

ΠΑΝΤΕΙΟΝ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

---

PANTEION UNIVERSITY OF SOCIAL AND POLITICAL SCIENCES



ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

Ύφος Σύναψης Δεσμού: Ανησυχία των Συντρόφων για Απιστία στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης  
και Προσαρμοστικότητα στις Σταθερές Σχέσεις.

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Κυριακή Αμανατίδη

Αθήνα, 2020

Τριμελής Επιτροπή

Παναγιώτης Κορδούτης, Καθηγητής Παντείου Πανεπιστημίου (Επιβλέπων)

Σουλτάνα Μαντόγλου, Καθηγήτρια Παντείου Πανεπιστημίου

Αχιλλέας Ευθυμιόπουλος, Εργαστηριακό Διδακτικό Προσωπικό Παντείου Πανεπιστημίου



Copyright © Κυριακή Αμανατίδη, 2020

All rights reserved. Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος.

Απαγορεύεται η αντιγραφή, αποθήκευση και διανομή της παρούσας διπλωματικής εργασίας εξ ολοκλήρου ή τμήματος αυτής, για εμπορικό σκοπό. Επιτρέπεται η ανατύπωση, αποθήκευση και διανομή για σκοπό μη κερδοσκοπικό, εκπαιδευτικής ή ερευνητικής φύσης, υπό την προϋπόθεση να αναφέρεται η πηγή προέλευσης και να διατηρείται το παρόν μήνυμα. Ερωτήματα που αφορούν τη χρήση της διπλωματικής εργασίας για κερδοσκοπικό σκοπό πρέπει να απευθύνονται προς τη συγγραφέα.

Η έγκριση της διπλωματικής εργασίας από το Πάντειον Πανεπιστήμιο Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών δε δηλώνει αποδοχή των γνώμων της συγγραφέως.

### Σημείωμα Συγγραφέως

Το παρόν δοκίμιο, αποτελεί μέρος της διπλωματικής εργασίας που συντάχθηκε για το τμήμα Ψυχολογίας του Παντείου Πανεπιστημίου και υποβλήθηκε τον Σεπτέμβριο του 2020. Η συγγραφέας βεβαιώνει ότι το περιεχόμενο του παρόντος έργου είναι αποτέλεσμα προσωπικής εργασίας και ότι έχει γίνει η κατάλληλη αναφορά στην εργασία τρίτων, όπου κάτι τέτοιο ήταν απαραίτητο, σύμφωνα με τους κανόνες της ακαδημαϊκής δεοντολογίας.

## **Ευχαριστίες**

Για την υλοποίηση αυτής της δουλειάς αρχικά εκφράζω την ευγνωμοσύνη μου στον επόπτη καθηγητή μου κύριο Παναγιώτη Κορδούτη για την έμπνευση και την πολύτιμη βοήθειά του. Θα ήθελα να ευχαριστήσω την οικογένεια και τον σύντροφό μου για τη στήριξη και την υπομονή που έδειξαν όλο το προηγούμενο διάστημα, τους φίλους και συμμετέχοντες που βοήθησαν στη διεξαγωγή της έρευνας, και τέλος, έναν φίλο για την αμέριστη εμπύχωση και θετική ενέργεια καθ' όλη τη διάρκεια συγγραφής του συγκεκριμένου δοκιμίου.

## Περιεχόμενα

Περίληψη.....	7
Εισαγωγή.....	8
1.Θεωρία Διαδικτυακής Απιστίας.....	9
2. Χρήση των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης.....	10
2.1. Χρήση των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης και Ανησυχία Απιστίας στις Ερωτικές Σχέσεις...13	
3. Θεωρία του Δεσμού.....	15
3.1. Θεωρία του Δεσμού και Ενήλικη Ζωή.....	16
3.2 Ύφος Σύναψης Δεσμού και Ανησυχία Απιστίας στις Ερωτικές Σχέσεις.....	18
4. Προσαρμογή στις Ερωτικές Σχέσεις και Απιστία.....	20
Μέθοδος.....	23
1.Συμμετέχοντες.....	23
2.Μέσα Συλλογής Δεδομένων.....	26
3.Διαδικασία Συλλογής Δεδομένων.....	28
Αποτελέσματα.....	29
1.Περιγραφικά στοιχεία.....	29
2.Έλεγχος Υποθέσεων.....	30
2.1. Ανάλυση Πολλαπλής Παλινδρόμησης.....	30
2.2. Ανάλυση Γραμμικής Συσχέτισης.....	35
2.3. Έλεγχος t-test για δύο ανεξάρτητα δείγματα.....	36
Συζήτηση.....	37
Περιορισμοί.....	41
Μελλοντική έρευνα.....	42
Βιβλιογραφία.....	43
Παράρτημα.....	54

## Πίνακες

Πίνακας 1. Δημογραφικά χαρακτηριστικά δείγματος.....	24
Πίνακας 2. Δημογραφικά χαρακτηριστικά συντρόφων.....	25
Πίνακας 3. Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης που χρησιμοποιούν οι συμμετέχοντες.....	29
Πίνακας 4. Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης που χρησιμοποιούν οι σύντροφοι.....	30
Πίνακας 5. Πολλαπλή Παλινδρόμηση Ανησυχίας Απιστίας για τα δύο Φύλα.....	31
Πίνακας 6. Πολλαπλή Παλινδρόμηση Ανησυχίας Απιστίας για τους Άνδρες.....	33
Πίνακας 7. Πολλαπλή Παλινδρόμηση Ανησυχίας Απιστίας για τις Γυναίκες.....	34
Πίνακας 8. Ανάλυση Γραμμικής Συσχέτισης για τις Προβλεπτικές Μεταβλητές.....	36
Πίνακας 9. T-test Αποτελέσματα Σύγκρισης Ανδρών και Γυναικών για Ανησυχία Απιστίας.....	36

## Περίληψη

Ο σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να μελετήσει την Ανησυχία που έχουν ορισμένοι άνθρωποι ότι οι σύντροφοί τους εμπλέκονται σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας. Συγκεκριμένα, θελήσαμε να δούμε κατά πόσον αυτή η ανησυχία εξαρτάται από το ύφος σύναψης δεσμού που έχουν γενικά στις σχέσεις τους, από τη χρήση που κάνουν οι σύντροφοί τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αλλά και από την προσαρμοστικότητα της ίδιας τους της σχέσης. Βασική προϋπόθεση για τη συμμετοχή στην έρευνα ήταν οι συμμετέχοντες να βρίσκονται σε στενή, σταθερή, ερωτική σχέση, καθώς και να κάνουν συστηματική χρήση των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης τόσο οι ίδιοι, όσο και οι σύντροφοί τους. Προκειμένου να επιτευχθεί ο συγκεκριμένος στόχος, συμμετείχαν στην έρευνα 223 άτομα ηλικίας 18 έως 65 ετών, τα οποία συμπλήρωσαν το Ερωτηματολόγιο Εμπειριών στις Στενές Σχέσεις, την Αναθεωρημένη Κλίμακα Δυναμικής Προσαρμογής, το Facebook Intensity Scale (προσαρμοσμένο στη χρήση των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης γενικότερα) και το Social Media Infidelity-Related Behaviors (SMIRB), επίσης προσαρμοσμένο σε ερωτήσεις που αφορούσαν σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας του/της συντρόφου. Τα αποτελέσματα έδειξαν διαφορές φύλου. Στους άνδρες υπήρξε θετική πρόβλεψη της Ανησυχίας Απιστίας από το Άγχος ως Ύφος Σύναψης Δεσμού και την Ικανοποίηση από τη σχέση τους. Για τις γυναίκες η Ανησυχία Απιστίας προβλέφθηκε από το Άγχος ως Ύφος Σύναψης Δεσμού αλλά και την Αποφυγή. Επιπλέον, η Κοινωνικότητα που δείχνει ο σύντροφος στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης πρόβλεψε την Ανησυχία Απιστίας για τις γυναίκες. Τέλος, βρέθηκε ότι οι άνδρες ανησυχούν σε μεγαλύτερο βαθμό από τις γυναίκες ότι η σύντροφός τους εμπλέκεται σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας. Τα αποτελέσματα συζητήθηκαν ως προς τη θεωρητική και πρακτική τους σημασία, ενώ δόθηκαν προτάσεις για μελλοντική έρευνα.

*Λέξεις-κλειδιά: ύφος σύναψης δεσμού, μέσα κοινωνικής δικτύωσης, προσαρμοστικότητα, ανησυχία, διαδικτυακή απιστία, ερωτικές σχέσεις*

## 1.Εισαγωγή

Τα τελευταία χρόνια η τεχνολογία επιδρά όλο και περισσότερο σε κάθε πτυχή της καθημερινής μας ζωής. Σημαντικό ρόλο διαδραματίζει και στην επικοινωνία μεταξύ των ανθρώπων ανατρέποντας τα έως τώρα δεδομένα. Οι άνθρωποι ως κοινωνικά όντα έχουν την ανάγκη να επικοινωνούν, να συνεργάζονται να εκφράζουν και να εξωτερικεύουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους. Με την άνοδο της εξέλιξης του διαδικτύου και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, η πρόσωπο με πρόσωπο επικοινωνία που συνήθιζε να χρησιμοποιεί η κοινωνία για να εκφραστεί σε κάθε επίπεδο, έχει σε πολλές περιπτώσεις αντικατασταθεί από τα νέα αυτά τεχνολογικά μέσα (Iqbal, 2019). Η προσβασιμότητα του διαδικτύου παγκοσμίως, γίνεται χωρίς ιδιαίτερο κόπο για μια τεράστια μερίδα του πληθυσμού, εξαιτίας της συμβατότητας διάφορων συσκευών με το διαδίκτυο (Underwood & Findlay, 2004). Από τη χρήση των προσωπικών σταθερών υπολογιστών έως τους φορητούς υπολογιστές, από τα κινητά έως τα τάμπλετ παρατηρούμε ότι γινόμαστε μια όλο και πιο συνδεδεμένη κοινωνία.

Η αύξηση αυτής της «συνδεσιμότητας» μεταξύ των ανθρώπων και των κοινωνιών έχει ως προέκτασή της την ανάδυση, αλλά και τη διεύρυνση του φαινομένου της διαδικτυακής απιστίας. Οι ερωτικές συμπεριφορές δεν είναι φυσικές, αλλά εικονικές, διαδικτυακές (Henline, και συν., 2007). Όσον αφορά τον όρο «Διαδικτυακή Απιστία» όπως θα παρατηρήσουμε και παρακάτω δεν υπάρχει μέχρι τις μέρες μας κάποιος σαφής ορισμός που να τον περιγράφει, λόγω της ασάφειας και της υποκειμενικότητας του «μεμπτού» στοιχείου των συμπεριφορών αυτών (Beltrán-Morillas, 2019). Ωστόσο, είναι μια κατάσταση που πολλοί άνθρωποι οι οποίοι βρίσκονται σε σταθερή ερωτική σχέση φοβούνται, με αποτέλεσμα την απροσδιόριστη Ανησυχία της Απιστίας.

Έτσι λοιπόν θελήσαμε να δούμε κάποιους πιθανούς παράγοντες που οδηγούν στην ανησυχία και το φόβο των ατόμων ότι ο σύντροφος ή η σύντροφός τους εμπλέκονται σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας. Η ίδια η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης μπορεί να φυτέψει τον σπόρο της αμφιβολίας λόγω της μυστικότητας που μπορεί να προσφέρει σε ζητήματα διαδικτυακής απιστίας (Whisman et al., 2007), καθώς αυτού του είδους η απιστία είναι πιο δύσκολο να αποκαλυφθεί. Επίσης ένας σημαντικός παράγοντας που μπορεί να συμβάλλει στην ανησυχία απιστίας που μπορεί να έχουν κάποιοι άνθρωποι για το ταίρι τους είναι το ύφος σύναψης δεσμού που έχουν αναπτύξει στην ενήλικη ζωή τους. Βασική υπόθεση στην Θεωρία του Δεσμού κατά τον Bowlby, είναι ότι τα ίδια είδη δυναμικών που λαμβάνουν χώρα στη σχέση βρέφους και γονέα ή τροφού, κυριαρχούν επίσης και στον τρόπο με τον οποίο λειτουργούν οι ενήλικες στις στενές τους σχέσεις (Gillath, Karantzas και Fraley, 2016). Επομένως, τα διάφορα είδη δεσμού μπορούν να προβλέψουν την ανησυχία απιστίας που έχει το ένα μέλος της ερωτικής σχέσης.



Σημαντικό ρόλο κατέχει και η ποιότητα της σχέσης όσον αφορά την προσαρμογή που έχουν τα άτομα σε αυτήν. Ο Hawkins το 1968 περιέγραψε την ικανοποίηση από τη σχέση ως την υποκειμενική εκτίμηση της χαράς, της ικανοποίησης και της ευχαρίστησης ενός ατόμου που πηγάζει από τη σχέση του (Demircioğlu, 2018). Δεν είναι μικρό το σώμα των ερευνών που υποστηρίζει ότι η ικανοποίηση ή όχι από τη σχέση δύναται να προβλέψει την εμπλοκή σε απιστία, είτε εντός, είτε εκτός διαδικτύου. Παρόλα αυτά δεν υπάρχουν έρευνες που να συνδέουν την ικανοποίηση με την ανησυχία για απιστία.

Μέσα από το παρόν κεφάλαιο θα δοθεί μια σύνοψη της υπάρχουσας βιβλιογραφίας για τα ανωτέρω θέματα. Η θεωρητική ανασκόπηση των πληροφοριών θα οδηγήσει σε περισσότερες λεπτομέρειες για την εκτίμηση των παραγόντων που σχετίζονται με την απιστία γενικότερα ή την ανησυχία για αυτή. Στη συνέχεια θα παρουσιαστούν οι ερευνητικές υποθέσεις και η μεθοδολογία που τηρήθηκε για την υλοποίηση της δικής μας έρευνας, καθώς και η χρησιμότητα των αποτελεσμάτων αυτής, αλλά και η ανάγκη για περαιτέρω μελέτη στον συγκεκριμένο τομέα.

## **1. Διαδικτυακή Απιστία Θεωρία**

Οποιαδήποτε μορφή απιστίας συνδέεται με το διαδίκτυο ονομάζεται διαδικτυακή απιστία. Η παραδοσιακή απιστία αναφέρεται στη σεξουαλική εμπλοκή και στην ανάπτυξη ρομαντικών συναισθημάτων που έχει ένας άνθρωπος για κάποιον άλλον άνθρωπο, ο οποίος δεν είναι μέλος της βασικής του σχέσης (Allen & Baucom, 2006). Στην επισκόπηση των Hertlein και Piercy (2006) τέθηκε το ζήτημα του πώς οι ειδικοί ορίζουν τη διαδικτυακή απιστία, και κατέληξαν πως υφίσταται έλλειψη συμφωνίας στον συγκεκριμένο τομέα (Beltrán-Morillas, 2019) με την έρευνα να καταδεικνύει ότι «οι ορισμοί της διαδικτυακής απιστίας ποικίλλουν από άνθρωπο σε άνθρωπο». Ωστόσο, αναγνώρισαν ως συνεκτικό στοιχείο όλων των ορισμών την ύπαρξη ενός μεγάλου επιπέδου μυστικότητας σε συνδυασμό με τον σεξουαλικό ενθουσιασμό (Vossler & Andreas, 2016).

Σε παλαιότερη έρευνα των Henlein και συνεργατών το 2007, κατηγοριοποιήθηκε μια τεράστια ποικιλία δραστηριοτήτων σχετικά με τις «άπιστες» συμπεριφορές, από το διαδικτυακό σεξ και τις σεξουαλικές συνομιλίες έως τη συναισθηματική εμπλοκή διαδικτυακά, το φλερτ, τις συνομιλίες με τυχαία άτομα και γενικά δραστηριότητες που παρεμβαίνουν στις σχέσεις της «αληθινής ζωής». Άλλοι ερευνητές, όπως διαβάζουμε στους Abbasi και Dibble (2019), έχουν καταδείξει ότι συμπεριφορές απιστίας μπορεί να είναι επιπλέον το διαδικτυακό ραντεβού, οι «καυτές» συνομιλίες, η παρακολούθηση πορνογραφίας, η συναισθηματική εμπλοκή, καθώς και η συναισθηματική αποκάλυψη.

Επίσης, κατά τους Hertlein and Piercy υπάρχουν σημαντικές διαφορές στον τρόπο που οι ειδικοί ορίζουν και αντιλαμβάνονται την απιστία που συνδέεται με το διαδίκτυο, καθώς

εξαρτάται από το φύλο του πελάτη τους, την ηλικία και το φύλο του ίδιου του θεραπευτή, τη θρησκεία, αλλά και τις προσωπικές εμπειρίες με την απιστία. Γενικότερα, ακόμα και πιο πρόσφατα δεν υπάρχει κάποιος συνεκτικός λειτουργικός ορισμός, με την συγκεκριμένη έννοια να συνεχίζει να αποτελεί μια πρόκληση για ειδικούς και ερευνητές στο συγκεκριμένο πεδίο, με τον ίδιο τρόπο που είναι προβληματική και είναι η έννοια της παραδοσιακής απιστίας (Moller & Vossler, 2014; Vossler et al., 2016).

Όπως διαβάζουμε στους Abbasi και Alghamdi (2017) η διαδικτυακή απιστία κατά τους Hertlein και Piercy (2006) συνδέεται με δυσκολίες στην επικοινωνία, την προβολή, τη διαφοροποίηση του εαυτού, ζητήματα οικειότητας, κρίση μέσης ηλικίας και ζητήματα εθισμού στο διαδίκτυο. Είναι μια μεγάλη πρόκληση για τα ζευγάρια στην πραγματική ζωή, λόγω της μυστικότητας, της άμεσης διαθεσιμότητας, καθώς και λόγω του ότι είναι δωρεάν, προσφέροντας μια «διαφυγή» από την κανονική σχέση (Ben-Ze'ev, 2004). Επίσης, τα άτομα μπορούν να εμπλακούν σε ειδύλλιο με κάποιον που πιθανόν να μη χρειαστεί να συναντήσουν και έχουν την δυνατότητα να του αποδώσουν οποιαδήποτε φανταστική εικόνα τους ταιριάζει (Hertlein, 2005). Η διαδικτυακή απιστία μπορεί να είναι συναισθηματική αλλά και σεξουαλική σύμφωνα με τους Henline και Lamke (2003), η συναισθηματική απιστία ωστόσο, αποτελεί το ορόσημο της διαδικτυακής απιστίας, αφού είναι η πιο κοινή πηγή της. Η συναισθηματική απιστία αφορά στη σύνδεση και το δεσμό με κάποιο άλλο άτομο, με την πιθανότητα να το ερωτευθούν (Whitty & Quigley 2008).

## **2. Χρήση των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης**

Υπάρχουν πάρα πολλοί ορισμοί για τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης. Ορισμοί οι οποίοι ποικίλλουν ως προς την πολυπλοκότητά, την εστίαση, αλλά και την εφαρμογή τους. Δεν υφίσταται ένας επίσημος, συνοπτικός, κοινά αποδεκτός ορισμός. Οι Howard και Parks το 2012, αναφέρονται στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης ως την υποδομή πληροφοριών και εργαλείων που χρησιμοποιούνται για την παραγωγή και διανομή περιεχομένου. Ενός περιεχομένου που παίρνει τη μορφή μηνυμάτων, ιδεών, ειδήσεων και προϊόντων κουλτούρας. Επίσης αναφέρουν ότι οι άνθρωποι, οι οργανισμοί και οι βιομηχανίες είναι αυτοί που παράγουν και καταναλώνουν το ψηφιακό περιεχόμενο. Οι Carr και Hayes το 2015, μιλούν για κανάλια που βασίζονται στο Διαδίκτυο, και επιτρέπουν στους χρήστες να αλληλεπιδρούν ευκαιριακά και να αυτο-παρουσιάζονται επιλεκτικά, είτε σε πραγματικό χρόνο, είτε ασύγχρονα. Το κοινό μπορεί να είναι ευρύ ή μικρό η αξία του οποίου πηγάζει από το περιεχόμενο που παράγει ο χρήστης και την αντίληψη της αλληλεπίδρασης με τους άλλους.

Οι Obar και Wildman το 2015, συνθέτουν προηγούμενους ορισμούς της βιβλιογραφίας και αναφέρουν ότι οι υπηρεσίες των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης είναι εφαρμογές που έχουν ως βάση τους το Διαδίκτυο, η ψυχή των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης είναι το

περιεχόμενο που δημιουργούν οι χρήστες, ενώ οι χρήστες είναι είτε άτομα, είτε ομάδες που δημιουργούν συγκεκριμένα προφίλ για μια ιστοσελίδα ή μια εφαρμογή η οποία έχει σχεδιαστεί και διατηρηθεί από μια υπηρεσία κοινωνικών μέσων. Αυτές οι υπηρεσίες των κοινωνικών μέσων διευκολύνουν την ανάπτυξη των διαδικτυακών κοινωνικών δικτύων συνδέοντας ένα διαδικτυακό προφίλ με άλλα άτομα ή/και ομάδες.

Οι ιστοσελίδες των Κοινωνικών Μέσων ορίζονται ως οι πλατφόρμες διαδικτυακής επικοινωνίας στις οποίες οι συμμετέχοντες διαθέτουν μοναδικά αναγνωρίσιμα προφίλ, τα οποία τροφοδοτούνται από το περιεχόμενο που ανεβάζουν είτε οι ίδιοι οι χρήστες, είτε άλλοι, ή/και από τα δεδομένα του ίδιου του συστήματος. Επίσης, οι συμμετέχοντες σε αυτές τις ιστοσελίδες μπορούν δημόσια να διατυπώνουν συνδέσεις, οι οποίες είναι ορατές κι από άλλους χρήστες, και τέλος μπορούν να καταναλώνουν, να παράγουν ή/και να αλληλεπιδρούν με το περιεχόμενο το οποίο αντιμετωπίζουν, κι αυτό οφείλεται στη σύνδεση που έχουν κάνει στην ιστοσελίδα ( Ellison and Boyd, 2013).

Τα κοινωνικά δίκτυα περιλαμβάνουν τη δημιουργία και τη διατήρηση διαδικτυακών σχέσεων, είτε αυτές οι σχέσεις είναι προσωπικές και επαγγελματικές, δια μέσου των διάφορων ιστοσελίδων/εφαρμογών/πλατφορμών (Alhabash & Ma, 2017). Η φύση των διαδικτυακών αλληλεπιδράσεων ενισχύει την ελεύθερη έκφραση των απόψεων και των συναισθημάτων, ενώ ασκεί μεγαλύτερο έλεγχο της εικόνας που προβάλλουν οι χρήστες, ώστε να αποκρύψουν τις ανεπιθύμητες πλευρές του εαυτού τους (Utz, Tanis, & Vermeulen, 2012; Seidman, 2013).

