

Krzysztof Mudyń
liberum@poczta.onet.pl
Katedra Psychologii
Uniwersytet Pedagogiczny
Kraków

O inteligencji emocjonalnej i emocjonalności użytkowników cyberprzestrzeni

Autor *Wirtualnej osobowości naszych czasów* zauważa, nie bez racji, że *to, co się dzieje online, nie pozostaje online* [Aboujaoude, 2012, s. 264]. Rozwija tę myśl, pisząc: *Nawet jeśli zdołamy zamknąć przeglądarkę pod koniec długiego dnia, okienko pozostaje otwarte w naszej psychice i przenikają przez nie upodobania i cechy, które mają swoje źródło w doświadczeniu wirtualnym, ale domagają się włączenia w nasze życie offline. Powiedzenie, że wystarczy jedno kliknięcie myszki, aby zamknąć przeglądarkę, w znacznym stopniu nie docenia wpływu przeglądarki na naszą psychikę. Może do zalogowania potrzeba kliknięcia lub dwóch, ale wylogowanie to trudniejsze wyzwanie i całkiem inna historia. Stwierdzenie, że skutecznie się wylogowaliśmy, jest zatem wyrazem myślenia życzeniowego: większość z nas nigdy tak naprawdę nie jest już offline* [op. cit., s. 264].

Należy zgodzić się z autorem, że intensywny kontakt z komputerem i Internetem zmienia przebieg naszych procesów poznawczych, sposób doświadczania rzeczywistości i w ogóle styl życia i „bycia w świecie”. Wiadomo od dawna, że od Internetu można się uzależnić. Istnieje ogromna ilość danych empirycznych, które to potwierdzają i konkretyzują. Zważywszy jednak, że ciągle zmieniają się możliwości techniczne i zakres dostępnych usług świadczonych przez Internet, z których korzystają kolejne pokolenia użytkowników, trudno nadażyć z badaniem psychologicznych i społecznych konsekwencji tych zmian. Pojawia się problem porównywalności uzyskiwanych danych. Za sprawą dotychczasowych badań wiemy już sporo o różnicach w emocjonalności osób nadużywających Internetu (*heavy users*) w porównaniu z osobami korzystającymi z jego dobrodziejstw w sposób sporadyczny czy umiarkowany. Znacznie mniej potrafimy powiedzieć na ile i w jaki sposób intensywne korzystanie z Internetu może wpływać na tzw. inteligencję emocjonalną. Pytanie to można oczywiście odwrócić i zapytać – czy poziom inteligencji emocjonalnej wpływa na sposób i intensywność korzystania z Internetu? Trudno ustalić kierunek tych zależności, tj. ustalić związki przyczynowo-skutkowe. W płaszczyźnie empirycznej jesteśmy zdani raczej na poszukiwanie korelacyjnych zależności pomiędzy wskaźnikami inteligencji emocjonalnej a intensywnością (i rodzajem) komputerowo zapośredniczonych aktywności.

Prezentowany tekst jest przyczynkiem do pytania: Czy i w jaki sposób systematyczne i długotrwałe przebywanie w cyberprzestrzeni może wpływać na inteligencję emocjonalną jej użytkowników?

Turyści, poligamiści i mieszkańcy cyberprzestrzeni

Wydaje się, że niektórzy spośród użytkowników „wirtualu” zasługują na miano turystów – to ci, którzy odwiedzają cyberprzestrzeń nieregularnie, raczej sporadycznie i na krótko, niejako przelotnie. Bywają jednak i tacy użytkownicy (i są ich miliony), którzy większość swego czasu na jawie spędzają w cyberprzestrzeni. Są to m.in. entuzjaści gier fabularnych, *internet addicted persons* lub tzw. *heavy users*. W podobnej sytuacji znajdują się też ci wszyscy, którzy niejako pracują w cyberprzestrzeni, pisząc programy, projektując i testując nowe portale, nowe serwisy, strony internetowe etc., spędzając w wirtualnej rzeczywistości większość swego czasu na jawie. Posądzeni o uzależnienie, chętnie odwołują się do kojącego i rozsądnie brzmiącego wyjaśnienia – „ot, taka praca”. Dla wielu z nich rzeczywistość wirtualna stała się rzeczywistością podstawową, zakłócaną jedynie przez sygnały i trudne do zignorowania wymogi, płynące z tzw. realu. Zasługują oni na miano mieszkańców cyberprzestrzeni – nazywanie ich użytkownikami byłoby mylącym eufemizmem. Istnieje jeszcze trzecia, najliczniejsza być może, grupa „użytkowników”. To ci, którzy naprzemiennie, acz systematycznie zamieszkują dwa światy, tzw. realny i wirtualny. Przypomina to sytuację osób, które posiadają dwa domy i zależnie od pory roku mieszkają w jednym lub drugim. Mamy tu do czynienia ze swoistą poligamią lub specyficznym dualizmem ontologicznym.

