

Tartu Ülikool
Psühholoogia Instituut

Siiri Tann

**FACEBOOKI SUHTESTAATUSE JA INTIIMSUHTEGA RAHULOLU SEOSSED
EESTI NAISTUDENGITE NÄITEL**

Seminaritöö

Juhendaja: Liisi Kõöts-Ausmees (PhD)

Läbiv pealkiri: Facebook ja suhtega rahulolu

Tartu 2014

Facebooki suhtestaatuse ja intiimsuhtega rahulolu seosed Eesti naistudengite näitel**KOKKUVÕTE**

Käesolevas töös uuriti, kuidas on omavahel seotud Facebooki kasutamise aeg, Facebooki suhtestaatus, tülitsemise sagedus ning suhtega rahulolu. Kontrolltingimusteks olid üldine eluga rahulolu ning positiivne ja negatiivne afektiivsus. Valimisse kuulusid 338 Eesti naistudengit, kes olid suhtes. Korrelatsioonianalüüsist ja t-testist selgus, et mida rohkem aega Facebookis veeta, seda väiksem on suhtega rahulolu ning Facebooki suhtestaatuses oma suhet demonstreerivad naised on oma suhtega rahulolevamad kui naised, kes suhet Facebookis ei demonstreeri. Käesolevas töös on selgitatud sotsiaalvõrgustike uurimise olulisust ning arutletud töö tulemuste ja võimalike edasiste uurimisvõimaluste üle.

Märksõnad: Facebook, suhtega rahulolu, tülitsemine, PANAS, CSI

Connections between Facebook relationship status and satisfaction with intimate relationship in Estonian female undergraduates

ABSTRACT

In this seminary paper, connections between usage of Facebook, relationship status in Facebook, frequency of arguing with a partner and intimate relationship satisfaction were investigated. Controlling variables were general life satisfaction and positive and negative affect. 338 committed Estonian female undergraduates participated in the survey. It appeared from the correlation analysis and t-test that women who spend more time on Facebook are less satisfied with their relationship, and women who demonstrate their relationship in their Facebook relationship status are more satisfied with their relationship than those who don't demonstrate it. In this paper, the importance of the topic is explained and the results of the paper and possible new surveys are discussed.

Keywords: Facebook, relationship satisfaction, arguing, PANAS, CSI

SISSEJUHATUS

Sotsiaalvõrgustik Facebook on levinud üle maailma (Fox & Warber, 2013) ning sellel on üle 1,3 miljardi kasutaja (Statistic Brain, n.d.), olles seega kõige populaarsem sotsiaalvõrgustiku lehekülge maailmas (Fox, Warber & Makstaller, 2013). Suhtlusvõrgustike, eriti Facebooki mõju inimestele on kasvamas (Papp, Danielewicz & Cayemberg, 2012) ning neist on saanud peamine meedium inimestevaheliseks suhtlemiseks (Fox & Warber, 2013) ja suhete säilitamiseks (Dainton, 2013). Need on peamised põhjused, miks paljud teadlased uurivad, kuidas erinevad tehnoloogiad, sh Facebook, mõjutavad inimeste igapäevaelu (Papp jt, 2012).

Fox ja Warber (2013) arvavad, et sotsiaalmeedia ajastul ei ole kommunikatsioonitehnoloogiad üksnes vahendid, mis hõlbustavad inimeste omavahelist suhtlust, vaid need on vahendid, mis rajavad, kujundavad ja isegi defineerivad inimestevahelisi suhteid. Facebookis tehtavate avalike teadaannete ja potentsiaalse saadava tagasiside tõttu on võimalik, et sotsiaalvõrgustikel on nüüd rohkem kui varasematel aegadel mõju isiku enda ja teiste isikutega seotud otsuste tegemiste üle, ka nende, mis on seotud romantiliste suhetega (Fox & Warber, 2013). Inimesed on varemgi väljendanud oma suhtestaatumust, näiteks kandes abielusõrmust, kuid sotsiaalvõrgustike abil saab isiklikku informatsiooni jagada rohkematele inimestele ja kiiremini kui näost näkku kohtudes (Fox jt, 2013). Facebook on seotud ka intiimsuhte arengu ja suhtega rahulolematusega (Sheldon, Abad & Hinsch, 2011). On leitud, et kõige populaarsem meetod, kuidas läheneda potentsiaalsele partnerile Facebookis, on märkida oma suhtestaatus vallaliseks (Young, Dutta & Dommety, 2009). Võib oletada, et sotsiaalvõrgustike kasutamine võib lisada romantilistesse suhetesse keerukust (Elphinston & Noller, 2011), lisades nii-öelda uue dimensiooni, mida sotsiaalvõrgustike-eelsel ajal ei olnud. Facebooki olemus annab sotsiaalvõrgustiku liikmetele ligipääsu informatsioonile, mis on seotud romantilise suhtega, suhtestaatusega, piltidega, teiste inimeste kommentaaridega ning suhtlusega partnerite endi vahel (Fox jt, 2013).

Mitmed uuringud on näidanud, et Facebook võib olla seotud inimeste heaoluga ja mitmete emotsioonidega, st et Facebook mängib rolli indiviidide heaolus ja teiste inimestega ühenduses olemises. Gonzales ja Hancock (2011) leidsid, et oma personaalse info vaatamine ja redigeerimine Facebookis ennustab kasutaja enesehinnangu tõusu. Sheldon jt (2011) leidsid, et Facebook tekitab inimestes rahulolutunde, justkui oleksid nad teistega rohkem seotud; seevastu Facebookist eemalolek suurendas nende tunnet, et nad pole teistega seotud.

