eftir fæðingu: Þunglyndiseinkenni og foreldrastreita við þriggja mánaða aldur barns. *Ljósmaðrablaðið*, 85(1), 6-15.

Sleppa má tölublaðsnúmeri þegar mörg tölublöð koma út hjá tímaritinu á hverju ári og blaðsíðutalið heldur áfram, en byrjar ekki á blaðsíðu númer 1 í hverju tölublaði.

**Dæmi:**

Yildirim, N., Ulusoy, M.F. og Bodur, H. (2010). The effect of heat application on pain, stiffness, physical function and quality of life in patients with knee osteoarthritis. *Journal of Clinical Nursing*, 19, 1113-1120.

**Enginn skráður höfundur**

*Biblían*. (1981). Reykjavík: Hið íslenska Biblíufélag.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild: ... (Biblían, 1981).

Skreið aftur til Nígeríu. (2000, 2. september). *Síðdegisblaðið*, bls. 17.

Dæmi um tilvísun í heimild þar sem enginn höfundur er skráður og heiti blaðagreinar er notað þá er sett stytta útgáfa af heiti blaðagreinarinnar innan gæsalappa: ... („Skreið aftur“, 2000).

**Stofnun er skráð sem höfundur**

World Health Organisation. (2008). *The global burden of disease: 2004 update*. Genf: World Health Organisation.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild: Fyrsta tilvísun þá er fullt nafn stofnunar ásamt ártali (World Health Organisation (WHO, 2008) en í síðari tilvísunum má nota skammstöfunina: ... (WHO, 2008)

### Ekkert ártal skráð

Þegar ekkert ártal er skráð eins og algengt er á heimasíðum þá er notuð skammstöfunin e.d. (engin dagsetning) í staðinn. Á ensku er skammstöfunin n.d. (no date).

Reykjavíkurborg. (e.d.). *Umhverfissvísar*. Sótt af <http://www.rvk.is/desktopdefault.aspx/tabid-1004>.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild: ... (Reykjavíkurborg, e.d.).

### Tilvísanir eftir fjölda höfunda o.fl.

Þegar heimildin er skrifuð á íslensku af íslenskum höfundi/um þá er alltaf skrifað fullt nafn ásamt ártali sem heimild er gefin út. Þegar um erlenda höfunda er að ræða sem skrifa á erlendu tungumáli þá er eingöngu eftirnafnið skráð ásamt útgáfuári. Með sama hætti er vísað í heimild sem skrifuð er af íslenskum höfundi/um og birt á erlendu tungumáli (sjá dæmi). Skammstafað fornafn er eingöngu í heimildaskrá. Undantekning er á þessu þegar fleiri en einn höfundur er með sama eftirnafn þá er skammstafað fornafn erlends höfundar sett á undan eftirnafninu í tilvísun.

### Íslenskir höfundar sem birta heimild á ensku

Petursdóttir, U., Arnadóttir, S. A. og Halldorsdóttir, S. (2010). Facilitators and barriers to exercising among people with osteoarthritis: A phenomenological study. *Physical Therapy*, 90(7), 1-11.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í fyrsta skipti: *Að öllu leyti inni í sviga ...* (Petursdóttir, Arnadóttir og Halldorsdóttir, 2010) eða *að hluta inni í sviga ...* Petursdóttir, Arnadóttir og Halldorsdóttir (2010)

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í seinni skipti:

*Að öllu leyti inni í sviga ...* (Petursdóttir o.fl., 2010) eða *að hluta inni í sviga ...* Petursdóttir o.fl. (2010)

### Höfundar með sama eftirnafn

Hér er sýnt dæmi um tvær heimildir þar sem höfundar eru þrír erlendir höfundar sem skráðir eru með sama eftirnafn en mismunandi skammstafað fornafn.

Dæmi:

#### Heimildaskrá

Light, I. (2006). Deflecting immigration...

Light, M. A., og Light, I. H. (2008). The geographic..

