

بررسی چالش‌های پسران نوجوان در روابط عاطفی آنلاین از راه دور

تاریخ دریافت مقاله: 1402/05/30 تاریخ پذیرش مقاله: 1402/10/05

علی عظیمی^{1*}، ابراهیم نعیمی²، سیده لیلا حق پرست³، حامد رضائی⁴

مقاله پژوهشی

چکیده

مقدمه: پیشرفت فناوری و ارتباطات اینترنتی در دهه‌های اخیر، تأثیرات بسیاری بر روابط عاطفی داشته و موجب افزایش چشم‌گیر روابط عاطفی از راه دور شده است. پژوهش حاضر با هدف بررسی چالش‌های پسران نوجوان در روابط عاطفی آنلاین انجام شده است.

روش: پژوهش حاضر از نوع کیفی و با رویکرد پدیدارشناسی صورت گرفته است. جامعه مورد پژوهش از میان نوجوانان 20 - 16 ساله ساکن شهر رفسنجان در بهار سال 1402 بوده که نمونه به وسیله نمونه‌گیری مبتنی بر هدف با معیار اصلی این‌که نوجوان با فرد دیگری که در فاصله بیشتر از 100 کیلومتر قرار دارد، دارای ارتباط عاطفی باشد. نمونه‌گیری تا رسیدن به اشباع داده‌ها ادامه یافت و با 11 مصاحبه تکمیل شد. داده‌ها به‌وسیله مصاحبه‌های بدون ساختار جمع‌آوری شد و با روش کلایزی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: پس از کدگذاری داده‌ها یافته‌ها در 8 مضمون محوری و 3 مضمون اصلی «چالش‌های روان‌شناختی، چالش‌های مرتبط با اجتماع و فرهنگ و چالش‌های مرتبط با شبکه‌های اجتماعی» طبقه‌بندی شدند.

بحث و نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌های پژوهش، پسران نوجوان در روابط عاطفی آنلاین از راه دور با مشکلات و چالش‌های متعددی روبه‌رو هستند. شناخت این چالش‌ها می‌تواند به ما کمک کند تا بهتر درک کنیم که چگونه می‌توانیم به آن‌ها پاسخ دهیم و با درک نیازهای و تجربه‌های آنان راهکارهایی را تدوین کنیم و آنان را به سمت روابط عاطفی سالم و عمیق هدایت کنیم.

کلمات کلیدی: نوجوانان پسر، روابط عاطفی آنلاین، روابط از راه دور، جنس مکمل.

1. کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی، گروه مشاوره، تهران، ایران
*نویسنده مسئول: thealiazimi@yahoo.com
2. دانشیار، گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران
3. کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی، گروه مشاوره، تهران، ایران
4. کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی، گروه مشاوره، تهران، ایران



Exploring the Challenges of Adolescent Boys in Online Long-Distance Romantic Relationships

Received: 2023/05/09 Accepted: 2023/11/11

Ali Azimi^{1*}, Ebrahim Naeemi², Seyedeh Leila Haghparast³, Hamed Rezaei⁴

Original Article

Abstract

Introduction: Recent advances in technology and online communications have had significant impacts on emotional relationships, leading to a noticeable increase in long-distance emotional relationships. The present research aims to investigate the challenges faced by adolescent boys in online emotional relationships.

Method: This qualitative research is conducted with a phenomenological approach. The study population consisted of adolescents aged 16 to 20 residing in Rafsanjan in the spring of 2023. The sample was selected using purposive sampling, with the main criterion being that adolescents have an emotional connection with someone living more than 100 kilometers away. Data collection continued until data saturation was achieved and was completed with 11 interviews. Data was collected through unstructured interviews and analyzed using the content analysis method..

Findings: After coding the data, the findings were categorized into 8 thematic codes and 3 main themes: "psychological challenges," "sociocultural challenges," and "challenges related to social networks."

Discussion: Based on the research findings, adolescent boys in long-distance online emotional relationships face various problems and challenges. Understanding these challenges can assist us in better comprehending how to address them, formulate solutions based on their needs and experiences, and guide them toward healthy and deep emotional relationships.

Keywords: Adolescent Boys, Online Emotional Relationships, Long-Distance Relationships, Complementary Gender

1 .M.A. in Counseling, Allameh Tabataba'i University, Department of counseling, Tehran, Iran.

* Corresponding author: thealiazimi@yahoo.com

2. Associate Professor, Counseling Department, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

3 .M.A. in Counseling, Allameh Tabataba'i University, Department of counseling, Tehran, Iran

4 .M.A. in Counseling, Allameh Tabataba'i University, Department of counseling, Tehran, Iran

مقدمه

پیشرفت فناوری و ارتباطات اینترنتی در دهه‌های اخیر، تأثیرات بسیاری بر روابط عاطفی داشته است و موجب افزایش چشم‌گیر روابط عاطفی از راه دور¹ شده است (اسبارا، بریسکین و اسلچر²، 2019؛ کوثری و خیرخواه، 1387). در حال حاضر هیچ تعریف مورد توافق جهانی برای روابط عاطفی از راه دور وجود ندارد، آن‌ها اغلب با عدم تماس حضوری به دلیل فاصله جغرافیایی تعریف می‌شوند؛ و ارتباطشان از طریق ارتباطات الکترونیکی، اینترنت، تلفن و سایر وسایل ارتباطی ادامه می‌یابد (پیرانتی³، 2023) این ارتباطات که در عصر حاضر از طریق فضای آنلاین شکل می‌گیرند هزینه کمتری دارند و هنجارهای اجتماعی فضای آنلاین دو طرف نقش کمتری در آن‌ها دارند (یانگ⁴، 2023).

شکل‌گیری یک رابطه عاطفی از راه دور نیازمند توجه به چندین جنبه است که می‌تواند به‌طور مثبت بر ایجاد و تقویت ارتباطات اثر گذارد (توگونگ⁵، 2020). در ابتدا، ارتباطات مکتوب از طریق پیام‌رسان‌ها و ایمیل‌ها می‌توانند بستری را برای ایجاد ارتباط اولیه فراهم کنند (کوچرا، اسکات، لیندلی و اولیویه⁶، 2021). این ارتباطات مکتوب می‌توانند شامل موضوعات روزمره، تجربیات شخصی، یا علایق مشترک باشند. این ابزارها به افراد امکان می‌دهند که از دور یکدیگر را بشناسند و برای شکل‌گیری ارتباطات عاطفی اولیه پایه‌گذاری شوند (هسل و لوف⁷، 2023). برای ایجاد اتصال عمیق‌تر، تماس‌های ویدئویی نقش اساسی دارند که می‌توانند امکان مشاهده یکدیگر و انتقال احساسات و اطلاعات بهتر را فراهم کنند. این تماس‌ها به افراد این امکان را می‌دهند که با وجود فاصله جغرافیایی، احساس حضور فیزیکی را تجربه کنند و این به تعزیز ارتباطات کمک می‌کند (واتسون، لویپتون و مایکل⁸، 2021).

