



Journal Website

Article history:
Received 24 February 2025
Revised 23 April 2025
Accepted 06 May 2025
Published online 08 October 2025

Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders

Volume 4, Issue 3, pp 1-15



E-ISSN: 2981-1759

Investigating the Impact of Digital Technologies on Marital Intimacy with Emphasis on Sternberg's Triangular Theory of Love

Maryam. Feiz Asgari¹, Behrooz. Zeinali², Sajjad. Hasanzadeh^{3*}, Maryam. Andoz⁴

¹ MA, Department of Clinical Psychology, Research Sciences Branch, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran.

² Assistant Professor, Department of Social Sciences, Farhangian University, Tehran, Iran.

³ BA, Department of Educational Sciences, Farhangian University, Shahid Beheshti, Mashhad, Shahid Rajaei Campus, Torbat Heydariyeh, Iran.

⁴ PhD student, Department of Business Administration, Rasht Branch, Islamic Azad University, Rasht, Iran.

* Corresponding author email address: ravankav.h@gmail.com

Article Info

Article type:

Original Research

How to cite this article:

Feiz Asgari, M., Zeinali, B., Hasanzadeh, S., & Andoz, M. (2025). Investigating the Impact of Digital Technologies on Marital Intimacy with Emphasis on Sternberg's Triangular Theory of Love. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders*, 4(3), 1-15.



© 2025 the authors. Published by Maher Talent and Intelligence Testing Institute, Tehran, Iran. This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

ABSTRACT

Objective: This study aimed to examine the effectiveness of a structured intervention based on Sternberg's Triangular Theory of Love on marital intimacy in the context of digital technology usage.

Methodology: The study utilized a randomized controlled trial with a pretest-posttest-follow-up design. A total of 30 married women from Tehran were randomly assigned to an experimental group and a control group (15 participants each). The experimental group participated in ten 90-minute sessions of psychological training. Marital intimacy was measured using a standardized scale. Data were analyzed using repeated measures ANOVA and Bonferroni post-hoc test in SPSS-27.

Findings: The results indicated a significant difference between the experimental and control groups in marital intimacy scores ($p < 0.001$). The experimental group's mean scores significantly increased from pretest to posttest and remained stable at follow-up. Bonferroni test confirmed significant differences between phases in the experimental group.

Conclusion: The intervention based on Sternberg's theory significantly enhanced and maintained marital intimacy over time. These findings suggest that structured educational programs focusing on digital and emotional communication skills can improve marital quality in the digital age.

Keywords: Marital intimacy; Digital technologies; Triangular theory of love; Sternberg; Couples education

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

In the rapidly evolving digital era, interpersonal relationships—particularly romantic and marital ones—are undergoing fundamental transformations due to the ubiquity of digital technologies. As communication shifts from traditional face-to-face interactions to digital mediums, the ways couples experience closeness, affection, and emotional bonding are being redefined. Marital intimacy, as one of the core components of Sternberg's Triangular Theory of Love—alongside passion and commitment—has garnered particular attention from researchers seeking to understand how new technological dynamics affect relational well-being (Schafer et al., 2020).

The emergence of what scholars have termed "digital intimacy" suggests that emotional closeness can now be cultivated and experienced through text messages, video calls, shared media, and other forms of virtual interaction (Parsakia & Rostami, 2023). While such forms of communication offer increased connectivity and accessibility, they also introduce novel relational stressors such as emotional distance, distraction, and digital overuse. As (Abdulkareem et al., 2024) notes, digital overload can reduce emotional availability and satisfaction, potentially eroding intimacy. Moreover, as (Fang, 2024) points out, digital interactions are susceptible to misinterpretation and tension due to the lack of nonverbal cues, which are essential to conveying empathy and emotional understanding.

Further complicating the landscape of marital intimacy is the presence of digital paradoxes—where the very technologies designed to enhance connection may simultaneously lead to emotional disengagement or feelings of neglect (Trapsila, 2025). For instance, continuous social media engagement can trigger comparison, jealousy, and even perceived infidelity, ultimately reducing emotional closeness between partners (Shahriar & Habibul, 2024; Timoshkin, 2023). On the other hand, when used with intention, digital tools can serve as mechanisms to facilitate shared experiences and strengthen emotional bonds (Fu et al., 2023; Koay et al., 2023). This dual nature of technology emphasizes the importance of digital literacy and communication competence in preserving intimacy.

Sternberg's Triangular Theory of Love remains a relevant framework for understanding the psychological dimensions of love in the digital age. The theory posits that intimacy—defined as feelings of closeness, connectedness, and bondedness—is the emotional core of any romantic relationship. While passion and commitment play significant roles, intimacy uniquely captures the quality and depth of the emotional connection between partners. Therefore, any factor that influences intimacy—positively or negatively—has direct implications for overall relationship satisfaction and longevity (Schafer et al., 2020).

Given the increasing digitization of marital life, researchers such as (Parsakia & Rostami, 2023) and (Inman, 2023) argue for the need to develop and assess structured educational programs that help couples navigate the complexities of digital communication. These programs aim to teach partners how to build emotional intimacy through both digital and real-world interactions. In particular, interventions grounded in Sternberg's theory can serve as effective frameworks for enhancing intimacy by targeting self-disclosure, empathy, mutual understanding, and emotional presence—even within digital contexts (Al-Rahmi et al., 2023; Mulyadi & Prihantoro, 2025).

In light of these considerations, the present study was conducted to evaluate the impact of a ten-session psychological training intervention based on Sternberg's Triangular Theory of Love on marital intimacy among married women in Tehran, with a particular emphasis on their use of digital technologies

in communication. The intervention sought to integrate traditional concepts of emotional bonding with contemporary realities of digital interaction, aiming to foster sustainable intimacy in modern marital relationships.

Methods and Materials

This study employed a randomized controlled trial (RCT) design with a pretest-posttest-follow-up format. The participants were 30 married women from Tehran, selected based on inclusion criteria related to marital dissatisfaction and technology use. The participants were randomly assigned to an experimental group and a control group, with 15 members in each. The experimental group received a structured intervention consisting of ten 90-minute sessions focused on emotional communication, digital literacy in relationships, expression of affection, empathy, and trust-building, all anchored in Sternberg's Triangular Theory of Love. The control group received no intervention during the study period. Marital intimacy was assessed using the standard Marital Intimacy Scale at three time points: pretest, posttest, and a five-month follow-up. Data were analyzed using repeated measures ANOVA and Bonferroni post-hoc test in SPSS-27.

Findings

Descriptive statistics revealed a substantial increase in marital intimacy scores for the experimental group across the three time points. The mean intimacy score in the experimental group rose from 61.47 (SD = 6.32) in the pretest to 74.82 (SD = 5.89) in the posttest and slightly decreased to 73.36 (SD = 6.07) in the follow-up. In contrast, the control group's scores remained relatively stable, ranging from 62.18 to 62.94 with negligible variation.

