

[Automatisk tekstet av Autotekst med OpenAI Whisper V3. Kan inneholde feil.]

[SPEAKER_02]

Har du opplevd å sitte og stirre på en blank side på skjermen, og så klarer du bare ikke å få fingrene til å begynne å skrive?

Hva gjør du da?

Du kan lage en disposisjon.

[SPEAKER_01]

Du kan prøve friskriving.

Eller du kan begynne med positivt selvsnakk.

[SPEAKER_02]

Du hører på podcasten om akademisk skriving, et samarbeid mellom bibliotekene ved Universitetet i Stavanger, Norduniversitet og Høyskolen i Østfold.

Jeg heter Ingeborg Marie Jensen og driver studieverksted ved Universitetsbiblioteket i Stavanger.

Jeg har med meg Miriam Emilie Choi-Nattvik, som er spesialpedagog samme sted, og Stine Løkkeberg, som er førsteamanuensis ved Høyskolen i Østfold.

Stine, hva kan studenter gjøre konkret for å komme i gang med oppgaveskrivinger?

[SPEAKER_01]

Som faglærer så har jeg god erfaring med å sette studenter sammen i en gruppe når de skal levere eller begynne på sitt første arbeidskrav på en høyere utdanning.

Og det kan være for eksempel en basisgruppe eller en kolokkegruppe. Det består ofte av åtte studenter, cirka.

Og det å så først finne ut av hva slags type tekst er det jeg skal produsere.

Er det et artikkelformat eller er det et essay, for eksempel?

Og det å ha en brainstorming.

at alle sammen sier noe om hvordan de forstår oppgaven, og så skriver man opp punkter på tavla, og da er man liksom i gang med produksjonen, da har man startet på en disposisjon, og så kommer man i gang.

[SPEAKER_02]

Ja, da vil de jo oppleve at deres egne tanker kanskje er ganske ok, de vil bli litt inspirert av det andre har tenkt, til å tenke nye tanker selv, og så vil du ha en sånn

[SPEAKER_01]

God effekt da?

Ja, en annen ting som er veldig viktig er jo at mange studenter føler seg veldig usikre når de skal levere sitt første arbeidskrav, og det å oppleve at det er flere som er usikre, det gjør at man også kan normalisere sin egen opplevelse.

Så det er viktig.

[SPEAKER_02]

Det er jo mange måter å starte å skrive på.
Du kan begynne med en disposisjon, som du sa, eller et tankekart, men det er jo også en del studenter og andre som synes det er godt å bare begynne å skrive og reflektere og resonere fritt før de egentlig gjør så veldig mye annet.
David Barton har en skrivetype som han kaller for oljemalingskrivere.
Der ansamlingen er det å skrive med å male på lærrett, der du maler strøk på strøk oppover hverandre.
Og i skrivning vil jeg si å begynne å skrive, og så stryker du ut, og så skriver du om, og så reviderer du.
Og du har egentlig i utgangspunktet ikke en plan med det du skal skrive.
Det kan være en ganske god strategi for å komme i gang med skrivearbeidet.

[SPEAKER_01]

Ja, absolutt.

Og så er det jo det at man da, når man har gjort for eksempel en sånn brainstorming i en gruppe, hvis man drar litt tilbake til det vi nevnte innledningsvis, så er det jo noe med det å kunne da få nok materiale til å kunne begynne å skrive på egenhånd, sette seg og jobbe med arbeidskravet.

[SPEAKER_00]

Og når en har begynt å skrive, så prøv å skrive mest mulig ukritisk, og med flyt at en ikke får tidlig begynne å tenke «Åh, dette er ikke bra nok», eller «Jeg får det ikke til».
For da er det lett for at skriveflytten stanser opp, og så er det vanskelig å komme i gang igjen.

[SPEAKER_02]

Og dette er jo en god metode for å holde skriveflytten gående også.
Når du er ferdig med denne innledningsfasen og planleggingsfasen, så skal du jo over i en produksjonsfase, der du faktisk skal produsere ganske mye tekst.
Og da kan det også være greit å skrive sånn ukritisk, og bare få ut resonemanget, få ut tankeargumentet, for å se at resonemangene dine holder.
Og det vil jo også skape nye tanker hos deg selv.
Og hvis du begynner å pirke teksten og blir kritisk, så blir du jo bare stående på stede vil.

[SPEAKER_00]

Og hvis jeg opplever at jeg blir stående på stede vil, så er det jo da at teksten kanskje oppleves rotete eller kaotisk.
Du føler du mister oversikten, og du vet ikke helt hva du skal si.
Kanskje opplever du at teksten ikke henger sammen.
Og da er det lett å tenke at jeg er dårlig til å skrive, og du ønsker kanskje å gi opp.
Og dette kan jo oppleves litt skremmende.

[SPEAKER_02]

Det tror jeg veldig mange opplever.

Men det er jo bare en ting som de aller fleste opplever i en skriveprosess.

At det er en sånn fase inni der en plass, der det ser helt håpløst ut.

