



www.massira.jo

مهارات التعلم الاجتماعي والعاطفي

مفاهيم - استراتيجيات - تطبيقات

الأستاذ الدكتور

عبدالله بن خميس أمبوسعيدى

جامعة السلطان قابوس - سابقا / سلطنة عُمان

الدكتورة

هدى بنت مبارك الدايرية

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 امبوسعيدي / 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 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 مجزئاً أو تسجيله على اشترطة
كاسيت او 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 والاضراج : دار المسيرة - قسم الانتاج

www.massira.jo

مهارات التعلم الاجتماعي والعاطفي

مفاهيم - استراتيجيات - تطبيقات

الأستاذ الدكتور

عبدالله بن خميس أمبوسعيدي

جامعة السلطان قابوس - سابقا / سلطنة عُمان

الدكتورة

هدى بنت مبارك الدايرية

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 وإدارتها 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
- 64..... الأزمة التعليمية والفاقد الاجتماعي والعاطفي
- 67..... الحاجة إلى تعزيز التعلم الاجتماعي والعاطفي بعد الأزمات التعليمية
- 68..... محفزات ما بعد الأزمات التعليمية لتعزيز التعلم الاجتماعي والعاطفي
- 77..... مراجع الفصل الأول

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 والعاطفي100
- المبادرات الدولية في تعزيز التعلم الاجتماعي والعاطفي104
- أولاً: مهارة التعاطف Empathy112
- ثانياً: مهارة إدارة الذات Self-Control116
- ثالثاً: مهارة النزاهة Integrity.....118
- رابعاً: مهارة التسامح وقبول التنوع Embracing Diversity120
- خامساً: مهارة المثابرة Grit121
- مبادئ التعلم الاجتماعي والعاطفي127
- معايير التعلم الاجتماعي والعاطفي137
- الإطار الفلسفي للتعلم الاجتماعي والعاطفي143
- تكاملية التعلم الاجتماعي والعاطفي146
- 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

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

- 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.. انزعزل..
- 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 منبه أفعال الذات
- ثانياً: استراتيجيات صافية 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 الـ100 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