فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۱، شماره ۲۵، تابستان ۱۴۰۳

اصول رعایت نگارش مقاله بر اساس استاندارد APA سال ۲۰۲۰ نسخه هفتم

بهزاد شوقی[۱]، مهسا کریمی[۲]

چکیده

این مقاله به بررسی اصول و قواعد نگارش مقاله بر اساس استاندارد APA (نسخه هفتم) که در سال ۲۰۲۰ منتشر شد، می‌پردازد. هدف این تحقیق، ارائه یک راهنمای جامع برای نویسندگان و پژوهشگران در زمینه‌های مختلف علمی است تا بتوانند مقالات خود را به‌طور مؤثر و مطابق با استانداردهای بین‌المللی نگارش کنند. در این مقاله، ساختار کلی مقاله، شامل عنوان، چکیده، مقدمه، روش‌شناسی، یافته‌ها، بحث و نتیجه‌گیری، و همچنین اصول ارجاع دهی درون‌متن و فهرست منابع بررسی می‌شود. نتایج نشان می‌دهند که رعایت این اصول نه‌تنها به افزایش اعتبار علمی مقالات کمک می‌کند، بلکه باعث تسهیل در فرآیند انتشار و دسترسی به اطلاعات علمی می‌شود. این مقاله به نویسندگان توصیه می‌کند که با دقت به این استانداردها توجه کنند تا کیفیت نگارش خود را بهبود بخشند و از اشتباهات رایج جلوگیری کنند.

کلمات کلیدی: استاندارد، مقاله‌نویسی، انجمن روانشناسی امریکا

[۱] دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی تربیتی، واحد گرمسار، **دانشگاه آزاد اسلامی**، گرمسار، ایران (b.shoghi@srbiau.ac.ir)

[۲] دانشجوی دکتری برنامه‌ریزی آموزش از راه دور، **دانشگاه پیام نور**، واحد امارات (m.karimi_ed@yahoo.com)

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-18]

۱- مقدمه

نگارش مقالات علمی و پژوهشی به‌عنوان یکی از ارکان اساسی تولید و انتشار دانش در جوامع علمی و دانشگاهی شناخته می‌شود. با توجه به افزایش تعداد مقالات منتشرشده و نیاز به استانداردسازی در این حوزه، رعایت اصول نگارش دقیق و منسجم اهمیت ویژه‌ای پیداکرده است. یکی از معتبرترین و رایج‌ترین استانداردهای نگارش، استاندارد APA[۳] است که به‌ویژه در رشته‌های علوم اجتماعی و انسانی مورداستفاده قرار می‌گیرد. نسخه هفتم این استاندارد که در سال ۲۰۲۰ منتشر شد، تغییرات و به‌روزرسانی‌های مهمی را نسبت به نسخه‌های قبلی خود به همراه داشته است.

این مقاله به بررسی اصول و قواعد نگارش مقاله بر اساس استاندارد APA نسخه هفتم می‌پردازد. هدف از این تحقیق، ارائه یک راهنمای جامع برای نویسندگان، پژوهشگران و دانشجویان است تا بتوانند با آگاهی از این اصول، مقالات خود را به‌طور مؤثر و مطابق با استانداردهای بین‌المللی نگارش کنند. در این راستا، به ساختار کلی مقاله، ازجمله عنوان، چکیده، مقدمه، روش‌شناسی، یافته‌ها، بحث و نتیجه‌گیری، و همچنین اصول ارجاع دهی درون‌متن و فهرست منابع پرداخته خواهد شد. با رعایت این اصول، نویسندگان می‌توانند اعتبار علمی مقالات خود را افزایش دهند و به تسهیل در فرآیند انتشار و دسترسی به اطلاعات علمی کمک کنند. این مقاله به‌عنوان یک منبع مرجع برای آشنایی با استانداردهای نگارش APA، به محققان و دانشجویان کمک خواهد کرد تا در دنیای علمی به‌طور مؤثرتر عمل کنند. در ادامه به اصول نگارش هر یک از اجزای مقاله بر اساس استاندارد APA (نسخه هفتم) پرداخته می‌شود.

۲- اصول نگارش عنوان

نگارش عنوان مقاله بر اساس استاندارد APA (نسخه هفتم) دارای اصول و قواعد خاصی است که به‌وضوح و دقت در ارائه موضوع تحقیق کمک می‌کند. در زیر به این اصول اشاره می‌شود:

۱. وضوح و دقت

- **عنوان باید واضح و دقیق باشد**: عنوان باید به‌طور مختصر و واضح موضوع تحقیق را بیان کند. از استفاده از عبارات مبهم یا پیچیده پرهیز کنید.

