

Jakub Kuś

SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny,
II Wydział Psychologii
jkus@swps.edu.pl

Przemysław Korotusz

SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny,
II Wydział Psychologii
pkorotusz@st.swps.edu.pl

WIRTUALNA UCIECZKA: SYNTETYCZNY PRZEGLĄD LITERATURY DOTYCZĄCEJ ZJAWISKA CYBERDRYFOWANIA

Życie w dzisiejszym świecie wiąże się z koniecznością dostosowywania się do wymogów technologicznych oraz z ciągłym poszerzaniem własnych umiejętności obsługi urządzeń cyfrowych. Taki stan rzeczy wywiera presję na różne dziedziny życia; aby ją rozładować powstają nowe zjawiska, których przejawy można zaobserwować także w funkcjonowaniu psychologiczno-społecznym człowieka w przestrzeni internetu. Jednym z takich zjawisk jest cyberdryfowanie, które można zdefiniować jako poświęcanie czasu zarezerwowanego na pracę lub naukę na rzecz niezwiązanymi z nimi aktywności w cyberprzestrzeni. Zachowania będące cyberdryfowaniem są aktywnościami złożonymi, które podzielić można na różne kategorie, a także przewidywać ich występowanie na podstawie wielu je determinujących czynników. Zjawisko to jest tym bardziej warte uwagi, gdyż wraz z postępem technologicznym dostęp do internetu staje się powszechny również w środowisku pracy i edukacji. Cyberprzestrzeń poza ułatwieniem nauki oraz wykonywania obowiązków pracowniczych oferuje również szeroki zakres aktywności na które przeciętny użytkownik przeznaczają czas, bezpowrotnie go marnując. Celem niniejszego artykułu jest przedstawienie kompleksowego i syntetycznego przeglądu najnowszych badań psychologicznych dotyczących cyberdryfowania, wyjaśniających zarówno jego genezę, jak i konsekwencje w wymiarze jakości pracy i codziennego funkcjonowania. Cyberdryfowanie jest coraz częściej uznawane za jedną z największych patologii pracy, także dogłębne poznanie tego zjawiska zdaje się być najlepszym punktem wyjścia do poradzenia sobie z jego występowaniem.

Słowa kluczowe: cyberdryfowanie, psychologia internetu, psychologia pracy i organizacji, psychologia społeczna

Wpływ, jaki wywiera internet na codzienne funkcjonowanie jego użytkowników jest z roku na rok coraz intensywniejszy. Obecnie często nie tyle „korzystamy z niego”, co wręcz „żyjemy w nim” (m.in. Carr, 2012; Turkle, 2013). Castells (2011) zwraca uwagę, że niebywale dynamiczny rozwój internetu i rewolucja cyfrowa, która jest tego efektem, będzie miała jeszcze bardziej doniosłe konsekwencje dla społecznego funkcjonowania ludzi, niż XIX wieczna rewolucja przemysłowa – internet nieodwracalnie przeobrazi świat, jaki znamy i w jakim żyjemy. Granica pomiędzy

tym, co „cyfrowe”, a tym co „analogowe” jest też coraz trudniejsza do uchwycenia i jednoznaczniego wytyczenia – coraz więcej aktywności odbywa się na styku tych dwóch wymiarów funkcjonowania, wzajemnie się przenikając (Zajac, Krejtz, 2007). Choć internet przyniósł ludzkości wiele dobrego i popchnął ją znacząco w kierunku rozwoju, to nieostrożne i bezrefleksyjne korzystanie z niego niesie wiele zagrożeń. Dyskusja na temat takich niebezpieczeństw jak np. możliwość uzależnienia się od internetu obecna jest w nauce już od prawie dwóch dekad. Także zagadnienia zwią-

zane z agresją i prześladowaniem innych w internecie zostały już dobrze i holistycznie opisane (m.in.: Pyżalski, 2011, 2012). Pozostaje jednak pewne spektrum wirtualnych zagrożeń, których konsekwencje wychodzą dalece poza środowisko internetu i wywierają wpływ na funkcjonowanie jego użytkowników w szerszej perspektywie.

Istotność dobrego zrozumienia złożoności procesów psychicznych pojawiających się podczas interakcji człowiek-internet jest więc coraz pilniejsza. Coraz częściej mówi się o tym, że internet i nowe technologie zastępują ludziom zaawansowane zdolności poznawcze. Barr, Penneycock, Stolz i Fugelsang (2015) wskazują, że szczególnie istotną rolę w tym procesie odgrywają smartfony i tablety – urządzenia dzięki którym możemy niemal natychmiastowo uzyskać dostęp do zasobów internetu. Wyniki ich badań wykazały, że ludzie myślący mało analitycznie i wysoce intuicyjnie charakteryzują się cedowaniem przetwarzania informacji właśnie na swoje smartfony. W coraz większym stopniu użytkownicy nowych technologii niejako „zdają się na ich łaskę”, co prowadzi w wielu sytuacjach do możliwości wystąpienia istotnych zaburzeń psychospołecznych (Spitzer, 2016)

Przykładem zachowania, którego geneza tkwi w korzystaniu z internetu, a konsekwencje poznawcze wykraczają dalece poza to środowisko jest cyberdryfowanie (ang. *cyberloafing*). Celem niniejszego artykułu jest próba dokonania syntetycznego opisu tego specyficznego dla czasów cyfrowej rewolucji zjawiska. Stawiamy tezę, że cyberdryfowanie staje się obecnie jedną z najistotniejszych patologii towarzyszących wykonywanej pracy oraz jej efektywności. Analizując istniejące publikacje kierowaliśmy się przede wszystkim aplikacyjnością ich wyników oraz tym, czy autorzy wykazali rzeczywiste i istotne czynniki sprzyjające cyberdryfowaniu.

