

# A nomofobia e suas reverberações no processo de ensino e aprendizagem

## Autoras:

### Norberta Nunes de Souza

*Pedagoga, especialista em Administração Educacional. Professora da Secretaria de Estado da Educação do Estado de Goiás*

### Kelly Cristina de Aguiar Rosa Costa

*Pedagoga, especialista em Orientação Educacional e Docência para a Educação Profissional e Tecnológica - IFES, Espírito Santo. Professora da Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal*

### Marinalva Maniçoba de Lira

*Pedagoga, especialista em Linguística Aplicada à Língua e a Literatura Professora da Secretaria Municipal de Educação de Novo Gama -GO*

DOI: 10.58203/Licuri.21655

## Como citar este capítulo:

SOUZA, Norberta Nunes; COSTA, Kelly Cristina de Aguiar Rosa; LIRA, Marinalva Maniçoba. A nomofobia e suas reverberações no processo de ensino e aprendizagem. In: OLIVEIRA, Habyhabanne Maia (Org.). **Perspectivas e Reflexões sobre a Educação**. Campina Grande: Licuri, 2023, p. 157-165.

ISBN: 978-65-85562-16-4

## Resumo

O presente artigo encontra-se delimitado em nomofobia e o uso de tecnologias no processo de ensino e aprendizagem no Ensino Médio e pretende apresentar os achados e as lacunas dos trabalhos já publicados sobre a temática, conceituando nomofobia e sua relação com o processo de ensino e aprendizagem discutindo sobre o uso de tecnologias como ferramentas que favorecem o processo de ensino e aprendizagem.

**Palavras-chave:** Processo de ensino. Educação inclusiva. Ensino Médio.

## INTRODUÇÃO

A utilização das tecnologias em nosso país vem crescendo. E na educação, a utilização das tecnologias cresceu e vem contribuindo para o desenvolvimento de aulas aparentemente mais interessantes e conseqüentemente contribuindo para a melhoria da aprendizagem. Diante disso o professor precisa planejar suas aulas com esse intuito, acompanhar a evolução e romper com a forma tradicionalista de trabalhar o desenvolvimento dos componentes curriculares em sala de aula. Com os avanços tecnológicos, sociais e econômicos essa mudança se faz necessária, visto que muitos desses ainda se prendem a um modelo de trabalho que não chama a atenção e conseqüentemente não desperta o interesse dos estudantes do Ensino Médio.

Mesmo diante de tantos avanços e da disponibilidade de recursos nas Unidades Escolares, essa evolução dentro das salas de aula pode não estar apresentando essa melhoria significativa na aprendizagem que tanto se busca atualmente. De maneira informal e mediante debates em eventos, é possível perceber que os professores afirmam que ao mesmo tempo que esses estudantes têm um acesso cada vez maior aos recursos tecnológicos, principalmente aos smartphones, na maioria das vezes se distraem com esses recursos nas redes sociais e não o utilizam como deveriam, ou seja, não aproveitam os recursos para que a aprendizagem seja efetiva.

De acordo com Bianchessi (2020, p. 17) “as transformações tecnológicas tornam-se evidentes diante da revolução digital manifestada no surgimento de novas profissões, com o protagonismo das máquinas promovendo o vício digital”, e é exatamente nesse ponto que chamamos a atenção para esse problema crescente e que está influenciando nas dificuldades de aprendizagem, dificuldades de relacionamentos entre professores e estudantes, estudantes e estudantes, e estudantes e família. Para Bianchessi (2020, p. 20). “A esse vício digital, pesquisadores ingleses atribuíram a denominação de nomofobia. O termo surgiu do inglês *nomo* significando *nomobile*, ou seja, falta do dispositivo móvel e *fobia* significando medo”.

De acordo com o autor, acrescenta-se, ainda, que a partir do excesso no uso da tecnologia, possivelmente ocasiona a nomofobia, que surge da junção da palavra *nomobile* com a palavra *fobos*, que conforme Pereira (2013), esse termo é originário do inglês, atribuindo significado de “sem telemóvel”, expressão essa disposta para

referenciar as sensações que os indivíduos sentem ao estarem impedidos do acesso e uso às tecnologias digitais.