۲. طول عنوان

- **طول مناسب**: عنوان باید مختصر باشد و معمولاً بین ۱۰ تا ۱۲ کلمه توصیه می‌شود. بااین‌حال، در صورت نیاز می‌توان از عناوین طولانی‌تر استفاده کرد.

۳. استفاده از حروف بزرگ

- **حروف بزرگ**: در عنوان، فقط کلمات اصلی (اسم، فعل، صفت، قید و حروف بزرگ) باید با حروف بزرگ نوشته شوند. حروف کوچک (حروف ربط و حروف تعریف) باید با حروف کوچک نوشته شوند، مگر اینکه در ابتدای عنوان قرار داشته باشند.

The Effects of Sleep on Memory Performance in College Students

۴. عدم استفاده از اختصارات

- **اجتناب از اختصارات**: در عنوان، از اختصارات و مخففها استفاده نکنید، مگر اینکه به‌طور عمومی شناخته‌شده باشند.

۵. عدم استفاده از عبارات غیرضروری

- **خلاصه‌سازی**: از عبارات غیرضروری و توصیفی که اطلاعات اضافی ارائه می‌دهند، خودداری کنید. عنوان باید به‌طور مستقیم به موضوع تحقیق اشاره کند.

۶. نکات اضافی

- **استفاده از عناوین فرعی**: اگر نیاز به توضیحات بیشتری دارید، می‌توانید از عنوان فرعی استفاده کنید. عنوان فرعی باید با یک‌دو نقطه (:) از عنوان اصلی جدا شود.

[3] American Psychological Association

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-18]

The Effects of Sleep on Memory: A Study of College Students

۷. تنظیمات قالب‌بندی

- **قالب‌بندی**: عنوان مقاله باید در وسط صفحه قرار گیرد و به‌صورت ایتالیک یا بولد نوشته نشود. همچنین، باید از نوع فونت استاندارد APA (مانند Times New Roman، ۱۲ pt) استفاده کنید.

۸. نمونه عنوان‌ها

- The Impact of Sleep Deprivation on Cognitive Functioning in Adolescents
- Exploring the Relationship Between Stress and Academic Performance: A Qualitative Study

۳- اصول نگارش چکیده

نگارش چکیده (Abstract) در مقاله‌نویسی به سبک APA (نسخه هفتم) دارای اصول و قواعد خاصی است که به خلاصه‌سازی محتوای مقاله کمک می‌کند. چکیده باید به‌طور مختصر و واضح اطلاعات کلیدی تحقیق را ارائه دهد. در زیر به اصول و ساختار نگارش چکیده اشاره می‌شود:

۱. هدف چکیده

چکیده باید به خواننده اطلاعاتی درباره هدف تحقیق، روش‌ها، نتایج و پیامدهای کلیدی آن ارائه دهد. این بخش به خواننده کمک می‌کند تا تصمیم بگیرد که آیا مقاله را بخواند یا خیر.

۲. طول چکیده

- **طول مناسب**: چکیده معمولاً بین ۱۵۰ تا ۲۵۰ کلمه توصیه می‌شود. بااین‌حال، برخی مجلات ممکن است محدودیت‌های خاصی داشته باشند، بنابراین بهتر است دستورالعمل‌های خاص مجله‌ای که مقاله را به آن ارسال می‌کنید، بررسی کنید.

۳. ساختار چکیده

چکیده باید شامل چهار بخش اصلی باشد:

الف. هدف تحقیق

- به‌طور مختصر بیان کنید که تحقیق شما به چه موضوعی پرداخته و چه سؤالاتی را بررسی می‌کند.

ب. روش‌ها

- توضیح دهید که از چه روش‌ها یا رویکردهایی برای جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها استفاده کرده‌اید. این بخش باید به‌طور مختصر و واضح باشد.

ج. نتایج

- نتایج کلیدی تحقیق را به‌طور مختصر بیان کنید. این نتایج باید به‌طور مستقیم به سؤالات تحقیق مرتبط باشند.

د. نتیجه‌گیری و پیامدها

- به پیامدهای کلیدی یافته‌ها و اهمیت آن‌ها اشاره‌کنید. این بخش باید به خواننده بگوید که نتایج تحقیق چه تأثیری بر ادبیات موجود یا عمل دارند.