W polskich opracowaniach tego tematu cyberdryfowanie niekiedy tłumaczy się również jako „cyberpróżniactwo”, „cyberbumelanctwo” lub „nadużywanie internetu w pracy” (Wolski, 2010). W niniejszym artykule przyjmujemy, że

osią zjawiska cyberdryfowania jest przerwanie aktualnie wykonywanego zadania na rzecz swobodnego korzystania z internetu w celach prywatnych. Może to być zarówno przerwanie pracy zawodowej, jak i także nauki – najistotniejsze, że dokonuje się w środowisku cyfrowym (Lim, Chen, 2012; Piotrowski, 2012; Wagner, Lim, Barnes, Ferris, 2012). Cyberdryfowanie przypomina nieukierunkowaną, przypadkową wędrówkę po zasobach internetu, będącą wirtualną ucieczką od aktualnie wykonywanej czynności, w której to wędrówce sam użytkownik nie ma precyzyjnego planu tego, co chce w internecie robić (Kenyon, 2008).

Cyberdryfowanie jest zagadnieniem stosunkowo mało znanym w polskiej literaturze przedmiotu, opisywanym w zagranicznych czasopismach naukowych od niedawna. Jedną z polskich analiz na ten temat przedstawił Wolski (2010), który w swoim opracowaniu skupia się na reakcjach pracodawców wobec cyberdryfowania ich pracowników. Dodatkowo przedstawia on zazwyczaj stosowane sposoby na ograniczenie u pracowników pozazawodowego wykorzystywania internetu w godzinach pracy, jak również przedstawia kompleksowe propozycje polityki przeciwdziałającej cyberdryfowaniu. Martin, Brock, Buckley i Ketchen (2010) zwracają uwagę, że cyberdryfowanie stało się obecnie najpopularniejszym sposobem unikania pracy przez osoby, które powinny ją wykonywać. Blanchard i Henle (2008) twierdzą, że pracownicy oddają się cyberdryfowaniu średnio aż przez godzinę w miejscu pracy. Ponieważ konsekwencje cyberdryfowania są wysoce istotne społecznie, uważamy, że dogłębna analiza i zrozumienie tego tematu zdaje się być ważnym zadaniem dla nowoczesnej psychologii internetu.

Jak wskazują Martin, Brock, Buckley i Ketchen (2010), praktyki cyberdryfowania stają się coraz powszechniejsze, co może wynikać między innymi z małej wiedzy o tym zjawisku. Pracodawcy najczęściej nie wiedzą, w jaki sposób skutecznie mogą walczyć z tego typu tendencjami u ich pracowników. W dalszej części artykułu przedstawiamy syntetyczną analizę dotyczą-

sowych badań dotyczących cyberdryfowania oraz konsekwencji, jakie ten sposób aktywności wywiera na społeczne i psychologiczne funkcjonowanie. Jak zaś podkreślają Barlow, Bean i Hott (2003) – cyberdryfowanie uderza w podstawowe zasady dobrego i sprawnego funkcjonowania organizacji: wydajność pracy i jej efektywność.

CYBERDRYFOWANIE – DEFINICJA ZJAWISKA

Większość badaczy cyberdryfowania definiuje je jako wykorzystywanie czasu, który powinien być przeznaczony na pracę lub naukę w celu wykonywania innych, niezwiązanych z nią aktywności w przestrzeni internetu (Lim, Chen, 2012; Piotrowski, 2012; Wagner, Lim, Barnes, Ferris, 2012). Warto podkreślić, że o cyberdryfowaniu możemy więc mówić tylko wtedy, kiedy owa praca lub nauka jest dokonywana na komputerze z dostępem do internetu. Blanchard i Henle (2008) dodatkowo klasyfikują cyberdryfowanie na dwa rodzaje: „pomniejsze cyberdryfowanie” (ang. *minor cyberloafing*) oraz „poważne cyberdryfowanie” (ang. *serious cyberloafing*). Jako przykłady „pomniejszego cyberdryfowania” wskazują wysyłanie prywatnej poczty e-mailowej lub sprawdzanie portali informacyjnych w czasie pracy; w kontekście „poważnego cyberdryfowania” zaś za przykłady podają uprawianie internetowego hazardu czy też przeglądanie stron erotycznych. Z analizy przeprowadzonej przez Siau, Nah i Teng (2002) wynika, że z pośród wszystkich internetowych aktywności najczęściej – w formie cyberdryfowania – podejmowane są: korzystanie z poczty elektronicznej, pobieranie plików, przeglądanie stron informacyjnych, działalność hackerska oraz odwiedzanie stron erotycznych. Warto jednak podkreślić, że analiza Siau i in. (2002) została opracowana stosunkowo dawno temu z perspektywy dynamiki rozwoju nowych technologii, co może przekładać się na fakt, że obecnie lista najczęściej podejmowanych aktywności w internecie mogłaby być inna.

