|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **نموذج**  **مخطط مادة دراسية** | **رقم النموذج** | EXC-01-02-02B |
| **رقم وتاريخ الإصدار** | 2/3/24/2022/2963  05/12/2022 |
| **رقم وتاريخ المراجعة أو التعديل** |  |
| **رقم قرار اعتماد مجلس العمداء** | 2/3/24/2023 |
| **تاريخ قرار اعتماد مجلس العمداء** | 23/01/2023 |
| **عدد الصفحات** | 06 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| مهارات الحياة | اسم المادة | **.1** |
| 0805217 | رقم المادة | **.2** |
| 3 | الساعات المعتمدة (نظرية، عملية) | **.3** |
| 3 | الساعات الفعلية (نظرية، عملية) |
| لا يوجد | المتطلّبات السابقة/ المتطلبات المتزامنة | **.4** |
| الإرشاد والصحة النفسية | اسم البرنامج | **.5** |
| 05 | رقم البرنامج | **.6** |
| العلوم التربوية | الكلية/ المركز | **.7** |
| الإرشاد والتربية الخاصة | القسم الأكاديمي | **.8** |
| الثانية | مستوى المادة | **.9** |
| 2024/2025 الاول | العام الجامعي/ الفصل الدراسي | **.10** |
| البكالوريوس | الدرجة العلمية للبرنامج | **.11** |
| - | الأقسام الأخرى المشتركة في تعليم المادة | **.12** |
| العربية | لغة التعلّم | **.13** |
| ☐وجاهي ☒ مدمج ☐ إلكتروني | نوع التعلّم | **.14** |
| ☒Moodle ☐Microsoft Teams ☐Skype ☐Zoom  ☐Others………… | المنصة الإلكترونية | **.15** |
| 12/2/2024 | تاريخ استحداث مخطط المادة الدراسية | 16. |
| 5/10/2024 | تاريخ مراجعة مخطط المادة الدراسية | **.17** |

.18 منسّق المادة

|  |
| --- |
| د. محمد الخوالدة، رقم المكتب (ط1، 119)، الساعات المكتبية (ح.ن.ث.ر.خ 11.30-1.30)، رقم الهاتف،  البريدالإلكتروني (m\_alkhawaldeh@ju.edu.jo) |

19. مدرسو المادة

|  |
| --- |
| د. محمد الخوالدة، رقم المكتب (ط1، 119)، الساعات المكتبية ( ح.ن.ث.ر.خ 11.30-1.30)، رقم الهاتف،  البريدالإلكتروني(m\_alkhawaldeh@ju.edu.jo). |

.20وصف المادة

|  |
| --- |
| تتناول هذه المادة التعريف بالأدوار التي يلعبها الفرد في حياته من حيث أنواعها، وتداخلها، وتأثيرها المتبادل على بعضها البعض، ومهارات التعلم المستمر، واتخاذ القرار، وتنظيم الوقت، والتواصل البينشخصي: كشف الذات، بناء الثقة، التعبير اللفظي وغير اللفظي عن الانفعالات، الاستماع الفعال. العمل الجماعي أو التعاوني، حل الصراعات البينشخصية، ضبط الذات وإدارة التوتر، الحديث الذاتي الإيجابي، التفكير الاستراتيجي، والمواطنة المسؤولة، والقابلية للعمل. |

**21. نتاجات التعلم للبرنامج:**

1. يبدي فهماً عميقاً بالمبادئ والمفاهيم والنظريات الأساسية في مجال الإرشاد والصحة النفسية والمهارات الإرشادية المتعلقة بها.
2. يوظف بكفاءة الأساليب العلاجية ومهارات الإرشاد المختلفة في العملية الإرشادية التربوية.
3. يُبدي التزاماً بالتنمية المهنية والتعلم المستمر ويطور مهاراته وقدراته المهنية ويوظفها في عملية التوجيه والإرشاد المهني.
4. يحلل ويشخص المشكلات الأسرية والزواجية ويوظف بفاعلية مهارات الإرشاد الأسري في تقديم حلول ناجعة لها.
5. يتحلّى بالدبلوماسية واللباقة والانضباط والقدرة على العمل التعاوني ويتواصل مع الآخرين بفاعلية كتابياً ولفظياً.
6. يستخدم تكنولوجيا المعلومات والاتصالات للوصول إلى قواعد البيانات والمعلومات العالمية في مجال تخصصه لتطوير معارفه ومهاراته وفي توليد معارف جديدة.
7. يتحمل المسؤولية المترتبة عليه كمختص في الإرشاد والصحة النفسية ويمارس عمله ضمن المنظومة القيمية للمجتمع والأخلاقيات العامة له.
8. يستخدم مناهج البحث العلمي ومهارات التفكير العليا والتفكير الناقد والإبداع في تحليل واستقصاء القضايا المتصلة بالإرشاد والصحة النفسية.

