

CONSCIN NOMOFÓBICA (PARAPSIQUIATRIA)

I. Conformática

Definologia. A *conscin nomofóbica* é a personalidade, homem ou mulher, vivendo a existência humana na condição patológica de extremo receio da inacessibilidade ao celular, devido ao vício em tecnologia, especificamente aparelhos tecnológicos de mídia portáteis (*smart-phones* e *tablets*), denotando ausência de autocrítica e fissuras intraconscienciais.

Tematologia. Tema central nosográfico.

Etimologia. O vocábulo *consciência* vem do idioma Latim, *conscientia*, “conhecimento de alguma coisa comum a muitas pessoas; conhecimento; consciência; senso íntimo”, e esta do verbo *conscire*, “ter conhecimento de”. Surgiu no Século XIII. O prefixo *intra* deriva também do idioma Latim, *intra* “dentro de; no interior; no intervalo de; durante; no recinto de; próximo ao centro; interiormente”. O termo *físico* procede do mesmo idioma Latim, *physicus*, e este do idioma Grego, *physikós*, “relativo à Natureza ou ao estudo da mesma”. Apareceu no Século XIII. A palavra *nomofobia* provém do idioma Inglês, *nomophobia*, constituído pelos termos, *no*, “não”, *mobile*, “telemóvel; celular”, e *phobia*, “ação de horrorizar; amedrontar; dar medo”. Surgiu no Século XX.

Sinonimologia: 1. Conscin antagonica à condição da incomunicabilidade digital. 2. Conscin fóbica à inacessibilidade ao telefone móvel. 3. Conscin viciada em tecnologia.

Neologia. As 3 expressões compostas *conscin nomofóbica*, *conscin nomofóbica iniciante* e *conscin nomofóbica derradeira* são neologismos técnicos da Parapsiquiatria.

Antonimologia: 1. Conscin nomofóbica. 2. Conscin harmoniosa perante a incomunicabilidade digital.

Estrangeirismologia: o *craving*; o *fomo* (*fear of missing out*); a *nomophobia* (*no mobile phobia*).

Atributologia: predomínio das faculdades mentais notadamente do autodiscernimento quanto à necessidade da Autodeterminologia.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopense pessoal da nomofobia; os fobopenses; a fobopensenidade; os patopenses; a patopensenidade; a carência dos ortopenses; a ausência da ortopensenidade; os egopenses; a egopensenidade; os minipenses; a minipensenidade; os ociopenses; a ociopensenidade.

Fatologia: o ato compulsivo de checar o celular; a hipervigilância aos sons do celular indicando nova mensagem; a escravidão da conscin ao vício em telas; a tecnose; o *Uso Problemático de Mídias Interativas* (PIMU, no acrônimo em inglês); o sistema de recompensa cerebral; o vício em jogos *online*; o vício em redes sociais; o vício em pornografia virtual; a promiscuidade holossomática; o vício em busca de informações *online*; o medo da autocrítica lúcida; o receio da solidão; a supremacia do cérebro reptiliano; o porão consciencial remanescente; as interprises grupocármicas geradas pela nomofobia; a postergação dos autenfrentamentos; a evitação do silêncio cosmoetificador; a fuga da autorreflexão de 5 horas; a banalização da atual vida intrafísica; a fragilidade intraconsciencial; o autoconceito heterodependente; o atraso na consecução da auto-proélix; a fuga do amadurecimento intraconsciencial; o apreço pela autexposição nas redes sociais; a recorrente dispersão; os acidentes de percurso a partir do vício em tecnologia; o *sexting* e o *grooming* enquanto fatores estigmatizantes; o suicídio como consequência da influência tecnológica nosográfica; o vínculo presencial fragilizado; a dependência de ambientes virtuais para comunicação; a minivolição; o antintelectualismo; a abulia consciencial; as escolhas antissomáti-

cas do intermissivista obnubilado; o trancamento intrafísico da conscin; a perda do *timing* da recin; a falta de *inteligência evolutiva* (IE); a postergação da inversão da maturidade.

