



USO PROBLEMÁTICO DA INTERNET E SUA RELAÇÃO COM BEM-ESTAR E INTELIGÊNCIA EMOCIONAL EM DIFERENTES GERAÇÕES

PROBLEMATIC USE OF THE INTERNET AND ITS RELATIONSHIP WITH WELL-BEING AND EMOTIONAL INTELLIGENCE IN DIFFERENT GENERATIONS

 Letícia Brant Sá Ferreira, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, São Paulo, Brasil.

 Monalisa Muniz, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, São Paulo, Brasil.

USO PROBLEMÁTICO DA INTERNET E SUA RELAÇÃO COM BEM-ESTAR E INTELIGÊNCIA EMOCIONAL EM DIFERENTES GERAÇÕES

PROBLEMATIC USE OF THE INTERNET AND ITS RELATIONSHIP WITH WELL-BEING AND EMOTIONAL INTELLIGENCE IN DIFFERENT GENERATIONS

Letícia Brant Sá Ferreira¹
Monalisa Muniz²

Resumo: O estudo verificou o uso problemático da internet, o bem-estar subjetivo e a inteligência emocional em diferentes gerações. Participaram 165 pessoas, divididas em três faixas etárias: 18–26, 27–41 e 42–76 anos. Os participantes responderam online o questionário sociodemográfico, o Inventário de Competências Emocionais - Versão 3.0 (ICE), a Escala de Uso Generalizado Problemático da Internet 2 (GPIUS-2) e a Escala de Bem-Estar Subjetivo (EBES). Os dados foram analisados com estatísticas descritivas e inferenciais. Devido a não normalidade, aplicou-se o teste de Kruskal-Wallis e, quando houve diferença significativa, utilizou-se o teste de Mann-Whitney. Os dados indicam que a geração Z apresentou os maiores escores de uso problemático da internet, além de menores índices de bem-estar e inteligência emocional. Em contraste, a geração X teve maiores escores em emoções positivas e satisfação com a vida, além de menor uso problemático da internet. Os resultados sugerem que a geração Z demonstra um uso mais problemático da internet e níveis mais baixos de bem-estar e inteligência emocional. Estudos futuros devem ampliar a amostra e empregar estatísticas correlacionais para aprofundar a análise entre uso da internet, bem-estar subjetivo e inteligência emocional.

Palavras-chave: Escala de Uso Problemático Generalizado da Internet; Escala Bem-Estar Subjetivo; Inventário de Competências Emocionais; Gerações; Temas transversais.

Abstract: The study aimed to verify the problematic use of the internet, subjective well-being and emotional intelligence in different generations. A total of 165 people participated, divided into three age groups: 18–26, 27–41 and 42–76 years. Participants answered online the sociodemographic questionnaires, Emotional Competence Inventory - Version 3.0 (ICE), Generalized Problematic Internet Use Scale 2 (GPIUS-2) and Subjective Well-Being Scale (EBES). Data were analyzed using descriptive and inferential statistics. Due to non-normality, the Kruskal-Wallis test was applied and, when there was a significant difference, the Mann-Whitney test was used. Data indicate that Generation Z presented the highest scores for problematic internet use, in addition to lower indices of well-being and emotional intelligence. In contrast, generation X had higher scores on positive emotions and life satisfaction, as well as lower problematic internet use. The results suggest that generation Z demonstrates more problematic internet use and lower levels of well-being and emotional intelligence. Future studies should expand the sample and employ correlational statistics to further analyze the relationship between internet use, subjective well-being, and emotional intelligence.

Keywords: Generalized Problematic Internet Use Scale; Subjective Well-Being Scale; Emotional Competence Inventory; Generations; Cross-cutting themes.

¹Graduanda de Psicologia pela Universidade Federal de São Carlos, bolsista CNPQ. E-mail: leticiabsf@estudante.ufscar.br

² Docente no Departamento de Psicologia da Universidade Federal de São Carlos, desenvolve pesquisas na área da Avaliação Psicológica e na temática da inteligência emocional. E-mail: monamuniz@ufscar.br

INTRODUÇÃO

Com o avanço da tecnologia e com a invenção das mídias sociais, o uso da internet tem aumentado exponencialmente nos últimos anos. Seja como forma de entretenimento, pesquisa, estudo, consulta de e-mails, uso das redes sociais, jogos online e entre outros, a internet apresenta inúmeras aplicações no cotidiano dos indivíduos (Mendes; Silva, 2017). No entanto, ainda que seu uso moderado e saudável mostre-se benéfico para a maioria dos usuários, nas últimas duas décadas tem se observado o uso excessivo e nocivo das redes. Com isso, tem crescido o debate acerca do uso problemático da internet, evidenciando-se como uma questão de saúde pública cada vez mais preocupante (Moretta *et al.*, 2022; Shemesh; Heiman; Wright, 2023). Em vista das possíveis problemáticas causadas pelo uso não saudável da internet, esta pesquisa levanta a hipótese de que o uso problemático da internet possa influenciar o bem-estar e a inteligência emocional dos indivíduos.