Pojęcie (koncepcja) inteligencji emocjonalnej

Od czasu publikacji artykułu *Emotional intelligence. Imagination, Cognition, and Personality* [Salovey, Mayer, 1990, s. 185-211] koncepcja inteligencji emocjonalnej zrobiła oszałamiającą karierę. Pierwotnie, w strukturze inteligencji emocjonalnej, autorzy ci wyróżnili trzy grupy składników: 1) związane z ekspresją i oceną emocji własnych oraz emocji innych ludzi, zarówno wyrażanych werbalnie, jak i niewerbalnie, 2) związane z regulacją emocji własnych oraz cudzych, 3) związane z wykorzystywaniem emocji w trakcie myślenia i działania. Później autorzy ci wzbogacili lub raczej skomplikowali pierwotny model, postulując grupę zdolności do rozumienia i analizowania emocji oraz wykorzystywania wiedzy emocjonalnej. Tym samym, model trójczynnikiowy został zastąpiony modelem czteroczynnikowym. Należy jednak podkreślić, że analiza czynnikowa danych uzyskanych przy użyciu narzędzia *Multifactor Emotional Intelligence Scale* (MEIS) ujawniła tylko trzy czynniki, które zostały zinterpretowane jako zdolności do: 1) spostrzegania (rozpoznawania) emocji, 2) rozumienia ich, 3) kierowania/zarządzania nimi [por. Jaworowska, Matczak, 2001, s. 9]. Dodajmy, że pierwotna koncepcja inteligencji emocjonalnej posłużyła za podstawę konstrukcji kwestionariusza INTE [Schutte, Malouff, Hall et al., 1998, s. 167-177]. Polska adaptacja tego narzędzia, w opracowaniu Aleksandry Jaworowskiej i Anny Matczak, ukazała się w roku 2001.

Pojęcie „inteligencji emocjonalnej” szybko wykazało swą przydatność przy przewidywaniu i wyjaśnianiu tak ważnych aspektów ludzkiej aktywności, jak osiągnięcia zawodowe, satysfakcja z życia, czy radzenie sobie ze złożonymi problemami życiowymi lub zawodowymi. Warto podkreślić, że różnice w sprawności procesów poznawczych i klasycznie rozumiany iloraz inteligencji nie pozwalały w zadawalającym stopniu przewidywać osiągnięć życiowych. Salovey i Mayer [Salovey, Mayer, 1990] oszacowali,

że klasycznie rozumiana, ogólna inteligencja pozwala wyjaśnić nie więcej niż 10-20% sukcesów życiowych. Może to wydawać się dziwne, gdyż inteligencja werbalno-pojęciowa – jak wiadomo – bardzo przydaje się w sytuacjach szkolnych i nie tylko. Z kolei, w życiu codziennym najbardziej przydaje się inteligencja praktyczna. Skądinąd wiadomo też, że prymusi raczej rzadko robią kariery zawodowe lub odnoszą inne społecznie zobiektywizowane sukcesy. Te ostatnie zdają się zależeć bardziej od czynników osobowościowo-motywacyjnych, takich jak spójny i stabilny system wartości, wyraźnie sprecyzowane cele życiowe, zintegrowana osobowość oraz brak deficytów osobowościowych, które wcześniej czy później rodzą trudności i problemy w odpowiedniej sferze aktywności życiowej, co z kolei – niejako rykoszetem – odbija się na efektywności funkcjonowania w pozostałych sferach.

Ponadto, zważywszy, że będąc ludźmi żyjemy przede wszystkim „w ludzkim świecie”, wszelkie nasze zobiektywizowane społecznie sukcesy zależą w gruncie rzeczy od innych ludzi – czy to w sensie konkretnych osób, czy instytucji społecznych zarządzanych przez innych ludzi.