SPECYFIKA I CHARAKTERYSTYKA CYBERDRYFOWANIA

Cyberdryfowanie jest hasłem pojawiającym się w psychologii internetu względnie od niedawna i do tej pory nie potwierdzono empirycznie jednoznacznego podłoża tego zjawiska w odniesieniu do istniejących teorii psychologicznych. Askew, Buckner, Taing, Ilie, Bauer i Coovert (2014), opierając się na Teorii Planowanego Działania (ang. *TPB – Theory of Planned Behavior*), powiązali cyberdryfowanie z innymi, podobnymi „zachowaniami wycofującymi” (ang. *withdrawal behavior*) opisywanymi w ramach wspomnianej teorii. Zachowania wycofujące są definiowane jako działania minimalizujące ilość czasu poświęconego pracy. Ponadto poszczególne czynności, które mogą być niekiedy ujmowane jako składniki cyberdryfowania – takie jak choćby korzystanie z portali społecznościowych czy komunikatorów internetowych – zostały już opisane w odniesieniu do Teorii Planowanego Działania (m.in. Mathieson, 1991; Lu, Zhou, Wang, 2009; Pelling, White, 2009). Ajzen (2012, za: Askew i in., 2014) jako elementy intencji zachowania w Teorii Planowanego Działania wskazuje postrzeganą kontrolę zachowania oraz subiektywne normy. W przypadku cyberdryfowania pierwszy z owych elementów można rozpatrywać jako samoskuteczność w dostępie do stron internetowych (ang. *website access self-efficacy*), przejawiającą się w płynności poruszania się w internecie oraz braku technicznych ograniczeń, lub też jako umiejętność unikania bycia przyłapanym na cyberdryfowaniu. Drugi, czyli subiektywne normy, dzielą się na kategorię norm nakazowych (ang. *prescriptive*) – co jest uznawane za akceptowalne; oraz norm opisowych (ang. *descriptive*) – co tak naprawdę się robi (Cialdini, Reno, Kallgren, 1990; Park, Smith, 2007).

Zestawiając w kilku modelach samoskuteczność w dostępie do stron internetowych, subiektywne normy oraz postawę wobec cyberdryfowania, jako predyktory intencji zachowania zapoczątkowującego cyberdryfowanie, Askew

i in. (2014) przeprowadzili dwa badania kwestionariuszowe. Pierwsze z nich wykonano na grupie 429 osób pracujących na stanowiskach wymagających obsługi komputera, których częścią była równocześnie studentami. Drugie badanie przeprowadzono na grupie 202 pracowników, również posiadających w pracy dostęp do internetu. Wyniki tych badań wykazały, że cyberdryfowanie rzeczywiście może być traktowane jako zachowanie wycofujące w ujęciu TPB. Ponadto autorzy wskazują na nową perspektywę z jakiej, ich zdaniem, należy patrzeć na cyberdryfowanie – zestawienie ze sobą norm społecznych oraz umiejętności ukrywania cyberdryfowania.

Askew i in. (2014) sugerują, że ludzie mogą mieć często wysoką motywację do zachowań prowadzących do cyberdryfowania i zarzucania wykonywanej aktualnie pracy, ale unikają ich tak długo, aż zdobędą pewność, że nie mogą zostać przyłapani. Autorzy ci wskazują również na dwa istotne i aplikacyjne wnioski z badań. Pierwszy to redukcja cyberdryfowania w sposób nieinwazyjny dla pracowników, na przykład poprzez reorganizację środowiska pracy na bardziej uporządkowane i przejrzyste (ang. *transparent*) w miejscach wymagających pracy z komputerem. Drugi to możliwość wykorzystania poprzednich metod opierających się na TPB, a mających na celu zmianę zachowania. Największą wadą przeprowadzonych badań była realizacja ich metodą kwestionariuszową – osoby badane mogły podejrzewać, że są pytani o zachowania niemile widziane przez pracodawcę, co w konsekwencji mogło prowadzić do zafałszowania wyników.

Podobnie jak Askew i in. (2014), Sheikh, Atashgah i Adibzadegan (2015) oparli swoje badania nad cyberdryfowaniem o Teorię Planowego Działania. Wyniki przeprowadzonego przez nich badania wykazały, że popadnięciu pracownika w cyberdryfowanie sprzyja przede wszystkim subiektywne przekonanie o tym, że nie zostanie przyłapany na unikaniu pracy oraz jego indywidualne normy i przekonania wobec takich zachowań. Jeżeli dany pracownik uznaje za stosowne przerwanie wykonywanej pracy w jej godzinach –

a do tego ma poczucie, że nikt tego nie zauważy – to istnieje bardzo duże prawdopodobieństwo, że podejmie się takich aktywności.

