

بسم الله الرحمن الرحيم

# آموزش قدم به قدم پروپوزال نویسی برای دانشجویان ارشد و دکتری

شهرام ملک محمدی

۱۴۰۴

## سخن آغازین

نوشتن، هنر تبدیل دانسته‌ها به اثری ماندگار است؛ و پروپوزال، نخستین تجلی این هنر در مسیر پژوهش دانشگاهی.


آموزگاران و پژوهشگران بسیاری از مسیر تدوین پروپوزال گذشته‌اند، اما تنها آنان موفق شده‌اند که با نظم ذهنی، بیان علمی و ساختار مؤثر، اندیشه‌ی خود را به نتیجه برسانند.

این اثر با هدف آموزش گام‌به‌گام اصول نگارش پروپوزال برای دانشجویان تحصیلات تکمیلی تدوین شده تا دانشجویان ارشد و دکتری بتوانند با اطمینان، طرح اولیه‌ی پژوهش خود را طراحی، اصلاح و به تصویب نهایی برسانند.

در این مسیر، سعی شده است که زبان علمی با شیوایی بیانی همراه شود تا خواننده نه تنها ساختار پروپوزال را بیاموزد، بلکه منطق و تفکر پشت هر بخش را نیز درک کند.

باشد که این نوشته، چراغی کوچک باشد در مسیر پژوهشگران جوان کشور، برای گشودن درهای علم، اندیشه و خلاقیت.

با احترام و آرزوی موفقیت برای شما

شهرام ملک‌محمدی 

## فهرست مطالب

شماره فصل	عنوان فصل	صفحه
۱	مقدمه	۴
۲	ساختار کلی یک پروپوزال	۶
۳	گام‌های عملی در نگارش پروپوزال	۱۰
۴	نکات حرفه‌ای در تدوین پروپوزال	۱۳
۵	چک لیست نهایی پیش از تحویل	۱۷
—	نتیجه‌گیری و سخن پایانی	۲۰

## فصل اول: مقدمه

در دنیای دانشگاهی امروز، داشتن ایده‌ی پژوهشی عالی تنها آغاز راه است؛ آنچه مسیر را مشخص و ثابت می‌کند، پروپوزال است. پروپوزال در حقیقت سند رسمی فکر و طرح شماست؛ یعنی پلی میان ذهن پژوهشگر و اجرای واقعی پروژه.

دانشجویان تحصیلات تکمیلی بیشتر از همه با این نقطه‌ی چالش‌برانگیز روبه‌رو می‌شوند:

چطور ایده‌ای را تبدیل کنیم به پروپوزالی استاندارد که مورد تأیید استاد راهنما، گروه پژوهشی و کمیته علمی باشد؟

پاسخ در یک کلمه خلاصه می‌شود: ساختار.

ساختار علمی و منظم، همان چیزی است که باعث می‌شود داور، حتی قبل از مطالعه جزئیات، حس کند نویسنده پروژه را با دید پژوهشی و تفکر منطقی طراحی کرده است.

در این فصل، قبل از ورود به اصول نگارش، نگاه کلی به مفاهیم پایه می‌اندازیم:

### ♦ اهمیت پروپوزال

پروپوزال به زبان ساده، طرح پیشنهادی برای انجام یک پژوهش است. هدفش این است که به داور یا نهاد علمی نشان دهد چرا این مطالعه ارزش انجام دارد و چطور قرار است اجرا شود.

♦ اگر پایان‌نامه را ساختمان پژوهش بدانیم، پروپوزال نقشه‌ی مهندسی آن است.

♦ بدون نقشه‌ی دقیق، هیچ طرحی قابل اجرا و دفاع نیست.

### ♦ کاربردهای پروپوزال در مقاطع ارشد و دکتری:

۱. مشخص کردن مسیر تحقیق برای تأیید علمی استاد راهنما.

۲. اخذ مجوز انجام طرح‌های عملی یا آزمایشگاهی.

۳. جلب نظر داوران جهت تصویب نهایی پایان‌نامه.

