



# Tilvísanakerfi og heimildaskráning við Heilbrigðisvísindasvið Háskólans á Akureyri.

Byggt að mestu á Publication manual of the  
American Psychological Association (APA) 7.  
útgáfu með íslenskri aðlögun

**Hafdís Skúladóttir, lektor við  
Heilbrigðisvísindasvið HA  
Pia Sigurlína Viinikka, Bókasafni HA  
Haust 2020**

## Efnisyfirlit

Frágangur og uppsetning á ritgerðum.....	3
Fyrirsagnir .....	7
Tölur, tölfræðitákn og skammstafanir .....	10
Óbeinar tilvísanir og beinar orðréttar tilvitnanir.....	11
Heimildaleit .....	13
Tegundir heimilda.....	14
Höfundar og útgáfuár.....	19
Frumheimild eða ekki frumheimild .....	25
Töflur og myndir .....	26
Heimildaskrá.....	28
Gátlisti .....	31

## Frágangur og uppsetning á ritgerðum

Þessar leiðbeiningar um frágang og uppsetningu á ritgerðum eru að mestu leyti í samræmi við Publication manual of the American Psychological Association (APA) (2020) 7. útgáfu en að einhverju leyti er um íslenska aðlögun að ræða. Þær eru engan veginn tæmandi og hægt er að leita svara á netinu ef ekki fást svör við spurningum um skráningu heimilda o.fl. Fyrir mjög erfiðar spurningar um vafaatriði er hægt að fara inn á **APA style blog** <https://apastyle.apa.org/blog>.

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. Skilaðu ritgerðum á tilsettum tíma. Ef þú gerir það ekki máttu búast við að dregið sé niður í einkunn fyrir ritgerðina og líka ef þú hefur ekki farið eftir kröfum kennara sem koma fram í verkefnislýsingu, eða þú hefur ekki farið eftir leiðbeiningum um tilvísanir og uppsetningu ritgerðar. Með því að vísa í heimildir ertu að láta lesandann vita hvar efnið er birt. Þegar þú vísar ekki í efni ertu að eigna þér verk annarra og hefur gerst sek(ur) um ritstuld. Það getur haft afdrifaríkar afleiðingar ef þú verður uppvís um slíkt.

1. Athugaðu tilmæli kennara um hvernig skila á verkefninu. Í skilakassa, í pósti, eða turnitin skilakassa.
2. Vinstri spássía á að vera 2,5-3,5 cm. Hægri spássía svipuð. Efri og neðri spássíur eru um 2,5 cm.
3. Blaðsíðutal á að vera í hægri horninu efst með arabísku lettri (1, 2, 3, 4...). Forsíða er blaðsíða númer 1 en ekki er haft blaðsíðunúmer á henni.
4. 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.
5. Ef beðið er um útdrátt þá kemur hann strax á eftir forsíðu og er þá á bls. númer 2.
6. Ef færri en tvær línur fylgja á eftir fyrirsögn neðst á síðu skal fyrirsögn flutt yfir á næstu síðu.
7. Haus er ekki settur í námsritgerðir. Eingöngu ef þú ert að skrifa fræðigrein fyrir tímarit.
8. Notaðu einfalda skýra leturgerð t.d. Times New Roman.
9. Notaðu 12 punkta letur. Þú mátt hafa stærra letur á forsíðu. Fyrirsagnir inni í verkefni eiga líka að vera með 12 punkta lettri. Allar fyrirsagnir eiga að vera feitlettraðar.
10. Uppsetning ritgerðar er með vinstri jöfnun, ekki hægri jöfnun og ekki miðjuð.
11. Tvöfalt línubil á að vera bæði í texta og heimildaskrá, nema annað sé tekið fram í verkefnislýsingu. Oft er leyft að hafa 1,5 línubil.
12. Texti skal vera inndreginn í byrjun hverrar málsgreinar. Sjá nánar dæmi í þessum leiðbeiningum.
13. Farðu yfir verkefnið áður en þú sendir það frá þér til að tryggja að allt sem beðið var um í verkefnislýsingu sé með t.d. forsíða, útdráttur, inngangur, meginkafli, niðurstöðukafli, heimildaskrá, fylgiskjöl o.s.frv.
14. Að öllu jöfnu byrja kaflarnir inngangur, meginkafli, niðurstöðu/umræðukafli á nýrri blaðsíðu, nema annað sé tekið fram í verkefnislýsingu.
15. Ekki hafa fyrirsögnina „meginkafli“. Gefðu kaflanum heiti t.d. í samræmi við heiti ritgerðar.



Heilbrigðisvísindasvið

Hjúkrunarfræðideild/Iðjuþjálfunarfræðideild/Framhaldsnámsdeild  
2020

Nafn og númer námskeiðs

Heiti ritgerðar

(tekur oft mið af efnistöfum í meginkafla)

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

Nafn/nöfn nemenda og kennitala/tölur/ha netfang:

Kennari: nafn

Athugaðu vel í verkefnislýsingu hvernig kaflaskiptingin á að vera. Ekki er alltaf beðið um útdrátt. Yfirleitt er beðið um inngang. Síðan kemur fræðilegur kafli. Stundum er inngangur og fræðilegur kafli í sama kafla. Ef um rannsóknarverkefni er að ræða er sérstakur kafli um aðferð, síðan niðurstöður, umræður og lokaályktun.

## Kaflaskipting

### Útdráttur/Ágrip

Útdráttur á að gefa heildarmynd af verkefninu t.d. tilgangi, spurningum, aðferð, helstu niðurstöðum og ályktunum. Hann er venjulegar skrifaður síðast og á að rúmast á einni blaðsíðu (150-250 orð). Skrifaður í þáttíð ef um útdrátt á niðurstöðum rannsóknar er að ræða. Hvergi inndreginn. Engar heimildatilvísanir. Stundum er kaflaskipt í útdrætti t.d. Bakgrunnur, aðferð, niðurstöður, ályktun. Þá er heiti hvers kafla sett í nýja línu. Ef beðið er um enskan abstract athugið að hann innihaldi það sama og sá íslenski.

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

### 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 meginkaflans eru kynnt. Inngangur er venjulega skrifaður í nútíð. Inngangur getur verið 1-3 blaðsíður (250-750 orð) eða lengri. Fer eftir heildarumfangi ritgerðar.

### Meginkafli

Í meginkafla fjallar þú 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. Byrjaðu á almennum upplýsingum um efni sem er kunnugt eða hefur verið kynnt og endaðu á nýju efni sem þarfnast skoðunar. Þegar fjallað er um rannsóknir er yfirleitt notuð þáttíð.

### Aðferð

Í kaflanum um aðferð ertu að lýsa rannsóknasniði, úrtaki, einkennum þátttakenda, framkvæmd rannsóknar, mælitækjum, spurningalistum, réttmæti og áreiðanleika, siðferðislegum álitamálum, gagnagreiningu o.fl. Ef verkefnið er rannsóknáætlun er þessi kafli skrifaður í framtíð en í þáttíð ef rannsóknin hefur verið framkvæmd.