یکی از تفاوت‌های عمده بین روابط حضوری و روابط از راه دور، میزان ارتباط فیزیکی بین افراد است. در روابط عاطفی حضوری، افراد می‌توانند باهم برای گذراندن زمان و ایجاد لحظات خاص، در برابر یکدیگر حضور یابند و به‌صورت فیزیکی باهم ارتباط داشته باشند. این ارتباط فیزیکی می‌تواند احساس برابری و صمیمیت بیشتری بین آنان به وجود آورد. در حالی که در روابط عاطفی از راه دور، افراد از طریق فضای دیجیتال و پلتفرم‌های آنلاین در ارتباط هستند. پلتفرم‌های آنلاین، با اینکه به افراد امکان برقراری ارتباط در هر زمان و مکانی را می‌دهد، اما احساس برابری و صمیمیت کمتری را به وجود می‌آورد (نگوین و همکاران⁹، 2022).

تفاوت دیگری که بین روابط عاطفی حضوری و روابط عاطفی از راه دور وجود دارد، میزان شفافیت و صداقت در ارتباطات است. در روابط عاطفی حضوری، افراد با یکدیگر در موقعیت‌های مختلف و در طول زمان با هم ارتباط کامل برقرار می‌کنند و این باعث می‌شود که بتوانند به‌صورت مستقیم و باز احساسات و نیازهای خود را به یکدیگر بیان کنند. این در حالی است که روابط عاطفی آنلاین، تعامل و گفتگوی طرفین به‌طور معمول در قالب پیام‌های کوتاه صورت می‌گیرد. به همین دلیل، ممکن است شفافیت و صداقت در این نوع ارتباطات کاهش یابد (پنگ¹⁰، 2020؛ روین، وهل و هرناندز¹¹، 2015).

1. Long distance relationships
2. Sbarra, Briskin & Slatcher
3. Piranti
4. Yang
1. Tshoagong
2. Kučera, Scott, Lindley & Olivier
3. Hessel, H. M., & LeBouef,
4. Watson, A., Lupton, D., & Michael,
5. Nguyen Et al
6. Peng
7. Drouin, Miller, Wehl, & Hernandez

علاوه بر این در مواردی که افراد در رابطه عاطفی آنلاین مشکل داشته باشند، به دلیل فاصله فیزیکی، ممکن است نتوانند به صورت مستقیم باهم به مشکلات پرداخته و آن‌ها را حل کنند که این موضوع می‌تواند به تدریج موجب فاصله گرفتن و کاهش ارتباط بین دو نفر شود؛ و اضافه بر این به دلیل نبود حضور فیزیکی، احساسات و نیازهای افراد ممکن است به درستی به یکدیگر منتقل نشوند (بوچارد، گادت، کلوتیر و مارتین¹، 2023؛ مورفی، کالوگی، کوپر و دال گریو²، 2020) در نتیجه این روابط می‌تواند باعث ایجاد احساس تنهایی و افسردگی در افراد شود که تأثیر منفی زیادی بر روی سلامت روانی و عملکرد اجتماعی آن‌ها دارد (ترینفو³، 2020) همچنین، در رابطه‌های روابط عاطفی از راه دور، عواملی مانند عدم رضایت از رابطه، احساس پرخاشگری، ناتوانی در مدیریت هیجانات، جاذبه افراد دیگر و یا فرصت‌های غیر کافی رابطه جنسی می‌تواند باعث شود که افراد به شریک عاطفی خود خیانت کنند (ژو⁴، 2023).

علاوه بر این با توجه به پژوهش‌هایی که در داخل کشور انجام شده است سخت شدن شرایط ازدواج و کم‌رنگ شدن ارزش‌های دینی و سنتی و دیدگاه‌های ارزشی نوظهور موجب بسترسازی این روابط شدند (جوآنمرد، زینی حسنوند و سیف، 1401) که در نتیجه آن روی پیشرفت تحصیلی اثر منفی بگذارد (فتحی، غیاث وند و شاکرم، 1401). فضای ذهنی فرد را درگیر کند (فتحی، کرمی قهی و پوراسمعیلی، 1399) و به دلیل عدم امکان پذیرش این روابط در کشور ایران و تفکر سنتی خانواده‌ها و اطرافیان و عدم دریافت همدلی و حمایت از سوی آنان ازدواج آینده افراد تحت تأثیر قرار می‌گیرد (نامداری و هنرپروران، 1398).

در کنار موارد گفته شده بهتر است در نظر بگیریم تجربه دختران و پسران از رابطه عاطفی از راه دور ممکن است با توجه به عوامل مختلف، تفاوت‌هایی داشته باشد و آنان ترجیحات، انتخاب‌ها و رفتارهای متفاوتی از خود نشان می‌دهند (اوغولسکی و استافورد⁵، 2023؛ گلد اسمیت و بایرز⁶، 2020). در کل، دختران علاقه بیشتری به ارتباطات عاطفی پایدار و پیوندهای عمیق دارند و ممکن است به شدت به ارتباطات عاطفی پایدار با شریک خود علاقه‌مند باشند. دختران، همانند ارتباطات حضوری در فضای آنلاین نیز هنگام انتخاب شریک مرد، ویژگی‌های اجتماعی-اقتصادی را در اولویت قرار می‌دهند (آبرامووا، باومن، کراسنووا و بوکسمن⁷، 2016) ولی در ارتباط خود ممکن است برای محافظت از حریم خصوصی هویت خود را به صورت غیرواقعی معرفی کنند (ویتی⁸، 2002).

از سوی دیگر، پسران ممکن است به شدت به استقلال و آزادی خود علاقه‌مند باشند و تمایل داشته باشند که در روابط خود تحت فشار نباشند. آن‌ها همانند روابط نزدیک در تجربه روابط عاطفی از راه دور، جذابیت فیزیکی را به عنوان معیار انتخاب خود در نظر می‌گیرند (آبرامووا و همکاران، 2016) و بیشتر از دختران در مورد وضعیت اجتماعی و اقتصادی خود دروغ می‌گویند (ویتی، 2002). بنابراین، تفاوت تجربه دختران و پسران از رابطه عاطفی از راه دور ممکن است به دلیل تفاوت در جنسیت، فرهنگ و تربیت متفاوت باشد. در این مطالعه نیز به دلیل ایجاد دقت در پژوهش صرفاً تجربه پسران مورد بررسی قرار می‌گیرد و به طور دقیق‌تر روابطی را بررسی می‌کند که دو طرف از راه دور به ارتباط می‌پردازند.

