

# ماه عاشقانه

رمضان ۹۹

## آیین نامه مجردین

ستاد ازدواج دانشجویی  
نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری  
در دانشگاه ها  
بهار ۹۹



## یا متین

امروزه به رغم پیشرفت علم و دانش و ایجاد تغییرات عمیق فرهنگی و شیوه‌های زندگی، بسیاری از افراد در رویارویی با مسائل زندگی، فاقد توانایی و مهارت‌های زیربنایی لازم هستند و همین امر آن‌ها را در مواجهه با مسائل و چالش‌های زندگی روزمره و مقتضیات آن آسیب پذیر نموده است؛ بر این اساس افراد برای مقابله سازگارانه با استرس‌ها و موقعیت‌های مختلف زندگی و اخذ تصمیم‌های صحیح، به راهکارهایی نیاز دارند که آنان را در کسب این توانایی تجهیز کند؛ راهکارهایی نظیر شناخت عواطف و رفتارها که در قالب ساختارهایی مانند خودآگاهی، توانایی حل مسأله، تصمیم‌گیری، مدیریت اقتصادی، مدیریت زمان و ... تجلی می‌نمایند و در رشد و موفقیت فردی و اجتماعی افراد به ویژه تشکیل و تحکیم بنیان خانواده اهمیت بسزایی دارند.

با عنایت به این مهم، برنامه‌های آموزشی ستاد ازدواج دانشجویی نیز در رویکرد جدید، افزون بر دانشجویان متأهل، مجردین را هم شامل شده و بر مهارت‌افزایی متناسب با نیازهای آنان متمرکز است. از سوی دیگر با توجه به شیوع ویروس کرونا و شرایط بهداشتی ویژه کشور که به تعطیلی تجمعات و به تبع آن، همایش‌های ستاد ازدواج دانشجویی برای مجردین منجر شد، این ستاد به منظور تداوم ارتباط با دانشجویان و استمرار برنامه‌های آموزشی خود، در نظر دارد طی ایام ماه مبارک رمضان با ویژه برنامه «ماه عاشقی» دانشجویان را همراهی کند که جزییات آن در ادامه تشریح می‌گردد.

### \* اهداف:

۱. تداوم ارتباط با دانشجویان دانشگاه‌های سراسر کشور
۲. بهره‌برداری هرچه بیشتر از فرصت معنوی ماه مبارک رمضان
۳. استمرار برنامه‌های آموزشی با سرفصل‌ها و موضوعات مورد نیاز دانشجویان مجرد
۴. استفاده بهینه از ایام قرنطینه خانگی

### \* زمان اجرا:

۶ اردیبهشت لغایت ۳ خرداد ۱۳۹۹ (ابتدا تا انتهای ماه مبارک رمضان) به جز روزهای جمعه

### \* بستر اجرا:

- اپلیکیشن باشگاه ازدواج (قابل دریافت از کافه بازار)
- سایت ستاد ازدواج دانشجویی (nahad.ir)

### \* شرایط شرکت کنندگان:

همه دانشجویان و فارغ التحصیلان دانشگاه‌های کشور طی دهه ۹۰ (سال‌های ۹۰ تا ۹۹)

### \* بخش‌های ویژه برنامه:

ماه عاشقی شامل پنج بخش «یار مهربان»، «قاب ماندگار»، «آوای کتاب»، «آیه‌های زندگی» و «الفبای ما شدن» است که هر یک در ادامه تشریح می‌گردد:

#### ۱. یار مهربان

دانشجویان برای شرکت و اخذ امتیازات این بخش می‌بایست یکی از چهار کتاب معرفی شده از سوی ستاد (مطلع مهر، کسب و کار موفق، آشنایی با مهارت‌های زندگی بر اساس آیات، صفر تا صد کسب و کار) را طی ماه مبارک رمضان مطالعه و خلاصه آن را در قسمت مربوطه در اپلیکشین با حداقل ۱۴۰۰ کاراکتر (یک صفحه) و حداکثر ۷ هزار کاراکتر (پنج صفحه) تایپ و ارسال کنند.  
نکته: امکان کپی\_پیست متن، داخل اپلیکیشن و سایت وجود ندارد.