### Niðurstöður

Þegar þú kynnir niðurstöður rannsóknar þinnar í sérstökum niðurstöðukafla þarftu að passa sérstaklega að engin túlkun frá þér komi fram. Hafðu rannsóknarspurninguna eða tilgátturnar, til viðmiðunar. Hér eru settar töflur, myndir, greiningalíkan, eftir því sem við á. Mundu eftir þáttíðinni.

### Umfjöllun um niðurstöður/Umræður

Í þessum kafla kemur fram túlkun þín á niðurstöðum þínum og átt þú að bera þá túlkun saman við fræðilegt efni sem þú kynntir í inngangi/meginkafla. Hér er skrifað í nútíð þegar vísað er í verk annarra en þáttíð þegar greint er frá niðurstöðum annarra.

### Lokaorð/Ályktun

Samantekt á því helsta sem kom fram, tillögur að framtíðarrannsóknum, hugleiðingar um lærdóm o.s.frv.

## Heimildaskrá

Heimildaskrá byrjar á nýrri blaðsíðu og hefur blaðsíðunúmer í beinu framhaldi af því sem er í ritgerð. Í heimildaskrá eiga allar heimildir að vera sem vísað var í inni í ritgerð. Sjá nánar síðar í leiðbeiningum. Þar þarf að vera 100% samræmi milli tilvísana í texta og skráningar í heimildaskrá. Hægt er að nýta sér heimildaskráningaforrit eins og Refworks til að halda utan um heimildir og hægt er að láta útbúa heimildaskrána í því forriti. Alltaf þarf samt að yfirfara, leiðrétta og bera saman við tilvísanir í texta.

## Fylgiskjöl

Númera þarf öll fylgiskjöl og setja á þau yfirskrift. Í efnisyfirliti koma fylgiskjölin þannig fram undir númeri og heiti. Þau eru blaðsíðusettt og koma á eftir heimildaskrá.

Dæmi um fylgiskjöl í rannsóknarverkefni eru: Kynningarbréf, samþykkisyfirlýsing þátttakenda, bréf til stofnana, svarbréf þar sem leyfi eru veitt, umsókn til siðanefndar, svarbréf siðanefndar, mælitæki, spurningalistar og viðtalsrammar.

Dæmi um fylgiskjöl í minni verkefnum: Gæðaskjöl sem eru ekki aðgengileg hverjum sem er þar sem þau eru lokuð á innri vef stofnana. Ef þau eru talin mikilvæg sem heimild í verkefni er hægt að setja þau sem fylgiskjöl og vísa í þau þannig t.d. Samkvæmt nýjustu verklagsreglum á að ... (Fylgiskjal 1-gæðaskjal). Töflur og myndir sem eru hluti af fræðilegri umfjöllun í inngangi og meginkafla, en ekki hluti af niðurstöðum í rannsóknavinnu þessa verkefnis og beðið er um að eigi að vera sem fylgiskjöl.

Dæmi um upptalningu í efnisyfirliti:

Fylgiskjal 1-Bréf til siðanefndar.....	bls. 50
Fylgiskjal 2-Svarbréf siðanefndar.....	bls. 51
Fylgiskjal 3-Samþykkisyfirlýsing.....	bls. 52

## Myndaskrá og töfluskrá

Í lokaritgerðum og stærri rannsóknarverkefnum er í efnisyfirliti sett skrá um myndir og töflur sem eru í verkinu, bæði sem voru búin til af höfundum sem hluti af niðurstöðum rannsókna og tekin úr heimild. Í slíkri skrá þarf að koma fram númer myndar/töflu, heiti og á hvaða blaðsíðu í verkinu mynd/tafla er. Ef stuðst er við mynd eða töflu sem tekin er úr heimild þá þarf að setja tilvísun í heimild við mynd/töflu eins og gert er við aðrar heimildatilvísanir í texta. Heimildin er síðan sett í heimildaskrá (sjá dæmi síðar).

## 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

Allur texti í útdrætti er vinstri jafnaður. Hvergi er inndregið.

#### Inngangur

Fyrsta lína í inngangi í fyrstu málsgrein er inndregin. Síðan kemur næsta lína. Munið að öll ritgerðin er vinstri jöfnuð, ekki hægri jöfnuð eða miðjuð.

#### 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 þrepum 1 og 2.

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

#### Dæmi:

#### Aðferð

**Athugið** að setja alltaf texta undir fyrirsögn t.d. Rannsóknin var meginleg þar sem sendir voru spurningalistar á pappírformi heim til þeirra sem lentu í úrtaki.

#### Þátttakendur

Texti byrjar í nýrri línu eftir fyrirsögn og er inndreginn í upphafi.

#### Mælitæki

Texti byrjar í nýrri línu eftir fyrirsögn

#### Framkvæmd

Texti byrjar í nýrri línu eftir fyrirsögn

## 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“.

### Þrep 3 fyrirsögn er lágstafa, skáletruð og feitiletruð

#### Dæmi:

#### Aðferð

#### Þátttakendur

Texti byrjar í nýrri línu eftir fyrirsögn

#### Mælitæki

Texti byrjar í nýrri línu eftir fyrirsögn

#### Framkvæmd

Texti byrjar í nýrri línu eftir fyrirsögn

#### Forprófun

Textinn byrjar í nýrri línu eftir fyrirsögn

## 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

Í þessari rannsókn var framkvæmd tilraun 2 þar sem áreiti á heyrn var beitt til að skoða viðbrögð þátttakenda.

#### Aðferð

Aðferðin sem notuð er var þróuð af Johns og Brown (1990) og hefur síðan verið notuð í mörgum rannsóknum. Hún snýst um....

#### Áreiti

Tilraunahópur fékk tvenns konar áreiti. Byrjað var á áreiti á heyrn, síðan kom áreiti á sjón og að lokum.....

**Áreiti á heyrn.** Alltaf þegar fyrirsögn endar á punkti þá hefst textinn strax á eftir punktinum. Það á við í þrepi 4 og 5.



## Fimm tegundir fyrirsgna (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 fyrirögn.

*Þrep 5 fyrirögn er lágstafa, inndregin, feitiletruð, skáletruð og endar með punkti.*

### Dæmi:

#### **Könnun 1: viðtalskönnun (þrep 1)**

#### **Ytra réttmæti (þrep 2)**

#### **Aðferð (þrep 3)**

#### **Þátttakendur. (þrep 4)**

**Hópur 1. (þrep 5)** Hópur 1 samanstóð af 10 þátttakendum sem voru á aldrinum 20-30 ára.

## Tölur, tölfræðitákn og skammstafanir

### 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 hærra 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.

### Tölfræðitákn

Sum tölfræðitákn eiga að vera skáletruð. Í töflu 6.5 bls 183 í APA handbókinni (7. útgáfu) er tafla þar sem þessi tákn eru skilgreind. Hér verða eingöngu sýnd þau allra helstu.

P-gildi á að vera skáletrað t.d.  $p < 0,05$   $p < 0,01$   $p < 0,001$  (á íslensku)

$p < .05$   $p < .01$   $p < .001$  (á ensku).

