

انعكاسات الشعور بالنوموفوبيا لدى الصحفيين الجزائريين على كفاءة إدارة المعلومات في البيئة الرقمية

-دراسة مسحية على عينة من صحفيي مواقع إخبارية إلكترونية-

The Implications of Nomophobia among Algerian Journalists on the Efficiency of Information Management in the Digital Environment

Incidences de la Nomophobie chez les Journalistes Algériens sur l'Efficacité de la Gestion de l'Information dans l'Environnement Numérique : Enquête auprès d'un Echantillon de Journalistes de la Presse en Ligne

خالد لارارة¹*

تاريخ الإرسال: 2025/09/15 تاريخ القبول: 2025/10/26 تاريخ النشر: 2025/12/31

ملخص:

تتناول هذه الدراسة البحث في موضوع انعكاسات الشعور بالنوموفوبيا على كفاءة الصحفيين الجزائريين في إدارة المعلومة في البيئة الرقمية، وقد استخدم المنهج المسحي والعمل بنظام عينة كرة الثلج، ليصل عددها إلى 60 صحافيا يعملون في مجال الصحافة الالكترونية. تم تصميم استمارة استبيان الرقمية وزعت على المبحوثين عبر تطبيق ماسنجر. توصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: وجود علاقة فعلية بين شعور الصحفيين بالنوموفوبيا وتأثيرها على كفاءتهم على إدارة المعلومات في البيئة الرقمية.

الكلمات المفتاحية: النوموفوبيا؛ إدارة المعلومات؛ الصحافة الالكترونية؛ البيئة الرقمية.

Abstract :

This study examined the impact of Nomophobia on Algerian journalists' ability to manage information in the digital environment. A survey and snowball sampling method was used, with 60 journalists working in the field of electronic journalism being recruited. An electronic questionnaire was designed and distributed to the respondents via the Messenger application. The study reached several conclusions, the most important of which are: There is a real relationship between journalists' Nomophobia and its impact on their ability to gather information in the digital environment.

Keywords: Nomophobia ; Information Management ; Electronic Journalism ; Digital Environ.

Résumé :

Cette étude examine l'impact de la nomophobie sur la capacité des journalistes algériens à gérer l'information dans l'environnement numérique. Une méthode d'enquête et d'échantillonnage en boule de neige a été utilisée, auprès de 60 journalistes travaillant dans le domaine du journalisme électronique. Un questionnaire électronique a été conçu et distribué aux répondants via Messenger. L'étude est parvenue à plusieurs conclusions, la plus importante étant l'existence d'une relation

réelle entre la nomophobie des journalistes et son impact sur leur capacité à gérer l'information dans l'environnement numérique.

Mots clés : Nomophobie ; Gestion de l'information ; Journalisme électronique ; Environnement Numérique.

مقدمة

يشهد العالم المعاصر اعتمادا واضحا على الهواتف الذكية والأنترنت في مختلف مجالات الحياة؛ خصوصا في المجال الإعلامي. وفي خضم هذا التغير التكنولوجي المتسارع تبرز ظاهرة النوموفوبيا Nomophobia، والتي تعني الخوف من فقدان الاتصال بالهاتف المحمول أو فقدان القدرة على الوصول إلى الأنترنت. وتمثل هذه الظاهرة تحديا حقيقيا يواجه الأفراد، خاصة الصحفيين الذين يرتكزون بشكل أساسي على التقنيات الرقمية لإنجاز نشاطاتهم المهنية. ويعيش هؤلاء الصحفيون في بيئة إعلامية تعتمد على السرعة والآنية في جمع المعلومات وتحليلها ونشرها، ما يجعل تعرضهم لمشاعر القلق والخوف الناتجين عن فقدان استخدام الهاتف الذكي أو انقطاع الأنترنت أمرا محتملا. وتنعكس هذه الظاهرة على كفاءتهم في إدارة المعلومات، سواء من حيث القدرة على التحقق من الأخبار، جمعها، تنظيمها، إعادة إنتاجها ونشرها. وتتطلب إدارة المعلومات في البيئة الرقمية تركيزا ذهنيا وأدوات دقيقة لمتابعة تدفق البيانات من مختلف المنصات الرقمية؛ وقد يؤدي شعور الصحفيين بالنوموفوبيا إلى ضعف قدرتهم على إنجاز أنشطتهم الإعلامية.

تزداد أهمية دراسة هذه الظاهرة في السياق الجزائري بالنظر إلى التحديات التي تواجهها المؤسسات الإعلامية من حيث البنية التحتية الرقمية، والتكيف مع متطلبات العصر الرقمي؛ كما تبرز الحاجة إلى فهم انعكاسات النوموفوبيا ليس فقط كظاهرة نفسية، بل كعنصر مؤثر على جودة العمل الصحفي وكفاءة الصحفيين في إدارة المعلومة. ومن هنا تأتي هذه الدراسة لتسلط الضوء على العلاقة بين مشاعر القلق الناتجة عن النوموفوبيا لدى الصحفيين الجزائريين وبين مقدرتهم على إدارة المعلومات بكفاءة داخل البيئة الرقمية، بهدف تقديم مقترحات علمية للحد من آثار هذه الظاهرة وتعزيز الأداء الإعلامي.

الدراسات السابقة

1-دراسة بعنوان: " Nomophobia (No-mobile-phone Phobia) Among the Undergraduate Medical Students " (Lazarus & et, 2024, pp. 1-13)

تعد هذه الدراسة رائدة في مجال البحث عن رهاب عدم استخدام الهاتف المحمول في أفغانستان باستخدام استبيان رهاب عدم استخدام الهاتف المحمول (NMP-Q)، مما يساهم في معالجة فجوة جوهرية في هذا المجال. تم جمع بيانات إحصائية

من 754 طالبا جامعيًا في كلية الطب، منهم 56.50% من الرجال و43.50% من النساء، وتحليل أبعاد رهاب عدم استخدام الهاتف المحمول. وبينما كشفت النتائج عن أن جميع المشاركين، باستثناء اثنين، كانوا يعانون من رهاب عدم استخدام الهاتف المحمول، فقد حددت ثلاثة أبعاد مهمة تؤثر على مستوى رهاب عدم استخدام الهاتف المحمول بين المشاركين: (أ) الجنس، (ب) العمر، و(ج) الحالة الاجتماعية.

2-دراسة بعنوان: A Study on Nomophobia –Mobile Phone Dependence, Among Students of a Medical College in Bangalore (Pavithra, Swarna, & Mahadeva, 2015, pp. 340-344)

هدفت هذه الدراسة إلى تقييم مدى انتشار رهاب النوموفوبيا والاعتماد على الهاتف المحمول بين طلبة كلية الطب في بنغالور؛ أجريت على عينة قوامها 200 طالب وطالبة من ذات الكلية، واستخدم استبيان مصمم مسبقًا لجمع المعلومات، حيث تم تحليل البيانات باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS؛ أظهرت النتائج أن 74% من عينة الدراسة أنفقت ما بين 300 و500 روبية شهريًا في شحن هواتفهم؛ وشعر حوالي 23% منهم بفقدان التركيز والتوتر عند عدم وجود هواتفهم معهم؛ كما أظهرت هذه الدراسة أن 79% منهم يعانون من رهاب عدم الاتصال بالإنترنت. كما اقترحت الدراسة إجراء المزيد من البحوث والدراسات متعددة الجوانب لفهم الظاهرة وأسبابها وتقديم الحلول المناسبة لها.

