



وسائل التواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي:

دراسة علمية لتقييم تأثير المدة الزمنية اليومية لاستخدامها على النتائج الدراسية لدى

طلاب السلك الثانوي بالمغرب

د. العلامي عبد الرزاق

دكتور في علم البيئة والسلوك، كلية العلوم السملالية، جامعة القاضي عياض، مراكش، ومتصرف التربية الوطنية

ذ. عبد الكريم هلالتي مفتش تربوي

وباحث دكتوراه في جامعة السلطان مولاي سليمان، بني ملال

الحدجاوي جواد مختص اجتماعي

الزوين محمد مختص تربوي

الأكاديمية الجهوية للتربية والتكوين بني ملال-خنيفرة

المغرب

الملخص:

يعد تعليم الأبناء أولوية قصوى وهاجسا كبيرا للآباء والأمهات في جميع أنحاء العالم، فهو المفتاح الأساسي لتطوير مستقبلهم الفكري والاجتماعي والمهني. فخلال العقدين الماضيين وبالموازاة مع انتشار وسائل التواصل الاجتماعي أصبح تدرس الأبناء وقد تم على تحصيل النتائج المرجوة من طرف الآباء مشكلة كبيرة في أوساط العائلات وتحديا مجتمعيًا ذات أولوية قصوى. إذ أصبح ضعف التحصيل الدراسي أو حتى الفشل الدراسي أحيانا من المشكلات التي تؤرق العائلات والمجتمع. تهدف هذه الدراسة إلى تحديد تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على النتائج الدراسية لطلاب السلك الثانوي بالمغرب. استهدفت الدراسة طلاب يدرسون بسلك الثانوي التأهيلي بجهة بني ملال خنيفرة. وجمعت المعطيات بواسطة استبيان باستخدام Google Forms في مارس وأبريل من سنة 2025. لتحليل المعطيات تم استعمال اختبار كروسكال واليس Kruskal-Wallis test بواسطة النظام الإحصائي SPSS. أكدت نتائج التحليل الإحصائي بأن المدة الزمنية اليومية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي تختلف وبشكل ذا دلالة إحصائية حسب المعدل الدوري للطلاب. إذ أن الطلاب المتفوقين يستخدمونها بشكل أقل من الطلاب المتعثرين وذوي النتائج المتوسطة. كما بينت النتائج بأن الطلاب المهتمين بالرسوب في الموسم الدراسي أعلى لدى المستخدمين لوسائل التواصل الاجتماعي لأكثر من أربع ساعات يوميا وبأن نسبة الطلاب الذين سينجحون بجميع الميزات (متوسط أو مستحسن أو حسن أو حسن جدا) أعلى لدى المستخدمين لوسائل التواصل الاجتماعي لأقل من ساعتين في اليوم. خلصت الدراسة إلى أن المدة الزمنية التي يقضيها الطفل والمراهق في تصفح مواقع التواصل الاجتماعي في اليوم يمكن أن تؤثر بشكل كبير على تحصيله الدراسي، إذ أنه كلما ارتفعت هذه المدة كلما ازدادت مخاطر تراجع المعدلات والعلامات المحصل عليها. لذا يتوجب وضع حدود آمنة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي من طرف الأبناء وخاصة في تحديد المدة الزمنية القصوى لاستخدامها وتفعيل دور الرقابة الأسرية بشكل إيجابي عليهم.

الكلمات المفتاحية: وسائل التواصل الاجتماعي، التحصيل الدراسي، الفشل الدراسي، الإدمان الإلكتروني.



مقدمة

يعد تعليم الأبناء أولوية قصوى وهاجسا كبيرا للآباء والأمهات في جميع أنحاء العالم، فهو المفتاح الأساسي لتطوير مستقبلهم الفكري والاجتماعي والمهني (Barone and Kalke, 2023). إدراكا لأهمية الأبناء، يستثمر الآباء مجمل وقتهم وجهودهم ومواردهم من أجل توفير تعليم وتكوين عالي الجودة لأبنائهم قصد اكتساب الكفايات والمهارات اللازمة لمواجهة تحديات الحياة والمساهمة بشكل إيجابي في المجتمع. وتتداخل مجموعة من العوامل المعقدة التي تحول دون حصول الأبناء على النتائج الدراسية المرجوة من طرف عائلاتهم. فقد أكدت دراسات علمية أن العوامل الاجتماعية والاقتصادية لها تأثير مباشر على تدرّس الأبناء، إذ أن أبناء الفئات الفقيرة لديهم إمكانية أقل للوصول إلى تعليم ذو جودة عالية (Taylor and Yu, 2009)، كما أن غياب دعم الأسرة بسبب الانشغالات الاقتصادية يضر بتدرّس أبنائهم. وهناك عوامل تربوية عديدة تؤثر كذلك بشكل كبير على التحصيل الدراسي كالطرق البيداغوجية والتعليمية غير المناسبة وغياب التكوين المستمر للمدرسين. ومنذ وقت طويل أكدت الدراسات العلمية أنه يمكن للمحيط المدرسي والعوامل الثقافية واللغوية والذاتية وخاصة فقدان الرغبة في النجاح وغياب الحافز الذاتي في التقدم أن يعيق تعليم الأبناء (Zimmerman et al., 1992). ومع بداية الأنترنت وظهور وسائل التواصل الاجتماعي أصبحت التكنولوجيات الحديثة عاملا مهما يؤثر بشكل كبير على تدرّس الطلاب.