Warto podkreślić, że kluczową rolę sprzyjającą cyberdryfowaniu pełni niezwykle dynamiczny rozwój nowych technologii. Dzięki internetowi dostęp do gigantycznej ilości informacji oraz ich przetwarzanie stało się możliwe w ułamkach sekundy. Nigdy wcześniej ludzkość nie miała dostępu do tak wielkiej bazy danych w tak prosty i nie wymagający większego wysiłku sposób (Lim, Chen, 2002; Ledzińska, 2009). Socjologowie coraz częściej opisują społeczeństwo, w jakim żyjemy jako „informacyjne”. Golka (2013, s. 80) definiuje je jako „takie, którego najważniejszym składnikiem pozostaje produkcja, gromadzenie i obieg informacji – co jest uznawane za niezbędny warunek jego funkcjonowania (...). Informacje są traktowane jako produkt, jako towar na sprzedaż (czasem wręcz jako surowiec)”. Wszystkie te aspekty sprawiają, że cyberdryfowanie – jako swoista „niewidzialna ucieczka” od wykonywanej pracy – staje się zagadnieniem coraz powszechniejszym (Wolski, 2010).

FUNKCJONOWANIE PSYCHOLOGICZNE A CYBERDRYFOWANIE

Jako jeden z głównych czynników wywołujących cyberdryfowanie, RuningSawitri (2012) podaje doświadczanie stresu powiązanego z pracą. W swoim badaniu kwestionariuszowym, przeprowadzonym na 199 indonezyjskich urzędnikach państwowych, wyróżnia trzy główne czynniki wywołujące tego typu stres. Pierwszy związany jest z niejasnością zakresu obowiązków pracownika, w wyniku której pracownik doświadcza niepokoju i niezadowolenia. Jak podkreśla RuningSawitri (2012), pracownik w takiej sytuacji – aby zmienić atmosferę pracy i poprawić swoje samopoczucie – oddaje się cyberdryfowaniu, zapewniając sobie w ten sposób pewnego rodzaju odpoczynek i wytchnienie od stresu związanego z pracą. Drugi czynnik jest związany

z doświadczaniem sprzeczności w powierzonych zadaniach, zasobach, zasadach pracy czy innych sytuacjach z nią związanych. Ostatni z czynników wiąże się zaś z przeciążeniem pracownika nadmiarem zadań, brakiem wsparcia ze strony przełożonego oraz presją czasu.

RuningSawitri (2012) zwróciła również uwagę na różnice indywidualne w doświadczeniu oraz poziomie sprawności poruszania się w internecie. Wyniki przeprowadzonych analiz statystycznych wykazały, że odczuwanie dwuznaczności oraz sprzeczności w wykonywanej pracy może wpływać na oddawanie się cyberdryfowaniu, niezależnie od doświadczenia w poruszaniu się po sieci. Jednakże w przypadku wpływu przeciążenia obowiązkami na cyberdryfowanie, to umiejętności sprawnego korzystania z internetu pełni funkcję moderatora tej relacji. RuningSawitri (2012) podkreśla, że nadmiernie obciążeni pracownicy są po prostu zbyt zajęci wykonywaniem swoich obowiązków, aby oddawać się czynnościom niezwiązanym z pracą. Jeżeli jednak ich biegłość poruszania się po internecie jest na adekwatnie wysokim poziomie, to są oni w stanie poradzić sobie z takim połączeniem.

Ciekawych wniosków dla psychologicznego oddziaływania zjawiska cyberdryfowania u pracowników dostarczają także wyniki badań prowadzonych w sektorze edukacji. Choć jest to inny obszar funkcjonowania niż praca zawodowa, to podstawowe mechanizmy prowadzące do cyberdryfowania wydają się być istotnie zbieżne. Jak zauważyli Yaşar oraz Yurdugül (2013), w trakcie zajęć w laboratoriach komputerowych studenci często oddają się aktywnościom niezwiązanym z tematem zajęć. Także i w tego typu przypadkach można mówić o cyberdryfowaniu. Aby określić genezę takich zachowań, badacze przeprowadzili badanie korelacyjne na grupie 215 tureckich studentów, w którym wykorzystali dwa kwestionariusze. Pierwszy dotyczył podziału na cztery rodzaje przyczyn zachowań cyberdryfujących – rozwojowe (ang. *development*), regeneracyjne (ang. *recovery*), dewiacyjne (ang. *dewiant*) oraz uzależnieniowe (ang. *addiction*) (Doorn,

2011). Drugi zaś dotyczył częstości podejmowania różnych rodzajów aktywności cechujących cyberdryfowanie.

Najczęściej wskazywanymi przez osoby badane zachowaniami cyberdryfującymi było sprawdzanie poczty e-mailowej, korzystanie z serwisów społecznościowych oraz odczytywanie wiadomości na portalach informacyjnych, co jest spójne także z danymi, które przedstawia Wolski (2010). Najczęściej deklarowanym przez badanych powodem takich zachowań była chęć regeneracji umysłowej i odpoczynku od pracy. Warto jednak podkreślić, że Yaşar i Yurdugül (2013) nie uzyskali istotnego statystycznie związku pomiędzy żadnym ze wskaźników obu kwestionariuszy, co dodatkowo pokazuje jak niejednoznaczny i trudny do naukowego uchwycenia zjawiskiem jest cyberdryfowanie. Również zastosowany plan badawczy nie dawał możliwości stwierdzenia czy relacja przyczynowo-skutkowa rzeczywiście wystąpiła.