**22**. **نتاجات التعلم للمادة:** يتوقع من الطالب عند إنهاء المادة أن يكون قادراً على أن يحقق نتاجات التعلم الآتية:

1. يصف المفاهيم والمصطلحات الأساسية في مجال مهارات الحياة.
2. يصنف انواع وأشكال مهارات الحياة المتنوعة.
3. يطبق كل مهارة من مهارات الحياة المتنوعة في مواقف واقعية.
4. يقييم النتائج الإيجابية لممارسة كل مهارة من مهارات الحياة.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| نتاجات التعلم للمادة | مستويات التعلّم المراد تحقيقها | | | | | |
| الاسترجاع | الفهم والاستيعاب | التطبيق | تحليل | تقييم | بناء |
| يصف المفاهيم والمصطلحات الأساسية في مجال مهارات الحياة. | **×** | **×** |  |  |  |  |
| يصنف انواع وأشكال مهارات الحياة المتنوعة. |  |  |  | **×** |  |  |
| يطبق كل مهارة من مهارات الحياة المتنوعة في مواقف واقعية. |  |  | **×** |  |  | **×** |
| يقييم النتائج الإيجابية لممارسة كل مهارة من مهارات الحياة. |  |  |  |  | **×** |  |

**23. مصفوفة ربط نتاجات التعلم المستهدفة للمادة بنتاجات التعلّم المستهدفة للبرنامج**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| نتاجات تعلّم البرنامج    نتاجات تعلّم المادة | النتاج (1) | النتاج (2) | النتاج (3) | النتاج (4) | النتاج (5) | النتاج (6) | النتاج (7) | النتاج (8) |
| النتاج (1) | **×** |  |  |  |  |  |  |  |
| النتاج (2) |  |  | **×** |  |  |  |  |  |
| النتاج (3) |  |  | **×** |  |  |  |  |  |
| النتاج (4) |  | **×** |  |  |  |  |  |  |