ظهر الإنترنت والتواصل الرقمي بالمغرب أواخر تسعينات القرن الماضي. وبدأ تاريخ مواقع التواصل الاجتماعي مع بداية القرن الحالي، حيث ظهرت منصات فيسبوك، وتويتر وواتساب وإنستغرام ويوتيوب وتيك توك ولينكد وسناب شات وتلغرام وغيرها، والتي اكتسبت شعبية بشكل سريع. انطلقت منصة فيسبوك سنة 2004 ودخلت إلى المغرب في 2006-2007 وانتشرت بشكل سريع جدا بعد سنة 2010 مع زيادة استخدام الإنترنت وانتشار الهواتف الذكية. ليتجاوز عدد المستخدمين لهذه المنصة 14 مليونا بحلول سنة 2015. ظهر يوتيوب في المغرب منذ 2008 لكنه لم ينتشر بشكل واسع إلا بحلول سنة 2015. أما تويتر فقد دخل إلى المغرب منذ سنة 2009 وانتشر بشكل واسع بعد سنة 2014. بدأ إنستغرام بالمغرب سنة 2012 وبلغ ذروة انتشاره في فترة 2016-2018. أما منصة تيك توك التي بدأت سنة 2018 فقد اجتاحت بسرعة كبيرة أوساط الشباب والمراهقين وبصفة خاصة خلال جائحة كوفيد 19. وانتشر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل كبير جدا ليصل عدد المغاربة اليوم الذين يستخدمون منصات التواصل الاجتماعي حوالي 21.3 مليون مغربي ليحتل المرتبة 35 عالميا متفوقا بذلك على دول متقدمة كاستراليا وهولندا وبلجيكا (Alouma24, 2024).

في إطار زخم انتشار وسائل التواصل الاجتماعي بالمغرب لم تسلم المدرسة والجامعة من تأثيرها الكبير. فخلال العقدين الماضيين وبالموازاة مع انتشار وسائل التواصل الاجتماعي بالمغرب أصبح تدرّس الأبناء وقدرتهم على تحصيل النتائج المرجوة من طرف الآباء والأمهات مشكلة كبيرة في أوساط كل العائلات المغربية. وأصبح ضعف التحصيل الدراسي أو الفشل الدراسي من المشكلات التي تفرق العائلات والمجتمع. وتؤكد جل التقارير والدراسات إلى أن الهدر المدرسي قد أضحى ظاهرة تعليمية كبيرة في المجتمع المغربي. حيث يتجاوز عدد المتعلمين الذين يتركون المدرسة سنوياً في المراحل الابتدائية والإعدادية والثانوية 331 ألف طالب وطالبة (Raji, 2022). في هذا الإطار قمنا بهذه الدراسة بغية تأكيد الفرضية التي مفادها أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يؤثر على التحصيل الدراسي. لذا قمنا بمقارنة المدة الزمنية اليومية التي يقضيها الطلاب في تصفح وسائل التواصل الاجتماعي حسب النتائج الدراسية المحصل عليها. ونفترض بأن نتائج التحليل الإحصائي ستؤكد أن التلاميذ المتفوقين سيقضون مدة زمنية خلال اليوم أقل من التلاميذ ذوي التحصيل الدراسي الضعيف والذين يفترض أنهم يضيعون الكثير من وقتهم في هذه المواقع. وهذا من شأنه أن يبين وبطريقة علمية أن الإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي قد أصبح من بين أهم الأسباب التي تعيق تعلم الأبناء. كما سيسمح لنا بتقديم توصيات تم طرق الاستفادة من مواقع التواصل الاجتماعي وخاصة في تعلم اللغات والتواصل المستمر مع المدرسين واكتشاف طرق بيداغوجية جديدة وغيرها مع الحد من آثارها السلبية وتجنب الإدمان عليها.

منهجية الدراسة وجمع المعطيات



استهدفت الدراسة طلاب يدرسون بمستوى الثانية باكالوريا والأولى باكالوريا والجذع مشترك بسلك الثانوي التأهيلي بمؤسسة عمومية بجهة بني ملال خنيفرة والتي تقع وسط المملكة المغربية. تم جمع المعطيات خلال فترة مارس وأبريل 2025 بواسطة استبيان موجه لتلاميذ من شعب ومسالك مختلفة: الجذع مشترك والأولى باك والثانية باك علوم رياضية والثانية باك علوم الفيزياء والكيمياء والثانية باك علوم الحياة والأرض والثانية باك اقتصاد وتدير والثانية باك آداب والثانية باك علوم إنسانية. جُمعت المعطيات بواسطة استبيان باستخدام نموذج Google Forms. تم اختيار المشاركين في الاستطلاع بشكل عشوائي. ودعي المشاركون بواسطة رمز "الاستجابة السريعة" (QR) يتضمن الرابط المباشر للولوج للاستبيان في موقع Google Forms.

هذا الاستبيان الذي يتضمن 17 سؤالاً يهدف إلى تقييم تأثير مجموعة من العوامل على التحصيل الدراسي للطلاب. في هذا المقال سنتناول فقط الأسئلة المتعلقة بعلاقة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي مع النتائج الدراسية. هذه الأسئلة تجيب على السؤالين الأساسيين وهما: 1. هل الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي مرتبط بضعف في التحصيل الدراسي؟ 2. هل التلاميذ المتفوقين دراسياً لا يضيعون الكثير من الوقت في تصفح مواقع التواصل الاجتماعي؟ وقد شارك في الاستبيان 252 طالب. يبين الجدول 1 نسبة الذكور والإناث المشاركين حسب المستوى الدراسي. وتم اختيار معدل الدورة الأولى من أجل التمكن من مقارنة موضوعية للتحصيل الأكاديمي للتلاميذ ولتقييم مدى تفوقهم أو فشلهم في الدراسة بالسلك الثانوي. بعد دراسة 252 استبيان، تم استبعاد 24 استبيان من الدراسة لأسباب عدة، خاصة بسبب عدم ملئ خانة معدل الدورة الأولى وتم الاحتفاظ بـ 228 استبيان لتحليلها إحصائياً، منها 119 أنثى و109 ذكر. لتحليل المعطيات تم استعمال اختبار كروسكال واليس Kruskal-Wallis test بواسطة النظام الإحصائي SPSS على موقع <https://stats.blue/index.html>. وتحذر الإشارة إلى أنه قد تم التواصل مع الطلاب المشاركين في الاستبيان وشرح أهمية الدراسة، لذا فقد طلب منهم السهر على ملء الاستبيان بموضوعية وجدية. كما تم السهر على سرية المعلومات والمعطيات الخاصة بكل مشارك. وقد أبدى الطلاب رغبة كبيرة في المشاركة قصد تحديد دور وسائل التواصل الاجتماعي في التحصيل الأكاديمي. وتم أيضاً توعيتهم بضرورة الاستفادة من هذه المنصات بشكل إيجابي لما لها طبعاً من إيجابيات في دراستهم دون الوقوع في دوامة استخدامها بشكل مفرط أو حتى أن يصبحوا مدمنين عليها. وتم حث الطلاب على أهمية تنظيم الوقت والمثابرة والاجتهاد والصبر من أجل تحقيق نتائج دراسية مرضية. كما تم إخبارهم جميعاً بأن الاستبيان غير ملزم وبأن لهم الاختيار في المشاركة أو لا.