#### ○ معیارهای حائز اهمیت برای امتیاز دهی این بخش:

۱. رساندن مفهوم کلی کتاب ۲. مختصر بودن ۳. روان و بی ابهام بودن متن ۴. عدم توضیحات غیرمرتبط

#### ۲. مسابقه قاب ماندگار

دانشجویان برای شرکت در این مسابقه می‌بایست ویدئوهای تولیدی خود را در یکی از موضوعات زیر تا پایان ماه مبارک رمضان از طریق پیامرسان‌های «تلگرام» یا «بله» به شماره ۰۹۰۳۱۳۳۳۸۴۹ ارسال کنند.

#### موضوعات:

۱. معنویت در خانواده (جلوه‌های معنویت و ارتباط با خداوند در خانواده)
۲. بازی و سرگرمی‌های خانوادگی (بازی‌های گروهی و آموزنده)
۳. کارآفرینی یا دست‌سازه‌های خانگی (با مولفه‌های کاربردی بودن، تناسب با فرهنگ ایرانی-اسلامی، کسب درآمد و جهش تولید، خلاقیت، اشتغالزایی)
۴. مجرد یا تاهل؟ (بیان مزایا و معایب زندگی مجردی و متاهلی)
۵. معرفی خود در صد ثانیه (ویژگی‌های مثبت و منفی، اهداف و برنامه‌ها، ارزش‌ها و الگوها و...)
۶. ملاک‌های انتخاب همسر (همسر آینده‌ام باید چه ملاک‌هایی داشته باشد)
۷. راه‌های شناخت همسر (از چه راه‌هایی می‌توانم نسبت به همسر آینده‌ام شناخت پیدا کنم)
۸. نقش مشاوره در زندگی (نقش و جایگاه مشاوره در ازدواج چیست)
۹. همدلی، حمایت و از خودگذشتگی نسبت به هم‌نوعان در شرایط کنونی کشور (شیوع کرونا)

#### ○ معیارهای حائز اهمیت برای امتیاز دهی این بخش:

۱. خلاقیت و ابتکار ۲. قابلیت اجرا و بهره‌برداری برای عموم ۳. وضوح و گویایی مفهوم ۴. کاربردی بودن ۵. کیفیت و نور مناسب

#### نکته:

- ✓ هنگام فیلمبرداری تلفن همراه باید بصورت افقی، مدت زمان کلیپ‌ها حداکثر ۱۲۰ ثانیه و حجم آن‌ها حداکثر ۱۲۰ مگابایت باشد.
- ✓ کلیپ‌های ارسالی نباید در پویش و جشنواره دیگری ارائه شده باشد.
- ✓ دانشجویان می‌بایست به همراه کلیپ‌ها کد ملی و شماره تماسشان را نیز ارسال نمایند.

### ۳. آوای کتاب (کتاب صوتی)

در این مسابقه، طی ۲۵ روز (از روز اول تا سی ام ماه مبارک رمضان به جز روزهای جمعه) پادکست‌های صوتی تهیه شده در حیطه زندگی دانشجویی از کتاب‌های (روابط متکامل زن و مرد اثر صفائی حائری، سواد رسانه اثر محمدمحمدی، تفاوت‌های جنسیتی زن و مرد اثر دکتر جان بزرگی، خودسازی اثر دکتر تهرانی و استاد عشق اثر ایرج حسابی)، از ساعات ابتدایی هر روز در اپلیکیشن بارگزاری می‌شود و دانشجویان می‌بایست پس از گوش دادن به پادکست، به دو سوال تستی استخراج شده از آن تا ساعت ۱۲ شب پاسخ دهند.

تبصره: در صورتی که دانشجویی نتوانست سوالات یک روز را در تاریخ و روز مربوطه پاسخ دهد، اگر تا آخرین روز آن هفته (جمعه) شرکت و به سوالات روزهای آن هفته پاسخ صحیح دهد، امتیاز کامل را دریافت می‌کند ولی اگر در هفته‌های آینده شرکت کرده و پاسخ صحیح دهد یک امتیاز کمتر دریافت خواهد کرد.