Chcąc skontrolować sytuację cyberdryfowania wśród studentów oraz jego przejawy na zajęciach komputerowych w zależności od płci, kierunku studiów, miejsca łączenia się z internetem oraz codziennej aktywności w internecie, Yılmaz, Yılmaz, Öztürk, Sezer i Karademir (2015) przeprowadzili badanie kwestionariuszowe na grupie 288 tureckich studentów. Wyniki wskazują na średni poziom przejawiania się cyberdryfowania wśród studentów, jednak takim zachowaniom istotnie częściej oddają się mężczyźni niż kobiety (również: Jia, Jia, Karau, 2013). Żeńska część osób badanych deklarowała częstsze korzystanie z internetu w celach naukowych, niż mężczyźni. Mimo to nie wykazano istotnych różnic międzypłciowych w technologicznej socjalizacji. Nieistotne statystycznie okazały się również różnice międzypłciowe w zachowaniach cyberdryfujących poważnych (ang. *serious*) oraz drobnych (ang. *insignificant*). Wyniki badania wykazały jednak większą skłonność do cyberdryfowania wśród studentów kierunków wymagających częstszej aktywności na komputerach. Yılmaz i in. (2015) zaobserwowali także brak istotnych

różnic pomiędzy czasem i miejscem korzystania z internetu, a podejmowaniem zachowań cyberdryfujących.

Lim i Chen (2012) podjęli się sprawdzenia, jakie są związki pomiędzy cyberdryfowaniem, a specyfiką doświadczanych emocji u ludzi, którzy podejmują tego typu aktywności. Uzyskane przez nich wyniki pokazały, że te relacje są niejednoznaczne i dodatkowo zależne od płci. Mężczyźni, którzy angażowali się w cyberdryfowanie twierdzili, że wywiera to pozytywny wpływ na jakość ich pracy – w przeciwieństwie do kobiet, które takiego subiektywnego wpływu u siebie nie dostrzegały. Dodatkowo Lim i Chen (2012) wykazali, że różne rodzaje cyberdryfowania mogą być powiązane z różnymi efektami emocjonalnymi. Przerwanie wykonywanej pracy, aby skorzystać ze skrzynki e-mailowej okazało się mieć negatywny wpływ na doświadczane emocje, w przeciwieństwie do zwykłego przeglądania stron internetowych – zaobserwowano to jednak również jedynie u mężczyzn.

Podobne wyniki uzyskali Baturay i Toker (2015), którzy w badaniu przeprowadzonym na grupie studentów wykazali, że to mężczyźni znacznie częściej poddawali się cyberdryfowaniu podczas wykonywanej pracy. Także ilość czasu, jaką spędzali w ciągu dnia w internecie oraz poziom zaawansowania umiejętności w korzystaniu z tego medium istotnie sprzyjały wyższej intensywności cyberdryfowania. Baturay i Toker (2015) dowiedli także istnienia swoistego remedium na zachowania prowadzące do cyberdryfowania u młodych mężczyzn – okazał się być nim trening socjalizacji. Wzrost poziomu zdolności społecznych stał się sposobem, dzięki któremu studenci lepiej organizowali sobie pracę i podczas niej nie uciekali do tego typu aktywności, które mogły to pracę przerwać. W niniejszym artykule skupiamy się co prawda głównie na wątku cyberdryfowania w psychologii organizacji, jednak wspomniane wyżej badania nad cyberdryfowaniem w kontekście nauki i edukacji pozwalają na głębsze zrozumienie mechanizmów psychologicznych powiązanych z tym zagadnieniem.

Odrębną i wartą naukowej analizy kwestią jest także to, w jaki sposób pracodawcy mogą skutecznie walczyć z podejmowaniem zachowań cyberdryfujących. Wyniki badania przeprowadzonego przez De Lara i Rodriguez (2007) wskazują, że wprowadzanie surowych kar za podejmowanie tego typu aktywności w czasie pracy jedynie pogarszało reakcje pracowników i w konsekwencji prowadziło do jeszcze większego wzrostu przejawów cyberdryfowania. Blau, Yang i Ward-Cook (2006) wykazali, że pracownicy, którzy oddają się cyberdryfowaniu często robią to w proteście przeciwko, ich zdaniem, niesprawiedliwym i niejasnym zasadom panującym w ich miejscu pracy. Cyberdryfowanie stało się więc jedną z czynności kontrproduktywnych, podejmowanych przez pracowników w czasie pracy.

CYBERDRYFOWANIE A PSYCHOLOGICZNE RÓŻNICE INDYWIDUALNE

Analizując zagadnienia związane z cyberdryfowaniem, warto zwrócić uwagę także na badania dotyczące tego, jacy ludzie są szczególnie predysponowani do podejmowania tego typu aktywności. Jia, Jia i Karau (2013) przeanalizowali uzyskane w kwestionariuszowym badaniu internetowym odpowiedzi 147 dorosłych osób pracujących, dla których korzystanie z internetu było częścią wykonywanej pracy. Wyniki przeprowadzonych analiz, zakładając kontrolę wieku oraz płci osób badanych, wykazały istotną rolę czterech cech osobowości ujmowanych według Teorii Wielkiej Piątki: ekstrawersji, otwartości na doświadczenia, sumienności oraz stabilności emocjonalnej. Pierwsze dwie cechy wykazywały pozytywne związki z cyberdryfowaniem, co oznacza, że wraz z silniejszym natężeniem tych cech skłonność do zachowań cyberdryfujących jest większa. Z kolei związek sumienności oraz stabilności emocjonalnej z cyberdryfowaniem okazał się być odwrotny. Ugodowość była jedyną

cechą Wielkiej Piątki, co do której związku nie uzyskano istotności statystycznej.

