



[www.massira.jo](http://www.massira.jo)

# مهارات التعلم الإجتماعي والعاطفي مفاهيم - استراتيجيات - تطبيقات

الأستاذ الدكتور

عبدالله بن خميس أمبوسعيد

جامعة السلطان قابوس - سابقا / سلطنة عمان

الدكتورة

خالصة بنت حمد البحرينية هدى بنت مبارك الدياربة

وزارة التربية والتعليم

سلطنة عمان

الدكتورة



رقم التصنيف : 370.1

المؤلف ومن هو في حكمه : عبدالله امبوسعبيدي / خالصة البحريه / هدى الدايرية

عنوان الكتاب : مهارات التعلم الاجتماعي والعاطفي

رقم الإيداع : 2025/12/7004

الوصفات : التربية الاجتماعية / سلوك الطلاب / برامج التدريس / مهارات الاتصال / التربية التنموية / الاهداف التربوية

بيانات النشر : عمان - دار المسيرة للنشر والتوزيع

تم إعداد بيانات الفهرسة والتصنيف الأولية من قبل دائرة المكتبة الوطنية

## حقوق الطبع محفوظة للناشر

جميع حقوق الملكية الأدبية والفنية محفوظة لدار المسيرة للنشر والتوزيع عمان-الأردن  
ويحظر طبع أو تصوير أو ترجمة أو إعادة تنضيد الكتاب كاملاً أو مجزءاً أو تسجيله على أشرطة  
كاسيت أو إدخاله على الكمبيوتر أو برمجته على إسطوانات ضوئية إلا بموافقة الناشر خطياً

Copyright © All rights reserved

No part of this publication may be translated,  
reproduced, distributed in any form or by any means, or stored in a data base  
or retrieval system, without the prior written permission of the publisher

الطبعة الأولى 2026م - 1447هـ



شركة جمال أحمد حيف وإخوانه

[www.massira.jo](http://www.massira.jo)

## عنوان الدار

الأردن - عمان - العبدلي - شارع الملك حسين - عمارة السدوو رقم (185)  
هاتف : 962 6 5627049 +962 6 5627059 فاكس : 962 78 9999013 واتس اب :

E-mail: [Info@massira.jo](mailto:Info@massira.jo) - [Sales@massira.jo](mailto:Sales@massira.jo) . Website: [www.massira.jo](http://www.massira.jo)

صندوق بريد 7218 عمان - 11118 الأردن

التصميم والإخراج : دار المسيرة - قسم الانتاج

# مهارات التعلم الإجتماعي والعاطفي

## مفاهيم - استراتيجيات - تطبيقات

الأستاذ الدكتور

عبدالله بن خميس أمبوسعیدي

جامعة السلطان قابوس - سابقا / سلطنة عمان

الدكتورة

خالصة بنت حمد البحريمة هدى بنت مبارك الدايريمة

وزارة التربية والتعليم - سلطنة عمان

وزارة التربية والتعليم - سلطنة عمان



## فهرس المحتويات

5 .....	• مقوله .....
6 .....	• الاهداء .....
7 .....	• نبذة عن المؤلف .....
9 .....	• المقدمة .....

### الفصل الأول

#### الأزمات وال الحاجة إلى التعلم الاجتماعي والعاطفي

21 .....	• مقدمة .....
22 .....	• أولاً: التعريف بالأزمات في إطارها العام .....
22 .....	• مفهوم الأزمة وإدارتها .....
27 .....	• نماذج إدارة الأزمات .....
29 .....	• الأزمات التعليمية: التعريف والأسباب .....
37 .....	• أهمية التعليم في ظل الأزمات .....
39 .....	• إدارة الأزمات التعليمية .....
44 .....	• معوقات إدارة الأزمات التعليمية .....
45 .....	• الحلول الناجعة لإدارة الأزمات التعليمية .....
49 .....	• تجارب ومارسات متميزة في التعليم أثناء الأزمات .....
51 .....	• آليات التعامل مع الأزمات التعليمية .....
58 .....	• إدارة الأزمات وفريق الاستجابة المدرسية .....
60 .....	• إدارة الأزمات والمناهج الدراسية .....
62 .....	• نصائح لأجل مدرسة مستعدة مستجيبة للأزمات التعليمية .....

•	ثانياً: الأزمات التعليمية وصنع خارطة الطريق للتعلم الاجتماعي والعاطفي .. 64
64.....	الأزمة التعليمية والفقد الاجتماعي والعاطفي ..
67.....	النهاية إلى تعزيز التعلم الاجتماعي والعاطفي بعد الأزمات التعليمية ..
68.....	محفزات ما بعد الأزمات التعليمية لتعزيز التعلم الاجتماعي والعاطفي ..
77.....	مراجعة الفصل الأول ..