۴. نکات مهم

- **زبان علمی و مختصر**: از زبان علمی و رسمی استفاده کنید و از جملات پیچیده و طولانی پرهیز کنید. چکیده باید به‌طور مختصر و واضح نوشته شود.
- **عدم استفاده از ارجاعات**: در چکیده، از ارجاع به منابع یا جداول و نمودارها خودداری کنید.
- **عدم استفاده از اختصارات**: از اختصارات و مخففها در چکیده خودداری کنید، مگر اینکه به‌طور عمومی شناخته‌شده باشند.
- **قالب‌بندی**: چکیده باید در صفحه‌ای جداگانه و بعد از عنوان و قبل از مقدمه قرار گیرد. عنوان "چکیده" باید در وسط صفحه نوشته شود و به‌صورت بولد باشد.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-18]

۴- اصول نگارش مقدمه

نگارش مقدمه در یک مقاله علمی بر اساس استاندارد APA (نسخه هفتم) دارای اصول و ساختار خاصی است که به پژوهشگر کمک می‌کند تا خواننده را به موضوع مقاله خود معرفی کند و زمینه‌ای برای تحقیق یا بحث ارائه دهد. در زیر به اصول و ساختار نگارش مقدمه اشاره می‌شود:

۱. هدف مقدمه

- مقدمه باید خواننده را با موضوع مقاله آشنا کند و اهمیت آن را بیان کند.
- باید سؤالات تحقیق یا فرضیات را معرفی کند.
- باید زمینه‌ای برای بحث و نتایج ارائه دهد.

۲. ساختار مقدمه

- **جلب‌توجه**: مقدمه باید با یک جمله یا پاراگراف جذاب آغاز شود که توجه خواننده را جلب کند. این می‌تواند شامل یک نقل‌قول، آمار جالب، یا یک سؤال باشد.
- **زمینه‌سازی**: پس از جلب‌توجه، باید اطلاعات زمینه‌ای مرتبط با موضوع ارائه دهید. این شامل تاریخچه، تعاریف کلیدی، و مرور مختصری از ادبیات موجود است.
- **بیان مشکل یا سؤال تحقیق**: باید به‌وضوح مسئله‌ای که تحقیق به آن می‌پردازد یا سؤالات تحقیق را بیان کنید. این بخش باید نشان دهد که چرا این موضوع مهم است و چه شکاف‌هایی در ادبیات موجود وجود دارد.
- **هدف و فرضیات تحقیق**: توضیح دهید که هدف تحقیق چیست و فرضیات یا سؤالات خاصی که قصد دارید به آن‌ها پاسخ دهید، چیست.
- **ساختار مقاله**: در پایان مقدمه، می‌توانید به‌طور مختصر ساختار مقاله را بیان کنید، یعنی به چه موضوعاتی در بخش‌های بعدی مقاله پرداخته خواهد شد.

۳. نکات مهم

- **سبک نگارش**: مقدمه باید به‌صورت واضح و مختصر نوشته شود. از زبان علمی و دقیق استفاده کنید.
- **ارجاع دهی**: اگر از اطلاعات یا نظریات دیگران استفاده می‌کنید، حتماً به آن‌ها ارجاع دهید. این کار به اعتبار مقاله شما کمک می‌کند.
- **طول مقدمه**: مقدمه معمولاً باید بین ۱۰ تا ۱۵ درصد از طول کل مقاله را شامل شود، اما این مقدار بسته به نوع مقاله و موضوع آن ممکن است متفاوت باشد.

۵- اصول نگارش مبانی نظری و پیشینه

نگارش مبانی نظری و پیشینه پژوهش در مقاله‌نویسی به سبک APA (نسخه هفتم) از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است، زیرا این بخش‌ها به خواننده کمک می‌کنند تا با زمینه و چارچوب نظری تحقیق آشنا شود و اهمیت آن را درک کند. در ادامه، به اصول و ساختار نگارش این بخش‌ها اشاره می‌شود:

۱. مبانی نظری

هدف:

مبانی نظری به توضیح و تحلیل نظریه‌ها و مفاهیم مرتبط با موضوع تحقیق می‌پردازد و به خواننده کمک می‌کند تا درک بهتری از چارچوب نظری تحقیق پیدا کند.