Πιο διαδεδομένα μέσα δικτύωσης στην Αμερική είναι το Snapchat (79%), το Facebook (76%), το Instagram (73%) και το Twitter (40%) και χρησιμοποιούνται τόσο από τους ενήλικες, όσο και από τους εφήβους (Statistica, 2019). Πλατφόρμες με διαφορετικά χαρακτηριστικά και τρόπο χρήσης, αλλά με βασικό σημείο την εύκολη πρόσβαση στην επικοινωνία.

*Facebook.* Το Facebook είναι ίσως το πιο γνωστό μέσο κοινωνικής δικτύωσης, το οποίο ιδρύθηκε το 2004. Όπως αναφέρεται και στην επίσημη ιστοσελίδα του Facebook, «Η αποστολή του Facebook είναι να δώσει στους ανθρώπους τη δύναμη να χτίσουν κοινότητα και να φέρουν τον κόσμο πιο κοντά» (Facebook, 2020). Επιτρέπει στους ανθρώπους να συνδέονται με τους φίλους, τα μέλη της οικογένειάς τους, τους γνωστούς τους, και τους δίνει τη δυνατότητα να κοινοποιούν και να μοιράζονται περιεχόμενο όπως φωτογραφίες, και να ανανεώνουν την «κατάστασή» τους (Stec, 2015). Επίσης, οι χρήστες μπορούν να δημιουργούν ομάδες και να συζητούν σχετικά με τη θεματολογία της ομάδας, ενώ υπάρχει δυνατότητα για την αποστολή άμεσου μηνύματος (Abughazaleh, 2019). Το 2016 οι ενεργοί μηνιαίοι χρήστες ήταν 1,65 δισεκατομμύρια με 7 στους 10 χρήστες να αναφέρουν ότι χρησιμοποιούν τη συγκεκριμένη πλατφόρμα καθημερινά (Duggan, M., 2015b).

*Instagram.* Το Instagram είναι μια εφαρμογή κινητού που επιτρέπει στους χρήστες να βγάζουν φωτογραφίες, να τοποθετούν φίλτρα σε αυτές εάν το επιθυμούν και να τις μοιράζονται με τους χρήστες της πλατφόρμας. Αυτές οι φωτογραφίες είναι δυνατόν να κοινοποιηθούν στο Facebook, αλλά και στο Twitter (Stec, 2015). Στο Instagram ο χρήστης διαθέτει επίσης τη δυνατότητα αποστολής άμεσου μηνύματος σε κάποιον άλλον χρήστη, ενώ μπορεί να επιλέξει να κάνει «Like» σε φωτογραφία ή βίντεο που του αρέσει (Abughazaleh, 2019).

*Twitter.* Το Twitter ιδρύθηκε το 2006 και θεωρείται ως ένα «μικρο-ιστολόγιο», όπου οι χρήστες μπορούν σε πραγματικό χρόνο, να χρησιμοποιούν 140 χαρακτήρες για να κάνουν τα λεγόμενα «tweets» στους ακόλουθούς τους. Το 2016 το Twitter ανέφερε πως είχε 320 εκατομμύρια ενεργούς χρήστες (Twitter, 2016). Υπάρχει η δυνατότητα για την αποστολή προσωπικού μηνύματος, καθώς και για την έναρξη δημοσίων συζητήσεων με τη χρήση των λεγόμενων «hashtag» σε λέξεις και φράσεις. Παρότι η πρόσβαση στο Twitter μπορεί να γίνει από πολλές ηλεκτρονικές συσκευές, η διαδραστικότητα που προσφέρει είναι περιορισμένη σε σχέση με άλλα μέσα δικτύωσης (Clayton, 2014).

*Snapchat.* Το Snapchat είναι μια εφαρμογή που επιτρέπει στους χρήστες να στέλνουν και να λαμβάνουν φωτογραφίες και βίντεο τα οποία μόλις προβληθούν, λήγουν, με αποτέλεσμα να μην μπορούν να προβληθούν εκ νέου. Οι χρήστες της συγκεκριμένης εφαρμογής έχουν αυξηθεί σημαντικά τα τελευταία χρόνια, εξαιτίας των προνομίων της δυνατότητας εγγραφής και της τυπικότητας που προσφέρει. Η δυνατότητα εγγραφής επιτρέπει την κοινοποίηση φωτογραφιών, βίντεο και ανταλλαγής γραπτών μηνυμάτων που εξαφανίζονται μετά από 24 ώρες. Επιπλέον, οι χρήστες επικοινωνούν μεταξύ τους με βίντεο και φωτογραφίες που διαρκούν έως και 10 δευτερόλεπτα, ενώ υπάρχει και η δυνατότητα να προσθέσουν φίλτρα στις φωτογραφίες τους. Επίσης, μπορούν να επιλέγουν το κοινό στο οποίο κοινοποιούνται οι δημοσιεύσεις τους, κάτι το οποίο αργότερα υιοθετήθηκε και από το Instagram (Alhabash & Ma, 2017; Abughazaleh, 2019).

Ευρήματα καταδεικνύουν ότι οι χρήστες την περισσότερη ώρα της ημέρας την περνούν στο Instagram, στη συνέχεια στο Snapchat, ενώ ακολουθούν το Facebook και το Twitter. Επίσης, δείχνουν ότι μεγαλύτερης έντασης χρήση γίνεται στο Instagram και το Snapchat (σχεδόν ίση χρήση), ενώ ακολουθούν το Facebook και το Twitter (Alhabash & Ma, 2017). Το Facebook παρέχει μεγαλύτερες δυνατότητες αμοιβαίας διαδικτυακής αλληλεπίδρασης, τους λεγόμενους «φίλους», ενώ στο Instagram και το Twitter δεν υπάρχει η έννοια του φίλου, αλλά μόνο ο ένας χρήστης μπορεί να ακολουθήσει τον άλλον με την πιθανότητα να τον ακολουθήσει και αυτός «πίσω». Ωστόσο, το Instagram σε σχέση με το Twitter είναι πιο αμοιβαίο.

Επιπλέον το Facebook σε σχέση με τα άλλα μέσα έχει πιο εκτεταμένες λειτουργίες όπως η δημοσίευση κειμένων, η ανταλλαγή φωτογραφιών καθώς και ρυθμίσεις που επιτρέπουν τον

έλεγχο του ποιος «φίλος» επιτρέπεται να δει κάποια δημοσίευση. Το Instagram επικεντρώνεται κυρίως στις εικόνες, ενώ το Twitter στην κοινοποίηση πληροφοριών (Waterloo et al., 2017). Επειδή τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης επιτρέπουν μεγαλύτερη προσβασιμότητα για νέες γνωριμίες και επικοινωνία με εναλλακτικούς συντρόφους, έχει παρατηρηθεί μια ουσιαστική αύξηση στην ενασχόληση του κατά πόσον οι άνθρωποι χρησιμοποιούν το συγκεκριμένο τρόπο επικοινωνίας για να βρουν εναλλακτικούς συντρόφους και επομένως να οδηγηθούν σε διαδικτυακή απιστία (McDaniel, Drouin & Cravens, 2017).

**2.1.Χρήση Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης και Ανησυχία Απιστίας στις Ερωτικές Σχέσεις.** Η προσδοκία της απιστίας όπως και η ίδια η απιστία δημιουργεί στα μέλη των ερωτικών σχέσεων άγχος (Arnocky και συν., 2014). Υπάρχουν διάφοροι παράγοντες που συμβάλλουν σε αυτό. Σύμφωνα με τον Hand και τους συνεργάτες του (2013) υπάρχει μια πληθώρα ερευνών που έχει καταδείξει ότι η αυξημένη χρήση των ηλεκτρονικών μέσων κοινωνικής δικτύωσης έχει αρνητικό αντίκτυπο στις ερωτικές σχέσεις, όπως αυτή των Elphinston και Pollet το 2011. Στη δική τους έρευνα βρέθηκε σημαντικά αρνητική σχέση μεταξύ της αντίληψης που είχαν οι συμμετέχοντες για τη χρήση των μέσων από τους συντρόφους τους και της εγγύτητας που ένιωθαν. Είχαν προβλέψει επίσης, ότι όσο μεγαλύτερη ήταν η διαδικτυακή χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από τον/την σύντροφο, τόσο μικρότερη θα ήταν και η ικανοποίηση από τη σχέση, ενώ σε αυτή τη σχέση θα διαμεσολαβεί η εγγύτητα των συντρόφων.

Σε μια άλλη έρευνα, γυναίκες που θεωρούσαν ότι η τεχνολογία διεισδύει στις σχέσεις τους αναφέρουν συχνότερη σύγκρουση σχετικά με τη χρήση της τεχνολογίας, χαμηλή σχεσιακή ικανοποίηση και ικανοποίηση από τη ζωή, καθώς και καταθλιπτικά συμπτώματα (McDaniel, B.T., & Coyne, S.M., 2014). Η αυξημένη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης φαίνεται να διαδραματίζει ιδιαίτερα σημαντικό ρόλο και στην τάση που έχουν τα άτομα με ψυχολογικά προβλήματα να επιδίδονται σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας (Abbasi & Dibble, 2019). Στην περίπτωση των ατόμων με ψυχική ασθένεια η διαδικτυακή απιστία είναι συχνότερη και πιο ελκυστική, λόγω ενδεχόμενων κοινωνικών φοβιών που μπορεί να διαθέτουν, συναισθημάτων μοναξιάς, καθώς και φόβου του κοινωνικού στίγματος.

Σε μελέτη, η χρήση του Facebook δεν επηρέαζε ιδιαίτερα την ικανοποίηση από τον γάμο, μάλιστα η ικανοποίηση από τον γάμο συνδέθηκε θετικά με την έννοια της εμπιστοσύνης και αρνητικά με τα θέματα ζήλειας στο Facebook και συμπεριφορές διαδικτυακής επιτήρησης. Οι άνδρες είχαν περισσότερη εμπιστοσύνη στις γυναίκες τους σε σύγκριση με την εμπιστοσύνη που είχαν οι γυναίκες απέναντι στους άνδρες. Οι γυναίκες είχαν συναισθήματα ζήλειας και εμπλέκονταν πολύ περισσότερο σε συμπεριφορές διαδικτυακής επιτήρησης στο Facebook (Iqbal, 2019).

Αλλού διαβάζουμε ότι η χρήση του Facebook προκαλούσε είτε συναισθήματα χαράς, είτε ζήλειας, με αποτέλεσμα αυτά τα συναισθήματα να επηρεάζουν τη σχέση. Όσο αισθάνονταν χαρά, αισθάνονταν πιο ασφαλείς, εμπιστεύονταν τον/την σύντροφό τους και ήταν πιο κοντά, μοιράζονταν διάφορα ενδιαφέροντα και χόμπι μαζί ή έβρισκαν νέα, ή έκαναν συζητήσεις. Άτομα τα οποία λόγω της χρήσης του Facebook ένιωθαν ζήλεια για τον/την σύντροφο ένιωθαν πιο ανασφαλείς, αγχώονταν όταν βρίσκονταν μαζί με τον/την σύντροφο, αισθάνονταν έλλειψη εμπιστοσύνης, και σωματική απομόνωση (Evasiuk, 2016).

Όσο αυξάνεται η χρήση του Facebook από έναν σύντροφο, αυξάνεται η ζήλεια και η παράνοια μέσα στη σχέση. Η εκδήλωση της ζήλειας εκδηλώνεται ως συχνή και ψυχαναγκαστική επιτήρηση της διαδικτυακής δραστηριότητας του συντρόφου, ενώ για τη συγκεκριμένη εκδήλωση ευθύνονται οι αμφίσημες διαδικτυακές πληροφορίες που βλέπουν οι σύντροφοι, οι οποίες δημιουργούν υποψίες. Ο παραμελημένος σύντροφος αισθάνεται μοναξιά όταν βλέπει τον σύντροφό του να κοινωνικοποιείται σε υπερβολικό βαθμό στα μέσα δικτύωσης, ακόμα κι όταν σωματικά βρίσκονται κοντά. Ως αποτέλεσμα ζηλεύει, γίνεται καχύποπτος και μπορεί είτε να κατασκοπεύσει τον σύντροφο, είτε να προβεί σε άλλες επιβλαβείς συμπεριφορές (Muisse και άλλοι, 2009; Muise και άλλοι 2014). Παρομοίως, έχει βρεθεί ότι η παρατεταμένη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, ιδιαίτερα όταν συμβαίνει στα πλαίσια μιας ερωτικής σχέσης προκαλεί συναισθήματα ζήλειας –μιας και οι ορατές διαδικτυακές αλληλεπιδράσεις θεωρούνται απειλητικές- και κάποιες άλλες μορφές ελεγκτικής συμπεριφοράς, όπως το να ζητηθεί ο κωδικός που χρησιμοποιεί ο σύντροφος κατά τη σύνδεσή του σε κάποιο από τα μέσα δικτύωσης (Van Ouychet και συνεργάτες, 2016).

Λόγω των μέσων δικτύωσης η επιτήρηση του συντρόφου γίνεται ακόμη ευκολότερη, ενώ με τη σειρά της η επιτήρηση μπορεί να οδηγήσει σε άγχος και έλλειψη εμπιστοσύνης. Μάλιστα όσο χαμηλότερη αυτοεκτίμηση έχουν τα άτομα και θεωρήσουν ότι φταίει ο σύντροφος για τη διαδικτυακή του δράση, τόσο μειώνεται η ικανοποίηση μέσα στη σχέση (Farrugia, 2013). Σε ποιοτική έρευνα της Mould (2019) βρέθηκε ότι οι συμμετέχοντες ένιωθαν ζήλεια και αλλαγή της διάθεσης όταν παρατηρούσαν τις αλληλεπιδράσεις των συντρόφων τους με άλλους διαδικτυακά, ανεξάρτητα από τα επίπεδα εμπιστοσύνης της σχέσης. Για τους συμμετέχοντες η ένδειξη «Μου αρέσει» ή κοινώς «Like» από την πλευρά των συντρόφων τους υποδήλωνε αρέσκεια προς το άτομο που γινόταν το «Like», ενώ για άλλους ο τρόπος αλληλεπίδρασης των συντρόφων με άλλα άτομα προκαλούσε αναστάτωση και υποψίες.

Σε κάποια μέσα κοινωνικής δικτύωσης όπως το Snapchat που η φύση των μηνυμάτων είναι πολύ ιδιωτική, καθώς τα μηνύματα διαγράφονται άμεσα και αυτόματα, χωρίς μετέπειτα να υπάρχει κάποιο ίχνος ότι τα μηνύματα αυτά στάλθηκαν ή ελήφθησαν, έχει διαπιστωθεί ότι αποτελεί πηγή και αιτία ανησυχίας για πολλά άτομα, με αποτέλεσμα να προκαλεί αρνητικές

συνέπειες στις ερωτικές σχέσεις (Utz και συνεργάτες, 2015). Επίσης, η υψηλή χρήση του Twitter έχει συνδεθεί με συγκρούσεις και αρνητικά αποτελέσματα στη σχέση, ανεξάρτητα από τη διάρκεια της σχέσης (Clayton, 2014).

Κατά τον Gull και τους συνεργάτες (2019) παρόμοια είναι η κατάσταση και στη Μέση Ανατολή με τη μεγαλύτερη χρήση των μέσων δικτύωσης να προκαλεί αρνητικό κλίμα στις συζυγικές σχέσεις, όπως διαφωνίες σχετικά με τη χρήση τους, παραμέληση από τον σύντροφο, οδηγεί στη μοναξιά και μειώνει την κοινωνική οικειότητα μεταξύ των ζευγαριών, τον ποιοτικό χρόνο που μοιράζονται μαζί, καθώς και την πρόσωπο με πρόσωπο επικοινωνία.

Η ζήλεια που αφορά στη διαδικτυακή απιστία έχει κινήσει το ενδιαφέρον των ψυχολόγων, οι οποίοι έχουν βρει διαφορές φύλου. Γενικότερα, οι γυναίκες δυσφορούν περισσότερο στη συναισθηματική απιστία, ενώ οι άνδρες στη σεξουαλική (Donovan και Emmers-Sommer, 2012). Από τη στιγμή που όλο και περισσότερο η νέα γενιά παραμένει συνδεδεμένη στα μέσα δικτύωσης, σε έρευνα των και Billett (2018) παρουσιάστηκαν σε γυναίκες και άνδρες συμμετέχοντες σεξουαλικά και συναισθηματικά μηνύματα, τα οποία υποθετικά είχαν λάβει οι σύντροφοί τους στο Facebook, είτε από κάποιον/α πρώην σύντροφο, είτε από κάποιον/α άγνωστο. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι γυναίκες ένιωθαν περισσότερη θλίψη στα συναισθηματικά μηνύματα που έβλεπαν παρά στα σεξουαλικά, ειδικά μάλιστα όταν αυτά τα μηνύματα υποτίθεται πως είχαν ανταλλαχθεί με κάποια πρώην σύντροφο.

Τέλος, σημαντικό είναι να σημειωθεί ότι όσοι χρησιμοποιούν μέσα κοινωνικής δικτύωσης σε μεγάλο βαθμό είναι πιο πιθανό να εμπλακούν και οι ίδιοι σε απιστία, καθώς και σε σχεσιακή επιθετικότητα (Abughazaleh, 2019).

### **3.Θεωρία του Δεσμού**

Ο John Bowlby (1907-1990) ήταν Βρετανός Ψυχαναλυτής, ο οποίος ανέπτυξε τη Θεωρία του Δεσμού τα διαστήματα 1969, 1973, 1980, 1982. Ήταν ο πρώτος που παρουσίασε ένα συνεκτικό μοντέλο για τη διαδικασία μέσω της οποίας αναπτύσσεται ο δεσμός μεταξύ της μητέρας και του βρέφους και τις λειτουργίες που εξυπηρετεί αυτός ο δεσμός. Οι πρώτες του ιδέες για τις βαθιές επιδράσεις της αγάπης και της απώλειας άρχιζαν να εμφανίζονται ήδη από τις αρχές του 1930. Δουλεύοντας πάνω σε αγόρια εγκληματίες, διαπίστωσε ότι είχαν δυσκολίες να δημιουργούν στενούς συναισθηματικούς δεσμούς με τους άλλους. Αφού μελέτησε το ιστορικό τους, έμαθε ότι οι περισσότεροι είχαν δυσμενείς πρώιμες εμπειρίες απώλειας της μητέρας ή επαναλαμβανόμενου αποχωρισμού από εκείνη. Κατέληξε στο ότι η διαρκής, ζεστή και υποστηρικτική σχέση με τη μητέρα ή το άτομο φροντίδας είναι ζωτικής σημασίας για την ανάπτυξη της ψυχικής υγείας του παιδιού (Gillath et al., 2016).

Ο Bowlby υποστήριξε ότι εξαιτίας της παρατεταμένης εξάρτησης του βρέφους από τη μητέρα, αναπτύχθηκαν συμπεριφορικοί μηχανισμοί για την προστασία του απογόνου προκειμένου να αυξηθούν οι πιθανότητες επιβίωσής του μέχρι την αναπαραγωγική ηλικία. Ουσιαστικά, η μητέρα και το βρέφος πιστεύεται ότι αναπτύσσουν έναν συντονισμένο μηχανισμό, σύμφωνα με τον οποίο, τα σήματα δυσφορίας και φόβου γίνονται ορατά από τη μητέρα, η οποία προσφέρει άνεση και προστασία, καθώς και μια ασφαλή βάση από την οποία το βρέφος μπορεί να εξερευνησει το περιβάλλον του. Σύμφωνα με τον Bowlby αυτές οι αρχικές εμπειρίες εσωτερικεύονται ως μοντέλα τα οποία δεν εξυπηρετούν μόνο ως πρότυπα για μελλοντικές σχέσεις με τους σημαντικούς άλλους, αλλά επίσης παρέχουν άγραφους κανόνες για το πώς κάποιος βιώνει, εκφράζει και αντιμετωπίζει συναισθήματα δυσφορίας (Cooper et al. 1998 & Gillath, 2016).

Η Ainsworth αρχικά το 1973 και ύστερα με τους συνεργάτες της το 1978, ανέπτυξε ένα σύστημα αναγνώρισης και περιγραφής των ατομικών διαφορών όσον αφορά το δεσμό μεταξύ μητέρας και βρέφους, σε δυάδες. Αυτό που βρήκαν ήταν τρία μοτίβα συμπεριφορών δεσμού κατά τη «Συνθήκη του Ξένου», κατά τη διάρκεια της οποίας τα βρέφη αποχωρίζονταν για λίγο τη μητέρα. Τα βρέφη λοιπόν χαρακτηρίστηκαν ως «ασφαλή», όταν, κατά την επανασύνδεσή τους με τη μητέρα, την πλησίαζαν για παρηγοριά και υποστήριξη, εξέφραζαν ζεστός, ανακουφισμένους χαιρετισμούς και ηρεμούσαν γρήγορα με την παρουσία της. Επίσης, χαρακτηρίστηκαν ως «αγχώδη - αμφιθυμικά», όταν κατά την απουσία της μητέρας έκλαιγαν και διαμαρτύρονταν, ενώ όταν έμπαινε πάλι στο δωμάτιο την πλησίαζαν για υποστήριξη, επιδεικνύοντας όμως θυμό και αντίσταση στην προσπάθειά της για παρηγοριά. Τα «αποφευκτικά» βρέφη φάνηκαν ανενόχλητα από την απουσία της μητέρας και αναζητούσαν σωματική επαφή ή παρηγοριά κατά την επανασύνδεση (Cooper et al. 1998? Scott & Cordova, 2002).

Στη συνέχεια (1990) η μαθήτριά της Ainsworth, η Mary Main πρόσθεσε μια τέταρτη κατηγοριοποίηση με τον όρο «αποδιοργανωμένος/από-προσανατολισμένος δεσμός». Τα αποδιοργανωμένα παιδιά παρουσιάζουν συμπεριφορά, η οποία είναι είτε συγχυσμένη, είτε μη συντονισμένη, με τρόπο που να μην πετυχαίνει τους στόχους ενός συστήματος προσκόλλησης (Gillath et al., 2016).

### **3.1.Θεωρία του Δεσμού και Ενήλικη Ζωή**

Οι Hazan και Shaver (1987) ήταν οι θεωρητικοί που υποστήριξαν ότι οι συμπεριφορές δεσμού που παρατηρούνται στα βρέφη μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως παράδειγμα για να κατανοήσουμε καλύτερα τις ρομαντικές σχέσεις στην ενήλικη ζωή.