## الفصل الثاني

### مدخل إلى التعلم الاجتماعي والعاطفي

•	مقدمة .. 89
•	تعريف التعلم الاجتماعي والعاطفي .. 93
•	أهمية التعلم الاجتماعي والعاطفي ومبراته .. 95
•	الدين الإسلامي وتعزيز مهارات التعلم الاجتماعي والعاطفي .. 100
•	المبادرات الدولية في تعزيز التعلم الاجتماعي والعاطفي .. 104
•	أولاًً: مهارة التعاطف Empathy .. 112
•	ثانياً: مهارة إدارة الذات Self-Control .. 116
•	ثالثاً: مهارة النزاهة Integrity .. 118
•	رابعاً: مهارة التسامح وقبول التنوع Embracing Diversity .. 120
•	خامساً: مهارة المثابرة Grit .. 121
•	مبادئ التعلم الاجتماعي والعاطفي .. 127
•	معايير التعلم الاجتماعي العاطفي .. 137
•	الإطار الفلسفية للتعلم الاجتماعي والعاطفي .. 143
•	تكاملية التعلم الاجتماعي والعاطفي .. 146
•	مراجعة الفصل الثاني .. 149

## الفصل الثالث

## الممارسات التعليمية المعززة للتعلم الاجتماعي والعاطفي

159 .....	مقدمة .....	●
159 .....	التعلم الاجتماعي والعاطفي على مستوى الصدف	●
161 .....	أولاً: دمج مهارات التعلم الاجتماعي والعاطفي في المناهج الدراسية .....	
162 .....	ثانياً: النماذج والبرامج التعليمية .....	
167 .....	ثالثاً: استراتيجيات التدريس وطرائقه .....	
190 .....	رابعاً: إدارة الصدف وبيئة التعلم .....	
192 .....	خامساً: التقويم التربوي .....	
198 .....	سادساً: مجالات تضمين مهارات التعلم الاجتماعي والعاطفي في خطط تحضير الدرس اليومية .....	
205 .....	سابعاً: دور المعلم في تحقيق أهداف التعلم الاجتماعي والعاطفي .....	●
213 .....	التعلم الاجتماعي والعاطفي على مستوى المدرسة .....	●
213 .....	أولاً: البيئة المدرسية المعززة للتعلم الاجتماعي والعاطفي .....	
222 .....	ثانياً: دور القيادة المدرسية في تحقيق أهداف التعلم الاجتماعي والعاطفي ..	
227 .....	التعلم الاجتماعي والعاطفي على مستوى الأسرة .....	●
229 .....	استراتيجيات مرتبطة بنجاح تدخلات التعليم والتعلم الاجتماعي والعاطفي ..	●
231 .....	البيئات التي يمكن تطبيق التعلم الاجتماعي والعاطفي فيها .....	●
239 .....	الذكاء الاصطناعي والتعلم الاجتماعي والعاطفي .....	●
243 .....	تحديات التعلم الاجتماعي والعاطفي ومستقبله .....	●
249 .....	مراجعة الفصل الثالث .....	●

## الفصل الرابع

### تطبيقات التعلم الاجتماعي والعاطفي على مستوى الصف

259 .....	مقدمة .....	●
أولاًً: استراتيجيات صفية لتعزيز مهارات التعلم الاجتماعي والعاطفي في		
262 .....	التعليم المباشر (الحضوري) .....	
262 .....	المرحلة الأولى: مرحلة الاستكشاف .....	
264 .....	استراتيجية صور مفاهيم المهارات .....	
267 .....	استراتيجية السيناريوهات المفقودة في لعب الدور .....	
272 .....	استراتيجية ملصق المهارات .....	
275 .....	استراتيجية بطاقة أسئلة المهارات .....	
279 .....	استراتيجية مخطط السلوك العاطفي .....	
284 .....	المرحلة الثانية: مرحلة التحفيز .....	
286 .....	استراتيجية مخطط مهم أم متع؟ .....	
290 .....	استراتيجية مهاراتي في قائمة .....	
295 .....	استراتيجية المسؤوليات الأربع .....	
299 .....	استراتيجية ماذا وكيف وكيف؟ .....	
303 .....	المرحلة الثالثة: مرحلة المشاركة .....	
305 .....	استراتيجية مدقق المشاعر .....	
309 .....	استراتيجية هل أنت راضٍ؟ (تأمل أفعالك) .....	
313 .....	استراتيجية مهارة الأسبوع .....	
317 .....	استراتيجية استماراة قيّم صفك .....	
321 .....	المرحلة الرابعة: مرحلة الانفتاح .....	
323 .....	استراتيجية القيادة بالمهارة .....	