ساختار:

- **معرفی موضوع**: در ابتدا، موضوع تحقیق را معرفی کنید و توضیح دهید که چرا این موضوع مهم است.
- **تعاریف کلیدی**: واژه‌ها و مفاهیم کلیدی را تعریف کنید. این کار به‌وضوح مفاهیم و نظریه‌های اصلی کمک می‌کند.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-18]

- **نظریه‌ها و مدل‌ها**: نظریه‌ها و مدل‌های مرتبط با موضوع تحقیق را بررسی کنید. این بخش باید شامل توضیحات دقیق و ارجاع به منابع معتبر باشد.
- **نقد و تحلیل**: به نقد و تحلیل نظریه‌ها و مدل‌های موجود بپردازید و نقاط قوت و ضعف آن‌ها را بررسی کنید.
- **ارتباط با تحقیق**: توضیح دهید که چگونه مبانی نظری تحقیق شما را تحت تأثیر قرار می‌دهد و چه ارتباطی با سؤالات یا فرضیات تحقیق دارد.

۲. پیشینه پژوهش

هدف:

پیشینه پژوهش به‌مرور و بررسی تحقیقات قبلی مرتبط با موضوع تحقیق می‌پردازد و به خواننده نشان می‌دهد که چه‌کارهایی قبلاً انجام‌شده و چه شکاف‌هایی در ادبیات موجود وجود دارد.

ساختار:

- **مرور ادبیات**: به بررسی و مرور تحقیقات و مقالات علمی مرتبط با موضوع بپردازید. این بخش باید شامل ارجاع به منابع معتبر و مرتبط باشد.
- **خلاصه نتایج**: نتایج کلیدی و یافته‌های مهم تحقیقات قبلی را خلاصه کنید. این کار به خواننده کمک می‌کند تا درک بهتری از وضعیت فعلی تحقیق در این زمینه داشته باشد.
- **شکاف‌های تحقیقاتی**: به شکاف‌ها و نقاط ضعفی که در تحقیقات قبلی وجود دارد، اشاره‌کنید. این بخش نشان می‌دهد که تحقیق شما چه نوآوری‌هایی را به ارمغان می‌آورد.
- **ارتباط با تحقیق**: توضیح دهید که چگونه پیشینه پژوهش به سؤالات یا فرضیات تحقیق شما مرتبط است و چه تأثیری بر طراحی تحقیق شما دارد.

۳. نکات مهم

- **سبک نگارش**: نگارش باید به‌صورت علمی، واضح و مختصر باشد. از جملات پیچیده و طولانی پرهیز کنید.
- **ارجاع دهی**: در هر دو بخش، حتماً به منابع معتبر و مرتبط ارجاع دهید. استفاده از فرمت صحیح ارجاع دهی به سبک APA ضروری است.
- **استفاده از منابع به‌روز**: سعی کنید از منابع جدید و به‌روز استفاده کنید تا اطلاعات شما معتبر و مرتبط باشد.
- **تنظیم منطقی**: ساختار منطقی و منسجم برای هر دو بخش مهم است. مطمئن شوید که هر بخش به‌خوبی به بخش‌های دیگر مرتبط است.

۶- اصول نگارش روش‌شناسی

نگارش بخش روش‌شناسی در مقالات علوم انسانی به سبک APA (نسخه هفتم) از اهمیت بالایی برخوردار است، زیرا این بخش به خواننده توضیح می‌دهد که چگونه تحقیق انجام‌شده است و چه رویکردهایی برای جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها استفاده‌شده است. در زیر به اصول و ساختار نگارش روش‌شناسی اشاره می‌شود:

۱. هدف بخش روش‌شناسی

بخش روش‌شناسی باید به‌وضوح توضیح دهد که چگونه تحقیق انجام‌شده است و چه رویکردهایی برای پاسخ به سؤالات تحقیق یا آزمون فرضیات استفاده‌شده است. این بخش باید به خواننده امکان دهد که تحقیق را تکرار کند یا نتایج آن را ارزیابی کند.

۲. ساختار بخش روش‌شناسی

بخش روش‌شناسی معمولاً شامل چندین زیر بخش است که به شرح زیر است:

الف. طراحی تحقیق

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-18]

- **نوع تحقیق**: توضیح دهید که تحقیق شما چه نوعی است (مثلاً کیفی، کمی، یا ترکیبی) و چرا این نوع تحقیق برای سؤالات شما مناسب است.
- **رویکرد**: اگر از رویکرد خاصی (مانند پدیدارشناسی، نظریه grounded، یا تحلیل محتوا) استفاده می‌کنید، آن را توضیح دهید.