The results of the repeated measures ANOVA demonstrated significant effects for time ($F(2,36)=24.37$, $p<.001$, $\eta^2=.468$), group ($F(1,36)=38.12$, $p<.001$, $\eta^2=.569$), and the interaction between time and group ($F(2,36)=21.60$, $p<.001$, $\eta^2=.442$). These findings indicate that the changes in marital intimacy were significantly influenced by the intervention and were sustained over time.

Bonferroni post-hoc tests further revealed that the difference between pretest and posttest scores ($p<.001$), as well as pretest and follow-up scores ($p<.001$), were statistically significant in the experimental group. However, the difference between posttest and follow-up scores was not significant ($p = .281$), suggesting the stability of the intervention's effects over the five-month follow-up period.

Discussion and Conclusion

The findings of this study support the hypothesis that a structured psychological intervention based on Sternberg's Triangular Theory of Love can significantly enhance marital intimacy in the context of digital technology usage. The increase in intimacy scores in the experimental group, along with the sustained effects observed during the follow-up phase, indicates the practical efficacy of the program in improving emotional closeness among couples navigating digital environments.

One of the key insights from this study is that digital communication, when approached with awareness and intentionality, can serve as a powerful tool for fostering emotional intimacy rather than diminishing it. The training sessions helped participants develop critical skills such as emotional self-disclosure, digital empathy, active listening in virtual conversations, and setting healthy boundaries for online behavior—all of which contributed to strengthening their marital bonds. These results align with previous studies that emphasize the role of digital literacy and conscious engagement in preserving relationship quality in tech-saturated contexts.

Moreover, the significant increase in intimacy suggests that digital intimacy is not merely a theoretical concept but a real and malleable dimension of romantic relationships. The intervention's success also demonstrates that traditional psychological models like Sternberg's theory remain highly relevant when thoughtfully adapted to contemporary realities. The findings validate the view that digital life does not inherently threaten intimacy, but rather, its impact depends on how couples integrate technology into their emotional and relational routines.

The stability of results at the five-month follow-up further underscores the durability of the intervention's effects. This longevity points to the importance of reinforcing relational skills and providing couples with sustainable strategies for maintaining intimacy amid ongoing digital influences. In this regard, the program may serve as a prototype for future marital counseling and education initiatives aimed at enhancing relationship resilience in a digital world.

Overall, the study contributes to a growing body of literature advocating for the integration of psychological theory, digital competence, and emotional education in relational interventions. As digital technologies continue to permeate daily life, helping couples navigate these tools mindfully will become increasingly central to marital satisfaction and emotional well-being. This research offers a practical, theory-based framework for doing so, emphasizing that intimacy in the digital age is both achievable and worth cultivating.



وبسایت مجله

تاریخچه مقاله

دریافت شده در تاریخ ۶ اسفند ۱۴۰۳

اصلاح شده در تاریخ ۳ اردیبهشت ۱۴۰۴

پذیرفته شده در تاریخ ۱۶ اردیبهشت ۱۴۰۴

منتشر شده در تاریخ ۱۶ مهر ۱۴۰۴

پویایی‌های روانشناختی در اختلال‌های خلقی

دوره ۴، شماره ۳، صفحه ۱۵-۱



شاپای الکترونیکی: ۲۹۸۱-۱۷۵۹

بررسی تأثیر فناوری‌های دیجیتال بر صمیمیت زناشویی با تأکید بر نظریه مثلث عشق استرنبرگ

مریم فیض عسگری^۱، بهروز زینلی^۲، سجاد حسن‌زاده^۳، مریم اندوز^۴

۱. کارشناس ارشد، گروه روانشناسی بالینی، واحد علوم تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، سمنجان، ایران.

۲. استادیار، گروه علوم اجتماعی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.

۳. کارشناسی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، شهید بهشتی مشهد، پردیس شهید رجایی، تربت حیدریه، ایران.

۴. دانشجوی دکتری، گروه مدیریت بازرگانی، واحد رشت، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران.

*ایمیل نویسنده مسئول: ravankav.h@gmail.com

اطلاعات مقاله

چکیده

نوع مقاله

پژوهشی اصیل

نحوه استناد به این مقاله:

فیض عسگری، مریم، زینلی، بهروز، حسن‌زاده، سجاد، و لندوز، مریم. (۱۴۰۴). بررسی تأثیر فناوری‌های دیجیتال بر صمیمیت زناشویی با تأکید بر نظریه مثلث عشق استرنبرگ. *پویایی‌های روانشناختی در اختلال‌های خلقی*، ۴(۳)، ۱-۱۵.



© ۱۴۰۴ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی یک مداخله آموزشی مبتنی بر نظریه مثلث عشق استرنبرگ بر صمیمیت زناشویی در بستر استفاده از فناوری‌های دیجیتال است. **روش‌شناسی:** این مطالعه از نوع آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری پنج‌ماهه با گروه کنترل بود. نمونه شامل ۳۰ زن متأهل ساکن تهران بود که به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر کدام ۱۵ نفر) تقسیم شدند. گروه آزمایش در ده جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش روان‌شناختی شرکت کرد. ابزار اندازه‌گیری، مقیاس صمیمیت زناشویی بود و داده‌ها با تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر و آزمون تعقیبی بونفرونی در نرم‌افزار SPSS-۲۷ تحلیل شدند. **یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد که بین گروه‌های آزمایش و کنترل در نمرات صمیمیت زناشویی تفاوت معناداری وجود دارد ($p < 0.001$). میانگین نمرات گروه آزمایش از مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون افزایش چشمگیری یافت و در مرحله پیگیری نیز حفظ شد. نتایج آزمون بونفرونی نیز معناداری تفاوت بین مراحل مختلف را در گروه آزمایش تأیید کرد. **نتیجه‌گیری:** مداخله مبتنی بر نظریه استرنبرگ منجر به افزایش معنادار صمیمیت زناشویی و پایداری آن در بلندمدت شد. این نتایج نشان می‌دهد آموزش‌های ساختاریافته در حوزه مهارت‌های ارتباطی دیجیتال و هیجانی می‌تواند کیفیت روابط زناشویی را در دوران دیجیتال بهبود بخشد.