Nie pozwoliło to potwierdzić jednej z hipotez badaczy, którzy uważali iż ugodowość będzie prowadzić do spełniania wymagań i unikania łamania zasad w miejscu pracy, co miało zaś objawiać się ujemną korelacją ugodowości z cyberdryfowaniem. Wyniki badań przeprowadzonych przez Jia, Jia i Karau (2013) dodatkowo pokazały także, jak kształtuje się relacja pomiędzy intensywnością i natężeniem cyberdryfowania oraz subiektywną wartością wykonywanej pracy. Im bardziej jest ona postrzegana jako znacząca dla pracownika, tym mniejsza szansa na to, że będzie on podejmować zachowania cyberdryfujące.

PODSUMOWANIE

Jak wynika z przedstawionych w niniejszym artykule wyników badań, cyberdryfowanie w pracy lub nauce jest zjawiskiem trudnym do jednoznacznego uchwycenia i zdefiniowania. Tendencja do unikania narzuconej pracy towarzyszyła części ludzkości od zawsze, jednak w dobie cyfrowej rewolucji znacząco zwiększyły się możliwości jej manifestowania.

Z uwagi na to, że cyberdryfowanie pojawia się coraz częściej i w coraz większym stopniu kontrproduktywnie wpływa na jakość wykonywanej pracy, jesteśmy zdania, że zrozumienie genety i sposobów radzenia sobie opisywanymi w niniejszym artykule zjawiskami powinno być jednym z ważniejszych społecznie zadań nowoczesnej psychologii internetu i organizacji (por. Jandaghi i in., 2015). Konsekwencje popadania przez pracowników w stan cyberdryfowania odbijają się w oczywisty sposób na kondycji finansowej danej firmy, ale mogą także wywoływać negatywne efekty psychologiczne u samych pracowników (Lim, Chen, 2012). Inspirującym do dalszych badań wątkiem jest wykazany przez Baturay i Toker (2015) związek pomiędzy wysokim poziomem socjalizacji a spadkiem tendencji do cyberdryfowania. Wyniki te mają wysoką war-

tość aplikacyjną, dając podstawę do stworzenia holistycznych programów walki z cyberdryfowaniem w miejscu pracy. Jest to tym istotniejsze, że cyberdryfowanie jest zjawiskiem, mogącym mieć wiele przyczyn, które jednak prowadzą do tego samego – unikania wykonywania konkretnej pracy w momencie, kiedy powinno się nią zajmować. Jak wykazali Askew i in. (2014), może być to także z powodzeniem interpretowane w ramach Teorii Planowanego Zachowania, co daje dodatkowe pole do dalszych badań nad cyberdryfowaniem, prowadzonych właśnie tym nurcem teoretycznym.

Słabością większości omawianych badań jest fakt, że były one prowadzone tylko metodą kwestionariuszową, co może generować istotne zmienne zakłócające, jak choćby tendencja do dysymulacji związana z pytaniami o funkcjonowanie zawodowe (Zawadzki, 2006). Wyniki badań opartych na metodach kwestionariuszowych opartych na samoopisie mogą być obciążone błędem związanym z tendencjami autoprezentacyjnymi osób badanych (Paulhus, Vazire, 2007). Można się spodziewać, że pracownicy niechętnie przyznawali się do tego, że podejmują w czasie pracy aktywności, które mogłyby być uznane za cyberdryfowanie. Wydaje się być więc uzasadnionym zastosowanie także innych metod badawczych – choćby eksperymentu psychologicznego – dzięki którym w bardziej kontrolowany sposób będzie można badać przyczyny oraz konsekwencje cyberdryfowania.

W metaanalizie przeprowadzonej na 94 pracach badawczych, które dotyczyły etyki pracy oraz biznesu, Randall i Gibson (1990) zwracają uwagę na poważne słabości metod samoopisowych w porównaniu do badań prowadzonych w warunkach laboratoryjnych. Warto również odnotować, że mankamenty związane z metodami opartymi na samoopisie są często poruszane kwestią przez badaczy. W debacie na ten temat pojawia się nawet zarzut, iż psychologia stała się nauką „o ruchach palców” dokonywanych przy odpowiadaniu w sposób wyłącznie deklaracyjny na pytania zawarte w kwestionariuszach, pomi-

jając w dużej mierze rzeczywiste zachowania i ich behawioralny pomiar (Baumeister, Vohs, Funde, 2007).