Dæmi í texta þar sem vísað er í þessar heimildir: ...Á meðal rannsókna sem voru skoðaðar voru niðurstöður M. A. Light og Light (2008) og I. Light (2006).

## Sami höfundur með margar heimildir sama árið

Ef fleiri en ein heimild er með sama höfund og jafnframt sama ártal þá eru notaðir litlir bókstafir með ártalinu til að aðgreina (a, b, c, d o.s.frv.)

Dæmi: Jón Jónsson (2005a), Jón Jónsson (2005b)

### Einn höfundur

#### Íslenskur

Guðrúnu Pálmadóttur. (2008). Iðjuþjálfun í ljósi skjólstæðingsmiðaðrar nálgunar: Reynsla skjólstæðinga á endurhæfingarstofnunum. *Iðjuþjálfinn*, 30(1), 8-18.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild: *Að öllu leyti inni í sviga ...* Tilgangur rannsóknarinnar var að fá innsýn í hvernig þjónusta iðjuþjálfara í endurhæfingu ... (Guðrún Pálmadóttir, 2008) eða *að hluta inni í sviga ...* Í niðurstöðum Guðrúnar Pálmadóttur (2008) kemur fram...

#### Erlendir

Ancoli-Israel, S. (2006). The impact and prevalence of chronic insomnia and other sleep disturbances associated with chronic illness. *The American Journal of Managed Care*, 12(8), S221-S229.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild: *Að öllu leyti inni í sviga ...* Svefntruflanir eru algengar í ... (Ancoli-Israel, 2006) eða *að hluta inni í sviga ...* Ancoli-Israel (2006).

### Tveir höfundar

#### Íslenskir

Sigrún Garðarsdóttir og Kristjana Fenger. (2011). Greining iðju og athafna. Í Guðrún Pálmadóttir og Snæfríður Þóra Egilson (ritstjórar), *Iðja, heilsa og velferð: Iðjuþjálfun í íslensku samfélagi* (bls. 87-103). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild: *Að öllu leyti inni í sviga ...* (Sigrún Garðarsdóttir og Kristjana Fenger, 2011) eða *að hluta inni í sviga ...* Sigrún Garðarsdóttir og Kristjana Fenger (2011).

#### Erlendir

Gustafsson, G. og Strandberg, G. (2009). Meanings of staying healthy in a context where others developed burnout – phenomenological-hermeneutic interpretation of healthcare personnel's narratives. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 23, 456-464. doi: 10.1111/j.1471-6712.2008.00641.x

Dæmi um tilvísun í þessa heimild: *Að öllu leyti inni í sviga ...* (Gustafsson og Strandberg, 2009) eða *að hluta inni í sviga ...* Gustafsson og Strandberg (2009).

**Þegar þrjú, fjórir og fimm höfundar eru skráðir þá er í fyrstu tilvísun í heimild allir höfundar skráðir en eftir það er nóg að hafa nafn fyrsta höfundar ásamt skammstöfuninni o.fl.**

### Þrjú höfundar

#### Íslenskir

Katrín Blöndal, Bergþóra Eyjólfsdóttir og Herdís Sveinsdóttir. (2010). Að vinna margslungin verk af fagmennsku í breytilegu umhverfi: Um störf hjúkrunarfræðinga á skurðlækningadeildum. *Tímarit hjúkrunarfræðinga*, 86(1), 50-56.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í fyrsta skipti: *Að öllu leyti inni í sviga ...* (Katrín Blöndal, Bergþóra Eyjólfsdóttir og Herdís Sveinsdóttir, 2010) eða *að hluta inni í sviga ...* Katrín Blöndal, Bergþóra Eyjólfsdóttir og Herdís Sveinsdóttir (2010).

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í seinni skipti:

*Að öllu leyti inni í sviga ...* (Katrín Blöndal o.fl., 2010) eða *að hluta inni í sviga ...* Katrín Blöndal o.fl. (2010).