با توجه به شایع بودن روابط عاطفی آنلاین از راه دور در نوجوانان و تفاوت این موضوع در دختران و پسران در فرهنگ‌های گوناگون بررسی جهانی درونی پسران و تحقیق‌های کیفی در این زمینه لازم و ضروری آمد. تجربه روابط عاطفی با توجه به وضعیت هر فرد اختصاصی است؛ بنابراین با پژوهش کمی نمی‌توان ابعاد گوناگون مسئله را بررسی کرد. درواقع، جای خالی

1. Bouchard, Gaudet, Cloutier & Martin
2. Murphy, Calugi, Cooper & Dalle Grave
3. Trionfo
4. Zhou
5. Ogolsky & Stafford
6. Goldsmith & Byers
7. Abramova, Baumann, Krasnova & Buxmann
8. Whitty

تحقیق‌های کیفی با رویکرد اکتشافی بیشتر احساس می‌شود که مستلزم مصاحبه‌های عمیق برای شناخت ابعاد پیدا و پنهان چالش‌های روابط عاطفی از راه دور است. از آنجا که سازه‌گراهای اجتماعی برخلاف عینی‌گراها بر این باورند که هیچ واقعیت عینی وجود ندارد و آنچه موجود است، فقط سازه ذهنی افراد است؛ بنابراین در پژوهش حاضر کوشش شده است، درک هر نوجوان که ممکن است متفاوت از دیگری باشد، به لحاظ پدیدارشناختی بررسی شود. در پدیدارشناسی آگاهی و تجربه یک یا چند فرد از یک پدیده با تمرکز بر ویژگی‌های منحصر به فرد تجربه شخص توصیف می‌شود؛ بنابراین هدف در پژوهش حاضر آن است که با مطالعه دنیای درونی نوجوانان یا به بیانی دیگر، تجربه زیسته‌شان، چالش‌های روابط عاطفی از راه دور از دریچه نگاه آن‌ها شناسایی شود تا به دنبال آن به درکی عمیقی از معنای ذهنی آن‌ها رسید. بر همین اساس پژوهشگر در پژوهش حاضر با هدف غنا بخشیدن به دانش موجود به دنبال پاسخ به این سؤال است که چالش‌های پسران نوجوان در روابط عاطفی آنلاین از راه دور چیست؟

روش

با عنایت به این که نوجوانان در روابط از راه دور خود تجارب متفاوتی دارند، پژوهش حاضر به روش پدیدارشناسی (به منظور درک پدیده‌ها از طریق تجارب انسانی) صورت گرفت (داجسون¹، 2023). مشارکت‌کنندگان این پژوهش در بهار سال 1402 از میان نوجوانان ساکن شهر رفسنجان که در فضای آنلاین با جنس مخالف ارتباط عاطفی برقرار کرده بودند و والدین آنان از انجام پژوهش رضایت داشتند به روش نمونه‌گیری مبتنی بر هدف انتخاب شدند. در این مطالعه، نمونه‌گیری تا زمان رسیدن به اشباع در مورد مفهوم پدیده مورد بررسی ادامه یافت؛ تا جایی که با افزایش حجم نمونه، حجم اطلاعات یا داده‌های جدید چشمگیر نبود (یوسفی و همکاران، 1398). معیار اصلی این بود که فرد در بازه سنی 20-16 سالگی باشد و در 6 ماه گذشته با شریک عاطفی جنس مکمل در فضای آنلاین رابطه عاطفی داشته باشد. همچنین معیارهای دیگری برای نمونه‌گیری هدفمند اعمال شد از آنجایی که این مطالعه تجارب روابط از راه دور را بررسی می‌کند این معیار در نظر گرفته شد که فرد با شریک خود فاصله بیشتر از 100 کیلومتر داشته باشد و معیار خروج شامل عدم رضایت شرکت در پژوهش بود.

روش اصلی گردآوری اطلاعات، مصاحبه عمیق و بدون ساختار با سؤالات باز بود و این قابلیت را برای مشارکت‌کنندگان فراهم شد که تجارب خود را در مورد پدیده مورد نظر به صورت کامل شرح دهند. قبل از شروع مصاحبه هدف از مصاحبه برای مشارکت‌کنندگان شرح داده شد و از آن‌ها جهت ضبط مصاحبه‌ها اجازه گرفته و از محرمانه بودن مشخصات و استفاده از اسامی مستعار در طول پژوهش به آن‌ها اطمینان داده شد.

اشباع اطلاعات با 11 نفر از نوجوانان حاصل شد و مدت‌زمان مصاحبه‌ها بسته به همکاری و توانایی شناختی بیان تجارب افراد، از 35 تا 55 دقیقه متفاوت بود. برای تحلیل داده‌ها، بعد گوش دادن چندباره مصاحبه‌ها و یادداشت‌برداری دقیق از آن‌ها، اطلاعات به روش کلایزی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت؛ بدین معنی که مصاحبه‌ها به‌طور کامل کلمه به کلمه نگارش شد و سپس یادداشت مصاحبه‌ها چندین بار خوانده شد و عبارات و مفاهیم مهم و کلیدی مشخص گردید و به صورت کد نگارش گردید. بعد از این مرحله مفاهیم مشترک باهم دسته‌بندی شده و گروه‌های موضوعی از مفاهیم تشکیل داده شد، سپس نتایج برای توصیف به پدیده مورد پژوهش (چالش‌های روابط عاطفی از راه دور) پیوند داده شد و دسته‌های کلی تری تشکیل شد و نتایج به صورت توصیف کاملی از پدیده‌ها با یکدیگر ادغام شدند. اعتباربخشی با ارجاع به هر مشارکت‌کننده و پرسش درستی یافته‌ها و اصلاح اشکالات انجام شد تا نتایج بدون خطا باشد.

1. Dodgson

یافته‌ها

بازه سنی مشارکت‌کنندگان از 16 تا 20 سال متغیر است و فاصله فیزیکی متفاوتی بین آنان و شریک عاطفی‌شان وجود دارد که نزدیک‌ترین فاصله 216 کیلومتر و دورترین آن 1014 کیلومتر است نوع آشنایی آنان متفاوت بوده که سه نفر به صورت حضوری و 8 نفر آنلاین با هم آشنا شدند و رابطه آنلاین را ادامه دادند که در این میان حداقل مدت رابطه 6 ماه و بیشترین مدت آن یک سال و یازده ماه هست.

جدول 1. اطلاعات جمعیت شناختی مشارکت‌کنندگان

کد	سن (سال/ماه)	میزان فاصله (KM)	شهر فرد مقابل	مدت رابطه (سال/ماه)	نحوه آشنایی
1	19/4	868	تهران	1/2	مجازی
2	19/7	147	سیرجان	1/4	مجازی
3	19/2	301	میبد	0/7	حضوری
4	16/1	868	تهران	1	مجازی
5	16/7	742	قم	0/6	مجازی
8	18/1	917	کرج	1/2	حضوری
7	17/9	537	اصفهان	1/9	مجازی
8	17	915	سبزوار	0/7	مجازی
9	17/1	216	راور	1/5	حضوری
10	16/4	1014	مشهد	0/8	مجازی
11	17/3	448	آباده	1/11	مجازی

در جدول 2 کدگذاری داده‌ها به همراه نمونه گویه‌های مهم آورده شده است که در مجموع یافته‌های پژوهش در 3 کد اصلی، 8 کد محوری و 25 کد باز دسته‌بندی شده‌اند.