A esse respeito Dertouzos (1997, p. 42), pontuava que “seres humanos civilizados estão desperdiçando momentos preciosos de suas vidas para executar instruções fornecidas por um computador de cem dólares!”, prevendo que as facilidades de acesso às tecnologias poderiam provocar na sociedade um distanciamento entre as pessoas minimizando a importância das relações sociais tão importantes para o desenvolvimento do ser humano.

E isso é o que acontece constantemente dentro das Unidades Escolares. Estudantes que não admitem, em hipótese alguma, se distanciar ou minimizar o uso dos smartphones em sala de aula, o que pode vir a causar prejuízos na aprendizagem e problemas de relacionamentos dentro e fora das escolas, pois os estudantes se expõem e colocam outros também em exposição, sendo que muitos desses, por ainda não terem uma certa maturidade, o que é normal para estudantes do Ensino Médio, terminam por se envolver em situações que por muitas vezes tem causado um grande desgaste, tanto para o estudante, quanto para a família e a escola.

Diante disso o objetivo geral se organiza na análise de como a nomofobia reverbera no processo de ensino e aprendizagem de estudantes do Ensino Médio, sem deixar de buscando conceituar nomofobia e discutir sobre o uso de tecnologias como ferramentas que favorecem o processo de ensino aprendizagem. Para o desenvolvimento da pesquisa foram realizadas a pesquisa qualitativa e aplicada, descritiva e analítica, bibliográfica e estado da arte.

## A EVOLUÇÃO TECNOLOGIA E A EDUCAÇÃO

Na sociedade contemporânea é possível inferir que se convive diariamente com os muitos avanços tecnológicos estejam eles presentes na economia, na saúde, nos sistemas políticos e na educação. A evolução de todo esse aparato tecnológico é algo que buscamos incessantemente acompanhar, mas infelizmente junto com os benefícios existentes, depara-se também com malefícios que surgem em decorrência dos excessos e exposição a esses aparatos tecnológicos. Para Lins (2013, p. 14) “A Internet deixou de ser uma rede que acessamos para tornar-se uma rede que nos envolve. As aplicações de relacionamento

se consolidam, caracterizando as abrangentes redes sociais”. Enquanto consumidores desta mesma tecnologia as pessoas podem se sentir atraídos e muitas vezes até convencidos da utilização cada vez maior e mais frequente dessas facilidades tecnológicas e com isso usufruir dos benefícios existentes com uma constância maior, esquecendo que nesse processo também podem surgir os malefícios visto que, todo excesso pode trazer consequências que não costumam ser benéficas. Com isso surgem questionamentos sobre como a sociedade está lidando com isso e como os jovens, de uma geração que já nasceram tendo contato com toda essa tecnologia, lidam com essas novas realidades e com essas novas formas de adquirir conhecimento, visto serem considerados como nativos digitais, em contrapartida os professores são migrantes digitais, conforme Prenski (2001) e Santaella (2007).

Para Prenski (2001) são considerados de nativos digitais, aqueles que nasceram nas últimas décadas e desde pequenos tiveram acesso à internet, celular, tablet, computador, entre outros e que desenvolveram com facilidade o domínio dessas ferramentas, utilizando-as no seu cotidiano. Esse movimento pode ser visto como algo importante para o desenvolvimento dos jovens. Contudo, na contramão do processo, pode ser visto como algo que prejudica o desenvolvimento, a aprendizagem e a socialização, a depender de seu uso. Esse panorama leva a inferir que os nativos digitais podem se tornar nomofóbicos, se não souberem utilizar-se dessas ferramentas.