### **Erlendir**

Florin, J., Ehrenberg, A. og Ehnfors, M. (2005). Patients' and nurses perceptions of nursing problems in an acute care setting. *Journal of Advanced Nursing*, 51(2), 140-149.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í fyrsta skipti: *Að öllu leyti inni í sviga ...* (Florin, Ehrenberg og Ehnfors, 2005) eða *að hluta inni í sviga ...* Florin, Ehrenberg og Ehnfors (2005)

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í seinni skipti:

*Að öllu leyti inni í sviga ...* (Florin o.fl., 2005) eða *að hluta inni í sviga ...* Florin o.fl. (2005)

### **Fjórir höfundar**

#### **Íslenskir**

Sigríður Inga Karlsdóttir, Hjálmar Freysteinnsson, Sigríður Sía Jónsdóttir og Margrét Guðjónsdóttir. (2007). Andleg líðan kvenna á Akureyri eftir fæðingu: Þunglyndiseinkenni og foreldrastreita við þriggja mánaða aldur barns. *Ljósmæðrablaðið*, 85(1), 6-15.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í fyrsta skipti: *Að öllu leyti inni í sviga ...* (Sigríður Inga Karlsdóttir, Hjálmar Freysteinnsson, Sigríður Sía Jónsdóttir og Margrét Guðjónsdóttir, 2007) eða *að hluta inni í sviga ...* Sigríður Inga Karlsdóttir, Hjálmar Freysteinnsson, Sigríður Sía Jónsdóttir og Margrét Guðjónsdóttir (2007)

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í seinni skipti:

*Að öllu leyti inni í sviga ...* (Sigríður Inga Karlsdóttir o.fl., 2007) eða *að hluta inni í sviga ...* Sigríður Inga Karlsdóttir o.fl. (2007)

### **Fimm höfundar**

#### **Erlendir**

Hördam, B., Sabroe, S., Pedersen, P. U., Mejdahl, S. og Söballe, K. (2010). Nursing intervention by telephone interviews of patients aged over 65 years after total hip replacement improves health status: A randomised clinical trial. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 24, 94-100. doi:10.1111/j.1471-6712.2009.00691.x

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í fyrsta skipti: *Að öllu leyti inni í sviga ...* (Hörðam, Sabroe, Pedersen, Mejdahl og Söballe, 2010) eða *að hluta inni í sviga ...* Hörðam, Sabroe, Pedersen, Mejdahl og Söballe (2010)

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í seinni skipti:

*Að öllu leyti inni í sviga ...* (Hörðam o.fl., 2010) eða *að hluta inni í sviga ...* Hörðam o.fl. (2010)

### **Sex og fleiri höfundar**

**Þegar höfundar eru sex og fleiri er alltaf nóg að nefna nafn fyrsta höfundar ásamt o.fl. þegar vísað er í heimildina.**

**Þar sem höfundar eru fleiri en 7** þá eru fyrstu sex nöfnin sett í heimildaskrá ... (þrjú punktar) og síðan síðasta nafnið.

Zhang, W., Moskowitz, R. W., Nuki, G., Abramson, S., Altman, R. D., Arden, N ... Tugwell, P. (2008). OARSI recommendation for the management of hip and knee osteoarthritis, Part II: OARSI evidence-based, expert consensus guidelines. *Osteoarthritis and Cartilage*, 16, 137-162. doi:10.1016/j.joca.2007.12.013

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í hvert skipti: *Að öllu leyti inni í sviga ...* (Zhang o.fl., 2008) eða *að hluta inni í sviga ...* Zhang o.fl. (2008)

### **Beinar orðréttar tilvitnanir**

Ef notuð er bein orðrétt tilvitnun þá er munur á því hvort tilvitnun inniheldur fleiri en 40 orð (fleiri en 3 línur) eða færri en 40 orð (færri en 3 línur).

#### Færri en 40 orð:

Íslenskar gæsalappir í upphafi og enda.

Þarf ekki að byrja á nýrri línu

12 punkta letur

Höfundur, ártal og blaðsíðutal (blaðsíðan þaðan sem tilvitnun er tekin)

#### Fleiri en 40 orð:

Engar gæsalappir

Tilvitnun byrjar í nýrri línu og er öll jafnmikið inndregin.