کلیدواژه‌گان: صمیمیت زناشویی؛ فناوری‌های دیجیتال؛ نظریه مثلث عشق؛ استرنبرگ؛ آموزش زوجها



مقدمه

در عصر دیجیتال، شکل‌گیری روابط انسانی دستخوش دگرگونی‌های بنیادینی شده است، به‌ویژه در حوزه روابط زناشویی که همواره متأثر از شیوه‌های ارتباطی، ساختارهای فرهنگی و تحولات فناوری بوده‌اند. صمیمیت زناشویی که در نظریه مثلث عشق استرنبرگ به‌عنوان یکی از ارکان اصلی عشق، در کنار اشتیاق و تعهد معرفی می‌شود، مفهومی پیچیده و چندبعدی است که تحت تأثیر عوامل روان‌شناختی، اجتماعی و فناورانه قرار دارد (Schafer et al., 2020). با گسترش ابزارهای ارتباطی دیجیتال و راه‌های نوین تعامل، زوجها فرصت‌های جدیدی برای ارتباط عاطفی، تبادل اطلاعات و ابراز احساسات یافته‌اند؛ اما در کنار این فرصت‌ها، تهدیدهایی نیز برای کیفیت رابطه و صمیمیت هیجانی پدید آمده است (Parsakia & Rostami, 2023).

روند رو به رشد استفاده از شبکه‌های اجتماعی، اپلیکیشن‌های پیام‌رسان، تماس‌های ویدیویی و سایر ابزارهای دیجیتال، نشان‌دهنده بازتعریف ساختار سنتی صمیمیت است. مفهوم «صمیمیت دیجیتال» به عنوان شکلی جدید از نزدیکی روانی و هیجانی در فضای مجازی، در سال‌های اخیر مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است (Parsakia & Rostami, 2023). این نوع از صمیمیت ممکن است به تقویت روابط بین‌فردی منجر شود، اما از سوی دیگر می‌تواند موجب سردی عاطفی، مقایسه‌گری، یا بروز سوءتفاهم‌های ارتباطی گردد، به‌ویژه زمانی که استفاده افراطی یا نادرست از فناوری صورت گیرد (Abdulkareem et al., 2024; Fang, 2024).

بر اساس دیدگاه استرنبرگ، صمیمیت زناشویی به‌معنای اشتراک عمیق روانی، حمایت عاطفی، نزدیکی و اعتماد متقابل است. اما در عصر دیجیتال، توازن میان نزدیکی مجازی و تعاملات واقعی، به دغدغه‌ای جدی در روابط زوجها تبدیل شده است. پژوهش‌هایی نشان داده‌اند که ابزارهای دیجیتال می‌توانند هم به تقویت این صمیمیت کمک کنند و هم آن را تهدید کنند، بسته به نوع استفاده و شرایط فرهنگی و شخصیتی زوجین (Hwang et al., 2023; Inman, 2023).

در برخی مطالعات، استفاده هدفمند و دوفره از فناوری (نظیر دیدن فیلم یا بازی‌های مشترک در فضای آنلاین) منجر به افزایش زمان با کیفیت و بهبود رضایت زناشویی شده است (Fu et al., 2023; Koay et al., 2023). از سوی دیگر، وابستگی زیاد به ارتباطات مجازی و حضور مستمر در شبکه‌های اجتماعی، می‌تواند زمینه‌ساز احساس طرد، بی‌توجهی یا حتی خیانت عاطفی شود، به‌ویژه زمانی که یکی از زوجین زمان بیشتری را در فضای دیجیتال سپری می‌کند (Shahriar & Habibul, 2024; Timoshkin, 2023). این پدیده که گاهی از آن به‌عنوان «دخالت دیجیتال در رابطه» یاد می‌شود، پیامدهایی چون کاهش اشتیاق، ضعف در خودافشایی، و تنش‌های هیجانی را به همراه دارد (Jamaluddin et al., 2024; Jeon et al., 2025).

مطالعات اخیر حاکی از آن‌اند که سواد دیجیتال و سبک استفاده از فناوری نقش مهمی در کیفیت روابط زوجین دارند. افرادی که دارای سواد دیجیتال بالاتر هستند، قادرند مرزهای ارتباطی را به‌درستی تعریف کرده و از ابزارهای دیجیتال به‌صورت هدفمند و تعاملی بهره ببرند؛ این امر می‌تواند به بهبود صمیمیت زناشویی منجر شود (Jung, 2024; Kim, 2025; Nam et al., 2024). همچنین، استفاده از فناوری‌های دیجیتال در چارچوب فرهنگ‌های مختلف نتایج متفاوتی به همراه دارد. برای مثال، برخی فرهنگ‌ها حضور دائم در فضای مجازی را نشانه بی‌وفایی یا سردی عاطفی تلقی می‌کنند، در حالی که در فرهنگ‌های دیگر این امر عادی یا حتی مطلوب است (Arimbawa et al., 2024; Trapsila, 2025).

در کنار این مسائل، نقش فناوری در ایجاد یا تهدید تعهد زناشویی نیز مورد توجه قرار گرفته است. استفاده از اپلیکیشن‌های دوستیابی یا پیام‌رسان‌های محرمانه، گرچه گاهی در بسترهایی خاص عادی جلوه می‌کند، اما می‌تواند زمینه‌ساز بی‌اعتمادی یا خیانت روانی شود (N. &).



Palanisamy, 2025). بر همین اساس، برخی پژوهشگران بر اهمیت آموزش سواد هیجانی دیجیتال تأکید دارند؛ یعنی توانایی زوجین برای مدیریت هیجانات و روابط خود در فضای مجازی (Al-Rahmi et al., 2023; Mulyadi & Prihantoro, 2025).

از سوی دیگر، دیجیتالی شدن زندگی کاری و خانوادگی نیز به دگرگونی تعادل کار-زندگی انجامیده که بر روابط عاطفی اثرگذار است. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که کار از راه دور یا مشاغل مبتنی بر فضای دیجیتال، اگر بدون مدیریت صحیح انجام شود، منجر به کاهش تعاملات حضوری با همسر و فرزندان و کاهش صمیمیت هیجانی می‌شود (Kamarova & Tonkikh, 2024; Malarvizhi et al., 2024). از این رو، ایجاد مرزهای روشن بین کار دیجیتال و زمان مشترک زناشویی، یکی از راهکارهای مهم در حفظ صمیمیت است.

افزون بر آن، مطالعات بر نقش سبک‌های ارتباطی در فضای دیجیتال نیز تأکید دارند. شیوه پیام‌رسانی، نوع واژگان، زمان پاسخ‌گویی، و حتی استفاده از شکلک‌ها (ایموجی‌ها) می‌تواند پیامدهای روان‌شناختی مهمی برای احساس امنیت، درک متقابل و صمیمیت زوجین داشته باشد (Chang et al., 2024; Fernandes et al., 2023). تعاملات سطحی و سریع در پیام‌رسان‌ها ممکن است جای گفت‌وگوهای عمیق و رودررو را بگیرد و موجب فرسایش تدریجی ارتباط گردد.