Seda toetab ka Baumeister ja Leary (1995) leid, et sotsiaalse ühendatuse tunnetamine võib tõsta psühholoogilist heaolutunnet. Niisiis võib oletada, et Facebook rahuldab inimeste vajadusi, mis on seotud lähedustunde kogemisega. Võib olla, et mõnede inimeste puhul on Facebook üks põhilistest võimalustest, kuidas vähendada suhtega seonduvat ebakindlust suhte alguse faasides (Fox jt, 2013), sest partneri profiili vaadatakse muuhulgas selleks, et saada informatsiooni oma suhte kohta (Muise, Christofides & Desmarais, 2009). Paraku võib Facebook tekitada ka tugevaid negatiivseid emotsioone. Facebooki tähtsus inimeste elus võib olla seotud intiimsuhtega rahulolematusega, sest kogetakse armukadedust (Muise jt, 2009) ja seirekäitumisi (*surveillance behaviors*) (Elphinston & Noller, 2011). Inimesed, kes veedavad Facebookis rohkem aega, võivad kogeda suhtega seotud rahulolematust, sealhulgas armukadedust: näiteks võidakse muutuda armukadedaks, kui partner on lisanud uue vastassoost sõbra (Muise jt, 2009). Hand, Thomas, Buboltz, Deemer ja Buyanjargal (2013) leidsid negatiivse seose partneri poolt sotsiaalvõrgustike kasutamise ja lähedustunde vahel, oletades, et tegemist võib olla atributsiooniveaga (*attributional bias*), mille puhul partneri *online* sotsiaalmeedia kasutamist tajutakse negatiivsena, kuid enda *online* sotsiaalmeedia kasutamist mitte. Siit võib järeldada, et Facebooki kasutus ja selle olulisus elus saab mõjutada romantilist suhet üsnagi negatiivselt. Nähes Facebooki mõju sotsiaalses suhtluses, on vaja veelgi põhjalikumalt uurida Facebooki rolli romantilistes suhetes (Fox & Warber, 2013).

Inimeste profiilide koostamise uuringutes on leitud, et profiilis avaldatav info on hoolikalt kaalutletud ning profiili eesmärgiks on peegeldada isiku tegelikule elule vastavaid andmeid (Back, Stopfer, Vazire, Gaddis, Schmukle, Egloff & Gosling, 2010). Facebook annab võimaluse kuvada suhtestaatust või peita see üldse, ning valida, kellele millist infot näidata. Isikliku info jagamine on Nosko, Woodi ja Molema (2010) kohaselt küllaltki levinud, sealhulgas ka suhtestaatuse kuvamine (Lampe, Ellison & Steinfield, 2007). Lisaks suhtestaatusele on hakatud uurima ka kuvatavaid pilte, näiteks on J. Sarachan kirjutanud peatüki 2010.aastal ilmunud raamatus „*Facebook and philosophy: what's on your mind?*“

Sugudevahelised erinevused

Lisaks sellele, et uurida Facebooki kasutamist, selle mõju lähisuhetele ja inimese elule, on oluline uurida ka sugudevahelisi erinevusi. Kõigepealt oleks vaja teada, kes kasutab Facebooki rohkem, kas mehed või naised. Vastuse sellele on leidnud Rebtel (2011), kus leiti, et naised kasutavad sotsiaalvõrgustikke tihedamini kui mehed ning Fox jt (2013) leidsid, et naised veedavad sotsiaalvõrgustikes rohkem aega. Põhjuseks võib olla see, et naistel on

suurem surve hoida suhteid (Fox & Warber, 2013). Mansson ja Myers (2011) leidsid, et naised avaldavad suurema tõenäosusega Facebookis kiindumust kui mehed.

Üldiselt võib öelda, et partnerid, kes on suhtega rohkem rahul, on suurema tõenäosusega rohkem pühendunud ja investeerivad suhtesse rohkem (Hand jt, 2013). Kuigi nii mehed kui naised kasutavad lühi- ja pikaajalisi strateegiaid partneri leidmiseks, tähtsustavad täiskasvanud naised rohkem pikaajalist suhet, millesse palju investeeritakse (Fox & Warber, 2013) ning üliõpilastest naised tähtsustavad truudust ja emotsionaalset lähedust oma partneriga rohkem kui mehed (Fuhrman, Flannagan & Matamoros, 2009). Kuigi meestel ja naistel on mitmed sarnased käitumismalle või ootusi oma romantilisele partnerile, on naistel kombeks kehtestada suuremal arvul „reegleid“ seoses oma suhtega ning naised eeldavad endalt ka suuremat kinnipidamist neist põhimõtetest (Fuhrman jt, 2009). Harmoonilise suhte hoidmine on positiivne naiste enesehinnangu ennustaja, aga mitte meeste (Reid, 2004). Naised tahavad kindlustada oma mehe pühendumust ja vähendada kolmandate osapoolte sekkumist oma suhtesse ning suhte avalikustamisega Facebookis saavad nad teistele naistele signaaliseerida, et nende mees on juba „võetud“ (Fox & Warber, 2013). Niisiis võimaldab Facebookis suhte avalikustamine teavitada suhtest ka teisi oma sotsiaalvõrgustikus olijaid, niimoodi kindlustades oma ressursse ja peletades eemale teisi naisi (Fox & Warber, 2013). Naised usuvad suurema tõenäosusega kui mehed, et Facebookis suhte avalikustamisega saab teistelt inimestelt tähelepanu nii sisse- kui väljalogitult (Fox & Warber, 2013).