الجدول 1: توزيع المستجوبين حسب الجنس والمستوى الدراسي والشعبة والمسلك.

العدد	% النسبة المئوية	
الجنس		
112	44.4	ذكر
140	55.6	أنثى
252	100	المجموع
المستوى الدراسي		
10	4	الثانية باك علوم الرياضية
48	19	الثانية باك علوم فيزيائية وكيمياء - الثانية باك علوم الحياة والأرض

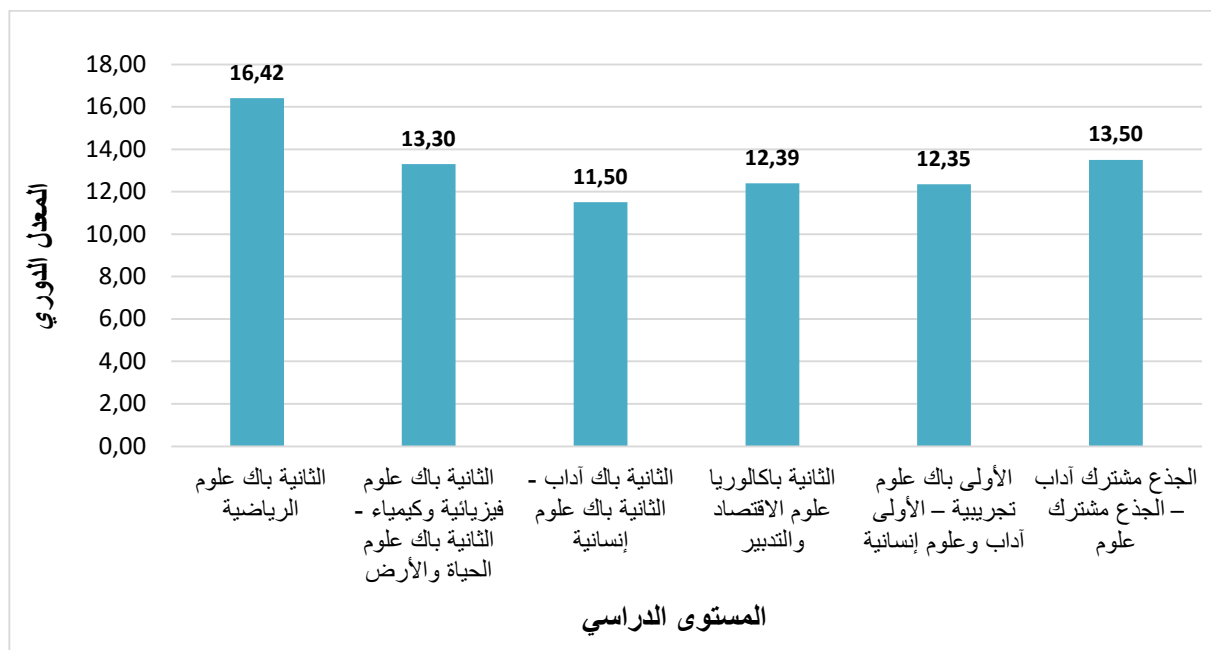


10.70	27	الثانية باك لوريا علوم الاقتصاد والتدبير
8.7	22	الثانية باك آداب - الثانية باك علوم إنسانية
40.5	102	الأولى باك علوم تجريبية - الأولى آداب وعلوم إنسانية
17.1	43	الجدع مشترك آداب - الجذع مشترك علوم

النتائج

1. تحليل النتائج الدراسية للمشاركين في الاستبيان

بينت نتائج التحليل الإحصائي بأنه وبصفة عامة لا يوجد فرق ذا دلالة إحصائية في المعدل المحصل عليه من طرف الطلاب بين مختلف الشعب والمسالك (Kruskal-Wallis test, $df=5$, $n=228$, $H= 1.8833$, $p=0.865$, $p > 0.05$). وتبين الوثيقة 1 المعدلات الدورية للطلاب المشاركين في الاستبيان حسب الشعب والمسالك. المعدل العام لطلاب الثانية باك علوم الرياضية المشاركين في الاستبيان (16,41) أعلى من باقي المعدلات المحصل عليها في الشعب الأخرى، إذ بلغ معدل طلاب الثانية باك علوم فيزيائية وكيمياء والثانية باك علوم الحياة والأرض 13.30 ومعدل الجذع مشترك 13.50 ومعدل الثانية باك لوريا علوم الاقتصاد والتدبير 12.39 ومعدل الأولى باك 12.34 ومعدل الثانية باك آداب والثانية باك علوم إنسانية 11.50 (الوثيقة 1).