O termo migrantes digitais, para Prenski (2001), se deve ao fato que em sua maioria, os professores são nascidos e/ou formados em décadas atrás e não tiveram o contato com o celular, o que faz com os mesmos precisem migrar para a tecnologia, adaptando-se a ela e isso nem sempre acontece com facilidade. Senador (2020, p. 13) afirma que “a vertiginosa expansão dos smartphones popularizou extraordinariamente o acesso às redes sociais, fazendo com que nosso dia a dia se integrasse a elas de tal forma passamos a viver em um universo paralelo onde as relações se desenvolvem prioritariamente nessas mídias”, deixando-se relegado a um segundo plano as relações interpessoais e essas pessoas ao serem questionadas a respeito desses excessos respondem “com justificativas de que tudo o que se faz durante o dia envolve o seu uso, além de este dispositivo atuar como um portador de todas as informações essenciais para a realização das mais diversas tarefas do cotidiano como cita Kwiecinski (2019, p. 86), e completa que “neste sentido é que se apresentam os sintomas físicos e psicológicos relacionados à

nomofobia. Os mais citados foram ansiedade, dependência, irritação, o medo de não estar atualizado nas notícias e a sensação de segurança ao estar perto do celular”.

## **NOMOFOBIA E LITERACIA DIGITAL**

Na verificação dos experimentos de Kwiecinski (2019, p. 205), afirma que após os a utilização da Escala Psicométrica para Identificar Níveis de Intoxicação e Nomofobia (EPININ), “a dimensão três corresponde à Nomofobia (fobia de estar privado de acesso aos dispositivos de acesso à internet)”. Perante esse cenário e mesmo que pais e professores possam ser migrantes digitais, é importante se pensar/colocar como esses jovens aproveitam essas facilidades, visto que a maior parte utiliza somente as redes sociais deixando de lado um universo de possibilidades. Sobre isso, Modesto, Fonseca e Sousa (2022, p. 11) colocam que “essa baixa literacia digital crítica pode contribuir com a existência da nomofobia, demandando estudos que analisem a prevalência do fenômeno”. O autor pontua ainda que a “para a ocorrência da nomofobia é preciso um mínimo de literacia para o manuseio da tecnologia” (p. 11). Diante disso, verifica-se a necessidade de se instruir esses jovens a buscar melhorar os conhecimentos e utilizar os recursos para a melhoria do aprendizado, não manuseando somente as redes sociais, mas que tenham acessos que visem a construção de conhecimento sólido.

Para reforçar esta observação, Bianchessi (2020, p. 89) enfatiza que o uso dos “recursos tecnológicos disponíveis tornam-se aliados e mediadores”, mas faz um complemento ao colocar que “se faz necessário a presença do professor neste processo para que possa orientar de modo adequado os sujeitos no manuseio tecnológico” (p. 89) pois, a escola precisa acompanhar e desenvolver momentos/metodologias que possam nortear a aprendizagem nesses recursos que estão presentes na vida desses estudantes. Matta (2002, p. 8), considerou os computadores como parceiros cognitivos da mente humana, dizendo que “[...] os meios informatizados são como ambientes nos quais a mente humana encontra espaço para dialogar consigo mesma, assim como para facilitar a organização e sistematização do processo de construção do conhecimento”. Diante dessa afirmativa pode-se verificar os dois extremos, visto que a tecnologia muito contribui para o desenvolvimento de nossa sociedade nos diversos campos inclusive na educação, mas não se pode ignorar que com o passar do tempo, essas influências e as facilidades cada dia mais crescentes, ao acesso das informações e contatos pessoais está aos poucos se

tornando um problema dentro das residências e principalmente das salas de aulas de Ensino Médio.

## A TECNOLOGIA E O A PRÁTICA PEDAGÓGICA

De acordo com Bianchessi (2020, p. 10), “as transformações tecnológicas tornam-se evidentes diante da revolução digital manifestada no surgimento de novas profissões, com o protagonismo das máquinas promovendo um vício digital - um problema preocupante e crescente.” Problema este que vem impactando a realidade/vida cotidiana de milhares de pessoas e diante disso, Bianchessi (2020, p. 11) propõe “a necessidade de repensar as práticas pedagógicas do ensino e da aprendizagem, pois percebe-se que o modelo atual já não atende às expectativas e demandas dos sujeitos”. Perante esse contexto, se torna necessário repensar a prática pedagógica para/na literacia digital, visto que, uma parte dos professores de Ensino Médio também carecem de uma visão ampliada no sentido de organização e aplicabilidade da tecnologia em sala de aula, para que de fato possam fazer/executar o seu papel de mediador do conhecimento desenvolvido em sala de aula, com o uso das tecnologias.