Do łacińskich przysłów sugerujących, że szczęście sprzyja silnym oraz śmiałym (*Fortes fortuna iuvat, Audaces fortuna iuvat*) należałoby dorzucić jeszcze jedną generalizację, mającą silne oparcie w wielu badaniach empirycznych, związanych z satysfakcją z życia i innymi subiektywnymi wskaźnikami *well-being*. Otóż, fortuna sprzyja też szczęśliwym (*Felix fortuna iuvat*). Z kolei angielskie przysłowie powiada, iż „Smutni chłopcy ostatni przychodzą do mety”¹. „Śmiałość”, „odwaga” czy „bycie szczęśliwym”, to kategorie odnoszące się przede wszystkim do stanów emocjonalnych. I w tym momencie wracamy do tzw. inteligencji emocjonalnej i jej ogromnej roli w kontekstach zawodowych i życiowych.

Inteligencja emocjonalna a kompetencje społeczne

Zwykle inteligencję emocjonalną próbuje się odróżnić od tzw. inteligencji społecznej, choć niekiedy mówi się też o inteligencji społeczno-emocjonalnej. Nie wchodząc tutaj w spory terminologiczno-teoretyczne, zauważmy jednak, że jakkolwiek by nie definiować inteligencji emocjonalnej, komponenty umiejętności społecznych zawsze będą tam obecne. Po pierwsze, ilekroć mówi się o rozpoznawaniu czy identyfikacji uczuć, umiejętność ta odnoszona jest nie tylko do uświadamiania sobie trafnego (i bardziej specyficznego) nazywania własnych stanów emocjonalnych, lecz dotyczy to także umiejętności trafnego rozpoznawania uczuć innych ludzi. W naturalnych warunkach okazją do rozpoznawania czy odgadywania stanów emocjonalnych innych ludzi są bezpośrednie interakcje (*face to face*), które rozgrywają się w określonych kontekstach sytuacyjnych. Wiadomo skądinąd, że kontekst sytuacyjny, a ściślej kulturowo dookreślone znaczenie sytuacji (służbowa, publiczna czy towarzyska), w dużym stopniu limituje i dookreśla znaczenie nie tylko komunikatów werbalnych, lecz także sygnałów pozawerbalnych. Po drugie, sama obecność innych ludzi zmienia sposób ekspresji własnych uczuć, czy to je potęgując (np. w przypadku radości) czy też hamując lub wyzwalając. Sposób ekspresji aktualnie doświadczanych emocji pełni bowiem (zwłaszcza u małych dzieci, choć nie tylko) funkcje instrumentalną. Dziecko zaczyna płakać, aby sprowokować określoną reakcję

rodziców czy opiekunów, przestaje płakać, jeśli widzi, że nikt nie patrzy. Wspólne oglądanie komedii nasila reakcje śmiechu, samotne oglądanie sprawia, że tylko „uśmiechamy się w duchu”. Sposób ekspresji z kolei zwrrotnie oddziałuje na intensywność przeżywanych uczuć. Ponadto, należy zauważyć, że niektóre testy do badania inteligencji emocjonalnej (np. TIE autorstwa Śmieji, Orzechowskiego, Beauvalle'a [Śmieja, Orzechowski, Beauvalle, 2007, s. 80-99]) opierają się wyłącznie na werbalnym opisie „emocjogennych” sytuacji społecznych, a zadaniem osoby badanej jest wybrać sposób reakcji uznany za najbardziej adekwatny. Gwoli jasności dodajmy jednak, że inne testy do badania inteligencji emocjonalnej bazują na materiale niewerbalnym, wymagając od osoby badanej trafnego rozpoznania wyrazów mimicznych twarzy (zwykle aktorów) prezentowanych na zdjęciach (np. *SIE-T – Skala Inteligencji Emocjonalnej – Twarze* [Matczak, Piekarska, Studniarek, 2005]).