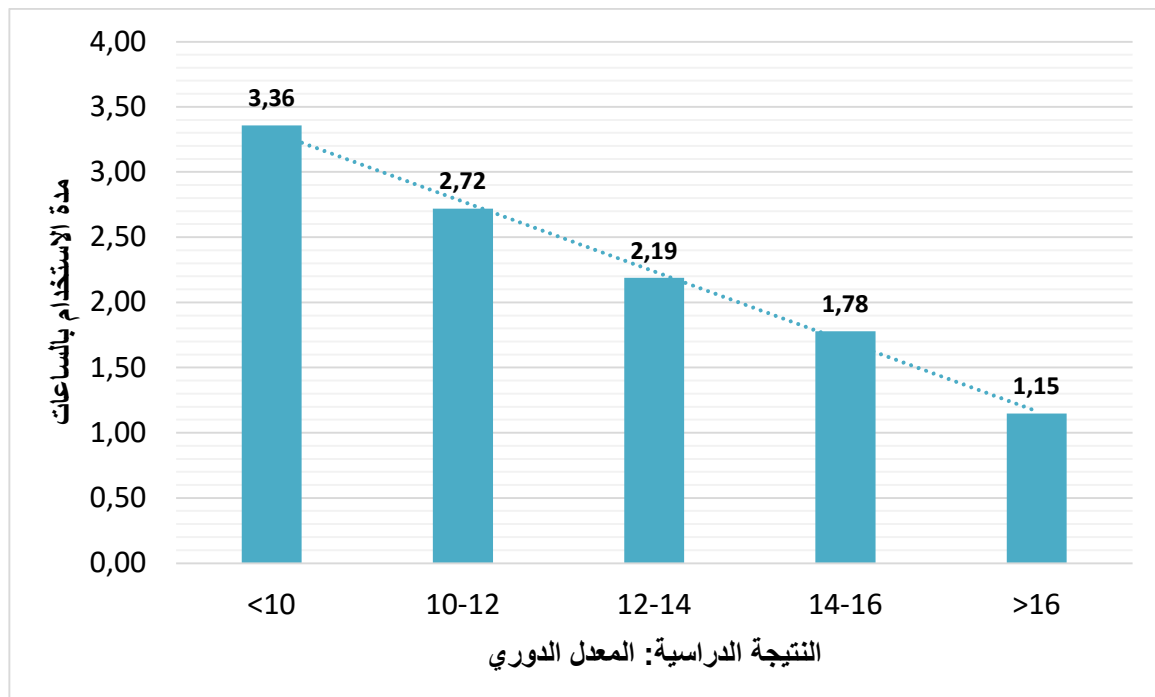
الوثيقة 1: النتائج الدراسية (معدل الدورة الأولى) للطلاب المشاركين في الاستبيان حسب الجنس والمستوى الدراسي والشعبة والمسلك.

2. مقارنة المدة الزمنية اليومية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي حسب النتائج الدراسية

أكدت نتائج التحليل الإحصائي بأن المدة الزمنية اليومية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي تختلف وبشكل ذا دلالة إحصائية حسب المعدل الدوري للطلاب (Kruskal-Wallis test, $df=4$, $n=228$, $H= 10.2037$, $p=0.0371$ (< 0.05)). وأكدت نتائج التحليل الإحصائي بأن المدة الزمنية اليومية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي تنخفض بشكل خطي مع ارتفاع المعدل الدوري للطلاب، إذ أن الطلاب المتعثرين أي الحاصلين على معدل أقل من 10 على 20 هم الأكثر استخداماً لوسائل التواصل الاجتماعي، إذ بلغ



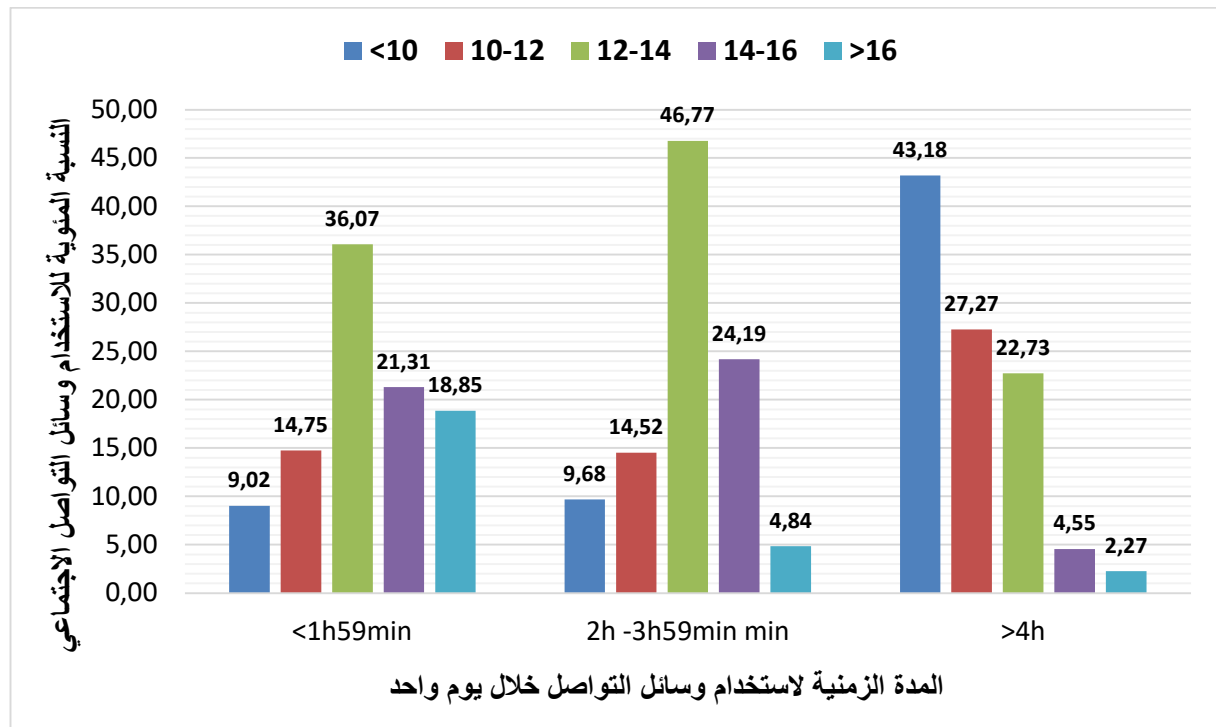
معدل المدد الزمنية حوالي 3.36 ساعة في اليوم (الوثيقة 1). وعكس ذلك فإن التلاميذ المتفوقين هم الأقل استخداما لوسائل التواصل الاجتماعي، إذ لم يبلغ معدل المدد الزمنية سوى 1.15 عند الطلاب الحاصلين على معدل دوري أكبر من 16 على 20. أما عند الطلاب الحاصلين على معدل دوري محصور بين 14 و 16 على 20 على فبلغ معدل المدد الزمنية سوى 1.78 ساعة في اليوم (الوثيقة 1). وبينت النتائج بأنه عند الطلاب الحاصلين على نتائج متوسطة فإن المدة اليومية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي أقل من المدة التي يقضيها الطلاب المتعثرين وأكبر من المدة التي يقضيها المتفوقون في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي خلال يوم واحد. فقد بلغ معدل المدد الزمنية حوالي 2.72 ساعة في اليوم الواحد عند الطلاب الحاصلين على معدل محصور بين 10 و 12 على 20 أما عند الطلاب الحاصلين على معدل محصور بين 12 و 14 على 20 فبلغ حوالي 2.19 ساعة في اليوم الواحد (الوثيقة 1). وأكدت النتائج أن المدة الزمنية الدنيا هي نصف ساعة أو أقل في اليوم عند 31 طالب أما المدة الزمنية القصوى فهي 10 ساعات في اليوم وتم تسجيلها عند مشارك واحد و 8 ساعات عند ثلاثة مشاركين.