Esse panorama de possível dificuldade dos professores e facilidade dos estudantes, Prenski (2001) já nominava há mais de duas décadas atrás de migrantes digitais e nativos digitais, respectivamente. Com isso faz-se necessário um acompanhamento do comportamento dos jovens dentro das unidades escolares visto que nos momentos das aulas ocorrem os desvios de atenção, o foco que deveria estar em determinado momento de aprendizado é desviado pelo contato com as redes sociais, pelo número de likes que consegue, pela vida “linda” externada nas redes sociais que visam o maior número de curtidas e um bom número de comentários, ou seja, uma vida de fantasia longe da realidade e dos problemas sociais pelos quais perpassam a situação de muitos brasileiros. Esse cenário, particularmente, pode aumentar a sensação de inclusão, quando na verdade, o problema pode ser exatamente o contrário. Com relação a isso, Bianchessi (2020, p. 10) chama a atenção para a necessidade de refletir acerca da maneira como essas “tecnologias digitais presentes no cotidiano escolar estão sendo utilizadas e das práticas pedagógicas beneficiadas, visto que não consistem apenas em fonte de informação”.

De Souza e Cunha (2017, p. 2), citam que “O uso abusivo dos meios tecnológicos pode afetar de maneira significativa na vida dos usuários, propiciando o afastamento das

peças do ‘mundo real’, favorecendo o isolamento e conseqüentemente a depressão e outros problemas”. Com isso verifica-se que afirmativa a cada dia que passa está mais clara, mais presente dentro das salas de aula, no qual os estudantes se distanciam do real e por vezes, até mesmo por conta desse mundo de fantasia entram em constantes conflitos, com isso prejudicando não só as relações interpessoais, mas impactando diretamente no seu aprendizado.

Ainda na continuidade de Souza e Cunha (2017, p. 2), surge o alerta citando que “essa dependência tecnológica pode estar ligada à falta do sentido da vida, pois, o ser humano está sempre em busca de algo que dê sentido a sua existência”. Em relação a essa afirmativa pode-se observar o que está ocasionando o desenvolvimento e o aumento na incidência de casos relacionados ao Bullying e Cyberbullying, como um problema crescente na sociedade.

Aprender sempre foi uma experiência de contato direto entre pessoas, de modo que é razoável acreditar na necessidade de um processo de relações humanas mediado por computadores para aprimorar o ensino Dertouzos (1997) já vislumbrava a possibilidade da implementação da tecnologia no processo educacional, mas colocava isso com muito cuidado e por vezes até questionava se de fato essas novas abordagens tecnológicas eram capazes de melhorar a qualidade do ensino.

Bianchessi (2020, p. 91), aponta para a necessidade de uma “adaptação do sistema do sistema de ensino e apropriação por parte dos docentes ao se tornarem conhecedores desta gama de opções tecnológicas”. Sobre essa questão a afirmativa de Moran, Masetto e Behrens (2013, p. 30) conduz para a questão de que “As tecnologias digitais móveis desafiam as instituições a sair do ensino tradicional em que o professor é o centro, para uma aprendizagem mais participativa e integrada”. Em contraste, Peixoto e Araújo (2012) enfatizam que a análise do papel do computador na dimensão intrínseca aos processos de ensinar e de aprender indica o professor como mediador e facilitador do processo de aprendizagem e o estudante é visto como um sujeito autônomo, construtor de conhecimentos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante disso, percebe-se que de fato os avanços tecnológicos refletem e caminham próximo ao desenvolvimento da educação, mas faz-se necessário uma melhor utilização desses meios no sentido de favorecer o processo de ensino e aprendizagem e conduzir o estudante ao papel de protagonista do seu próprio conhecimento e conseqüentemente da sua própria história.