ب. شرکت‌کنندگان یا نمونه

- **تعداد و نوع شرکت‌کنندگان**: تعداد و ویژگی‌های جمعیت هدف یا نمونه‌ای که انتخاب کرده‌اید را توضیح دهید.
- **روش نمونه‌گیری**: روش‌های انتخاب نمونه (مانند نمونه‌گیری تصادفی، هدفمند یا قضاوتی) را شرح دهید.

ج. ابزارها و مواد

- **ابزارهای جمع‌آوری داده**: توضیح دهید که از چه ابزارهایی برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده کرده‌اید (مانند پرسشنامه، مصاحبه، یا مشاهده) و چرا این ابزارها مناسب هستند.
- **مواد**: اگر از مواد خاصی (مانند مقیاس‌ها یا نرم‌افزارها) استفاده کرده‌اید، آن‌ها را معرفی کنید.

د. روش جمع‌آوری داده

- **فرآیند جمع‌آوری داده**: مراحل و روش‌های جمع‌آوری داده را به‌تفصیل توضیح دهید. اگر از مصاحبه یا پرسشنامه استفاده کرده‌اید، نحوه اجرا را شرح دهید.

ه. روش تحلیل داده

- **تحلیل داده‌ها**: توضیح دهید که چگونه داده‌ها تحلیل‌شده‌اند. اگر از روش‌های خاصی (مانند تحلیل محتوای کیفی، تحلیل آماری) استفاده کرده‌اید، آن‌ها را توضیح دهید.
- **نرم‌افزارها**: اگر از نرم‌افزار خاصی برای تحلیل داده‌ها استفاده کرده‌اید (مانند SPSS، NVivo)، آن را ذکر کنید.

۳. نکات مهم

- **وضوح و دقت**: نگارش باید به‌صورت واضح و دقیق باشد. از اصطلاحات فنی استفاده کنید، اما سعی کنید تا حد امکان توضیحات ساده و قابل‌فهم ارائه دهید.
- **شفافیت**: شفافیت در توصیف روش‌ها به خواننده این امکان را می‌دهد که تحقیق را ارزیابی کند و در صورت نیاز، آن را تکرار کند.
- **ارجاع دهی**: در صورت استفاده از روش‌ها یا ابزارهای خاص، به منابع معتبر ارجاع دهید.

۷- اصول نگارش یافته‌ها (تجزیه‌وتحلیل داده)

نگارش بخش یافته‌ها (تجزیه‌وتحلیل داده) در مقالات علمی به سبک APA (نسخه هفتم) باید به‌گونه‌ای باشد که نتایج تحقیق به‌وضوح و به‌طور منطقی ارائه شوند. این بخش باید به خواننده اطلاعات لازم را درباره یافته‌های تحقیق بدهد و به‌طور مستقیم به سؤالات تحقیق پاسخ دهد. در زیر به اصول و ساختار نگارش این بخش اشاره می‌شود:

۱. هدف بخش یافته‌ها

بخش یافته‌ها باید نتایج تحقیق را به‌طور واضح و مختصر ارائه دهد. این بخش باید شامل تجزیه‌وتحلیل داده‌ها باشد و به خواننده کمک کند تا بفهمد چه نتایجی از تحقیق به‌دست‌آمده است.

۲. ساختار بخش یافته‌ها

بخش یافته‌ها معمولاً شامل زیر بخش‌های زیر است:

الف. معرفی یافته‌ها

- یک پاراگراف کوتاه برای معرفی کلی یافته‌ها و اینکه این یافته‌ها چگونه به سؤالات تحقیق پاسخ می‌دهند.

ب. تجزیه‌وتحلیل داده‌ها

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-18]

• **ارائه نتایج**: نتایج باید به‌صورت منطقی و منظم ارائه شوند. از جداول، نمودارها و شکل‌ها برای نمایش داده‌ها استفاده کنید. هر جدول یا نمودار باید به‌طور واضح و دقیق توضیح داده شود.

• **تجزیه‌وتحلیل**: تجزیه‌وتحلیل داده‌ها باید شامل توضیحات و تفسیر نتایج باشد. این بخش باید به خواننده کمک کند تا نتایج را درک کند و ارتباط آن‌ها با سؤالات تحقیق را بفهمد.

ج. نتایج اصلی

• نتایج کلیدی و مهم تحقیق را به‌طور مختصر و واضح بیان کنید. این نتایج باید به‌صورت عددی یا توصیفی ارائه شوند و به سؤالات تحقیق مرتبط باشند.