Οι ασφαλείς ενήλικες θεωρείται ότι εμπιστεύονται την αξιοπιστία του συντρόφου τους και τους είναι εύκολο να βασίζονται σε άλλους. Είναι άτομα με αυτοπεποίθηση, κοινωνικές δεξιότητες, ανοιχτοί στις στενές σχέσεις και πιθανώς συνάπτουν σταθερές μακροχρόνιες σχέσεις.

Οι αγχώδεις-αμφιθυμικοί ενήλικες πιστεύεται ότι φοβούνται την απόρριψη και την εγκατάλειψη και πολύ συχνά δεν εμπιστεύονται τη διαθεσιμότητα και τη δέσμευση των συντρόφων τους. Είναι συνήθως προσκολλημένοι, ζηλεύουν και προβληματίζονται με τη συναισθηματική εγγύτητα, ενώ συχνά έχουν την τάση να δείχνουν θυμό στους συντρόφους τους οποίους χαρακτηρίζουν ως αναξιόπιστους.

Τα άτομα που έχουν το ύφος σύναψης δεσμού της «αποφυγής» χαρακτηρίζονται από την επιθυμία τους να αποφεύγουν συναισθηματική εξάρτηση. Έτσι πολύ συχνά αρνούνται τις δικές τους ανάγκες δεσμού, καθώς και τις ανάγκες των άλλων, κάνοντας δύσκολη την ανάπτυξη στενών σχέσεων με άλλους ανθρώπους. (Cooper et al.1998? Scott & Cordova, 2002).

Η Barhomlomew το 1990 συστηματοποίησε τη σύλληψη του Bowlby σχετικά με τα εσωτερικευμένα μοντέλα λειτουργίας σε μια τετραμερή ταξινόμηση. Τέσσερα πρωτοτυπικά είδη δεσμού ορίστηκαν με βάση δυο διαστάσεις: το μοντέλο της θετικότητας ενός ατόμου για τον εαυτό του και το μοντέλο της θετικότητας για τους άλλους.

Το μοντέλο της θετικότητας του εαυτού καταδεικνύει το βαθμό στον οποίο ένας άνθρωπος έχει εσωτερικεύσει την αυτοεκτίμησή του (αντίθετα με την αίσθηση άγχους και αβεβαιότητας που προκύπτει από την «αγάπη» για τον εαυτό). Το μοντέλο του εαυτού επομένως συνδέεται με τον βαθμό άγχους και εξάρτησης ενός ατόμου για την έγκριση από ένα άλλο άτομο στις στενές σχέσεις. Το μοντέλο θετικότητας για τον άλλον δείχνει τον βαθμό στον οποίο οι άλλοι αναμένεται να είναι διαθέσιμοι και υποστηρικτικοί. Επομένως το μοντέλο της Barhomlomew σχετίζεται με την τάση αναζήτησης ή αποφυγής εγγύτητας στις στενές σχέσεις και έχει ως αποτέλεσμα τη δημιουργία των παρακάτω τεσσάρων ειδών προσκόλλησης.

Το ασφαλές είδος προσκόλλησης χαρακτηρίζεται από τον συνδυασμό ενός θετικού μοντέλου τόσο για τον εαυτό όσο και για τους άλλους. Οι ασφαλείς ενήλικες έχουν μια εσωτερικευμένη αίσθηση αυτό-αξίας και νιώθουν άνετα με την εγγύτητα στις στενές σχέσεις. Το αγχώδες ύφος σύναψης δεσμού χαρακτηρίζεται από ένα αρνητικό μοντέλο εαυτού και θετικό μοντέλο για τους άλλους. Τα άτομα αυτά με αγχώδη τρόπο επιζητούν να κερδίσουν την αποδοχή και την έγκριση των άλλων, εμμένοντας στην πεποίθηση ότι μπορούν να επιτύχουν ασφάλεια, μόνο εάν κάνουν τους άλλους να ανταποκριθούν σε αυτούς.

Το φοβικό είδος δεσμού χαρακτηρίζεται από αρνητική εικόνα τόσο του εαυτού όσο και των άλλων. Οι άνθρωποι αυτοί, όπως και οι αγχώδεις, εξαρτώνται πολύ από την αποδοχή και την επιβεβαίωση των άλλων. Ωστόσο, λόγω των αρνητικών τους προσδοκιών, αποφεύγουν την

οικειότητα για να αποτρέψουν τον πόνο της απώλειας ή της απόρριψης. Στο αποφευκτικό είδος προσκόλλησης υπάρχει θετικό μοντέλο εαυτού και αρνητικό μοντέλο για τους άλλων. Τα άτομα αυτά αποφεύγουν την εγγύτητα επειδή έχουν αρνητικές προσδοκίες, ωστόσο διατηρούν μια αίσθηση αυτοεκτίμησης αρνούμενοι την αξία των στενών σχέσεων (Simpson και Rholes 1998).

### **3.2. Ύφος Σύναψης Δεσμού και Ανησυχία Απιστίας στις Ερωτικές Σχέσεις**

Η αντίληψη της απιστίας ορίζεται ως η πεποίθηση που έχει ένα άτομο, ότι ο/η σύντροφός του έχει ή πρόκειται να εμπλακεί σε συναισθηματική ή σωματική απιστία (Kachadourian και συν., 2015). Το ύφος σύναψης δεσμού διαδραματίζει σημαντικό ρόλο σε αυτήν την υπόθεση. Η θεωρία του δεσμού σύμφωνα με τον Bowlby το 1982, επεκτείνεται και στην ενήλικη ζωή, εξηγώντας το πώς οι σύντροφοι βιώνουν τον αποχωρισμό και άλλα σχεσιακά ζητήματα. Επομένως, και η ίδια η απιστία αποτελεί το κατεξοχήν παράδειγμα απειλής των αναγκών του δεσμού, καθώς και της διακύβευσης της ασφάλειας που αυτός παρέχει (Johnson, 2005).

Στην μελέτη της Alvarado (2020), υπογραμμίστηκε ότι ο αγχώδης δεσμός προβλέπει σε σημαντικό βαθμό την αντίληψη για συναισθηματική απιστία από τον/την σύντροφο, ενώ προβλέπει σε ακόμα μεγαλύτερο βαθμό την αντίληψη για σεξουαλική απιστία. Έχει βρεθεί ότι το αγχώδες ύφος προβλέπει την αντίληψη περί απιστίας συντρόφου σε μεγαλύτερο βαθμό από ό,τι το ύφος σύναψης δεσμού της αποφυγής. Οι αγχώδεις δεν αντιλαμβάνονται τις συμπεριφορές απιστίας με ανεκτικότητα, αντιθέτως τις θεωρούν καταστροφικές, καθώς οδηγούν στην κατάρρευση της ασφάλειας και της συνοχής της σχέσης (Steward, 2017).

Η αντίληψη και ο φόβος για απιστία πολλές φορές λειτουργώντας ως απειλή για τη σχέση οδηγεί τους αγχώδεις σε ελεγκτικές συμπεριφορές σε βάρος του/της συντρόφου του (Barbaro και συν., 2017). Επομένως, ο αγχώδης σύντροφος προκειμένου να μειώσει τον κίνδυνο της απιστίας που θα είχε ως συνέπεια τη διάλυση της σχέσης (Barbaro και συν., 2016) προβαίνει σε κινήσεις όπως η διαρκής επιτήρηση του συντρόφου, προσπαθώντας μέσω των κλήσεων του προς τον/τη σύντροφο να διαπιστώσει εάν όντως βρίσκεται στην τοποθεσία που ισχυρίζεται. Επίσης, μπορεί να θυμώνει εάν ο/η σύντροφος φλερτάρει πάρα πολύ, ή αντιθέτως, δείχνει μεγαλύτερη στοργή στον/στη σύντροφο από το σύνθητες. Πολλές φορές δείχνει σημάδια κτητικότητας τοποθετώντας το χέρι του/της γύρω από τον/την σύντροφο μπροστά σε άλλους, ενώ εάν κάποιος τρίτος κοιτάξει τον/τη σύντροφο, θα τους κοιτάξει παγερά.

Οι παραπάνω συμπεριφορές χωρίζονται σε αυτές που έχουν ως στόχο να μειώσουν την πιθανότητα απιστίας εκ μέρους του συντρόφου μέσα από την αύξηση της ικανοποίησης του από τη σχέση, και σε αυτές που έχουν ως στόχο να ελαχιστοποιήσουν την

πιθανότητα απιστίας, μέσα από την επιβολή κάποιου κόστους στον/στη σύντροφο (Buss, Shackelford, & McKibbin, 2008). Οι άνθρωποι που έχουν το ύφος σύναψης της αποφυγής θα επιδίδονται λιγότερο σε αυτού του είδους τις συμπεριφορές αγνοώντας τις ενδείξεις για ενδεχόμενη απιστία (Barbaro και συν.,2016). Όπως φαίνεται το ύφος δεσμού και οι παραπάνω συμπεριφορές διαμεσολαβούνται από τον κίνδυνο της ενδεχόμενης απιστίας (Barbaro, 2017).

Παρόμοιες συμπεριφορές εκδηλώνονται και μέσα από την τεχνολογία του διαδικτύου, των μέσων δικτύωσης και των κινητών τηλεφώνων με την μορφή απειλής, επιτήρησης, εξευτελισμού, λεκτικής κακοποίησης του συντρόφου, όπως αναφέρεται στο κείμενο των Bhogal και Howman (2019). Οι πιο αγχώδεις είχαν μεγαλύτερη έλλειψη εμπιστοσύνης, προσδοκούσαν περισσότερο την απιστία των συντρόφων, ζήλευαν και επιδίδονταν σε διαδικτυακές κακοποιητικές συμπεριφορές σε βάρος των συντρόφων τους (Toplu-Demirtas και συν., 2020).

Το άγχος περιλαμβάνει χαρακτηριστικά όπως η ανησυχία, ο φόβος και η ψυχολογική διέγερση (Barlow, 2002), και ενδεχομένως έχει αναπτυχθεί για να βοηθάει τόσο τις γυναίκες αλλά και τους άνδρες να αναγνωρίζουν στο περιβάλλον τους προκλήσεις προσαρμογής.(Buss, 1990). Ο Arnocky και οι συνεργάτες (2015), μιλούν για το άγχος το οποίο διαμεσολαβεί τη σχέση μεταξύ της προσδοκώμενης απιστίας του συντρόφου και της επιθετικότητας απέναντι στους συντρόφους, είτε πρόκειται για σωματική, ψυχολογική και σεξουαλική επιθετικότητα, είτε πρόκειται για τραυματισμό των συντρόφων. Καταλήγουν ότι οι άνθρωποι οι οποίοι θα αναμένουν περισσότερο απιστία από τους συντρόφους τους, θα έχουν ταυτόχρονα υψηλότερα επίπεδα άγχους με αποτέλεσμα τις προαναφερθείσες κακοποιητικές συμπεριφορές.

Επιπροσθέτως, σε διαδικτυακό επίπεδο η «ηλεκτρονική παρέμβαση» αναφέρεται στην παρακολούθηση των ιδιωτικών διαδικτυακών πληροφοριών του συντρόφου χωρίς καμία άδεια, στην επιτήρηση της τοποθεσίας που χρησιμοποιεί ο σύντροφος τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, καθώς και στην παρακολούθηση των συνομιλιών και των διαδικτυακών του φίλων. Δε βρέθηκαν διαφορές φύλου στη συχνότητα διάπραξης ηλεκτρονικής παρέμβασης. Και οι άνδρες και οι γυναίκες που ήταν αγχώδεις στο είδος του δεσμού είχαν αυτή τη συμπεριφορά, ενώ αυτό δεν ίσχυε για τις γυναίκες που είχαν την αποφυγή ως ύφος δεσμού. Επομένως, το είδος δεσμού επηρεάζει τη συγκεκριμένη συμπεριφορά και τα μέσα δικτύωσης αυξάνουν τον κίνδυνο για την εμπλοκή σε αυτές (Reed, Tolman και Safyer, 2015).

Σε έρευνα που μελετούσε ομόφυλες γυναίκες δε βρέθηκαν διαφορές ως προς το ύφος του δεσμού και των αντιλήψεων περί απιστίας. Η αυτοεκτίμηση και το είδος του δεσμού που διαθέτουν οι άνθρωποι συντονίζουν την αντίληψη της απιστίας, αλλά μόνο για συγκεκριμένα είδη απιστίας (Bierma, 2017).

Η Oberle και συνεργάτες (2016) θέλησαν να καταδείξουν διαφορές φύλου ως προς την αντίληψη της απιστίας, Βρήκαν ότι οι γυναίκες με επικοινωνιακές ικανότητες και χαμηλό φόβο εγγύτητας, δηλαδή χαμηλή αποφυγή, ήταν πιθανότερο να αντιληφθούν ότι οι σεξουαλικές και συναισθηματικές πράξεις συνιστούν απιστία. Αυτό δε συνέβη με τους άνδρες που είχαν μικρότερες επικοινωνιακές ικανότητες και υψηλή αποφυγή. Ο υψηλός φόβος για εγγύτητα δείχνει ότι ένας άνθρωπος είναι πιο απόμακρος και αποσυνδεδεμένος από τη σχέση, δε φοβάται ότι η σχέση παραβιάζεται και δεν άρα δεν σφυρηλατεί μια ουσιώδη σχέση. Οι ίδιοι ερευνητές κάνουν λόγο και για την ευαισθησία στην απόρριψη, υποδηλώνοντας το αγχώδες ύφος δεσμού, η οποία βρήκαν ότι δε σχετίζεται με την απιστία μέσα στη σχέση.

Είναι επιπλέον σημαντικό να υπογραμμιστεί ότι οι αγχώδεις αλλά και όσοι έχουν το ύφος σύναψης της αποφυγής είναι πιθανό να εμπλακούν και οι ίδιοι σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας μέσα στη συζυγική σχέση, με τους αγχώδεις να καταλαμβάνουν μεγαλύτερο ποσοστό (McDaniel, 2017). Ο Russel (2013) προβλέπει ότι το αγχώδες ύφος έστω του ενός εκ των δύο συζύγων είναι δυνατόν να οδηγήσει σε απιστία και ιδιαίτερα από την πλευρά των ανδρών. Μάλιστα οι άνδρες ήταν λιγότερο πιθανόν να εμπλακούν σε συμπεριφορές απιστίας, όταν η σύντροφός τους είχε το ύφος δεσμού της αποφυγής, ενώ η δική τους αποφυγή δε συνδέθηκε καθόλου με την πρόβλεψη για απιστία. Με σεξουαλικές συμπεριφορές απιστίας, όπως το φλερτ, το διαδικτυακό σεξ και η αναζήτηση συντρόφων διαδικτυακά συνδέθηκε θετικά ο ανασφαλής δεσμός κα σε έρευνα που μελετούσε asiάτες (Li και Zheng, 2017).

#### **4. Προσαρμογή στις Ερωτικές σχέσεις και Απιστία**

Ο Spanier το 1976 όρισε τη δυαδική προσαρμογή ως «μια διαδικασία το αποτέλεσμα της οποίας καθορίζεται από το βαθμό: 1) των ενοχλητικών δυαδικών διαφορών, 2) των διαπροσωπικών εντάσεων και του προσωπικού άγχους, 3) της δυαδικής ικανοποίησης, 4) της δυαδικής συνοχής και 5) της συναίνεσης σε σημαντικά ζητήματα για τη δυαδική λειτουργικότητα» (Ward και συν., 2009). Το 1981 οι Roach, Frazier, Bowden, όρισαν τη συζυγική ικανοποίηση ως τη στάση μεγαλύτερης ή μικρότερης εύνοιας στην ίδια τη συζυγική σχέση (Adams, 2017). Κατά τον Hendrick (1988) η σχεσιακή ικανοποίηση ορίζεται ως «το μέγεθος των συναισθημάτων και των σκέψεων ενός ανθρώπου είτε για τον γάμο τους, είτε για μια παρόμοια στενή σχέση» (Britt και συν., 2008).

Η ποιότητα της σχέσης επηρεάζει τις διαδικτυακές δραστηριότητες απιστίας. Για παράδειγμα, σε έρευνα σταθερών σχέσεων μεταξύ ανδρών και γυναικών η χαμηλή ικανοποίηση από τη σχέση και η κακή σχεσιακή επικοινωνία ήταν ικανοί παράγοντες ώστε να ωθήσουν τα άτομα σε εμπλοκή διαδικτυακών σεξουαλικών συμπεριφορών που περιελάμβαναν διαδικτυακό φλερτ και σεξ και την αναζήτηση συντρόφων μέσα από το διαδίκτυο (Li και Zheng, 2017). Οι άνθρωποι όταν

δεν είναι ευχαριστημένοι από τις σχέσεις τους ψάχνουν να βρουν άλλες πηγές ικανοποίησης καθώς και άλλες ευχαριστήσεις μέσω του διαδικτύου (Hertlein και Pierce, 2012).

Επίσης η χαμηλή συνοχή της σχέσης, δηλαδή οι δραστηριότητες των συντρόφων και η μεταξύ τους επικοινωνία, σχετιζόταν με την ανάπτυξη των συγκεκριμένων συμπεριφορών. Μόνο η διάσταση της συναίνεσης μέσα στη σχέση, δηλαδή η κοινή λήψη αποφάσεων, οι κοινές αξίες και η στοργή που δείχνουν, δε συνδέθηκε με τη διαδικτυακή απιστία. Επιπλέον καταλήγουν ότι οι μεταβλητές που επιδρούν στην απιστία της πραγματικής ζωής επιδρούν και στη διαδικτυακή απιστία (Li και Zheng, 2017).

Αντιστρόφως, μπορούν και τα ίδια τα μέσα να μειώσουν την ικανοποίηση μέσα στη σχέση, παρέχοντας εναλλακτικούς ερωτικούς συντρόφους, μειώνοντας τον χρόνο και τις συναισθηματικές επενδύσεις που γίνονται στη βασική σχέση. Αυτό έχει βρεθεί να συμβαίνει με το κοινωνικό μέσο δικτύωσης του Facebook. Η δέσμευση στο γάμο είναι η βασική δύναμη για τη σταθερότητα, τη διάρκεια και την ποιότητα της σχέσης. Δυναμώνει την παρουσία της ικανοποίησης από το γάμο, την απουσία των εναλλακτικών έλξεων και των σταθερών επενδύσεων που γίνονται στα πλαίσια της σχέσης (Abbasi & Alghamdi, 2017). Η καλή ποιότητα της σχέσης έχει αρνητική σχέση τόσο με τη μοναξιά όσο και με την διαδικτυακή απιστία, που σημαίνει ότι όσο πιο ικανοποιημένοι από το γάμο τους είναι τα ζευγάρια τόσο λιγότερο θα νιώθουν μοναξιά ή θα εμπλέκονται σε διαδικτυακή απιστία. Το αντίστροφο θα συμβαίνει στην περίπτωση που η ποιότητα της σχέσης θα είναι χαμηλή. Επίσης, η μοναξιά έχει αρνητική σχέση με την διαδικτυακή απιστία (Isanejad και Bagheri, 2018).

Τα άτομα με χαμηλή σχεσιακή ικανοποίηση ήταν πιο πιθανό να αφοσιωθούν όσον αφορά το χρόνο και την ενέργειά τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης σε σχέση με αυτούς που είχαν υψηλή ικανοποίηση στη σχέση τους (Valenzuela, 2014). Τα ευρήματα αυτά συμφωνούν και με τους McDougal, Drouin και Cravens (2017) με τη χαμηλή σχεσιακή ικανοποίηση να σχετίζεται με διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας και σχεσιακή αμφιθυμία. Άλλου διαβάζουμε ότι η ικανοποίηση από τη σχέση μπορεί να οδηγήσει σε εθισμό στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και εν μέρει διαμεσολαβεί στη σχέση του φοβικού ύφους σύναψης δεσμού και του εθισμού στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (Demircioğlu και Köse, 2018). Παρομοίως, η σχεσιακή ικανοποίηση διαμεσολαβεί και στη σχέση μεταξύ απιστίας εκτός διαδικτύου και μοναξιάς (Pereira και συ., 2014).

Η Adams το 2017 βρήκε κάτι που δε συνάδει με τις προηγούμενες έρευνες όσον αφορά την διαδικτυακή απιστία. Η σχεσιακή ικανοποίηση προέβλεπε την εμπλοκή σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας. Στο ίδιο μήκος κύματος υπάρχει και η μελέτη των Anirgam και Amichai-Hamburger που δείχνει ότι η δυαδική συνοχή συμβάλλει στην πρόβλεψη της διαδικτυακής απιστίας. Η σεξουαλική και η γενική ικανοποίηση δεν έπαιξαν μεγάλο ρόλο σε αυτή την πρόβλεψη, με

αποτέλεσμα οι ερευνητές να καταλήξουν ότι η διαδικτυακή απιστία δε συμβαίνει απαραίτητα επειδή κάποιος είναι μίζερος και ανικανοποίητος από τη σχέση του, αλλά ενδεχομένως να πρόκειται για μια ασφαλή ζώνη μέσα στην οποία κάποιος δύναται να υλοποιήσει κρυμμένες φαντασιώσεις του και να παίζει νέους ρόλους (Aviram και Amichai-Hamburger, 2005). Τέλος, έρευνα που μελετούσε την αντίληψη για την απιστία έδειξε ότι άνδρες που θεωρούσαν ότι είχαν μια καλή ποιότητα σχέσης, αλλά και υψηλή δέσμευση στη σχέση τους, είχαν αρνητικές αντιλήψεις για την απιστία (Silva, 2017).

### **Σκοπός της έρευνας**

Ο σκοπός της παρούσης έρευνας είναι να μελετήσει κατά πόσον τρεις μεταβλητές επιδρούν και προβλέπουν καλά την ανησυχία απιστίας που έχουν κάποιοι άνθρωποι, ότι οι σύντροφοί τους εμπλέκονται σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας. Οι τρεις αυτές μεταβλητές αφορούν: 1) στη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης που κάνουν οι σύντροφοι των συμμετεχόντων της έρευνας, όσον αφορά τη συχνότητα και τη διάρκεια, καθώς και στη συναισθηματική και κοινωνική εμπλοκή που έχουν με αυτά, 2) στο ύφος σύναψης δεσμού που έχουν οι ίδιοι οι συμμετέχοντες της έρευνας για τις ερωτικές τους σχέσεις (άγχος ή αποφυγή) και 3) στην προσαρμοστικότητα της σχέσης που έχουν όσον αφορά τις διαστάσεις της ικανοποίησης, της συνοχής και της συναίνεσης.