Jafnlangt inndregin og upphaf málsgreinar.

12 punkta letur

Höfundur, ártal og blaðsíðutal

## Ekki frumheimild

Hvað er átt við þegar talað er um að nota frumheimild? Að öllu jöfnu er farið fram á að höfundar noti frumheimildir. Ef frumheimild er mjög gömul, óaðgengileg og illfáanleg en mikilvæg tilvísun inni í ritgerðinni þá er í APA handbókinni skráð að gera eigi það á ákveðinn hátt. Haldið slíkum tilvísunum í algjöru lágmarki því ef túlkun höfundar er röng þá verður túlkun ykkar líka röng:

### Dæmi:

Þú ert að skrifa ritgerð og finnur tímaritsgrein sem skrifuð er af Þorbjörgu Jónsdóttur og birtist árið 2007. Þar segir Þorbjörg Jónsdóttir frá sínum niðurstöðum en vísar jafnframt í niðurstöður annarra þar sem hún ber saman sínar niðurstöður við niðurstöður annarra. Vísir þú í niðurstöður Þorbjargar Jónsdóttur þá ertu að nota frumheimild og þú setur þá heimild í heimildaskrá ritgerðar. Ætlir þú hins vegar að vísa í niðurstöður Smith sem birtar voru árið 1997 og nýta þér túlkun Þorbjargar Jónsdóttur á niðurstöðum hans þá ertu ekki að nota frumheimild.

Með því að nota í þínu verkefni túlkun Þorbjargar Jónsdóttur á niðurstöðum Smith án þess að hafa lesið frumheimildina sem Smith skrifaði og fékk birt þá gætir þú átt von á að vera dregin/n niður í einkunn fyrir það. Leyfi kennarinn að nota heimildir sem ekki eru frumheimildir þá er það gert á eftirfarandi hátt:

Dæmi: ... Í niðurstöðum Smith kemur fram að ... (vitnað til í Þorbjörgu Jónsdóttur, 2007).

Í slíku tilfelli er heimildin eftir Smith ekki skráð í heimildaskránni í ritgerðinni þinni, eingöngu heimildin eftir Þorbjörgu Jónsdóttur (2007).

## Töflur og myndir

Bls 125-167 í Publication manual of the American Psychological Association (6. útgáfu) er umfjöllun um töflur og myndir.

Ef þið ætlið að hafa töflur og myndir í minni ritgerðum þá er að öllu jöfnu farið fram á að þið hafið það sem fylgiskjal aftast og vísið í töfluna/myndina inni í texta, nema annað sé tekið fram í verkefnislýsingu. Í lokaritgerðum eru töflur og myndir hafðar inni í niðurstöðukafla.

### Dæmi um töflu

Tafla 1 (fyrirsögn á að vera vinstri jöfnuð, fyrir ofan töfluna, númerið töflur með 1, 2,3..

*Nafn töflu kemur fyrir neðan númerið og er skáletrað)*

Tafla 1.

### Bakgrunnsupplýsingar

Lýsing	Dreifbýli	Þéttbýli	P-gildi
	N=118	N=68	
Eldri en 75 ára n (%)	45 (38)	27 (40)	.832
Konur, n (%)	65 (53)	27 (40)	.091
Útivistandi, n (%)	18 (16)	13 (19)	.564

### Dæmi um mynd

*Mynd 1. (fyrirsögn á að vera vinstri jöfnuð fyrir neðan myndina, númerið með 1,2,3,4 og skáletrað). Nafn myndar kemur strax á eftir númeri og er ekki skáletrað).*



Mynd 1. Prósentuhlutfall eggjahvítu í matvælum

## Heimildaskrá

Heimildaskrá byrjar á nýrri blaðsíðu þar sem blaðsíðutal ritgerðar heldur áfram í hægra horninu efst. Hún á að innihalda allar heimildir sem vísað er í inni í texta. Heimildum er raðað í stafrófsröð þar sem nafn fyrsta höfundar er fremst. Ekki setja númer fremst. Þegar um fleiri en einn höfund er að ræða má **alls ekki umraða höfundum í stafrófsröð**. Látið höfundaröð halda sér eins og hún er skráð. Heimildaskrá er með tvöföldu línubili þar sem byrjað er vinstra megin og ef allt heitið kemst ekki fyrir í einni línu þá er inndregið.