**24.** محتوى المادة الدراسية والجدول الزمني لها

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| الأسبوع | المحاضرة | الموضوع | نتاج التعلّم المرتبط بالموضوع | نوع التعلّم (وجاهي، مدمج، إلكتروني كامل عن بعد) | منصة التعلّم | متزامن/غير متزامن | أساليب التقييم | المصادر/  المراجع |
|  | 1.1 | مهارات الحياة: المفهوم، الأهداف، الاهمية، التصنيفات والانواع، العوامل المؤثرة. | 1، 2 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | سليمان (2012)  المهارات الحياتية: ضرورة حتمية في عصر المعلومات (رؤية سيكوتربوية). |
| 1.2 | مهارات الحياة: المفهوم، الأهداف، الاهمية، التصنيفات والانواع، العوامل المؤثرة. | 1، 2 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | سليمان (2012)  المهارات الحياتية: ضرورة حتمية في عصر المعلومات (رؤية سيكوتربوية). |
| 1.3 | مهارات الحياة: المفهوم، الأهداف، الاهمية، التصنيفات والانواع، العوامل المؤثرة. | 1، 2 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | سليمان (2012)  المهارات الحياتية: ضرورة حتمية في عصر المعلومات (رؤية سيكوتربوية). |
|  | 2.1 | مهارات الحياة: المفهوم، الأهداف، الاهمية، التصنيفات والانواع، العوامل المؤثرة. | 1، 2 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | سليمان (2012)  المهارات الحياتية: ضرورة حتمية في عصر المعلومات (رؤية سيكوتربوية). |
| 2.2 | مهارات الحياة: المفهوم، الأهداف، الاهمية، التصنيفات والانواع، العوامل المؤثرة. | 1، 2 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | سليمان (2012)  المهارات الحياتية: ضرورة حتمية في عصر المعلومات (رؤية سيكوتربوية). |
| 2.3 | مهارات الحياة: المفهوم، الأهداف، الاهمية، التصنيفات والانواع، العوامل المؤثرة. | 1، 2 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | سليمان (2012)  المهارات الحياتية: ضرورة حتمية في عصر المعلومات (رؤية سيكوتربوية). |
|  | 3.1 | مهارة الوعي الذاتي: من أنا؟. مهارة تحديد الأهداف: الأهداف والرؤيا والرسالة. | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 3.2 | مهارة الوعي الذاتي: من أنا؟. مهارة تحديد الأهداف: الأهداف والرؤيا والرسالة. | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 3.3 | مهارة الوعي الذاتي: من أنا؟. مهارة تحديد الأهداف: الأهداف والرؤيا والرسالة. | 3، 4 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
|  | 4.1 | مهارة الوعي الذاتي: من أنا؟. مهارة تحديد الأهداف: الأهداف والرؤيا والرسالة. | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | عبيدات وآخرون (2012) مهارات الحياة الجامعية: |
| 4.2 | مهارة الوعي الذاتي: من أنا؟. مهارة تحديد الأهداف: الأهداف والرؤيا والرسالة. | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | عبيدات وآخرون (2012) مهارات الحياة الجامعية: |
| 4.3 | مهارة الوعي الذاتي: من أنا؟. مهارة تحديد الأهداف: الأهداف والرؤيا والرسالة. | 3، 4 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | عبيدات وآخرون (2012) مهارات الحياة الجامعية: |
|  | 5.1 | مهارة التواصل الفعال: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 5.2 | مهارة التواصل الفعال: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 5.3 | مهارة التواصل الفعال: | 3، 4 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
|  | 6.1 | مهارة التواصل الفعال: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 6.2 | مهارة التواصل الفعال: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 6.3 | مهارة التواصل الفعال: | 3، 4 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
|  | 7.1 | مهارة التواصل الفعال: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 7.2 | مهارة التواصل الفعال: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 7.3 | مهارة التواصل الفعال: | 3، 4 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
|  | 8.1 | مهارة بناء العلاقات مع الآخرين | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | عبيدات وآخرون (2012) مهارات الحياة الجامعية: |
| 8.2 | مهارة بناء العلاقات مع الآخرين | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | عبيدات وآخرون (2012) مهارات الحياة الجامعية: |
| 8.3 | مهارة بناء العلاقات مع الآخرين | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | امتحان منتصف الفصل | عبيدات وآخرون (2012) مهارات الحياة الجامعية: |
|  | 9.1 | مهارة بناء العلاقات مع الآخرين | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | عبيدات وآخرون (2012) مهارات الحياة الجامعية: |
| 9.2 | مهارة بناء العلاقات مع الآخرين | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | عبيدات وآخرون (2012) مهارات الحياة الجامعية: |
| 9.3 | مهارة بناء العلاقات مع الآخرين | 3، 4 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | عبيدات وآخرون (2012) مهارات الحياة الجامعية: |
|  | 10.1 | مهارة بناء العلاقات مع الآخرين | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | عبيدات وآخرون (2012) مهارات الحياة الجامعية: |
| 10.2 | مهارة بناء العلاقات مع الآخرين | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | عبيدات وآخرون (2012) مهارات الحياة الجامعية: |
| 10.3 | مهارة بناء العلاقات مع الآخرين | 3، 4 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | عبيدات وآخرون (2012) مهارات الحياة الجامعية: |
|  | 11.1 | مهارة توكيد الذات: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 11.2 | مهارة توكيد الذات: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 11.3 | مهارة توكيد الذات: | 3، 4 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
|  | 12.1 | مهارة توكيد الذات: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 12.2 | مهارة توكيد الذات: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 12.3 | مهارة توكيد الذات: | 3، 4 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
|  | 13.1 | مهارة توكيد الذات: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 13.2 | مهارة توكيد الذات: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 13.3 | مهارة توكيد الذات: | 3، 4 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
|  | 14.1 | مهارة ادارة الصراعات: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 14.2 | مهارة ادارة الصراعات: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 14.3 | مهارة ادارة الصراعات: | 3، 4 | مدمج | Moodle | غير متزامن | مهمة تعليمية | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
|  | 15.1 | مهارة ادارة الصراعات: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 15.2 | مهارة ادارة الصراعات: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | المشاركة والتفاعل | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |
| 15.3 | مهارة ادارة الصراعات: | 3، 4 | مدمج | وجاهي |  | الامتحان النهائي | الزعبي وآخرون (2020)  فنيات التواصل البينشخصي |

**25. أساليب التقييم**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| أسلوب التقييم | العلامة | الموضوع | نتاجات التعلم للمادة المرتبطة بالتقييم | الاسبوع | المنصة |
| مهمة تعليمية 1 | 4 | 1، 2 | 1،2 | 2 | Moodle |
| مهمة تعليمية 2 | 6 | 3، 4 | 3، 4 | 4 | Moodle |
| مهمة تعليمية 3 | 5 | 5، 6، 7 | 3، 4 | 7 | Moodle |
| مهمة تعليمية 4 | 5 | 8، 9، 10 | 3، 4 | 10 | Moodle |
| مهمة تعليمية 5 | 5 | 11، 12، 13 | 3، 4 | 13 | Moodle |
| مهمة تعليمية 6 | 5 | 14، 15 | 3، 4 | 14 | Moodle |
| امتحان منتصف الفصل | 30 | 1-7 | 1-3، 6 | 8 | وجاهي |
| الامتحان النهائي | 40 | 1-15 | 1-6 | 15 | وجاهي |