الوثيقة 1: مقارنة المدة الزمنية بالساعة لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي حسب معدل النتيجة الدراسية للتلميذ (الخط المتقطع يمثل خط الاتجاه (Trend line)).

3. مقارنة النسبة المئوية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي حسب النتائج الدراسية

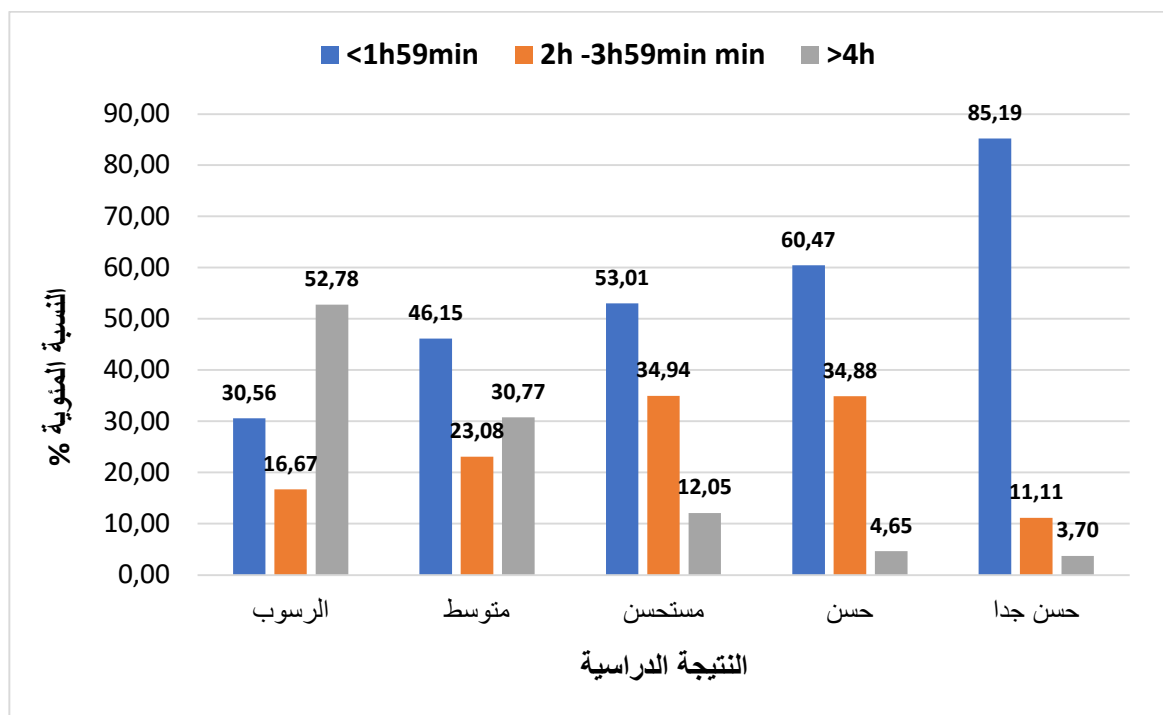
توضح الوثيقة 2 النسبة المئوية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي حسب النتائج الدراسية للطلاب. بينت النتائج بأن نسبة الطلاب الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي لأقل من ساعتين في اليوم هم فئة الطلاب الحاصلين على معدل دوري محصور بين 12 و 14 على 20 (36.07%) والحاصلون على معدل محصور بين 14 و 16 على 20 (21.31%) والطلاب المتفوقون الحاصلون على معدل يفوق 16 على 20 (18.85%). أما نسبة الطلاب الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي لمدة محصورة بين ساعتين وأربع ساعات في اليوم فهم فئة الطلاب الحاصلون على معدل دوري محصور بين 12 و 14 على 20 (46.77%) والحاصلون على معدل محصور بين 14 و 16 على 20 (24.19%). (الوثيقة 2). والطلاب الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي لأكثر من أربع ساعات في اليوم فهم فئة الطلاب المتعثرين الحاصلين على معدل دوري أقل من 10 على 20 (43.18%) والطلاب ذوو النتائج المتوسطة الحاصلون على معدل محصور بين 10 و 12 على 20 (27.27%) والطلاب الحاصلون على معدل محصور بين 12 و 14 على 20 (22.73%) (الوثيقة 2).



الوثيقة 2: مقارنة النسبة المئوية للمدد الزمنية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي من طرف الطلاب حسب المعدل الدوري المحصل عليه.