### Refworks

Sjá upplýsingar á heimasíðu skólans <http://www.unak.is/bokasafn/page/heimildaskraningarforrit>

### Doi slóð

Tímaritsgreinum er í vaxandi mæli úthlutað svokölluðu DOI númeri þegar þær eru gefnar út rafrænt. DOI númer auðkenna einstakar greinar líkt og ISBN númer auðkenna bækur, og þetta númer breytist aldrei. Dæmi: 10.1016/j.lisr.2009.09.004. Tölurnar á undan skástrikinu segja til um útgefandann (í þessu tilfalli Elsevier), seinni talnarunan vísar til tiltekinnar greinar í tilteknu tímariti. Þessi númer er að finna í tímaritasöfnum útgefenda, t.d. ScienceDirect (Elsevier), SpringerLINK (Springer/Kluwer) og Synergy (Blackwell).

Vefsetur DOI er <http://doi.org/>. Hægt er að fara beint inn á <http://dx.doi.org/> og slá DOI númerinu inn í gluggann til að finna/staðsetja rafræna tímaritsgrein.

Dæmi um hvernig doi slóð lítur út í heimildaskrá:

Gustafsson, G. og Strandberg, G. (2009). Meanings of staying healthy in a context where others developed burnout – phenomenological-hermeneutic interpretation of healthcare personnel's narratives. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 23, 456-464. doi: 10.1111/j.1471-6712.2008.00641.x



## Dæmi um uppsetningu á heimildaskrá:

### Heimildaskrá

*Biblían.* (1981). Reykjavík: Hið íslenska Biblíufélag.

Colwell, J. C. (2009). Skin integrity and wound care. Í P. A. Potter og A. G. Perry (ritstjórar),  
*Fundamentals of nursing* (7. útgáfa) (bls. 1278-1408). St. Louis: Mosby.

Hermann Óskarsson. (2005). *Heilbrigði og samfélag. Heilsufélagsfræðilegt sjónarhorn.* Akureyri:  
Háskólinn á Akureyri/Háskólaútgáfan.

Katrín Blöndal, Bergþóra Eyjólfsdóttir og Herdís Sveinsdóttir. (2010). Að vinna margslungin verk af  
fagmennsku í breytilegu umhverfi: Um störf hjúkrunarfræðinga á skurðlækningadeildum.  
*Tímarit hjúkrunarfræðinga*, 86(1), 50-56.

Kitwood, T. (2007). *Ný sýn á heilabilun-einstaklingurinn í öndvegi* (Svava Aradóttir þýddi).  
Reykjavík: JPV útgáfa (Upphaflega gefið út 1997).

Petursdóttir, U., Arnadóttir, S. A. og Halldorsdóttir, S. (2010). Facilitators and barriers to exercising  
among people with osteoarthritis: A phenomenological study. *Physical Therapy*, 90(7), 1-11.

Reykjavíkurborg. (e.d.). *Umhverfissvísar*. Sótt af <http://www.rvk.is/desktopdefault.aspx/tabid-1004>.

Sigfríður Inga Karlsdóttir. (2009). Upplifun kvenna af sársauka í eðlilegri fæðingu . Í Helga  
Gottfreðsdóttir og Sigfríður Inga Karlsdóttir (ritstjórar), *Lausnarsteinar: Ljósmyndfræði og*  
*ljósmyndurlist* (bls. 301-321). Reykjavík: Hið íslenska bókmenntafélag.

Skreið aftur til Nígeríu. (2000, 2. september). *Síðdegisblaðið*, bls. 17.