3-دراسة بعنوان: Nomophobia and health hazards Smartphone use and addiction among university students (Soleymani, 2021, pp. 1-5)

هدفت هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين استخدام الهواتف الذكية واضطراب النوموفوبيا لدى طلاب الجامعات، حيث تم اختيار 320 طالبًا وطالبة عن طريق العينة العنقودية؛ تم توزيع استبيان حول رهاب النوموفوبيا واستخدام الهواتف الذكية، وقد تم تحليل البيانات باستخدام برنامج SPSS 22، في قسمين: الإحصاء الوصفي والإحصاء الاستدلالي. بينت النتائج أن معدل انتشار رهاب النوموفوبيا بين الطلاب كان متوسطًا 3.1، كما كان للنوموفوبيا علاقة ذات دلالة إحصائية مع الجنس والفئة العمرية والمستوى التعليمي. كما اقترحت ذات الدراسة اتخاذ قرارات وقائية وتخطيط برامج تثقيفية في هذا الصدد من أجل صحة طلاب الجامعات، واستخدام العلاج الدوائي في المراحل المتقدمة من المرض، وإيلاء مزيدًا من الاهتمام بأوقات فراغ الطلاب ووسائل ترفيههم.

4-دراسة بعنوان: "اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبد العزيز" (عبد السلام و بن صغير، 2022، الصفحات 197-229)

استخدم الباحث بالمنهج الوصفي، وعينة قوامها 188 طالب تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية البسيطة. واستعان الباحث بمقياس اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول، ومقياس التحصيل الدراسي. وتم تحليل البيانات بواسطة معامل

بيرسون، اختبار (ت) لعينة واحدة، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، تحليل التباين الثنائي (أنوفا). وقد أظهرت النتائج انتشار اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول بين طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبد العزيز، ووجود علاقة ارتباطية بين اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول والتحصيل الدراسي لدى هؤلاء الطلاب بغض النظر عن متغيري الجنس والعمر.

5-دراسة بعنوان: "النوموفوبيا وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المراهقين" (بهلول و السميري، 2012، الصفحات 348-363)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين النوموفوبيا والاغتراب النفسي والكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في متغيرات البحث، ومعرفة درجة الإسهام النسبي للنوموفوبيا في التنبؤ بالاغتراب النفسي لدى المراهقين؛ واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفي التحليلي ومقياس النوموفوبيا، ومقياس الاغتراب النفسي من إعدادهما. تم تطبيقهما على عينة من 600 مراهق ومراهقة من محافظات غزة. وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين النوموفوبيا والاغتراب النفسي، ووجود فروق تعزى لمتغير الجنس في النوموفوبيا والاغتراب النفسي لصالح الإناث؛ وأسهمت النوموفوبيا بمقدار 0.35 بالتنبؤ بالاغتراب النفسي.

6-دراسة بعنوان: "فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي لخفض النوموفوبيا وتنمية تقدير الذات لدى عينة من الشباب الجامعي" (عبد العزيز، 2020، الصفحات 240-297)

هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي لخفض النوموفوبيا وتنمية تقدير الذات لدى عينة من الشباب الجامعي. بناء على وجود اضطرابات ومشكلات نتيجة عدم قدرة الطلاب على التخلي عن الهاتف المحمول، مع بروز مشاعر القلق والخوف عند الابتعاد عن الهاتف المحمول. وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي من خلال تطبيق البرنامج على عينة مكونة من 20 طالبا من كلية التربية بجامعة عين شمس. تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين تم إخضاعهما إلى مقياس النوموفوبيا ومقياس تقدير الذات، وتوصلت النتائج إلى فعالية نجاح البرنامج المقترح في خفض النوموفوبيا وتنمية تقدير الذات لدى عينة الدراسة.

حدود الاستفادة الدراسات السابقة:

تكتسي الدراسات السابقة أهمية كبيرة في البحث العلمي، إذ أنها تؤسس لمنهجية الدراسة وتوضح المفاهيم الأساسية، مما يعطي للباحث القابلية لإنجاز الجانب التطبيقي من الدراسة. في هذا السياق استفادت هذه الدراسة من الدراسات السابقة المذكورة أعلاه، من حيث تحديد بعض المفاهيم النظرية لاسيما مفهوم النوموفوبيا، بالإضافة إلى تحديد المنهج

المناسب وهو المنهج المسحي أو الوصفي. كما تم الاستعانة بها في تحديد نوع العينة وكيفية العمل بها وتنفيذ الإجراءات المنهجية والتطبيقية للدراسة.

إشكالية الدراسة

في ظل التحول المتسارع في البيئة الرقمية، أصبحت الهواتف الذكية والأجهزة المحمولة أدوات أساسية في العمل الصحفي، خاصة في مجال الصحافة الالكترونية التي تتطلب التفاعل الفوري، وتحديث المعلومات بشكل مستمر؛ غير أن هذا الاعتماد المتزايد على الهاتف الذكي وما يرافقه من تواجد دائم على الانترنت ومنصات التواصل الاجتماعي أدى إلى بروز ظاهرة سلوكية ونفسية تعرف بـ "النوموفوبيا" Nomophobia والتي تعني الخوف المرضي من فقدان الاتصال بالهاتف الذكي المحمول أو الانفصال عنه. وتعد النوموفوبيا من بين الأشكال الحديثة للإدمان الرقمي، والتي بدأت تحدث تأثيرات ملموسة على جوانب متعددة من الحياة المهنية، لاسيما لدى الصحفيين الذين يعتمدون بشكل مكثف على التكنولوجيا في أداء مهامهم. إذ قد يؤدي هذا النوع من الاضطراب إلى تشتت الانتباه، انخفاض التركيز، ضعف التحقق من مصادر المعلومات، أو حتى الاعتماد الزائد على المعلومات السريعة وغير الموثوقة المتاحة عبر شبكة الأنترنت.

تشير هذه الإشكالية إلى الكشف عن العلاقة المحتملة بين الاستخدام المفرط للهاتف الذكي بوصفه محفزا للنوموفوبيا، وفاعلية قدرة الصحفيين الجزائريين في إدارة المعلومة بداية من: الوصول إلى المعلومات، التحقق من مصادرها، جمعها، وإعادة صياغتها لإنتاج محتوى إعلامي موثوق ضمن السياق المهني للصحافة الالكترونية. في هذا السياق يطرح السؤال الرئيس الآتي:

ما مستوى تأثير النوموفوبيا على قدرة الصحفيين الجزائريين في إدارة المعلومة في المواقع الإخبارية الالكترونية؟

التساؤلات الفرعية:

- 1- ما درجة انتشار النوموفوبيا لدى الصحفيين الجزائريين -عينة الدراسة- العاملين في الصحافة الالكترونية؟
- 2- ما هي أبرز السلوكيات المهنية المرتبطة بالنوموفوبيا التي تظهر على عينة الدراسة أثناء عملية إدارة المعلومات؟
- 3- هل توجد علاقة بين درجة شعور عينة الدراسة بالنوموفوبيا وقدرتهم على إدارة المعلومات أثناء أداء مهامهم؟

فرضيات الدراسة:

الفرضية الأولى: يشعر معظم أفراد عينة الدراسة بالنوموفوبيا مما يعيق نشاطهم المهني في كثير من الأحيان.