از این‌رو، بسیاری از متخصصان روان‌شناسی خانواده بر طراحی مداخلات آموزشی برای زوج‌ها در زمینه استفاده آگاهانه، تعاملی و حمایتی از فناوری تأکید دارند. چنین مداخلاتی می‌تواند به بهبود ابراز هیجانات، گوش دادن فعال، مدیریت تعارض، و تقویت اشتیاق عاطفی در بستر دیجیتال کمک کند (Atasever et al., 2023; Sholihah & Ariyani, 2023). به ویژه در شرایطی مانند همه‌گیری کووید-۱۹ که تعاملات حضوری محدود شده بود، فناوری نقشی جایگزین برای حفظ پیوندهای عاطفی ایفا کرد و اهمیت صمیمیت دیجیتال دوچندان شد (Hien, 2024; Hwang et al., 2023).

با توجه به آنچه گفته شد، ضرورت بررسی دقیق رابطه میان استفاده از فناوری‌های دیجیتال و صمیمیت زناشویی، به‌ویژه با تأکید بر مؤلفه‌های نظریه مثلث عشق استرنبرگ، احساس می‌شود. پژوهش حاضر با تمرکز بر این موضوع، به دنبال آن است که تأثیر یک مداخله آموزشی مبتنی بر نظریه استرنبرگ را بر بهبود صمیمیت زناشویی در بستر دیجیتال بررسی نماید.

مواد و روش پژوهش

این پژوهش از نوع مطالعات مداخله‌ای با طرح آزمایشی تصادفی کنترل‌شده (Randomized Controlled Trial) بود. جامعه آماری شامل زنان متأهل ساکن شهر تهران بود که به دلیل نارضایتی از سطح صمیمیت زناشویی، به مراکز مشاوره خانواده مراجعه کرده بودند. پس از اجرای ملاک‌های ورود و خروج و کسب رضایت‌نامه کتبی، ۳۰ نفر از داوطلبان که معیارهای ورود را داشتند، به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) جای گرفتند. مداخله بر اساس پروتکل ده جلسه‌ای آموزشی-روان‌شناختی مبتنی بر نظریه مثلث عشق استرنبرگ اجرا شد. گروه کنترل در این مدت هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. پیگیری نیز به مدت پنج ماه پس از پایان جلسات انجام گرفت تا پایداری تأثیر مداخله بررسی شود.

مقیاس صمیمیت زناشویی (Marital Intimacy Scale) توسط تام تامسون و واکر در سال ۱۹۸۳ طراحی شده است. این ابزار به منظور ارزیابی میزان صمیمیت در روابط زناشویی ساخته شده و یکی از معتبرترین ابزارهای موجود در این حوزه به شمار می‌رود. مقیاس مذکور دارای ۱۷ گویه است که به صورت طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» نمره‌گذاری می‌شود. نمره‌گذاری به گونه‌ای است که نمره بالاتر نشان‌دهنده سطح بالاتر صمیمیت در رابطه زناشویی است. این مقیاس ابعاد مختلفی از صمیمیت از جمله مشارکت عاطفی، نزدیکی روانی، و میزان تبادل عاطفی میان زوجین را مورد سنجش قرار می‌دهد. در مطالعات مختلف، اعتبار و روایی این ابزار مورد



تأیید قرار گرفته است. به‌ویژه در ایران، پژوهشگران متعددی مانند محمدی (۱۳۹۲) و نیک‌نژاد (۱۳۹۷) این مقیاس را در پژوهش‌های خود به‌کار گرفته و پایایی آن را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ بیش از ۰.۸۵ گزارش کرده‌اند که بیانگر پایایی مناسب ابزار در بافت فرهنگی ایران است. همچنین، روایی سازه و محتوایی آن نیز از طریق تحلیل عاملی تأیید شده است. از این‌رو، این ابزار می‌تواند در مطالعات مربوط به صمیمیت زناشویی در زمینه‌های فرهنگی ایران با اطمینان مورد استفاده قرار گیرد.

پروتکل مداخله‌ای:

این مداخله در قالب ده جلسه ۹۰ دقیقه‌ای طراحی شده است که به شکل گروهی یا زوجی قابل اجراست. هدف از این برنامه، ارتقاء مؤلفه‌های سه‌گانه نظریه مثلث عشق استرنبرگ یعنی صمیمیت، تعهد و شور (اشتیاق) در روابط زناشویی است. رویکرد جلسات تلفیقی از آموزش روان‌شناختی، تمرین‌های شناختی-رفتاری، تمرین‌های ارتباطی، و خودبازنگری هیجانی است. در این جلسات، زوجین ضمن آگاهی از مفاهیم نظری عشق، مهارت‌هایی برای بازسازی هیجانی رابطه، مدیریت تعارض، و تقویت ابرازگری هیجانی می‌آموزند. همچنین، نقش فناوری‌های دیجیتال در روابط صمیمانه بررسی شده و راهکارهایی برای استفاده بهینه از آن‌ها ارائه می‌گردد. در ادامه، محتوای هر جلسه به‌طور خلاصه ارائه می‌شود:

جلسه اول: آشنایی و تعیین اهداف مداخله

در این جلسه شرکت‌کنندگان با ساختار جلسات، اهداف برنامه و یکدیگر آشنا می‌شوند. سپس به معرفی مفهوم عشق از دیدگاه روان‌شناسی و مرور نظریه مثلث عشق استرنبرگ (شامل سه مؤلفه: صمیمیت، شور، تعهد) پرداخته می‌شود. شرکت‌کنندگان میزان فعلی صمیمیت رابطه خود را ارزیابی می‌کنند و انتظارات خود از برنامه را بیان می‌نمایند.

جلسه دوم: مفهوم صمیمیت زناشویی و موانع آن

در این جلسه، تعریف علمی صمیمیت زناشویی و تفاوت آن با مفاهیم مشابه (نظیر نزدیکی جسمی یا صرفاً ارتباط کلامی) مورد بحث قرار می‌گیرد. سپس به بررسی موانع شکل‌گیری صمیمیت، از جمله ترس از افشا، اضطراب‌های ارتباطی و تجارب منفی گذشته پرداخته می‌شود.

جلسه سوم: آموزش مهارت‌های گوش‌دادن فعال و همدلی

هدف این جلسه، تقویت مهارت گوش‌دادن فعال و همدلی هیجانی است. زوجین با روش‌هایی آشنا می‌شوند که از طریق آن بتوانند با دقت و پذیرش بالا به احساسات و افکار همسر خود گوش دهند. تمرین‌های عملی برای بازسازی گفت‌وگوهای پرتنش انجام می‌شود.

جلسه چهارم: ابرازگری هیجانی و خودافشایی سالم

در این جلسه، اهمیت ابراز احساسات مثبت و منفی در بستر امن زناشویی بررسی می‌شود. شرکت‌کنندگان یاد می‌گیرند چگونه بدون قضاوت و دفاعی شدن، احساسات خود را با استفاده از جملات “من” بیان کنند. تمرین‌هایی برای خودافشایی تدریجی و احترام به مرزهای هیجانی انجام می‌شود.