On leitud, et suhtele nimetuse andmine või suhte defineerimine tähendab partneritele erinevaid asju ning see võib tekitada tülisid (Fox & Warber, 2013). Ühes uuringus, milles on uuritud suhte terminoloogiat, leidsid teadlased (Fox & Warber, 2013), et osalejad võisid kasutada erinevaid väljendeid sama suhte kohta; näiteks arvas üks partner, et suhe on „romantiline“ (*romantic*), aga teine kirjeldas seda kui „pealiskaudne“ (*casual*). Uurijad järeldasid, et erinevad nimetused suhte kohta viitavad sellele, et partnerid võivad näha oma suhet olevat erinevates pühendumise ja arengustaadiumides (Fox & Warber, 2013). Kui partnerid on nõus panema „hõivatud“ suhtestaatuse Facebooki, võivad naised seda võtta kui märki, et nende suhe on monogaamne ja tõsine, ja et mõlemad partnerid on pühendunud, kuid mehed ei pruugi nii oma naispartneri kohta arvata (Fox & Warber, 2013). Veelgi enam, mehed võivad kasutada seda strateegiat, et kindlustada ühe naise truudus, samal ajal otsides uusi suhteid, sest nad ei pruugi arvata, et Facebookis „hõivatud“ olemine on nii tõsine, nagu partner võib arvata (Fox & Warber, 2013). Selline partnerite tegeliku suhtestaatuse

arusaamade erinevus – hoolimata sellest, mida Facebookis avaldatakse – võib põhjustada suhteprobleeme ja isegi suhte lõpetamist (Fox & Warber, 2013). Teisest küljest, mõndade üliõpilaste arvates on Facebookis suhte avalikustamine suhtesse pühendumise indikaator (Fox jt, 2013). Enne avalikustamist on paaride vahel arutelu, kas avalikustada suhe või mitte ning seda tehakse tavaliselt siis, kui arvatakse, et suhe on stabiilne (Fox jt, 2013). Niisiis võib öelda, et selleteemalised uuringutulemused on pisut vastuolulised, ning selguse saamiseks peaks interneti mõju inimeste elule rohkem uurima. Erinevates uuringutes on leitud, et naistele on Facebookis suhte demonstreerimine olulisem ning seetõttu on käesoleva uuringu valimis ainult naised.

Suhte avalikustamine

Papp ja kolleegid (2012) leidsid, et mehed, kellel on Facebookis suhet demonstreeriv staatus, on oma suhtega rohkem rahul ning sellise staatuse kuvamise puhul on rahulolevamad ka nende naispartnerid; seevastu naised, kellel on Facebookis suhet demonstreeriv staatus, on samuti oma suhtega rohkem rahul, kuid nende meespartneritele naise staatuse kuvamine mõju ei avalda. Sarnane olukord on piltidega: naised, kes demonstreerisid Facebooki profiilipildil oma suhet, olid oma suhtega rohkem rahul (Papp jt, 2012). See uuring toob jällegi välja, et mehed ja naised väärtustavad suhte avalikustamist erinevalt. Hoopis vastupidist väidab Dainton (2013), kes leidis, et Facebookis toimuv suhet säilitav käitumine (*maintenance behavior*) ei avalda mõju suhtega rahulolule.

Mis puutub tülidesse, siis Papp jt (2012) leidsid, et Facebookis oleva suhtestaatus pärast on paarid läinud tülli ning see vähendab suhtega rahulolu naistel, kuid mitte meestel. Ka Fox jt (2013) leidsid, et Facebookis oleva suhtestaatus pärast on paarid olnud erinevatel arvamustel ning need lahkkelid on seotud suhtega rahulolematusega.

Rahulolu seosed emotsionaalse kogemusega ja isiksusega

Isiksus on tähtis subjektiivse heaolu korrelaat (Brajša-Žganec, Ivanović & Kaliterna Lipovčan, 2011) ning seetõttu on uuringusse sisse lülitatud ka inimese üldisi positiivseid ja negatiivseid emotsionaalseid kogemusi kirjeldav küsimustik *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS). Põhjus on see, et tuleb kontrollida ega uuringusse pole sattunud ainult negatiivseid või ainult positiivseid emotsioone kogevad inimesed.

Eestis on eluga rahulolu ja PANASE vahelisi seoseid uurinud Kõöts-Ausmees, Realo ja Allik (2013), kes leidsid, et inimesed, kes kogevad rohkem positiivseid emotsioone, hindavad oma eluga rahulolu kõrgemaks, sealjuures rohkemate negatiivsete emotsioonide kogemine ennustab madalamat eluga rahulolu. Positiivsete emotsioonide kogemine on seotud saavutustega elus, suhete ja koostööga teiste inimestega ja positiivsete intiimsuhetega (Kõöts-Ausmees, Realo & Allik, 2013). Positiivsed emotsioonid edendavad tervist ja aitavad suurendada psühholoogilist vastupidavust (*fuel psychological resilience*), sest nad aitavad hankida vajalikke füüsilisi, intellektuaalseid ja sotsiaalseid ressursse (Fredrickson, 2001). Ka Cohn, Fredrickson, Brown, Mikels ja Conway (2009) leidsid, et õnnelikud inimesed on eluga rohkem rahul, sest nad tunnevad end paremini ning suudavad arendada ressursse, et elada paremini. Fredrickson (2000) leidis, et inimesed saavad suurendada oma psühholoogilist heaolu, suurendades positiivsete emotsioonide hulka oludele vastavates olukordades ning saavad seeläbi paremini hakkama negatiivsete emotsioonidega. Ka on leitud, et positiivsete emotsioonide kogemine kroonilise stressi ajal aitab inimestel eluga paremini toime tulla (Fredrickson, 2001). On leitud, et inimesed, kes kogevad raske kaotuse ajal positiivseid emotsioone, teevad suurema tõenäosusega pikaajalisi plaane ja seavad endale eesmärgid ning need positiivsed emotsioonid, plaanid ja eesmärgid ennustavad suuremat psühholoogilist rahulolu 12 kuud pärast rasket kaotust (Fredrickson, 2001).