Zhang, W., Moskowitz, R. W., Nuki, G., Abramson, S., Altman, R. D., Arden, N ... Tugwell, P.  
(2008). OARSI recommendation for the management of hip and knee osteoarthritis, Part II:  
OARSI evidence-based, expert consensus guidelines. *Osteoarthritis and Cartilage*, 16, 137-  
162. doi:10.1016/j.joca.2007.12.013

## Gátlisti

*Farið yfir þennan gátlista áður en þið skilið ritgerðinni. Þetta er gátlisti sem inniheldur það helsta sem þið þurfið að athuga áður en þið skilið ritgerð en ekki allt. Þið verðið samt sem áður að skoða leiðbeiningarnar, Gagnfræðakverið og verkefnislýsinguna.*

1. **Forsíða, útdráttur, inngangur, meginkafli, niðurstaða/lokaorð, heimildaskrá, lýsing á heimildaleit. Fylgiskjöl/viðaukar** (ef það á við). Allir kaflar skýrt afmarkaðir með fyrirsögnum.
2. **Hvað er ritgerðin margar blaðsíður?** (forsíða, efnisyfirlit, heimildaskrá, lýsing á heimildaleit og fylgiskjöl eru ekki talin með í blaðsíðufjölda sem er skilyrði samkvæmt verkefnislýsingu). Forsíða er blaðsíða númer 1.
3. **Vinstri jöfnun.** Ekki hægri jöfnun.
4. **Inndregið í byrjun málsgreina. Undantekning:** í útdrætti og beinar tilvitnanir með færri en 40 orð.
5. **Tvöfalt línubil.**
6. **Spássían á að vera 2,5-3,5 cm** og eins á öllum blaðsíðum? „File” „page setup”.
7. **Tólfpunkta letur.** Algengast að nota Times New Roman.
8. **Blaðsíðutalið er í hægra horninu efst** með arabísku lettri (1, 2, 3).
9. **Eru skammstafanir réttar?** Fyrst fullt heiti og skammstöfun í sviga t.d. Háskólinn á Akureyri (HA). Eftir það er í lagi að nota HA. Þarf ekki að kynna skammstafanir á sama hátt þegar þær eru vel þekktar eins og; „t.d., þ.e., þ.e.a.s., o.s.frv., o.fl.“
10. **Eru tölur réttar?** Tölur frá 0-9 eru að öllu jöfnu skrifaðar með bókstöfum. Sjá undantekningar í leiðbeiningum t.d. aldur, prósentur o.fl.
11. **Tilvísanir í heimildir í texta.**
  - a. Í samræmi við heimildaskrá.
  - b. Íslenskir höfundar með fullt nafn og erlendingar höfundar eingöngu eftirnafn. Undantekning ef íslenskir höfundar skrifa á erlendu tungumáli.
  - c. Ártöl á eftir höfundi t.d. (Jón Jónsson, 2005) eða Brown og Jones (2006).
  - d. Fjöldi höfunda. Fimm eða færri / sex og fleiri?
    - einn höfundur, alltaf getið ásamt ártali
    - tveir höfundar, alltaf bæði nöfnin ásamt ártali
    - þrír, fjórir og fimm höfundar, allir í fyrsta skipti sem vísað er í heimild en í seinni tilvísunum er aðeins fyrsti höfundur og „o.fl.“ ásamt ártali.
    - Sex og fleiri höfundar, alltaf bara skráð nafn fyrsta höfundar og o.fl. ásamt ártali. Dæmi: Jón Jónsson o.fl., 2009.
12. **Beinar tilvitnanir** (orðréttar) fleiri en 40 orð eru inndregnar án gæsalappa. Beinar tilvitnanir færri en 40 orð eru ekki inndregnar og með gæsalappir. Ef vitnað er beint í heimild þá verður að koma fram: Höfundur, ártal og blaðsíðutal þaðan sem heimild var tekin. Ef bein tilvitnun er tekin af t.d. heimasíðu þar sem ekkert blaðsíðutal er þá verður að setja í staðinn kaflaheiti eða málsgrein. Nota á íslenskar gæsalappir í íslenskum ritgerðum.
13. **Fyrirsagnir**, hvað eru mörg þrep?
  - a. Allar fyrirsagnir eru með tólf punkta lettri.
  - b. **Feitletraðar/skáletraðar?** Fyrirsagnir **þrep 1,2,3,4** eiga að vera **feitletraðar**. *Þrep 4 og 5 eru skáletraðar.* Þrep 3, 4 og 5 enda á punkti.
  - c. **Í miðjunni eingöngu (1 þrep).** Hvorki skáletruð né hástafa.