Alternatywną metodą badania zjawiska cyberdryfowania jest więc zastosowanie eksperymentu psychologicznego, zachowując maksymalnie wysoką trafność ekologiczną. Odnosząc się do badań Baturay i Toker (2015), uzasadnioną wydaje się być seria eksperymentów, w których zbada się skuteczność treningu socjalizacyjnego (vs. jego niestosowanie) w kontekście eliminowania cyberdryfowania. Warto jednak także podkreślić, że istotnym czynnikiem, który zapobiega cyberdryfowaniu jest także jasność i przejrzystość zasad panujących w pracy oraz dobre wytłumaczenie ich pracownikowi (Blau, Yang, Ward-Cook, 2006; RuningSawitri, 2012). Również replikacja badań opisywanych w niniejszym artykule na innych niż oryginalna próbie osób badanych pozwoliłaby uchwycić i potwierdzić międzykulturową powszechność opisywanych zależności.

Internet, jak żadne inne medium wcześniej, stworzył przestrzeń, która pozwala jego użytkownikom doświadczyć czegoś, co niekiedy nazywa się „cyfrową bilokacją” – ciałem pozostajemy w jednym miejscu (np. w pracy), będąc jednocześnie intensywnie poznawczo zaangażowanym w przeglądanie internetu. Łatwość dostępu do internetu sprawia, że tego rodzaju „bilokacja” staje się zjawiskiem powszechnym i coraz częściej stosowanym sposobem na swoistą „ucieczkę od rzeczywistości” (Turkle, 2013). Można spodziewać się, że nowe technologie – w szczególności internet – będą towarzyszyły naszemu funkcjonowaniu w coraz większym stopniu. Dlatego też wypracowanie metod skutecznej walki z cyberdryfowaniem będzie się stawało tym pilniejszym zadaniem, zarówno dla pracodawców, jak i dla badaczy, zajmujących się internetem z perspektywy naukowej.

LITERATURA CYTOWANA

- Askew, K., Buckner, J., Taing, M., Ilie, A., Bauer, J. (2014). Explaining cyberloafing: The role of the theory of planned behaviour. *Computers in Human Behavior*, 36, 510–519.
- Barlow, J., Bean, L., Hott, D. (2003). Employee “spy” software: Should you use it? *Journal of Corporate Accounting & Finance*, 14(4), 7–12.
- Barr, N., Pennycook, G., Stolz, J., Fugelsang, J. (2015). The brain in your pocket: Evidence that Smartphones are used to supplant thinking. *Computers in Human Behavior*, 48, 473–480.
- Baturay, M.H., Toker, S. (2015). An investigation of the impact of demographics on cyberloafing from an educational setting angle. *Computers in Human Behavior*, 50, 358–366.
- Blanchard, A., Henle, C. (2008). Correlates of different forms of cyberloafing: the role of norms and external locus of control. *Computers in Human Behaviour*, 24, 1067–1084.
- Blau, G., Yang, Y., Ward-Cook, K. (2006). Testing a measure of cyberloafing. *Journal of Allied Health*, 35(1), 9–17
- Baumeister, R.F., Vohs, K.D., Funder, D.C. (2007). Psychology as the Science of Self-Reports and Finger Movements. *Perspectives on Psychological Science*, 2(4), 396–403.
- Carr, N. (2012). *Płytki umysł. Jak internet wpływa na nasz mózg*. Gliwice: Helion.
- Castells, M. (2011). *Spoleczeństwo sieci*. Warszawa: PWN.
- Cialdini, R.B., Reno, R.R., Kallgren, C.A. (1990). A focus theory of normative conduct: Recycling the concept of norms to reduce littering in public places. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(6), 1015–1026.
- De Lara, P., Rodríguez, T. (2007). Organizational anomie as moderator of the relationship between an unfavorable attitudinal environment and citizenship behavior (OCB): An empirical study among university administration and services personnel. *Personnel Review*, 36(6), 843–866.
- Doorn, O.V. (2011). *Cyberloafing. A multi-dimensional construct placed in a theoretical framework*. Series Master Theses Innovation Management, 1–105. Eindhoven University of Technology.
- Golka, M. (2008). *Bariery w komunikowaniu i społeczeństwo (dez)informacyjne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