Og det tror jeg alle opplever, enten de er profesjonelle eller helt ferske studenter, både journalister.

forfattere, vitenskapelige ansatte, de aller fleste har et punkt der de ser at dette ser helt håpløst ut.

Men forskjellen er bare at de profesjonelle skriverne vet gjerne at dette er bare en fase, og hvis jeg ikke slutter å jobbe nå, hvis jeg ikke gir meg, men bare fortsetter å jobbe med dette, så vil det bli bedre og føles bedre etter hvert.

Og det er jo ikke et mål at det skal føles så himla godt alltid å skrive.

Det er jo av og til ganske vondt å skrive, og ganske hardt å skrive.

Og jeg har bakgrunn som journalist, har vært fagskriver i mange år, og min erfaring er jo at det å skrive er jo bare en jobb.

Det er noe du går på jobb om morgenen og gjør.

Startet klokka ni om morgenen og ferdig i fire tider hvis du er heldig.

Og det føles ikke like godt hele dagen.

Det kan jeg love deg.

[SPEAKER_01]

Og så er det veldig viktig å tenke at man ikke går for tidlig i den revideringsfasen.

Når man først har skrevet teksten og har kommet såpass langt at det ser ut som et ferdig produkt, så begynner jo litt av jobben med å gå kritisk til verks.

Og da handler det jo om å spisse språket, prøve å stramme inn, flytte på avsnitt, ta bort avsnitt.

Stille spørsmål og undringer til teksten.

Hvorfor har jeg med det her?

Hva er det jeg egentlig ønsker å formidle med det avsnittet?

Er det noe som kan tas bort, som kan skrives klarere eller tydeligere?

Så det er jo sånn at det endelige produktet har jo ofte endret seg veldig mye fra det første utkastet til det ferdige produktet.

Og da er det jo forhåpentligvis blitt både mer klart og mer presist og mer sammenhengende.

[SPEAKER_02]

Jeg tror mange studenter er ikke klare over at det er sånn.

De tror at de skal skrive den ferdige teksten med en gang, begynne på side 1, skrive seg nedover, til de har kommet til side 10 eller side 20, eller hvor langt de skal, og da er teksten ferdig.

Men problemet er gjerne at de tekstene de har lest, er jo ofte fiksferdige, polerte, fine fagtekster.

Det er pensum, det er bøker, det er vitenskapelige artikler, eller oppgaver de har lest hos andre studenter, og de er jo ferdige, de har vært gjennom alle disse fasene.

Mens den teksten de sammenligner med, den er jo på et tidlig stadium.

[SPEAKER_01]

Det tror jeg er et veldig viktig moment, at man ikke må sammenligne seg for mye med ferdig polerte tekster som har vært gjennom mange revideringer før den har kommet dit den er nå.

[SPEAKER_00]

Så prøv å senke skuldrene.

Det er ikke sånn at den skal klare alt med en gang.

Da å skrive godt og da å kunne uttrykke seg faglig er en læringsprosess.

I starten er tankene gjerne litt umodne eller uferdige.

En har kanskje ikke lest nok.

Men hvis en setter av tid til å lese og skrive jevnlig, så er det lettere å holde tankene varme.

Når tankene er varme, er det lettere å holde skriveflytten i gang.

Gradvis blir tankene mer klare.

[SPEAKER_02]

Det med skriveflytten må jeg i hvert fall lov å si en ting om, for jeg tenker at det å skrive jevnlig er jo kjempeviktig.

Når du er student, og du vet at det du skal prestere i løpet av dette semesteret er en stor oppgave kanskje, eller en bacheloroppgave, en semesteroppgave, så er det viktig å begynne tidlig på skrivingen og skrive gjerne litt hver dag.

Starte kanskje på morgenen, ta en timeskriving på morgenen, så vet du hva du har gjort, og så kan du gjøre andre ting resten av dagen.

Det tror jeg er kjempeviktig.

Det andre poenget ditt, at en utvikler seg, det tenker en gjør både som menneske eller som student, at den blir jo bedre og bedre hele veien.

Det må man jo ha lov å tro på.

Men jeg tror også at i selve...

oppgaveskrivingen, den gjør noe med deg, sånn at innenfor det emnet du skriver om, den problemstillingen du har valgt, så blir du jo klokere og klokere etter hvert, og det genereres tanker etter hvert som du skriver, og derfor vil du jo naturlig gå frem og tilbake mellom disse fasene, og kanskje mellom ulike deler av teksten også, og kanskje innledningen din nesten fiks ferdig polert, mens teoridelen din

er på tekstproduksjonsstadiet, mens metodedelen igjen kanskje er på planleggingsstadiet.

Så du vil ofte være på mange forskjellige stadier i teksten, på forskjellige steder i teksten.

[SPEAKER_01]

Ja, så må de også tenke, eller studentene må tenke at det er ikke sånn at alt skal være perfekt først i innlevering, for det er at man ofte får en tilbakemelding fra veilederen sin på ting man skal gjøre bedre til neste gang, og da er det jo kjempeviktig å

Når man da leverer arbeidskrav nummer to, at man da tar hensyn til de kommentarene man fikk forrige gang, sånn at det blir litt bedre for hver gang.