Käesoleva töö tähtsus

Käesolevas uuringus on proovitud leida seoseid Facebookis intiimsuhte demonstreerimise ja reaalelus intiimsuhtega rahulolu vahel. Selline uuring on tähtis mitmel põhjusel. Esiteks, juba tehtud uuringutes on leitud seoseid Facebooki ja intiimsuhete vahel, mis viitab sellele, et Facebook võib mõjutada inimesi (Papp jt, 2012). Teiseks, kuna Facebooki tähtsus inimeste eludes on kasvanud, on paarid sellest omavahel ka rohkem rääkima hakanud (Papp jt, 2012). Seetõttu võib eeldada, et Facebooki kasutamine ja profiilis oleva info avaldamine võib paaridele kõneainet pakkuda ning neid isegi tülli ajada (Papp jt, 2012). Kolmandaks, kui on teada, kuidas võib Facebook lähisuhetele mõjuda, võib see kaasa aidata paarinõustamise kvaliteedi suhetele ning heal juhul võib teada saada, kas Facebookis suhtestaatuse demonstreerimine ennustab suhtega rahulolu. Ka ei ole Eestis vastavasisulist uuringut läbi viidud, seega on käesolev uuring üks esimestest, mis annab oma panuse internetipsühholoogiasse. Mõned uurijad soovivad praktiseerivatel nõustajatel küsida patsientidelt infot sotsiaalvõrgustike kasutamise kohta (Elphinston & Noller, 2011). Kui välja mõelda pädev Facebooki tähtsuse küsimustik (*Facebook intrusion questionnaire*), saab see olla

kasulikuks abivahendiks, et uurida Facebooki mõju inimeste elule, sealjuures kliinilises praktikas (Elphinston & Noller, 2011).

Käesoleva töö hüpoteesid:

H1: Naised, kes veedavad rohkem aega Facebookis, on oma suhtega vähem rahulolevad.

H2: Naised, kes demonstreerivad Facebookis oma suhtestaatus kui „hõivatud“ (sh suhtes, kihlatud, abielus), on suhtega rohkem rahul kui naised, kelle suhtestaatus on midagi muud.

H3: a) Naised, kes väidavad, et neil on olnud partneriga tülisid seoses Facebooki suhtestaatusena, on oma suhtega vähem rahulolevad.

b) Naised, kes tülitsevad oma partneriga tihedamini, on suhtega vähem rahul kui need, kes tülitsevad harvemini.

H4: Naised, kellel on kalduvus positiivsetele emotsioonidele, on oma suhtega rohkem rahul.

MEETOD

Valim

Katsesse võeti osalema ainult tudengid, sest Kalpidou, Costin ja Morris (2011) leidsid, et ülikoolis õppivad noored on suhteliselt rohke Facebooki kasutamisega: tüüpiline Facebookis veedetud aeg on 1-2 tundi päevas. Fox ja Warber (2013) arvasid, et noorte inimeste (vanuses 18-25) interneti sotsiaalvõrgustike kasutamise uurimine on tähtis, sest just selles vanuses kogetakse palju romantilisi suhteid ning on põnev teada saada, kuidas interneti kasutamine neid romantilisi suhteid mõjutab. Kuna mõned uuringud on näidanud, et naistele avaldab Facebook suuremat mõju (vt nt Papp jt, 2012), on uuringus osalejad ainult naissoost. Vanusevahemik 18-30 eluaastat on valitud, sest see võiks olla tüüpiline vanusevahemik, mil inimesed õpivad ülikoolis, ning samas ka vanusevahemik, mil kogetakse palju romantilisi suhteid.

Protseduur

Käesoleva uuringu autor koostas küsitluse, millega käesolevat teemat uurida. Küsitlus koosnes kuuest küsimusteplokist: I - demograafilised andmed, II - suhtega seotud üldised küsimused, III - suhtega rahuloluga seotud küsimused, IV - Facebookiga seotud küsimused, V - üldine eluga rahulolu ja VI - PANASE skaala. Kokku oli ankeedis 34 küsimust. Küsimustik

pandi Tartu Ülikooli LimeSurvey testikeskkonda ning Facebookis tehti üritus (*event*), kus oli käesolevat uuringut kirjeldatud ja lisatud link, mis viis testi tegemise lehele.

Suhtega ja eluga rahulolu mõõtmine

Suhtega rahulolu mõõtmiseks on kasutatud CSI(4) küsimustikku (Funk & Rogge, 2007), mis on tõlgitud käesoleva töö autori poolt eesti keelde. Küsimustiku inglisekeelne versioon on pädev, sest Funk ja Rogge (2007) leidsid, et kuigi CSI(4)-s on ainult neli küsimust, annab see piisavalt infot, et mõõta hästi suhtega rahulolu, olles parem 15 küsimusest koosnevast MAT-ist ja olles samahea kui DAS. CSI küsimustik sobib *online* küsimustikuks. Eestikeelsed väited on järgmised: „Palun määra, kui õnnelik on sinu suhe, võttes arvesse kõiki aspekte“, „Mul on soe ja mõnus suhe oma partneriga“, „Kui rahuldustpakkuv on sulle sinu suhe partneriga?“ ning „Üldiselt, kui rahul sa oled oma suhtega?“

Eluga rahulolu mõõdeti 5-pallise skaalaga, kus oli 1 küsimus: „Kõike kokku võttes, kuiõrd rahul sa oma eluga üldiselt oled?“. Vastusevariandid olid 1-5, sealjuures 1 tähendas „ei ole üldse rahul“ ja 5 tähendas „väga rahul“.