Meðaltal er skammstafað  $M$  og er skammstöfunin sett fram skáletruð (e. Mean)

Staðalfrávik er skammstafað  $sf$  eða á ensku  $SD$  (e. standard deviation)

Táknin  $F$ ,  $t$ ,  $df$ ,  $N$ ,  $r$ ,  $b$ ,  $n$ ,  $R^2$  eiga að vera skáletruð.

### Skammstafanir

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

## Óbeinar tilvísanir og beinar orðréttar tilvitnanir

Það er yfirleitt mælt með því að halda beinum orðréttum tilvitnunum í lágmarki. Í staðinn að reyna að umorða þannig að um óbeina tilvísun sé að ræða.

Hér eru gefin dæmi um bæði óbeina tilvísun og beina orðréttar tilvitnun.

Eftirfarandi dæmi eru tekin úr fræðigreinum og af heimasíðu.

Sólveig Hrönn Gunnarsdóttir og Ingibjörg Hjaltadóttir. (2020). Hegðunarvandamál á hjúkrunarheimilum og tengsl við heilsufar, virkni og fjötranotkun. *Tímarit hjúkrunarfræðinga*, 96(3), 71-79.

Siðareglur Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga en þær voru unnar af Siðaráði Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga (2015).

Tímaritsgrein Lamper o.fl. (2019). Developing the network pain rehabilitation Limburg: A feasibility study protocol. *BMJ Open*, 9(6), e025962.

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)

Þegar vísað er til blaðsíðu á eftir tilvitnun í gæsalöppum er tilvísunin á eftir gæsalöppum en á undan punkti.

### 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

Punkturinn í lok tilvitnunar á að vera á undan tilvísanasviganum

### Beinar orðréttar tilvitnanir af heimasíðum þar sem ekki er blaðsíðutal

Í stað blaðsíðunnar þarf að setja t.d. númer málsgreinar, heiti kafla, númer lagagreinar

**Dæmi um umorðun úr texta:** Niðurstöður rannsóknar Sólveigar Hrannar Gunnarsdóttur og Ingibjargar Hjaltadóttur (2020) sýndu að um þriðjungur þátttakenda var með verki daglega og 13,2% voru með mjög slæma eða óbærilega verki.

**Dæmi um beina tilvitnun færri en 40 orð:** „Einstaklingar sem voru verkjalausir voru 32,0%“ (Sólveig Hrönn Gunnarsdóttir og Ingibjörg Hjaltadóttir, 2020, bls. 74).

### **Dæmi um beina tilvitnun fleiri en 40 orð:**

Marktækur munur var á verkjum á verkjakvarða og þess hvort viðkomandi var með heilabilunarsjúkdóma eða ekki. Einstaklingar sem ekki voru með heilabilun voru með fleiri stig á verkjakvarða en einstaklingar með önnur elliglöp en alzheimer og einnig fleiri stig en einstaklingar með alzheimers-sjúkdóm. (Sólveig Hrönn Gunnarsdóttir og Ingibjörg Hjaltadóttir, 2020, bls. 74).

**Dæmi um beina tilvitnun af heimasíðu þar sem ekki er blaðsíðutal:**

„Hjúkrun er byggð á faglegri þekkingu, rannsóknum, reynslu, færni í mannlegum samskiptum, sjálfþekkingu og siðferðisvitund“ (Siðaráð Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga, 2015, 1. grein Hjúkrunarfræðingur og fagleg ábyrgð)

**Dæmi um beina tilvitnun úr tímaritsgrein með e blaðsíðutali**

„The aim is to provide integrated care for patients with CMP in order to improve their level of functioning despite pain by stimulating a biopsychosocial approach for all involved healthcare professionals“ (Lamper o.fl., 2019, bls. 8).

## Ritstuldur

Nauðsynlegt er að vísa í heimildir þegar vitnað er orðrétt til heimildarinnar, umorðað eða endursagt er upp úr henni, efni er endursagt og vísað er til staðreynda sem ekki falla undir almenna þekkingu. Mikilvægt er vísa í heimildir á réttan hátt og gera greinarmun á því hvenær þú ert að segja frá eigin niðurstöðum, ályktunum eða ert að styðjast við niðurstöður annarra, eða túlkun annarra á niðurstöðum annarra.

Turnitin er hugbúnaður til varnar ritstuldi. Stundum er farið fram á að nemendur skili ritgerðum sínum í sérstök Turnitin skilahólf. Forritið ber texta skjalsins við mikið safn heimilda og önnur verkefni og skilar niðurstöðu sem sýnir m.a. hlutfall samsvörunar við verk annarra. Búast má við einhverri samsvörun eða innan við þriðjung. Ef um meira en helmings samsvörun er að ræða má búast við viðbrögðum frá kennara.

## Heimildaleit

Heimildaleit byrjar á heimasíðu Bókasafns og upplýsingaþjónustu HA

<https://www.unak.is/is/nemandinn/thjonusta/bokasafn>

Gagnasöfn bókasafnsins eru:

<https://www.unak.is/is/nemandinn/thjonusta/bokasafn/gagnasofn>

Helstu gagnasöfn í heilbrigðisvísindunum eru meðal annars:

CINAHL, EBM Reviews, Hirsla, Medline, OTDBASE, OTseeker, PubMed - Medline, Scopus

Bókasafnið er með séráskrift af ýmsum gagnasöfnum. Þau eru aðeins aðgengileg á staðarneti háskólans eða með því að tengjast staðarneti í gegnum VPN (Virtual Private Network). Ef þú ert að leita heima er mikilvægt að vera tengd VPN. <https://wiki.unak.is/display/VIS/FortiClient+VPN>

## Heimildaskráningarforrit

HA er með áskrift að heimildaskráningarforritinu RefWorks sem mælt er með að nota. RefWorks hjálpar þér að halda utan um heimildir og búa til heimildaskrá.

<https://refworks.proquest.com/>

RefWorks leiðbeiningar:

<https://www.unak.is/is/nemandinn/thjonusta/bokasafn/heimildavinna>

## 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 fyrirlesturum) 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 2015 þá má búast við því að heimildir sem hún er byggð á séu allt frá 2005. 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 (&, p., ed., editors).

### Bók

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

#### Dæmi um erlenda heimild:

Lindholm, C. (2003). *Sár* (2. útgáfa). Studentlitteratur.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild: *Bæði höfundur og útgáfuár inni í sviga*. Helstu orsakir sýkinga í sárum eru ... (Lindholm, 2003)

eða *höfundur utan sviga og útgáfuár inni í sviga*: Þrýstingssár eru samkvæmt Lindholm (2003) mjög algengt vandamál hjá...

Einnig má hafa *bæði höfund og útgáfuár utan sviga*: Eins og Lindholm lýsir í bók sinni frá árinu 2003 að þá er mikilvægt að....

#### Dæmi um íslenska heimild:

Margrét Guðmundsdóttir. (2010). *Saga hjúkrunar á Íslandi á 20. öld*. Félag íslenskra hjúkrunarfræðinga.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild:... (Margrét Guðmundsdóttir, 2010).