الفرضية الثانية: هناك علاقة طردية بين ارتفاع مستوى شعور عينة الدراسة بالنوموفوبيا وقدرتهم على جمع المعلومات في البيئة الرقمية.

الفرضية الثالثة: كلما كان مستوى الشعور بالنوموفوبيا لدى عينة الدراسة عال، ضعفت قدرتهم على إدارة المعلومات وبالتالي ضعف أدائهم المهني.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة في شقين أساسيين هما: الجانب العلمي الأكاديمي والجانب المهني. فأما الجانب الأول، فتسهم في إثراء الأدبيات الأكاديمية المتعلقة بظاهرة النوموفوبيا بوصفها موضوعا مستجد في حقل الإعلام والاتصال؛ كما تبرز العلاقة بين العوامل النفسية والتقنية من جهة، والممارسة المهنية من جهة أخرى أما بخصوص الجانب الثاني فإن نتائج الدراسة هي أداة تشخيصية للمؤسسات الإعلامية حول تأثير الاستخدام المفرط للتكنولوجيا على الأداء الصحفي، كما تمكن الصحفيين من فهم ذاتي أعمق لعاداتهم الاتصالية، مما يساعد على تقويمها وتطويرها. كما تقدم مؤشرات قابلة للتوظيف من قبل مديري غرف أخبار الصحافة الالكترونية من أجل تطوير سياسات اتصالية متوازنة.

أهداف الدراسة:

- قياس مستوى انتشار النوموفوبيا لدى عينة الدراسة؛
- تحليل العلاقة بين شعور عينة الدراسة بالنوموفوبيا وقدرتهم على إدارة المعلومات في البيئة الرقمية؛
- تحديد التأثيرات السلوكية والمعرفية للنوموفوبيا على الأداء المهني لعينة الدراسة؛
- تقديم مقترحات مهنية تساعد في التوعية بمخاطر الشعور بفقدان التواصل مع الهاتف الذكي وتعزيز الأداء المهني المرتبط بإدارة المعلومات.

مجتمع البحث وعينته:

يتمثل مجتمع البحث لهذه الدراسة في كل الصحفيين الجزائريين العاملين في مجال الصحافة الالكترونية، والمواقع الإخبارية الالكترونية الجزائرية. ونظرا لضخامة حجم مجتمع البحث تطلب الأمر العمل بنظام المعاينة؛ حيث تم العمل بنظام عينة كرة الثلج، حيث تم في البداية اختيار عينة قصدية صحفي واحد، تم التواصل معه عن طريق الماسنجر، ليقوم هو بالتواصل مع زملاء له وموافاتهم بالاستمارة الاستبائية الالكترونية عبر ماسنجر، ليصل في النهاية عدد مفردات عينة الدراسة إلى 60 صحافيا وصحافية يعملون في مواقع إخبارية الكترونية.

منهج الدراسة وأدواته:

تعتمد الدراسة على المنهج المسحي، كونه الأنسب لدراسة العلاقات بين المتغيرات النفسية (النوموفوبيا) والمهنية (كفاءة إدارة المعلومات). كما يسمح بجمع بيانات كمية ونوعية، ورصد الظواهر كما هي في واقعها. وفي هذا السياق تم التركيز على الاستمارة الاستبائية أداة رئيسة لجمع البيانات من المبحوثين؛ وقد تم تصميم استمارة إلكترونية على شكل مقياس أعده الباحث بناء على معطيات نظرية سابقة، ويحمل 15 سؤالاً إضافة إلى أربعة (4) أسئلة حول المتغيرات المهنية لعينة الدراسة؛ تم تصميمه وفقاً لمقياس ليكرت الخماسي ليجيب عن تساؤلات وفرضيات هذا البحث، حيث تم إرسالها إلى عينة الدراسة عن طريق تطبيق ماسنجر.

تحديد المفاهيم والمصطلحات:

ترتكز هذه الدراسة على أربعة مفاهيم رئيسة، وهي المتغيرات البارزة في عنوانها بشقيه النظري والتطبيقي، وسيتم تقديم تعاريف نظرية وأخرى إجرائية تعبر عن المقاصد التي يرى الباحث أنها تخدم بحثه النظري والميداني.

● **النوموفوبيا:** تعرف النوموفوبيا بأنها الخوف الذي يشعر به الفرد عند عدم تمكنه من الوصول إلى جهاز الهاتف المحمول، أو عدم قدرته على التواصل مع الآخرين. وتعتبر حالة نفسية تؤثر سلباً على الشخص عندما ينسى هاتفه أو يكون خارج نطاق التغطية، أو عندما يكون الهاتف غير مشحون (Guzel, 2018, pp. 20-24). وتشير النوموفوبيا في هذه الدراسة إلى حالة الخوف الذي يشعر به الصحفيون الجزائريون -عينة الدراسة- بسبب عدم استخدامهم هواتفهم الذكية إثناء عملية إدارة المعلومات وجمع الأخبار، نتيجة لمشاكل تقنية أو غير تقنية.

● **إدارة المعلومات:** يقصد بها جمع وإدارة المعلومات من مصدر أو أكثر، وتوزيعها على جمهور واحد أو أكثر. وتعني تنظيم المعلومات والتحكم في التخطيط لها، ومعالجتها وتقييمها، وذلك بهدف تلبية أهداف العملاء وتمكين المؤسسة من تقديم المعلومات اللازمة لجمهورها (Kuar, 2012, pp. 424-427). والمقصود بإدارة المعلومات في هذه الدراسة هي السيرورة المهنية التي يتبعها الصحفي أثناء إنتاج القصة الخبرية، بداية بتحديد عنوان الخبر، البحث عن المعلومات، جمعها، تنظيمها، تصنيفها، معالجتها، إعادة صياغتها ثم تقديمها للجمهور في نهاية المطاف.

● **البيئة الرقمية:** تعد في العادة بيئة اتصالات متكاملة تتواصل فيها الأجهزة الرقمية وتدار فيها المحتويات والأنشطة الإنسانية؛ ويستند هذا المفهوم على أنظمة إلكترونية رقمية متكاملة. أو هي سياق ومكان تم تمكينه بواسطة التكنولوجيا والأجهزة الرقمية لنقل البيانات عبر الأنترنت وشبكات الهاتف المحمول ويتفاعل فيها الأفراد

(Ngoaketsi, Salawu, & Tella, 2021, p. 14). وتشير البيئة الرقمية إلى الفضاء الرقمي المتصل بشبكة الأنترنت

والذي يمارس من خلاله الصحفيين -عينة الدراسة- أنشطتهم المهنية، بهدف الوصول إلى الجمهور والتفاعل معهم.