328 .....	استراتيجية قسم الشكر
331 .....	استراتيجية نحن معاً
335 .....	استراتيجية من هم في دائري الداخلية؟
339 .....	استراتيجية بطاقة خضراء-متشابه و مختلف
343 .....	المرحلة الخامسة: مرحلة الاستعداد
345 .....	استراتيجية ضيوف في منزلنا
349 .....	استراتيجية ازعج.. تصرف.. انعزل
354 .....	استراتيجية لون تحدياتك
358 .....	استراتيجية رسومات الاكتشاف
362 .....	استراتيجية العودة للد الواقع
366 .....	المرحلة السادسة: مرحلة التعاطف
368 .....	استراتيجية دوائر سرد القصص
373 .....	استراتيجية نقاط القوة والضعف
378 .....	استراتيجية من الصراع إلى التواصيل
383 .....	استراتيجية قدم اعتذاراً
389 .....	المرحلة السابعة: مرحلة المرونة
390 .....	استراتيجية قصص مصورة
396 .....	استراتيجية محفظة التحديات
401 .....	استراتيجية الجدول الزمني للفشل
405 .....	استراتيجية منه أفعال الذات
410 .....	ثانياًً: استراتيجيات صافية لتعزيز مهارات التعلم الاجتماعي والعاطفي في التعليم عن بعد
411 .....	استراتيجية المرأة الرقمية التفاعلية

استراتيجية فريق تفكير التحiz.....	413
استراتيجية رحلة في عيون الآخرين.....	415
استراتيجية محكمة المصداقية الرقمية .....	417
استراتيجية مختبر المعضلات الأخلاقية .....	419
استراتيجية متسلقو جبل الفشل .....	421
استراتيجية عدّاد التقدم الصغير.....	423
استراتيجية صندوق البريد العاطفي .....	425
• مراجع الفصل الرابع .....	427

## الفصل الخامس

### تطبيقات التعلم الاجتماعي والعاطفي على مستوى المدرسة

مقدمة.....	431
• أولاًً: استراتيجيات تعزيز مهارة التعاطف.....	435
استراتيجية متحف الحكايات العاطفية.....	435
استراتيجية شبكة الشفقة .....	437
استراتيجية بطاقات التفاعل .....	439
استراتيجية يوم بدون أحكام.....	441
استراتيجية أصوات خلف الجدران .....	442
• ثانياً: استراتيجيات تعزيز مهارة إدارة الذات.....	443
استراتيجية مخطط القوة الداخلية.....	443
استراتيجية ركن التفكير المادئ.....	445
استراتيجية مختبر الأهداف .....	446
استراتيجية مقياس المهام الصعبة.....	447
استراتيجية صندوق التغذية الراجعة.....	448

•	ثالثاً: استراتيجيات تعزيز مهارة النزاهة .....	449
	استراتيجية لجنة النزاهة المدرسية.....	449
	استراتيجية ميثاق الشرف الأكاديمي .....	451
	استراتيجية بنك الصدق.....	452
	استراتيجية حلقة فض التزاعات.....	453
	استراتيجية شجرة القيم المدرسية .....	454
•	رابعاً: استراتيجيات تعزيز مهارة قبول التنوع .....	455
	استراتيجية أسبوع التنوع الثقافي .....	455
	استراتيجية يوم التبادل الثقافي .....	457
	استراتيجية شجرة الصداقة العالمية .....	459
	استراتيجية نادي قصص من العالم .....	460
	استراتيجية جسر التواصل اللغوي .....	461
•	خامسأً: استراتيجيات تعزيز مهارة المثابرة .....	462
	استراتيجية نادي أبطال التحدي .....	462
	استراتيجية مختبر الفشل الإيجابي .....	464
	استراتيجية لوحة شرف المحاولات .....	466
	استراتيجية حكايات العودة للقوة .....	467
	استراتيجية تحدي الـ100 يوم .....	469
•	مراجع الفصل الخامس .....	470

## الفصل السادس

### تطبيقات التعلم الاجتماعي والعاطفي على مستوى الأسرة

473 .....	•	مقدمة .....
474 .....	•	إستراتيجية المعرفة: بناء المعرفة الأساسية للوالدين .....
481 .....	•	إستراتيجية التواصل: إبلاغ الوالدين عن مبادرات المدرسة. ....
494 .....	•	إستراتيجية التطوع: إيجاد فرص لتسليط الضوء على خبرات الوالدين. ....
501 .....	•	إستراتيجية الدعم: توفير الموارد لدعم ممارسة الوالدين مهارات التعلم الاجتماعي الانفعالي لدى أبنائهم داخل المنزل .....
507 .....	•	مراجعة الفصل السادس.....