## Kaflí í ritstýrðri bók

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

Dæmi um erlenda heimild:

Potter, P. A. (2017). Critical thinking in nursing practice. Í P. A. Potter, A. G. Perry, P. A. Stockert og A. M. Hall (ritstjórar), *Fundamentals of nursing* (9. útgáfa) (bls. 195-208). Elsevier Mosby.

Dæmi um íslenska heimild:

Sigríður Halldórsdóttir og Sigurlína Davíðsdóttir. (2013). Réttmæti og áreiðanleiki í megindlegum og eigindlegum rannsóknum. Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri), *Handbók í aðferðafræði rannsókna* (bls. 211–227). Háskólinn á Akureyri.

## Pýdd bók

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

Dæmi um heimild sem þýdd hefur verið á íslensku:

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

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

## Rafrænt efni

### 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.

Vefsetur DOI er <http://doi.org/>. Hægt er að fara beint inn á <http://dx.doi.org/> eða <https://www.crossref.org/> (Search Metadata) og slá DOI númerinu inn í gluggann til að finna/staðsetja rafræna tímaritsgrein. Það má hafa virkan link (hyperlink) á vefslóðir og doi slóðir ýmist með bláum eða svörtum lit, undirstrikaðar eða ekki.

## Tímaritsgrein

### Rafræn tímaritsgrein með DOI-númeri

Höfundur/Höfundar. (útgáfuár). Titill greinar. *Titill tímarits, árgangur*(tölublað), xx–xx.  
<https://doi.org/xxxx>

Dæmi:

Ólafur Árni Sveinsson og Haukur Hjaltason. (2020). Nýjungar í MS: Áhættuþættir, greining og meðferð. *Læknablaðið*, 106(5), 241-246. <https://doi.org/10.17992/ibl.2020.05.580>

#### **Rafræn tímaritsgrein með „article number eða eLocator“**

De, J., Ros, W. J. G. og Schrijvers, G. (2014). The effects on health behavior and health outcomes of internet-based asynchronous communication between health providers and patients with a chronic condition: A systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 16(1), e19. <https://doi.org/10.2196/jmir.3000>

#### **Rafræn tímaritsgrein með vefslóð** (Notað ef grein vantar DOI-númer)

Höfundur/Höfundar. (útgáfuár). Titill greinar. *Titill tímarits, árgangur(tölublað)*, xx–xx. <https://xxxx>

#### 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. *Ljósmaedrablaðið*, 85(1), 6-15. [https://www.ljosmaedrafelag.is/Assets/%C3%9Atg%C3%A1fa/7\\_Blad\\_01\\_07.pdf](https://www.ljosmaedrafelag.is/Assets/%C3%9Atg%C3%A1fa/7_Blad_01_07.pdf)

#### **Prentuð tímaritsgrein** (Notað ef grein vantar DOI-númer og vefslóð)

Höfundur/Höfundar greinar. (útgáfuár). Heiti greinar. *Heiti tímarits, árgangur(tölublaðsnúmer)*, blaðsíður.

#### Dæmi:

Ársæll Már Arnarsson, Guðmundur Torfi Heimisson og Hermína Gunnþórsdóttir. (2019). Líðan í skóla og námsárangur: Niðurstöður úr rannsókninni Heilsa og líðan skólubarna (HBSC). *Glæður*, 29(1), 15-20.

## **Lagalegt efni**

Lög um heilbrigðisþjónustu nr. 40/2007.

Lög um málefni aldraðra nr. 125/1999.

Þingskjal nr. 1217/2015-2016. Þingsályktun um stefnu og aðgerðaáætlun í geðheilbrigðismálum til fjögurra ára.

## **Heimasíður**

Á heimasíðum getur verið margs konar efni fyrir almenning þar sem ekki er verið að vísa í heimildir. Ekki kemur alltaf fram hvenær efnið er útgefið en þá er sett skammstöfunin e.d. í staðinn fyrir útgáfuárið. Á sömu heimasíðu geta einnig verið fræðigreinar t.d. á heimasíðu WHO og Embætti landlæknis. Hér eru dæmi um skjöl sem flokkast undir almennar upplýsingar. Athugaðu að heitið á skjalinu á alltaf að vera *skáletrað*.



World Health Organization. (2020, ágúst). *WHO director-general's opening remarks at the media briefing on COVID-19 – 18 August 2020*. <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---18-august-2020>

Embætti landlæknis. (e.d.). *Einangrun, hvernig virkar hún?*  
<https://www.covid.is/flokkar/einangrun>

## Skýrslur

Stjórnarráð Íslands. (2016). *Samningur um réttindi fatlaðs fólks* (Þýðingarnefnd utanríkisráðuneytisins þýddi). (Upphaflega gefið út 2006) <https://www.stjornarradid.is/media/velferdarraduneyti-media/media/acrobat-skjol/10062009SamningurUmRettindiFatladsFolks.pdf>

Dæmi um tilvísun í þessa heimild:

Í samningi um réttindi fatlaðs fólks kemur fram....(Stjórnarráð Íslands, 2006/2016).

Evrópuráðið. (2011). *Samningur Evrópuráðsins um forvarnir og baráttu gegn ofbeldi á konum og heimilisofbeldi*. <https://www.stjornarradid.is/library/02-Rit--skyrslur-og-skrar/Istanb%c3%balsamningurinn.pdf>

Dæmi um tilvísun í þessa heimild:

Í samningi Evrópuráðsins um forvarnir....(Evrópuráðið, 2011).

## Námsritgerðir

Gerður er greinarmunur á því við skráningu námsritgerða hvort þær eru óútgefnar, í gagnagrunni eða ekki í gagnagrunni.

### Námsritgerð, ekki í gagnagrunni

Höfundur. (útgáfuár). *Heiti ritgerðar* [Tegund ritgerðar]. Nafn skóla.

Dæmi:

Jón Jónsson. (2010). *Að sigrast á sjálfum sér: Reynsla íþróttamanna af íþróttum* [Óútgefin meistaritgerð]. Háskólinn á Suðurlandi.

### Námsritgerð, í gagnagrunni

Höfundur. (útgáfuár). *Heiti ritgerðar* [Tegund ritgerðar, Nafn skóla]. Heiti gagnagrunns. slóð (sett er slóð þegar ritgerð er tekin úr gagnagrunni og erlendis frá).

Dæmi:

Jórunn Alma Óskarsdóttir. (2020). *Kvíði og þunglyndi unglunga* [Meistararitgerð, Háskólinn á Akureyri]. Skemman. <http://hdl.handle.net/1966/xxxx>

Holmes, S. (2012). *Learning to drive a car* [Doktorsritgerð, Konunglegi ökuskólinn]. DiVA. <https://xxxxxxx>

Dæmi um tilvísanir í þessar heimildir:

Að öllu leyti innan sviga: (Jón Jónsson, 2010). (Jórunn Alma Óskarsdóttir, 2020). (Holmes, 2012).  
 Eingöngu útgáfuár innan sviga: Jón Jónsson (2010). Jórunn Alma Óskarsdóttir (2020). Holmes (2012).