Pojęcie inteligencji emocjonalnej różnie bywa konceptualizowane i konkretyzowane, lecz zakres samego pojęcia pozostaje zasadniczo taki sam. Tym bardziej, że samo pojęcie – w odróżnieniu od terminów matematycznych – musi pozostać „rozmyte”, jego granic nie da się wyostrzyć i całkiem ujednoznaczyć. Wcześniej wspomniano o klasycznej propozycji rozumienia inteligencji emocjonalnej zaproponowanej przez Salovey'a, Mayer'a z 1990 roku. Dla równowagi przypomnijmy zatem później sformułowaną koncepcję autorstwa Daniela Golemana [Goleman, 1997]. Autor wyróżnił w swoim modelu pięć wymiarów inteligencji emocjonalnej, a mianowicie:

1. samoświadomość – obejmuje ona wiedzę o własnych emocjach, rozpoznawanie emocji w trakcie ich występowania oraz ich monitorowanie;
2. samoregulacja – zarządzanie emocjami, zdolność do adekwatnego sytuacyjnie reagowania;
3. samomotywacja – podporządkowanie emocji do realizowanych celów, odrzucanie gratyfikacji, utrzymywanie stabilnej motywacji do działania;
4. empatia – rozpoznawanie emocji u innych, empatyczna świadomość;
5. umiejętności społeczne – utrzymywanie relacji międzyludzkich, zarządzanie emocjami innych.

Dodajmy, że trzy pierwsze wymiary autor zaliczył do tzw. kompetencji osobistych, a pozostałe dwa do kompetencji społecznych.

Inteligencja emocjonalna a płęć

Wprawdzie w czasach dyktatu poprawności politycznej mówienie o jakichkolwiek różnicach grozi posądzeniem o dyskryminację, niemniej należy jednoznacznie stwierdzić, że (statystycznie biorąc) mężczyźni różnią się od kobiet w zakresie inteligencji emocjonalnej. Różnią się na swoją niekorzyść. Innymi słowy, kobiety systematycznie uzyskują wyższe wyniki niż mężczyźni [por. m.in. Jaworska, Matczak, 2001, Bogucki, 2010]. Przewaga kobiet nad mężczyznami – w zakresie inteligencji emocjonalnej – ujawnia się niezależnie od rodzaju testu zastosowanego do pomiaru kompetencji (zdolności) emocjonalnych. Dodajmy, że – mające znacznie dłuższą historię – badania nad tzw. aleksytymią (trudnością nazywania i rozpoznawania emocji) jeszcze bardziej dobitnie uzasadniały wniosek, że aleksytymia to przede wszystkim problem mężczyzn, u których

deficyt ten stwierdzano kilkakrotnie częściej niż u kobiet. Potoczne obserwacje (które łatwo przetestować na własny użytek) również to potwierdzają. Dla wielu mężczyzn mówienie o własnych uczuciach w bliskich relacjach interpersonalnych jest zadaniem bardzo trudnym, nierzadko ponad siły. Nakłanianie mężczyzny do odpowiadania na pytania w rodzaju „Co do mnie czujesz?” zwykle jest skutecznym sposobem, by go wprawić w zakłopotanie. Nie dotyczy to jednak pewnej grupy psychopatów, którzy potrafią pięknie i przekonująco mówić o swoich uczuciach (z powodów instrumentalnych), co przychodzi im tym łatwiej, iż żadnych (tzw. wyższych bądź wtórnych) uczuć nie przeżywają.

W sympatycznej komedii – z udziałem Gerarda Depardieu w roli głównej – „Tata i małolata” jest scena, kiedy to młodziutka małolata wygłasza w stronę ojca kwestię w stylu: *Ach ci mężczyźni – potrzebują tygodni, by zauważyć relacje uczuciowe, które dla kobiet są oczywiste po kilku minutach.* Gwoli sprawiedliwości należałoby też przywołać inną scenę z tego samego filmu, kiedy to „nierozgarnięty uczuciowo” ojciec (niczym Cyrano de Bergerac), stojąc pod balkonem podpowiada córce romantycznie/pompacyjnie brzmiące słowa, których walorów ona nie rozumie i nie docenia, acz które odnoszą pożądany skutek u jej pogniwanego przyjaciela. Wspomniana scena jest dającym do myślenia przyczynkiem do (jakościowych) różnic w zakresie inteligencji emocjonalnej kobiet i mężczyzn. Można by powiedzieć, że w tej sytuacji ojciec wykazał się przewagą w zakresie innego aspektu inteligencji emocjonalnej, tj. w sensie skutecznego wpływu na stan emocjonalny innej osoby (tu młodego mężczyzny) poprzez właściwy dobór sygnałów werbalnych. Może więc kobiety są bardziej kompetentne w odczytywaniu niewerbalnych sygnałów stanów emocjonalnych innych osób, natomiast jeśli idzie o wywieranie pożądanego wpływu na stan emocjonalny innych ludzi, różnice stają się bardziej problematyczne lub wręcz ich nie ma?