جدول 2. کدگذاری داده‌ها و نمونه گویه‌های مرتبط

کد اصلی	کد محوری	کد باز	جملات و عبارات مهم
چالش‌های روان‌شناختی	عدم اطمینان	عدم اطمینان از شخصیت	- من با آدمای مختلفی نوبی اینستاگرام ارتباط داشتم. خیلی راحت می‌تونم بگم نصف آدمایی که باهاشون صحبت می‌کردم اصلا وجود خارجی نداشتن. (کد5) - توی بچه‌ها یکی وقتی می‌خواود آدم رو ضایع کنه بگه ببو گلابی هستیم میاد با اکانت دختر پیام میده ایستگاه میکنه. (کد9)
		عدم وفاداری	- من هیچوقت نمی‌تونم این اطمینان رو داشته باشم که دختری با من خیلی راحت عکسشو می‌فرسته با فرد دیگه‌ای هم این جور نیست. (کد3) - گاهی میام فالوآینگ‌های طرف مقابلم رو نگاه می‌کنم می‌بینم پسرای دیگه‌ای هم هستن، اونجا دیگه احساس سستی می‌کنم سرد می‌شم. (کد11)
		عدم قابلیت پیش‌بینی رفتار	- به هر حال اون طرف هم غیر از عشق و عاشقی با ما زندگی دیگه‌ای داره ممکنه مامانش باباش مریض باشن یا هر مشکل دیگه‌ای پیش بیاد تنونه صحبت کنه بعد ما این طرف خط می‌مونیم چی شده تکلیفمون چیه (کد1). - ممکنه من پیام کلی زور بزوم ی دختری راضی کنم باهام حرف بزنه اما بلدش نباشم ی جورى مثل کاه گل لگد کردن میشه. (کد10)
احساس تنهایی	اجتماعی واقعی نبود تجربه فضای اجتماعی واقعی نداشتن همراهی والدین	تضاد در پیش‌بینی‌ها	- دختره بهت میگه دوست دارم، نباشی می‌میرم اما شب کار داری نمی‌تونی جواشو بدی باهات کات میکنه. (کد8) - دخترا هرچقدر هم تو مجازی مهربون باشی کلی هم وقت بزاری واسشون باز با ی پسر دیگه داپورت می‌کنن. (کد5)
		نبود تجربه فضای اجتماعی واقعی	مجازی هم رو مخه دیگه تهش بتونیم به فیلم رو هم زمان ببینیم ولی نه میشه باهاتش قدم نه میشه باهاتش غذا خورد کلا تنهایی. (کد6) - حالا به صبح بخیر شب بخیر مجازی دردی از کسی دوا نمیکنه انگار سیاه بازیه. (کد10) - مادر من کلا مخالف این جور ارتباطیه با پدرم هم اصلا در مورد این چیزا صحبت نکردم. (کد7) - فکر نمی‌کنم حتی بتونم خانواده‌ام رو راضی کنم برم یک‌بار ببینمش. (کد3)

		<p>- گاهی اون میخواد تماس بگیریم تلفنی حرف بزنینم اما من نمی تونم فضای مناسبی ندارم حالشو ندارم بعد وقتی من همه این‌ها یک‌جا دارم اون نمی تونه. (کد5)</p> <p>- گاهی از اینکه هی متن میفرسته خسته می‌شم نداشتن صدایش رو نمی تونم تحمل کنم. (کد2)</p>
	نقص هماهنگی در شیوه‌های ارتباطی	<p>- فکر نمی‌کنم حتی یک‌بار بتونم ببینمش چه به اینکه همیشه باهم باشیم. (کد9)</p> <p>- هر چقدر هم ما باهم بمونیم چون کنار هم نیستیم یک روزی با ازدواج از هم جدا میشیم و پرونده‌اش بسته میشه. (کد1)</p>
	نا امیدی از آینده رابطه	<p>- گاهی شب‌ها انقدر حرف می‌زنیم که حرفامون با خواب رفتن یکیمون تموم میشه. (کد4)</p> <p>- اوضاع استراحت دیگه کیشمیشی میشه و همیشه شب خوابیدن رو هماهنگ کرد چون شرایط زندگیمون یکی نیست. (کد9)</p>
ظهور علائم افسردگی	تغییر الگوی خواب	<p>- دلم واسه خودم میسوزه گاهی می‌شینم به حال خودم گریه می‌کنم. (کد11)</p> <p>- اگه اوضاع زندگی اون نرمال نباشه نمی‌دونم چطور بهش کمک کنم فقط می‌ریزم تو خودم و آمپر میچسبونم. (کد3)</p> <p>- دائم دارم به اون فکر می‌کنم و توی ذهنم راه می‌چینم ببینمش از کار و زندگی میمونم. (کد11)</p> <p>- بالاینکه هیچ‌وقت ندیدمش اما کنار اون نبودم هیچ‌وقت برام عادی نشده، دوست ندارم بدون اون کاری انجام بدم. (کد6)</p>
	افزایش تحریک‌پذیری	<p>- هر دختری خودش رو توی لباس عروس تصور میکنه و اگه بهت دل ببنده خودش رو کنار خودت تصور میکنه ولی من همه آرزوهاشو خراب می‌کنم. (کد3)</p> <p>- خیلی بده که من فقط واسه رفع نیازم با اونم اما اون به من دل می‌بنده واسه همیشه زندگیش کاش اونم مثل من بود. (کد10)</p>
	کاهش انگیزه و انرژی	<p>- من خودم رو پولدار جا زدم گفتم ی زمانی شرکت داشتیم الان وضعمون خوب نیست اون بدبخت هم باور میکنه و به آینده من دلخوش میشه. (کد4)</p> <p>- من حتی فیسیم رو نفرستادم عکس یکی دیگه رو دادم بهش همیشه وقتی از قیافم تعریف میکنه احساس گناه می‌کنم. (کد9)</p> <p>- عقاید مذهبییش زیاد بود اما من کم کم راضیش کردم و اسم عکس بفرسته ولی حس گناه دارم در موردش که خودش رو سرزنش میکنه. (کد5)</p> <p>- یک‌بار گفتم عکست رو می‌فرستم اگه باهام سکس چت نکنی اونم واسه اینکه من نفرستم قبول کرد ولی وقتی بهش مورد آزار فرد مقابل فکر میکنم کار زشتی بوده. (کد7)</p>
	احساس گناه از ارائه دروغین خود	<p>- من کلا توی روابطم از فضای مجازی شروع کردم تا جایی که یادم رفته حضوری چطور باید باشم. (کد10)</p> <p>- سعی می‌کنم هر جایی که فرصتی برای آشنایی پیش میاد اول تو مجازی پیدا کنم. (کد2)</p> <p>- صبح که بیدار می‌شم گوشیم رو چک میکنم بهش صبح به خیر میگم شب هم گوشیم دستمه تا باهم بخوابیم و بهش شب به خیر بگم. (کد1)</p> <p>- آقا رابطمون از بیکاری شروع شد ولی الان دیگه بخش فیکس و کامل زندگیه. (کد6)</p> <p>- ما دو تا زندگی متفاوت روداریم انجام می‌دیم گاهی این دو تا با هم نمیخونه. (کد3)</p> <p>- خیلی پیش میاد وسط حرف زدن‌های بابا و مامانم با اون هم توگوشی حرف بزیم که هر دو طرف از بی‌حواسی من ناراحت می‌شن. (کد2)</p>
چالش‌های مرتبط با اجتماع و فرهنگ	تفاوت انگیزه‌های فرد مقابل	<p>- اول که با هم آشنا شدیم بیشتر واسه تیپ جذابش بود اما الان وقتی بخوام جدی تر فکر کنم نمی‌تونم با این پوشش باهاش ادامه بدم. (کد9)</p> <p>- خیلی اوقات با نماز خوندن و نخوندن هم مشکل داشتیم و در موردش بحث میکردیم. (کد4)</p> <p>- واسم ناراحت کننده بود که لهجه من موردپسندش نبود و می‌آمد کلمات منو اصلاح می‌کرد. (کد1)</p> <p>- توی حرف زندامون گاهی میومد کلمات منو گرمونی تکرار می‌کرد تا تلافی کنه. (کد11)</p> <p>- زمانی که در مورد ازدواج فکرمی‌کنیم این خیلی رو مخه که آداب و رسوممون هم بهم نمیخونه خیلی از شهرها به دختر جهاز هم نمیدن. (کد5)</p> <p>- وقتی بیای جدی به قضیه فکر کنیم خیلی با هم تفاوت داشتیم. (کد10)</p>
	تفاوت فرهنگی با فرد مقابل	<p>- توی صحبت هامون گاهی من شوخی می‌کنم اما بعد می‌بینم خانم ناراحت شده فکر میکنه جدی داشتم می‌گفتم. (کد6)</p> <p>- توی واقعیت از چشمای یک نفر میشه فهمید چطور آدمیه ذاتش چطوره ولی مجازی دیگه ست آدم بسته میشه. (کد2)</p>
	عدم وضوح لحن ناتوانی در شناخت انگیزه‌های کلام وقوع خطا و	<p>- از سر و صورت یه نفر میشه درآورد حالش چطوره اما تو چت بعیده بفهمم، نمی‌بینم ناراحته بدتر بجای اروم کردن بهش زخم می‌زنم. (کد11)</p> <p>- زمانی که در مورد ازدواج فکرمی‌کنیم این خیلی رو مخه که آداب و رسوممون هم بهم نمیخونه خیلی از شهرها به دختر جهاز هم نمیدن. (کد5)</p> <p>- وقتی بیای جدی به قضیه فکر کنیم خیلی با هم تفاوت داشتیم. (کد9)</p> <p>- هر پستی رو که توی اینستاگرام می‌زارم چندین بار با نرم افزارها ادیت می‌کنم. (کد2)</p> <p>- سعی می‌کنم تعداد فالوری برای پیجم خرید کنم تا شاخ باشه. (کد10)</p>
چالش‌های مربوط به فضای آنلاین	عدم ارائه نشانه‌های بدنی ارائه دروغین	<p>- از سر و صورت یه نفر میشه درآورد حالش چطوره اما تو چت بعیده بفهمم، نمی‌بینم ناراحته بدتر بجای اروم کردن بهش زخم می‌زنم. (کد11)</p> <p>- زمانی که در مورد ازدواج فکرمی‌کنیم این خیلی رو مخه که آداب و رسوممون هم بهم نمیخونه خیلی از شهرها به دختر جهاز هم نمیدن. (کد5)</p> <p>- وقتی بیای جدی به قضیه فکر کنیم خیلی با هم تفاوت داشتیم. (کد9)</p> <p>- هر پستی رو که توی اینستاگرام می‌زارم چندین بار با نرم افزارها ادیت می‌کنم. (کد2)</p> <p>- سعی می‌کنم تعداد فالوری برای پیجم خرید کنم تا شاخ باشه. (کد10)</p>