4. مقارنة النسب المئوية للنتيجة الدراسية المحتمل الحصول عليها حسب المدة الزمنية اليومية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي

علما أنه في السلك الثانوي يمثل المعدل الدوري الذي تم اعتماده في هذه الدراسة نصف المعدل السنوي الذي يتم الاعتماد عليه لتحديد النتيجة الدراسية للطلاب بالنسبة للجدع المشترك ولللسنة الأولى باك، ويمثل ربع المعدل العام لللسنة الثانية باك. هذا المعدل الذي تم اعتماده في هذه الدراسة يسمح بتوقع النتيجة السنوية للطلاب. بين تحليل نتائج النسب المئوية للنتيجة الدراسية المحصل عليها (1). الرسوب أي معدل أقل من 10 على 20 والنجاح بميزة متوسط أي معدل محصور بين 10 و 12 أو النجاح بميزة مستحسن أي معدل محصور بين 12 و 14 أو النجاح بميزة حسن أي معدل محصور بين 14 و 16 أو النجاح بميزة جدا أي معدل أعلى من 16 على 20) حسب المدة الزمنية اليومية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي (أقل من ساعتين في اليوم وبين 2 و 4 ساعات في اليوم ولأكثر من 4 ساعات في اليوم) بأن الطلاب المهتدين بالرسوب في الموسم الدراسي أعلى لدى المستخدمين لوسائل التواصل الاجتماعي لأكثر من 4 ساعات يوميا (52.78%) (الوثيقة 3). و نسبة الطلاب الذين سينجحون بجميع الميزات (متوسط أو مستحسن أو حسن أو حسن جدا) أعلى لدى المستخدمين لوسائل التواصل الاجتماعي لأقل من ساعتين في اليوم، كما أن نسبة الطلاب الذين سينجحون بميزة حسن جدا تبلغ 85.19% لدى المستخدمين لوسائل التواصل الاجتماعي لأقل من ساعتين في اليوم ونسبة الطلاب الذين سينجحون بميزة حسن تبلغ 60.47% لدى المستخدمين لوسائل التواصل الاجتماعي لأقل من ساعتين في اليوم ونسبة الطلاب الذين سينجحون بميزة مستحسن تبلغ 53.01% لدى المستخدمين لوسائل التواصل الاجتماعي لأقل من ساعتين في اليوم. وبالتالي فالتحليل الإحصائي يبين تحسن جد مهم في النتائج الدراسية للطلاب الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي لأقل من ساعتين في اليوم وارتفاع احتمال الرسوب لدى المستخدمين لها لأكثر من 4 ساعات يوميا.



الوثيقة 3: النسب المئوية للنتيجة الدراسية المحصل عليها (الرسوب والنجاح بميزة متوسط أو مستحسن أو حسن أو حسن جدا) حسب المدة الزمنية اليومية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي (أقل من ساعتين في اليوم وبين 2 و 4 ساعات في اليوم ولأكثر من 4 ساعات في اليوم).

المناقشة والخاتمة

تؤكد نتائج هذه الدراسة بأن هناك علاقة مباشرة بين المدة الزمنية التي يقضيها الطلاب في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في اليوم الواحد والنتائج الدراسية. إذ أن الطلاب المتفوقين يستخدمونها بشكل أقل من الطلاب المتعثرين وذوي النتائج المتوسطة. وكلما ارتفعت النتائج الدراسية كلما انخفضت المدة الزمنية لاستخدامها خلال يوم واحد. وأكد تحليل النسبة المئوية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي حسب النتائج الدراسية للطلاب بأن نسبة الطلاب الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي لأقل من ساعتين في اليوم أعلى لدى الطلاب الحاصلين على نتائج جيدة وخاصة الحاصلون على معدل دوري أعلى من 16 على 20. ونسبة الطلاب الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي لفترة محصورة بين ساعتين وأربع ساعات في اليوم أعلى لدى الطلاب الحاصلين على نتائج متوسطة (معدل محصور بين 12 و 14 على 20) في حين أن الذين يستخدمونها لأكثر من أربع ساعات فهم الطلاب الحاصلين على نتائج ضعيفة (معدل أصغر من 10 على 20). كما أن هناك تحسن جد مهم في النتائج الدراسية للطلاب الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي لأقل من ساعتين في اليوم وارتفاع احتمال الرسوب لدى المستخدمين لها لأكثر من 4 ساعات يوميا. وأكد عدد من الدراسات العلمية النتائج المحصل عليها في هذه الدراسة. فقد أظهرت دراسة أجراها Karpinski و Kirschner (2010) أن المتدربين الذين يستخدمون الفيسبوك بشكل متكرر حققوا نتائج أكاديمية أقل من أولئك الذين يستخدمونه بشكل أقل، مما يشير إلى وجود علاقة بين الاستخدام المكثف للشبكات الاجتماعية وانخفاض الأداء الأكاديمي. وعلى نحو مماثل، لاحظ (Junco 2012) أن تعدد المهام الذي يتضمن استخدام الشبكات الاجتماعية أثناء جلسات العمل أدى إلى انخفاض الكفاءة الإدراكية والقدرة على الاحتفاظ بالمعلومات. وبينت تقارير بأن هناك تفاقم لمشكلات تأثير إدمان وسائل التواصل الاجتماعي على التحصيل الدراسي في المغرب. وخلص باحثون إلى أن الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يرتبط بانخفاض التحصيل الدراسي لدى الطلاب. فقد أكدت دراسة بأن الطلاب الذين يقضون أكثر من ثلاث ساعات يوميا على المنصات



الاجتماعية كان معدل نجاحهم أقل بـ 20% مقارنة بزملائهم الذين يستخدمونها باعتدال، كما أكدت دراسة أخرى بأن الإفراط في استخدام وسائل التواصل يسبب ضياعا كبيرا من الوقت على حساب إنجاز الواجبات المدرسية المنزلية (Ahmad Nizam et al., 2021).