Pojawia się pytanie, dlaczego kobiety lepiej rozpoznają niewerbalne sygnały stanów emocjonalnych innych ludzi niż mężczyźni. Patrząc z ewolucyjnego punktu widzenia i zastanawiając się nad adaptacyjną funkcją tej umiejętności, można by dojść do wniosku, że jest to przydatna kompetencja w radzeniu sobie z mężczyznami, tj. w przewidywaniu i kontrolowaniu ich zachowania, przynajmniej w kulturach patriarchalnych. Inna alternatywno-komplementarna interpretacja byłaby taka, że opieka nad dziećmi, szczególnie w wieku niemowlęcym, wymaga wrażliwości na tego typu sygnały.

Inteligencja emocjonalna internautów

Generalnie badania dotyczące związków między intensywnością korzystania z Internetu a inteligencją emocjonalną wskazują na istnienie negatywnych korelacji między tymi zmiennymi. I tak, w polskich badaniach przeprowadzonych przez Kamila Henne [Henne, 2003, s. 111-130] na stosunkowo nielicznej próbie, złożonej z uczestników grup dyskusyjnych i studentów, wykazano związek między deklarowanym zaangażowaniem w Internet (przy użyciu zmodyfikowanego kwestionariusza autorstwa Szmajdzińskiego) a wynikami kwestionariusza INTE do badania inteligencji emocjonalnej. Stwierdzono ujemną korelację ($r=-0,41$; $p=0,01$) pomiędzy poziomem zaangażowania w Internet a poziomem inteligencji emocjonalnej. W tych samych badaniach wykorzystano również kwestionariusz KKS do pomiaru kompetencji społecznych. Uzyskane wyniki były analogiczne – tu również odnotowano negatywną zależność między poziomem kompetencji społecznych

a inteligencją emocjonalną ($r=-0,42$; $p<0,01$). Ponadto, wykorzystanie analizy regresji pozwoliło ustalić, iż około 23% wariacji całkowitej zaangażowania w Internet można wyjaśnić w oparciu o wyniki w zakresie kompetencji społecznych oraz inteligencji emocjonalnej, jeśli potraktować je jako zmienne niezależne [Henne, 2003].

Podobne wyniki przy zastosowaniu innych narzędzi pomiarowych uzyskali Engelberg i Sjoberg [Engelberg, Sjoberg, 2004, s. 41-47]. Przebadali oni 41 osób testami *Internet Addiction Test* autorstwa Kimberly Young, Skalą Samotności UCLA i *Work/Leisure Balance Scale*. Poziom inteligencji emocjonalnej mierzony był dwójako: trafnością rozpoznawania emocji na zdjęciach przedstawiających ludzkie twarze („rozpoznawanie mimiki”) oraz poprzez trafność określania emocji osób uwikłanych w różne sytuacje społeczne, na podstawie werbalnych opisów tych sytuacji („wydarzenia społeczne”). Odnotowano negatywne korelacje między wynikami *Internet Addiction Scale* a rozpoznawaniem mimiki ($r= -0,44$; $p<0,01$), rozumieniem wydarzeń społecznych ($r= -0,38$; $p<0,05$) oraz *Work/Leisure Balance* ($r= -0,45$; $p<0,01$). Natomiast pozytywną korelację (istotną chociaż niewysoką) odnotowano między stopniem uzależnienia od Internetu a Skalą Samotności UCLA ($r=0,33$; $p<0,05$). Stosując analizę regresji, autorzy wykazali, że 20% wariacji całkowitej (intensywności korzystania z Internetu) wyjaśniają zmienne związane z inteligencją emocjonalną, tj. z rozpoznawaniem mimiki i rozumieniem „wydarzeń społecznych”.