### **Ερευνητικά ερωτήματα και υποθέσεις**

Ερευνητικά ερωτήματα: Η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από τους συντρόφους, το ύφος σύναψης δεσμού και η προσαρμοστικότητα της σχέσης που έχουν οι σύντροφοι μπορούν να προβλέψουν την ανησυχία απιστίας; Υπάρχουν διαφορές φύλου όσον αφορά την ανησυχία απιστίας;

H<sub>0</sub>1: Η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης του συντρόφου δεν προβλέπει την ανησυχία απιστίας του άλλου συντρόφου.

H<sub>a</sub>1: Η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης του συντρόφου προβλέπει την ανησυχία απιστίας του άλλου συντρόφου.

H<sub>0</sub>2: Το ύφος σύναψης δεσμού δεν προβλέπει την ανησυχία απιστίας.

H<sub>a</sub>2: Το ύφος σύναψης δεσμού προβλέπει την ανησυχία απιστίας, και συγκεκριμένα το ύφος σύναψης δεσμού που αφορά στο άγχος.

H<sub>0</sub>3: Η προσαρμοστικότητα της σχέσης δεν προβλέπει την ανησυχία απιστίας.

H<sub>a</sub>3: Η προσαρμοστικότητα της σχέσης προβλέπει την ανησυχία απιστίας, με τη μικρότερη προσαρμοστικότητα να προβλέπει μεγαλύτερη ανησυχία απιστίας.

H<sub>0</sub>4: Δεν υπάρχουν διαφορές φύλου ως προς την ανησυχία απιστίας.

H<sub>a</sub>4: Υπάρχουν διαφορές φύλου ως προς την ανησυχία απιστίας, με τις γυναίκες να ανησυχούν περισσότερο.

## Μέθοδος

Το συγκεκριμένο κεφάλαιο περιγράφει τη μεθοδολογία που τηρήθηκε για την υλοποίηση της έρευνας. Ειδικότερα, αναφέρεται στη σύνθεση του δείγματος, και στο υλικό που χρησιμοποιήθηκε κατά τη συλλογή των δεδομένων. Τέλος, γίνεται αναφορά στη διαδικασία συλλογής των δεδομένων.

### 1. Συμμετέχοντες

Η παρούσα έρευνα πραγματοποιήθηκε με τη χρήση ηλεκτρονικού ερωτηματολογίου μορφής Google Forms, το οποίο η συγγραφέας κοινοποίησε αρχικά στο προσωπικό της προφίλ στο Facebook και εν συνεχεία σε ομάδες του Facebook, σχετικές με την Ψυχολογία, αλλά και σε ομάδες Πανεπιστημίων της Αττικής. Η προϋπόθεση για τη συμμετοχή στην έρευνα ήταν οι συμμετέχοντες να βρίσκονται σε σταθερή ερωτική σχέση και να χρησιμοποιούν τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης τόσο οι ίδιοι, όσο και οι σύντροφοί τους. Συνολικά, 280 συμμετέχοντες προθυμοποιήθηκαν εθελοντικά να συμμετέχουν στην έρευνα εκ των οποίων οι 223 πληρούσαν τα κριτήρια συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου. Επίσης, υπήρξε μια συμμετέχουσα της οποίας η συμμετοχή αποκλείστηκε λόγω της δήλωσής της ότι το φύλο του συντρόφου αντιστοιχεί σε «Άλλο» και όχι σε «Γυναίκα» ή «Άνδρα». Αυτό υποδηλώνει πως ενδεχομένως ανήκει σε διαφορετικό πληθυσμό, τον οποίο δεν προσπαθεί να μελετήσει η παρούσα εργασία. Μια άλλη εξήγηση είναι ότι πιθανόν η συγκεκριμένη επιλογή να έγινε τυχαία από τη συμμετέχουσα. Όπως και να έχει η συμμετοχή διεγράφη.

Από τους 223 συμμετέχοντες οι 76 ήταν άνδρες και οι 147 γυναίκες. Ως προς το μέγεθος του δείγματος, ένας γενικός κανόνας είναι ότι όσο μεγαλύτερος είναι ο ερευνητικός πληθυσμός και όσο περισσότερα χαρακτηριστικά γνωρίσματα τον ορίζουν, τόσο μεγαλύτερο θα πρέπει να είναι και το μέγεθος του ερευνητικού δείγματος, και αντιστρόφως. Σε κάθε ξεχωριστή έρευνα ωστόσο, ο ερευνητής θα πρέπει να επιλέξει το καλύτερο από πλευράς μεγέθους δείγμα-εκείνο, δηλαδή, που περιλαμβάνει ικανό αριθμό πληθυσμιακών μονάδων (συμμετέχοντες ή περιπτώσεις) για τη διασφάλιση της εγκυρότητας της έρευνας (Σταλίκας, 2011). Η ηλικία των συμμετεχόντων κυμάνθηκε από τα 18 έως τα 65 περίπου έτη. Οι συμμετέχοντες παρουσίασαν ποικιλομορφία όσον αφορά τη μόρφωση, την οικονομική και οικογενειακή τους κατάσταση, καθώς και το είδος της εργασίας τους. Παρακάτω παρουσιάζεται αναλυτικά η κατανομή των συμμετεχόντων όσον αφορά, τις προαναφερθέντες ιδιότητες.

Όπως προκύπτει από τον παρακάτω πίνακα (Πίνακας 1) τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων στην έρευνα έχουν ως εξής. Το δείγμα μας περιλαμβάνει 147 γυναίκες (65,9%) και 76 άνδρες (34,1%). Οι ηλικίες 18-35 καταλαμβάνουν το μεγαλύτερο μέρος του δείγματος με 169

συμμετέχοντες (75,8%). Οι προπτυχιακοί φοιτητές είναι 61 (27,4%) με τους πτυχιούχους και τους κατόχους μεταπτυχιακών τίτλων να ακολουθούν σε ποσοστό 47,6%. Οι 87 (39%) συμμετέχοντες είναι ιδιωτικοί υπάλληλοι και οι 52 (23,3%), είναι φοιτητές, ενώ οι 179 (80,3%) έχουν ετήσιο οικογενειακό εισόδημα κάτω των 25.000€. Οι 157 (67,7%) ζουν σε μεγάλη πόλη όπως Αθήνα-Θεσσαλονίκη, ενώ οι 105 (47,1%) βρίσκονται σε ανεπίσημη σχέση.

**Πίνακας 1.** Δημογραφικά χαρακτηριστικά δείγματος

Μεταβλητή	Αριθμητικό δείγμα	Δείγμα (%)
Φύλο		
Άνδρας	76	34,1
Γυναίκα	147	65,9
Ηλικία		
18-25	83	37,2
26-35	86	38,6
36-45	37	16,6
46-55	13	5,8
56-65	4	1,8
Μορφωτικό Επίπεδο		
Απόφοιτος Γυμνασίου	2	0,9
Απόφοιτος Λυκείου	28	12,6
Προπτυχιακός Φοιτητής	61	27,4
Πτυχιούχος ΑΕΙ/ΤΕΙ	53	23,8
Φοιτητής/ρια Μεταπτυχιακού	24	10,8
Κάτοχος Μεταπτυχιακού	53	23,8
Κάτοχος Διδακτορικού	2	0,9
Απασχόληση		
Φοιτητής/ρια	52	23,3
Ιδιωτικός Υπάλληλος	87	39
Δημόσιος Υπάλληλος	31	13,9
Αυτοαπασχολούμενος	22	9,9
Άνεργος	30	13,5
Συνταξιούχος	1	0,4
Ετήσιο Οικογ. Εισόδημα		
Λιγότερο από 15.000€	99	44,4
15.000-24.999€	80	35,9
25.000-34.999€	24	10,8
35.000-44.999€	11	4,9
45.000-59.999€	8	3,6
Περισσότερο από 60.000€	1	0,4
Τόπος Διαμονής		
Μεγάλη πόλη (Αθήνα-Θεσ/κη)	151	67,7
Μικρές πόλεις ή επαρχία	72	32,3
Οικογενειακή κατάσταση		
Σε ανεπίσημη σχέση	105	47,1
Σε συγκατοίκηση	55	24,7
Αρραβωνιασμένος-η	13	5,8
Παντρεμένος-η	50	22,4

Σημείωση N=223



Όπως προκύπτει από τον παρακάτω πίνακα (Πίνακας 2) τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συντρόφων, όπως τα περιέγραψαν οι ίδιοι οι συμμετέχοντες στην έρευνα έχουν ως εξής. Οι ηλικίες 18-35 καταλαμβάνουν το μεγαλύτερο μέρος του δείγματος με 162 συμμετέχοντες (72,6%). Το μεγαλύτερο μέρος των συντρόφων είναι πτυχιούχοι ΑΕΙ/ΤΕΙ με αριθμό 70 άτομα (31,4%), απασχολούνται στον ιδιωτικό τομέα κυρίως (49,3%) ενώ το 82% έχει ετήσιο οικογενειακό εισόδημα κάτω των 25.000€. Το 71,7% ζει σε μεγάλη πόλη όπως Αθήνα-Θεσσαλονίκη.

**Πίνακας 2.** Δημογραφικά χαρακτηριστικά συντρόφων

Μεταβλητή	Αριθμητικό δείγμα	Δείγμα (%)
Φύλο		
Άνδρας	154	69,1
Γυναίκα	69	30,9
Ηλικία		
18-25	62	27,8
26-35	100	18,4
36-45	41	18,4
46-55	18	8,1
56-65	2	0,9
Μορφωτικό Επίπεδο		
Απόφοιτος Γυμνασίου	5	2,2
Απόφοιτος Λυκείου	51	22,9
Προπτυχιακός Φοιτητής	42	18,8
Πτυχιούχος ΑΕΙ/ΤΕΙ	70	31,4
Φοιτητής/ρια Μεταπτυχιακού	13	5,8
Κάτοχος Μεταπτυχιακού	37	16,6
Κάτοχος Διδακτορικού	5	2,2
Απασχόληση		
Φοιτητής/ρια	32	14,3
Ιδιωτικός Υπάλληλος	110	49,3
Δημόσιος Υπάλληλος	27	12,1
Αυτοαπασχολούμενος	33	14,8
Άνεργος	17	7,6
Συνταξιούχος	1	0,4
Στρατός	2	0,9
Άλλο	1	0,4
Ετήσιο Οικογ. Εισόδημα		
Λιγότερο από 15.000€	106	47,5
15.000-24.999€	77	34,5
25.000-34.999€	21	9,4
35.000-44.999€	8	3,6
45.000-59.999€	5	2,2
Μεταβλητή	Αριθμητικό δείγμα	Δείγμα (%)
Περισσότερο από 60.000€	6	2,7
Τόπος Διαμονής		
Μεγάλη πόλη (Αθήνα-Θεσ/κη)	160	71,7
Μικρές πόλεις ή επαρχία	63	28,3

Σημείωση N=223

## 2. Μέσα συλλογής δεδομένων

**Ερωτηματολόγιο Εμπειριών στις Στενές Σχέσεις (Brennan et al. 1998).** Για να μετρηθεί το ύψος σύναψης δεσμού των συμμετεχόντων απέναντι στους συντρόφους τους χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο Εμπειριών στις Στενές Σχέσεις (Brennan et al. 1998). Είναι ένα ερωτηματολόγιο αυτό-αναφοράς, αποτελείται από 36 ερωτήσεις και μετράει τα συναισθήματα των ατόμων για τις ερωτικές τους σχέσεις. Οι απαντήσεις δίνονται σε μια επταβάθμια κλίμακα τύπου Likert που εκτείνεται από την τιμή 1 (διαφωνώ απόλυτα) έως την τιμή 7 (συμφωνώ απόλυτα). Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 2 κύριες διαστάσεις : α) Άγχος (18 προτάσεις) και β) Αποφυγή (18 προτάσεις) από τις οποίες προκύπτουν τέσσερα είδη σύναψης δεσμού. Επιπλέον, η κλίμακα των 18 προτάσεων που αφορούν στην Αποφυγή αξιολογούν τη δυσκολία κάποιου για συναισθηματική οικειότητα και το να βασίζεται σε κάποιον για υποστήριξη («Μου είναι δύσκολο να επιτρέπω στον εαυτό μου να εξαρτάται από ερωτικούς συντρόφους»). Η κλίμακα Άγχους σχετικά με τις στενές σχέσεις αξιολογεί την επιθυμία κάποιου να βρίσκεται υπερβολικά κοντά σε έναν σύντροφο, αλλά έχει υπερβολικές ανησυχίες ότι θα εγκαταλειφθεί («Ανησυχώ ότι οι ερωτικοί σύντροφοι δεν ενδιαφέρονται για μένα όσο ενδιαφέρομαι εγώ για αυτούς»).

Δηλώσεις Άγχους αποτέλεσαν τα λήμματα: 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 29, 31, 33, 35. Δηλώσεις Αποφυγής αποτέλεσαν τα λήμματα: 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36. Κάποια από τα λήμματα αντιστράφηκαν όπως: 3, 15, 19, 22, 25, 27, 29, 31, 33, 35. Η αξιοπιστία του σύμφωνα με τους κατασκευαστές του για τη διάσταση της αποφυγής είναι  $\alpha = 0.94$  και για τη διάσταση του άγχους είναι  $\alpha = 0.91$  (Bartholomew & Shaver, 1998. Brennan, Clark & Shaver, 1998. Morey, 2013).

**Αναθεωρημένη Κλίμακα Δυναμικής Προσαρμογής.** (Spanier, 1976, Busby, 1995). Στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιήθηκε η Αναθεωρημένη Κλίμακα Δυναμικής Προσαρμογής (RDAS) η οποία δημιουργήθηκε αρχικά από τον Spanier το 1976 και με βάση τη θεωρία του σχετικά με τη συζυγική σχέση μετράει τρεις διαστάσεις της συζυγικής ή συντροφικής προσαρμογής. Οι Bradbury, Fincham και Beach εισήγαγαν αυτή την κλίμακα για την αξιολόγηση της ποιότητας της συζυγικής σχέσης. Ανέπτυξαν την κλίμακα με 14 ερωτήσεις έχοντας ως βάση τις 32 ερωτήσεις της αρχικής φόρμας που δημιούργησε ο Spanier και συμπεριέλαβε κλίμακα τύπου Likert 5βάθμια (Isanezhad, 2012). Η μέτρηση δίνει ένα συνολικό σκορ που κυμαίνεται από 0 έως 69 με  $\alpha = 0.90$ , καθώς και σκορ για τις ακόλουθες τρεις υποκλίμακες: συναίνεσης ( $\alpha = .81$ ), ικανοποίησης ( $\alpha = .85$ ) και συνοχής ( $\alpha = .80$ ). Η υψηλή βαθμολογία δηλώνει θετική εκτίμηση των συντροφικών / συζυγικών σχέσεων. Στην ελληνική εκδοχή της κλίμακας βρήκαμε ότι για τη διάσταση της συναίνεσης το cronbach  $\alpha = 0.76$  (αφαιρώντας το λήμμα που αφορούσε στη συζήτηση θρησκευτικών θεμάτων), για τη διάσταση της ικανοποίησης

$\alpha=0,82$ , ενώ για τη διάσταση της συνοχής  $0,67$ . Στην ευρύτερη έρευνα έχουν χρησιμοποιηθεί διαφορετικά εργαλεία μέτρησης της ποιότητας της ερωτικής σχέσης, κλίμακες αναφοράς, όπως είναι η Σύντομη Κλίμακα Προσαρμογής στο γάμο (Short Marital Adjustment Test, MAT, Locke & Wallace, 1959), η Κλίμακα Αξιολόγησης της Σχέσης (Relationship Assessment Scale, Dicke, A., & Hendrick, C., 1998) καθώς και το Perceived Relationship Quality Components (PRQC) Inventory (Fletcher et al., 2000).

**Facebook Intensity Scale (Ellison , 2007).** Πρόκειται για μια κλίμακα που μετράει τη συχνότητα και διάρκεια της χρήσης του Facebook (Cronbach's  $\alpha = .83$ ). Περιλαμβάνει δύο αξιολογήσεις της διαδικτυακής συμπεριφοράς, μετράει το βαθμό ενεργής ενασχόλησης με τις δραστηριότητες του Facebook: τον αριθμό των διαδικτυακών φίλων και τον χρόνο που καταναλώνεται στο Facebook μια τυπική μέρα. Η μέτρηση περιλαμβάνει επίσης μια σειρά συμπληρωματικών ερωτήσεων σε κλίμακα τύπου Likert (1 διαφωνώ απόλυτα και 5 συμφωνώ απόλυτα) για να μετρήσει τον βαθμό στον οποίο ο συμμετέχων συνδέεται συναισθηματικά με το Facebook, καθώς και τον βαθμό στον οποίο το εντάσσει στην καθημερινότητά του. Στη δική μας έρευνα η οποία αφορούσε γενικότερα στη χρήση των Μέσων Κοινωνικής έγινε αντικατάσταση της λέξης Facebook με τη λέξη «Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης». Επίσης, έγινε μετατροπή των ερωτήσεων, καθώς ο συμμετέχων ερωτάται κατά πόσο πιστεύει ο / η σύντροφός του / της εμπλέκεται με το Facebook σε μεγάλο βαθμό. Για παράδειγμα : «Εκτιμάς ότι ο σύντροφός σου λέει στους άλλους με περηφάνια ότι χρησιμοποιεί τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης;», «Πιστεύεις ότι θα τον πείραζε εάν καταργούνταν τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης;» Μέσα από τη συγκεκριμένη κλίμακα μπορούμε να δούμε τις εκτιμήσεις των συμμετεχόντων για τη συχνότητα χρήσης καθώς και σημαντικότητα που δίνει ο άλλος σύντροφος στα μέσα δικτύωσης. Επιπλέον προστέθηκαν και ερωτήσεις για την κοινωνικότητα που παρουσιάζει ο σύντροφος στα μέσα δικτύωσης, για παράδειγμα «Ο/Η σύντροφός μου χρησιμοποιεί τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης για να γνωρίζει νέους φίλους». Στη δική μας εκδοχή του ερωτηματολογίου το cronbach  $\alpha$  για τη διάσταση της ενεργής ενασχόλησης με τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης είναι  $0,80$ , ενώ για τη συναισθηματική σύνδεση με τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης είναι  $0,79$ . Οι ερωτήσεις που αφορούσαν στην κοινωνικότητα του συντρόφου με τα μέσα δικτύωσης είχαν όπως διαπιστώθηκε cronbach  $\alpha= 0,81$ .

**Social Media Infidelity-Related Behaviors (SMIRB).** Οι συμπεριφορές που σχετίζονται με την απιστία σε ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης έχουν μετρηθεί από μια σειρά ερωτήσεων που δημιουργήθηκαν για την έρευνα του McDaniel και των συνεργατών με τίτλο: Do You Have Anything to Hide? Infidelity-Related Behaviors on Social Media Sites and Marital Satisfaction. Οι ερωτήσεις βασίστηκαν στην ανασκόπηση της σχετικής βιβλιογραφίας (e.g., Cravens et al., 2013; Drouin et al., 2014; Drouin et al., 2015; Helsper & Whitty, 2010; Hertlein, 2012). Κατά τη δημιουργία της

συγκεκριμένης μέτρησης συμπεριλήφθησαν τύποι συμπεριφοράς στους οποίους δύνανται να εμπλακούν άτομα που απιστούν, όπως για παράδειγμα το να νιώθουν άβολα, να αποκρύπτουν πληροφορίες/να δρουν μυστικά, να σχηματίζουν συναισθηματικές συνδέσεις με άλλα άτομα πέραν του συντρόφου τους, να στέλνουν μηνυμάτων σε σημαντικούς άλλους που προέρχονται από το παρελθόν τους, και να αμύνονται. Αυτού του είδους οι ερωτήσεις συναποτελούν την περιγραφόμενη κλίμακα και περιλαμβάνουν 7 ερωτήματα (π.χ εάν ο/η σύντροφός μου με ρωτούσε σχετικά με τις συνομιλίες, τα σχόλια και τα μηνύματά μου προς άλλους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, υπάρχουν κάποια μηνύματα που θα ήθελα να κρύψω από αυτόν/αυτήν). Οι συμμετέχοντες βαθμολογούν τη συμφωνία τους σε μια ββάθμια κλίμακα (1 = διαφωνώ απόλυτα, 6 = συμφωνώ απόλυτα). Το σκορ προκύπτει από το μέσο όρο των ερωτήσεων με το υψηλότερο σκορ να υποδεικνύει την μεγαλύτερη τάση για εμπλοκή σε αυτές τις συμπεριφορές ( $\alpha = .90$  για τις γυναίκες,  $.85$  για τους άνδρες). Για τους σκοπούς της δικής μας έρευνας έγινε μια μικρή μετατροπή στην κάθε ερώτηση ώστε να ερωτάται ο συμμετέχων τι θεωρεί ότι θα έκανε υποθετικά ο/η δικός/ή του σύντροφος. Επί παραδείγματι, η παραπάνω ερώτηση θα μετατραπεί σε «Αν ρωτούσατε τον/την σύντρόφό σας σχετικά με τις συνομιλίες, τα σχόλια και τα μηνύματά του/της προς άλλους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, πιστεύετε ότι θα υπάρχουν κάποια μηνύματα που θα ήθελε να κρύψει από εσάς;» Το συνολικό cronbach  $\alpha$  στην ελληνική εκδοχή με την μετατροπή των ερωτήσεων είναι  $\alpha=0,86$ .

### **3. Διαδικασία Συλλογής Δεδομένων**

Ο κάθε συμμετέχων που προθυμοποιήθηκε να λάβει μέρος στην έρευνα έχοντας συνδεθεί στην αναρτημένη ιστοσελίδα, ενημερώθηκε για τους σκοπούς της έρευνας στην πρώτη σελίδα του ερωτηματολογίου, καθώς και για την τήρηση της εμπιστευτικότητας των δεδομένων. Συγκεκριμένα, έγινε σαφές ότι η συμμετοχή στην έρευνα είναι εθελοντική και ανώνυμη. Επίσης, αναφέρθηκε ότι τα δεδομένα που θα προκύψουν προστατεύονται σύμφωνα με τους κανόνες περί προστασίας προσωπικών δεδομένων και ότι θα χρησιμοποιηθούν αποκλειστικά από τους ερευνητές για επιστημονικούς σκοπούς. Επιπρόσθετα, επισημάνθηκε το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο της ερευνήτριας καθώς και του επόπτη καθηγητή για τυχόν απορίες σχετικά με την απάντηση ορισμένων ερωτήσεων, ενώ τέλος ζητήθηκε οι απαντήσεις να είναι ειλικρινείς. Ο χρόνος που απαιτήθηκε από κάθε συμμετέχοντα για τη συμμετοχή του στην έρευνα ήταν δεκαπέντε με είκοσι λεπτά. Το χρονικό διάστημα συλλογής των ερευνητικών δεδομένων ήταν περίπου δύο μήνες (28 Απριλίου 2020 έως 25 Ιουνίου 2020).