۳. نکات مهم

• **وضوح و دقت**: نگارش باید به‌صورت واضح و دقیق باشد. از جملات کوتاه و مختصر استفاده کنید و از اصطلاحات فنی به‌طور مناسب بهره ببرید.

• **استفاده از جداول و نمودارها**: اگر داده‌های شما به‌گونه‌ای است که می‌تواند به‌صورت بصری ارائه شود، حتماً از جداول و نمودارها استفاده کنید. هر جدول یا نمودار باید دارای عنوان و توضیحات لازم باشد.

• **ارجاع به جداول و نمودارها**: در متن، به جداول و نمودارها ارجاع دهید تا خواننده بتواند به‌راحتی به اطلاعات مربوطه دسترسی پیدا کند.

• **عدم تکرار**: از تکرار نتایج در بخش‌های دیگر مقاله (مانند مقدمه یا بحث) خودداری کنید. هر بخش باید به‌طور مستقل و واضح به موضوع خود بپردازد.

۸- اصول نگارش بحث و نتیجه‌گیری

نگارش بخش بحث و نتیجه‌گیری در مقالات علمی به سبک APA (نسخه هفتم) از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است، زیرا این بخش‌ها به تحلیل و تفسیر نتایج تحقیق می‌پردازند و اهمیت و پیامدهای آن‌ها را برای خواننده روشن می‌سازند. در زیر به اصول و ساختار نگارش این بخش‌ها اشاره می‌شود:

۱. هدف بخش بحث

بخش بحث باید به تحلیل و تفسیر نتایج تحقیق بپردازد و به سؤالات تحقیق پاسخ دهد. این بخش باید به خواننده کمک کند تا بفهمد نتایج به‌دست‌آمده چه معنایی دارند و چگونه با ادبیات موجود ارتباط دارند.

۲. ساختار بخش بحث

بخش بحث معمولاً شامل زیر بخش‌های زیر است:

الف. تفسیر نتایج

• **تحلیل نتایج**: نتایج تحقیق را تحلیل کنید و توضیح دهید که چه معنایی دارند. به ارتباط بین نتایج و سؤالات تحقیق بپردازید و توضیح دهید که چگونه نتایج با نظریه‌ها و تحقیقات قبلی همخوانی دارند یا با آن‌ها تضاد دارند.

• **تبیین یافته‌ها**: به تبیین یافته‌های غیرمنتظره یا نتایجی که با انتظارات اولیه همخوانی ندارند، بپردازید. این بخش می‌تواند شامل بحث درباره عواملی باشد که ممکن است بر نتایج تأثیر گذاشته باشند.

ب. محدودیت‌ها

• **محدودیت‌های تحقیق**: به محدودیت‌های تحقیق اشاره‌کنید. این می‌تواند شامل محدودیت‌های نمونه‌گیری، روش‌شناسی، یا تعمیم‌پذیری نتایج باشد. این کار به خواننده کمک می‌کند تا درک بهتری از اعتبار نتایج داشته باشد.

ج. پیامدها و کاربردها

• **پیامدها**: توضیح دهید که نتایج تحقیق چه پیامدهایی برای نظریه‌ها، سیاست‌ها یا عمل دارند. این بخش باید به اهمیت یافته‌ها در زمینه‌های مختلف اشاره کند.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-18]

• **کاربردها**: به کاربردهای عملی نتایج تحقیق بپردازید. این می‌تواند شامل پیشنهادها برای محققان آینده، سیاست‌گذاران، یا حرفه‌ای‌ها باشد.

۳. هدف بخش نتیجه‌گیری

بخش نتیجه‌گیری باید خلاصه‌ای از یافته‌ها و بحث‌ها ارائه دهد و پیامدهای کلیدی تحقیق را برجسته کند. این بخش باید به‌طور مختصر و واضح به خواننده بگوید که تحقیق چه اطلاعات جدیدی به ادبیات موجود اضافه کرده است.

۴. ساختار بخش نتیجه‌گیری

• **خلاصه یافته‌ها**: نتایج کلیدی تحقیق را به‌طور مختصر خلاصه کنید.

• **پیامدها**: پیامدهای کلیدی یافته‌ها را برای نظریه، عمل، یا تحقیقات آینده بیان کنید.

• **پیشنهادها برای تحقیقات آینده**: اگر مناسب است، پیشنهاداتی برای تحقیقات آینده ارائه دهید.