Istnieje wiele innych badań, w których – przy użyciu różnych narzędzi badawczych – stwierdzono związek między intensywnością korzystania czy stopniem zaangażowania w Internet a (mierzoną na różne sposoby) inteligencją emocjonalną. Z braku miejsca nie zostaną one zreferowane. Jeśli idzie o polskie badania, to należy wspomnieć m.in. o badaniach J. Boguckiego [Bogucki, 2010] przeprowadzonych na starannie dobranej próbie 128 studentów (64 mężczyzn, 64 kobiet), gdzie również odnotowano negatywny związek między intensywnością korzystania z Internetu, której wskaźnikiem były wyniki *Internet Addiction Scale* K. Young a inteligencją emocjonalną mierzoną skalą INTE. Zarówno w grupie kobiet, jak i mężczyzn, korelacja okazała się istotna, choć niewysoka ($r= -0,29$; $p=0,02$).

W tych samych badaniach, podobnie jak we wcześniejszych badaniach K. Mudynia [Mudyń, 2007, s. 61-74; Mudyń, 2009, s. 68-86], odnotowano też szereg zależności korelacyjnych pomiędzy intensywnością korzystania z Sieci a skłonnością to przeżywania określonych uczuć, mierzonych projekcyjną metodą Realności Uczuć autorstwa K. Mudynia. Krótko mówiąc, odmienne uczucia korelowały z intensywnością korzystania z Internetu u studentów (mężczyzn), a inne u studentek. U mężczyzn najwyższa korelacja ($r=0,30$; $p<0,05$) dotyczyła „pewności siebie”, podczas gdy u kobiet (studentek) pozytywne korelacje z intensywnością korzystania z Internetu dotyczyły wyłącznie wielu uczuć negatywnych, takich jak „znudzenie” ($r=0,35$; $p<0,01$), „poczucie wyższości” ($r=0,30$; $p=0,01$), a także „rozgoryczenie” ($r=0,29$; $p<0,02$), „wrogość” ($r=0,27$; $p<0,05$), „pogarda” ($r=0,26$; $p<0,05$) i „poczucie zlekceważenia” ($r=0,26$; $p<0,5$). Dodajmy jeszcze, że w grupie studentek najwyższą negatywną korelację odnotowano pomiędzy intensywnością korzystania z Internetu a przeżywaniem „radości” ($r= -0,44$; $p<0,001$) oraz „troskliwości” ($r=0,41$; $p=0,001$). Wyniki te wskazują wyraźnie na odmienną motywację młodych kobiet i mężczyzn, odpowiedzialnej za angażowanie się w korzystanie z Sieci.

Warto tu wspomnieć o propozycji Weisera [Weiser, 2001, s. 723-741] rozróżnienia dwóch rodzajów motywacji do korzystania z Internetu, a mianowicie społeczno-afektywnej (poszukiwanie kontaktów i poprawianie sobie nastroju) oraz poznawczo-instrumentalnej (poszukiwanie informacji, dóbr i usług). Wyniki uzyskane przez Weisera wskazywały, że prawdopodobieństwo nadużywania lub uzależnienia od Sieci wiąże się przede wszystkim z motywacją społeczno-afektywną. Wyniki te zostały w dużym stopniu potwierdzone w polskich badaniach, przeprowadzonych na licealistach [Mudyń, 2007, s. 61-74; Mudyń, 2009, s. 68-86].

Podsumowanie

Wiele badań korelacyjnych – niezależnie od zastosowanych narzędzi badawczych – ukazuje i potwierdza negatywne zależności między inteligencją emocjonalną a intensywnością korzystania z Sieci. Niektóre badania świadczą też o tym, że istotny jest rodzaj motywacji stojącej za nadużywaniem Sieci kosztem aktywności realizowanych w tzw. realu. Motywacja społeczno-afektywna bardziej sprzyja uzależnieniu niż motywacja poznawczo-instrumentalna. Nadużywanie Sieci przez kobiety (dziewczęta) – przynajmniej w niektórych grupach wiekowych – o wiele bardziej wiąże się z tzw. negatywną emocjonalnością niż w przypadku mężczyzn.

Zważywszy, że przytaczane badania mają charakter korelacyjny, nie możemy powiedzieć, że intensywne korzystanie z Sieci jest powodem (przyczyną) niższej inteligencji emocjonalnej. Można przypuszczać bowiem, że osoby z problemami emocjonalnymi lub raczej osoby o niższych kompetencjach społeczno-emocjonalnych chętniej korzystają z Sieci i łatwiej się uzależniają. Aby móc stwierdzić, na ile korzystanie z Sieci pogłębia te problemy, a na ile je redukuje, potrzebne byłyby dość wyrafinowane i czasochłonne badania longitudinalne.