یافته‌ها در 3 مضمون اصلی «چالش‌های روان‌شناختی، چالش‌های مرتبط با اجتماع و فرهنگ و چالش‌های مرتبط با شبکه‌های اجتماعی» طبقه بندی شدند. همان‌طور که در جدول کدگذاری داده‌ها مشخص است مهم‌ترین چالش‌های روان‌شناختی که پسران نوجوان در هنگام تجربه روابط عاطفی از راه دور از طریق شبکه‌های اجتماعی داشتند شامل «عدم اطمینان، افسردگی، احساس تنهایی و احساس گناه» بود و موارد مربوط به «تفاوت فرهنگی با فرد مقابل و کاهش توانایی‌های اجتماعی» در کد اصلی چالش‌های اجتماعی و فرهنگی دسته‌بندی شدند و چالش‌های مربوط به فضای آنلاین شامل دو کد محوری «افزایش احتمالی در وقوع خطا و سوءتعبیر و انحراف از واقعیت» بود که در قسمت بعد مورد شرح و توضیح گسترده‌تر قرار می‌گیرند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی چالش‌های پسران نوجوان در روابط عاطفی آنلاین از راه دور با جنس مخالف بود سه کد اصلی «چالش‌های روان‌شناختی، چالش‌های مرتبط با اجتماع و فرهنگ و چالش‌های مرتبط با شبکه‌های اجتماعی» شناسایی شدند. مهم‌ترین چالش‌های روان‌شناختی که پسران نوجوان در هنگام تجربه روابط عاطفی از راه دور از طریق شبکه‌های اجتماعی داشتند شامل «عدم اطمینان، افسردگی، احساس تنهایی و احساس گناه» بود.

بدون شک روابط آنلاین علی‌الخصوص زمانی که دو فرد در فاصله دور باشند و امکان دیدار حضوری کمتری داشته باشند خیلی سخت می‌تواند جایگزین روابط حضوری شود. مشارکت‌کنندگان در این پژوهش از احساس تنهایی خود خبر دادند به گونه‌ای که روابط آنلاین و آنلاین را دو قسمت مجزای زندگی در نظر می‌گرفتند و کمتر پیش می‌آمد که فرد هم‌دل و همراهی برای درک روابط آنلاین خود داشته باشد همان‌طور که ویتی و بوکنان (2016) به عدم درک خانواده و دوستان، اکثر افراد استفاده‌کننده از فضای آنلاین برای ایجاد روابط عاطفی اشاره کردند این چالش در پژوهش حاضر نیز برجسته بود.

لنتون-بریم، سانتیاگو، فردبورگ و آنتونی¹ (2021) در پژوهش که آسیب‌شناسی روانی و استفاده از ابزارهای دوست‌یابی آنلاین را بررسی می‌کرد، به رابطه مثبت بین علائم افسردگی و دوستی‌های آنلاین رسیدند در این پژوهش نیز مشارکت‌کنندگان رضایت ناقصی از روابط خود داشتند و نشانه‌های از افسردگی را نشان دادند. با توجه به پژوهش سکی، هامازاکی، ناتوری و اینادرا² (2019) علائم افسردگی زمانی برای یک فرد کاربر شبکه اجتماعی ظهور پیدا می‌کند که از میزان روابط آنلاین خود کم کند.