۵. نکات مهم

• **وضوح و دقت**: نگارش باید به‌صورت واضح و دقیق باشد. از جملات کوتاه و مختصر استفاده کنید.

• **استدلال منطقی**: استدلال‌ها باید منطقی و مستند باشند. از ارجاعات به ادبیات موجود برای حمایت از تحلیل‌ها و تفسیرهای خود استفاده کنید.

• **عدم تکرار**: از تکرار اطلاعات در بخش‌های مختلف مقاله خودداری کنید. هر بخش باید به‌طور مستقل و واضح به موضوع خود بپردازد.

۹- اصول نگارش رفرنس دهی

در سبک ارجاع دهی APA (نسخه هفتم) که در سال ۲۰۲۰ منتشر شد، استانداردهای خاصی برای ارجاع دهی درون‌متن و فهرست منابع انتهایی وجود دارد. در زیر به این استانداردها اشاره می‌شود:

۱. ارجاع دهی درون‌متن

ارجاع دهی درون‌متن به دو شکل اصلی انجام می‌شود: **نقل‌قول مستقیم** و **نقل‌قول غیرمستقیم**.

الف. نقل‌قول مستقیم

• برای نقل‌قول مستقیم، نام خانوادگی نویسنده، سال انتشار، و شماره صفحه (در صورت موجود بودن) را ذکر کنید.
  ○ فرمت: (نام خانوادگی، سال، ص. شماره صفحه)
  ○ مثال: (Smith, 2020, p. 15)

ب. نقل‌قول غیرمستقیم

• برای نقل‌قول غیرمستقیم (خلاصه‌سازی یا پارافرز)، نام خانوادگی نویسنده و سال انتشار کافی است.
  ○ فرمت: (نام خانوادگی، سال)
  ○ مثال: (Smith, 2020)

ج. دو نویسنده

• هر دو نویسنده باید ذکر شوند.
  ○ مثال: (Jones, 2020 & Smith)

د. سه یا بیشتر نویسنده

• نام اولین نویسنده و "و همکاران" ذکر می‌شود.
  ○ مثال: (Smith et al., 2020)

۲. فهرست منابع انتهایی

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-18]

فهرست منابع انتهایی باید شامل تمام منابعی باشد که در متن به آن‌ها ارجاع داده‌اید. ترتیب منابع به‌صورت الفبایی بر اساس نام خانوادگی نویسندگان انجام می‌شود. فرمت‌های مختلف منابع به شرح زیر است:

الف. کتاب

- فرمت: نام خانوادگی، نام نویسنده. (سال). عنوان کتاب (چاپ). ناشر.
- مثال:

Smith, J. (2020). *Understanding psychology* (2nd Ed.). Academic Press.

ب. مقاله علمی

- فرمت: نام خانوادگی، نام نویسنده. (سال). عنوان مقاله. عنوان مجله، شماره(شماره)، صفحات. DOI یا URL
- مثال:

Smith, J. (2020). The effects of sleep on memory. *Journal of Psychology*, 45(3), 123-145. https://doi.org/10.1234/jpsyc.2020.4567

ج. وب‌سایت

- فرمت:
- نام خانوادگی، نام نویسنده. (سال، تاریخ). عنوان صفحه. نام وب‌سایت. URL
- مثال:

Smith, J. (2020, March 15). Understanding climate change. *Environmental Studies*. https://www.environmentalstudies.org/climate-change

د. فصل در کتاب ویرایش‌شده

- فرمت:

نام خانوادگی، نام نویسنده. (سال). عنوان فصل. در نام و نام خانوادگی ویرایشگر (ویرایشگر)، عنوان کتاب (صفحات فصل). ناشر.

- مثال:

Smith, J. (2020). The role of sleep in memory. In A. Brown & B. Green (Eds.), *Advances in psychology* (pp. 45-67). Academic Press.

۳. نکات مهم

- **حروف‌چینی**: نام خانوادگی نویسنده با حروف بزرگ و نام کوچک با حروف کوچک نوشته می‌شود.
- **عنوان کتاب و مجله**: عناوین کتاب‌ها و مجلات باید به‌صورت ایتالیک نوشته شوند.
- **فاصله‌ها**: بین هر دو خط در فهرست منابع باید فاصله دو برابر (double-spacing) وجود داشته باشد.
- **آمادگی برای تغییرات**: اگر منبعی بدون نویسنده باشد، عنوان آن را در ابتدای ارجاع قرار دهید.