Niektórzy autorzy [Ben Youssef, Ben Youssef, 2011, s. 21-28] akcentują pozytywne konsekwencje wirtualnych interakcji, twierdząc, że interaktywne korzystanie z Sieci, umożliwiające komunikację z innymi osobami (i uzyskiwanie od nich informacji zwrotnych) prowadzi do wykształcenia nowych, niejako alternatywnych kompetencji, nazwanych przez nich *Cyber Emotional Intelligence*, które to kompetencje mogłyby redukować deficyty zwyczajnej, klasycznie rozumianej inteligencji emocjonalnej. Jest to interesujący punkt widzenia, lecz argumentacja nie jest dość przekonująca. Brak również wystarczająco przekonujących danych empirycznych

Przypisy

¹ Jan Blecharz przywołał niedawno to przysłowie w swym wystąpieniu, traktującym o wyznacznikach sukcesu w sporcie wyczynowym, na międzynarodowej konferencji naukowej „Motivation in Social Context. Theory and Practice”.

Bibliografia

Aboujaoude E.: *Wirtualna osobowość naszych czasów. Mroczna strona E-osobowości*. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2012

- Ben Youssef A., Ben Youssef H.: *Social Networking on Web2.0: From Emotional Intelligence to Cyber Emotional Intelligence*. "Management Information Systems" 2011, nr 2
- Blecharz J.: *Program of practical application of self-determination theory (SDT) in professional sport*. International Conference „Motivation in Social Context. Theory and Practice”, Cracow, 30 Juni-2 Juli 2013
- Bogucki J.: *Inteligencja emocjonalna i profile afektywno-emocjonalne a intensywność korzystania z Internetu wśród studentów*. Niepublikowana praca magisterska. Instytut Psychologii Stosowanej UJ, Kraków 2010
- Engelberg E., Sjoberg L.: *Internet use, social skills, and adjustment*. "CyberPsychology & Behavior" 2004, nr 7
- Goleman D.: *Emotional Intelligence. Why it can matter more than IQ*. Bantam Books, New York, Toronto 1995
- Goleman D.: *Inteligencja emocjonalna*. Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 1997
- Henne K.: *Kompetencja społeczna i inteligencja emocjonalna a zaangażowanie w Internet*. „Psychologia Jakości Życia” 2003, nr 2
- Jaworowska A., Matczak A.: *Podręcznik inteligencji emocjonalnej INTE*. Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa 2001
- Khatiri Yanesari M., Homayouni A., Gharib K.: *Can emotional intelligence predicts addiction to internet in university students?* "European Psychiatry" 2010, nr 2, s. 748
- Matczak A., Piekarska J., Studniarek E.: *SIE-T. Skala Inteligencji Emocjonalnej – Twarze*. Pracownia Testów Psychologicznych, Warszawa 2005
- Mayer J. D., Salovey P.: *Czym jest inteligencja emocjonalna?* [W:] *Rozwój emocjonalny a inteligencja emocjonalna*. Red. nauk. P. Salovey, D. J. Sluyter. Wydaw. Rebis, Poznań 1999, s. 21-69
- Mudyń K.: *O motywach oraz psychospołecznych konsekwencjach (nad)używania Internetu*. [W:] *Komputer – Człowiek – Prawo*. Red. nauk. W. Lubaszewski. Wydaw. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2007
- Mudyń K.: *Profile afektywno-emocjonalne uczniów nadużywających vs. sporadycznie używających Internetu*. „Kultura i Edukacja” 2009, nr 4
- Salovey P., Mayer J. D.: *Emotional intelligence. Imagination, Cognition, and Personality*. "Cognition and Personality" 1990, nr 9
- Schutte N. S., Malouff J. M., Hall L. E., Haggerty D., Cooper J. T., Golden C., Dornheim L.: *Development and validation of a measure of emotional intelligence*. "Personality and Individual Differences" 1998, vol. 25
- Śmieja M., Orzechowski J., Beauvale A.: *TIE – Test Inteligencji Emocjonalnej*. „Studia Psychologiczne” 2007, vol. 54
- Weiser E. B.: *The Functions of Internet Use and Their Social and Psychological Consequences*. "CyberPsychology & Behavior" 2001, nr 4