يشير عدد لا يحصى من الدراسات الحديثة إلى أن الاستخدام المفرط للأجهزة الذكية في التعليم قد يؤدي إلى عدة آثار سلبية على التحصيل الدراسي والصحة النفسية للطلاب نتيجة الإدمان عليها واضطراب النوم والمشاكل الصحية وضعف التركيز وفقدان المهارات الحياتية العملية (Uhls et al., 2014 ; Hysing et al., 2015 ; Beland & Murphy, 2016 ; Ward et al., 2017 ; Straker et al., 2018; Twenge et al., 2018, ; Hilali et al., 2022). تشير الدراسات الحديثة إلى أن المغرب يعد من بين الدول العربية الأعلى استخداماً لوسائل التواصل الاجتماعي، حيث يقضي الفرد حوالي 3 ساعات يومياً على هذه المنصات وفق آخر التقارير (Drar, 2025). وتظهر البيانات أن 76% من المغاربة يستخدمون واتساب يوميا و 65% يستخدمون فيسبوك يوميا و 40% يستخدمون إنستغرام يوميا و 19% يستخدمون تيك توك يوميا و 8% يستخدمون سناب شات يوميا (Bahih, 2024). كما أشارت تقارير إلى أن 45% من الشباب المغربي يعترفون بأنهم "مدمنون" على تيك توك وإنستغرام وأن 30% من المستخدمين يعانون من أعراض الإدمان الرقمي، مثل القلق عند عدم الاتصال بالإنترنت. وأصبح الأطفال والمراهقون والشباب يقضون وقتاً أطول على هواتفهم الذكية وبجدة أكبر الذكور منهم، سواء لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي أو تطبيقات المراسلة الفورية أو لأغراض الترفيه وغيرها (Anshari et al., 2000; Weiser, 2016). قد يؤدي الاعتماد على الهواتف الذكية إلى انخفاض الحيوية والصحة النفسية للمراهقين. حيث يمكن أن يكون للاستخدام المفرط للهواتف الذكية تأثير خطير على الصحة النفسية العامة. وقد خلص عدد من الباحثين إلى أن الاعتماد على الهواتف الذكية يقلل من حيوية وصحة المراهقين النفسية. وتشمل عيوب الاستخدام المتزايد للهواتف الذكية أيضاً إعاقة الأداء الدراسي، والتسرب من المدارس والجامعات (Yang et al., 2018). أظهرت دراسة بأن هناك انخفاض في مستوى الصحة النفسية تدريجياً من ساعة واحدة يومياً إلى سبع ساعات أو أكثر، وخاصة لدى المراهقين وبأنه قد يكون لهذا الارتباط الهام بين وقت استخدام الشاشة والصحة النفسية آثار سريرية مهمة على الصحة النفسية والجسدية للأطفال والمراهقين (Twenge and Campbell, 2018).

بالمقابل يتفق عدد من الباحثين بأن الأجهزة الذكية ومنصات التواصل الاجتماعي يمكن أن تساعد في تحسين جودة التعليم بشكل كبير وفي رفع فرص الوصول إليه وفي الوصول للمعطيات بسرعة وسهولة وفي تحسين التحصيل الدراسي للطلاب (Higgins et al., 2012 ; Means et al., 2020 ; UNESCO, 2021). وفق نتائج هذه الدراسة ونتائج دراسات أخرى عالمية فإننا نوصي باتخاذ مجموعة من التدابير التي من شأنها أن تساهم في الاستفادة من إيجابيات منصات التواصل الاجتماعي. وتوضح دراستنا بأن المدة الزمنية التي يقضيها الطفل والمراهق في تصفح مواقع التواصل الاجتماعي في اليوم يمكن أن تؤثر بشكل كبير على تحصيله الدراسي، إذ أنه كلما ارتفعت هذه المدة كلما ازدادت مخاطر تراجع المعدلات والعلامات المحصل عليها. لذا يتوجب وضع حدود آمنة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي من طرف الأبناء وخاصة في تحديد المدة الزمنية القصوى لاستخدامها. وينصح العديد الخبراء بأن يكون وقت استخدام الإنترنت لساعتين كحد أقصى مع تشجيع الأطفال على القيام بأنشطة أخرى كالرياضة والفنون والأنشطة الاجتماعية العائلية وغيرها. كما تشير تقارير إلى ضرورة توعية الأبناء بمخاطر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وتعليمهم كيفية حماية خصوصيتهم واستخدامها بشكل آمن. ويلعب الآباء دورا محوريا في توجيه الطلاب وخاصة الأطفال والمراهقين. لذا لا بد من عمل ندوات توعية للآباء لتعريفهم بأفضل الطرق الحديثة للتعامل مع أبنائهم في ظل انتشار مواقع التواصل الاجتماعي التي تستقطب الأطفال والمراهقين (Abo Eita, 2022). ويمكن للآباء تعزيز توعية أبنائهم وتمتين الروابط الأسرية وغرس القيم السليمة ومشاركة أطفالهم في مجموعات اجتماعية وملء فراغهم والعمل على أن يكونوا قدوة لهم وتفعيل دور الرقابة الأسرية بشكل إيجابي عليهم. والدور الأساسي هو مراقبة المحتوى الذي يشاهدونه والسهرة على احترام عمر الطفل أو المراهق اللازم للولوج لمختلف المنصات، فهناك تطبيقات تحتاج إلى أن يكون عمر المستخدمين أكثر من 12 سنة. بينما تطبيقات أخرى تتطلب أن يبلغ المستخدمين أكثر من 17 سنة. وتوصي اليونيسيف بأربع طرق للحفاظ على سلامة الأطفال عند استخدامهم الإنترنت: 1. الرقابة الأبوية وخاصة تفعيل البحث الآمن على المتصفح والتي تسمح للوالدين بتحديد المحتوى الذي يمكن لأطفالهم الوصول إليه أثناء اتصالهم بالإنترنت،



2. وضع قواعد خاصة حول الاستخدام السليم والأمن للجهاز مثل تحديد الوقت والمكان والمدة المسموح بها، 3. استكشاف الوالدين لمواقع الويب ووسائل التواصل الاجتماعي والألعاب والتطبيقات مع أطفالهم، و4. وتوعية الأطفال من خلال التواصل المفتوح معهم والحوار الإيجابي الداعم (UNICEF, 2025).