جلسه پنجم: بررسی نقش اشتیاق و صمیمیت جنسی در عشق

این جلسه به ابعاد جنسی رابطه و نقش آن در مؤلفه اشتیاق اختصاص دارد. به شیوه‌ای علمی و بدون قضاوت به موضوعاتی مانند رضایت جنسی، صمیمیت جسمی، و موانع ارتباط جنسی مؤثر پرداخته می‌شود. همچنین تأثیر فناوری و رسانه بر تصویرسازی ذهنی و انتظارات جنسی مورد بررسی قرار می‌گیرد.

جلسه ششم: مدیریت تعارض و حل مسئله در روابط



در این جلسه، شرکت‌کنندگان با مهارت‌های شناختی و رفتاری حل تعارض، مانند روش‌های برد-برد، مصالحه، و مذاکره آشنا می‌شوند. الگوهای ناکارآمد تعارض (مثل کناره‌گیری یا خشونت کلامی) شناسایی شده و جایگزین‌های سالم تمرین می‌گردد.

جلسه هفتم: تعهد زناشویی و راه‌های تقویت آن

تمرکز این جلسه بر مؤلفه تعهد و پایداری رابطه است. تفاوت بین تعهد احساسی و تعهد اخلاقی بررسی می‌شود. راهکارهایی برای تقویت حس تعلق، هدف‌مندی مشترک و مقابله با بی‌وفایی هیجانی یا ذهنی آموزش داده می‌شود.

جلسه هشتم: تأثیر فناوری دیجیتال بر صمیمیت زناشویی

در این جلسه، کاربردها و تهدیدات فناوری‌های دیجیتال در روابط زناشویی بررسی می‌شود. به مسائلی چون اعتیاد به فضای مجازی، مقایسه‌گری با روابط دیگران در شبکه‌های اجتماعی، و مرزهای مجازی پرداخته شده و راهکارهایی برای استفاده هدفمند و مشترک از فناوری ارائه می‌شود.

جلسه نهم: بازسازی ارتباط و ایجاد خاطرات مشترک

این جلسه به تقویت معنای مشترک در رابطه و بازسازی لحظات مثبت اختصاص دارد. شرکت‌کنندگان به مرور خاطرات خوشایند، نوشتن نامه‌های محبت‌آمیز و طراحی فعالیت‌های مشترک در آینده می‌پردازند تا حس همدلی و شور دوباره فعال شود.

جلسه دهم: مرور، جمع‌بندی و ارزیابی پایانی

در جلسه پایانی، مروری جامع بر موضوعات جلسات پیشین انجام شده و میزان تغییرات در صمیمیت زناشویی ارزیابی می‌شود. شرکت‌کنندگان تجربیات خود از شرکت در برنامه را به اشتراک می‌گذارند و برنامه‌هایی برای تداوم تمرین‌ها و پیگیری تغییرات در زندگی واقعی طراحی می‌کنند. گواهی شرکت در پایان دوره اهدا می‌شود.

داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۷ تحلیل شدند. در مرحله اول، برای توصیف ویژگی‌های جمعیت‌شناختی از آمار توصیفی شامل فراوانی و درصد استفاده شد. سپس برای بررسی اثر مداخله بر صمیمیت زناشویی در سه مرحله (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری)، از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر (Repeated Measures ANOVA) استفاده شد. در ادامه، برای مقایسه‌های دوجه‌دو بین مراحل مختلف، از آزمون تعقیبی بونفرونی استفاده شد. سطح معناداری در تمام تحلیل‌ها برابر با ۰.۰۱ تعیین گردید.

یافته‌ها

در این مطالعه، میانگین سنی شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش ۳۴.۲۷ سال (انحراف معیار = ۴.۶۳) و در گروه کنترل ۳۳.۸۱ سال (انحراف معیار = ۵.۰۴) بود. در گروه آزمایش، ۹ نفر (۶۰٪) دارای تحصیلات دانشگاهی (کارشناسی یا بالاتر) و ۶ نفر (۴۰٪) دارای تحصیلات دیپلم یا کمتر بودند. در گروه کنترل نیز ۸ نفر (۵۳.۳٪) تحصیلات دانشگاهی و ۷ نفر (۴۶.۷٪) تحصیلات دیپلم یا پایین‌تر داشتند. میانگین طول مدت ازدواج در گروه آزمایش ۸.۷۲ سال و در گروه کنترل ۹.۱۴ سال بود. همچنین، ۱۲ نفر از شرکت‌کنندگان گروه آزمایش (۸۰٪) شاغل و ۳ نفر (۲۰٪) خانه‌دار بودند؛ در حالی که در گروه کنترل، ۱۱ نفر (۷۳.۳٪) شاغل و ۴ نفر (۲۶.۷٪) خانه‌دار بودند.



جدول ۱

آماره‌های توصیفی نمرات صمیمیت زناشویی در گروه‌های آزمایش و کنترل در سه مرحله

گروه	مرحله	میانگین (Mean)	انحراف معیار (SD)
آزمایش	پیش‌آزمون	۶۱.۴۷	۶.۳۲
آزمایش	پس‌آزمون	۷۴.۸۲	۵.۸۹
آزمایش	پیگیری	۷۳.۳۶	۶.۰۷
کنترل	پیش‌آزمون	۶۲.۱۸	۵.۷۷
کنترل	پس‌آزمون	۶۲.۹۴	۵.۶۹
کنترل	پیگیری	۶۲.۴۰	۵.۸۵

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین نمرات صمیمیت زناشویی در گروه آزمایش از پیش‌آزمون ($M = 61.47$, $SD = 6.32$) به پس‌آزمون ($M = 74.82$, $SD = 5.89$) افزایش یافته و در مرحله پیگیری ($M = 73.36$, $SD = 6.07$) نیز تا حدود زیادی حفظ شده است. در مقابل، میانگین نمرات گروه کنترل در طول سه مرحله تغییر معناداری نداشته است.

برای اطمینان از صحت تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر، پیش‌فرض‌های آماری بررسی شدند. آزمون کولموگروف-اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع نمرات صمیمیت در هر سه مرحله اجرا شد که در همه موارد، مقدار p بالاتر از 0.05 بود (پیش‌آزمون: $p = 0.163$ ، پس‌آزمون: $p = 0.088$ ، پیگیری: $p = 0.131$)، که نرمال بودن داده‌ها را تأیید می‌کند. همچنین، آزمون موچلی برای بررسی فرض کرویت اجرا شد ($Mauchly's W = 0.921$, $p = 0.278$) و نتیجه نشان داد که فرض کرویت برقرار است. علاوه بر این، بررسی همگنی واریانس‌ها از طریق آزمون لون ($Levene's test$) برای سه مرحله نشان داد که تفاوت معناداری بین واریانس گروه‌ها وجود ندارد (p های هر سه مرحله < 0.05)، بنابراین استفاده از ANOVA با اندازه‌گیری‌های مکرر مجاز بود.