Positiivse ja negatiivse afektiivsuse mõõtmine

Negatiivse ja positiivse afektiivsuse mõõtmiseks kasutati PANASE skaalat (The Positive and Negative Affect Schedule), mille autoriteks on Watson, Clark, & Tellegen (1988). PANASE on eesti keelde adapteerinud Allik ja Realo (1997). Selles küsimustikus saavad katseisikud hinnata kümne negatiivse ja kümne positiivse emotsiooni või tundmuse kogemise määra viimase paari nädala jooksul enne küsimustiku täitmist.

PANAS skaala mõõdab üldist positiivset (PA) ja negatiivset afekti (NA) ning sisaldab emotsioone kirjeldavaid omadussõnu (Allik & Realo, 1997). Negatiivse afekti alla kuuluvad järgmised sõnad: Ärritatud, Häiritud, Rusutud, Segaduses, Tige, Tujust ära, Tusane, Tüdinud, Vihane ja Närviline (Allik & Realo, 1997). Positiivse afekti moodustavad sellised omadussõnad: Entusiastlik, Lustakas, Rõõmus, Ülevas meeleolus, Vaimustuses, Aktiivne, Elav, Elurõõmus, Energiline ja Enesekindel (Allik & Realo, 1997). Iga tundmust hinnati 5-pallisel skaalal, sealjuures väärtus "1" tähendas tunde väga vähest kogemist või puudumist ja "5" väga suurel määral kogemist (Watson, Clark & Tellegen, 1988). PANASE ingliskeelse versiooni Cronbach'i α on erinevates uuringutes varieerunud .84-st .90-ni (Watson jt, 1988).

TULEMUSED

Kirjeldav statistika

Käesolevas uuringus osalesid naised, kes peavad end eestlasteks, omandavad kõrgharidust, omavad Facebooki kontot ning on suhtes. Vastajate arv on 338. Vastanute keskmine vanus on 21.88 aastat ($SD=1.90$). Noorim vastaja on 18a, vanim 29a. Põhiharidusega on 3 inimest (0,9%), keskhariidusega 246 (72,8%) ning kõrgharidusega 89 vastajat (26,3%). 233 vastajat (68,9%) õpib bakalaureuseõppes, 67 (19,8%) magistris, 5 (1,5%) doktorantuuris, 1 (0,3%) residentuuris ning 32 (9,5%) integreeritud õppes. 325 vastajat (96,2%) on heteroseksuaalsed, 10 (3,0%) biseksuaalsed, 2 homoseksuaalsed (0,6%) ning 1 (0,3%) muu seksuaalsusega. 311 (92%) vastajat olid vastamise hetkel suhtes, 20 (5,9%) kihlatud ja 7 (2,1%) abielus. Kõige lühem aeg, mis suhtes on oldud, on 1 kuu, pikim aeg 120 kuud ehk 10 aastat. Keskmine aeg on 30,75 kuud ehk 2,56 aastat ($N=334$), mood on võrdselt 6 ja 7 kuud.

Tabelis 1 on koondatud 4 küsimuse vastused: „Kas ankeedile vastaja on olnud oma partnerile truudusetu, st teda petnud?“, „Kas oled oma partneriga koosoldud aja jooksul olnud armunud kellessegi teise?“, „Kas sinu partner on sulle olnud truudusetu, st sind petnud?“ ning „Kas sinu partner on sinuga koosoldud aja jooksul olnud armunud kellessegi teise?“. Lisaks „Jah“ ja „Ei“ vastusevariantidele sai valida ka „Ei tea, aga arvan, et ei ole“ ning „Ei tea, aga arvan, et on“.

Tabel 1

Erinevate vastuste osakaal nelja petmisega seotud küsimuse puhul

Vastuse- variandid	Kas oled olnud oma partnerile truudusetu, st teda petnud?		Kas oled oma partneriga koosoldud aja jooksul olnud armunud kellessegi teise?		Kas sinu partner on sulle olnud truudusetu, st sind petnud?		Kas sinu partner on sinuga koosoldud aja jooksul olnud armunud kellessegi teise?	
	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%
Ei	307	90.8	290	85.8	252	74.6	183	54.1
Ei tea, aga arvan, et ei ole	-	-	-	-	69	20.4	135	39.9
Ei tea, aga arvan, et on	-	-	-	-	4	1.2	16	4.7
Jah	31	9.2	48	14.2	13	3.8	4	1.2
Kokku	338	100.0	338	100.0	338	100.0	338	100.0

79 naist väitsid, et elavad partnerist lahus (23,4%), 96 elavad lahus, kuid plaanivad kokku kolida (28,4%) ning 163 elavad koos (48,2%) (N=338). 11 (3,3%) naist tunnistas, et neil on küsitluse täitmise ajal plaanis oma partnerist lahku minna ning 327-l (96,7%) seda plaanis ei olnud. T-testist selgus, et need, kes tahavad lahku minna, on ka olulisemalt vähem rahul oma suhtega: naiste, kes plaanivad küsitluse täitmise ajal lahkuminekut (N=11), suhtega rahulolu on väiksem nende omast (M=9.36), kes lahkuminekut ei plaani (N=327) (M=16.01). Kuigi neid, kes tahavad lahku minna, oli ulatuslike järelduse tegemise jaoks väga vähe (N=11), saab nende tulemuste põhjal ainult tendentsi aimata.