- المواقع الإخبارية الالكترونية: تعبر عن مجموعة من النوافذ على شبكة الأنترنت، تعرض الأخبار المستحدثة وتعتمد غالبا على وكالات الأنباء أو مراسلين خاصين بالموقع، أو نقلا عن مواقع أخرى. وقد يقوم بعضها بعقد بروتوكولات مع مواقع أخرى لتبادل الأخبار والموضوعات الصحفية الأخرى (الدليمي، 2010، صفحة 173). ولأغراض هذه الدراسة فيعتبر هذه المفهوم أحد أشكال ممارسة الصحافة الالكترونية، وتعني الفضاء الرقمي الذي من خلاله يقدم الصحفيون الجزائريون موادهم الإعلامية، وهم ينتمون إليها كصحفيين محترفين ينتجون موادا إخبارية وينشرونها عبر الأنترنت.

1- الإطار النظري للدراسة

1-1 مفاهيم نظرية حول النوموفوبيا

يشير مصطلح نوموفوبيا إلى الخوف من عدم القدرة على الاتصال بالهاتف المحمول، والقلق الذي يعاني منه مستخدمو الهاتف المحمول؛ كما يعب اضطرابا في العصر الحديث، استخدم مؤخرا لوصف الانزعاج أو القلق الناتج عن عدم توفر هاتف محمول أو حاسوب شخصي أو أي اتصال افتراضي آخر (Ozdemir, Cakir, & Hussain, 2018, p. 1520). تحدث هذه الظاهرة نتيجة الإدمان على استخدام الهاتف الذكي في كل مجالات الحياة، خصوصا إذا كان متصلا بشبكة الأنترنت. ونتيجة لفقدان استعماله في بعض الحالات يشعر الأفراد بحالة من الخوف جراء شعورهم بقصور في تلبية حاجاتهم اليومية باستخدام الهاتف المحمول. ويظهر الأشخاص المصابون برهاب النوموفوبيا اضطرابات قلق نتيجة انفصالهم عن هواتفهم أو عند مواجهة مواقف مثل نفاذ البطارية أو فقدان الإشارة، أو فقدان الاتصال بشبكة الأنترنت (Demircioglu & Genç, 2023, p. 12). كما يشير رهاب النوموفوبيا إلى شكل من أشكال الإدمان السلوكي على الهواتف الذكية، والانفصال عن شبكة الهاتف المحمول أو عدم القدرة على الوصول إليه (Setai & Tiwari, 2021, p. 689).

يعود أصل هذا المصطلح إلى إنجلترا، وهو نتيجة الخوف وعدم الراحة مع القدرة على عدم الوصول إلى الجهاز عند الحاجة، وبعبارة أخرى النوموفوبيا هي الشعور بالخوف بسبب الانفصال عن العالم الرقمي، وتظهر في أربعة أبعاد رئيسية: (Garcia, Guerrero, & Belmonte, 2020, pp. 2-3).

- الخوف أو التوتر من عدم القدرة على التواصل مع الآخرين؛

- الخوف من عدم القدرة على التواصل؛

• الخوف من عدم القدرة على الوصول الفوري إلى المعلومات؛

• الخوف من التخلي عن الراحة التي توفرها الأجهزة المحمولة.

ينشأ رهاب النوموفوبيا المتجذر في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية DSM-IV، نتيجة للإفراط في استخدام الهاتف، مما يسهم في مشاكل نفسية مثل انخفاض تقدير الذات والميل إلى العزلة الاجتماعية (Balamurugan, 2024, p. 2361). ويعزز رهاب النوموفوبيا تطور الاضطرابات النفسية واضطرابات الشخصية، بالإضافة إلى مشاكل في تقدير الذات والشعور بالوحدة خاصة عند الشباب؛ كل هذا له تأثير كبير على الصحة، مما له تداعيات سلبية على جوانب أخرى من الحياة مثل: الدراسة والعمل... نتيجة الاعتماد القوي على تكنولوجيا الهاتف المحمول؛ كما أنها تزيد من الخوف من فقدان الوصول الفوري إلى أية معلومة أو التواصل مع الآخرين، مما يثير مؤشرات تتعلق بالاكتئاب، القلق، الغضب، العدوانية واضطرابات النوم (Garcia, Guerrero, & Belmonte, 2020, p. 3).

1-2 إدارة المعلومة في البيئة الرقمية

تقدم الموسوعة الإنجليزية (Britannica, n.d.) تعريفا للمعلومة على أنها معرفة يحصل عليها الفرد عن شخص أو شيء ما، بما فيها حقائق أو تفاصيل حول موضوع ما. وهناك تعريفا آخر على أنها الحقائق عن أي موضوع أو الأفكار والحقائق عن الناس والأماكن، أو أية معرفة تكتسب من خلال الاتصال أو البحث أو التعلم أو الملاحظة (علي، 2012، صفحة 478). ويستخدم مصطلح إدارة المعلومات في عدة مجالات، فمثلا في علم الحاسوب وتطبيقاته يستخدم كمرادف لإدارة تكنولوجيا المعلومات، أو كمرادف لإدارة البيانات، حيث ينصب التركيز على الهياكل التي تقوم عليها البيانات الكمية وعلاقتها بتصميم قواعد البيانات (Kuar, 2012, p. 424). وقد ازداد فهم المعلومات كعنصر مهم في بناء المعرفة في المجالين الاجتماعي والمهني، فأصبحت إدارة المعلومات موردا أساسيا لتحسين عملية اتخاذ القرارات في عدة مجالات. وإدارة المعلومات تسعى إلى تقليل الفائض، وتحسين تداوله، وتحديد الضروري منها بدقة، والتخلص من غير المفيد أو المكرر (Barbosa & De Moraes, 2021, p. 528). ومن حيث تدفق المعلومات، يمكن أن نقول أن إدارة المعلومات تشمل المعلومات الواردة "المدخلات"، المنتجة في محيط المؤسسة والتي تتلقاه من رسائل، بريد الكتروني، وثائق، كل ما يتعلق بمجالات التكنولوجيا، القانون، السياسة... والتي يتم جمعها (Sutter, 2006, p. 17).

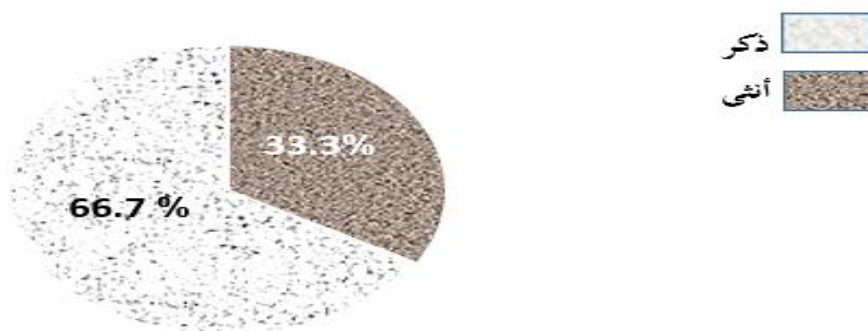
تعد إدارة المعلومات في البيئة الرقمية بالنسبة للصحافي مهارة جوهرية ضمن مهارات نشاطه المهني، حيث أصبحت التقنيات الرقمية تشكل بيئة العمل الأساسية للصحافة؛ وتشمل إدارة المعلومات جميع المراحل المرتبطة بجمع، تنظيم، تحليل، نشر، وحفظ المعلومات بشكل فعال، ويمكن تصور ذلك ضمن العناصر التالية:

- **جمع المعلومات:** من خلال تصفح محركات البحث، ومنصات التواصل الاجتماعي، والأرشيف الرقمي للمكتبات الالكترونية، وهنا تبرز أهمية التحقق من صحة المعلومات الرقمية من خلال المصدر، التاريخ، الصور...
- **تنظيم المعلومات:** تسمح هذه المرحلة باسترجاعها بشكل سلس، باستخدام أدوات رقمية، ويكون التنظيم حسب المواضيع أو القضايا.
- **تحليل المعلومات:** الهدف من هذه المرحلة هو استخلاص الرؤية أو تحديد الزوايا، وذلك بالاستعانة بأدوات تحليل المحتوى الرقمي لاسيما تقنيات الذكاء الاصطناعي، وكذا تحليل البيانات الضخمة، لتلخيص أو رصد الأخبار.
- **نشر المعلومات:** وتكون عبر المواقع الإخبارية الالكترونية، منصات التواصل الاجتماعي، النشرات الإخبارية الالكترونية مثل البريد الالكتروني؛ وعادة ما تكون المادة الإعلامية المنشورة متوافقة مع أخلاقيات المهنة.
- **أرشفة المعلومات وحفظها:** حفظ المحتويات الإعلانية الرقمية بشكل رقمي لتوثيقها (فيديوهات، صوتيات، PDF).
- **السلامة الرقمية:** فالصحافي يجب أن يكون واعيا بمسائل حماية معلوماته، مثل استخدام كلمات مرور قوية، تشفير البيانات والمراسلات الحساسة، والاعتماد على برامج حماية من الفيروسات والاختراق والقرصنة.

2- الإطار التطبيقي للدراسة

1-2 تحليل بيانات محور السمات الشخصية والمهنية لعينة الدراسة

الشكل 1-1: تحليل النتائج المتعلقة بمتغير الجنس



المصدر: تم تصميمه بناء على بيانات إجابات المبحوثين

أظهرت نتائج توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس أن الذكور شكلوا الأغلبية بنسبة 66.7%، في حين مثلت الإناث نسبة 33.3% من مجموع المبحوثين. ويعكس هذا التوزيع واقع الهيمنة النسبية للعنصر الذكوري داخل الوسط المهني في الصحافة الإلكترونية. من جهة أخرى يكتسب هذا المتغير أهمية بالنظر إلى اختلاف التأثير بالنوموفوبيا باختلاف الجنس، وهو ما سيتم التطرق إليه في محاور التحليل التالية.

الشكل -2-: تحليل النتائج المتعلقة بمتغير الانتماء إلى مؤسسة العمل



المصدر: تم تصميمه بناء على بيانات إجابات المبحوثين

تشير نسبة 66.7% إلى أن ثلثي العينة يعملون في مواقع تابعة لمؤسسات إعلامية، هذا يعني أن هذه المؤسسات تهيمن على سوق العمل الإعلامي الرقمي، وربما يعكس الاستقرار المالي والمهني الذي توفره المؤسسات الإعلامية مقارنة بالمواقع الإخبارية المستقلة. ورغم أن النسبة الأقل 33.3% تمثل أولئك الصحفيين الذين يعملون في مواقع إخبارية مستقلة، فهذا قد يشير وجود دور للإعلام الرقمي المستقل، خاصة في تناول مواضيع وقضايا لا تتناولها المؤسسات الإعلامية الكبرى، نتيجة تمتع هذه المواقع بمساحة أكبر من الحرية التحريرية.

الشكل -3-: تحليل النتائج المتعلقة بالأقدمية المهنية لعينة الدراسة



المصدر: تم تصميمه بناء على بيانات إجابات المبحوثين

أظهرت نتائج توزيع أفراد العينة حسب متغير الأقدمية المهنية أن الأغلبية بنسبة 66.7%، لديهم أكثر من 3 سنوات كخبرة مهنية في مجال الإعلام الرقمي، في حين مثلت نسبة 33.3% من مجموع المبحوثين، أولئك الذين لديهم خبرة مهنية من سنة إلى 3 سنوات. وتعكس هذه النتائج الخبرة المهنية التي يتمتع بها المبحوثين والتي تسمح لهم بتقديم أنشطة مهنية وفقا لمعايير وأخلاقيات المهنة. وأنهم على دراية كافية باستخدام أدوات الصحافة الالكترونية.

الجدول 1-1: ترتيب الأجهزة الالكترونية التي تستخدمها عينة الدراسة في نشاطها المهني

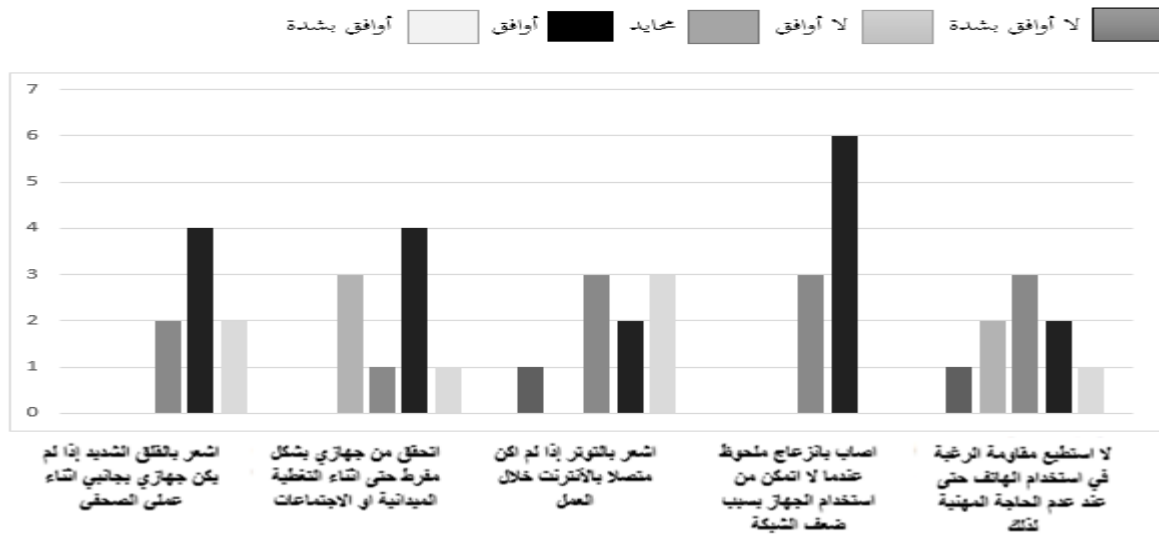
الترتيب حسب عينة الدراسة										الجهاز الالكتروني
المجموع		المرتبة الرابعة		المرتبة الثالثة		المرتبة الثانية		المرتبة الأولى		
%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	
100	60	00	0	15	9	48.33	29	36.66	22	الكمبيوتر المحمول
100	60	00	0	13.33	8	35	21	51.66	31	الهاتف الذكي
100	60	48.33	29	51.66	31	00	0	00	0	اللوحة الالكترونية
100	60	46.66	28	41.66	25	5	3	6.66	4	كمبيوتر المكتب