عدم اطمینان نیز بدون شک یکی از نقص‌های همیشگی روابط آنلاین بوده در این پژوهش مشارکت‌کنندگان حتی نمی‌توانستند در مورد درستی شخصیت و جنسیت شریک خود اطمینان داشته باشند و در مواردی اطمینان داشتن از وفاداری فرد مقابل و درستی گفته‌های آن برایشان دشوار بود. همان‌طور که در پژوهش مانتا³ (2019) ذکر شده است، حدود 80 درصد افراد حداقل در بخشی از نمایه‌های ابزارهای دوست‌یابی خود دروغ می‌گویند این نشان می‌دهد دروغ گفتن در نمایه دوست‌یابی بسیار آسان است زیرا سرویس‌های دوست‌یابی آنلاین هیچ گونه بررسی پیشینه یا تأیید نمایه بر روی کاربران انجام نمی‌دهند و کاربران می‌توانند در مورد وزن، قد، شغل، علایق یا هر چیزی دروغ بگویند. اغلب، کاربران در مقیاس کوچک دروغ می‌گویند و برخی از اطلاعات خود را تغییر می‌دهند تا برجسته‌تر و مطلوب‌تر به نظر برسند. با این حال، در سوی دیگر برخی کاربران هویت غیرواقعی برای خود تعریف می‌کنند. حساب‌های کاربری غیرواقعی و ارائه خود کاذب در پژوهش‌های اودانل، استوارت و باربر⁴ (2023) عریفه، میکارسا و راهاردجو⁵

1. Lenton-Brym, Santiago, Fredborg & Antony
2. Seki, Hamazaki, Natori & Inadera
3. Manta
4. O'Donnell, Stuart & Barber
5. Arifah, Mikarsa, & Rahardjo

(2023)، چن، یوان، فنگ و آرچر¹ (2021)، لانکر و همکاران (2019) به عنوان یکی از عوامل مشکل‌ساز در ارتباطات مجازی شناخته شده است.

همچنین در اغلب موارد نوجوانان زمانی که به ارائه خود کاذب می‌پردازند یا انگیزه‌های غیرواقعی برای شکل دادن به ارتباط اعلام می‌کردند بعد از ایجاد ارتباط صمیمانه در این رابطه نسبت به فرد مقابل خود احساس گناه می‌کردند با توجه به پژوهش سومینار و کادی² (2018) انگیزه و هدف مشترک افراد از رابطه عاطفی از راه دوره به منظور تشکیل خانواده و تعهد مبتنی بر اعتماد و حمایت یکی از موارد مثبت در روابط پایدار از راه دور است این موضوع نشان می‌دهد عدم وجود اشتراک در انگیزه و ارائه دروغین انگیزه ممکن است موجب احساس گناه در هر یک از طرفین شود. در کنار این موضوع اگر فرد تلاش کند تا به رابطه از راه دور خود متعهد بماند و حمایت لازم از شریک عاطفی خود انجام دهد در نقاط عطف زندگی یا زمانی که دوستانشان به قرار ملاقات می‌روند دچار احساس تنهایی می‌شوند. مائوچیونه³ (2023) و آرفنسیا و همکاران⁴ (2021) و مائو، کلاوزن و روسلر⁵ (2023) نیز مورد اشاره قرار گرفته است.

موضوعات مربوط به اجتماع و فرهنگ از دو منظر تفاوت فرهنگی فردی با شریک عاطفی و کاهش توانایی‌های اجتماعی بر این مسئله مؤثر بود و حمایت اجتماعی می‌تواند نقش مهمی در استفاده از شبکه‌های اجتماعی داشته باشد (طهماسی، برادران و میرزائی، 1399) در این زمینه پژوهش آرینزو، بورسیه و گریفیث⁶ (2019) نیز نشان داده است هر چه استفاده فرد از شبکه‌های اجتماعی بالاتر برود توانایی‌های اجتماعی فرد نیز کاهش می‌یابد و پژوهش وانوچی و اوهاونس⁷ (2019) نیز بر این موضوع تأکید دارد که استفاده کم از شبکه‌های اجتماعی موجب افزایش شایستگی‌های اجتماعی و دریافت حمایت‌های بین فردی خواهد شد. باین‌حال زینالی و زینالی (1401) وجود شایستگی در مهارت‌های ارتباطی را به عنوان یکی از عوامل مؤثر در اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی دانسته‌اند. همچنین با توجه به اینکه فاصله جغرافیایی تفاوت فرهنگی را رقم می‌زند شرکت‌کنندگان این پژوهش در روابط عاطفی خود با تفاوت فرهنگی چالش‌های داشتند و پذیرش آداب‌ورسوم، تفاوت‌های زبان و گویش در کنار تناقض‌های مذهبی برایشان دشوار بود. همان‌طور که پژوهش‌های عظیمی، جاویدی و حیاتی⁸ (2023)، یو و لیونگ⁹ (2023) و دینچلی و گوئل¹⁰ (2017) به‌طور مشابه به نقش فرهنگ در رفتارهای آنلاین پرداخته‌اند. نمی‌توان رفتار آنلاین افراد را خارج از زمینه فرهنگی آنان دانست.

مشارکت‌کنندگان به مسائل فنی اشاره کردند؛ که در راستای پژوهش‌های پیشین بود مواردی مانند تأخیر زمانی ارسال پیام و فایل مشاهده شد که در پژوهش‌های واکلر، رودنف، هوفهویس و لیو¹¹ (2022) و هال و لیو¹² (2023) والیگورسکا، فریدریچوویچ، آدامچیک، روگوفسکی و اوچنیک¹³ (2023) نیز اشاره شده است؛ در یک پلتفرم آنلاین ارتباط یک ارتباط کامل نیست و دو نفر نمی‌توانند در هنگام ارتباط، لحن گفتار فرد مقابل را متوجه شوند و دسترسی کاملی به نشانه بدنی وی ندارند این موضوع می‌تواند موجب بدفهمی در ارتباط شود که مرتبط با پژوهش‌های هرتلین و چان¹⁴ (2020) و والر¹⁵ (2015) است ولی لایوس و وینتر¹⁶

1 Chen, Yuan, Feng & Archer

2 Suminar & Kaddi

3 Maucione

4 Arfensia Et al

5 Mau, Klausen & Roessler

6 Arienzo, Boursier & Griffiths

7 Vannucci & Ohannessian

8 Azimi, Javidi & Hayati

9 Yu & Leung

10 Dincelli & Goel

11 Vauclair, Rudnev, Hofhuis & Liu

12 Hall & Liu

13 Waligórska, Frydrychowicz, Adamczyk, Rogowski & Ochnik

14 Hertlein & Chan

15 Weller

16 Lavis & Winter

(2020) شبکه‌های مجازی را برای ایجاد ارتباط مطلوب می‌داند ولی این مطلوبیت را به شرایطی که راه دیگری وجود ندارد منحصر می‌داند. اگرچه ممکن است این موارد باگذشت زمان و ارتقای فناوری حل شوند؛ اما دیگر چالش‌های آنان تنها در یک رابطه سالم، عمیق و پذیرفته‌شده قابل حل است.