Lisainfona oli ankeedis küsitud ka Facebooki kasutamise põhjusi. Valida sai mitu varianti. Kõige rohkem kasutatakse Facebooki sõpradega suhtlemiseks (331 inimest, 97,9%), veidi vähem sõprade ja tuttavate tegemistega kursis olemiseks (279 inimest, 82,5%), kooliasjadega tegelemiseks (242 inimest, 71,6%), oma tegemiste jagamiseks teistega (nt reisimine, hobid) (103 inimest, 30,5%) ning kõige vähem tööasjadega tegelemiseks (76 inimest, 22,5%).

Tabel 2 koondab andmeid suhtestaatus kohta: mis on vastaja tegelik suhtestaatus, mis on märgitud tema suhtestaatus Facebooki profiilis ning mis on põhjused sellise suhtestaatus märkimiseks Facebookis.

Tabel 2

Suhtestaatuste erinevused tegelikkuses ja Facebookis ning peamised põhjused

Tegelik suhtestaatus	Facebookis märgitud suhtestaatus		Peamine põhjus, miks oled märkinud selle suhtestaatus? (valida sai mitu varianti)				
	N	%	N	%			
Suhtes	311	92	Pole märgitud	116 34.3	Tahan sellisena näida Facebookis	25	7.4
Kihlatud	20	5.9	Vallaline	9 2.7	See staatus vastab minu tegeliku elu suhtestaatus	188	55.6
Abielus	7	2.1	Suhtes	192 56.8	Ma pole selle peale mõelnud	60	17.8
			Kihlatud	13 3.8	See on jäänud vanast ajast	26	7.7
			Abielus	7 2.1	Muu	92	27.2
			Partnerlussuhtes	1 0.3			
Kokku	338	100.0		338 100.0		-	-

94 naist kirjutasid vaba tekstina, mis on muud põhjused, miks neil on selline suhtestaatus Facebookis märgitud. Enamiku neist põhjendustest sai koondada ühe variandi alla viiest, mille kategooriad ja vastanute sagedused leiab tabelist 3.

Tabel 3

Peamised põhjused Facebooki suhtestaatuse märkimiseks, vastanute sagedused ja protsendid

	Sagedus	Protsent
1 - ei soovi suhet Facebookis demonstreerida/ei pea oluliseks/privatsuse kaitsmine	54	16.0
2 - soovin anda märku, et minu partner on hõivatud	1	0.3
3 - ainult minu lähedased peaksid teadma minu suhtestaatust	13	3.8
4 - et minu tuttavad teaksid, et olen suhtes/ peletada konkurente, ekse	6	1.8
5 - kaaslase soovil	5	1.5
Summa	79	23.4
Puuduvad vastused	259	76.6
Kokku	338	100.0

Küsitluses oli küsimus ka partneri Facebooki suhtestaatuse kohta. Selgus, et 119 (35,2%) naise partner pole suhtestaatust märkinud; 12-l (3,6%) on see „vallaline“; „suhtes“ on 186 (55%); „kihlatud“ 13 (3,8%); „abielus“ 7 (2,1%) ning „partnerlussuhtes“ 1 (0,3%).

Tabelis 4 näidatakse suhte demonstreerimisega seotud küsimusi ja nende vastuseid.

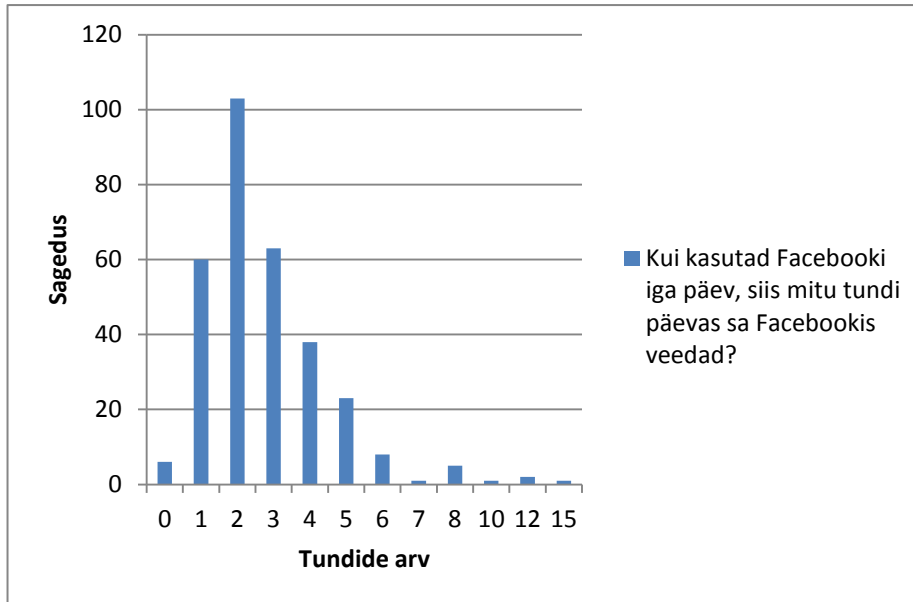
Tabel 4

Suhte demonstreerimise ja Facebooki suhtestaatusega seotud küsimused ja nende vastused

	Kas sinu jaoks on oluline demonstreerida suhet avalikult?		Kas sinu jaoks on oluline demonstreerida suhet Facebookis?		Kas oled oma partneriga arutlenud Facebookis oleva suhtestaatuse üle?		Kas oled oma partneriga arutlenud Facebookis oleva suhtestaatuse üle ja läinud seetõttu tülli?	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Jah	93	27.5	55	16.3	168	49.7	12	3.6
Ei	245	72.5	283	83.7	170	50.3	326	96.4
Kokku	338	100.0	338	100.0	338	100.0	100	100.0

333 naist (98,5%) kasutab Facebooki igapäevaselt ning 5 naist (1,5%) mõnel korral nädalas (N=338). Neist, kes kasutavad Facebooki igapäevaselt, avaldas tundide arvu 311 naist.