O bem-estar subjetivo (EBES) é um construto pertencente a psicologia e está intimamente relacionado com a avaliação subjetiva que as pessoas fazem acerca da felicidade e da satisfação com suas vidas, de modo que se caracteriza como uma experiência interna de cada indivíduo, assim, o BES possui enfoque em como as pessoas avaliam suas vidas, sendo considerada uma avaliação subjetiva da qualidade de vida (Albuquerque; Tróccoli, 2004).

Referente a inteligência emocional (IE) ela pode ser descrita como a habilidade de processar informações emocionais como: percepção de emoções, facilitação do pensamento usando as emoções, compreensão das emoções e gerenciamento de emoções (Mayer; Caruso; Salovey, 2016). A inteligência emocional, por estar relacionada a variáveis psicológicas como habilidades sociais, autoestima e autocontrole, ela se mostra como um importante fator de proteção contra comportamentos aditivos, ou seja, aqueles comportamentos que se manifestam compulsivamente, de maneira involuntária e que apesar de serem recompensadores podem causar danos aos indivíduos (Martínez; Rodríguez; Presa, 2023).

Ademais, o presente trabalho utiliza diferentes faixas etárias para comparar os resultados, de modo a identificar como diferentes gerações utilizam a internet e como as variáveis de bem-estar e inteligência emocional se apresentam nessas gerações. O presente estudo utilizou como referencial as seguintes faixas etárias para as gerações a

serem estudadas: geração X, os nascidos entre 1963 e 1982 (nascidos antes da era digital); geração Y, os nascidos entre 1983 e 1997 (cresceram em contato com as tecnologias de informação); e geração Z, os nascidos entre 1998 e 2010 (já nasceram imersos no ambiente conectado à internet) (Lirio; Gallon; Costa, 2020).

O objetivo do estudo foi verificar os níveis de uso problemático da internet, bem-estar e inteligência emocional em três gerações (X, Y e Z). A hipótese é que a geração Z tenha um nível mais problemático de uso da internet, bem como menores níveis de bem-estar e inteligência emocional. Em contrapartida, espera-se que a geração X apresente menores níveis de uso problemático da internet e maiores níveis de bem-estar e inteligência emocional. A confirmação dessa hipótese, caso ocorra, pode sugerir que o uso da internet tende a afetar o bem-estar e a inteligência emocional. Tal estudo mostra-se importante visto que pode auxiliar na investigação dos efeitos causados pelo uso problemático da internet, uma vez que devido a sua natureza recente, ainda existem poucos estudos acerca de seus efeitos no âmbito psicológico do bem estar e da inteligência emocional.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética de Pesquisas com Seres Humanos da Universidade Federal de São Carlos. Participaram da pesquisa 165 adultos que foram divididos em três grupos, sendo a idade mínima 18 anos e a máxima 76 anos. Cada grupo foi formado por pessoas de uma mesma geração, ou seja, pertencentes a uma mesma faixa etária. A primeira faixa etária compreendeu os participantes de 18 a 26 anos - geração Z - (35,8%), a segunda de 27 a 41 anos - geração Y - (29,1%) e a terceira de 42 a 76 anos - geração X - (35,2%). Destes participantes, 108 relataram serem ser mulher cisgênero (65,5%), 46 homens cisgênero (27,9%), 8 pessoas não-binárias (4,8%), 1 homem transgênero (0,6%) e apenas 2 preferiram não se identificar (1,2%). Quanto à etnia, 96 participantes (58,2%) se identificaram como brancos, 40 pardos (24,2%), 11 indígenas (6,7%), 10 negros (6,1%), 5 amarelas (3%) e 3 preferiram não declarar ou não sabiam informar (1,8%). Referente à escolaridade, 55 participantes (33,3%) afirmaram ter pós-graduação, 49 ensino superior incompleto (29,7%), 29 ensino superior completo (17,6%), 22 ensino médio completo (13,3%), 4 ensino médio incompleto (2,4%), 3 ensino fundamental II

incompleto (1,8%), 2 ensino fundamental II completo (1,2%) e 1 ensino fundamental I completo (0,6%).