## Αποτελέσματα

Για την ανάλυση των αποτελεσμάτων χρησιμοποιήθηκε το πρόγραμμα SPSS Statistics 18. Παρακάτω ακολουθούν οι περιγραφικοί στατιστικοί δείκτες. Ο έλεγχος των υποθέσεων πραγματοποιήθηκε μέσα από την επεξεργασία των δημογραφικών παραγόντων, καθώς και των τεσσάρων κλιμάκων των οποίων η περιγραφή έγινε στο τμήμα της μεθοδολογίας.

### 1. Περιγραφικά Στοιχεία

Όπως διαφαίνεται από τον πίνακα 3, η μεγαλύτερη χρήση από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για τους συμμετέχοντες της έρευνας, γίνεται στο Facebook (99,6%) και το Instagram (77,1%), ενώ ακολουθούν το Twitter (9,9%) και το Snapchat (3,1%) σε εξαιρετικά μικρά ποσοστά.

**Πίνακας 3.** Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης που χρησιμοποιούν οι συμμετέχοντες

Μεταβλητή	Αριθμητικό δείγμα	Δείγμα(%)
Facebook		
NAI	222	99,6
OXI	1	0,4
Instagram		
NAI	172	77,1
OXI	51	22,9
Twitter		
NAI	22	9,9
OXI	201	90,1
Snapchat		
NAI	7	3,1
OXI	215	96,4

Σημείωση N= 223

Στον Πίνακα 4, βλέπουμε ότι η χρήση Facebook του από τους συντρόφους καταλαμβάνει ποσοστό 96,4% αναδεικνύοντας το Facebook ως το σύνηθες μέσο δικτύωσης των συντρόφων, ακολουθεί το Instagram με 61,4%, το Twitter με 7,6% και το Snapchat με 3,1%.

**Πίνακας 4.** Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης που χρησιμοποιούν οι σύντροφοι

Μεταβλητή	Αριθμητικό δείγμα	Δείγμα(%)
Facebook		
NAI	215	96,4
OXI	8	3,6
Instagram		
NAI	137	61,4
OXI	86	38,6
Twitter		
NAI	17	7,6
OXI	206	92,4
Snapchat		
NAI	7	3,1
OXI	216	96,8

Σημείωση N= 223

## 2. Έλεγχος Υποθέσεων

### 2.1. Ανάλυση Πολλαπλής Παλινδρόμησης

Η παρούσα μελέτη πραγματοποιήθηκε για να διερευνηθεί εάν διάφοροι ψυχολογικοί παράγοντες επηρεάζουν την ανησυχία που έχει ένα άτομο -το οποίο βρίσκεται σε σχέση- ότι ο/η σύντροφός του προβαίνει σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας. Το ερώτημά μας είναι εάν η «Ανησυχία Απιστίας» (εξαρτημένη μεταβλητή) δύναται να προβλεφθεί από παράγοντες όπως η καθημερινή χρήση που κάνουν οι σύντροφοι των συμμετεχόντων μας στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης. Επίσης, υποθέτουμε ότι η «Ανησυχία Απιστίας» μπορεί να προβλεφθεί από ψυχολογικούς παράγοντες, όπως το Ύψος Σύναψης Δεσμού στην ενήλικη ζωή του συμμετέχοντα στην έρευνα (διαστάσεις «Άγχος»

και «Αποφυγή») με υπόθεση ότι το Άγχος θα είναι αυτό που θα προβλέπει καλύτερα την ανησυχία απιστίας. Τέλος υποθέτουμε ότι η ανησυχία απιστίας θα προβλεφθεί από την προσαρμοστικότητα της σχέσης τους αναφορικά με τις διαστάσεις της Ικανοποίησης, της Συναίνεσης και της Συνοχής. Για να ελεγχθούν οι συγκεκριμένες υποθέσεις χρησιμοποιήθηκε η Ανάλυση της Πολλαπλής Παλινδρόμησης.

Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι η Εξαρτημένη Μεταβλητή (Y) «Ανησυχία Απιστίας» μπορεί να ερμηνευθεί σε ποσοστό 41% της συνολικής μεταβλητότητας από το σύνολο των Ανεξάρτητων Μεταβλητών που χρησιμοποιήθηκαν στο μοντέλο της παλινδρόμησης  $F(20,202)=8,81, p=0,000$  (Πίνακας 5).

Παρατηρώντας τις μοναδικές συνεισφορές των προβλεπτικών παραγόντων, τα αποτελέσματα καταδεικνύουν ότι η διαφορά φύλου ( $\beta=-0,28, t=-2,37, p=0,02$ ), μορφωτικού επιπέδου ( $\beta=0,16, t=2,78, p=0,01$ ), και τόπου διαμονής του συμμετέχοντα ( $\beta=0,23, t=2,89, p=0,00$ ), και του συντρόφου του ( $\beta=-0,19, t=-2,36, p=0,02$ ), καθώς και οι διαστάσεις της κοινωνικότητας του συντρόφου στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ( $\beta=0,19, t=2,83, p=0,01$ ), το άγχος ως ύφος σύναψης δεσμού ( $\beta=0,33, t=5,73, p=0,000$ ), και η αποφυγή ως ύφος σύναψης δεσμού ( $\beta=0,16, t=2,6, p=0,01$ ), προβλέπουν την ανησυχία απιστίας του συντρόφου.

Επειδή λοιπόν βρήκαμε *διαφορά φύλου*, αποφασίστηκε να γίνουν *εκ νέου οι αναλύσεις για το κάθε φύλο ξεχωριστά*.

**Πίνακας 5. Πολλαπλή Παλινδρόμηση Ανησυχίας Απιστίας για τα δύο Φύλα**

Προβλεπτική Μεταβλητή	B	SE B	$\beta$	T	P
Συνεχής	1,01	1,12		0,91	0,37
Φύλο Συμμετέχοντα	-0,67	0,28	-0,28	-2,37	0,02
Φύλο Συντρόφου	-0,31	0,29	-0,13	-1,11	0,27
Ηλικία Συμμετέχοντα	-0,03	0,11	-0,03	-0,3	0,77
Ηλικία Συντρόφου	-0,01	0,11	-0,01	-0,11	0,91
Μόρφωση Συμμετέχοντα	0,13	0,05	0,16	2,78	0,01
Μόρφωση Συντρόφου	-0,05	0,05	-0,07	-1,16	0,25
Εισόδημα Συμμετέχοντα	-0,09	0,07	-0,08	-1,31	0,19
Εισόδημα Συντρόφου	0,04	0,06	0,04	0,67	0,50

Προβλεπτική Μεταβλητή	B	SE B	$\beta$	T	P
Διαμονή Συμμετέχοντα	0,55	0,19	0,23	2,89	0,00
Διαμονή Συντρόφου	-0,47	0,2	-0,19	-2,36	0,02
Διάρκεια χρήσης ΜΚΔ	0,05	0,05	0,06	1,02	0,31
Διάρκεια σχέσης	0,00	0,00	0,05	0,72	0,47
Ρουτίνα ΜΚΔ	0,03	0,1	0,03	0,33	0,74
Συναισθ.δέσιμο ΜΚΔ	0,12	0,1	0,11	1,22	0,22
Κοινωνικότητα ΜΚΔ	0,27	0,09	0,19	2,83	0,01
Άγχος	0,34	0,06	0,33	5,73	0,00
Αποφυγή	0,23	0,09	0,16	2,6	0,01
Συναίνεση σχέσης	-0,04	0,02	-0,11	-1,53	0,13
Ικανοποίηση σχέσης	0,03	0,02	0,08	1,38	0,17
Συνοχή σχέσης	-0,01	0,02	-0,04	-0,59	0,56

Σημειώσεις,  $R^2=0,41$ , ( $p=0,000$ )

Εφαρμόζοντας την ανάλυση της Πολλαπλής Παλινδρόμησης εκ νέου μόνο για τους άνδρες βρήκαμε ότι οι ανεξάρτητες μεταβλητές προβλέπουν στο 36% τη συνολική μεταβλητότητα της εξαρτημένης μεταβλητής Ανησυχία απιστίας,  $F(19,56)=3,21$ ,  $p=0,00$ . Υπάρχει στατιστικά σημαντική θετική σχέση μεταξύ των ανεξάρτητων μεταβλητών που αφορούν στο μορφωτικό επίπεδο του συμμετέχοντα, ( $\beta=0,28$   $t=2,19$   $p=0,03$ ), στο Άγχος ως ύφος σύναψης δεσμού του συμμετέχοντα ( $\beta=0,39$   $t=2,88$   $p=0,01$ ), στην Ικανοποίηση από τη σχέση ( $\beta=0,24$   $t=2,17$   $p=0,03$ ) και στην εξαρτημένη μεταβλητή Ανησυχία απιστίας (Y).

Δεν είναι στατιστικά σημαντικά τα αποτελέσματα που αφορούν στις διαστάσεις της καθημερινής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από τον σύντροφο, το συναισθηματικό δέσιμο με τα μέσα δικτύωσης από τον σύντροφο, την κοινωνικότητα του συντρόφου στα μέσα δικτύωσης, την αποφυγή ως ύφος σύναψης δεσμού του συμμετέχοντα, τη συναίνεση και τη συνοχή της σχέσης τους ( $p>0,05$ ).



**Πίνακας 6. Πολλαπλή Παλινδρόμηση Ανησυχίας Απιστίας για Άνδρες**

Προβλεπτική Μεταβλητή	B	SE B	B	t	P
Συνεχής	-0,04	1,44		-0,03	0,98
Φύλο Συντρόφου	-0,45	0,36	-0,13	-1,24	0,22
Ηλικία Συμμετέχοντα	-0,04	0,21	-0,03	-0,17	0,86
Ηλικία Συντρόφου	-0,09	0,22	-0,02	-0,08	0,94
Μόρφωση Συμμετεχόντα	0,2	0,09	0,28	2,19	0,03
Μόρφωση Συντρόφου	-0,01	0,12	-0,01	-0,07	0,94
Εισόδημα Συμμετέχοντα	-0,11	0,13	-0,1	-0,85	0,4
Εισόδημα Συντρόφου	0,06	0,11	0,06	0,54	0,59
Διαμονή Συμμετέχοντα	0,76	0,46	0,27	1,65	0,10
Διαμονή Συντρόφου	-0,80	0,47	-0,27	-1,72	0,09
Διάρκεια χρήσης ΜΚΔ	0,15	0,09	0,18	1,62	0,11
Διάρκεια σχέσης	0,00	0,00	0,16	1,36	0,18
Ρουτίνα ΜΚΔ	-0,21	0,2	-0,17	-1,09	0,28
Συναισθ.δέσιμο ΜΚΔ	0,26	0,2	0,23	1,36	0,18
Κοινωνικότητα ΜΚΔ	0,32	0,19	0,22	1,69	0,1
Άγχος	0,36	0,13	0,33	2,88	0,01
Αποφυγή	0,12	0,17	0,08	0,71	0,48
Συναίνεση σχέσης	-0,05	0,05	-0,15	-1,14	0,26
Ικανοποίηση σχέσης	0,06	0,03	0,24	2,17	0,03
Συνοχή σχέσης	-0,01	0,05	-0,01	-0,10	0,92

Σημειώσεις,  $R^2 = 0,36$ , ( $ps=0,000$ )

Εφαρμόζοντας την ανάλυση της Πολλαπλής Παλινδρόμησης για τις γυναίκες τα αποτελέσματα δείχνουν κάποιες διαφοροποιήσεις. Οι ανεξάρτητες μεταβλητές προβλέπουν στο 37% τη συνολική μεταβλητότητα της εξαρτημένης μεταβλητής Ανησυχία απιστίας,  $F(19,127) = 5,53$ ,  $p = 0,00$ .

Η ανάλυση της Πολλαπλής Παλινδρόμησης δείχνει ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική θετική σχέση μεταξύ των ανεξάρτητων μεταβλητών του τόπου διαμονής των συμμετεχόντων, ( $\beta=0,22$ ,  $t=2,17$ ,  $p=0,03$ ), της κοινωνικότητας των συντρόφων στα μέσα δικτύωσης, ( $\beta=0,2$ ,  $t=2,35$ ,  $p=0,02$ ), του Άγχους ως ύψος σύναψης δεσμού των συμμετεχόντων, ( $\beta=0,31$ ,  $t=3,98$ ,  $p=0,000$ ), της αποφυγής ως ύψος σύναψης δεσμού των συμμετεχόντων, ( $\beta=0,17$ ,  $t=2,13$ ,  $p=0,04$ ), και της εξαρτημένης μεταβλητής της Ανησυχίας απιστίας.

Δεν είναι στατιστικά σημαντικά τα αποτελέσματα που αφορούν στις διαστάσεις της καθημερινής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από τον σύντροφο, το συναισθηματικό δέσιμο με τα μέσα δικτύωσης από τον σύντροφο, τη συναίνεση, την ικανοποίηση και συνοχή της σχέσης τους ( $p>0,05$ ).

**Πίνακας 7. Πολλαπλή Παλινδρόμηση Ανησυχίας Απιστίας για Γυναίκες**

Προβλεπτική μεταβλητή	B	SE B	$\beta$	T	P
Συνεχής	0,28	1,3		0,29	0,89
Φύλο Συντρόφου	-0,25	0,66	-0,03	-0,38	0,70
Ηλικία Συμμετέχοντα	-0,06	0,13	-0,05	-0,45	0,65
Ηλικία Συντρόφου	-0,00	0,13	-0,00	-0,03	0,98
Μόρφωση Συμμετεχόντα	0,10	0,07	0,12	1,53	0,13
Μόρφωση Συντρόφου	-0,06	0,06	-0,09	-1,09	0,28
Εισόδημα Συμμετέχοντα	-0,08	0,09	-0,08	-0,95	0,35
Εισόδημα Συντρόφου	0,03	0,08	0,03	0,32	0,75
Διαμονή Συμμετέχοντα	0,48	0,22	0,22	2,17	0,03
Διαμονή Συντρόφου	-0,34	0,23	-0,15	-1,47	0,14
Διάρκεια χρήσης ΜΚΔ	0,01	0,06	0,01	0,1	0,92
Διάρκεια σχέσης	0,00	0,00	-0,02	-0,18	0,86
Ρουτίνα ΜΚΔ	0,1	0,12	0,09	0,85	0,42
Συναισθ.δέσιμο ΜΚΔ	0,05	0,12	0,05	0,40	0,69
Κοινωνικότητα ΜΚΔ	0,27	0,12	0,2	2,35	0,02
Άγχος	0,30	0,08	0,31	3,98	0,00

Προβλεπτική μεταβλητή	B	SE B	$\beta$	T	P
Αποφυγή	0,24	0,11	0,17	2,13	0,04
Συναίνεση σχέσης	-0,03	0,03	-0,1	-1	0,32
Ικανοποίηση σχέσης	-0,01	0,03	-0,02	-0,28	0,78
Συνοχή σχέσης	-0,01	0,03	-0,03	-0,33	0,74

Σημειώσεις,  $R^2 = 0,37$ , ( $ps=0,000$ )

## 2.2. Ανάλυση Γραμμικής Συσχέτισης

Παρακάτω (Πίνακας 8) εμφανίζεται η τιμή του συντελεστή γραμμικής συσχέτισης  $r$  για κάθε ένα από τα ζεύγη των εμπλεκόμενων μεταβλητών. Συγκεκριμένα, διαπιστώνεται θετική γραμμική συσχέτιση, η οποία είναι στατιστικά σημαντική, μεταξύ της εξαρτημένης μεταβλητής Ανησυχία απιστίας (Y) και των ανεξάρτητων μεταβλητών που αφορούν στην κοινωνικότητα του συντρόφου στα μέσα δικτύωσης,  $r=(223)=0,40$ ,  $p=0,00$ , το άγχος ως ύφος σύναψης δεσμού,  $r=(223)=0,48$ ,  $p=0,00$ , και την αποφυγή ως ύφος σύναψης δεσμού,  $r=(223)=0,31$ ,  $p=0,00$ , ενώ αρνητική γραμμική συσχέτιση στατιστικά σημαντική βρέθηκε μεταξύ της εξαρτημένης μεταβλητής Ανησυχία Απιστίας και της ικανοποίησης από τη σχέση,  $r=(223)=-0,21$ ,  $p=0,00$ . Η κοινωνικότητα του συντρόφου στα μέσα δικτύωσης έχει θετική σχέση με το άγχος ως ύφος σύναψης δεσμού του συμμετέχοντα  $r=(223)=0,24$ ,  $p=0,00$  και αρνητική σχέση με την ικανοποίηση από τη σχέση  $r=(223)=-0,16$ ,  $p=0,01$ . Το άγχος ως ύφος σύναψης δεσμού σχετίζεται θετικά με την αποφυγή ως ύφος σύναψης δεσμού  $r=(223)=0,14$ ,  $p=0,04$  και έχει αρνητική σχέση με την ικανοποίηση από τη σχέση  $r=(223)=-0,21$ ,  $p=0,00$ . Τέλος, η αποφυγή ως ύφος δεσμού σχετίζεται αρνητικά με την ικανοποίηση από τη σχέση  $r=(223)=-0,3$ ,  $p=0,00$ .

**Πίνακας 8.** Ανάλυση Γραμμικής Συσχέτισης για τις Προβλεπτικές Μεταβλητές

Μεταβλητές	Κοινωνικότητα Συντρόφου	Άγχος	Αποφυγή	Ικανοποίηση	Ανησυχία Απιστίας
Κοινωνικότητα Συντρόφου	-				
Άγχος	0,24	-			
Αποφυγή	0,11	0,14*	-		
Ικανοποίηση	0,16*	0,21**	0,3**	-	
Ανησυχία Απιστίας	0,40**	0,48**	0,31**	0,21**	-

Σημείωση: \* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ , two-tailed

### 2.3. Έλεγχος t-test για δύο ανεξάρτητα δείγματα

Χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση t-test για δύο ανεξάρτητα δείγματα και συγκεκριμένα για γυναίκες ( $N=147$ ) και άνδρες ( $N=76$ ) ως προς την ανησυχία της απιστίας που έχουν για τους συντρόφους τους. Τα σκορ ήταν σημαντικά υψηλότερα για τους άνδρες ( $M = 2,95$ ,  $SD = 1,15$ ) παρά για τις γυναίκες ( $M = 2,5$ ,  $SD = 1,1$ ). Από τον έλεγχο του Levene έχουμε  $p = 0,31 > 0,05$ , άρα δεν μπορούμε να απορρίψουμε τη μηδενική υπόθεση ότι  $\sigma_1^2 = \sigma_2^2$ . Κατά συνέπεια ικανοποιείται η προϋπόθεση της ισότητας της διασποράς. Από τη χρήση των αποτελεσμάτων για ίσες διασπορές προκύπτει  $t(221) = 2,83$ ,  $p < 0,00$ ,  $d = 0,40$ . Επομένως, οι άνδρες παρουσιάζουν μεγαλύτερα ποσοστά ανησυχίας ότι η σύντροφός τους μπορεί να εμπλέκεται σε συμπεριφορές απιστίας.

**Πίνακας 9.** T-test Αποτελέσματα σύγκρισης Ανδρών και Γυναικών για Ανησυχία Απιστίας.

Μεταβλητές	N	Mean	SD	T	df	p
Άνδρες	76	2,95	1,15	2,83	221	0,00
Γυναίκες	147	2,50	1,1			

## Συζήτηση

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να καταδείξει εάν συγκεκριμένοι παράγοντες βρίσκονται πίσω από την ανησυχία που έχουν κάποιοι άνθρωποι, ότι οι σύντροφοί τους εμπλέκονται σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας. Συγκεκριμένα, θελήσαμε να δούμε αν η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης που θεωρούν οι συμμετέχοντες της έρευνας ότι κάνουν οι σύντροφοί τους, συμβάλλει στην ανησυχία της απιστίας τους. Επίσης, για την ανησυχία απιστίας σημαντικό ρόλο διαδραματίζει το ύφος σύναψης δεσμού που έχει το άτομο στην ενήλικη ζωή του, αν δηλαδή ο δεσμός άγχους ή αποφυγής είναι ικανός παράγοντας ώστε να προβλέψει την ανησυχία του. Στόχος επίσης ήταν να βρεθεί εάν η προσαρμοστικότητα, δηλαδή η κατάσταση της ερωτικής τους σχέσης στις διαστάσεις της ικανοποίησης, της συναίνεσης και της συνοχής δύναται να συμβάλλει σε αυτό το συναίσθημα. Τελική μας πρόθεση ήταν να δούμε την ύπαρξη σημαντικών διαφορών μεταξύ των ανδρών και των γυναικών ως προς την ανησυχία απιστίας.

Η πρώτη υπόθεση αφορούσε στο εάν η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από την πλευρά του συντρόφου, όπως την αντιλαμβάνεται ο συμμετέχων στην έρευνά μας είναι ικανός παράγοντας ώστε να συμβάλλει στην ανησυχία που έχει ο ίδιος ότι ο σύντροφός του απιστεί διαδικτυακά. Οι διαστάσεις που αναλύθηκαν αφορούσαν στην καθημερινή χρήση των μέσων δικτύωσης από τον σύντροφο, αν δηλαδή τα μέσα είναι μέρος της καθημερινής του ρουτίνας, στη συναισθηματική σύνδεσή του με τα μέσα, και τέλος στη χρήση των μέσων για να κοινωνικοποιείται με άλλα άτομα. Σχετικά με τις πρώτες διαστάσεις της καθημερινής χρήσης και της συναισθηματικής εμπλοκής με τα μέσα δικτύωσης, μέσα από την ανάλυση της πολλαπλής παλινδρόμησης, δε βρέθηκε κάποια στατιστικά σημαντική σχέση με την ανησυχία απιστίας. Τα αποτελέσματα ωστόσο κατέδειξαν σημαντικά στατιστική σχέση μεταξύ της διάστασης της κοινωνικότητας στα μέσα κοινωνική δικτύωσης και της ανησυχίας απιστίας. Το εύρημα αυτό βρέθηκε μόνο για τις γυναίκες, πράγμα που σημαίνει ότι οι γυναίκες της έρευνάς μας θεωρούσαν ότι η κοινωνικότητα που δείχνουν οι σύντροφοί τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι ένας σημαντικός παράγοντας, που τους δημιουργεί συναισθήματα ανησυχίας, ότι ίσως οι σύντροφοί τους εμπλέκονται σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας.