- d. **Í miðjunni (1. þrep) og vinstri jafnað (2. þrep)**  
 e. **Í miðjunni (1. þrep), vinstri jafnað (2. þrep) vinstri jafnað og inndregið (3. þrep).**  
 Á eftir þrep 3 fyrirögn er punktur (.). Texti byrjar strax á eftir punkti

### Gátlisti fyrir heimildaskrá

1. **Er hún í stafrófsröð?**
2. **Ekki tölusett** (1,2,3,4,5).
3. **Röð höfunda** eins og gefið er upp í heimild, ekki á að endurraða þeim í stafrófsröð.
4. **Er munur á íslenskum höfundum og erlendum höfundum?** Íslenskir höfundar fullt nafn t.d. Jón Jónsson. Erlendir höfundar með eftirnafn fyrst og fornafn skammstafað t.d. Wright, L. M. og Leahey, M.  
 Þrír, fjórir og fimm höfundar ath. að setja „og“ á undan síðasta nafninu í upptalningu t.d. Guðrún Kristjánsdóttir, Rúnar Vilhjálmsson og Sóley S. Bender. (2006).  
  
 Fielden, J. M., Gander, P. H., Horne, J. G., Lewer, B. M. F. og Green, R. M. (2003).
5. **Ef höfundar eru sex** þá eru nöfn allra skráð í heimildaskrá.
6. **Ef höfundar eru fleiri en sjö** þá eru fyrstu sex nöfnin sett... (þrír punktar) og síðan síðasta nafnið í heimildaskrá. Dæmi: Lerman, C., Daly, M., Sands, C., Balshem, A. M., Lustbader, E., Heggen, T., . . . Botros, N.
7. **Heimildir án höfunda** þá er t.d. heiti greinar/bókar sett í stafrófsröðina. Síðan kemur ártalið þar á eftir.
8. **Heimildir án ártala.** Í staðinn fyrir ártal er sett „e.d.“ (engin dagsetning).
9. **Sami höfundur með fleiri en eina heimild með sama ártali.** Muna að setja a, b, c, d... á eftir ártalinu t.d. Jóna Sigurðardóttir, 2000a, Jóna Sigurðardóttir, 2000b. Þegar vísað er í þessar heimildir inni í texta þá verður að muna eftir þessu líka svo lesandinn viti í hvora heimildina er verið að vísa í.
10. **Kommur og punktar** á réttum stöðum. Sjá APA leiðbeiningar/Gagnfræðakver.
11. **Hver heimild er sett þannig að fyrsta línan er vinstri jöfnuð og síðari línur inndregnar.**
12. **Tvöfalt línubil**, ekki aukabil á milli heimilda?
13. **Heiti tímarita, bóka og árgangur á að vera skáletrað.**
14. **Eru allar tilvísanir sem getið er um í ritgerðinni í heimildaskrá?**
15. **Eru aðeins þær heimildir í heimildaskrá sem vísað er til í texta ritgerðar?** Í stærri ritgerðum eins og lokaritgerðum þá er stundum settur ítarefnislisti sem inniheldur heimildir sem ekki er vísað í inni í ritgerðinni en voru lesnar í tengslum við ritgerðina. **Ekki** setja slíkan lista með minni ritgerðum nema sérstaklega sé beðið um það.
16. Ekki skal nota bandstrik til að tákna að veffangi hafi verið skipt á milli lína í heimildaskrá, heldur skal skipta strax á eftir skástriki eða á undan punkti.