Os participantes responderam no formato online a um questionário sociodemográfico, ao instrumento Inventário de Competências Emocionais - Versão 3.0 (ICE), à versão em língua portuguesa da Escala de Uso Generalizado Problemático da Internet 2 (GPIUS 2) e à Escala de Bem Estar subjetivo (EBES). O Inventário de Competências Emocionais - Versão 3.0 (Bueno; Correia; Peixoto, 2021) é um instrumento de autorrelato para medida de inteligência emocional e é constituído por 34 itens que estão distribuídos em escala Likert, com respostas que variam de 1 “não se aplica ao meu caso” a 5 “se aplica perfeitamente ao meu caso”. A Escala de Uso Problemático Generalizado da Internet 2 (Pontes; Caplan; Griffiths, 2016) avalia o grau de uso problemático de internet e as suas consequências negativas no indivíduo, é uma escala Likert de autorrelato com 15 itens, com respostas que variam entre 1 “discordo fortemente” e 8 “concordo fortemente”. A Escala de Bem-Estar Subjetivo de Lawrence e Liang (1988) – com estudo de evidência de validade para o contexto brasileiro realizado por Albuquerque e Tróccoli (2004) - é composta por 62 itens que buscam mensurar o bem-estar subjetivo.

Para a análise de dados foram utilizadas estatísticas descritivas (média) e inferenciais com uso do programa estatístico SPSS versão 23. Quanto à análise das diferenças das faixas etárias, foi utilizada a estatística inferencial, mas antes se observou a normalidade dos dados por meio dos testes *Kolmogorov-Smirnov* e *Shapiro-Wilk* considerando o nível de significância de 5% ($p = 0,05$). Os resultados indicaram que a maioria dos dados não apresentavam normalidade, logo, foi utilizado o teste de *Kruskal Wallis* para investigar esses objetivos do trabalho. Para as diferenças significativas foi considerado o nível de significância $p=0,05$. Assim, para os fatores que apresentaram diferença significativa no teste de *Kruskal Wallis* foi aplicado o teste de *Mann-Whitney* para a comparação dos resultados dos instrumentos para cada faixa etária.

RESULTADOS

A Tabela 1 apresenta a estatística descritiva de média referente aos resultados nos níveis das escalas de uso problemático da internet, bem-estar subjetivo e inteligência

emocional em cada variável. Além disso, mostra o nível de significância para as diferenças das médias entre as três gerações em cada variável dos instrumentos.

Tabela 1 - Valores das médias de cada geração para os fatores dos instrumentos utilizados e teste de *Kruskal Wallis* para diferenças significativas de média.

	Z	Y	X	p
GPIUS-2				
Preferência por interação social online	2,80	3,15	2,65	0,15
Regulação do humor	5,60	5,24	3,87	0,00
Preocupação Cognitiva	3,31	2,80	2,20	0,00
Uso compulsivo da Internet	4,50	4,31	2,63	0,00
Resultados negativos	3,61	2,92	2,22	0,00
Fator Geral	3,97	3,68	2,71	0,00
EBES				
Afetos Positivos	3,15	3,40	3,71	0,00
Afetos Negativos	2,83	2,56	2,39	0,04
Satisfação com a Vida	3,14	3,50	3,85	0,00
ICE 3.0				
Regulação de Emoções em Outras Pessoas	3,57	3,49	3,52	0,81
Regulação de Emoções de Baixa Potência em Si	2,92	3,07	3,50	0,00
Expressividade Emocional	3,35	3,45	3,69	0,14
Percepção de Emoções	4,01	3,96	3,98	0,95
Regulação de Emoções de Alta Potência em Si	3,31	3,18	3,46	0,07
Fator Geral (Competências Emocionais)	3,43	3,43	3,63	0,11

Elaboração: Letícia Brant Sá Ferreira e Monalisa Muniz (2025).

A partir da tabela pode-se observar que por meio do teste *Kruskal Wallis* se obteve diferenças significativas de média entre as três gerações. Para as variáveis que apresentaram diferença significativa - os fatores de GPIUS-2, exceto preferência por interação online; todos os fatores de EBES; e o fator Regulação de Emoções de Baixa Potência em Si de ICE - foi aplicado o teste de *Mann-Whitney* para verificar entre quais gerações ocorreram as diferenças significativas, para isso se comparou as gerações Z com X (com *p* variando de 0,00 a 0,01), Z com Y (com *p* variando de 0,05 a 0,62) e Y com X (com

p variando de 0,00 a 0,24). A partir dele foi verificado que houve diferenças significativas entre os grupos Z e X para todos os fatores analisados. Para os grupos Y e X houve diferença significativa nos fatores: Regulação do Humor ($p=0,00$), Uso Compulsivo da Internet ($p=0,00$), Resultados Negativos ($p=0,03$), Fator Geral do GPIUS-2 ($p=0,00$) e Regulação de Emoções de Baixa Potência em Si ($p=0,01$). Entretanto, entre os grupos Z e Y não houve diferença para nenhum dos fatores.