Parafatologia: a necessidade de autovivência do estado vibracional (EV) profilático; o encolhimento da comunicabilidade interdimensional; o autassédio gerando a nomofobia; o heterassédio crônico no consumo velado de pornografia virtual; a iscagem consciente e inconsciente; o autencapsulamento inconsciente; a ectoplasmia assediadora; a dominação do megassediador sobre as conscins satélites; a sedução holochacral; a sedução sexochacral; o *congressus subtilis*; as comunexes baratroféricas de culto ao *status*; a predisposição energética à heterassedialidade; a atuação dos megassediadores extrafísicos; a ausência da sinalética energética e parapsíquica pessoal; a melex; a inspiração baratroférica; a autoparaprocedência baratroférica; os bloqueios energossomáticos; a descompensação energética; a assim patológica; o heterassédio extrafísico; a vampirização das energias conscienciais; os paravínculos do gregarismo patológico; as paramizadas nosográficas; a reprodução da avidez baratroférica por sexo e poder; a sofreguidão por energias conscienciais (ECs); a parailicitude; as possessões e as semipossessões interconscienciais; o desconhecimento da plateia extrafísica; o atraso na recuperação de cons magnos; a impossibilidade de consecução do planejamento proexológico feito em *Curso Intermissivo* (CI); a interprisão grupocármica multiexistencial, resultado de *cyberbullying*; os traços-fardos das consréus reptilianas, físicas e extrafísicas.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo patológico das carências afetivas*; o *sinergismo recin-recéis* necessário para a autossuperação da nomofobia; o *sinergismo nocivo dos tráfares pessoais*; o *sinergismo desarmonia íntima–doença somática*; o *sinergismo nosográfico das patologias*; o *sinergismo das parapatologias conscienciais manifestas pelas consréus ressomadas*; o *sinergismo patológico vício paragenético–vício genético–vício mesológico*.

Principiologia: o *princípio da afinidade*; o *princípio da imprestabilidade*; o *princípio da não-linearidade*; o *princípio do prazer*; o *princípio “se algo não serve, não adianta fazer maquiagem”*; o *princípio da primazia da realidade sobre qualquer ilusão*; o *princípio do posicionamento pessoal* (PPP).

Codigologia: a necessidade de reciclar o *código de valores pessoais*; a falta do *código pessoal de Cosmoética* (CPC).

Teoriologia: a *teoria do porão consciencial*; a *teoria das reurbexes*; a *teoria das interprisões grupocármicas* alertando quanto às apologias anticosmoéticas de novos padrões de comportamentos baratroféricos; a *teoria da personalidade narcisística*; a *teoria da automimese dispensável*; a *teoria da robéxis*; a *teoria da inconsequência dos atos na vida virtual* expressa pelo jargão “não dá nada”.

Tecnologia: as *técnicas de redução da lucidez* fomentada pela indústria cultural; a ausência de *técnicas evolutivas*; as *técnicas dos filhos de burlar o controle dos pais na Internet*.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Autopensenologia*; o *laboratório conscienciológico da Autocosmoeticologia*.

Efeitologia: o *efeito bioquímico da supressão da síntese de melatonina*; o *efeito da dificuldade de dormir*; o *efeito da síndrome visual* associada ao uso do computador; o *efeito do aumento do risco para desenvolver severas psicopatologias*; o *efeito da distração no celular causando acidentes automobilísticos*; o *efeito da contaminação por bactérias ao usar o celular no banheiro*.

Neossinapsologia: as sinapses oriundas de pensamentos viciados; as neossinapses advindas da reeducação da consciência.

Ciclogia: o *ciclo inspirações extrafísicas nosológicas–monoidéismo patológico*; o *ciclo de recorrência da patologia não tratada*; o *ciclo gatilhos patológicos–recaída da patologia*; o *ciclo estresse crônico–sintomas depressivos–dificuldades de relacionamento–dependência de smartphones*.

Enumerologia: o porão consciencial; a patologia cortical; a desarmonia intraconsciencial; o fechadismo consciencial; a dependência comportamental; o impulso habitual; o descontrole pessoal.

Binomiologia: a ausência do *binômio hábitos saudáveis–neorrotinas úteis*.