**Vel þekkt forrit og öpp**

Ekki er nauðsynlegt að vísa í heimild þegar sagt er frá því í texta að ákveðin algeng forrit (software) og öpp (mobile apps) hafi verið notuð. Dæmi um slíkt eru Microsoft Office (t.d. word, excel, powerpoint), samfélagsmiðlar (t.d. facebook, instagram, twitter), könnunarforrit (t.d. Qualtrics Survey Monkey), Adobe (t.d. Adobe Reader, Photoshop, Adobe Acrobat), Java og tölfræðiforrit (t.d. R, SPSS, SAS). Nóg er að segja að tiltekið forrit eða app hafi verið notað og mælt er með að láta fylgja með númer. Dæmi: Gögn voru greind með IBM SPSS (25. útgáfu).

**Munnlegar heimildir**

Heimild telst munnleg ef hún er ekki aðgengileg lesandanum svo hann geti nálgast hana. Slíkar heimildir eru ekki settar í heimildaskrá. Eingöngu er vísað í slíkar heimildir inni í texta. Dæmi um slíkar heimildir eru: Viðtal við manneskju sem ekki hefur birst á prenti eða á netinu, og er eingöngu til í tækinu þínu. Glósur úr kennslustund sem ekki eru á netinu eða aðgengilegar öllum. Sendibréf, tölvupóstsamskipti, facebook skilaboð, og skjöl sem eru á innri vef stofnana.

**Dæmi um tilvísun í munnlega heimild inni í texta:**

Dæmi tekið úr Gagnfræðakveri:

(J. O. Reiss, munnleg heimild, 11. september 1990)

Mögulega gæti skipt máli hvert starfsheiti viðkomandi er ef ákveðnar upplýsingar voru veittar sem ekki var hægt að nálgast á annan hátt:

Fjöldi þeirra sem sóttu um embætti....(Jóna Magnúsdóttir, skrifstofustjóri í ráðuneyti, munnleg heimild, 1. júní 2020).

Ef um er að ræða þátttakanda í rannsókn þar sem tryggt er hann þekkist ekki þá er þátttakanda gefið númer eða nýtt nafn sem notað er í tilvitnun:

„Þegar ég fór í sveitina....“(Anna eða Þátttakandi númer 1).

## Höfundar og útgáfuár

Þegar vísað er í heimildir þarf alltaf að vísa í nafn/nöfn höfunda ásamt ártali sem er jafnframt útgáfuár heimildar.

Þegar heimildin er skrifuð á íslensku af íslenskum höfundi/um þá er alltaf skrifað fullt nafn ásamt útgáfuári heimildar. 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.

Mundu að útgáfuár fræðigreinar þar sem kynntar eru niðurstöður rannsókna er yfirleitt ekki sama ár og rannsókn var framkvæmd.

### Einn íslenskur höfundur

Guðrún Pálmadóttir. (2008). Iðjuþjálfun í ljósi skjólstaðingsmiðaðrar nálgunar: Reynsla skjólstaðinga á endurhæfingarstofnunum. *Iðjuþjálfinn*, 30(1), 8-18.

<https://www.hirsla.lsh.is/handle/2336/47893>

Dæmi um tilvísun í þessa heimild:

*Bæði höfundur og útgáfuár eru inni í sviga ...* Tilgangur rannsóknarinnar var að fá innsýn í hvernig þjónusta iðjuþjálfara í endurhæfingu ... (Guðrún Pálmadóttir, 2008).

*Nafn höfundar er utan sviga en útgáfuárið er innan sviga ...* Í niðurstöðum Guðrúnar Pálmadóttur (2008) kemur fram...

*Bæði höfundur og útgáfuár eru utan sviga...* Í niðurstöðum Guðrúnar Pálmadóttur sem birtust árið 2009 kemur fram að....

### Einn erlendur höfundur

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.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16686592/>

Dæmi um tilvísun í þessa heimild:

*Bæði höfundur og útgáfuár eru inni í sviga ...* Svefntruflanir eru algengar í ... (Ancoli-Israel, 2006).

*Nafn höfundar er utan sviga en útgáfuár er innan sviga ...* Samkvæmt niðurstöðum Ancoli-Israel (2006).

## Tveir íslenskir höfundar

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). Háskólinn á Akureyri.

Dæmi um tilvísun í þessa heimild:

*Bæði höfundar og útgáfuár eru inni í sviga ...* (Sigrún Garðarsdóttir og Kristjana Fenger, 2011).

*Nöfn höfunda eru utan sviga en útgáfuár er inni í sviga ...* Sigrún Garðarsdóttir og Kristjana Fenger (2011).

## Tveir erlendir höfundar þar sem ekki er skráð tölublaðsnúmer

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.  
<https://doi.org/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).

## Þrjú íslenskir höfundar sem birta heimild á íslensku

Hafdís Hrönn Pétursdóttir, Ragnheiður Harpa Arnardóttir og Guðrún Pálmadóttir. (2020). Íslensk þýðing WHODAS 2.0 og próffræðilegir eiginleikar hennar. *Tímarit hjúkrunarfræðinga*, 96(2), 80-87. <https://www.hjukrun.is/library/Timarit---Skrar/Timarit/Timarit-2020/2-tbl-2020/IsenskThydingWHODAS.pdf>

Dæmi um tilvísun í þessa heimild:

*Nafn fyrsta höfundar ásamt o.fl. og útgáfuári er inni í sviga ...* (Hafdís Hrönn Pétursdóttir o.fl., 2020).  
*Nafn fyrsta höfundar ásamt o.fl. er utan sviga og útgáfuár er inni í sviga ...* Hafdís Hrönn Pétursdóttir o.fl. (2020).

## Þrjú íslenskir höfundar sem birta heimild á ensku

Petursdottir, U., Arnadottir, S. A. og Halldorsdottir, S. (2010). Facilitators and barriers to exercising among people with osteoarthritis: A phenomenological study. *Physical Therapy*, 90(7), 1-11.  
<https://doi.org/10.2522/ptj.20090217>

Dæmi um tilvísun í þessa heimild:

... (Petursdottir o.fl., 2010) eða ... Petursdottir o.fl. (2010)

## Þrjú erlendir höfundar sem birta heimild á ensku

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. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03477.x>

Dæmi um tilvísun í þessa heimild:

... (Florin o.fl., 2005) eða ... Florin o.fl. (2005)

## 20 höfundar

Ef höfundar eru 20 þá eru allir skráðir í heimildaskrá

Miller, T. C., Brown, M. J., Wilson, G. L., Evans, B. B., Kelly, R. S., Turner, S. T., Lewis, F., Lee, L. H., Cox, G., Harris, H. L., Martin, P., Conzalez, W. L., Hughes, W., Carter, D., Campell, C., Baker, A. B., Flores, T. Gray, W. E., Green, G. og Nelson, T. P. (2018). Information and education. *Journal of Nursing*, 90(2), 155-165. <https://doi.org/10.xxxxx>

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í hvert skipti:

*Að öllu leyti inni í sviga ...* (Miller o.fl., 2018) eða *að hluta inni í sviga ...* Miller o.fl. (2018).