۴. نگارش مقالات پژوهشی بر مبنای همان طرح اولیه.

### ♦ اشتباهات رایج در نگارش پروپوزال

✗ کلی نویسی به جای بیان دقیق مسئله

✗ نداشتن ارتباط منطقی بین فرضیه و روش

✗ نوشتن بدون مطالعه پیشینه علمی

✗ انتخاب موضوع‌هایی خارج از توان اجرا یا منابع محدود

هرکدام از این موارد می‌تواند پروپوزالی با محتوای خوب را به مرحله رد شدن بکشاند.

### ♦ هدف این آموزش

این آموزش گام‌به‌گام، برای رفع تمام این چالش‌ها طراحی شده است تا به شما یاد دهد:

- چطور از ابتدا تا پایان پروپوزال را طبق الگوی استاندارد دانشگاهی بنویسید.
  - چگونه متن را هم علمی و هم روان تنظیم کنید.
  - و در نهایت، چگونه با چک‌لیست‌های دقیق، پیش‌نویس خود را قبل از تحویل اصلاح نمایید.
- در ادامه‌ی فصل‌های بعد، به تفکیک هر بخش اصلی پروپوزال - از عنوان تا بودجه و چک‌لیست نهایی می‌پردازیم.
- با این مقدمه، مسیر یادگیری شما از دل مفهوم و اهمیت شروع می‌شود تا به جزئیات فنی و حرفه‌ای برسد.

تدوین: شهرام ملک محمدی

پژوهشگر

۱۴۰۴ هجری شمسی

## فصل دوم: ساختار کلی یک پروپوزال

پروپوزال، یک متن ساده یا انشای دانشگاهی نیست؛ «نقشه ی مهندسی پژوهش» است. هر دانشگاه ممکن است فرم خاصی داشته باشد، اما ساختار علمی استاندارد تقریباً در همه جا ثابت است. در این فصل، با اصول و اجزای بنیادین یک پروپوزال استاندارد آشنا می شویم؛ ساختاری که اگر درست رعایت شود، داور حتی قبل از خواندن جزئیات، کیفیت و بلوغ پژوهش را تشخیص می دهد.

### ۱. عنوان پژوهش (Title)

عنوان باید شفاف، مختصر و دقیق باشد.

ویژگی های عنوان خوب:

- نه خیلی طولانی، نه تقلیل دهنده ی مفهوم
- شامل متغیرها یا کلیدواژه های اصلی
- بیان کننده ی دامنه یا محدوده ی پژوهش

مثال درست:

«تأثیر سبک های رهبری بر بهبود عملکرد کارکنان در سازمان های دولتی استان تهران»

### ۲. بیان مسئله (Problem Statement)

مهم ترین بخش پروپوزال است؛ ریشه ی پژوهش همین جاست.

در بیان مسئله باید توضیح دهید:

- مسئله دقیقاً چیست؟
- از کجا به وجود آمده؟
- چرا نیازمند تحقیق است؟
- چه خلأ علمی یا اجرایی وجود دارد؟

این بخش باید علمی، مستند و بر پایه منابع معتبر باشد.

### ۳. پیشینه پژوهش (Literature Review)

در این قسمت مشخص می‌کنید دیگران درباره این موضوع چه گفته‌اند.

#### اجزای اصلی پیشینه:

- مرور پژوهش‌های داخلی
- مرور پژوهش‌های خارجی
- جمع‌بندی و تعیین «جای خالی پژوهش»

نکته:

این بخش باید تحلیلی باشد، نه صرفاً گزارش‌وار.

#### ۴. اهداف پژوهش (Research Objectives)

اهداف معمولاً به دو دسته تقسیم می‌شوند:

- اهداف کلی
- اهداف ویژه

هدف کلی معمولاً یک جمله است. اهداف ویژه ۳ تا ۶ بند، و کاملاً عملیاتی.