۴. ملاحظات اضافی

- به‌طورکلی، حتماً به منابع معتبر و به‌روز استناد کنید.
- از ارجاع دهی به منابع غیرقابل‌دسترس یا غیر معتبر خودداری کنید.

۱۱- بحث و نتیجه‌گیری

بحث و نتیجه‌گیری

در این مقاله، به بررسی اصول و قواعد نگارش مقاله بر اساس استاندارد APA (نسخه هفتم) پرداخته شد. این استاندارد نه‌تنها به‌عنوان یک ابزار راهنما برای نویسندگان و پژوهشگران در نگارش مقالات علمی عمل می‌کند، بلکه به ارتقاء کیفیت و اعتبار علمی این مقالات نیز کمک می‌کند. رعایت اصول نگارش، ازجمله ساختار کلی مقاله، نحوه ارجاع دهی درون‌متن و فهرست منابع، به نویسندگان این امکان را می‌دهد که آثار خود را به‌طور مؤثرتر به جامعه علمی ارائه دهند و از اشتباهات رایج جلوگیری کنند.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-18]

یکی از نکات کلیدی در این استاندارد، تأکید بر وضوح و دقت در نگارش است. استفاده از زبان ساده و واضح، به خوانندگان کمک می‌کند تا به‌راحتی محتوای مقاله را درک کنند. همچنین، استفاده صحیح از جداول، نمودارها و ارجاعات، می‌تواند به غنای محتوای علمی مقاله بیفزاید. تغییرات نسخه هفتم APA، ازجمله حذف نیاز به ذکر مکان نشر و تغییرات در نحوه ارجاع دهی، نشان‌دهنده تلاش این سازمان برای ساده‌سازی فرآیند نگارش و تسهیل دسترسی به اطلاعات علمی است.

با توجه به افزایش تعداد مقالات علمی و نیاز به استانداردسازی در این حوزه، رعایت اصول نگارش APA به‌ویژه برای دانشجویان و پژوهشگران جوان حائز اهمیت است. این مقاله به نویسندگان توصیه می‌کند که با دقت به این استانداردها توجه کنند و از منابع معتبر برای یادگیری و به‌روزرسانی اطلاعات خود استفاده کنند.

درنتیجه، رعایت اصول نگارش بر اساس استاندارد APA نه‌تنها به افزایش کیفیت مقالات علمی کمک می‌کند، بلکه باعث تسهیل در فرآیند انتشار و دسترسی به اطلاعات علمی می‌شود. این استاندارد به‌عنوان یک مرجع معتبر، به نویسندگان این امکان را می‌دهد که با اطمینان بیشتری آثار خود را به جامعه علمی ارائه دهند و درنتیجه، به پیشرفت علم و دانش در حوزه‌های مختلف کمک کنند.

منابع

American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th Ed.). Washington, DC: Author.

American Psychological Association. (n.d.). *APA style* .Retrieved from https://apastyle.apa.org/

Purdue Online Writing Lab (OWL). (n.d.). *APA formatting and style guide* .Retrieved from https://owl.purdue.edu/owl/research_and_citation/apa_style/apa_style_introduction.html

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-18]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۲۱، شماره ۲۵، تابستان ۱۴۰۳

Principles of Writing an Article According to APA Style 2020 (7th Edition) Standards

Behzad Shoghi[۴], Mahsa Karimi[۵]

Abstract
This article examines the principles and rules of article writing based on the APA (7th edition) standards published in 2020. The aim of this research is to provide a comprehensive guide for authors and researchers in various scientific fields to effectively write their papers in accordance with international writing standards. This article discusses the overall structure of a paper, including the title, abstract, introduction, methodology, findings, discussion, and conclusion, as well as the principles of in-text citation and reference list. The results indicate that adhering to these principles not only enhances the scientific credibility of articles but also facilitates the publication process and access to scientific information. This article advises authors to pay careful attention to these standards to improve the quality of their writing and avoid common mistakes.
Keywords: Standards, Academic Writing, American Psychological Association

[4] *Ph.D. of Psychology, Department of Educational Psychology, Garmsar Branch, **Islamic Azad University**, Garmsar, Iran (b.shoghi@srbiau.ac.ir)
[5] PhD student, Department of Distance Education Planning, **Payame Noor University**, Emirates Branch, Dubai (m.karimi_ed@yahoo.com)

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-18]