المصدر: تم تصميمه بناء على بيانات إجابات المبحوثين

تشير بيانات الجدول إلى أن الهاتف الذكي يتصدر الأجهزة الالكترونية المستخدمة في النشاط المهني لعينة الدراسة، حيث حاز على الترتيب الأول بنسبة 51.66%، يليه جهاز الكمبيوتر المحمول بنسبة 48.33%، الذي جاء ترتيبه ثانيا في قائمة الأجهزة المستخدمة من طرف عينة الدراسة. كما توضح النتائج أن اللوحة الالكترونية وكمبيوتر المكتب غالبا ما يدفعان إلى الترتيب الثالث والرابع تواليا بمجموع نسبة تفوق 90%؛ بشكل عام تعكس هذه الإحصائيات اعتماد عينة الدراسة بشكل أكبر على الأجهزة المحمولة مقارنة بالأجهزة المكتبية أو اللوحية. يمكن تفسير هذه النتائج بناء على عدة عوامل رئيسية أهمها: المرونة وسهولة الحمل، فكلًا من الهاتف الذكي والكمبيوتر المحمول يوفران قابلية تنقل عالية، كما أنهما تدعمان تطبيقات تواصل وإدارة الأنشطة بفعالية واحترافية؛ ولعل التطور التكنولوجي أدى إلى قلة الاعتماد على الأجهزة الثابتة أو المكتبية؛ كما يمكن تفسير ذلك بانتشار ثقافة العمل عن بعد لدى عينة الدراسة، مما يزيد من الاعتماد على الأجهزة المحمولة كحلول عملية وسريعة.

2-2 تحليل بيانات محور قياس الشعور بالنوموفوبيا لدى عينة الدراسة

الشكل -4-: بيانات عينة الدراسة الخاصة بقياس شعورهم بالنوموفوبيا

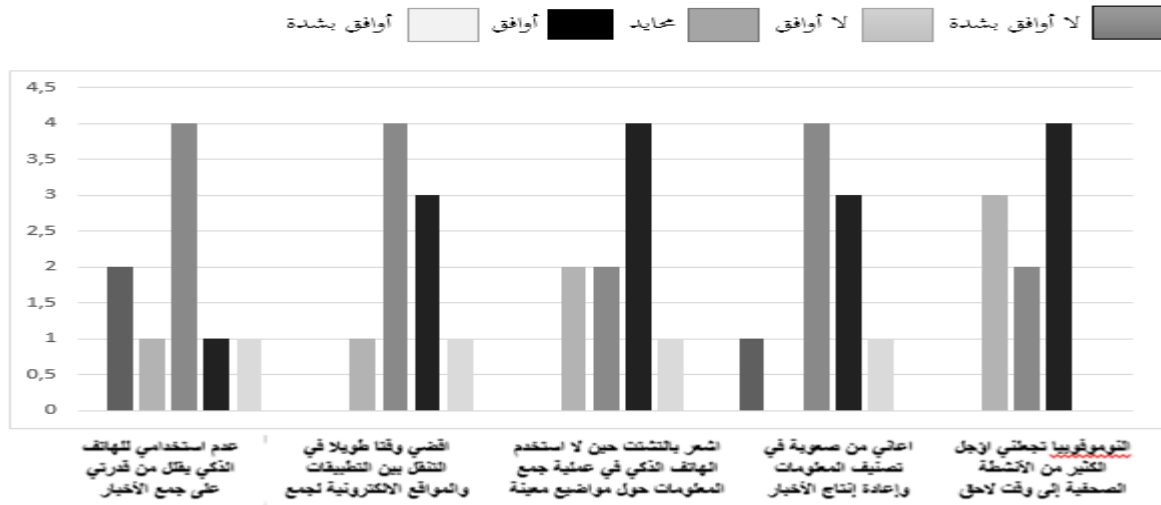


المصدر: تم تصميمه بناء على بيانات إجابات المبحوثين

تظهر الأعمدة البيانية أن أغلب مفردات عينة الدراسة تميل إلى خيار "أوافق"، (اللون الأخضر) في معظم العبارات، ما يعكس مستوى مرتفعا من الارتباط أو الاعتماد على الأجهزة الالكترونية أثناء نشاطهم المهني؛ ويتضح بشكل خاص أن العبارات المتعلقة بالشعور بالتوتر عند انقطاعهم عن الأجهزة أو فقدان الاتصال بشبكة الإنترنت أعلى نسب الموافقة، ما يشير إلى وجود تأثير نفسي واضح لهذه الأجهزة على مستخدميها. كما يلاحظ أن عبارة التحقق من الجهاز بشكل متكرر، يأتي في المرتبة الثانية من حيث الموافقة، مما يكشف عن وجود سلوك اندفاعي أو اعتياد متكرر على التفاعل مع الجهاز؛ في المقابل، تظهر بعض التباينات في عبارة عدم القدرة على مقاومة استخدام الهاتف عند عدم الحاجة المهنية إليه، حيث تتوزع الآراء بين الموافقة والحياد والرفض، ما يعكس اختلافات فردية. أيضا وجود نسب واضحة لخيار "محايد" في جميع العبارات يدل على أن بعض المبحوثين ليس لديهم موقف محدد. يمكن أن يشير هذا التوزيع إلى متوسط عام يتراوح بين "أوافق" و "محايد"، مع انحراف معياري متوسط يبرز التفاوت بين مفردات العينة. يبدو أن الاتجاه العام يسير نحو قبول دور الأجهزة الالكترونية في العمل اليومي، فهذا النمط من النتائج يدعم فكرة أن الأجهزة المحمولة أصبحت أداة لا غنى عنها لدى أغلب أفراد عينة الدراسة، ليس فقط لإنجاز أنشطتهم المهنية ولكن لتأمين الشعور بالاتصال بها، وتأثير حالات الانقطاع عنها أو ضعف الاتصال بها على نشاطهم المهني.

2-3 تحليل بيانات محور انعكاسات النوموفوبيا على جمع المعلومات

الشكل -5-: بيانات عينة الدراسة الخاصة بانعكاسات الشعور بالنوموفوبيا على جمع المعلومات