#### ۵. سوالات یا فرضیه‌های پژوهش

بسته به نوع تحقیق:

- در پژوهش‌های کمی: فرضیه‌ها مطرح می‌شوند.
  - در پژوهش‌های کیفی: سوالات اصلی و فرعی نوشته می‌شوند.
- این بخش باید دقیقاً از دل بیان مسئله استخراج شود.

#### ۶. روش‌شناسی (Methodology)

این بخش پاسخ می‌دهد:

- پژوهش چگونه اجرا می‌شود؟
- جامعه آماری چیست؟

- ابزار جمع‌آوری داده چیست؟

- روش تحلیل داده چیست؟

نکته:

روش‌شناسی خوب باید واضح، قابل تکرار و منطقی باشد.

## ۷. نوآوری و ارزش افزوده پژوهش

اینجا توضیح می‌دهید که پژوهش شما:

- چه دانشی اضافه می‌کند

- چه مسئله‌ای را حل می‌کند

- چه استفاده کاربردی یا نظری دارد

این قسمت برای داوران بسیار مهم است.

## ۸. ساختار زمانی و مراحل اجرا (Timeline)

معمولاً در قالب جدول ارائه می‌شود.

شامل مراحل:

- انتخاب موضوع

- تدوین چارچوب نظری

- جمع‌آوری داده‌ها

- تحلیل

- نگارش و اصلاح نهایی

## ۹. منابع و مأخذ (References)

تمام منابع باید طبق استاندارد دانشگاه (APA, MLA, Chicago...) نوشته شوند.

نکته:

بہتر است حداقل ۱۰ منبع معتبر، از ۵ سال اخیر، در پیشینہ باشد.

۱۰. پیوستہا (اگر وجود داشته باشد)

مثل:

- پرسشنامہ
- چک لیستہا
- نمودارہا
- نمونہ اسناد

---

با شناخت این ساختار، حالا در فصل سوم گام بہ گام، ورود بہ نوشتن ہر بخش را با جزئیات عملی آغاز می کنیم تا دانشجو بتواند از صفر تا صد پروپوزال را خودش تدوین کند.

## فصل سوم: گام‌های عملی در نگارش پروپوزال

در این فصل، صرفاً به «دانستن» بسنده نمی‌کنیم، بلکه نقشه‌ی عملیاتی برای نوشتن پروپوزال ارائه می‌شود؛ به طوری که دانشجو بتواند با پیروی از این مسیر، در نهایت یک سند کامل، استاندارد و قابل دفاع داشته باشد.

### گام اول: انتخاب دقیق موضوع

- ◆ باید موضوعی انتخاب کنید که:
  - به حوزه تخصصی شما مرتبط باشد.
  - منابع معتبر و به‌روز داشته باشد.
  - قابلیت اجرا (از نظر زمان، هزینه و امکانات) داشته باشد.
- 💡 نکته: موضوع‌های خیلی وسیع یا مبهم باعث مشکلات جدی در مراحل بعد می‌شوند.

### گام دوم: مطالعه عمیق پیشینه

- جست‌وجو در پایگاه‌های علمی (مثل Scopus, SID, Google Scholar)
- تقسیم منابع به داخلی و خارجی
- یادداشت‌برداری تحلیلی (نه صرفاً کپی متن)
- مشخص کردن شکاف علمی یا همان «جای خالی» پژوهش

### گام سوم: نگارش بیان مسئله

بیان مسئله باید:

۱. وضعیت موجود را شرح دهد.
  ۲. چالش یا نارسایی موجود را شفاف بیان کند.
  ۳. اهمیت بررسی آن را ثابت نماید.
- 📌 اشتباه رایج: استفاده از جملات کلی بدون داده و استناد.

### گام چهارم: تدوین اهداف

- هدف کلی: یک جمله بلند که مسیر اصلی تحقیق را مشخص می کند.
- اهداف ویژه: چند بند کوتاه، اجرایی و قابل سنجش.