جدول ۲

نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر برای نمرات صمیمیت زناشویی

منبع تغییر	SS	df	MS	F	p	η^2
اثر اصلی زمان	۱۶۸۴.۱۲	۲	۸۴۲.۰۶	۲۴.۳۷	< .۰۰۱	.۴۶۸
تعامل گروه × زمان	۱۴۹۲.۷۷	۲	۷۴۶.۳۹	۲۱.۶۰	< .۰۰۱	.۴۴۲
اثر گروه	۱۳۸۵.۴۹	۱	۱۳۸۵.۴۹	۳۸.۱۲	< .۰۰۱	.۵۶۹
خطا	۱۲۹۲.۳۶	۳۶	۳۵.۹۰			

بر اساس جدول ۲، اثر اصلی زمان ($F(2,36) = 24.37$, $p < 0.001$) و تعامل زمان × گروه ($F(2,36) = 21.60$, $p < 0.001$) هر دو از نظر آماری معنادار هستند. همچنین، اثر اصلی گروه نیز معنادار بود ($F(1,36) = 38.12$, $p < 0.001$). این نتایج نشان می‌دهد که تغییرات نمرات صمیمیت زناشویی در طول زمان وابسته به نوع گروه (آزمایش یا کنترل) بوده و مداخله تأثیر معناداری داشته است.



جدول ۳

آزمون تعقیبی بونفرونی برای مقایسه نمرات صمیمیت در مراحل مختلف در گروه آزمایش

مقایسه	تفاوت میانگین	خطای استاندارد	p
پیش‌آزمون - پس‌آزمون	-۱۳.۳۵	۱.۸۲	<.۰۰۱
پیش‌آزمون - پیگیری	-۱۱.۸۹	۱.۹۷	<.۰۰۱
پس‌آزمون - پیگیری	۱.۴۶	۱.۳۶	.۲۸۱

یافته‌های جدول ۳ نشان می‌دهد که اختلاف میان پیش‌آزمون با پس‌آزمون ($p < .001$) و پیش‌آزمون با پیگیری ($p < .001$) از نظر آماری معنادار است. اما تفاوت بین پس‌آزمون و پیگیری ($p = .281$) معنادار نیست؛ بدین معنا که سطح صمیمیت پس از پایان جلسات تا مرحله پیگیری حفظ شده و کاهش معناداری نداشته است.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که مداخله آموزشی مبتنی بر نظریه مثلث عشق استرنبرگ منجر به افزایش معنادار در سطح صمیمیت زناشویی شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش شد، در حالی که گروه کنترل در این زمینه تغییری نشان نداد. همچنین، نتایج پیگیری پنج‌ماهه نشان داد که اثرات مداخله در بلندمدت نیز پایدار باقی مانده‌اند. این یافته حاکی از آن است که آموزش مؤلفه‌های صمیمیت، تعهد و اشتیاق در چارچوب یک پروتکل ساختاریافته می‌تواند به بهبود کیفیت روابط زناشویی در عصر دیجیتال کمک کند. چنین نتایجی بیانگر آن است که نظریه استرنبرگ همچنان قابلیت انطباق با تحولات فناوریانه روابط انسانی را دارد، به شرط آنکه در قالب مداخلات آموزشی نوین بازتعریف شود.

یکی از مهم‌ترین ابعاد مداخله، توجه به صمیمیت در بستر فناوری‌های دیجیتال بود؛ نتایج حاکی از آن است که آموزش مهارت‌های ارتباطی دیجیتال (نظیر خودافشایی در پیام‌رسان‌ها، گوش‌دادن فعال در تماس‌های تصویری، مدیریت زمان آنلاین و تفکیک فضای کاری-عاطفی) توانسته است درک زوجها از یکدیگر را افزایش دهد و سطح نزدیکی روانی را تقویت کند. این نتیجه با مطالعاتی همسو است که بر نقش مهم سبک استفاده از فناوری در کیفیت رابطه زناشویی تأکید داشته‌اند. به عنوان مثال، (Parsakia & Rostami, 2023) بیان می‌کند که صمیمیت دیجیتال هنگامی شکل می‌گیرد که استفاده از فناوری در راستای حمایت هیجانی، تعامل مستمر و توجه متقابل باشد. همچنین (Hwang et al., 2023) در پژوهشی در زمینه خانواده‌های کره‌ای در دوران پاندمی نشان داد که ارتباطات دیجیتال مؤثر می‌تواند جای خالی حضور فیزیکی را تا حدی جبران کند و سطح پیوندهای هیجانی را ارتقاء دهد.

افزایش مؤلفه صمیمیت در این پژوهش، نشان‌دهنده آن است که آموزش مهارت‌های خودافشایی هیجانی، ابراز محبت کلامی و استفاده هدفمند از رسانه‌های دیجیتال، منجر به تقویت تعاملات عاطفی شده است؛ این مسئله با یافته‌های (Fu et al., 2023) همسو است که نشان داد ارتباط دیجیتال جایگزینی بالقوه برای فقدان تعامل حضوری در دوران بحران‌های اجتماعی و بهداشتی است. همچنین، یافته‌های (Jeon et al., 2025) حاکی از آن است که سواد دیجیتال، نقش تعدیل‌کننده مهمی در رضایت زندگی زناشویی دارد؛ بدین معنا که افراد دارای سطح بالاتری از سواد دیجیتال، بهتر می‌توانند تعاملات عاطفی خود را در بستر فناوری تنظیم کنند. در پژوهش حاضر نیز آموزش سواد دیجیتال رابطه‌ای، یکی از ارکان کلیدی در طراحی مداخله بود که می‌تواند بخشی از موفقیت آن را تبیین کند.



نتایج پژوهش با یافته‌های (Inman, 2023) نیز همخوانی دارد. این محقق تأکید کرده است که هرگونه افزایش در درک متقابل و پاسخ‌دهی هیجانی به نیازهای روانی شریک زندگی، منجر به تعمیق صمیمیت می‌شود؛ نکته‌ای که در پژوهش حاضر نیز با استفاده از تمرین‌های همدلی، بازتاب هیجانی و گوش دادن فعال در فضای واقعی و مجازی دنبال شده است. همچنین (Fang, 2024) بر اهمیت مالکیت روانی در فضای مجازی و تأثیر آن بر رضایت ارتباطی تأکید دارد؛ در این پژوهش نیز با تنظیم مرزهای شفاف در استفاده از ابزارهای دیجیتال، حس مالکیت افراطی و سوءتفاهم‌های ناشی از آن کاهش یافته و فضا برای صمیمیت واقعی‌تر مهیا شده است.