Interaciologia: a *interação patológica das realidades conscienciais*; a *interação das comorbidades*; a *interação autassédio-heterassédio* permeando a nomofobia; a *interação ansiedade social–vida virtual*.

Crescendologia: o *crescendo microinteresses–nomofobia*; o *crescendo isolamento social–uso problemático de mídias interativas*.

Trinomiologia: o *trinômio Psicopatologia-Psiquiatria-Parapatologia*; o *trinômio Subcerebrologia-Cerebrologia-Paracerebrologia*; o *trinômio mundinho-apriorismose-interiorose*; o *trinômio Paraterapeuticologia-Projecioterapia-Consciencioterapia*; o *trinômio Parapedagogiologia-Comunicologia-Infocomunicologia*; o *trinômio Conviviologia-Sociologia-Parassociologia*; o *trinômio Egocarmologia-Grupocarmologia-Holocarmologia*.

Polinomiologia: o *polinômio inteligência somática–inteligência emocional–inteligência intelectual–inteligência parapsíquica*.

Antagonismologia: o *antagonismo intimidade / aparências*; o *antagonismo espectador da vida / protagonista da vida*; o *antagonismo pessoa conflitiva / pessoa anticonflitiva*; o *antagonismo intoxicação / abstinência*; o *antagonismo fuga consciencial / autenfrentamento*; o *antagonismo vício oculto / vício escrachado*; o *antagonismo adicto em recuperação / adicto na ativa*.

Paradoxologia: o *paradoxo da desculpa do viciado em evitar o tratamento com psicotrópicos para não “depende” da química medicamentosa*; o *paradoxo de o paracérebro doentio avariar o cérebro normal*; o *megaparadoxo da ilusão intrafísica*; o *paradoxo de a autopenalização egocentrada ser manipulável pelos exopenses*; o *paradoxo de o autengrandecimento do ego poder ser autodesrespeito consciencial*; o *paradoxo da fuga de si mesmo*; o *paradoxo do intermissivista autalienado*.

Legislogia: a *lei do menor esforço*; a *lei da sincronicidade* permeada pela patologia; a *lei do Gersismo*; a *lei do vale-tudo*; a *lei da Egocarmologia*; a *lei da Grupocarmologia*; a *lei da ação e reação*.

Filiologia: a *hedonofilia*; a *idolofilia*; a *intrafísicofilia*; a *egofilia*; a *tecnofilia*; a *materiofilia*; a *comunicofilia*.

Fobiologia: a *nomofobia* escondendo a *fobia social*; a *nomofobia* sendo parte do espectro agorafóbico; a *fobia* à inacessibilidade tecnológica; a *fobia* à rejeição; a *decidofobia*; a *crítico-fobia*; a *parapsiquismofobia*; a *autocrítico-fobia*; a *evoluciofobia*; a *recexofobia*.

Síndromologia: a *síndrome da tela eletrônica*; a *síndrome da abstinência da Baratrosfera (SAB)*; a *síndrome da mediocrização consciencial*; a *síndrome da ectopia afetiva (SEA)*; a *síndrome da robotização existencial*; a *síndrome da abstinência fisiológica*; a *síndrome da conscin eletrônica*; a *síndrome da ribalta*.

Maniologia: a *tecnomania*; a *likemanía*; a *mania de dissimular*; a *narcisomanía*; a *egomanía*; a *gadgetmanía*.

Holotecologia: a *psicossomatoteca*; a *psicopatoteca*; a *patopensenoteca*; a *regressoteca*; a *nosoteca*; a *antissomatoteca*; a *convivioteca*.

Interdisciplinologia: a *Parapsiquiatria*; a *Parapatologia*; a *Intrafisiologia*; a *Conscienciometrologia*; a *Parassociologia*; a *Egologia*; a *Consciencioterapeuticologia*; a *Psicossomatologia*; a *Intraconscienciologia*; a *Invexologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *conscin nomofóbica*; a *geração like*; a *consciênçula*; a *consener*; a *consréu ressomada*; a *isca humana inconsciente*; a *conscin eletrônica*; a *conscin manipuladora*; a *conscin hedonista*; a *consciex satélite de megassediador*; a *consener*; a *conscin lúcida*; a *isca humana lúcida*; o *ser interassistencial*; a *conscin enciclopedista*.