## 21 höfundur og fleiri

Nöfn fyrstu 19 höfunda eru sett í heimildaskrá ... (þrjú punktar) og síðan síðasta nafnið.

Norland, K., Sveinbjornsson, G., Thorolfsdottir, R. B., Davidsson, O. B., Tragante, V., Rajamani, S., Helgadóttir, A., Gretarsdóttir, S., van Setten, J., Asselbergs, F. W., Sverrisson, J. T., Stephensen, S. S., Oskarsson, G., Sigurdsson, E. L., Andersen, K., Danielsen, R., Thorgeirsson, G., Thorsteinsdóttir, U., Arnar, D. O., . . . Stefansson, K. (2019). Sequence variants with large effects on cardiac electrophysiology and disease. *Nature Communications*, 10, 4803. <https://doi.org/10.1038/s41467-019-12682-9>

Dæmi um tilvísun í þessa heimild í hvert skipti:

*Að öllu leyti inni í sviga ...* (Norland o.fl., 2019) eða *að hluta inni í sviga ...* Norland o.fl. (2019).

## Erlendir höfundar með sama eftirnafn

Þegar vísað er í heimildir þar sem sama eftirnafn erlendis höfundar kemur fyrir þarf að skoða vel hvort um sé að ræða sama höfund eða einhvern annan. Þegar vísað er í heimildir þar sem erlendir höfundar bera sama eftirnafn en ekki sama skammstafaða fornafrnið þá er skammstafaða fornafrnið sett á undan eftirnafninu. Hér er sýnt dæmi um tvær heimildir þar sem eru þrjú erlendir höfundar sem skráðir eru með sama eftirnafnið „Light“ en mismunandi skammstafað fornafrn.

Dæmi: Í heimildaskrá gæti þetta litið svona út:

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 fleiri en eina heimild sama árið**

Ef fleiri en ein heimild er með sama höfund og jafnframt sama ártal þá eru notaðir litlir bókstafir með útgáfuárinu til að aðgreina (a, b, c, d o.s.frv.). Mundu að setja bókstafina með útgáfuárinu bæði í heimildaskrá og í tilvísun í texta.

Dæmi: Jón Jónsson (2005a), Jón Jónsson (2005b), Jón Jónsson (2005c). Ef vísað er í allar heimildirnar í sömu málsgrein má setja innan sviga (Jón Jónsson, 2005a, 2005b, 2005c).

Athugið að í heimildaskrá þarf að raða þessum þremur í stafrófsröð eftir titlum greinanna.

Jón Jónsson. (2005a). Að kunna að lesa. *Tímarit um íslensku*, 1(1), 2-4.

Jón Jónsson. (2005b). Skrifa, reikna og teikna. *Tímarit um myndlist*, 3(4), 15-25.

Jón Jónsson. (2005c). Þetta er nú orðið gott. *Tímarit um stærðfræði*, 5(10), 30-45.

## **Röðun innan sviga þegar fleiri en ein heimild er innan sviga**

Þegar verið er að skrifa heimildasamantekt þar sem svipaðar niðurstöður hafa komið fram í nokkrum rannsóknum er hægt að vísa í fleiri en eina heimild innan sama svigans. Sum tímarit gera þá kröfu að ekki séu fleiri en þrjár heimildatilvísanir í sama sviganum en það er ekki algilt. Í slíkum tilfellum er tilvísunum raðað í stafrófsröð eftir nafni fyrsta höfundar, EKKI aldursröð heimilda eins og sést í öðrum skráningakerfum. Mundu að setja semikommu (;) á milli.

Dæmi: Niðurstöður nokkurra rannsókna sýna að eldra fólk með heilabilun....(Andrea Guðmundsdóttir o.fl., 2019; Guðmundur Magnússon, 2011; Smith og Johns, 2018).

## **Stofnun sem höfundur**

Ef enginn höfundur er skráður fyrir heimild má nota nafn stofnunar í staðinn.

Dæmi:

World Health Organization. (2020). *Considerations for quarantine of contacts of COVID-19 cases*.  
[https://www.who.int/publications/i/item/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-\(covid-19\)](https://www.who.int/publications/i/item/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-(covid-19))

Dæmi um tilvísun í þessa heimild (ekki er nauðsynlegt að skammstafa nafn stofnunar):

Í fyrstu tilvísun þá er fullt nafn stofnunar ásamt útgáfuári og skammstöfun innan hornklofa (World Health Organisation [WHO], 2020). Í síðari tilvísunum má nota skammstöfunina: ... (WHO, 2020)

## Ritstjórar sem höfundar

Nota má nafn/nöfn ritstjóra í staðinn fyrir nafn höfundar.

Dæmi:

Letheridge, S. og Cannon, C. R. (ritstjórar). (1980). *Bilingual education: Teaching English as a second language*. Praeger.

Dæmi um tilvísun í texta: ... (Letheridge og Cannon, 1980).

## Enginn höfundur bókar

Ef enginn höfundur, stofnun eða ritstjóri er skráð þá er heiti heimildar sett í stað nafns höfundar í heimildaskrá.

Dæmi:

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

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

## Enginn höfundur blaðgreinar

Dæmi:

Smitum fjölgar hratt í Evrópu. (2020, 20. ágúst). *Mbl.is*.  
[https://www.mbl.is/frettir/erlent/2020/08/20/smitum\\_fjolgar\\_hratt\\_i\\_evropu/](https://www.mbl.is/frettir/erlent/2020/08/20/smitum_fjolgar_hratt_i_evropu/)

Dæmi um tilvísun í þessa heimild. Sett er heiti blaðgreinarinnar innan gæsalappa:

... („Smitum fjölgar hratt í Evrópu“, 2020). ..,„Smitum fjölgar hratt í Evrópu“ (2020)

## Margar heimildir af sömu heimasíðu og ekkert útgáfuár er skráð

Þegar ekkert útgáfuár 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). Ekki þarf lengur að setja Sótt af (Retrieved from) nema sérstaklega þurfi að setja dagsetninguna þegar upplýsingar voru sóttar. Ath að heiti skjals er alltaf *skáletrað*.

Ef verið er að styðjast við fleiri en eitt skjal af sömu heimasíðu, með sama höfund, þar sem ekkert útgáfuár er skráð þá verður að aðgreina heimildirnar þannig: e.d.-a, e.d.-b, e.d.-c, e.d.-d o.s.frv. Heiti á skjölunum er raðað í stafrófsröð í heimildaskrá og stýrir heitið því hvað er a, b, c, d o.s.frv.

### Dæmi:

Embætti landlæknis. (e.d.-a). *Einangrun, hvernig virkar hún?* <https://www.covid.is/flokkar/einangrun>

Embætti landlæknis. (e.d.-b). *Ferðalög á Íslandi.* <https://www.covid.is/flokkar/ferdalög>

Embætti landlæknis. (e.d.-c). *Sóttkví og sóttvarnarhólf.* <https://www.covid.is/flokkar/sottkvi>

Embætti landlæknis. (e.d.-d). *Viðbrögð á Íslandi.* <https://www.covid.is/undirflokkar/vidbrogd-a-islandi>

Dæmi um tilvísun í þessa heimildir: Ef vísað er í allar heimildirnar í sama sviga þá má setja á þennan hátt innan svigans (Embætti landlæknis, e.d.-a, e.d.-b, e.d.-c, e.d.-d). Muna að taka alltaf fram bókstafinn líka svo lesandinn viti hvaðan textinn kemur.