### ۴. آیه‌های زندگی

در این مسابقه، طی ۲۵ روز (از روز اول تا سی ام ماه مبارک رمضان به جز روزهای جمعه) از ساعات ابتدایی روز در اپلیکیشن، توضیحی از یک آیه قرآن به همراه یک سوال چهارگزینه‌ای ارائه می‌شود و دانشجویان می‌بایست تا ساعت ۱۲ همان شب، آیه‌ای را که توضیح ارائه شده به آن مربوط می‌شود، مشخص کنند.

پس از پایان روز (ساعت ۱۲ شب)، یک کلیپ تصویری شامل نشانی، شرح و ترجمه آیه مذکور توسط اساتید ستاد ازدواج دانشجویی در اپلیکیشن بارگزاری می‌شود و دانشجویان صرفاً پس از تماشای این کلیپ می‌توانند به درست یا نادرست بودن پاسخ خود پی ببرند.  
نکته: محدودیتی در زمان پاسخگویی به سوالات این مسابقه وجود ندارد.

### ۵. الفبای ما شدن

در این بخش هر هفته سه کلیپ آموزشی ۵ دقیقه‌ای (در مجموع ۶ کلیپ آموزشی) در حوزه پایه‌ریزی ازدواج موفق که توسط اساتید حوزه خانواده و روانشناسی و بصورت اختصاصی برای برنامه ماه عاشقی تولید شده است، بارگزاری می‌شود که دانشجویان می‌بایست برای کسب امتیاز این بخش هر هفته ۳ کلیپ را ملاحظه کرده و سپس به ۶ سوال تستی آن هفته پاسخ صحیح دهند.

تبصره: در صورتی که دانشجویی نتوانست سوالات این بخش را در زمان مربوطه پاسخ دهد، اگر تا آخرین روز آن هفته شرکت و به همه سوالات آن پاسخ صحیح دهد، امتیاز کامل دریافت می‌کند ولی اگر در هفته‌های آینده شرکت کرده و پاسخ صحیح دهد، یک امتیاز کمتر دریافت خواهد کرد.

#### سرفصل‌های آموزشی

عنوان	مدت زمان	استاد پیشنهادی
خود آگاهی	۱۰ دقیقه (۲ کلیپ ۵ دقیقه‌ای)	جلیل معماریانی
سبک‌های تصمیم‌گیری	۵ دقیقه	جلیل معماریانی
آمادگی‌های ازدواج	۵ دقیقه	مرتضی روحانی
ازدواج‌های پرخطر	۱۰ دقیقه (۲ کلیپ ۵ دقیقه‌ای)	مرتضی روحانی
باورهای اشتباه در ازدواج	۵ دقیقه	مهدی غلامی مقدم
جلسات خواستگاری	۱۰ دقیقه (۲ کلیپ ۵ دقیقه‌ای)	حمید صادقیان
نقش والدین در ازدواج	۵ دقیقه	حمید صادقیان
ملاک‌های انتخاب همسر	۱۰ دقیقه (۲ کلیپ ۵ دقیقه‌ای)	حمید مهرجردی