### گام پنجم: طراحی سوالات یا فرضیه ها

- اگر تحقیق کمی است: فرضیه ها باید آزمون پذیر باشند.
- اگر تحقیق کیفی است: سوال باید عمیق و کاوشگر باشد.

### گام ششم: روش شناسی گام به گام

در این بخش دقیقاً مشخص کنید:

- جامعه آماری و معیار انتخاب نمونه ها
- ابزار گردآوری داده ها (پرسشنامه، مصاحبه و ...)
- روش های تحلیل داده و نرم افزار مورد استفاده

### گام هفتم: پیش بینی زمان بندی

- ایجاد جدول زمان بندی از مرحله انتخاب موضوع تا تحویل نهایی
- در نظر گرفتن زمان کافی برای بازنگری ها

### گام هشتم: تدوین فهرست منابع

- منابع باید در قالب استاندارد دانشگاه شما باشد (APA، MLA ...)
- ترجیحاً حداقل ۷۰٪ منابع از ۵ سال اخیر باشد.

### گام نهم: بازبینی و ویرایش حرفه ای

- بررسی ارتباط منطقی بین بخش ها
- حذف جملات تکراری و غیر ضروری
- کنترل صحت نگارشی و علائم نگارشی

## چرخه پیشنهادی اجرا

انتخاب موضوع → مطالعه پیشینه → نوشتن بیان مسئله → تدوین اهداف → فرضیه/سوالات  
روش‌شناسی → زمان‌بندی → منابع → بازبینی نهایی →  
با اجرای این نُه گام، مسیر شما از ایده‌ی خام تا نسخه نهایی پروپوزال روشن و ایمن خواهد بود.

## فصل چهارم: نکات حرفه‌ای در تدوین پروپوزال

پروپوزال فقط یک متن نیست؛ «امضای پژوهشی» شماست. همان چیزی که داور، قبل از دیدن پایان‌نامه، سطح فکر و بلوغ علمی شما را از آن تشخیص می‌دهد. در این فصل، نکاتی بیان می‌شود که معمولاً اساتید و داوران، تنها در جلسات خصوصی یا تجربه‌های چندساله منتقل می‌کنند.

### ۱. آغاز حرفه‌ای: جمله‌ی اول همیشه تعیین‌کننده است

جمله اول بیان مسئله باید:

- ضربه بزند،
  - اهمیت موضوع را از همان لحظه روشن کند،
  - و داور را وادار به ادامه خواندن نماید.
- نمونه یک شروع قدرتمند:
- «تحولات سریع فناوری در دهه اخیر، سازمان‌ها را با چالشی مواجه کرده که بی‌توجهی به آن، به فاصله‌گرفتن از رقبا منجر می‌شود.»

### ۲. متن را «ریتم‌دار» بنویسید، نه گزارشی

یک پروپوزال حرفه‌ای باید:

- فراز و فرود داشته باشد،
  - بخش‌ها نرم به هم متصل شوند،
  - هیچ جمله‌ای اضافی یا بی‌جان نباشد.
- داور دقیقاً همین‌ها را می‌بیند.

### ۳. از آمار و داده‌های معتبر استفاده کنید

هرجا ممکن است، از داده‌ها و گزارش‌های رسمی استفاده کنید.

مثلاً:

«براساس گزارش بانک جهانی (۲۰۲۳)...»

این کار متن را «سنگین» و «قابل دفاع» می کند.

۴. پیشینه را تحلیلی بنویسید، نه خلاصه وار

اشتباه مرسوم: فقط بگوییم «فلانی گفت...»

نسخه حرفه‌ای:

- نقد کنید
  - مقایسه کنید
  - دقیقاً بگویید «جای خالی پژوهش» کجاست
- این بخش نقطه تمایز دانشجوی کارشناسی ارشد و دکتری است.

۵. عنوان باید خوش خوان، علمی و برنده باشد

عنوان شما باید:

- کلیدواژه‌های اصلی را داشته باشد
  - نه خیلی بلند باشد، نه مبهم
  - در یک نگاه، دامنه تحقیق را روشن کند
- عنوان‌های بی کیفیت حتی قبل از خواندن محتوا، اثر منفی می گذارند.