Έρευνες στο παρελθόν έχουν δείξει γενικότερα ότι η χρήση των μέσων δικτύωσης δεν έχει θετικά αποτελέσματα για τη σχέση (Hand, 2013). Συγκεκριμένα, γεννά στους συντρόφους συναισθήματα ζήλειας, αισθάνονται πιο ανασφαλείς, η εμπιστοσύνη μειώνεται και γενικότερα αγχώνονται όταν βρίσκονται κοντά στους συντρόφους, ενώ μπορεί να αισθάνονται και σωματική απομόνωση (Evasiuk, 2016). Επειδή οι διαδικτυακές πληροφορίες που βλέπουν τα άτομα είναι σε πολλές περιπτώσεις αμφίσημες, δημιουργούνται μεγάλες υποψίες. Σε συνάρτηση με τα δικά μας

ευρήματα έρευνες δείχνουν ότι οι παραμελημένοι σύντροφοι ανησυχούν όταν βλέπουν τους συντρόφους τους να κοινωνικοποιούνται σε μεγάλο βαθμό στο Facebook. Ως αποτέλεσμα, νιώθουν μοναξιά παρότι βρίσκονται στον ίδιο χώρο, ζηλεύουν, αισθάνονται παράνοια, γίνονται καχύποπτοι, και στην έσχατη περίπτωση μπορεί να προβούν σε επιθετικές ή ελεγκτικές συμπεριφορές επιτήρησης των συντρόφων τους, όπως για παράδειγμα το να ζητηθεί ο κωδικός που χρησιμοποιεί ο σύντροφος κατά τη σύνδεσή του σε κάποιο από τα μέσα δικτύωσης (Muisse και άλλοι, 2009; Muise και άλλοι 2014, Van Ouychet και συνεργάτες, 2016).

Επιπρόσθετα, σε μέσα δικτύωσης όπως είναι το Snapchat έχει βρεθεί ότι λόγω της πολύ ιδιωτικής φύσης του, επειδή τα μηνύματα διαγράφονται άμεσα και αυτόματα, δημιουργούνται ανησυχίες στα άλλα μέλη της ερωτικής σχέσης οι οποίες οδηγούν σε αρνητικά σχεσιακά αποτελέσματα (Utz και συνεργάτες, 2015). Η χρήση του διαδικτύου γενικά έχει αρνητικά αποτελέσματα στη σχέση μειώνοντας τη σχεσιακή ικανοποίηση από αυτή, ενώ προκαλεί αναστάτωση και υποψίες (Hand, 2013, McDaniel, B.T., & Coyne, S.M., 2014, Mould, 2019). Ωστόσο, η ανησυχία που θα βιώσουν και η ικανοποίηση από τη σχέση εξαρτάται πολύ από την αυτοεκτίμηση που έχουν, αλλά και από την εγγύτητα με τους συντρόφους τους (Farrugia, 2013 και Hand, 2013).

Η δεύτερη υπόθεσή μας ότι το ύφος σύναψης δεσμού στις ερωτικές σχέσεις θα είναι ένας μείζονος σημασίας προβλεπτικός παράγοντας για την ανησυχία απιστίας στο διαδίκτυο επιβεβαιώθηκε. Συγκεκριμένα, βρέθηκε ότι το ύφος σύναψης δεσμού που αφορά στο άγχος, προβλέπει την ανησυχία απιστίας τόσο για τους άνδρες, όσο και για τις γυναίκες. Ωστόσο, μόνο στην περίπτωση των γυναικών φαίνεται ότι και το ύφος δεσμού της αποφυγής προβλέπει την ανησυχία απιστίας, καθώς ήταν στατιστικά σημαντικό. Οι περισσότερες έρευνες που έχουν γίνει επιβεβαιώνουν ότι το «αγχώδες» ύφος σύναψης δεσμού είναι αυτό που σχετίζεται με την ανησυχία απιστίας εκτός διαδικτύου. Με βάση τον Alvarado (2020) αντίληψη περί συναισθηματικής απιστίας, αλλά ακόμη περισσότερο σεξουαλικής είχαν οι αγχώδεις. Επίσης, έχει βρεθεί ότι το ύφος δεσμού του άγχους παρά το ύφος δεσμού της αποφυγής εξηγεί το φόβο της απιστίας, κι αυτό συμβαίνει επειδή οι αγχώδεις θεωρούν ότι οι συμπεριφορές απιστίας οδηγούν στην κατάρρευση της ασφάλειας και της συνοχής της σχέσης (Steward, 2017), ενώ στις περισσότερες περιπτώσεις έχουν μεγάλη έλλειψη εμπιστοσύνης (Toplu-Demirtas και συν., 2020).

Το άγχος γενικότερα είναι ένας παράγοντας που προκαταλαμβάνει τα άτομα όσον αφορά την απιστία, συμπεριλαμβάνοντας χαρακτηριστικά όπως η ανησυχία, ο φόβος και η ψυχολογική διέγερση (Buss, 1990), ενώ μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα την επιθετική στάση απέναντι στους συντρόφους (Arnocky, 2015). Το εύρημά μας που αφορούσε στο χαρακτηριστικό της αποφυγής ως προβλεπτικό παράγοντα και συγκεκριμένα μόνο για τις γυναίκες που συμμετείχαν στην

έρευνα, ήταν μη αναμενόμενο. Σε ανάλυση γραμμικής συσχέτισης που έγινε στην έρευνά μας, βρήκαμε θετική σχέση μεταξύ της διάστασης του άγχους και της αποφυγής. Ίσως αυτός να ήταν και ο λόγος που οι γυναίκες της έρευνας παρουσίαζαν και τη διάσταση της αποφυγής ως προβλεπτικό παράγοντα αναφορικά με την ανησυχία απιστίας. Μάλιστα έρευνα που είχε γίνει για ομόφυλες γυναίκες κατέληξε στο ότι το ύψος σύναυσης δεσμού του άγχους και της αποφυγής δεν παρουσίαζαν διαφορές όσον αφορά την αντίληψη περί απιστίας συντρόφου (Bierma, 2017).

Επιπρόσθετα, υποθέσαμε ότι η προσαρμοστικότητα της σχέσης στις διαστάσεις της ικανοποίησης, της συναίνεσης και της συνοχής θα προβλέπει την ανησυχία. Συγκεκριμένα, η μικρότερη προσαρμοστικότητα της σχέσης θα προβλέπει μεγαλύτερη ανησυχία απιστίας. Ωστόσο, η έρευνά μας είχε ένα ανέλπιστο εύρημα. Στην περίπτωση των ανδρών, βρήκαμε ότι όταν είναι ικανοποιημένοι από τη σχέση τους, τότε θα ανησυχούν ότι οι σύντροφοί τους εμπλέκονται σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας. Υπάρχει μια παρόμοια έρευνα η οποία κατέδειξε ότι η υψηλή ικανοποίηση από τη σχέση, αλλά και η υψηλή δέσμευση σε αυτή, ιδιαίτερα από τον ανδρικό πληθυσμό, είχε ως συνέπεια αρνητικές εκτιμήσεις και στάσεις εκ μέρους των ανδρών για την απιστία. Η έρευνα βέβαια αυτή αφορούσε στην απιστία εκτός διαδικτύου (Silva και συν., 2017). Σαν εξήγηση για το δικό μας εύρημα μπορεί να θεωρηθεί ότι οι άνδρες οι οποίοι είναι ικανοποιημένοι από τη σχέση τους ανησυχούν περισσότερο λόγω του μεγάλου κόστους που θα επιφέρει η ενδεχόμενη διαδικτυακή απιστία η οποία ίσως οδηγήσει στη διάλυση της σχέσης.

Αρκετές είναι οι έρευνες που έχουν συνδέσει την ικανοποίηση από τη σχέση με το κατά πόσο τα ίδια τα άτομα εμπλέκονται σε συμπεριφορές απιστίας στο διαδίκτυο. Οι περισσότερες από αυτές σχετίζουν τη χαμηλή σχεσιακή ικανοποίηση και συνοχή με συμπεριφορές διαδικτυακού φλερτ, σεξ και αναζήτησης συντρόφων μέσω του διαδικτύου και γενικότερα άλλων ευχαριστήσεων που μπορεί να βρει κάποιος στο διαδίκτυο (Li και Zheng, 2017, Hertlein και Pierce, 2012). Τα άτομα αυτά καταναλώνουν χρόνο και ενέργεια στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αισθάνονται μοναξιά και σχεσιακή αμφιθυμία και επομένως καταφεύγουν στη διαδικτυακή απιστία (Valenzuela, 2014, McDaniel, Drouin και Cravens, 2017). Η διάσταση της συναίνεσης δε συνδέθηκε με τις διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας (Li και Zheng, 2017). Στην ανάλυση γραμμικής συσχέτισης που πραγματοποιήσαμε μεταξύ της διάστασης της ικανοποίησης και της ανησυχίας, είδαμε ότι πρόκειται για έννοιες οι οποίες παρουσιάζουν αρνητική σχέση μεταξύ τους, επιβεβαιώνοντας τις παραπάνω έρευνες. Στην ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης ωστόσο, όπως είπαμε, η ικανοποίηση από τη σχέση είναι ένας παράγοντας που προβλέπει θετικά την ανησυχία απιστίας.

Στη βιβλιογραφία υπάρχουν έρευνες οι οποίες υποστηρίζουν ότι η ικανοποίηση από τη σχέση μπορεί να οδηγήσει στη διαδικτυακή απιστία και το ίδιο συμβαίνει με τη διάσταση της

συνοχής. Αυτό σημαίνει ότι κάποιος μπορεί να καταφύγει σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας ανεξάρτητα από την κατάσταση της σχέσης του, καθώς το διαδίκτυο αποτελεί έναν χώρο, στον οποίο μπορούν να γίνουν πραγματικότητα κρυμμένες φαντασιώσεις και το άτομο μπορεί να αποκτήσει νέους ρόλους (Adams, 2017; Aviram και Amichai-Hamburger, 2005). Στην ίδια κατεύθυνση η ικανοποίηση από τη σχέση μπορεί να οδηγήσει σε εθισμό στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (Demircioğlu και Köse, 2018). Επομένως οι άνδρες συμμετέχοντες στην έρευνά μας οι οποίοι ήταν ικανοποιημένοι από τη σχέση τους ανησυχούν περισσότερο για το ενδεχόμενο της απιστίας, επειδή αρχικά φοβούνται μη χάσουν τα οφέλη της σχέσης αλλά και λόγω της ευκολίας που παρέχει το διαδίκτυο για εμπλοκή σε τέτοιου είδους συμπεριφορές.

Σχετικά με την υπόθεσή μας ότι θα παρουσιάζονται διαφορές φύλου και οι γυναίκες θα παρουσιάζουν μεγαλύτερη ανησυχία από τους άνδρες, δεν επιβεβαιώθηκε. Αντιθέτως, βρέθηκε ότι οι άνδρες είναι αυτοί που ανησυχούν περισσότερο για ενδεχόμενη εμπλοκή της συντρόφου τους σε συμπεριφορές διαδικτυακής απιστίας. Από έρευνες διαβάσαμε ότι οι άνδρες όταν είναι ικανοποιημένοι και αφοσιωμένοι στις σχέσεις τους, τότε έχουν πιο αρνητικές αντιλήψεις για την απιστία (Silva, 2017). Επίσης, οι άνδρες της έρευνας μας όταν ήταν ικανοποιημένοι από τις σχέσεις τους ανησυχούσαν περισσότερο, συνεπώς ίσως η ικανοποίηση να ήταν ο παράγοντας που διαδραμάτισε σημαντικό ρόλο σε αυτό το εύρημα λόγω φόβου απώλειας των θετικών στοιχείων που τους προσφέρει η σχέση.

Σημαντικό ρόλο παίζει και το ύφος σύναψης δεσμού, καθώς οι άνδρες βρήκαμε ότι είχαν το ύφος του άγχους παρά της αποφυγής, ενώ οι γυναίκες είχαν το ύφος του άγχους αλλά και της αποφυγής σαν προβλεπτικό παράγοντα της ανησυχίας τους. Επιπλέον, διαφέρουν στο ότι οι γυναίκες δυσφορούν περισσότερο με τη συναισθηματική απιστία, ενώ οι άνδρες με τη σεξουαλική (Donovan και Emmers-Sommer, 2012.). Γενικότερα, οι έρευνες υποδηλώνουν ότι οι γυναίκες δείχνουν μεγαλύτερη ζήλεια σε σχέση με τους άνδρες και εμπλέκονται σε συμπεριφορές επιτήρησης της διαδικτυακής συμπεριφοράς των συντρόφων τους ή συγκρούονται με αυτούς (Iqbal, 2019; McDaniel, B.T., & Coyne, S.M., 2014), ενώ οι άνδρες δείχνουν μεγαλύτερη εμπιστοσύνη στις γυναίκες τους (Iqbal, 2019). Για να καταλήξουμε ωστόσο σε ασφαλή συμπεράσματα στην έρευνά μας πρέπει να ληφθούν υπόψη τόσο το ύφος σύναψης δεσμού που έχουν, η κατάσταση της σχέσης στην οποία βρίσκονται, καθώς και το είδος της χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

Γενικότερα, επειδή δεν υπάρχουν πολλές έρευνες που να συνδέουν το ύφος σύναψης δεσμού ή την ποιότητα της σχέσης με την αντίληψη ή ανησυχία για διαδικτυακή απιστία, θεωρούμε ότι η έρευνά μας με τα αποτελέσματα που παρέχει, δίνει στους οικογενειακούς θεραπευτές αλλά και στους συμβούλους γάμου μια εικόνα για την αλληλεπίδραση σημαντικών παραγόντων που πρέπει να λάβουν υπόψη, όταν έρχονται αντιμέτωποι με θέματα γύρω από την απιστία.



## Περιορισμοί

Για την υλοποίηση της έρευνάς μας το ερωτηματολόγιο δημιουργήθηκε ηλεκτρονικά με τη μορφή Google Forms και κοινοποιήθηκε τόσο στους διαδικτυακούς φίλους της ερευνήτριας, όσο και σε ομάδες Πανεπιστημιακών Ιδρυμάτων μέσω της ιστοσελίδας του Facebook. Αυτό είχε ως αποτέλεσμα τη μη ύπαρξης άμεσης επαφής μεταξύ της ερευνήτριας και του συμμετέχοντα εθελοντή για την άμεση επίλυση τυχόν αποριών, αν και αναγραφόταν στο ερωτηματολόγιο το email επικοινωνίας της ερευνήτριας και του επόπτη καθηγητή. Επίσης, επειδή η έρευνα κοινοποιήθηκε στο Facebook, είδαμε ότι οι συμμετέχοντες της έρευνάς μας χρησιμοποιούσαν το συγκεκριμένο μέσο σε μεγαλύτερη συχνότητα από τα άλλα μέσα, με αποτέλεσμα να αναδειχθεί ως το πιο δημοφιλές μέσο τόσο για τους συμμετέχοντες, όσο και για τους συντρόφους τους.

Κάτι άλλο για το οποίο δεν μπορούμε να είμαστε σίγουροι είναι η αντιπροσωπευτικότητα του δείγματος, εφόσον κοινοποιήθηκε σε φίλους της ερευνήτριας με τους οποίους ενδεχομένως να μοιράζεται κοινά χαρακτηριστικά και ιδιότητες, καθώς και σε άτομα που φοιτούν στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, ενώ οι περισσότεροι συμμετέχοντες ήταν ηλικίας 18 με 35 ετών. Επιπλέον, οι ερωτώμενοι είχαν όσο χρόνο ήθελαν προκειμένου να απκριθούν στις ερωτήσεις της έρευνας και ενδεχομένως κατά τη διάρκεια συμπλήρωσης των ερωτήσεων να είχαν σε κοντινή απόσταση και τον/τη σύντροφό τους. Έτσι, δεν υπήρχε η δυνατότητα ελέγχου τόσο του χρόνου απόκρισης, όσο και του περιβάλλοντός τους. Αυτό ενδεχομένως να είχε αντίκτυπο στην ειλικρίνεια και τον αυθορμητισμό των απαντήσεών τους. Άλλος σημαντικός περιορισμός είναι ότι εφόσον οι ερωτήσεις έγιναν μόνο στον ένα σύντροφο, δεν μπορούμε να γνωρίζουμε εάν ισχύουν πολλές από τις απόψεις τους για τον σύντροφο, καθώς δεν ερευνήσαμε την άλλη πλευρά για επιβεβαίωση ή διάψευση των σκέψεων περί απιστίας του συντρόφου, κάτι το οποίο θα προτείνουμε για μελλοντική έρευνα.

Επιπροσθέτως, όσον αφορά τα ερωτηματολόγια της έρευνας και συγκεκριμένα στο ερωτηματολόγιο που προσαρμόσαμε ώστε να μετράει την Ανησυχία ότι οι σύντροφοι εμπλέκονται σε διαδικτυακές συμπεριφορές απιστίας (Social Media Infidelity-Related Behaviors - SMIRB) είχαμε μόνο 7 ερωτήματα, τα οποία αφορούσαν γενικά στην απιστία του διαδικτύου, χωρίς να διευκρινίζεται εάν πρόκειται για σεξουαλική διαδικτυακή απιστία ή συναισθηματική διαδικτυακή απιστία. Στην ίδια κατεύθυνση μετατροπές έγιναν για πρώτη φορά και στο ερωτηματολόγιο Facebook Intensity Scale – FBI, το οποίο προσαρμόστηκε σε ερωτήσεις που αφορούσαν στη χρήση που κάνει ο σύντροφος γενικά στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και όχι μόνο στο Facebook.

Κάτι επίσης σημαντικό είναι ότι πολλές από τις πηγές στις οποίες βασιστήκαμε προήλθαν από έρευνες που πραγματοποιήθηκαν σε Αμερική, Ευρώπη, αλλά και Ασία, με αποτέλεσμα η διαφορά κουλτούρας να επηρεάζει τα εκάστοτε ευρήματα. Τέλος, πολλές από τις έρευνες αφορούσαν στην απιστία που συμβαίνει ή πρόκειται να συμβεί εκτός διαδικτύου, ενώ τα δικά μας ευρήματα προσανατολίστηκαν σε συμπεριφορές απιστίας στα πλαίσια της διαδικτυακής αλληλεπίδρασης των συντρόφων των συμμετεχόντων της έρευνας. Σε μερικές περιπτώσεις ίσως να συναντήσαμε κενό σε επίπεδο βιβλιογραφίας.

### **Μελλοντική έρευνα**

Μελλοντική έρευνα θα μπορούσε να αναπαράγει τις υποθέσεις μας σε ελληνικό πληθυσμό, προσθέτοντας περισσότερες συμπεριφορές που υποδηλώνουν διαδικτυακή απιστία και κάνοντας διαχωρισμό μεταξύ σεξουαλικών και συναισθηματικών συμπεριφορών διαδικτυακής απιστίας. Μια καλή ιδέα θα ήταν να δοθούν ερωτηματολόγια και στους δύο συντρόφους, ώστε να έχουμε μια πολύ καλύτερη κατανόηση της υπόστασης των ανησυχιών περί απιστίας και αν αυτές οι υποθέσεις επιβεβαιώνονται. Μια επίσης σημαντική πρόταση για μελλοντική έρευνα προκειμένου να προστεθούν περισσότερες πληροφορίες αναφορικά με την ανησυχία της απιστίας και τους παράγοντες που την προβλέπουν, θα ήταν η συνδυαστική πραγματοποίηση ποιοτικής έρευνας. Μέσα από τις προσωπικές συνεντεύξεις των συμμετεχόντων θα δοθεί περισσότερο φως στις απόψεις και τις σκέψεις τους αναφορικά με τα αίτια που συμβάλλουν στην ανησυχία τους, αλλά και γενικότερα περισσότερες πληροφορίες γύρω από τη συμπεριφορά τους σε θέματα διαδικτυακής απιστίας.

Γενικότερα, θα ήταν καλό να γίνουν περισσότερες έρευνες γύρω από τα θέματα της διαδικτυακής απιστίας είτε από την πλευρά του ατόμου που απιστεί ή θέλει να απιστήσει, είτε από την πλευρά του ατόμου που ανησυχεί για τη συμπεριφορά του συντρόφου του, προκειμένου να δοθούν περισσότερες εξηγήσεις για χαρακτηριστικά, αίτια και αποτελέσματα. Μια πρόταση θα ήταν να διερευνηθεί ο ρόλος της αυτοεκτίμησης στην ανησυχία περί απιστίας, αλλά και στην κατασκόπεια στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Επίσης, δύναται να διερευνηθούν βασικά συναισθήματα όπως το άγχος, ο θυμός και η λύπη ως απόκριση στην αναμενόμενη διαδικτυακή απιστία του συντρόφου και το πώς συνδέονται με τη βία που μπορεί να ασκήσει κάποιος στο σύντροφό του.