Og til slutt så blir man en mye bedre skriver.

[SPEAKER_02]

Det er jo litt av poenget med å være student.
At du skal få øve og bli flinkere hele veien.

[SPEAKER_00]

Men hvis en da opplever at en kommer sent i gang, eller at en er sent ute, og en opplever at det er håpløst, så er det jo viktig å tenke på hva som er viktig å få på plass.

Er det strukturen?

Er det innholdet?

Eller kanskje til og med drøftingen?

En kan jo be noen om å lese teksten sin, og så er det viktig å tenke at alt er ikke dårlig.

Ta utgangspunktet i det som er bra, og bygg videre på det.

Jeg har jo opplevd at jeg skrev en tekst, og så sto jeg fast i argumentasjonsdelen, og tenkte at dette er jo håpløst.

Nå har jeg kommet til det punktet der jeg har lyst til å gi opp, og jeg kommer ikke videre.

Og så fikk jeg et tips om at man går til en del i teksten der du ser at dette får du til.

Og så prøvde jeg å se på det, og så hentet jeg inspirasjon fra det for å klare å komme meg videre.

[SPEAKER_01]

Og et annet poeng som også er viktig er jo at studentene må passe på å holde kontroll på referansene sine.

At de da hele tiden setter inn referanser i fortløpende tekst, og at den også matcher referanselista.

Slik at de ikke må sitte i ettertid og begynne å lete etter hvor var det jeg fant det argumentet her.

Det kan jo bli et helt forferdelig arbeid hvis du venter med det helt til slutt.

[SPEAKER_02]

Og jeg må innrømme at jeg snakker av erfaring.

Hvis du har lest en bok, den kan være ganske liten til og med, 100–150 sider.

Du har et godt sitat inne der, men du har glemt å notere sigetallet. Og så skal du da siste dagen før innlevering klare å finne tilbake til dette.

Det kan vise seg å være helt håpløst.

Nå har vi snakket litt om hva du kan gjøre for å komme i gang med å skrive, hva du kan gjøre for å holde skrivingen i gang, og hvordan du kan revidere teksten din.

Men hvis du har gjort alt dette, du har lest opp på forhånd, du har fulgt de ulike rådene,

og du kommer likevel ikke i gang, så kan det jo være at det rett og slett er psykologien som spiller deg et puss.

[SPEAKER_01]

Og det tror jeg er et veldig viktig poeng, fordi at mange studenter som kommer fra videregående, de har kanskje en historie om seg selv, om at de er dårlige skrivere.

For eksempel at de har fått dårlig karakter i norsk, eller at noen

har fortalt dem at de ikke er gode til å skrive.
Og den historien de har om seg selv, den tar de ofte med seg inn i høyere utdanning.
Det er nemlig sånn at alle kan trene opp hjernen til å tenke positivt.
Det er faktisk sånn at dere studenter kan trene dere opp til å snakke positivt til dere selv.
Det som vi kaller for positivt selvsnakk eller affirmasjoner.
Og det kan være at man sier for eksempel at «Jeg mestrer det som er viktig for meg», eller «Jeg er en god skriver».
Og da gjenta sånne setninger flere ganger om dagen, så påvirker det underbevisstheten, og det påvirker selvfølelsen og holdningene våre.

[SPEAKER_00]

Jeg møter jo også studenter som tenker at «jeg klarer ikke å snakke positivt til meg selv, jeg tror ikke på dette».
Og da kan det være en inspirasjon at andre sier til en at «jeg har tro på at dette skal du klare, jeg tror på at du skal klare å gjennomføre studiene dine».

[SPEAKER_02]

Da er det kanskje den setningen du skal gjenta i stedet.

[SPEAKER_01]

Ja, og positiv selvsnakk kan jo være at man sier en setning til seg selv flere ganger om dagen.
Man kan skrive det ned, eller man kan si det til bestemorasi, eller man kan skrive det opp på kjøleskapet.
Hele poenget er at man da sier til seg selv at jeg er for eksempel en god skriver, jeg er kjempegod til å strukturere tekst, jeg er supergod til å lese teori, og etter hvert så vil man begynne å tro på det selv, og da endrer man liksom måten man tenker om seg selv, og man endrer også følelsene man har, også hvordan man da mestrer situasjonen i etterkant.
Så det å virkelig tro på at man kan endre seg, og gå fra å tenke at jeg er en dårlig skriver, til å bli en god skriver, det er kjempeviktig.
Hva er det som er viktigst for en skriver?

[SPEAKER_02]

Så snakk fint om deg selv som student, altså.
Fortell deg selv at du er god til å skrive, og bruk tid på skrivearbeidet.
Takk for at du hørte på oss, og lykke til videre med skrivinga.
Husk å få med deg de andre podcastene våre om akademisk skriving.