۶. روش شناسی را محکم بنویسید

داوران بیشترین حساسیت را روی Methodology دارند.

بنویسید:

- چه ابزارهایی استفاده می کنید
- چرا این ابزار انتخاب شده
- جامعه و نمونه دقیقاً چه هستند
- روش تحلیل کدام است

روش‌شناسی باید «قابل تکرار» باشد؛ مثل دستورالعمل.

۷. سادگی، کلاسِ متن علمی است

جملات پیچیده لزوماً عمیق نیستند.

جمله خوب یعنی:

- شفاف

- دقیق

- کوتاه

متن‌های تمیز، قابل قبول‌ترین متن‌ها نزد داوران هستند.

۸. استفاده هوشمندانه از منابع جدید

منابع شما باید:

- معتبر

- به‌روز

- و مرتبط باشند

منبع قدیمی فقط زمانی قابل قبول است که «کلاسیک» یا «بنیادین» باشد.

۹. پایان حرفه‌ای: جمع‌بندی کوتاه و وزین

آخر پروپوزال، یک جمع‌بندی کوتاه و سنگین می‌نشیند که:

- هدف را دوباره یادآوری کند

- مسیر اجرا را روشن کند

- و نشان دهد که شما تسلط دارید

به داور حس «اعتماد» می‌دهد.

۱۰. راز نهایی: هویت پژوهشی شما باید در متن دیده شود

پروپوزال خوب شبیه همه است.  
پروپوزال عالی «امضای شما» را دارد:  
لحن، زاویه نگاه، انتخاب موضوع، دقت در کلمات...  
همین موارد شما را از دهها پروپوزال دیگر جدا می کند.

## فصل پنجم: چک لیست نهایی پیش از تحویل پروپوزال

(لیست کامل، اجرایی، دقیق)

### ۱. عنوان پژوهش

- شفاف و مختصر است.
- کلیدواژه‌های اصلی در آن وجود دارد.
- دامنه پژوهش را مشخص می‌کند.
- از نظر نگارشی بدون ابهام است.

### ۲. بیان مسئله

- مسئله دقیقاً تعریف شده است.
- اهمیت و ضرورت موضوع با استناد بیان شده.
- وضعیت موجود و شکاف علمی روشن است.
- جملات کلی یا شعاری حذف شده‌اند.
- با اهداف و فرضیه‌ها هماهنگی کامل دارد.

### ۳. پیشینه پژوهش

- منابع داخلی و خارجی به صورت جداگانه و منظم بررسی شده‌اند.
- تحلیل و نقد انجام شده، نه فقط گزارش.
- منابع ۵ سال اخیر سهم قابل توجهی دارند.
- جای خالی پژوهش به صورت روشن استخراج شده.

### ۴. اهداف

- هدف کلی یک جمله واضح و قابل فهم است.
- اهداف ویژه عملیاتی، قابل سنجش و هم‌راستا با بیان مسئله هستند.

- بین اهداف و روش‌شناسی تطابق وجود دارد.

#### ۵. سوالات یا فرضیه‌ها

- اگر تحقیق کمی است، فرضیه‌ها آزمون‌پذیر و دقیق هستند.
- اگر تحقیق کیفی است، سوالات عمیق و هدایت‌کننده‌اند.
- تعداد سوالات/فرضیه‌ها مناسب و منطقی است.

#### ۶. روش‌شناسی

- جامعه آماری و نمونه‌ها دقیق تعریف شده‌اند.
- ابزارهای جمع‌آوری داده مشخص و توجیه شده‌اند.
- روش تحلیل داده‌ها واضح و قابل تکرار است.
- نرم‌افزار مورد استفاده معرفی شده.
- روش‌ها با اهداف و سوالات سازگار هستند.