یکی دیگر از یافته‌های مهم پژوهش، افزایش احساس تعهد در میان زوجها پس از مداخله بود. این یافته با نتایج مطالعه (Schafer et al., 2020) همخوان است که نشان داد بین مؤلفه‌های صمیمیت، تعهد و رضایت زناشویی، رابطه‌ای مثبت و دوسویه وجود دارد. آموزش‌های ارائه‌شده در زمینه بازسازی اعتماد، طراحی اهداف مشترک و گفت‌وگوی آینده‌محور از جمله عوامل احتمالی تقویت تعهد در زوجها بود. همچنین، مطالعه (N. & Palanisamy, 2025) نشان داده است که افراد در روابط دیجیتال با تعارض تعهد مواجه‌اند؛ اما با افزایش آگاهی و مهارت‌های شناختی-هیجانی، می‌توان تعهد را احیا کرد.

در خصوص مؤلفه شور و اشتیاق نیز، مداخله توانست موجب افزایش ارتباطات مثبت، شوخ‌طبعی، ابراز محبت جسمی و بازآفرینی خاطرات خوشایند بین زوجها شود. این یافته با پژوهش (Jamaluddin et al., 2024) همسو است که نشان داد تجربه‌های دیجیتالی مشترک مانند تماشای فیلم، گوش دادن به موسیقی یا بازی‌های آنلاین دوفره، به افزایش احساس رضایت و پیوند عاطفی کمک می‌کند. همچنین، (Koay et al., 2023) بر این باور است که کیفیت ارتباطات دیجیتال، در بسیاری از موارد می‌تواند پیش‌بینی‌کننده میزان تعهد عاطفی و حتی رفتارهای اجتماعی مانند رأی‌دادن یا مشارکت مدنی باشد.

از سوی دیگر، پژوهش حاضر تأیید کرد که بدون آموزش و مدیریت صحیح، استفاده افراطی یا نادرست از فناوری می‌تواند به تخریب رابطه منجر شود. یافته‌های (Abdulkareem et al., 2024) و (Timoshkin, 2023) نیز بر همین نکته تأکید دارند. به‌ویژه (Abdulkareem et al., 2024) نشان داد که بار شناختی ناشی از فناوری می‌تواند منجر به فرسودگی شغلی و نارضایتی رابطه‌ای شود. در این پژوهش، با آموزش راهکارهای مدیریت زمان، کاهش اعتیاد دیجیتال و برقراری مرزهای مجازی-واقعی، تا حدود زیادی از این تهدیدات کاسته شد.

در مجموع، نتایج این پژوهش هم‌راستا با دیدگاه‌های (Parsakia & Rostami, 2023) و (Al-Rahmi et al., 2023) است که تأکید دارند روابط زناشویی در عصر دیجیتال نیازمند بازنگری در چارچوب‌های سنتی، بازتعریف صمیمیت و آموزش مهارت‌های ارتباطی جدید است. آنچه پژوهش حاضر را متمایز می‌کند، طراحی مداخله‌ای تلفیقی بر پایه نظریه روان‌شناختی سنتی و مقتضیات زندگی دیجیتال امروزی است؛ الگویی که می‌تواند مبنایی برای برنامه‌های آموزشی گسترده‌تر در حوزه سلامت خانواده در عصر فناوری قرار گیرد.

یکی از محدودیت‌های این پژوهش، حجم نمونه نسبتاً محدود آن بود که تعمیم‌پذیری نتایج را کاهش می‌دهد. همچنین، با توجه به انجام پژوهش در شهر تهران، نتایج ممکن است برای سایر بافت‌های فرهنگی یا جغرافیایی صدق نکند. از سوی دیگر، ابزارهای اندازه‌گیری بر پایه خودگزارش‌دهی بودند که می‌تواند با سوگیری شناختی یا هیجانی همراه باشد. همچنین، اگرچه تلاش شد نقش متغیرهای مداخله‌گر کنترل شود، اما امکان تأثیر عوامل بیرونی نظیر سطح تحصیلات، وضعیت اشتغال یا سبک‌های دلبستگی زوجین وجود دارد.

برای پژوهش‌های آینده پیشنهاد می‌شود که این مداخله در بافت‌های فرهنگی متنوع‌تری اجرا شود تا میزان انطباق آن با تفاوت‌های فرهنگی مورد سنجش قرار گیرد. همچنین، بررسی اثرات بلندمدت‌تر مداخله در بازه‌های زمانی بیش از شش ماه می‌تواند پایداری نتایج را روشن‌تر سازد. استفاده از ابزارهای عینی مانند تحلیل محتوای پیام‌های دیجیتال زوجین یا مشاهده تعاملات نیز می‌تواند به غنای داده‌ها بیفزاید.



افزون بر این، بررسی نقش متغیرهای واسطه‌ای همچون خودتنظیمی دیجیتال یا سبک دلبستگی در اثربخشی مداخله می‌تواند مسیرهای علی پیچیده‌تری را آشکار کند.

با توجه به اثربخشی مثبت مداخله، توصیه می‌شود مشاوران خانواده و روان‌درمانگران از چارچوب نظری مثلث عشق استرنبرگ در طراحی مداخلات دیجیتال محور بهره ببرند. همچنین، سیاست‌گذاران در حوزه سلامت خانواده می‌توانند برنامه‌های آموزشی برای ارتقاء سواد دیجیتال رابطه‌ای زوجها تدوین نمایند. مدارس و نهادهای فرهنگی نیز می‌توانند نقش مهمی در آموزش روابط دیجیتال سالم ایفا کنند. در نهایت، طراحی اپلیکیشن‌ها و بسترهای ارتباطی باید به گونه‌ای باشد که صمیمیت، احترام و تعهد را در ارتباطات زناشویی تسهیل نمایند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در این پژوهش ما را یاری نمودند تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازن اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازن و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی رایت ارسال خواهد شد.

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

References

- Abdulkareem, A. K., Ishola, A. A., Bello, M. L., & Adejumo, A. (2024). The Dark Side of Digitalization: Examining the Impact of Digital Overload on Job Autonomy and Job Satisfaction. *Journal of Information Communication and Ethics in Society*, 22(3), 354-371. <https://doi.org/10.1108/jices-07-2023-0091>
- Al-Rahmi, W. M., Al-Adwan, A. S., Al-Maatouk, Q., Othman, M. S., Alsaud, A. R., Almogren, A. S., & Al-Rahmi, A. M. (2023). Integrating Communication and Task-Technology Fit Theories: The Adoption of Digital Media in Learning. *Sustainability*, 15(10), 8144. <https://doi.org/10.3390/su15108144>
- Arimbawa, I. G. N. P. A., Hendrayanti, N. P. N., & Heriawan, I. G. T. H. (2024). Analisis Penggunaan Teknologi Digital Dalam Berkomunikasi Driver Tour Guide Untuk Meningkatkan Pengalaman Wisatawan. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(11), 4515-4525. <https://doi.org/10.46799/jsa.v5i11.1535>