DISCUSSÃO

A partir dos dados coletados é possível perceber que a hipótese levantada se confirma, a geração Z apresentou maiores escores na escala de uso problemático da internet, bem como menores níveis de bem-estar e inteligência emocional. Além disso, pode-se destacar que a geração X mostrou escores menores para uso problemático e maiores níveis de bem-estar e inteligência emocional. Em vista disso, pode-se sugerir que o uso da internet parece afetar o bem-estar e a inteligência emocional, uma vez que foi observado que de maneira geral, aqueles que apresentaram maiores escores de uso problemático de internet obtiveram menores escores para o bem-estar e inteligência emocional, e vice-versa, menores escores de uso problemático foram acompanhados de maiores escores de bem-estar e inteligência emocional. Assim, os resultados encontrados vão ao encontro do que a literatura recente propõe sobre o assunto, o que destaca o quanto a inteligência emocional e o bem-estar fortalecidos podem contribuir para o não desenvolvimento de comportamentos problemáticos online (Quaglieri *et al.*, 2022; Martínez; Rodríguez; Presa, 2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Assim como levantado no objetivo da pesquisa, foi possível observar que entre os participantes, as gerações mais jovens apresentaram maiores níveis de uso problemático da internet, o que era esperado uma vez que a população mais jovem é a que mais consome os recursos da internet.

Vale ressaltar que para estudos futuros seria importante avaliar a relação entre o uso problemático da internet e os níveis de inteligência emocional e bem-estar por meio de estatísticas correlacionais. Além disso, o estudo se limitou a uma amostra pequena, para

melhor analisar a questão, seria mais adequado a aplicação em um conjunto amostral maior e mais diverso.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, A. S.; TRÓCCOLI, B. T. Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 20, n. 2, 2004. DOI: 10.1590/S0102-37722004000200008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722004000200008>. Acesso em: set. 2023.

BUENO, J. M. H.; CORREIA, F. M. L.; PEIXOTO, E. M. Psychometric properties of the Emotional Competence Inventory – Short Revised Version (ECI-R). **Psico-USF**, v. 26, n. 3, jul./set. 2021. DOI: 10.1590/1413-82712021260310. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-82712021260310>. Acesso em: set. 2023.

LIRIO, A. B.; GALLON, S.; COSTA, C. Percepções da qualidade de vida no trabalho nas diferentes gerações. **Gestão & Regionalidade**, v. 36, n. 107, 2020. DOI: 10.13037/gr.vol36n107.5398. Disponível em: <https://doi.org/10.13037/gr.vol36n107.5398>. Acesso em: fev. 2024.

MARTÍNEZ, E. F.; RODRÍGUEZ, E. S.; PRESA, C. L. **Internet addiction and emotional intelligence in university nursing students: A cross-sectional study**. Elsevier, 2023. DOI: 10.1016/j.heliyon.2023.e19482. Disponível em: <https://www.periodicos.capes.gov.br/index.php/acervo/buscador.html?task=detalhes&source=all&id=W4386192378>. Acesso em: 08 abr. 2025.

MAYER, J. D.; CARUSO, D. R.; SALOVEY, P. **The ability model of emotional intelligence: Principles and updates**. Emotion Review, 2016. DOI: 10.1177/1754073916639667. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1177/1754073916639667>. Acesso em: set. 2023.

MENDES, I.; SILVA, I. Uso problemático da internet em adultos: Que relação com sintomas clínicos? **Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación**, 2017. DOI: 10.17979/reipe.2017.0.13.2565. Disponível em: <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.13.2565>. Acesso em: set. 2023.

MORETTA, T.; BUODO, G.; DEMETROVICS, Z.; POTENZA, M. N. **Tracing 20 years of research on problematic use of the internet and social media: Theoretical models, assessment tools, and an agenda for future work**. Comprehensive Psychiatry, 2022. DOI: 10.1016/j.comppsy.2021.152286. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2021.152286>. Acesso em: nov. 2023.

PONTES, H. M.; CAPLAN, S. E.; GRIFFITHS, M. D. Psychometric validation of the Generalized Problematic Internet Use Scale 2 in a Portuguese sample. **Computers in Human Behavior**, v. 63, 2016. DOI: 10.1016/j.chb.2016.06.015. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.06.015>. Acesso em: set. 2023.

SHEMESH, D. O.; HEIMAN, T.; WRIGHT, M. F. Problematic use of the internet and well-being among youth from a global perspective: A mediated-moderated model of socio-emotional factors. **The Journal of Genetic Psychology**, v. 185, n. 2, 2023. DOI: 10.1080/00221325.2023.2277319. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00221325.2023.2277319>. Acesso em: 16 mar. 2024.

QUAGLIERI, A. et al. From emotional (dys)regulation to internet addiction: A mediation model of problematic social media use among Italian young adults. **Journal of Clinical Medicine**, 2022. DOI: 10.3390/jcm11010188. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2077-0383/11/1/188>. Acesso em: 08 abr. 2025.