به طور خلاصه در محیط روابط عاطفی آنلاین از راه دور، پسران با چالش‌هایی مواجه می‌شوند که نیازمند توجه و مدیریت آگاهانه است. یکی از مهم‌ترین چالش‌ها، ایجاد یک فضای ارتباطی امن است. فواصل فیزیکی ممکن است باعث ایجاد حس ناامنی شود و ایجاد اعتماد به نفس در این محیط چالش‌برانگیز باشد. در این روابط، نیاز به مهارت در بیان احساسات و ایجاد اتصال عاطفی از راه دور اهمیت زیادی دارد. یک چالش دیگر مدیریت زمان و ارتباطات آنلاین است. پسران باید بتوانند بین حفظ خصوصیت و به اشتراک‌گذاری اطلاعات شخصی تعادل برقرار کنند. ایجاد برنامه‌ریزی مشترک برای تماس‌های ویدیویی یا اشتراک در فعالیت‌های مشترک می‌تواند به مدیریت بهتر زمان و افزایش اثربخشی در روابط آنلاین کمک کند. این تعاملات مشترک همچنین می‌تواند به پاسخگویی به چالش‌های زندگی روزمره و ایجاد یک اتصال مستدام کمک کند.

با عنایت به اینکه این پژوهش بر روی گروه محدودی از پسران نوجوان انجام شده بود، تعمیم نتایج آن به گروه‌ها و نمونه‌های دیگر با احتیاط باید صورت گیرد؛ هرچند که اساساً در پژوهش‌های کیفی تعمیم‌پذیری هدف اصلی پژوهش‌گر نیست. در این مطالعه تلاش بر این بوده که ذهنیت پژوهشگر در سراسر پژوهش ورود پیدا نکند. با این وجود محدودیت دیگر، بازتابندگی در فرایند مصاحبه و تحلیل آن‌ها است. در عین حال جهت افزایش گستره کشف فرایندهای پدیده مورد مطالعه این پژوهش، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های مشابهی بر روی دختران نیز انجام شود و با پژوهش حاضر مورد مقایسه قرار گیرد. علاوه بر این، با توجه به پیامدهای متفاوت روابط عاطفی از راه دور برای فرد که از یافته‌های این مطالعه بود، پیشنهاد می‌شود در آینده با انجام پژوهش‌های کمی، میزان شیوع این پدیده و پیامدهای مثبت و منفی حاصل از آن در میان نوجوان در شهرها و فرهنگ‌های مختلف بررسی شود. همچنین با توجه به یافته‌های این پژوهش به نظر می‌رسد که لازم است برنامه‌ای تدوین شود تا در برنامه‌های مشاوران مدارس که گروه نوجوان را در دسترس دارند، نوع روابط عاطفی نوجوانان مورد توجه و ارزیابی بیشتری قرار گیرد تا در صورت لزوم، مداخلاتی در این زمینه صورت گیرد. در نهایت پیشنهاد می‌شود با برگزاری کارگاه‌های آموزشی در مراکز مشاوره و مدارس (در جلسات آموزش خانواده)، آگاه‌سازی والدین از پیامدهای روابط عاطفی صورت گیرد.

تعارض منافع

هیچ‌گونه تعارض منافع در میان نویسندگان وجود ندارد.

تقدیر و تشکر

از کلیه مشارکت‌کنندگان پژوهش حاضر تقدیر و تشکر می‌شود.

منابع

- جوانمرد، کرم الله، زینی حسنونند، ناهید، و سیف، حدیث. (1401). واکاوی پیامدهای روابط دوستانه دانشجویان دختر و پسر به روش تحلیل کیفی و داده بنیاد (مطالعه موردی دانشجویان دانشگاه آیت اله بروجردی ره). پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی, 12(47), 1-32. doi: 10.22034/spr.2022.368935.1791
- زینالی، زهرا، زینالی، علی. (1401). مدل اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی: نقش عملکرد خانواده با میانجی‌گری نیازهای اساسی روان‌شناختی. پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی, 12(48), 21-34.

- طهماسبی، مریم، برادران، مجید، و میرزائی، مائده. (1399). نقش تعدیل‌گری حمایت اجتماعی در رابطه بین حساسیت بین فردی و وابستگی به فضای مجازی. *پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*, 10(40), 119-134. doi: 10.22034/spr.2021.127717134
- فتحی، منصور، غیاثوند، احمد، شاکرم، معصومه. (1401). تجربه دختران نوجوان از رابطه با جنس مخالف در فضای مجازی، فصلنامه پژوهش‌نامه زنان، 13(2)، 242-285.
- فتحی، منصور، کرمی قهی، محمدتقی، پوراسمعیلی، مرضیه. (1399). پژوهش کیفی پیامدهای رابطه خارج از ازدواج دختران جوان با جنس مخالف، فصلنامه مطالعات راهبردی ورزش و جوانان، 18(44)، 279-298.
- کوثری، مسعود، خیرخواه، طاهره. (1387). تحلیل محتوای پیام‌های کوتاه دانشجویان دانشگاه‌های تهران. *فصلنامه تحقیقات فرهنگی ایران*, 21(2)، 57-78.
- نامداری، فائزه، هنرپروران، نازنین. (1398). بررسی تأثیر معاشرت با جنس مخالف قبل از ازدواج بر روابط زوجین: یک مطالعه کیفی، نشریه آفاق علوم انسانی، 3(26)، 87-109.
- Abramova, O., Baumann, A., Krasnova, H., & Buxmann, P. (2016, January). Gender differences in online dating: What do we know so far? A systematic literature reviews. In 2016 49th Hawaii International Conference on System Sciences (HICSS) (pp. 3858-3867). IEEE.
- Arfensia, D. S., Wulandari, P. D., Respianto, R., Agassi, S. K., Ristiana, R., Wiguna, P. V., ... & Alfian, I. N. (2021). Relationship Quality in Early Adult Individuals That Are in Long-Distance Relationships. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(2), 141-155.
- Arifah, P., Mikarsa, H. L., & Rahardjo, W. (2023). How Emerging Adults Present Themselves on Social Media: Online Self-Presentation Influenced by Self-Esteem, Narcissistic Personality, and Online Privacy. *Journal of Psychology and Instruction*, 7(3).
- Azimi, A. A., Javidi, H., & Hayati, M. (2023). Exploring the Lived Experiences of Iranian Teenage Girls: Consequences of Sharing Sexual Content in a Sexually Conservative Culture. *Sexuality & Culture*, 1-16.
- Bouchard, G., Gaudet, M., Cloutier, G., & Martin, M. (2023). Attachment, Relational Maintenance Behaviors and Relationship Quality in Romantic Long-Distance Relationships: A Dyadic Perspective. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*.
- Chen, Q., Yuan, Y., Feng, Y., & Archer, N. (2021). A decision paradox: benefit vs risk and trust vs distrust for online dating adoption vs non-adoption. *Internet Research*, 31(1), 341-375.
- D'Arienzo, M. C., Boursier, V., & Griffiths, M. D. (2019). Addiction to social media and attachment styles: A systematic literature review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17, 1094-1118.
- Dincelli, E., & Goel, S. (2017). Can privacy and security be friends? a cultural framework to differentiate security and privacy behaviors on online social networks.
- Dodgson, J. E. (2023). Phenomenology: Researching the Lived Experience. *Journal of Human Lactation*, 08903344231176453.
- Drouin, M., Miller, D., Wehle, S. M., & Hernandez, E. (2016). Why do people lie online? "Because everyone lies on the internet". *Computers in Human Behavior*, 64, 134-142.
- Goldsmith, K., & Byers, E. S. (2020). Maintaining long-distance relationships: Comparison to geographically close relationships. *Sexual and Relationship Therapy*, 35(3), 338-361.
- Goldsmith, K., & Byers, E. S. (2020). Maintaining long-distance relationships: Comparison to geographically close relationships. *Sexual and Relationship Therapy*, 35(3), 338-361.
- Hall, J. A., & Liu, D. (2022). Social media use, social displacement, and well-being. *Current Opinion in Psychology*, 46, 101339.
- Hertlein, K. M., & Chan, D. (2020). The rationale behind texting, videoconferencing, and mobile phones in couple relationships. *Marriage & Family Review*, 56(8), 739-763.
- Hessel, H. M., & LeBouef, S. (2023). Young adults' perceptions of technology use with extended family. *Family Relations*, 72(2), 565-584.
- Kučera, J., Scott, J., Lindley, S., & Olivier, P. (2021, May). Bedtime Window: A Field Study Connecting Bedrooms of Long-Distance Couples Using a Slow Photo-Stream and Shared Real-Time Inking. In Proceedings of the 2021 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems (pp. 1-12).
- Lauckner, C., Truszczynski, N., Lambert, D., Kottamasu, V., Meherally, S., SchipaniMcLaughlin, A. M., Taylor, E., & Hansen, N. (2019). "Catfishing," cyberbullying, and coercion: An exploration of the risks associated with dating app use among rural sexual minority males. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 23(3), 289-306
- Lavis, A., & Winter, R. (2020). # Online harms or benefits? An ethnographic analysis of the positives and negatives of peer-support around self-harm on social media. *Journal of child psychology and psychiatry*, 61(8), 842-854.

