

# Guide til hvordan å unngå selvplagiering

Å kopiere avsnitt eller utdrag fra egne tidligere eksamensbesvarelser, oppgaver eller arbeidskrav som tidligere er levert inn regnes som plagiat hvis du ikke har oppgitt dette som kilde.

Regelverk: [Retningslinjer ved behandling av fusk/forsøk på fusk til eksamen ved OsloMet - Student - minside](#)

Studenter på institutt for sosialfag skal følge APA stilen. [Kildekompasset](#) gir en god oversikt over hvordan man refererer til ulike kilder. Om du bruker direkte sitat refererer du til kilden du har brukt. Men hva om du ønsker å bruke noe du selv har skrevet tidligere, enten egne refleksjoner, eller der du har omskrevet en annen kilde?

Det er heldigvis ikke vanskelig å referere til seg selv på en god måte. Dette er en guide til hvordan du kan løse dette.

I dette eksempelet vil du gjenbruke deler av et avsnitt fra praksisoppgaven din (eller en annen eksamen) i bacheloroppgaven:

Psykologforeningen regnet i 2015 med at 120 000 personer i Norge oppfyller kriteriene for en psykiatrisk diagnose (Hansen & Brekke, 2018, s. 38). Vi kan allikevel ikke fastslå at alle psykiske lidelser fører til svekket arbeidskompetanse. Hansen og Brekke argumenterer for at milde lidelser som manier, midlertidige depresjoner eller mild sosial angst ikke nødvendigvis påvirker personers arbeidsevne (Hansen & Brekke, 2018, s. 32). Rapporten fra psykologforeningen forteller oss videre at omtrent 40 000 personer har en psykisk lidelse som går utover det daglige virket. Rapporten beskriver også at 15 000 personer får en eller annen form for oppfølging fra det offentlige på egen hånd eller regi av arbeidsgiver (Hansen & Brekke, 2018, s. 34). Det er ingen tvil om at disse personene opplever problemer med å fungere i jobb og privatliv. Når jeg fulgte opp Ivar fortalte han med mye om hvordan de psykiske lidelsene hadde gjort han isolert fra arbeidskameratene og at de ikke stolte på at han kunne «lande» arbeidsoppgaver eller inviterte han med på lønningspils og andre aktiviteter.

Hvis du setter dette avsnittet rett inn i bacheloroppgaven **uten å oppgi kilden**, som her er praksisoppgaven din, har du selvplagiert og kan tas for fusk selv om kildehenvisningen i avsnittet er i orden. Kildene i avsnittet du har kopiert har du **ikke lest til bacheloroppgaven** din, men til den gamle praksisoppgaven

For å unngå selvplagiering oppgir du praksisoppgaven din som kilde.

Gjennom praksis kunne jeg erfare at disse opplever problemer med å fungere i jobb og privatliv. En jeg fulgte opp fortalte mye om hvordan de psykiske lidelsene hadde gjort han isolert fra arbeidskameratene og at de ikke stolte på at han kunne «lande» arbeidsoppgaver eller inviterte han med på lønningspils og andre aktiviteter (Eget arbeid, 2022, s. 4).

Du har da eksamensbesvarelsen i litteraturlisten:

Eget arbeid. (2022). *SOS3110 eksamensbesvarelse høsten 2022* [upublisert]. OsloMet – Storbyuniversitetet.

Hvis du refererer til tekst fra praksisoppgaven som har med referanse til andre kilder må du omformulere kildereferansen slik at den viser at du har hentet teksten fra din tidligere oppgave.

Rapporten fra psykologforeningen forteller oss videre at omtrent 40 000 personer har en psykisk lidelse som går utover det daglige virket. Rapporten beskriver også at 15 000 personer får en eller annen form for oppfølging fra det offentlige på egen hånd eller i regi av arbeidsgiver (Hansen & Brekke, 2018, referert i eget arbeid, 2022, s. 4)

Ofte kan det se rotete ut å ha en slik «dobbel» kilde, spesielt hvis du skal bruke hele avsnittet hvor Hansen & Brekke er referert tre ganger. Det beste er dessuten å benytte kilder som er nærmest mulig primærkilden fordi det gir mest nøyaktighet. Anbefalingen her er å gå tilbake til Hansen & Brekke, hvis du har kilden tilgjengelig, formulere en ny tekst basert på kilden og referere til primærkilden.

Hvis du skriver på en oppgave hvor du bruker fullt navn, som for eksempel masteroppgaven, og skal referere til en eksamensoppgave kan du godt bruke fullt navn:

Gjennom praksis kunne jeg erfare at disse opplever problemer med å fungere i jobb og privatliv. En jeg fulgte opp fortalte mye om hvordan de psykiske lidelsene hadde gjort han isolert fra arbeidskameratene og at de ikke stolte på at han kunne «lande» arbeidsoppgaver eller inviterte han med på lønningspils og andre aktiviteter (Normann, 2022, s. 4).

Du skriver da i litteraturlisten:

Normann, Kari. (2022). *SOS3110 eksamensbesvarelse høsten 2022* [upublisert]. OsloMet – Storbyuniversitetet.