Facebooki kasutamise tundide arv varieerus nullist 15ni, mood on 2 tundi (30,5%). Keskmine oli 2,78 tundi päevas ($N=311$). Joonisel 1 on toodud tulppiagramm tundide kasutamise sagedusega.



Joonis 1. Facebookis veedetavate tundide arv päevas.

1 naine tülitseb oma partneriga iga päev (0,3%), 18 naist mitu korda nädalas (5,3%), 58 kord nädalas (17,2%), 79 paar korda kuus (23,4%), 58 kord kuus (17,2%), 69 mõned korrad aastas (20,4%) ning 55 ei tülitse üldse (16,3%) ($N=338$). Mood on paar korda kuus. Tabelis 5 on välja toodud partneriga tülitsemise sagedused, vastanute arv ning iga grupi keskmine suhtega rahulolu.

Tabel 5

Suhtega rahulolu erinevate tülitsemise sagedustega

Kui tihti tülitsete oma partneriga?	Keskmine	Vastajate arv	Standardhälve
Iga päev	15.00	1	.
Mitu korda nädalas	12.06	18	4.41
Kord nädalas	14.57	58	3.46
Paar korda kuus	15.20	79	3.80
Kord kuus	16.10	58	2.99
Mõned korrad aastas	17.04	69	2.26
Ei tülitse üldse	17.27	55	2.57
Kokku	15.79	338	3.42

Selgus, et kõike kokku võttes pole kõigest 1 vastaja oma eluga üldse rahul (0,3%), 13 pole pigem rahul (3,8%), 29 pole rahul ega rahulolematud (8,6%), 212 on pigem rahul (62,7%) ning 83 on väga rahul (24,6%).

Suhtega rahulolu mõõdeti CSI(4) küsimustikuga. Skaala Cronbach'i α on .89. Ühegi küsimuse kustutamisel α ei suureneks. Keskmise väidetevaheline (*inter-item*) korrelatsioon on 0,68.

Järeldav statistika

Esimene hüpotees. „Naised, kes veedavad rohkem aega Facebookis, on oma suhtega vähem rahulolevad.“ Hüpoteesi kontrollimiseks on kasutatud korrelatsioonianalüüsi. Facebooki kasutamise sageduse väärtused vastavad enamjaolt normaaljaotuse kõverale ($M=2.78$, $SD=1.867$, $N=311$). Korrelatsioonianalüüsi tulemuseks on nõrk negatiivne seos Facebooki kasutamise sageduse ja suhtega rahulolu vahel (Pearsoni $r=-.17$, $p<.001$). Selle tulemuse põhjal võib oletada, et mida rohkem tunde Facebooki kasutada, seda väiksem on suhtega rahulolu. Seose tugevus on nõrk, kuid statistiliselt oluline. Seega tuleb H1 vastu võtta, sealjuures teades, et seose tugevus on nõrk.

Teine hüpotees. „Naised, kes demonstreerivad Facebookis oma suhtestaatus kui „hõivatud“ (suhtes, kihlatud, abielus), on suhtega rohkem rahul kui naised, kelle suhtestaatus on midagi muud.“ T-testist selgus, et naised, kelle suhteks on märgitud hõivatud ($N=213$), on suhtega oluliselt rohkem rahul ($M=16.27$) kui naised, kelle suhtestaatus pole märgitud või on vallaline ($N=125$) ($M=14.98$) ($t=3.38$, $df=336$, $p<.001$). Seetõttu peab H2 vastu võtma.

Kolmas hüpotees. a) „Naised, kes väidavad, et neil on olnud partneriga tülisid seoses Facebooki suhtestaatusiga, on oma suhtega vähem rahulolevad.“ T-testist selgub, et naised, kes väidavad, et neil on olnud partneriga tülisid seoses Facebooki suhtestaatusiga ($N=12$), on oma suhtega vähem rahulolevad ($M=12.67$) kui naised, kellel ei ole olnud tülisid seoses Facebooki suhtestaatusiga ($N=326$) ($M=15.91$) ($t=-3.27$, $df=336$, $p<.001$). Kuna nende hulk, kes on Facebooki pärast tülitsenud, on väga väike, tuleks uuringut korrata suurema valimiga. Sellega peab H3 a) vastu võtma. b) „Naised, kes tülitsevad oma partneriga tihedamini, on suhtega vähem rahul kui need, kes tülitsevad harvemini.“ Korrelatsioonianalüüsist selgus, et tihedamini tülitsemise korral on naised oma suhtega vähem rahulolevad (Pearsoni $r=-.37$, $p<.000$). Tegemist on keskmise tugevusega negatiivse seosega.