- Lenton-Brym, A. P., Santiago, V. A., Fredborg, B. K., & Antony, M. M. (2021). Associations between social anxiety, depression, and use of mobile dating applications. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(2), 86-93.
- Manta, I. D. (2019). Tinder lies. *Wake Forest L. Rev.*, 54, 207.
- Marinucci, M., Pancani, L., Aureli, N., & Riva, P. (2022). Online social connections as surrogates of face-to-face interactions: A longitudinal study under Covid-19 isolation. *Computers in Human Behavior*, 128, 107102.
- Mau, M., Klausen, S. H., & Roessler, K. K. (2023). Becoming a person: How long-distance walking can lead to personal growth—A cultural and health-related approach. *New Ideas in Psychology*, 68, 100975.
- Maucione, K. (2023). Perceptions of Long-Distance Relationships.
- Murphy, R., Calugi, S., Cooper, Z., & Dalle Grave, R. (2020). Challenges and opportunities for enhanced cognitive behaviour therapy (CBT-E) in light of COVID-19. *The Cognitive Behaviour Therapist*, 13, e14.
- Nguyen, M. H., Gruber, J., Marler, W., Hunsaker, A., Fuchs, J., & Hargittai, E. (2022). Staying connected while physically apart: Digital communication when face-to-face interactions are limited. *New Media & Society*, 24(9), 2046-2067.
- O'Donnell, K. J., Stuart, J., & Barber, B. L. (2023). The impact of social network site use on young adult development: Extending the research beyond time use and considering the role of self-disclosure motivations. *Psychological Reports*, 126(1), 66-93.
- Ogolsky, B. G., & Stafford, L. (2023). A systematic review of relationship maintenance: Reflecting back and looking to the future. *Personal Relationships*, 30(1), 19-43.
- Peng, K. (2020). To be attractive or to be authentic? How two competing motivations influence self presentation in online dating. *Internet Research*.
- Piranti, M. (2023). Self Disclosure Virtual Communication in Long Distance Relationship (LDR) Couple in Managing Relationships. *PERSPEKTIF*, 12(3), 868-874.
- Sbarra, D. A., Briskin, J. L., & Slatcher, R. B. (2019). Smartphones and close relationships: The case for an evolutionary mismatch. *Perspectives on Psychological Science*, 14(4), 596-618.
- Seki, T., Hamazaki, K., Natori, T., & Inadera, H. (2019). Relationship between internet addiction and depression among Japanese university students. *Journal of affective disorders*, 256, 668-672.
- Suminar, J. R., & Kaddi, S. M. (2018). The phenomenon of marriage couples with long-distance relationship. *MIMBAR: Jurnal Sosial Dan Pembangunan*, 34(1), 121-129.
- Trionfo, A. (2020). Long-Distance Relationships in the First Year of College.
- Tshoagong, G. (2020). The role of WhatsApp in sustaining emotional intimacy in long distance romantic relationships. *The IIE*.
- Vannucci, A., & McCauley Ohannessian, C. (2019). Social media use subgroups differentially predict psychosocial well-being during early adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 48, 1469-1493.
- Vaclair, C. M., Rudnev, M., Hofhuis, J., & Liu, J. H. (2023). Instant messaging and relationship satisfaction across different ages and cultures. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 17(3).
- Waligórska, D., Frydrychowicz, M., Adamczyk, K., Rogowski, W., & Ochnik, D. (2023). Together, but Alone: A Thematic Analysis of the Athletes' and Their Partners' Experience of Physical Separation in Romantic Relationships. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 1-16.
- Watson, A., Lupton, D., & Michael, M. (2021). Enacting intimacy and sociality at a distance in the COVID-19 crisis: The sociomaterialities of home-based communication technologies. *Media International Australia*, 178(1), 136-150.
- Weller, S. (2015). The potentials and pitfalls of using Skype for qualitative (longitudinal) interviews.
- Whitty, M. T. (2002). Liar, liar! An examination of how open, supportive and honest people are in chat rooms. *Computers in Human Behavior*, 18(4), 343-352.
- Whitty, M. T., & Buchanan, T. (2016). The online dating romance scam: The psychological impact on victims—both financial and non-financial. *Criminology & Criminal Justice*, 16(2), 176-194.
- Yang, K. (2023). The Paradox of Choice: The Telltale of Modern Dating Exploring How Dating Apps Have Changed the Modern Dating Scene and Impacted Users' Attitudes Towards Online Versus Offline Interactions (Doctoral dissertation, New York University Tandon School of Engineering).
- Yu, B., & Leung, Y. W. (2023). Establishing ties or strengthening friendships? Students' use of online social networks in intercultural friendship development. *Information Technology & People*.
- Zhou, Y. (2023). The Benefits and Dangers of Online Dating Apps. *Canadian Journal of Family and Youth/Le Journal Canadien de Famille et de la Jeunesse*, 15(2), 54-62.