\* نحوه امتیازدهی بخش‌های مختلف ویژه برنامه

عنوان طرح	امتیاز	ملاحظات
۱ یار مهربان	۲۰	پس از تایید خلاصه‌های ارسال شده از سوی تیم داوری، امتیاز مربوطه تعلق خواهد گرفت.
۲ قاب ماندگار	۱۶	پس از تایید کلیپ‌های ارسال شده از سوی تیم داوری، بر اساس ابتکار، خلاقیت و کیفیت اثر ارسالی، امتیاز مربوطه تعلق خواهد گرفت.
۳ آوای کتاب	۵۰	این بخش در مجموع شامل ۵۰ سوال یک امتیازی است؛ هر روز ۲ سوال مطرح می‌شود که در صورتی که دانشجویان به سوالات پاسخ صحیح دهند، می‌توانند روزی ۲ امتیاز و در مجموع طی ۲۵ روز مسابقه، ۵۰ امتیاز این بخش را کسب کنند. تبصره: در صورتی که دانشجویی نتوانست سوالات یک روز را در تاریخ و روز مربوطه پاسخ دهد، اگر تا آخرین روز آن هفته (جمعه) شرکت و به سوالات روزهای آن هفته پاسخ صحیح دهد امتیاز کامل دریافت می‌کند ولی اگر در هفته‌های آینده شرکت کرده و پاسخ صحیح دهد یک امتیاز کمتر دریافت خواهد کرد.
۴ آیه‌های زندگی	۲۵	این بخش در مجموع شامل ۲۵ سوال دو امتیازی است؛ هر روز یک سوال مطرح می‌شود و در صورتی که دانشجویان به سوالات پاسخ صحیح دهند، می‌توانند روزی ۱ امتیاز و در مجموع طی ۲۵ روز مسابقه، ۵۰ امتیاز این بخش را کسب کنند..
۵ الفبای ما شدن	۲۴	در این بخش هر هفته سه کلیپ آموزشی ۵ دقیقه‌ای (در مجموع ۶ کلیپ آموزشی) در حوزه پایه‌ریزی ازدواج موفق برگزار می‌شود که دانشجویان می‌بایست برای کسب امتیاز این بخش هر هفته ۳ کلیپ را ملاحظه کرده و سپس به ۶ سوال تستی آن هفته پاسخ صحیح دهند.
مجموع امتیازات		۱۳۵

\* جدول زمان‌بندی اجرایی و اطلاع‌رسانی ویژه برنامه

برنامه	تاریخ شروع	تاریخ پایان	جزئیات
۱ اعلام خبر اجرای برنامه بصورت مکتوب و رادیویی	۹۹/۲/۳		
۲ اعلام خبر آغاز برنامه	۹۹/۲/۶		
۳ اجرای برنامه	۹۹/۲/۶	۹۹/۳/۳	ابتدا تا انتهای ماه مبارک رمضان
۴ بررسی و داوری آثار و جمع بندی امتیازات	۹۹/۳/۷	۹۹/۳/۳۰	
۵ پوشش خبری حین اجرا	۹۹/۲/۱۲	۹۹/۴/۳	
۶ اعلام برندگان	۹۹/۴/۳		همزمان با میلاد حضرت معصومه(س)

## جوایز



### ✓ جوایز همگانی

سه کارت هدیه ۱۰ میلیون ریالی برای سه نفر از بین همه دانشجویانی که در ویژه برنامه، شرکت و حداقل امتیاز را کسب کرده باشند. (همه شرکت کنندگان امکان برنده شدن دارند؛ در عین حال هر چقدر امتیاز فرد بیشتر باشد شانس برنده شدنش بیشتر خواهد بود)

### ✓ جوایز هر بخش

#### ۱. یار مهربان:

یک جایزه ۱۰,۰۰۰,۰۰۰ ریالی / سه جایزه ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریالی / سه جایزه ۲,۵۰۰,۰۰۰ ریالی

#### ۲. آوای کتاب:

یک جایزه ۱۰,۰۰۰,۰۰۰ ریالی / سه جایزه ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریالی / سه جایزه ۲,۵۰۰,۰۰۰ ریالی

#### ۳. قاب ماندگار:

یک جایزه ۱۰,۰۰۰,۰۰۰ ریالی / سه جایزه ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریالی / سه جایزه ۲,۵۰۰,۰۰۰ ریالی

#### ۴. آیه‌های زندگی:

یک جایزه ۱۰,۰۰۰,۰۰۰ ریالی / سه جایزه ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریالی / سه جایزه ۲,۵۰۰,۰۰۰ ریالی

#### ۵. الفبای ما شدن:

یک جایزه ۱۰,۰۰۰,۰۰۰ ریالی / سه جایزه ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریالی / سه جایزه ۲,۵۰۰,۰۰۰ ریالی

#### نکته:

در صورتی که هر کدام از شرکت کنندگان، در دو بخش برنده جایزه ای شود، فقط جایزه با ارزش تر تقدیم خواهد شد.