**26. مستلزمات المادة**

|  |
| --- |
| على الطالب أن يمتلك جهاز حاسوب موصول بالأنترنت، حساب على المنصة الإلكترونية المستخدمة ((Moodle. |

**27. السياسات المتبعة بالمادة**

|  |
| --- |
| **أ- سياسة الحضور والغياب: تطبق تعليمات الجامعة الأردنية النافذة في هذا الشأن.**  **ب- الغياب عن الامتحانات وتسليم الواجبات في الوقت المحدد: تطبق تعليمات الجامعة الأردنية النافذة في هذا الشأن.**  **ج- إجراءات السلامة والصحة: تطبق تعليمات الجامعة الأردنية النافذة في هذا الشأن.**  **د- الغش والخروج عن النظام الصفي: تطبق تعليمات الجامعة الأردنية النافذة في هذا الشأن.**  **ه- إعطاء الدرجات: تطبق تعليمات الجامعة الأردنية النافذة في هذا الشأن.**  **و- الخدمات المتوفرة بالجامعة والتي تسهم في دراسة المادة: تطبق تعليمات الجامعة الأردنية النافذة في هذا الشأن.** |

**28. المراجع**

|  |
| --- |
| أ- الكتب المطلوبة، والقراءات والمواد السمعية والبصرية المخصصة:  عبيدات، ذوقان ابو السميد، سهيلة (2012) **مهارات الحياة الجامعية: الاتصال- التعليم- التفكير- البحث.** دار الفكر: عمان.  الزعبي، مروان وابوحميدان، يوسف وبني يونس، محمد (2020) **فنيات التواصل البينشخصي**، دار وائل للنشر والتوزيع: عمان.  ب- الكتب الموصى بها، وغيرها من المواد التعليمية الورقية والإلكترونية.  سليمان، عبد الواحد يوسف. (2012) **المهارات الحياتية: ضرورة حتمية في عصر المعلومات (رؤية سيكوتربوية).** إبتراك للطباعة والنشر والتوزيع: القاهرة.  قطناني، محمد حسين.(2010) **تطوير المهارات الحياتية: دورات تدريبية**. دار جرير للنشر والتوزيع: عمان.  Alberti, R & Emmons, M. (2005) **Your Perfect Right: Assertiveness & Equality In your Life and Relationships**. ( 3rd.ed). Impact publishers. Inc. Atascadero, CA.  Berman, p. ( 2005) **Interviewing and Diagnostic Exercises for clinical and counseling skills building.** Lawrence Eribaum Associates.  Chaffee, J. (1995) **Thinking Critically**. ( 2nd.ed) Mayfield publishing company. Mountain view. CA.  Goleman, D. (1998) **working with Emotional Intelligence**. Bantom Books.  Grasha, A. (1995) **Practical Applications of Psychology.** (5th.ed) Little, Brown. Boston MA.  Johnson, D. (1998) **Reaching out: Interpersonal Effectiveness**. (3rd.ed) prentice- Hall, Inc. Englewood Cliffs. New Jersey.  Johnson, S. (2004) **Therapist’s Guide to clinical Intervention, The 1-2-3’2 of treatment planning**. (2nd.ed) AP, Academic Press.  Schafer, w. (1996) **Stress Management for wellness**. ( 3rd.ed) Holt, Rinehart & Winston, Inc. Newyourk, NY. |

**29. معلومات إضافية**

|  |
| --- |
| سيتم رفع المواد التعليمية والمهمات التعليمية والانشطة على منصة التعلم الالكتروني (الموودل) كل اسبوع حسب محتوى المادة والجدول الزمني أعلاه. |

**مدرس أو منسق المادة: د. محمد الخوالدة التوقيع ------------------------ التاريخ: 5/10/2024**

**مقرر لجنة الخطة/ القسم: -------------------------------- التوقيع ------------------------ التاريخ: -----------------**

**رئيس القسم: -------------------------------------------- التوقيع ------------------------ التاريخ: -----------------**

**مقرر لجنة الخطة/ الكلية: --------------------------------- التوقيع ------------------------ التاريخ: -----------------**

**العميد/ المدير: ------------------------------------------- التوقيع ------------------------ التاريخ: -----------------**