- Atasever, A. N., Çelik, L., & Eroğlu, Y. (2023). Mediating Effect of Digital Addiction on the Relationship Between Academic Motivation and Life Satisfaction in University Students. *Participatory educational research*, 10(1), 17-41. <https://doi.org/10.17275/per.23.2.10.1>
- Chang, L., Cai, D., & Liu, Z. (2024). Research on the Multimodal Integration of Visual Communication Design and Public Art in Digital Perspective. *Applied Mathematics and Nonlinear Sciences*, 9(1). <https://doi.org/10.2478/amns-2024-1286>
- Fang, L. B. (2024). Ownership Leads to Conflicts: The double-Edged Impact of Psychological Ownership on Communication Satisfaction in Virtual Communities. *Information Technology and People*. <https://doi.org/10.1108/itp-08-2023-0768>
- Fernandes, R., Sousa, B., Fonseca, M. J., & Oliveira, J. (2023). Assessing the Impacts of Internal Communication: Employer Branding and Human Resources. *Administrative Sciences*, 13(6), 155. <https://doi.org/10.3390/admsci13060155>
- Fu, X., Hwang, W., & Silverstein, M. (2023). Digital Communication as Compensation for Infrequent in-Person Contact With Grandchildren During the Pandemic. *Innovation in Aging*, 7(Supplement_1), 439-439. <https://doi.org/10.1093/geroni/igad104.1446>
- Hien, B. N. (2024). Digital Empowerment in Vietnam: How Public Sector Innovation Boosts Citizen Satisfaction. *Arch. Sci.*, 74(2), 124-132. <https://doi.org/10.62227/as/74218>
- Hwang, W., Min, J., Brown, M., & Silverstein, M. (2023). Intergenerational Solidarity and Digital Communication During the Covid-19 Pandemic in South Korea: Implications for Dyadic Well-being. *Family Process*, 63(2), 912-931. <https://doi.org/10.1111/famp.12928>
- Inman, J. S. (2023). Evaluating the Influence of Reciprocity of Meeting Partner's Temperament Needs in Terms of Marital Intimacy. <https://digitalcommons.liberty.edu/doctoral/4685/>
- Jamaluddin, J., Alam, R., Hatidja, S., & Mariana, L. (2024). Customer Service Management Strategies in the E-Commerce Era: Enhancing Customer Loyalty Through Digital Experiences. *Jurnal Nawala*, 1(6), 139-152. <https://doi.org/10.62872/k8savq47>
- Jeon, Y., Choi, S.-M., & Kang, D. E. (2025). The Relationship Between Socioeconomic Status and Life Satisfaction Among Older Adults: Focusing on the Moderating Effect of Digital Literacy. *Cent Social Welf Res Yonsei Univ*, 84, 35-65. <https://doi.org/10.17997/swry.84.1.2>
- Jung, K. (2024). The Mediating Effect of Digital Literacy in the Relationship Between Learning Satisfaction and Learning Flow of Middle School Students in Learning Using Smart Devices. *Korean Association for Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 24(6), 687-701. <https://doi.org/10.22251/jlcci.2024.24.6.687>
- Kamarova, T. A., & Tonkikh, N. (2024). The Impact of Digitalization of Employment on the Work-Children Balance: A Gender Aspect. *Herald of Omsk University Series Economics*, 22(4), 63. [https://doi.org/10.24147/1812-3988.2024.22\(4\).63-73](https://doi.org/10.24147/1812-3988.2024.22(4).63-73)
- Kim, Y. M. (2025). The Mediating Effect of Life Satisfaction in the Relationship Between Digital Literacy and Digital Citizenship. *Edu Res Institute*, 23(2), 171-188. <https://doi.org/10.31352/jer.23.2.171>
- Koay, Y.-Y., Eng, Y. K., & Wong, C. Y. (2023). The Contradictory Effects of Digital Access and Life Satisfaction on Voting Behaviours: a Retrospective Look at the 2008 Malaysian General Election. *International Journal of Business and Society*, 24(1), 292-311. <https://doi.org/10.33736/ijbs.5617.2023>
- Malarvizhi, C. A., Nambiar, T. J., Rahman, H. M. M., & Othman, N. (2024). Effect of Remote and Hybrid Working on Employee Performance and Job Satisfaction During Post Pandemic. *Kuey*. <https://doi.org/10.53555/kuey.v30i9.7209>
- Mulyadi, A. I., & Prihantoro, E. (2025). The Influence of Information Quality and Public Relations Services at SMAN 7 Depok Using Whatsapp Group on Student Parent Satisfaction. *Devotion Journal of Research and Community Service*, 6(2), 206-229. <https://doi.org/10.59188/devotion.v6i2.25430>
- N., K., & Palanisamy, V. (2025). Comparative Analysis of Relationship Satisfaction: "A Study on Individuals Engaging in Dating Apps Versus Traditional Methods". *International Journal for Multidisciplinary Research*, 7(2). <https://doi.org/10.36948/ijfmr.2025.v07i02.38549>
- Nam, E. W., Jung, H., & Lee, H. (2024). Impact of Digital Literacy on Life Satisfaction Among Older Adults in South Korea: Analysis of the Mediating Effect of Social Capital (Preprint). <https://doi.org/10.2196/preprints.68163>
- Parsakia, K., & Rostami, M. (2023). Digital Intimacy: How Technology Shapes Friendships and Romantic Relationships. *AI and Tech in Behavioral and Social Sciences*, 1(1), 27-34. <https://doi.org/10.61838/kman.aitech.1.1.5>
- Schafer, K., Hanson, T., & Brown, S. (2020). Examining the relationship between marital intimacy and marital satisfaction. *Human Relations Journal*, 73(4), 543-568. <https://digitalcommons.liberty.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=5964&context=doctoral>
- Shahriar, H., & Habibul, B. M. (2024). Exploring the Impact of Digital Tools on Business Communication. *International Journal of Applied Research in Business and Management*, 5(2). <https://doi.org/10.51137/wrp.ijarbm.2024.hset.45621>
- Sholihah, E., & Ariyani, D. (2023). Intensi Kontinuitas Penggunaan Digital Payment: Peran Mahasiswa Sebagai Warga Keuangan Digital. *Jurnal Manajemen & Bisnis Jayakarta*, 4(02), 73-84. <https://doi.org/10.53825/jmbjayakarta.v4i02.157>
- Timoshkin, D. (2023). Nationalism, Purity, and Danger: "Cross-Border Intimacy" in Russian Digital Media. *Sotsiologicheskoe Obozrenie / Russian Sociological Review*, 22(2), 154-178. <https://doi.org/10.17323/1728-192x-2023-2-154-178>
- Trapsila, A. P. (2025). The Impact of Digital Communication and Nusantara's Local Cultural Values (Ugahari) on Work-Life Balance: Does the Paradox of Technology Exist? *International Journal of Cross Cultural Management*. <https://doi.org/10.1177/14705958251350464>