المراجع:

- Ahmad Nizam, N.N.R., Mohd Azaman, N.F., & Ibrahim, M.S. (2021). The relationship between the impact of social media and students' academic performance. *The Asian Journal of Professional & Business Studies*, 2(2). <https://doi.org/10.61688/ajpbs.v2i2.57>
- Abo Eita, A.M. (2022). The parental control on their children while exposed to the content of entertainment video platforms: A qualitative study of Tik Tok and YouTube. *Journal of Mass Communication Research "JMCR"*, 63(3), 1541–1582. doi: 10.21608/jsb.2022.161124.1498
- Alouma24 (2024). Morocco ranks 35th globally in terms of the number of social media users. Alouma24, February 22, 2024. Retrieved from <https://alouma24.ma>, accessed in Wednesday, April 30, 2024.
- Anshari, M., Alas, Y., Hardaker, G., Jaidin, J., Smith, M., & Ahad, A. D. (2016). Smartphone habit and behavior in Brunei: Personalization, gender, and generation gap. *Computers in Human Behavior*, 64, 719–727. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.07.063>.
- Bahih M. (2024). Study: 80% of Moroccans use social media. *The Voice*, Saturday, June 1, 2024. Retrieved from <https://www.thevoice.ma>, accessed in Wednesday, April 30, 2024.
- Barone, I., & Kalke, B. (2023). Parents' Expectations about Children's Education Targets in the Future Perspective in Latvia. To Be or Not to Be a Great Educator, 2022. Proceedings of ATEE Annual Conference. Riga: University of Latvia Press, 2023. 985 p. Ed. L. Daniela ISBN 978-9934-36-019-0, <https://doi.org/10.22364/atee.2022>
- Beland, L. P., & Murphy, R. (2016). Ill Communication: Technology, Distraction & Student Performance. *Labour Economics*, 41, 61–76. <https://doi.org/10.1016/j.labeco.2016.04.004>
- Drar T. (2025). Moroccans spend 6 hours a day on social media. *achtari24*: Friday, April 18, 2025. Retrieved from <https://achtari24.com>, accessed in Wednesday, April 30, 2024.
- Higgins, S., Xiao, Z., & Katsipataki, M. (2012). The Impact of Digital Technology on Learning: A Summary for the Education Endowment Foundation. Full Report. Durham university.
- Hilali, A., Zanzoun, M., Dahmoun, M., & El Alami, A. (2023). Assessment of gender differences in secondary school achievement among Moroccan students. *American Journal of Education and Learning*, 8(1), 1–9. <https://doi.org/10.55284/ajel.v8i1.836>
- Hysing, M., Pallesen, S., Stormark, K. M., Jakobsen, R., Lundervold, A. J., & Sivertsen, B. (2015). Sleep and Use of Electronic Devices in Adolescence: Results from a Large Population-Based Study. *BMJ Open*, 5(1), e006748. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2014-006748>
- Junco, R. (2012). In-class multitasking and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2236–2243. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.06.031>
- Kirschner, P.A., & Karpinski, A.C. (2010). Facebook® and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1237–1245. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.024>



Means, B., & Neisler, J. (2020). Suddenly Online: A National Survey of Undergraduates During the COVID-19 Pandemic.

Raji, M. (2022). School wastage drives 331 000 students out of school in Morocco annually. Retrieved from: <https://www.hespress.com>. [Hespress, 27 June 2022].

Straker, L., Harris, C., Joosten, J., & Howie, E. K. (2018). Mobile Technology Dominates School Children's IT Use in an advantaged School Community and is Associated with Musculoskeletal and Visual Symptoms. *Ergonomics*, 61(5), 658-669. <https://doi.org/10.1080/00140139.2017.1401671>

Taylor, S., & Yu, D. (2009). The importance of socio-economic status in determining educational achievement in South Africa. Corpus ID: 35244221, Published 2009, Economics, Education, Sociology. University of Stellenbosch.

Twenge, J.M., & Campbell, W.K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271 – 283.

Twenge, J. M., Joiner, T. E., Rogers, M. L., & Martin, G. N. (2018). Increases in Depressive Symptoms, Suicide-Related Outcomes, and Suicide Rates Among U.S. Adolescents After 2010 and Links to Increased New Media Screen Time. *Clinical Psychological Science*, 6(1), 3-17. <https://doi.org/10.1177/2167702617723376>

Uhls, Y. T., Ellison, N. B., & Subrahmanyam, K. (2017). Benefits and Costs of Social Media in Adolescence. *Pediatrics*, 140 (Supplement_2), S67-S70. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758E>

UNESCO. (2021). Education in a Post-COVID World: Nine Ideas for Public Action. Paris: UNESCO Publishing.

UNICEF (2025). Technical settings to protect your children online. [unicef.org](https://www.unicef.org/jordan/ar), 2025. Retrieved from <https://www.unicef.org/jordan/ar>, accessed in Wednesday, April 30, 2024.

Ward, A. F., Duke, K., Gneezy, A., & Bos, M. W. (2017). Brain Drain: The Mere Presence of One's Own Smartphone Reduces Available Cognitive Capacity. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 140-154. <https://doi.org/10.1086/691462>

Weiser, E. B. (2000). Gender differences in Internet use patterns and Internet application preferences: A two-sample comparison. *Cyberpsychology and Behavior*, 3(2), 167-178. <https://doi.org/10.1089/109493100316012>.

Yang, S.Y., Lin, C.Y., Huang, Y.C., & Chang, J.H. (2018). Gender differences in the association of smartphone use with the vitality and mental health of adolescent students. *Journal of American College Health*, 66(7), 693-701. Available at: <https://doi.org/10.1080/07448481.2018.1454930>.

Zimmerman, B. J., Bandura, A., & Martinez-Pons, M. (1992). Self-Motivation for Academic Attainment: The Role of Self-Efficacy Beliefs and Personal Goal Setting. *American Educational Research Journal*, 29(3), 663-676. <https://doi.org/10.3102/00028312029003663>