## Βιβλιογραφία

- Abbasi, I., S. (2017). When Flirting Turns Into Infidelity: The Facebook Dilemma. *Article in American Journal of Family Therapy* ·
- Abbasi, I., S & Alghamdi, N., G. (2017). The Pursuit of Romantic Alternatives Online: Social Media Friends as Potential Alternatives, *Journal of Sex & Marital Therapy*, DOI: 10.1080/0092623X.2017.1308450
- Abughazaleh, T. (2019). Social Media Networks' Impact on Relational Aggression and Infidelity in Committed Relationships. *A Dissertation Submitted to the Faculty of The Chicago School of Professional Psychology In Partial Fulfillment of the Requirements For the Degree of Doctor of Clinical Psychology*
- Adams, A., N., (2017). Social Networking Sites and Online Infidelity. *Walden University Scholar Works*.
- Akin, A., Akin, U. (2015). The Mediating Role of Social Safeness on the Relationship between Facebook® Use and Life Satisfaction. *Psychological Counseling Department, Sakarya University*. Volume: 117 issue: 2, page(s): 341-353. <https://doi.org/10.2466/18.07.PR0.117c20z9>
- Alhabash, S. Ma, M. (2017). A Tale of Four Platforms: Motivations and Uses of Facebook, Twitter, Instagram, and Snapchat Among College Students? *Social Media + Society January-March 2017: 1–13* DOI:10.1177/2056305117691544
- Allen E., Baucom, D. (2006) Dating, marital, and hypothetical extradyadic involvements: How do they compare?, *The Journal of Sex Research*, 43:4, 307-317, DOI: 10.1080/00224490609552330
- Alvarado, H. A. (2020) Attachment and Perceived Infidelity of Military Spouses During Active-Duty Members' Deployment. *Walden Univerisy, Scholar Works*.
- Arnocky, S., Sunderani, S., Gomes, W., & Vaillancourt, T. (2015). Anticipated partner infidelity and men's intimate partner violence: The mediating role of anxiety. *Evolutionary Behavioral Sciences*, 9(3), 186–196. <https://doi.org/10.1037/ebs0000021>

- Aviram, I., Amichai-Hamburger, Y., (2005). Online Infidelity: Aspects of Dyadic Satisfaction, Self-Disclosure, and Narcissism, *Journal of Computer-Mediated Communication*, Volume 10, Issue 3, 1 April 2005. JCMC1037, <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2005.tb00249.x>
- Basharpoor, S., Sheykholeslami, A., (2015). The Relation of Marital Adjustment and Family Functions With Quality of Life in Women. *Eur J Psychol.* 2015 Aug; 11(3): 432–441. Published online 2015 Aug 20. doi: 10.5964/ejop.v11i3.859
- Barbaro, N., Pham, M. N., Shackelford, T. K., & Zeigler-Hill, V. (2016). Insecure romantic attachment dimensions and frequency of mate retention behaviors. *Personal Relationships*, 23, 605-618
- Barlow, D. H. (2002). Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic (2nded.). *New York, NY: Guilford Press.*
- Bartholomew, K., & Shaver, P.R. (1998). Methods of assessing adult attachment: Do they converge? In J.A. Simpson & W.S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 25-45). New York: Guilford Press.
- Beltrán-Morillas, A. M., Valor-Segura I., & Expósito F., (2019). Unforgiveness Motivations in Romantic Relationships Experiencing Infidelity: Negative Affect and Anxious Attachment to the Partner as Predictors. *Frontiers in Psychology*. doi: [10.3389/fpsyg.2019.00434](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00434)
- Ben-Ze'ev, A. (2004). Love online: Emotions on the internet. Cambridge, England: *Cambridge University Press*
- Bhagal, M.S., Howman, J.M. (2019). Mate Value Discrepancy and Attachment Anxiety Predict the Perpetration of Digital Dating Abuse. *Evolutionary Psychological Science* 5, 113–120. <https://doi.org/10.1007/s40806-018-0172-6>
- Bierma, Shannon R., (2017). "Effects of attachment and self-esteem on perceptions of infidelity in gay men.. " *Master's Thesis, University of Tennessee.* [https://trace.tennessee.edu/utk\\_gradthes/4858](https://trace.tennessee.edu/utk_gradthes/4858)
- Błachnio, A., Przepiorka, A., Pantic I. (2016). Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study. *Computers in Human Behavior journal*
- Brandtzæg, P., & Heim, J. (2009). Why people use social networking sites. In A. A. Ozok, & P. Zaphiris (Eds.), *Online communities and social computing* (Vol. 5621, pp. 143-152). *Springer Berlin Heidelberg*

- Brennan, K.A., Clark, C.L., & Shaver, P.R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J.A. Simpson & W.S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 25-45). New York: Guilford Press
- Britt, S., Grable J., E., Nelson Goff B., S., White., M. (2008). The Influence of Perceived Spending Behaviors on Relationship Satisfaction. *Association for Financial Counseling and Planning Education®*. Financial Counseling and Planning Volume 19, Issue 1 2008
- Busby, D. M., Christensen C., Crane D. R., Larson J. H. (1995). A revision of the Dyadic Adjustment Scale for use with distressed and nondistressed couples: Construct hierarchy and multidimensional scales. *Journal of Marital and Family Therapy*, 21(3), 289–308.
- Buss, D. M. (1990). The evolution of anxiety and social exclusion. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 196–201. doi:10.1521/jscp.1990.9.2.196
- Buss, D. M., & Shackelford, T. K., & McKibbin, W. F. (2008). The Mate Retention Inventory—Short Form (MRI-SF). *Personality and Individual Differences*, 44, 322-334.
- Caleb, T., C. & Rebecca A, H (2015). Social Media: Defining, Developing, and Divining, *Atlantic Journal of Communication*, 23:1, 46-65, DOI: 10.1080/15456870.2015.972282
- Carr, C. T., & Hayes, R. A. (2015). Social media: Defining, developing, and divining. *Atlantic Journal of Communication*, 23(1). doi: 10.1080/15456870.2015.972282
- Clayton, R., B., Nagurney, A., Smith J., R., (2013). Cheating, Breakup, and Divorce: Is Facebook Use to Blame? *Cyberpsychology, Behavior, and Social networking volume 16, Number 10, 2013* <sup>a</sup> Mary Ann Liebert, Inc. DOI: 10.1089/cyber.2012.0424
- Clayton, R., B. (2014). "The Third Wheel: The Impact of Twitter Use on Relationship Infidelity and Divorce," *Cyberpsychology, Behav. Soc. Netw.*, vol. 17, no. 7, pp. 425–430.
- Cooper, M. L., Shaver P. R., Collins N., L., (1998). Attachment styles, emotional regulation, and adjustment in adolescence. *American Psychological Association*.
- Correa, T., Hinsley, A. W., & de Zúñiga, H. G. (2010). Who interacts on the Web?: The intersection of users' personality and social media use. *Computers in Human Behavior*, 26(2), 247-253.

- Cravens, J., D., Whiting, J., B., (2014). Clinical implications of internet infidelity: Where Facebook fits in. *The American Journal of Family Therapy*, 1-15, DOI: 10.1080/81926187.2013.874211
- Creasey, G., & Ladd, A. (2004). Negative mood regulation expectancies and conflict behaviors in late adolescent college student romantic relationships: The moderating role of generalized attachment representations, *Journal of Research on Adolescence*, 14(2), 235–255.
- Crystal, D., O & Andrea, A., D, & Alexander, J., N. (2017). Predicting perceived infidelity from gender and interpersonal traits, *Sexual and Relationship Therapy*, 32:1, 89-101, DOI: 10.1080/14681994.2016.1196290
- DiOrio, C. (2010). Facebook becoming a new weapon in divorce battles. *Hudson Valley B*
- Demircioğlu, Z., I. & Köse, A., G., (2018). Effects of attachment styles, dark triad, rejection sensitivity, and relationship satisfaction on social media addiction: A mediated model. *Springer Science+Business Media, LLC, part of Springer Nature*
- Donovan, S., & Emmers-Sommer, T., M. (2012) Attachment Style and Gender as Predictors of Communicative Responses to Infidelity, *Marriage & Family Review*, 48:2,125-149, DOI: 10.1080/01494929.2011.626670
- Dogan U. (2016). Effects of Social Network Use on Happiness, Psychological Well-Being and Life Satisfaction of High School Students: Case of Facebook and Twitter. *Education and Science*, Vol 41 (2016) No 183 217-231.
- Drouin, M., Miller, D.A., Dibble, J. L. (2015). Facebook or Memory: Which is the real threat to your relationship? *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18 (10), pp. 561-566, 10.1089/cyber.2015.0259
- Duggan, M. (2015b). Mobile messaging and social media 2015: The demographic of social media users. *Pew Research Center*. Retrieved from <http://www.pewinternet.org/2015/08/19/mobilemessaging-and-social-media-2015/>
- Dunn, M. J., Billett G. (2018). Jealousy Levels in Response to Infidelity-Revealing Facebook Messages Depend on Sex, Type of Message and Message Composer: Support for the Evolutionary Psychological Perspective. *Evolutionary Psychological Science* 4:17–23 DOI 10.1007/s40806-017-0110-z

Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook "friends:" Social capital and college students use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12, 1143-1168

Ellison, N. B., & Boyd, d. (2013). Sociality through social network sites. In W. H. Dutton (Ed.), *The Oxford handbook of Internet studies* (pp. 151–172). Oxford, UK: Oxford University Press

Evasiuk, A. (2016). The impact of Facebook use on romantic relationships offline. *Downloaded from OPUS, University of Lethbridge Research Repository*

Farrugia, R., C. (2013). "Facebook and Relationships: A Study of How Social Media Use is Affecting Long-Term Relationships," *ProQuest Dissertations Publishing*.

Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A., & Thomas, G. (2000). The measurement of perceived relationship quality components: A confirmatory factor analytic approach. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 340-354. doi: 10.1177/0146167200265007

Gillath, O., Karantzas, G. C., & Fraley R. C. (2016). *Adult Attachment: A Concise Introduction to Theory and Research*. Elsevier

Gull, H., Iqbal, S. Z., Al\_Qahtani, S. H., Alassaf , R. A., Kamaleldin, M. M. (2019). Impact of Social Media Usage on Married Couple Behavior a Pilot Study in Middle East. *International Journal of Applied Engineering Research* ISSN 0973-4562 Volume 14, Number 6 (2019) pp. 1368-1378. © Research India Publications. <http://www.ripublication.com>

Hazan, C. Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52 (3), pp. 511-524, 10.1037/0022-3514.52.3.511

Hand, M., Thomas, D., Buboltz, W., C. Deemer, E., D., Buyanjargal, M. (2013). Facebook and Romantic Relationships: Intimacy and Couple Satisfaction Associated with Online Social Network Use. *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking* Volume 16, Number 1, 2013 <sup>a</sup> Mary Ann Liebert, Inc. doi: 10.1089/cyber.2012.0038

Helsper, E.J., Whitty, M.T. (2010). Netiquette within married couples: Agreement about acceptable online behavior and surveillance between partners *Computers in Human Behavior*, 26 (5), pp. 916-926, DOI:10.1016/j.chb.2010.02.006

- Henline, B. H., & Lamke, L. K. (2003). The experience of sexual and emotional online infidelity. Poster presented at the 65th annual conference of the National Council on Family Relations, Vancouver, British Columbia, Canada
- Henline, B. H., Lamke, L. K., & Howard, M. D. (2007). Exploring perceptions of online infidelity. *Personal Relationships*, 14(1), 113-128.
- Hertlein, K. M., Wetchler, J. L., Piercy, F. P. (2005) Infidelity: An Overview. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 4:2-3, 5-16, DOI: 10.1300/J398v04n02\_02
- Hertlein, K. M., Piercy, F. P. (2006). Internet Infidelity: A Critical Review of the Literature. *Urban Education* 14(4):125-152. doi:10.1177/0042085916648741
- Hertlein, K. M., & Piercy, F. P. (2012). Essential elements of Internet infidelity treatment. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38(s1), 257-270.
- Howard, P. N., & Parks, M. R. (2012). Social media and political change: Capacity, constraint, and consequence. *Journal of Communication*, 62, 359–362. doi:10.1111/j.1460-2466.2012.01626.x
- Iqbal, F., Jami, H. (2019). Effect of Facebook Use Intensity Upon Marital Satisfaction Among Pakistani Married Facebook Users: A Model Testing. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 2019, Vol. 34, No. 1, 191-213. <https://doi.org/10.33824/PJPR.2019.34.1.11>
- Irum Saeed Abbasi & Nawal G. Alghamdi (2017): The Pursuit of Romantic Alternatives Online: Social Media Friends as Potential Alternatives, *Journal of Sex & Marital Therapy*, DOI: 10.1080/0092623X.2017.1308450
- Isanejad, O., Bagheri, A. (2018). Marital Quality, Loneliness, and Internet Infidelity. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* VOL. 21, NO. 9 | Original Articles. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0602>
- Isanezhad, O., Ahmadi S., Bahrami F., Baghban-Cichani, I., Farajzadegan Z., Etemadi O. (2012). Factor Structure and Reliability of the Revised Dyadic Adjustment Scale (RDAS) in Iranian Population. *Iran J Psychiatry Behav Sci. 2012 Autumn-Winter*; 6(2): 55–61.
- Johnson, S. M. (2005) Broken Bonds, *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 4:2-3, 17-29, DOI: 10.1300/J398v04n02\_03



- Kachadourian, L. K., Smith, B. N., Taft, C. T., & Vogt, D. (2015). The impact of infidelity on combat-exposed service members. *Journal of Traumatic Stress*, 28(5), 418-425. doi:10.1002/jts.22033
- Lee, H. R., Lee, H. E., Choi, J., Kim, H., & Han, H. L. (2014). Social media use, body image, and psychological well-being: A cross-cultural comparison of Korea and the United States. *Journal of Health Communication*, 19(12), 1343-1358. doi:10.1080/10810730.2014.904022
- Li, D., Zheng, L., (2017). Relationship quality predicts online sexual activities among Chinese heterosexual men and women in committed relationships. *Computers in Human Behavior*, Volume 70, 2017, Pages 244-250, ISSN 0747-5632, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.12.075>.
- Lin J., (2016). Need for relatedness: a self-determination approach to examining attachment styles, Facebook use, and psychological well-being. *Asian Journal of Communication*, 2016 vol. 26, no. 2, 153–173 <http://dx.doi.org/10.1080/01292986.2015.1126749>
- Mahan Iii, J. E., Seo, W. J., Jordan, J. S., & Funk, D. (2014). Exploring the impact of social networking sites on running involvement, running behavior, and social life satisfaction. *Sport Management*
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2014). "Technoference": The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*. doi: 10.1037/ppm0000065 +
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2014). "Technoference": The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*. doi: 10.1037/ppm0000065 +
- McDaniel, B.T., Drouin, M. & Cravens, J.D, (2017). Do You Have Anything to Hide? Infidelity-Related Behaviors on Social Media Sites and Marital Satisfaction. *Comput Human Behav.* 2017 Jan; 66: 88–95.
- Moller, N.P. & Vossler, A. (2014). Defining infidelity in research and couple counseling: a qualitative study. *Journal of Sex and Marital Therapy*. DOI:10.1080/0092623X.2014.931314

- Morey N. J., (2013). Young adults' use of communication technology within their romantic relationships and associations with attachment style. *Computers in Human Behavior*.
- Mould, C. (2019). A Thematic Analysis exploring the Impact of Social Media Use on Romantic Relationships. *Manchester Metropolitan University*
- Muise, A., Christofides E., Desmarais S., (2009). More Information than You Ever Wanted: Does Facebook Bring Out the Green-Eyed Monster of Jealousy? *Cyberpsychology & Behavior* Volume 12, Number 4, 2009 <sup>a</sup> Mary Ann Liebert, Inc. DOI:10.1089=cpb.2008.0263.
- Muise, A., Christofides, E., & Desmarais, S. (2014). “Creeping” or just information seeking? Gender differences in partner monitoring in response to jealousy on Facebook. *Personal Relationships*, 21(1), 35-50.
- Nelson, O., Salawu A., (2017). Can my Wife be Virtual-Adulterous? An Experiential Study on Facebook, Emotional Infidelity and Self-Disclosure. *Journal of International Women's Studies*.
- Obar, J.A. and Wildman, S. (2015). Social Media definition and the governance challenge: An introduction to the special issue. *Telecommunication policy*, 39 (9), 745-750.
- Oberle, C. D., Andrea, A. D., & Nagurney, A. J., (2017). Predicting perceived infidelity from gender and interpersonal traits, *Sexual and Relationship Therapy*, 32:1, 89-101, DOI: 10.1080/14681994.2016.1196290
- Oh, H. J., Ozkaya, E., & LaRose, R. (2014). How does online social networking enhance life satisfaction? The relationships among online supportive interaction, affect, perceived social support, sense of community, and life satisfaction. *Computers in Human Behavior*, 30, 69-78.
- Pereira, M., G., Taysi, E., Orcan, F., Fincham, F. (2014). Attachment, Infidelity, and Loneliness in College Students Involved in a Romantic Relationship: The Role of Relationship Satisfaction, Morbidity, and Prayer for Partner. *Contemp Fam Ther* 36:333–350. DOI 10.1007/s10591-013-9289-8
- Rae, J. R., & Lonborg, S. D. (2015). Do motivations for using Facebook moderate the association between Facebook use and psychological well-being? *Frontiers in Psychology*, 6, 771.

Reed, L., A., & Tolman, M., R., Safyer, P. (2015) Too close for comfort: Attachment insecurity and electronic intrusion in college students' dating relationships. *Computers in Human Behavior, Volume 50*, Pages 431-438, ISSN 0747-5632, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.03.050>.

Russell, V.,M., Baker, L., R., & McNulty, J.,K. (2013). Attachment insecurity and infidelity in marriage: Do studies of dating relationships really inform us about marriage? *Journal of Family Psychology*. 2013; 27(2):242–251. [PubMed: 23544923]

Seidman, G. (2013). Self-presentation and belonging on Facebook: How personality influences social media use and motivations. *Psychology Department, Albright College, 13th and Bern Streets, Reading, PA 19612, United States*

Silva, A., Saraiva, M., Albuquerque, P., B., Arantes, J. (2017). Relationship quality influences attitudes toward and perceptions of infidelity *University of Minho, Personal Relationships. Printed in the United States of America. Journal of the International Association for relationship research.*

Simpson, J.A & W. S. Rholes (1998). Attachment theory and close relationships (pp. 25-45). *New York: Guilford Press, 1998.*

Scott, R. L., & Cordova J. V. (2002). The influence of adult attachment styles on the association between marital adjustment and depressive symptoms. *American Psychological Association*

Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38, 15–28.

Spraggins, A. (2009). Problematic use of online social networking sites for college students: Prevalence, predictors, and association with well-being (Unpublished doctoral thesis). *University of Florida, USA.*

Stec, C. (2015). Social media definitions: The ultimate glossary of terms you should know. Hubspot. Retrieved from <http://blog.hubspot.com/blog/tabid/6307/bid/6126/The-UltimateGlossary-120-Social-Media-Marketing-Terms-Explained.asp>

Stewart, Christian M. (2017). "Attitudes, Attachment Styles, and Gender: Implications on Perceptions of Infidelity". *UNLV Theses, Dissertations, Professional Papers, and Capstones*. 3172. <https://digitalscholarship.unlv.edu/thesesdissertations/3172>

- Toplu-Demirtaş E, Akcabozan-Kayabol NB, Araci-Iyiyaydin A, Fincham FD. Unraveling the Roles of Distrust, Suspicion of Infidelity, and Jealousy in Cyber Dating Abuse Perpetration: An Attachment Theory Perspective. *Journal of Interpersonal Violence*. June 2020. doi:10.1177/0886260520927505
- Underwood, H., & Findlay, B. (2004). Internet relationships and their impact on primary relationships. *Behavior change; journal of the Australian behavior modification association*, 21(2). Retrieved from <http://trove.nla.gov.au/version/43802324>.
- Utz, S., Muscanell, N. and Khalid, C. (2015) ‘Snapchat elicits more jealousy than Facebook: A comparison of Snapchat and Facebook use.’ *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(3) pp.141-146.
- Valenzuela, S., Halpern, D., & Katz, J. E. (2014). Social network sites, marriage well-being and divorce: Survey and state-level evidence from the United States. *Computers in Human Behavior*, 36, 94–101. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.03.034>.
- Van Ouytsel, J., Van Gool, E., Walrave, M., Ponnet, K. and Peeters, E. (2016) ‘Exploring the role of social networking sites within adolescent romantic relationships and dating experiences.’ *Computers in Human Behavior*, 55, February, pp.76-86.
- Vossler, Andreas (2016). Internet Infidelity 10 Years On: A Critical Review of the Literature. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 24(4) pp. 359–366.
- Ward, P. J., Lundberg, N. R., Zabriskie, R. B., & Kristen B. (2009) Measuring Marital Satisfaction: A Comparison of the Revised Dyadic Adjustment Scale and the Satisfaction with Married Life Scale, *Marriage & Family Review*, 45:4, 412-429, DOI: 10.1080/01494920902828219
- Waterloo, S. F., Baumgartner, S. E., Peter, J., & Valkenburg, P. M. (2017). Norms of online expressions of emotion: Comparing Facebook, Twitter, Instagram, and WhatsApp. *New Media & Society*, 1-18.
- Whisman, M. A., Gordon, K. C., & Chatav, Y. (2007). Predicting sexual infidelity in a population-based sample of married individuals. *Journal of Family Psychology*, 21(2), 320
- Whitty, M. T., & Quigley, L. L. (2008). Emotional and sexual infidelity offline and in cyberspace. *Journal of Marital and Family Therapy*, 34(4), 461-468.

Yoon, S., Kleinman, M., Mertz, J., Brannick, B. (2019). Is social network site usage related to depression? A meta-analysis of Facebook-depression relations. *J Affect Disord.* 2019 Apr 1;248:65-72. doi: 10.1016/j.jad.2019.01.026. Epub 2019 Jan 27.

Σταλίκας, Α. (2011). Μέθοδοι Έρευνας στην Κλινική Ψυχολογία. *Αθήνα: Εκδόσεις Τόπος*

## Παράρτημα

Το ερωτηματολόγιο αυτό αποτελεί μέρος έρευνας που πραγματοποιείται με την εποπτεία και έγκριση του ΠΜΣ «Ταυτότητες και Διαπροσωπικές Σχέσεις» του Τμήματος Ψυχολογίας του Παντείου Πανεπιστημίου.

Η έρευνα αφορά σε άτομα που έχουν τώρα μια στενή (ερωτική) σχέση. Επίσης για τη συμμετοχή σας στην έρευνα είναι απαραίτητο εσείς και ο/η σύντροφός σας να διαθέτετε και να κάνετε χρήση των μεσών κοινωνικής δικτύωσης. Σκοπός μας είναι να δούμε την επίδραση που έχουν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης στη σχέση.

Η συμμετοχή σας στην έρευνα είναι εθελοντική και ανώνυμη. Τα δεδομένα που θα προκύψουν προστατεύονται σύμφωνα με τους κανόνες περί προστασίας προσωπικών δεδομένων και θα χρησιμοποιηθούν αποκλειστικά από τους ερευνητές για επιστημονικούς σκοπούς.

Εάν έχετε απορίες για το πώς να απαντήσετε συγκεκριμένες ερωτήσεις επικοινωνήστε με τον υπεύθυνο της έρευνας του οποίου τα στοιχεία αναφέρονται παρακάτω.

Οφέλη από μίαν έρευνα σαν και αυτήν προκύπτουν μόνον όταν οι απαντήσεις είναι ειλικρινείς. Γι' αυτό σας ζητάμε να απαντάτε χωρίς ενδοιασμούς, δείχνοντας με κάθε απάντηση, τι εσείς προσωπικά πραγματικά κάνετε, πιστεύετε ή νιώθετε.

Υπεύθυνη Έρευνας: Κυριακή Αμανατίδη, Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια Ψυχολογίας (kyriaki9494@gmail.com)

Επόπτης Καθηγητής: Παναγιώτης Κορδούτης, Καθηγητής, Τμήμα Ψυχολογίας (kordouti@panteion.gr).

Συνεχίζοντας στην επόμενη σελίδα, συναινείτε να συμμετάσχετε στην έρευνά μας γνωρίζοντας τους όρους της εθελούσιας συμμετοχής, της ανωνυμίας και προστασίας των δεδομένων σας. Εάν κατά τη διάρκεια της διαδικασίας θελήσετε για οποιοδήποτε λόγο να διακόψετε, είστε ελεύθερος/η να το πράξετε. Ευχαριστούμε για την πολύτιμη συμμετοχή σας!