## Frumheimild eða ekki frumheimild

Hvað er átt við þegar talað er um að nota frumheimild? 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. Haltu slíkum tilvísunum í algjöru lágmarki því ef túlkun höfundar er röng þá verður túlkun þín líka röng.

### Dæmi:

Þú ert að skrifa ritgerð og finnur tímaritsgrein sem skrifuð er af Þorbjörgu Jónsdóttur og birtist árið 2007. Greinin byrjar á inngangskafla þar sem fjallað er um niðurstöður rannsókna annarra. Síðan kemur kafli um aðferðina. Næst kynnis Þorbjörg Jónsdóttir sínar niðurstöður og að lokum er umræðukafli þar sem Þorbjörg ber saman sínar niðurstöður við niðurstöður annarra. Vísir þú í niðurstöður Þorbjargar Jónsdóttur þá ertu að nota **frumheimild** og þú setur þá greinina sem Þorbjörg Jónsdóttir er höfundur að í heimildaskrá ritgerðar.

Ætlir þú hins vegar að vísa í niðurstöður Smith sem kynntar eru í inngangskafla greinarinnar og birtar voru árið 1997 og nýta þér þar með túlkun Þorbjargar Jónsdóttur á niðurstöðum hans þá **ertu ekki að nota frumheimild** þ.e. grein Smith (1997) er ekki frumheimild og ekki sett í heimildaskrá. Ef þú ákveður samt að gera slíkt þá er mikilvægt að gera það rétt svo lesandinn sjái að ekki sé um frumheimild að ræða.

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

**Athugaðu** að ef þú styðst í þinni ritgerð við 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.

## Töflur og myndir

Í stærri ritgerðum þar sem verið er að kynna niðurstöður rannsókna eru töflur og myndir sem tengjast vinnslu rannsóknarinnar settar inn í kaflana aðferð og niðurstöður eftir því sem við á. Í minni ritgerðum þar sem töflur og myndir eru meira eins og heimild sem vísað er í eru þær yfirleitt settar sem viðaukar/fylgiskjöl nema fyrirmæli séu um annað. Hver viðauki byrjar á nýrri blaðsíðu. Hver tafla er á sér blaðsíðu. Hver mynd er á sér blaðsíðu. Hvort sem myndir og töflur eru viðaukar eða inni í texta þá er hverri mynd og hverri töflu gefið númer og heiti t.d. Tafla 1. Hugskeyti og mánuður eða Mynd 1. Meðaltöl og staðalfrávik. Ef mynd eða tafla er fengin frá heimild þá er vísað í heimildina líka við heitið (sjá dæmi síðar). Munsu að vísa í töflu eða mynd í texta t.d. „Eins og kemur fram í töflu 1...“ eða (Tafla 1), (Mynd 1). (Sjá nánar bls. 233- 250 í Publication Manual sem stuðst er við)

### Dæmi um töflu sem gæti verið upp úr niðurstöðum

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

*Nafn töflu kemur fyrir neðan númerið og er skáletrað.* Athugið að hafa skammstafanir skáletraðar fyrir  $n$ ,  $N$  og  $p$ . Ef skrifað er á ensku þá er hafður punktur en ekki komma í tölugildum t.d.  $p$ -gildi 0.83, 0.09 eða .83, .09.

#### Tafla 1

##### *Bakgrunnsupplýsingar*

Lýsing	Dreifbýli	Þéttbýli	$p$ -gildi
	$N=118$	$N=68$	
Eldri en 75 ára $n$ (%)	45 (38)	27 (40)	0,83
Konur, $n$ (%)	65 (53)	27 (40)	0,09
Útivistinnandi, $n$ (%)	18 (16)	13 (19)	0,56

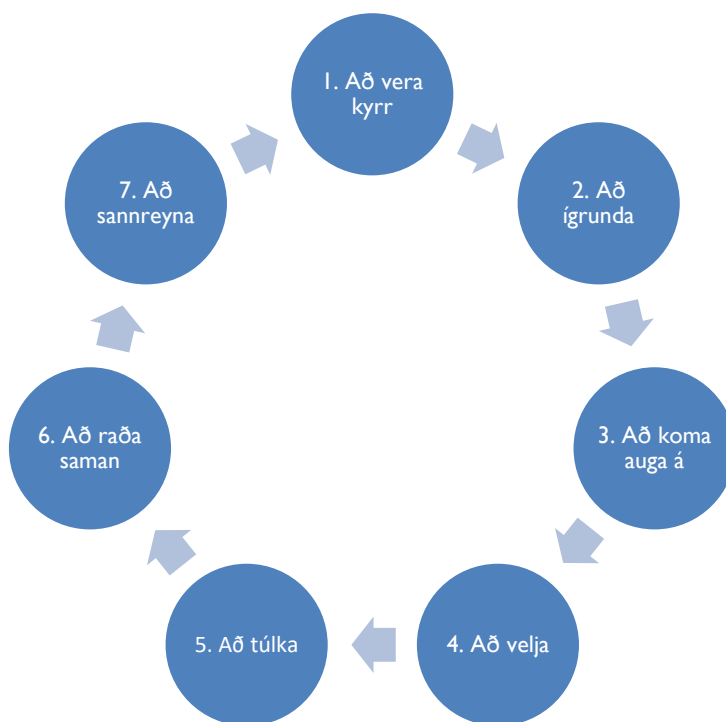
## Dæmi um mynd sem fengin er úr heimild

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

Tilvísun í heimildina kemur fyrir neðan myndina og er heimildin síðan skráð í heimildaskrá.

### Mynd 1

*Vitræn vinnuferli Vancouver skólans í fyrirbærafraði*



(Sigríður Halldórsdóttir, 2013)

## 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 í heimildinni. Heimildaskrá er með tvöföldu línubili þar sem byrjað er vinstra megin og ef allt heitið kemst ekki fyrir í einni línu þá er inndregið.

Dæmi um uppsetningu á heimildaskrá:

### Heimildaskrá

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.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16686592/>

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

Embætti landlæknis. (e.d.-a). *Einangrun, hvernig virkar hún?* <https://www.covid.is/flokkar/einangrun>

Embætti landlæknis. (e.d.-b). *Ferðalög á Íslandi*. <https://www.covid.is/flokkar/ferdalög>

Embætti landlæknis. (e.d.-c). *Sóttkví og sóttvarnarhólf*. <https://www.covid.is/flokkar/sottkvi>

Embætti landlæknis. (e.d.-d). *Viðbrögð á Íslandi*. <https://www.covid.is/undirflokkar/vidbrogd-a-islandi>

Evrópuráðið. (2011). *Samningur Evrópuráðsins um forvarnir og baráttu gegn ofbeldi á konum og heimilisofbeldi*. <https://www.stjornarradid.is/library/02-Rit--skyrslur-og-skrar/Istanb%c3%bal-samningurinn.pdf>

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.

