



www.massira.jo

# مهارات التعلم الاجتماعي والعاطفي

مفاهيم - استراتيجيات - تطبيقات

الأستاذ الدكتور

عبدالله بن خميس أمبوسعيد

جامعة السلطان قابوس - سابقا / سلطنة عُمان

الدكتورة

هدى بنت مبارك الدائرية

وزارة التربية والتعليم - سلطنة عُمان

الدكتورة

خالصة بنت حمد البحرية

وزارة التربية والتعليم - سلطنة عُمان



رقم التصنيف : 370.1

المؤلف ومن هو في حكمه : عبدالله امبوسعيدى / خالصة البحرية / 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 للنشر

جميع حقوق الملكية الأدبية والفنية محفوظة لدار المسيرة للنشر والتوزيع عمان- الأردن  
ويحظر طبع أو تصوير أو ترجمة أو إعادة تنضيد الكتاب كاملاً أو مجزئاً أو تسجيله على اشترطة  
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



## عنوان الدار

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

E-mail: Info@massira.jo - Sales@massira.jo . Website: www.massira.jo

صندوق بريد 7218 عمان - 11118 الأردن

التصميم والاذراج : دار المسيرة - قسم الانتاج

www.massira.jo

# مهارات التعلم الاجتماعي والعاطفي

مفاهيم - استراتيجيات - تطبيقات

الأستاذ الدكتور

عبدالله بن خميس أمبوسعيد

جامعة السلطان قابوس - سابقا / سلطنة عُمان

الدكتورة

هدى بنت مبارك الدايرة

وزارة التربية والتعليم - سلطنة عُمان

الدكتورة

خالصة بنت حمد البحرية

وزارة التربية والتعليم - سلطنة عُمان



## فهرس المحتويات

- مقولة ..... 5
- الاهداء ..... 6
- نبذة عن المؤلف ..... 7
- المقدمة ..... 9

## الفصل الأول

### الأزمات والحاجة إلى التعلم الاجتماعي والعاطفي

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

- ثانياً: الأزمات التعليمية وصنع خارطة الطريق للتعلم الاجتماعي والعاطفي.. 64
- الأزمة التعليمية والفاقد الاجتماعي والعاطفي ..... 64
- الحاجة إلى تعزيز التعلم الاجتماعي والعاطفي بعد الأزمات التعليمية ..... 67
- محفزات ما بعد الأزمات التعليمية لتعزيز التعلم الاجتماعي والعاطفي ..... 68
- مراجع الفصل الأول..... 77

## الفصل الثاني

### مدخل إلى التعلم الاجتماعي والعاطفي

- مقدمة ..... 89
- تعريف التعلم الاجتماعي والعاطفي ..... 93
- أهمية التعلم الاجتماعي والعاطفي ومبرراته ..... 95
- الدين الاسلامي وتعزيز مهارات التعلم الاجتماعي والعاطفي ..... 100
- المبادرات الدولية في تعزيز التعلم الاجتماعي والعاطفي ..... 104
- أولاً: 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 والعاطفي ..... 137
- الإطار الفلسفي للتعلم الاجتماعي والعاطفي ..... 143
- تكاملية التعلم الاجتماعي والعاطفي ..... 146
- مراجع الفصل الثاني..... 149

## الفصل الثالث

### الممارسات التعليمية المعززة للتعلم الاجتماعي والعاطفي

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

## الفصل الرابع

### تطبيقات التعلم الاجتماعي والعاطفي على مستوى الصف

259	● مقدمة .....
	أولاً: 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 ممتع؟ .....
290	استراتيجية مهاراتي في قائمة .....
295	استراتيجية المسؤوليات الأربعة .....
299	استراتيجية ماذا وكيف وكيف؟ .....
303	المرحلة الثالثة: مرحلة المشاركة .....
305	استراتيجية مدقق المشاعر .....
309	استراتيجية هل أنت راضٍ؟ (تأمل أفعالك) .....
313	استراتيجية مهارة الاسبوع .....
317	استراتيجية استثمارة قيم صفك .....
321	المرحلة الرابعة: مرحلة الانفتاح .....
323	استراتيجية القيادة بالمهارة .....

- 328 ..... استراتيجية قَسَم الشكر
- 331 ..... استراتيجية نحن معاً
- 335 ..... استراتيجية من هم في دائرتي الداخلية؟
- 339 ..... استراتيجية بطاقة خضراء-متشابه ومختلف
- 343 ..... المرحلة الخامسة: مرحلة الاستعداد
- 345 ..... استراتيجية ضيوف في منزلنا
- 349 ..... استراتيجية انزعج.. تصرف.. انزل..
- 354 ..... استراتيجية لون تحدياتك
- 358 ..... استراتيجية رسومات الاكتشاف
- 362 ..... استراتيجية العودة للدوافع
- 366 ..... المرحلة السادسة: مرحلة التعاطف
- 368 ..... استراتيجية دوائر سرد القصص
- 373 ..... استراتيجية نقاط القوة والضعف
- 378 ..... استراتيجية من الصراع إلى التواصل
- 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
- ثانياً: استراتيجيات صفية لتعزيز مهارات التعلم الاجتماعي والعاطفي في
- 410 ..... التعليم عن بعد
- 411 ..... استراتيجية المرأة الرقمية التفاعلية



- 413 ..... استراتيجية فريق تفكيك التحيز
- 415 ..... استراتيجية رحلة في عيون الآخرين
- 417 ..... استراتيجية محكمة المصادقية الرقمية
- 419 ..... استراتيجية مختبر العضلات الأخلاقية
- 421 ..... استراتيجية متسلقو جبل الفشل
- 423 ..... استراتيجية عدّاد التقدم الصغير
- 425 ..... استراتيجية صندوق البريد العاطفي
- 427 ..... • مراجع الفصل الرابع

## الفصل الخامس

### تطبيقات التعلم الاجتماعي والعاطفي على مستوى المدرسة

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

- ثالثاً: استراتيجيات تعزيز مهارة النزاهة ..... 449
- استراتيجية لجنة النزاهة المدرسية ..... 449
- استراتيجية ميثاق الشرف الأكاديمي ..... 451
- استراتيجية بنك الصدق ..... 452
- استراتيجية حلقة فض النزاعات ..... 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
- خامساً: 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 الـ 100 يوم ..... 469
- مراجع الفصل الخامس ..... 470

## الفصل السادس

### تطبيقات التعلم الاجتماعي والعاطفي على مستوى الأسرة

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