Masculinologia: o narcisista; o megalomaníaco; o viciado; o *cyberdependente*; o fetichista; o imaturo; o infantil; o impulsivo; o assediado; o fronteiro ao suicídio; o depressivo; o pré-serenão vulgar; o vaidoso; o fútil.

Femininologia: a narcisista; a megalomaníaca; a viciada; a *cyberdependente*; a fetichista; a imatura; a infantil; a impulsiva; a assediada; a fronteira ao suicídio; a depressiva; a pré-serenona vulgar; a vaidosa; a fútil.

Hominologia: o *Homo sapiens technobnubilatus*; o *Homo sapiens reurbanisatus*; o *Homo sapiens insanus*; o *Homo sapiens pathopensenicus*; o *Homo sapiens dependens*; o *Homo sapiens egocentricus*; o *Homo sapiens superfluis*; o *Homo sapiens insatisfactus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: conscin nomofóbica *iniciante* = a pessoa jovem com nomofobia efêmera em função da imaturidade e da inexperiência; conscin nomofóbica *derradeira* = a pessoa na meia-idade física com nomofobia cronicificada.

Culturologia: os *idiotismos culturais* de todas as naturezas; a *cultura materiológica*; a *cultura das inutilidades onipresentes*.

Caracterologia. Nas pesquisas da *Parapsiquiatria*, eis, por exemplo, em ordem alfabética, 8 características patológicas da conscin nomofóbica:

1. **Abstinência:** reações de abstinência ao ficar *offline* por muito tempo.
2. **Ansiedade:** intenso sentimento de ansiedade e angústia se ficar *offline*.
3. **Inacesso:** pavor de ficar sem acesso à rede virtual.
4. **Inexistência:** sensação de inexistência se permanecer *offline*.
5. **Limitação:** sensação de limitação se estiver sem acesso.
6. **Perda:** sensação de perda devido à ausência *online*.
7. **Preocupação:** intensa preocupação em ficar sem bateria no aparelho.
8. **Virtual:** preferência pelo contato virtual ao presencial.

Trafares. Segundo a *Conscienciometria*, eis por exemplo, em ordem alfabética, 8 traços-fardos da conscin nomofóbica sustentadores da condição nosográfica de nomofobia:

1. **Carência afetiva.**
2. **Carência energética.**
3. **Hedonismo.**
4. **Insegurança.**
5. **Inveja.**
6. **Medo.**
7. **Narcisismo.**
8. **Superficialidade consciencial.**

Terapeuticologia. Eis, em ordem alfabética, 5 ações terapêuticas visando a superação da condição da nomofobia:

1. **Autoconscientização.** Trabalhar as energias com inteligência instalando estado consciencial homeostático mais rapidamente, a partir da vontade própria.
2. **Autodeterminação.** Separar-se deliberadamente do telefone, desligando ou deixando o aparelho em casa.
3. **Hábitos.** Instalar novos hábitos sadios ao soma tal como rotina de atividade física aeróbica ativando a circulação sanguínea cerebral.
4. **Psiquiatria.** Tratar doenças comórbidas à nomofobia, ao modo da fobia social, *síndrome do pânico*, agorafobia, sempre com orientação médica.

5. **Recins.** Aprofundar em questões intraconscienais para nortear as recins mais basais a partir de paratecnicidade, a exemplo das abordagens da Conscienciometria e Consciencioterapia.

VI. Acabativa

Remissologia. Pelos critérios da *Mentalsomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 15 verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, e respectivas especialidades e temas centrais, evidenciando relação estreita com a conscin nomofóbica, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Antiadicção:** Autoconsciencioterapia; Homeostático.
02. **Autassédio:** Parapatologia; Nosográfico.
03. **Autodesrespeito:** Autoconscienciometrologia; Nosográfico.
04. **Conscin dissimulada:** Dissimulaciologia; Nosográfico.
05. **Conscin trancada:** Materiologia; Nosográfico.
06. **Dependência:** Psicossomatologia; Nosográfico.
07. **Egocentrismo:** Egologia; Neutro.
08. **Megaparadoxo da ilusão intrafísica:** Omnidiscernimentologia; Nosográfico.
09. **Narcisismo:** Parapatologia; Nosográfico.
10. **Parapsiquiatria:** Consciencioterapeuticologia; Neutro.
11. **Porão consciencial:** Intrafisiologia; Nosográfico.
12. **Síndrome da abstinência da Baratrosfera:** Parapatologia; Nosográfico.
13. **Síndrome da ribalta:** Parapatologia; Nosográfico.
14. **Vaidade:** Psicossomatologia; Nosográfico.
15. **Vício:** Etologia; Nosográfico.