<https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03477.x>

- Hafdís Hrönn Pétursdóttir, Ragnheiður Harpa Arnardóttir og Guðrún Pálmadóttir. (2020). Íslensk þýðing WHODAS 2.0 og próffræðilegir eiginleikar hennar. *Tímarit hjúkrunarfræðinga*, 96(2), 80-87. <https://www.hjukrun.is/library/Timarit---Skrar/Timarit/Timarit-2020/2-tbl-2020/IsenskThydingWHODAS.pdf>
- Holmes, S. (2012). *Learning to drive a car* [Doktorsritgerð, Konunglegi ökuskólinn]. DiVA. <https://xxxxxxx>
- Jón Jónsson. (2005a). Að kunna að lesa. *Tímarit um íslensku*, 1(1), 2-4.
- Jón Jónsson. (2005b). Skrifa, reikna og teikna. *Tímarit um myndlist*, 3(4), 15-25.
- Jón Jónsson. (2005c). Þetta er nú orðið gott. *Tímarit um stærðfræði*, 5(10), 30-45.
- Jórunn Alma Óskarsdóttir. (2020). *Kvíði og þunglyndi unglinga* [Meistararitgerð, Háskólinn á Akureyri]. Skemman. <http://hdl.handle.net/1966/xxxx>
- Kitwood, T. (2007). *Ný sýn á heilabilun: Einstaklingurinn í öndvegi* (Svava Aradóttir þýddi). JPV útgáfa. (Upphaflega gefið út 1997)
- Letheridge, S. og Cannon, C. R. (ritstjórar). (1980). *Bilingual education: Teaching English as a second language*. Praeger.
- Lög um heilbrigðisþjónustu nr. 40/2007.
- Lög um málefni aldraðra nr. 125/1999.
- Margrét Guðmundsdóttir. (2010). *Saga hjúkrunar á Íslandi á 20. öld*. Félag íslenskra hjúkrunarfræðinga.
- Miller, T. C., Brown, M. J., Wilson, G. L., Evans, B. B., Kelly, R. S., Turner, S. T., Lewis, F., Lee, L. H., Cox, G., Harris, H. L., Martin, P., Conzalez, W. L., Hughes, W., Carter, D., Campell, C., Baker, A. B., Flores, T. Gray, W. E., Green, G. og Nelson, T. P. (2018). Information and education. *Journal of Nursing*, 90(2), 155-165. <https://doi.org/10.xxxxx>

- Norland, K., Sveinbjornsson, G., Thorolfsdottir, R. B., Davidsson, O. B., Tragante, V., Rajamani, S., Helgadóttir, A., Gretarsdóttir, S., van Setten, J., Asselbergs, F. W., Sverrisson, J. T., Stephensen, S. S., Oskarsson, G., Sigurdsson, E. L., Andersen, K., Danielsen, R., Thorgeirsson, G., Thorsteinsdóttir, U., Arnar, D. O., . . . Stefansson, K. (2019). Sequence variants with large effects on cardiac electrophysiology and disease. *Nature Communications*, 10, 4803. <https://doi.org/10.1038/s41467-019-12682-9>
- 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. <https://doi.org/10.2522/ptj.20090217>
- Potter, P. A. (2017). Critical thinking in nursing practice. Í P. A. Potter, A. G. Perry, P. A. Stockert og A. M. Hall (ritstjórar), *Fundamentals of nursing* (9. útgáfa) (bls. 195-208). Elsevier Mosby.
- 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). Háskólinn á Akureyri.
- Smitum fjölgar hratt í Evrópu. (2020, 20. ágúst). *Mbl.is*. [https://www.mbl.is/frettir/erlent/2020/08/20/smitum\\_fjolgar\\_hratt\\_i\\_evropu/](https://www.mbl.is/frettir/erlent/2020/08/20/smitum_fjolgar_hratt_i_evropu/)
- Stjórnarráð Íslands. (2016). *Samningur um réttindi fatlaðs fólks* (Þýðingarnefnd utanríkisráðuneytisins þýddi). (Upphaflega gefið út 2006) <https://www.stjornarradid.is/media/velferdarraduneyti-media/media/acrobat-skjol/10062009SamningurUmRettindiFatladsFolks.pdf>
- World Health Organization. (2020). *Considerations for quarantine of contacts of COVID-19 cases*. [https://www.who.int/publications/i/item/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-\(covid-19\)](https://www.who.int/publications/i/item/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-(covid-19))
- Þingskjal nr. 1217/2015-2016. Þingsályktun um stefnu og aðgerðaáætlun í geðheilbrigðismálum til fjögurra ára.

## Gátlisti

*Farðu yfir þennan gátlista áður en þú skilar ritgerðinni. Þetta er gátlisti sem inniheldur það helsta sem þú þarft að athuga áður en þú skilar ritgerðinni en ekki allt. Þú verður samt sem áður að skoða leiðbeiningarnar 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 og ekki miðjuð.
4. **Inndregið í byrjun málsgreina. Undantekning:** í útdrætti og beinar tilvitnanir með færri en 40 orð.
5. **Tvöfalt línubil eða 1,5 ef það er leyft í verkefnislýsingu.**
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 erlendir höfundar eingöngu eftirnafn. Undantekning ef íslenskir höfundar skrifa á erlendu tungumáli.
  - c. Útgáfuár á eftir höfundi t.d. (Jón Jónsson, 2005) eða Brown og Jones (2006).
  - d. Fjöldi höfunda.
    - einn höfundur, alltaf getið ásamt útgáfuári
    - tveir höfundar, alltaf bæði nöfnin ásamt útgáfuári
    - þrjú o.fl. er aðeins fyrsti höfundur og „o.fl.“ ásamt útgáfuári.
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, útgáfuár 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?**  
**Þrep 1, 2, 3, 4, 5** eiga að vera **feitletraðar**.  
**Þrep 1** er í miðju  
**Þrep 2 og 3** eru **vinstri jöfnuð**  
**Þrep 3 og 5** eru **skáletraðar**.  
**Þrep 4 og 5** eru vinstri jafnaðar, feitletraðar, inndregnar og enda á punkti (.). Texti byrjar strax á eftir punkti

### Gátlisti fyrir heimildaskrá

1. **Heimildaskrá á að vera í stafrófsröð.**
2. **Ekki setja númer** (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 20** þá eru nöfn allra skráð í heimildaskrá.
6. **Ef höfundar eru fleiri en 20** þá eru fyrstu 19 nöfnin sett... (þrír punktar) og síðan síðasta nafnið í heimildaskrá.
7. **Heimildir án höfunda** þá er t.d. heiti stofnunar, greinar/bókar sett í stafrófsröðina. Síðan kemur útgáfuárið þar á eftir.
8. **Heimildir án útgáfuára.** Í staðinn fyrir útgáfuár 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 útgáfuárinu 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 og dæmi um heimildaskrá í þessum leiðbeiningum.
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, kafla á heimasíðu 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?**
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.