## REFERÊNCIAS

- BIANCHESSI, Cleber. Nomofobia e a dependência tecnológica do estudante. Curitiba: Bagai, 2020.
- DEMO, Pedro. Metodologia científica em ciências sociais. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2014.
- DERTOZOS, Michael L. O que será: como o novo mundo da informação transformará nossas vidas. Tradução Celso Nogueira. São Paulo: Companhia das Letras, 1997.
- GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2014.
- GONSALVES, Elisa Pereira. Iniciação à pesquisa científica. Campinas, SP. Alínea, 2001.
- KWIECINSKI, Anelise Maya. Epinin: escala psicométrica para identificar níveis de infociação e nomofobia em estudante do sistema superior de ensino. Dissertação de Mestrado Profissional em Informática na Educação do Instituto Federal de Educação, Ciências e Tecnologia do Rio Grande do Sul, Câmpus Porto Alegre, 2019.
- LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. Metodologia científica. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2016.
- LINS, Bernardo Felipe Estellita. A evolução da Internet: uma perspectiva histórica. Artigos e Ensaios. Cadernos ASLEGIS. Janeiro/Abril, 2013.
- LUDKE, Menga; ANDRÉ, Marli E. D. A. Pesquisa em Educação: Abordagens Qualitativas. São Paulo: EPU, 2013.
- MATTA, Alfredo Enrique Rodrigues. Projetos de autoria hipermídia em rede: ambiente mediador para o ensino-aprendizagem de História. In: Reunião Anual da Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Educação, 25., 2002. Anais... Caxambu: ANPEd, 2002.

MODESTO, João Gabriel; FONSECA, Giovanna Araújo; SOUSA, Geisianny Pereira de. O uso da tecnologia e Nomofobia em Estudantes Universitários. Revista Conhecimento Online. Nova Hamburgo, a. 14, v. 2. Jul./dez. 2022. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/362866514>. Acesso em 19 de abril de 2023.

MORAN, José Manuel; MASETTO, Marcos Tarcísio, BEHRENS, Marilda Aparecida. Novas tecnologias e mediação pedagógica. 21. ed. São Paulo: Papirus, 2013.

PEIXOTO, Joana. ARAÚJO, Cláudia Helena dos Santos; Tecnologia e educação: Algumas considerações sobre o discurso pedagógico contemporâneo. Edu. Soc., Campinas, v. 33, n. 118, p. 253 - 268, jan./mar. 2012. Disponível em: <http://www.cedes.unicamp.br> Acesso em: 20 de abril de 2023.

PRENSKI, Marc. Digital natives, digital imigrants. From ib the Orizont, v. 9, n. 5. Oct, 2001. Disponível em: [www.ritla.net/index.php?option=com-content&task=view&id=1455&Itemid=136](http://www.ritla.net/index.php?option=com-content&task=view&id=1455&Itemid=136) Acesso em: 01 de maio de 2023.

ROMANOWSKI, Joana Paulin.; ENS, Romilda Teodora. As Pesquisas Denominadas do Tipo "Estado da Arte" em Educação. Revista Diálogo Educacional. 37-50, 2006.

SANTOS FILHO, José Camilo dos e GAMBOA, Sílvio Sanchez. Pesquisa educacional: quantidade-qualidade. 7. ed. São Paulo: Cortez, 2009.

SANTAELLA, Lúcia. Navegar no ciberespaço: o perfil cognitivo do leitor imersivo. 2. ed. São Paulo: Papirus, 2007.

SENADOR, André. Nomofobia e outros excessos na era dos relacionamentos digitais [livro digital]. São Paulo: ABERJE, 2020.

SOUZA, Kathyelle Ninfa Moneta; CUNHA, Manuella Renata Santos da. Nomofobia: o vazio existencial. O portal dos psicólogos, 2017. Disponível em: <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1166.pdf>. Acesso em: 20 de abril de 2023