O VÍCIO EM MÍDIAS PORTÁTEIS EVIDENCIA A RESSOMA DAS CONSRÉUS, CONVERGINDO COM MANIFESTAÇÕES BARATROSFÉRICAS E EXPLICITANDO A RELEVANTE ASSUNÇÃO DA AUTORRESPONSABILIDADE EVOLUTIVA.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, já foi vítima da nomofobia na atual vida humana? Em caso afirmativo, quais as medidas terapêuticas e profiláticas adotadas?

Bibliografia Específica:

1. **Chóliz**, Mariano; *Mobile Phone Addiction in Adolescence: The Test of Mobile Phone Dependence (TMD)*; Artigo; *Progress in Health Sciences*; Revista; Vol. 2; N. 1; Bialystok, Poland; 2012; Vol. 2; N. 1; páginas 33 a 44.
2. **Vieira**, Waldo; *Homo sapiens reurbanisatus*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 479 caps.; 139 abrevs.; 12 *E-mails*; 597 enus.; 413 estrangeirismos; 1 foto; 40 ilus.; 1 microbiografia; 25 tabs.; 4 *websites*; glos. 241 termos; 3 infográficos; 102 filmes; 7.665 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2004, páginas 644, 661, 675, 684 e 711.
3. **Yildirim**, Caglar; *Exploring the Dimensions of Nomophobia: Developing and Validating a Questionnaire Using Mixed Methods Research*; Tese; Iowa State University; Iowa, EUA; 2014; páginas 8 a 11.
4. **Young**, Kimberly S.; & **Nabuco de Abreu**, Cristiano; Orgs.; *Dependência de Internet em Crianças e Adolescentes: Fatores de Risco, Avaliação e Tratamento*; trad. Mônica Giglio Armando; XII + 306 p.; 2 partes; 15 caps.; 1 citação; 186 enus.; 1 fluxograma; 1 gráf.; 1 ilus.; 3 questionários; glos. 632 termos; 816 refs.; 23 x 16 cm; br.; *Armed*; Porto Alegre, RS; 2019; páginas 33, 66, 180 a 183; 214 e 244.

Webgrafia Especifica:

1. **Dillner**, Luisa; *Does 'Phone Separation Anxiety' really exist?*; Artigo; *The Guardian*; Jornal; London; 28.08.2017; *Life and Style*; disponível em: <<https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2017/aug/28/does-phone-separation-anxiety-really-exist>>; acesso em: 31.08.19.
2. **Merz**, Theo; *'Nomophobia' affects Majority of UK*; Artigo; *Telegraph*; Jornal; London; 27.08.2013; *Technology*; disponível em: <<https://www.telegraph.co.uk/technology/news/10267574/Nomophobia-affects-majority-of-UK.html>>; acesso em 31.08.2019.
3. **Twenge**, Jean M.; *Have Smartphones destroyed a Generation?*; Artigo; *The Atlantic*; Boston; Setembro, 2017; *Technology*; disponível em: <<https://www.theatlantic.com/magazine/archive/2017/09/has-the-smartphone-destroyed-a-generation/534198/>>; acesso em 31.08.19.
4. **Valdesolo**, Piercarlo; *Scientists Study Nomophobia – Fear of Being Without a Mobile Phone*; Artigo; *Scientific American*; Revista; Estados Unidos; 27.10.2015; *Mind*; disponível em: <<https://www.scientificamerican.com/article/scientists-study-nomophobia-mdash-fear-of-being-without-a-mobile-phone/>>; acesso em: 31.08.19.

V. T. R.