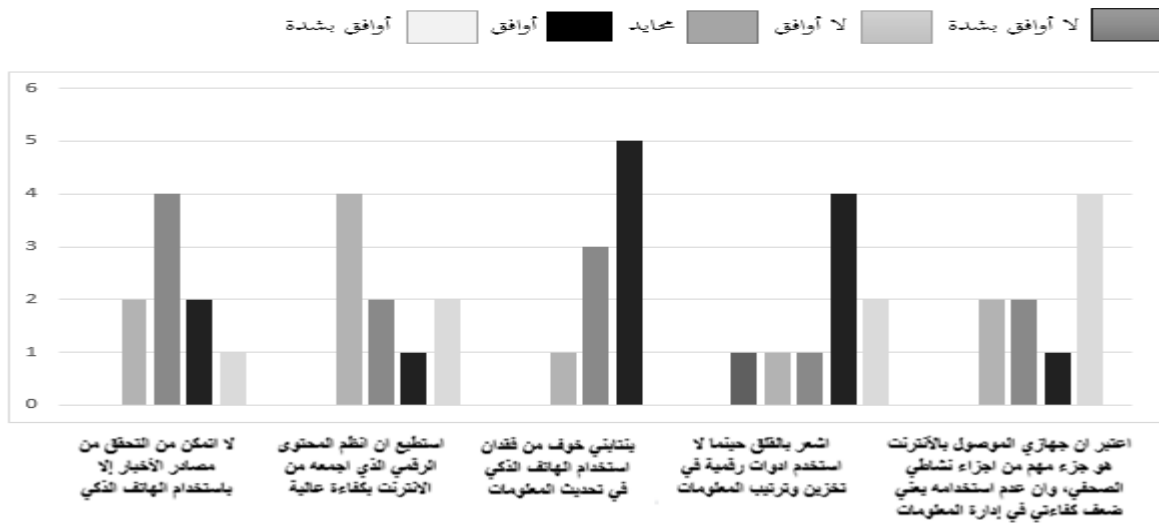


المصدر: تم تصميمه بناء على بيانات إجابات المبحوثين

يبين الشكل السابق أن معظم المبحوثين يميلون إلى خيار "محايد" أو "موافق" في أغلب العبارات، مما يعكس اتجاهها عاما نحو الاعتراف بتأثير التكنولوجيا، مع وجود نسبة لا بأس بها من التردد وعدم الحسم. في العبارة الأولى المتعلقة بتأثير عدم استخدام الهاتف الذكي على جمع الأخبار، نجد أن الغالبية اختارت "محايد" ما يدل على أن الأثر غير واضح للجميع؛ أما العبارة الثانية حول قضاء وقت طويل في متابعة المستجدات، فيظهر ارتفاع ملحوظ في الموافقة، وهو ما يعكس نزعة أفراد العينة للاستغراق في متابعة المحتوى الرقمي؛ في حين نجد العبارة الثالثة الذي تقيس مستوى التشتت الذهني الذي يصيب عينة المبحوثين عند عدم استخدامهم الهاتف الذكي في جمع المعلومات، تظهر أعلى نسبة موافقة، مما يشير إلى مستوى مرتفع من الاعتماد السلوكي للهاتف الذكي. أما بخصوص العبارة الرابعة المتعلقة بصعوبة تصنيف المعلومات وإعادة إنتاج الأخبار يظهر توجهها متوسطا إلى قوي نحو الموافقة، ما يؤكد وجود عبء معرفي لدى عينة الدراسة. أما العبارة الأخيرة فتظهر تباينا أكبر بين الموافقة والرفض، مما يعكس اختلافا فرديا في تقييم تأثير النوموفوبيا على الأداء المهني. إجمالاً، يمكن القول أن النتائج تدعم فرضية الاعتماد الوجداني والسلوكي على الهاتف الذكي، وتبين وجود مشكلات نفسية ترتبط بالخوف من فقدان استخدامه أثناء النشاط المهني.

2-4 تحليل بيانات محور كفاءة إدارة المعلومات في البيئة الرقمية

الشكل -6-: بيانات عينة الدراسة الخاصة بكفاءتهم في إدارة المعلومات في البيئة الرقمية



المصدر: تم تصميمه بناء على بيانات إجابات المبحوثين

يوضح الشكل أن كفاءة عينة الدراسة في إدارة المعلومات في البيئة الرقمية متباينة، وتعكس نتائج الاستبانة تباينا في مستوى هذه الكفاءة؛ في العبارة الأولى أظهرت النتائج أن النسبة المعتبرة من المبحوثين يتخذون موقفا محايدا منها، مما يدل على اعتماد غير نقدي على التقنية، وهو مؤشر على وجود كفاءة منخفضة في التحقق من مصادر المعلومات باستخدام الهاتف الذكي. أما العبارة الثانية فأغلبية مفردات عينة الدراسة لا يوافقون على قدرتهم على تنظيم المحتوى الرقمي الذي يتم جمعه عبر الأنترنت بكفاءة عالية، وهو جانب أساسي في الشعور بالخوف من فقدان التقنية في النشاط المهني. كما تشير بيانات العبارة الثالثة إلى وجود حالة موافق من الشعور بالخوف لدى عينة الدراسة من فقدان استخدام الهاتف الذكي في تحديث المعلومات. وبخصوص العبارة الرابعة، فنجد أن غالبية المبحوثين يقرون بشعورهم بالقلق حينما لا يستخدمون الأجهزة الرقمية في تخزين وترتيب المعلومات، وهذا ما يقر بوجود مستوى من الشعور برهاب فقدان استخدام هذه الأجهزة لدى الصحفيين. ويوافق بشدة غالبية عينة الدراسة على أن اتصال الأجهزة الرقمية بشبكة الأنترنت يعد أساسا في نشاطهم المهني، وأن ضعف الاتصال بالشبكة أو عدم الاتصال بتاتا بها يؤثر تماما على كفاءتهم في إدارة المعلومة في البيئة الرقمية.

3-النتائج ومناقشتها

توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

الفرضية الأولى: تبني الصحفيون (عينة الدراسة) موقفا محايدا من فرضية شعورهم بالنوموفوبيا والتي تعيق نشاطهم المهني؛ وتظهر النتائج أن عينة الدراسة تبنت موقفا حياديا من فرضية تأثرهم بالنوموفوبيا، مما يعكس تحفظا في الاعتراف بتأثير هذا الاضطراب على ممارستهم المهنية، ويشكل هذا غياب الوعي الكامل بأبعاده النفسية والسلوكية.

الفرضية الثانية: حقيقة، تشير النتائج إلى وجود علاقة فعلية بين شعور الصحفيين بالنوموفوبيا وتأثر قدراتهم على جمع المعلومات في البيئة الرقمية؛ ويعكس ذلك اعتمادا مفرطا على الاتصال المستمر بالإنترنت والأجهزة الذكية، ما يجعل انقطاع الاتصال مصدرا للتوتر يضعف من الكفاءة البحثية والتحقق من المصادر الرقمية لدى عينة الدراسة.

الفرضية الثالثة: تحققت هذه الفرضية ضمن مسار تحليل البيانات المتحصلة عليها، حيث تشير النتائج إلى أن زيادة مستويات النوموفوبيا لدى الصحفيين تسهم في إضعاف قدرتهم على إدارة المعلومات بكفاءة، الأمر الذي ينعكس سلبا على جودة أدائهم المهني؛ ويمكن تفسير ذلك بأن القلق من فقدان الاتصال بالهواتف الذكية والآنترنت يشوش الانتباه ويحد من القدرة على التركيز، ما يؤثر على عملية جمع المعلومات، وتنظيمها، وتحليلها في البيئة الرقمية.

كما تبرز نتيجة أخرى ذات أهمية بارزة، وهي أن عينة الدراسة حقيقة يشعرون بالنوموفوبيا غير أنهم لا يقرون بذلك، إما بسبب عدم فهمهم للموضوع، أو بسبب عدم التصريح بتأثر كفاءتهم المهنية بها؛ ومن خلال تحليل البيانات المجمعة تبين أن شعورهم بها يسبب لهم الخوف، القلق، الإدمان على استخدام الهواتف الذكية... وهي كلها مؤشرات تدل على شعورهم بالنوموفوبيا.