Υπεύθυνη Έρευνας: Κυριακή Αμανατίδη, Φοιτήτρια Ψυχολογίας ([Kyriaki9494@gmail.com](mailto:Kyriaki9494@gmail.com))

Επόπτης Καθηγητής: Παναγιώτης Κορδούτης, Καθηγητής, Τμήμα Ψυχολογίας ([kordouti@panteion.gr](mailto:kordouti@panteion.gr), [pkord@otenet.gr](mailto:pkord@otenet.gr))

1. Φύλο:

- α. γυναίκα
- β. άνδρας
- γ. άλλο

2. Ηλικία:

- α. 18-25
- β. 26-35
- γ. 36-45
- δ. 46-55
- ε. 56-65
- στ. 66+

3. Μορφωτικό επίπεδο:

- α. Τουλάχιστον 6 τάξεις Δημοτικού
- β. Απόφοιτος Γυμνασίου
- γ. Απόφοιτος Λυκείου
- δ. Προπτυχιακός φοιτητής/ρια
- ε. Πτυχιούχος ΑΕΙ / ΤΕΙ
- στ. Φοιτητής/ρια μεταπτυχιακού προγράμματος
- ζ. Κάτοχος μεταπτυχιακού διπλώματος
- η. Κάτοχος διδακτορικού

4. Απασχόληση:

- α. Φοιτητής/ρια
- β. Ιδιωτικός Υπάλληλος
- γ. Δημόσιος Υπάλληλος
- δ. Αυτοαπασχολούμενος
- ε. Άνεργος/η
- στ. Άλλο

5. Ετήσιο Οικογενειακό Εισόδημα:

- α. Λιγότερο από 15.000€
- β. 15.000-24.999 €
- γ. 25.000-34.999 €
- δ. 35.000-44.999 €
- ε. 45.000-60.000 €
- στ. Περισσότερο από 60.000 €

6. Τόπος διαμονής:

- α. Μητροπολιτική περιοχή (Αθήνα ή Θεσσαλονίκη)
- β. Μεγάλη πόλη (π.χ. πρωτεύουσα νομού)
- γ. Πόλη
- δ. Κωμόπολη
- ε. Χωριό
- στ. Άλλο

7. Έχετε τώρα μία σχέση;

A. ΝΑΙ

B. ΟΧΙ

7α. Εάν στην προηγούμενη ερώτηση απαντήσατε ΝΑΙ, σημειώστε χρόνο και μήνα που ξεκίνησε η σχέση. Εάν είπατε ΟΧΙ απλά γράψτε 0\* \_\_\_\_\_

8. Φύλο Συντρόφου:

α. γυναίκα

β. άνδρας

γ. άλλο

9. Ηλικία Συντρόφου:

α. 18-25

β. 26-35

γ. 36-45

δ. 46-55

ε. 56-65

στ. 66+

10. Μορφωτικό Επίπεδο Συντρόφου:

α. Τουλάχιστον 6 τάξεις Δημοτικού

β. Απόφοιτος Γυμνασίου

γ. Απόφοιτος Λυκείου

δ. Προπτυχιακός φοιτητής/ρια

ε. Πτυχιούχος ΑΕΙ / ΤΕΙ

στ. Φοιτητής/ρια μεταπτυχιακού προγράμματος

ζ. Κάτοχος μεταπτυχιακού διπλώματος

η. Κάτοχος διδακτορικού

11. Απασχόληση Συντρόφου:

α. Φοιτητής/ρια

β. Ιδιωτικός Υπάλληλος

γ. Δημόσιος Υπάλληλος

δ. Αυτοαπασχολούμενος

ε. Άνεργος/η

στ. Άλλο

12. Ετήσιο Οικογενειακό Εισόδημα Συντρόφου:

α. Λιγότερο από 15.000€

β. 15.000-24.999 €

γ. 25.000-34.999 €

δ. 35.000-44.999 €

ε. 45.000-60.000 €

στ. Περισσότερο από 60.000 €

13. Τόπος Διαμονής Συντρόφου:



- α. Μητροπολιτική περιοχή (Αθήνα ή Θεσσαλονίκη)
- β. Μεγάλη πόλη (π.χ. πρωτεύουσα νομού)
- γ. Πόλη
- δ. Κωμόπολη
- ε. Χωριό
- στ. Άλλο

14. Οικογενειακή κατάσταση (δική σας):

- α. Ελεύθερος/η
- β. Σε ανεπίσημη σχέση
- γ. Συμβίωση/συγκατοίκηση
- δ. Παντρεμένος/η
- ε. Χωρισμένος
- ζ. Άλλο

15. Έχεις προσωπικό προφίλ στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης που χρησιμοποιείς τώρα;

- α. ΝΑΙ
- β. ΟΧΙ

16. Ποια Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης χρησιμοποιείς; (επίλεξε τα Μέσα που χρησιμοποιείς)

- α. Facebook
- β. Instagram
- γ. Twitter
- δ. Snapchat
- ε. Άλλο

17. Με ποιες από τις παρακάτω ηλεκτρονικές συσκευές συνδέεσαι στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης συνήθως; (σημείωσε όσες χρησιμοποιείς συνήθως)

- α. Τάμπλετ
- β. Κινητό τηλέφωνο
- γ. Φορητό υπολογιστή
- δ. Σταθερό υπολογιστή
- ε. Άλλο

18. Αν μπήκες χθες στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης για πόσο χρόνο ήσουν μέσα συνολικά; Ήμουν για: \_\_\_\_\_

19. Την τελευταία πιο πρόσφατη μέρα που μπήκες στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης – εκτός από χθες (αν μπήκες) – για πόσο χρόνο ήσουν μέσα; Ήμουν για: \_\_\_\_\_

20. Την τελευταία εβδομάδα, κατά μέσο όρο, περίπου πόσα λεπτά κάθε μέρα ήσουν στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης;

- α. λιγότερο από 10 λεπτά
- β. 10-30 λεπτά
- γ. 31-60 λεπτά
- δ. 1-2 ώρες
- ε. 2-3 ώρες
- στ. Περισσότερο από τρεις ώρες.
- ζ. Άλλο

21. Ο/Η σύντροφός σου διαθέτει προσωπικό προφίλ στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης που χρησιμοποιεί;

- α. ΝΑΙ
- β. ΟΧΙ

22. Ποια Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης χρησιμοποιεί; (επίλεξε τα Μέσα που χρησιμοποιεί)

- α. Facebook
- β. Instagram
- γ. Twitter
- δ. Snapchat
- ε. Άλλο

23. Με ποιες από τις παρακάτω ηλεκτρονικές συσκευές ο/η σύντροφός σου συνδέεται στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης συνήθως; (σημείωσε όσες χρησιμοποιεί συνήθως)

- α. Τάμπλετ
- β. Κινητό τηλέφωνο
- γ. Φορητό υπολογιστή
- δ. Σταθερό υπολογιστή
- ε. Άλλο

24. Αν ο/η σύντροφός σου μπήκε χθες στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης για πόσο χρόνο ήταν μέσα συνολικά; Ήταν για: \_\_\_\_\_

25. Την τελευταία πιο πρόσφατη μέρα που μπήκε στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης – εκτός από χθες (αν μπήκε) – για πόσο χρόνο ήταν μέσα; Ήταν για: \_\_\_\_\_

26. Την τελευταία εβδομάδα, κατά μέσο όρο, περίπου πόσα λεπτά κάθε μέρα ήσουν στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης;

- α. λιγότερο από 10 λεπτά
- β. 10-30 λεπτά
- γ. 31-60 λεπτά
- δ. 1-2 ώρες
- ε. 2-3 ώρες
- στ. Περισσότερο από τρεις ώρες.
- ζ. Άλλο

Οι παρακάτω δηλώσεις αφορούν στη χρήση των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης από τον/την σύντροφό σας. Για κάθε ερώτημα κυκλώστε μια απάντηση από το 1 έως το 5, όπου το 1 = Διαφωνώ απολύτως, και όπου 5 = Συμφωνώ απολύτως

1. Τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης είναι μία από τις καθημερινές δραστηριότητες του/της συντρόφου μου

Διαφωνώ απολύτως	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ/συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απολύτως
1	2	3	4	5

2. Ο/Η σύντροφός μου λέει στους άλλους με υπερηφάνεια ότι χρησιμοποιεί τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης

Διαφωνώ απολύτως	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ/συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απολύτως
1	2	3	4	5

3. Η καθημερινή ρουτίνα του/της συντρόφου μου περιέχει οπωσδήποτε τη χρήση των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης

Διαφωνώ απολύτως	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ/συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απολύτως
1	2	3	4	5

4. Όταν ο/η σύντροφός μου δεν έχει συνδεθεί στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης για λίγο νιώθει αποκομμένος-η

Διαφωνώ απολύτως	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ/συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απολύτως
1	2	3	4	5

5. Ο/Η σύντροφός μου νιώθει πως είναι μέρος της κοινότητας των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης

Διαφωνώ απολύτως	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ/συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απολύτως
1	2	3	4	5

6. Εάν τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης έκλειναν, θα πείραζε τον/την σύντροφό μου

Διαφωνώ απολύτως	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ/συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απολύτως
1	2	3	4	5

7. Ο/Η σύντροφός μου έχει χρησιμοποιήσει τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης για να τσεκάρει κάποιον/αν που γνώρισε κοινωνικά

Διαφωνώ απολύτως	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ/συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απολύτως
1	2	3	4	5

8. Ο/Η σύντροφός μου χρησιμοποιεί τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης για να μάθει περισσότερα για τους άλλους που δουλεύει ή σπουδάζει μαζί

Διαφωνώ απολύτως	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ/συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απολύτως
1	2	3	4	5

16. Ο/Η σύντροφός μου χρησιμοποιεί τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης για να μάθει περισσότερα για άτομα που μένουν κοντά του/της

Διαφωνώ απολύτως	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ/συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απολύτως
1	2	3	4	5

17. Ο/Η σύντροφός μου έχει χρησιμοποιήσει τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης για να μάθει περισσότερα για κάποιον που τον/την ενδιαφέρει

Διαφωνώ απολύτως	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ/συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απολύτως
1	2	3	4	5

18. Ο/Η σύντροφός μου χρησιμοποιεί τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης για να κρατάει επαφή με τους/τις παλιούς του/της φίλους/φίλες

Διαφωνώ απολύτως	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ/συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απολύτως
1	2	3	4	5

19. Ο/Η σύντροφός μου χρησιμοποιεί τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης για να γνωρίζει νέους φίλους

Διαφωνώ απολύτως	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ/συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απολύτως
1	2	3	4	5

20. Ο/Η σύντροφός μου χρησιμοποιεί τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης για ....

- a. λιγότερο από ένα χρόνο
- b. 1-2 χρόνια
- c. 2-3 χρόνια
- d. 3-4 χρόνια
- e. 4- χρόνια και περισσότερο. Σημειώστε πόσα \_\_\_\_\_

21. Ο/Η σύντροφός μου κρατάει τη σύνδεσή του/της με τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης ανοιχτή ανεξάρτητα από το εάν είναι μέσα;

- a. Ναι, μια τυπική μέρα την κρατάει ανοιχτή για \_\_\_\_\_ (γράψε χρόνο)
- b. Όχι

Οι παρακάτω δηλώσεις αφορούν στο πώς νιώθετε συναισθηματικά στις ερωτικές σας σχέσεις. Μας ενδιαφέρει το πώς βιώνετε γενικά τις σχέσεις σας και όχι μόνο το τι βιώνετε στην τωρινή σας σχέση. Για κάθε ερώτημα κυκλώστε μια απάντηση από το 1 έως το 7, όπου το 1 = Διαφωνώ απόλυτα, και όπου 7 = Συμφωνώ απόλυτα.

Διαφωνώ απόλυτα	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ	Ούτε συμφωνώ, ούτε διαφωνώ	Συμφωνώ	Συμφωνώ πολύ	Συμφωνώ απόλυτα
1	2	3	4	5	6	7

	ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ	
1	Προτιμώ να μη δείχνω στο/στη σύντροφό μου πώς νιώθω πραγματικά	1 2 3 4 5 6 7
2	Ανησυχώ με την ιδέα ότι μπορεί να με εγκαταλείψουν	1 2 3 4 5 6 7
3	Αισθάνομαι πολύ άνετα όταν βρίσκομαι κοντά σε ερωτικούς συντρόφους	1 2 3 4 5 6 7
4	Ανησυχώ αρκετά για τις σχέσεις μου	1 2 3 4 5 6 7
5	Έχω συνειδητοποιήσει ότι μόλις ο/η σύντροφός μου αρχίζει να με πλησιάζει, αποτραβιέμαι	1 2 3 4 5 6 7
6	Ανησυχώ ότι οι ερωτικοί μου σύντροφοι δε νοιάζονται για μένα τόσο, όσο νοιάζομαι εγώ για αυτούς	1 2 3 4 5 6 7
7	Δε νιώθω άνετα όταν ο/η ερωτικός/ή σύντροφος θέλει να είναι πολύ κοντά μου	1 2 3 4 5 6 7
8	Ανησυχώ αρκετά με την ιδέα ότι μπορεί ο/η σύντροφός μου να με αφήσει	1 2 3 4 5 6 7
9	Δε νιώθω άνετα να εκμυστηρεύομαι θέματά μου σε ερωτικούς/ές συντρόφους	1 2 3 4 5 6 7
10	Συχνά εύχομαι τα συναισθήματά του/της συντρόφου μου για μένα να ήταν τόσο δυνατά, όσο τα δικά μου για αυτόν/ήν	1 2 3 4 5 6 7
11	Θέλω να πλησιάσω το σύντροφό μου, αλλά συνεχίζω να αποτραβιέμαι	1 2 3 4 5 6 7

12	Συχνά θέλω να γίνομαι ένα με τους/τις ερωτικούς/ές συντρόφους, αλλά αυτό τους/τις απομακρύνει από μένα	1	2	3	4	5	6	7
13	Νιώθω αμηχανία όταν οι σύντροφοί μου με πλησιάζουν πολύ	1	2	3	4	5	6	7
14	Ανησυχώ μήπως μείνω μόνος/η	1	2	3	4	5	6	7
15	Νιώθω άνετα να μοιράζομαι προσωπικές μου σκέψεις και συναισθήματα με το σύντροφό μου	1	2	3	4	5	6	7
16	Η επιθυμία μου να πλησιάσω πολύ τους άλλους, μερικές φορές τους απομακρύνει	1	2	3	4	5	6	7
17	Προσπαθώ να αποφεύγω να προσεγγίζω πολύ το/τη σύντροφό μου	1	2	3	4	5	6	7
18	Χρειάζομαι αρκετή επιβεβαίωση από τον/τη σύντροφό μου ότι με αγαπάει	1	2	3	4	5	6	7
19	Μου είναι σχετικά εύκολο να προσεγγίζω το/την σύντροφό μου	1	2	3	4	5	6	7
20	Μερικές φορές αισθάνομαι ότι αναγκάζω τον/τη σύντροφό μου να δείξει περισσότερο συναίσθημα και μεγαλύτερη δέσμευση	1	2	3	4	5	6	7
21	Μου είναι δύσκολο να αφήσω τον εαυτό μου να εξαρτηθεί από ερωτικούς συντρόφους	1	2	3	4	5	6	7
22	Συνήθως δεν ανησυχώ ότι θα με εγκαταλείψουν	1	2	3	4	5	6	7
23	Προτιμώ να μη δένομαι συναισθηματικά με τους/τις ερωτικούς συντρόφους	1	2	3	4	5	6	7
24	Εάν δεν μπορώ να κάνω το/τη σύντροφο να δείξει ενδιαφέρον, εκνευρίζομαι ή θυμώνω	1	2	3	4	5	6	7
25	Λέω σχεδόν τα πάντα στο/στη σύντροφό μου	1	2	3	4	5	6	7
26	Διαπιστώνω ότι οι σύντροφοί μου δε θέλουν να έρθουν τόσο κοντά μου, όσο εγώ θα ήθελα	1	2	3	4	5	6	7
27	Συνήθως συζητώ τα προβλήματα και τα ενδιαφέροντά μου με το/τη σύντροφο	1	2	3	4	5	6	7
28	Όταν δεν έχω κάποια σχέση, νιώθω κάπως αγχώδης και ανασφαλής	1	2	3	4	5	6	7
29	Νιώθω άνετα να εξαρτώμαι από ερωτικούς/ές συντρόφους	1	2	3	4	5	6	7
30	Απογοητεύομαι όταν ο/η σύντροφός μου απομακρύνεται περισσότερο από όσο εγώ θα ήθελα	1	2	3	4	5	6	7
31	Δε με ενοχλεί να ζητώ τους από ερωτικούς μου συντρόφους παρηγοριά, συμβουλή ή βοήθεια	1	2	3	4	5	6	7
32	Απογοητεύομαι όταν οι ερωτικοί μου σύντροφοι δεν είναι διαθέσιμοι τη στιγμή που τους χρειάζομαι	1	2	3	4	5	6	7
33	Με βοηθάει να απευθύνομαι στον/στην ερωτικό/ή μου σύντροφο σε στιγμές ανάγκης	1	2	3	4	5	6	7
34	Όταν οι ερωτικοί σύντροφοι με αποδοκιμάζουν, νιώθω πραγματικά άσχημα για τον εαυτό μου	1	2	3	4	5	6	7
35	Ζητώ από τον/την σύντροφό μου πολλά πράγματα όπως παρηγοριά και επιβεβαίωση	1	2	3	4	5	6	7
36	Με πειράζει όταν ο/η σύντροφός μου περνάει το χρόνο του μακριά από εμένα	1	2	3	4	5	6	7

Οι περισσότεροι άνθρωποι έχουν διαφωνίες στις σχέσεις τους. Σας παρακαλώ να σημειώσετε το βαθμό συμφωνίας ή διαφωνίας, κατά προσέγγιση, ανάμεσα σε εσάς και το/τη σύντροφό σας για την κάθε περίπτωση στην ακόλουθη λίστα.

	Πάντα συμφωνούμε	Σχεδόν πάντα συμφωνούμε	Περισσότερα συμφωνούμε	Συχνά διαφωνούμε	Σχεδόν πάντα διαφωνούμε	Πάντα διαφωνούμε
1. Θρησκευτικά θέματα	5	4	3	2	1	0
2. Εκδηλώσεις στοργής	5	4	3	2	1	0
3. Λήψη σοβαρών αποφάσεων	5	4	3	2	1	0
4. Σεξουαλικές σχέσεις	5	4	3	2	1	0
5. Ανταλλάσσετε μεταξύ σας ενδιαφέρουσες απόψεις (συνήθως αποδεκτή, σωστή ή κατάλληλη συμπεριφορά)	5	4	3	2	1	0
6. Αποφάσεις καριέρας	5	4	3	2	1	0

	Συνέχεια	Τον περισσότερο καιρό	Αρκετά συχνά	Περισσότερα	Σπάνια	Ποτέ
7. Πόσο συχνά συζητάτε ή έχετε σκεφτεί το διαζύγιο, τη διάσταση ή το να διακόψετε τη σχέση σας;	0	1	2	3	4	5
8. Πόσο συχνά εσείς και ο/η σύντροφός σας καυγαδίζετε;	0	1	2	3	4	5
9. Μετανιώσατε ποτέ που παντρευτήκατε (ή που συζείτε);	0	1	2	3	4	5
10. Πόσο συχνά «τη δίνει στα νεύρα ο ένας στον άλλο»;	0	1	2	3	4	5

	Κάθε μέρα	Σχεδόν κάθε μέρα	Περισσότερα	Σπάνια	Ποτέ
11. Εσείς και ο/η σύντροφός ασχολείστε σε κοινές δραστηριότητες (ενδιαφέροντα) εκτός σπιτιού ;	4	3	2	1	0

	Ποτέ	Λιγότερο από μία φορά το μήνα	Μία ή δύο φορές το μήνα	Μία ή δύο φορές την εβδομάδα	Μία φορά τη μέρα	Συχνότερα (από μία φορά τη μέρα)
12. Έχετε ενδιαφέρουσα ανταλλαγή απόψεων	0	1	2	3	4	5
13. Εργάζεστε από κοινού σε κάτι	0	1	2	3	4	5
14. Συζητάτε ήρεμα για κάτι	0	1	2	3	4	5

Πιστεύετε ότι ο/η σύντροφός σας έχουν κάτι να σας κρύψουν σχετικά με τη διαδικτυακή τους επικοινωνία; Σας παρακαλούμε να σημειώσετε το βαθμό συμφωνίας ή διαφωνίας στις παρακάτω δηλώσεις επιλέγοντας από το 1=Διαφωνώ απόλυτα έως το 6= Συμφωνώ απόλυτα, ανάλογα με τι σας αντιπροσωπεύει καλύτερα.

Διαφωνώ απόλυτα	Διαφωνώ	Μερικές φορές Διαφωνώ	Μερικές φορές Συμφωνώ	Συμφωνώ	Συμφωνώ απόλυτα
1	2	3	4	5	6

1	Ο/Η σύντροφός μου θα ένιωθε άβολα, εάν διάβαζα τις συνομιλίες, τα σχόλια και τα μηνύματα που στέλνει σε άλλους στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης	1 2 3 4 5 6
2	Μερικές φορές αναρωτιέμαι εάν ο/η σύντροφός μου αναστατώνοταν εάν διάβαζα τις συνομιλίες, τα σχόλια και τα μηνύματα που στέλνει σε άλλους στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης	1 2 3 4 5 6
3	Εάν ρωτούσα τον/τη σύντρόφό μου σχετικά με τις συνομιλίες, τα σχόλια και τα μηνύματα που στέλνει στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης, πιστεύω ότι θα υπήρχαν μηνύματα που θα ήθελε να μου αποκρύψει	1 2 3 4 5 6
4	Μερικές φορές, θεωρώ ότι ο/η σύντροφός μου αντί να έρχεται σε μένα, μοιράζεται συναισθηματικές και προσωπικές του/της εμπειρίες με άλλους στο Διαδίκτυο	1 2 3 4 5 6
5	Πιστεύω ότι μερικές φορές του/της αρέσει να συνομιλεί με πρώην συντρόφους στο Διαδίκτυο ή στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης	1 2 3 4 5 6
6	Πιστεύω πως εάν ενοχλώ ή διακόπτω τον/τη σύντρόφό μου την ώρα που συνομιλεί διαδικτυακά, μερικές φορές αμύνεται ή θυμώνει	1 2 3 4 5 6
7	Θεωρώ ότι μερικές φορές μου κρύβει πράγματα που μοιράζεται διαδικτυακά με άλλους	1 2 3 4 5 6