- Kenyon, S. (2008). Internet Use and Time Use: The importance of multitasking. *Time & Society*, 17(2-3), 283–318.
- Jandaghi, G., Alvani, S.M., Matin, H.Z., Kozekanan, S.F. (2015). Cyberloafing Management in Organizations. *Iranian Journal of Management Studies*, 8(3), 335–349
- Jia, H., Jia, R., Karau, S. (2013). Cyberloafing and Personality: The Impact of the Big Five Traits and Workplace Situational Factors. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 20(3), 358–365.
- Lim, V., Chen, D. (2012). Cyberloafing at the workplace: gain or drain on work? *Behaviour & Information Technology*, 31(4), 343–353.
- Ledzińska, M. (2009). *Człowiek współczesny w obliczu stresu informacyjnego*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Lu, Y., Zhou, T., Wang, B. (2009). Exploring Chinese users acceptance of instant messaging using the theory of planned behavior, the technology acceptance model, and the flow theory. *Computers in Human Behavior*, 25, 29–39.
- Mathieson, K. (1991). Predicting user intentions: Comparing the technology acceptance model with the theory of planned behavior. *Information Systems Research*, 2(3), 173–191.
- Martin, L.E., Brock, M.E., Buckley, M.R., Ketchen, D.J. (2010). Time banditry: Examining the purloining of time in organizations. *Human Resource Management Review*, 20(1), 26–34.
- Ophir, E., Nass, C., Wagner, A.D. (2009). Cognitive control in media multitaskers. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 106(37), 15583–15587.
- Park, H.S., Smith, S.W. (2007). Distinctiveness and influence of subjective norms, personal descriptive and injunctive norms, and societal descriptive and injunctive norms on behavioral intent: A case of two behaviors critical to organ donation. *Human Communication Research*, 33(2), 194–218.
- Paulhus, D.L., Vazire, S. (2007). The Self-Report Method. W: R.W. Robins, R.C. Fraley i R.F. Krueger (red.). *Handbook of research in personality psychology*. New York: Guilford.
- Peeling, E.L., White, K.M. (2009). The theory of planned behavior applied to young people's use of social networking web sites. *CyberPsychology & Behavior*, 12(6), 755–759
- Piotrowski, C. (2012). Cyberloafing: A content analysis of the emerging literature. *Journal of Instructional Psychology*, 39(3-4), 259–261.
- Pyżalski, J. (2011). *Agresja elektroniczna wśród dzieci i młodzieży*. Sopot: GWP.
- Pyżalski, J. (2012). *Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży*. Kraków: Impuls.
- Randall, D.M., Gibson, A.M. (1990). Methodology in Business Ethics Research: A Review and Critical Assessment. *Journal of Business Ethics*, 9, 457–471.
- RuningSawitri, H. (2012). Role of Internet Experience in Moderating Influence of Work Stressor on Cyberloafing. *Social and Behavior Sciences*, 57, 320–324.
- Sassenberg, K., Boos, M., Postmes, T., Reips, U.-D., (2003). Studying the Internet: A challenge for modern psychology, *Swiss Journal of Psychology*, 62(2), s. 75–77.
- Sheikh, A., Atashgah, M.S., Adibzadegan, M. (2015). The antecedents of cyberloafing: A case study in an Iranian copper industry. *Computers in Human Behavior*, 51, 172–179.
- Siau, K., Nah, F., Teng, L. (2002). Acceptable Internet use policy. *Communications of the ACM*, 45(1), 75–79.
- Spitzer, M. (2013). *Cyfrowa demencja. W jaki sposób pozbawiamy rozumu siebie i swoje dzieci*. Warszawa: Dobra Literatura.
- Spitzer, M. (2016). *Cyberchoroby*. Warszawa: Dobra Literatura.
- Turkle, S. (2013). *Samotni razem*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Wagner, D., Barnes, C., Lim, V., Ferris, L. (2012). Lost sleep and cyberloafing: Evidence from the laboratory and a daylight saving time quasi-experiment. *Journal of Applied Psychology*, 97(5), 1068–1076.
- Wolski, K. (2010). Metody radzenia sobie przez organizacje ze zjawiskiem korzystania z internetu w pracy w celach prywatnych. *E-Mentor*, 37(5), 15–18.
- Yaşar, S., Yurdugül, H. (2013). The Investigation Of Relation Between Cyberloafing Activities And Cyberloafing Behaviors In Higher Education. *Social and Behavior Sciences*, 83, 600–604.
- Yılmaz, F.G.K., Yılmaz, R., Öztürk, H.T., Sezer, B., Karademir, T. (2015). Cyberloafing as a barrier to the successful integration of information and communication technologies into teaching and learning environments. *Computers in Human Behavior*, 45, 290–298.
- Zajac, J., Krejtz, K. (2007). Internet jako przedmiot i obszar badań psychologii społecznej. *Psychologia Społeczna*, 3(5), 191–200.
- Zawadzki, B. (2006). *Kwestionariusze osobowości: strategie i procedura konstruowania*. Warszawa: Scholar.

Jakub KuśSWPS University of Social Sciences and Humanities,
Faculty of Psychology in Wrocław**Przemysław Korotusz**SWPS University of Social Sciences and Humanities,
Faculty of Psychology in Wrocław**A VIRTUAL ESCAPE: A SYNTHETIC OVERVIEW OF THE LITERATURE
CONCERNING THE PHENOMENON OF CYBERLOAFING****ABSTRACT**

The rapid development of the new technologies has a huge impact on human functioning. Living in today's world requires adaptation to the technological requirements and continuously improving digital skills. This situation creates a pressure on various areas of life; to discharge it arise new phenomenon, which manifestations can be most easily seen in the Internet. One of these phenomena is cyberloafing, which can be defined as spending time reserved for work or study for unrelated with these work activities in cyberspace. Cyberloafing activities can be divided into different categories, as well as their predictors. Cyberloafing activities, as well as their predictors, can be divided into different categories. With improvement in technology access to the Internet becomes widespread also in the work environment and education. With improvement in technology access to the Internet have become widespread in the work environment and education. Cyberspace beyond facilitating learning and performance of the employee's duties, offers a wide range of activities for which the average users time is irretrievably wasted. That is why studying phenomena such as cyberloafing is an important subject for understanding social life in the twenty-first century.

Keywords: cyberloafing, internet psychology, social psychology, psychology of work and organization