خاتمة

تناولت هذه الدراسة البحث في موضوع انعكاسات الشعور بالنوموفوبيا على كفاءة الصحفيين الجزائريين في إدارة المعلومة في البيئة الرقمية، وقد استخدم المنهج المسحي والعمل بنظام عينة كرة الثلج، ليصل عددها إلى 60 صحافيا يعملون في مجال الصحافة الالكترونية. تم تصميم استمارة استبيان إلكترونية وزعت على المبحوثين عبر تطبيق ماسنجر. قسمت هذه الدراسة إلى ثلاث جوانب: الجانب المنهجي، الجانب النظري، والجانب التطبيقي. فبالإضافة إلى النتائج المذكورة أعلاه، يمكن على ضوءها بلورة اقتراحات عملية يمكن تطبيقها في الواقع، للحد من هذه الظاهرة توضح على النحو التالي:

- تنظيم ورش تدريبية حول إدارة التوتر الرقمي والاعتماد الواعي على التكنولوجيا، وتدريب الصحفيين على التحكم في استخدام الهواتف الذكية والآنترنت؛

- توفير أدوات وتقنيات عمل تقلل من الاعتماد المفرط على الهاتف الذكي، وتزويد الصحفيين بأجهزة عمل مستقلة مزودة بخدمة الإنترنت مكتبية والتقليل من انقطاعها المتكرر؛
- تعزيز بنود التربية الإعلامية والمعلوماتية لدى الصحفيين، والتشديد على السلامة الرقمية أثناء القيام بأنشطتهم المهنية؛
- تدريب الصحفيين على التحكم الرقمي في أجهزتهم، وعدم الاعتماد العاطفي على الأجهزة الرقمية والتعلق بالإنترنت؛
- برمجة دورية لورش محاكاة لسيناريوهات فقدان الاتصال المفاجئ أثناء التغطية الإعلامية، وتعليمهم استراتيجيات بديلة.

المراجع العربية

- الدليمي، عبد الرزاق. (2010). الإعلام الجديد والصحافة الالكترونية. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
- بعلول، نجوى، علي، و السمياري، نجاح، عواد. (2012). النوموفوبيا وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المراهقين. المجلة الإفريقية للدراسات المتقدمة في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 1(4)، 348-363. تم الاسترداد من <https://www.aaasjournals.com/index.php/ajashss/article/view/183>
- عبد السلام، ماجد، وبن صغير، عثمان. (2022). اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبد العزيز. المجلة العربية للنشر العلمي، (43)، 197-229. تم الاسترداد من <https://www.ajsp.net>
- عبد العزيز، محمود. (2020). فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي لخفض النوموفوبيا وتنمية تقدير الذات لدى عينة من الشباب الجامعي. مجلة الإرشاد النفسي، 1(62)، 240-297. تم الاسترداد من https://cpc.journals.ekb.eg/article_110302_222b3d69771cdd6b5f45188584b0d4cc.pdf
- علي، أحمد. (2012). مفهوم المعلومات وإدارة المعرفة. مجلة جامعة دمشق. 478، (1)28. <https://www.damascusuniversity.edu.sy/mag/human/images/stories/475-512--a.pdf>

Bibliographie

- Balamurugan, V. (2024). Assessment of Nomophobia and its Determinants among Adults and Adolescents in Semi-Urban Chennai. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 13(6), 2361. Récupéré sur <https://www.academia.edu/127179966/Nomophobia?auto=download>

- Barbosa, E., & De Moraes, C. (2021). Social Media and Information Management for the Process of Social Engagement in Organizations. *Londrina*, 26(3), 528. doi:10.5433/1981-8920.2021v26n3p526
- Britannica. (s.d.). Consulté le 7 28, 2025, sur Britannica: <https://www.britannica.com/dictionary/information>
- Demircioglu, G., & Genç, H. (2023). The Effects of Nomophobia on Posture, Anxiety, Sleep, Quality, and Physical Activity in University Students. *BAU Health Innov*, 1(1), 12. Récupéré sur https://jag.journalagent.com/bauhi/pdfs/BAUH_1_1_12_17.pdf
- Garcia, A., Guerrero, A., & Belmonte, J. (2020). Nomophobia: An Individual's Growing Fear of Being without a Smartphone -A Systematic Literature Review. *International Journal of Environment Research and Public Health*, 7(580), 2-3. Récupéré sur <https://pdfs.semanticscholar.org/0cba/6ee1b2a6860e6aa82bc5e5b8a92bfe8ddc7c.pdf>
- Guzel, S. (2018). fear of the age: Nomophobia (no-mobile-phone). *Journal of Academic Perspective on Social Studies*(1), 20-24. Récupéré sur https://www.researchgate.net/publication/332981949_FEAR_OF_THE_AGE_NOMOPHOBIA_NO-MOBILE-PHONE
- Kuar, B. (2012). Information Management. *International Journal of Computers and Technology*, 3(3), 424-427. Récupéré sur https://www.researchgate.net/publication/324985898_Information_Management
- Lazarus, S., & et, a. (2024). Nomophoby (no-mobile-phone) among the undergraduate medical. *Heliyon Journal*(1), 1-13. Récupéré sur https://www.researchgate.net/publication/383120198_Nomophobia_No-mobile-phone_Phobia_Among_the_Undergraduate_Medical_Students
- Ngoaketsi, J., Salawu, Y., & Tella, A. (2021). *Digital Environment in Academic Libraries: Leveraging on Advenced Information Communication Technologies for Better Service Delivery*. Accra- Gana. doi:10.22624/AIMS/ABMIC2021-V2-P14
- Ozdemir, B., Cakir, O., & Hussain, I. (2018). Prevelence of Nomophobia among University Students: A Comparative Study of Pakistani and Turkish Undergraduate Students. *EURASIA Journal of Mathematic, Science and Technology Education*, 14(4), 1520. Récupéré sur <https://www.ejmste.com/download/prevalence-of-nomophobia-among-university-students-a-comparative-study-of-pakistani-and-turkish-5363.pdf>
- Pavithra, M., Swarna, M., & Mahadeva, M. T. (2015). A Study on Nomophobia - Mobile Phone Dependence, Among Students of a Medical College in Bangalore. *National Journal of Community Medecine*, 6(3), 340-344. Récupéré sur https://www.academia.edu/68467270/A_Study_on_Nomophobia_Mobile_Ph

ne_Dependence_Among_Students_of_a_Medical_College_in_Bangalore?nav_from=26e4af1d-c91b-4578-b1d1-b402bbd30d83

Setai, R., & Tiwari, S. (2021). A Study on Nomophobia among Youth in Indian Perspective. *The International Journal of Indian Psychology*, 9(1), 689.

Récupéré sur <https://ijip.in/wp-content/uploads/2021/03/18.01.074.20210901-1.pdf>

Soleymani, M. (2021). Nomophobia and Health Hazard Smartphone Use and Addiction Among University Students. *International Journal of Preventive Medecine*, 10(202), 1-5. Récupéré sur https://www.academia.edu/86017732/Nomophobia_and_health_hazards_Smart_phone_use_and_addiction_among_university_students?nav_from=a29d59a1-722f-4071-a297-f8f941f6ff55

Sutter, E. (2006). *Intelligence Economique et Management de l'Information*. Paris: Lavoisier.