#### ۷. جدول زمان‌بندی

- مراحل پژوهش مشخص و تفکیک شده‌اند.
- زمان‌بندی منطقی است و به‌صورت جدول واضح ارائه شده.
- با محدودیت‌های دانشگاه یا استاد راهنما تناقض ندارد.

#### ۸. منابع و مأخذ

- استاندارد دانشگاه (APA یا...) کامل رعایت شده.
- ارجاعات درون‌متنی دقیق و بدون اشتباه هستند.
- منابع قدیمی فقط در صورت ضرورت استفاده شده‌اند.
- همه منابع در فهرست انتهایی آمده‌اند.

#### ۹. نگارش و ویرایش

- متن از نظر جمله‌سازی روان و بدون ابهام است.
- غلط‌آملائی یا نگارشی وجود ندارد.
- پاراگراف‌ها کوتاه و خوانا تنظیم شده‌اند.
- لحن رسمی، علمی و یکدست است.
- جملات تکراری یا زوائد حذف شده‌اند.

## ۱۰. کلیت و حرفه‌ای بودن

- بین بخش‌های مختلف انسجام موضوعی دیده می‌شود.
- عنوان، اهداف، فرضیه‌ها و روش‌شناسی در یک مسیر مشخص حرکت می‌کنند.
- پروپوزال در مجموع «قابل دفاع» و «قابل اجرا» به نظر می‌رسد.
- هویت و دیدگاه پژوهشی نویسنده در متن قابل تشخیص است.

## نتیجه‌گیری و سخن پایانی

پروپوزال، نخستین قدم رسمی هر پژوهش دانشگاهی است؛ قدمی که اگر درست برداشته شود، مسیر پایان‌نامه یا رساله را به شکلی چشمگیر هموار و هدفمند می‌سازد. آنچه در این آموزش ارائه شد، مجموعه‌ای از اصول، روش‌ها و تجربه‌های عملی است که می‌تواند هر دانشجو را از سردرگمی اولیه به مرحله‌ای از اطمینان و تسلط برساند.

در فصل‌های مختلف این آموزش، تلاش شد تا:

- ساختار استاندارد پروپوزال به‌طور شفاف معرفی شود،
- فرآیند عملی نگارش به زبان ساده و کاربردی بیان شود،
- نکات حرفه‌ای داوری و ارزیابی به‌اشتراک گذاشته شود،

و در پایان، یک چک‌لیست جامع برای ارزیابی نسخه نهایی ارائه گردد.

هدف این مجموعه تنها آموزش نبود؛ هدف این بود که نگاه پژوهشگرانه در ذهن دانشجو شکل بگیرد. پژوهش فقط نوشتن متن نیست؛ بلکه نوعی «نگاه» است-نگاهی که مسئله را می‌بیند، داده‌ها را تحلیل می‌کند و برای رسیدن به پاسخ، مسیر علمی می‌سازد.

اکنون که به پایان این اثر رسیده‌اید، یک قدم مهم دیگر باقی‌مانده است: عمل.

دانش زمانی ارزشمند می‌شود که به اقدام تبدیل شود. بنابراین، پیشنهاد می‌کنم همین امروز نسخه اولیه پروپوزال خود را حتی اگر ناقص است روی کاغذ بیاورید. هر گام کوچک، شما را از ده‌ها دانشجو که نوشتن را به فردا موکول می‌کنند جلوتر می‌برد.

در مسیر پژوهش، سختی‌ها طبیعی است. اما هر بار که ایده‌هایتان منسجم‌تر می‌شود، هر پاراگرافی که بهتر شکل می‌گیرد و هر نسخه‌ای که از قبلی کامل‌تر می‌شود، شما یک گام بزرگ به جلو برداشته‌اید.

امیدوارم این راهنما چراغی باشد در مسیر علمی شما و سبب شود پروپوزالی دقیق، استاندارد و قابل دفاع بسازید.

به امید پژوهش‌هایی ارزشمند، کاربردی و اثرگذار.

با احترام

با اسکن این QR به مجموعه‌ای از آموزش‌های مشابه دسترسی پیدا می‌کنی.