Neljas hüpotees. „Naised, kellel on kalduvus positiivsetele emotsioonidele, on oma suhtega rohkem rahul.“ Enne hüpoteesi kontrollimist on kontrollitud suhtega rahulolu seosed nii NA kui ka PA skaalaga eraldi. Korrelatsioonianalüüsides järeldub, et positiivne afekt ja suhtega rahulolu korreleeruvad positiivselt keskmise tugevusega ($r=.35, p<.001$). Negatiivne afekt ja suhtega rahulolu on omavahel negatiivses seoses ($r=-.30, p<.001$). Positiivne ja negatiivne afekt on omavahel negatiivselt seotud, kuid seda keskmise tugevusega ($r=-.32, p<.001$). Ootuspäraselt korreleerub eluga rahulolu suhtega rahuloluga ning positiivse ja negatiivse afektiga. Suhte ja eluga rahulolu seos on keskmise tugevusega positiivne seos ($r=.30, p<.001$), positiivne afekt ja eluga rahulolu on eelmisest tugevamas positiivses seoses ($r=.47, p<.001$) ning eluga rahulolu ja negatiivne afekt on samuti keskmise tugevusega negatiivses seoses ($r=-.41, p<.001$). Analüüsis on kasutatud Pearsoni korrelatsiooninäitajat. Tulemused on esitatud tabelis 6.

Tabel 6

PA, NA ning suhte ja eluga rahulolu vahelised korrelatsioonid

	Suhtega rahulolu	PA	NA	Eluga rahulolu
Suhtega rahulolu	1			
PA	,35**	1		
NA	-,30**	-,32**	1	
Eluga rahulolu	,30**	,47**	-,41**	1

Märkus. ** $p < .001$; $N = 338$. Tegemist on Pearsoni korrelatsioonikordajaga.

Selleks, et leida positiivse ja negatiivse afekti ning suhtega rahulolu vahelist seost, on kasutatud hedoonilist tasakaalu, mille saamiseks lahutatakse positiivsest afektist negatiivne afekt. Selle tehte tulemusena on tekitatud uus muutuja, mille väärtuste jaotumine vastab normaaljaotusele ($M=12.81, SD=12.05, N=338$). Korrelatsioonianalüüsides järeldub, et PANASE hedooniline tasakaal on keskmise tugevusega positiivses seoses suhtega rahuloluga (Pearsoni $r=.40, p<.001$). Seega saab neljanda hüpoteesi vastu võtta ning väita, et naised, kellel on kalduvus positiivsetele emotsioonidele, on oma suhtega rohkem rahul.

ARUTELU JA JÄRELDUSED

Käesoleva seminaritöö eesmärk oli uurida Facebooki ja intiimsuhtega rahulolu vahelisi seoseid, sh seoseid Facebooki kasutamise aja, positiivsete ja negatiivsete emotsioonide kogemise, suhtestaatuse demonstreerimise ja intiimsuhtega rahulolu vahel. Internetipsühholoogia ja *online* sotsiaalvõrgustike uurimine on tähtis, sest erinevad uuringud on näidanud, et neil on mõju inimeste käitumisele. Näiteks Fox ja Warber (2013) peavad kommunikatsioonitehnoloogiaid vahendiks, mis võivad defineerida inimestevahelisi suhteid. Sotsiaalvõrgustike kasutamine on maailmas väga levinud (Fox & Warber, 2013), sealhulgas ka Eestis. Näiteks leidis TNS Emor 2011.aastal, et 46% Eesti inimestest käib igapäevaselt sotsiaalvõrgustikes (Best Marketing Club, n.d.). Kuna Facebookil näib olevat oluline roll noorte inimeste elus, on tähtis teada saada, kuidas Facebooki kasutamine mõjutab inimeste käitumist ja hoiakuid ka reaalses maailmas.

Vaadates seda, kui paljud naised avalikustavad isiklikku infot Facebookis, on küsimuse „Peamine põhjus, miks oled märkinud selle suhtestaatuse?“ vastustest näha, et üle poole vastanutest on märkinud sellise suhtestaatuse, mis vastab tõele. See läheb kokku ka Backi jt (2010) leiuga, et inimestele meeldib avaldada andmeid, mis on vastavuses nende tegeliku eluga. Alla viiendiku naistest ei soovi oma suhet Facebookis demonstreerida, ei pea demonstreerimist oluliseks või soovivad kaitsta oma privaatsust. Kümmekond naist arvab, et ainult nende lähedased peaksid nende suhtestaatusega kursis olema. Seda, et Facebookis suhte demonstreerimine pole nende jaoks eriti oluline, näitas ka vastava küsimuse vastuste jaotus, kus üle 4/5 vastanutest vastasid eitavalt. Küll aga selgus, et ligi pooled vastanutest on oma partneriga Facebooki suhtestaatuse teemal rääkinud. Ligi kolmandik vastanutest kasutavad Facebooki näiteks selleks, et jagada enda tegemisi teistega. Kokkuvõtvalt võib järeldada, et küllaltki paljud inimesed avaldavad infot enda kohta, kuid suhte demonstreerimine Facebookis on käesoleva uuringu tulemuste kohaselt pigem ebaoluline ning pisut tähtsam on suhtest signaliseerimine reaalses maailmas.

Käesolevas töös esitati neli hüpoteesi, mille tulemustest selles alapeatükis pikemalt kirjutatakse. Esimene hüpotees väitis, et naised, kes veedavad rohkem aega Facebookis, on oma suhtega vähem rahulolevad. Korrelatsioonianalüüsi abil leidis see hüpotees kinnitust, kuigi leitud seos oli üsna nõrk. Sarnase tulemuse on saanud ka Muise jt (2009), kes leidsid, et naised, veetes Facebookis rohkem aega kui mehed, raporteerivad suuremat armukadedust

seoses Facebookiga. Niisiis võib oletada, et ka Eesti naiste puhul on mingi selline tendents olemas. Armukadeduse tekkeks võib olla mitmeid põhjuseid: näiteks kulutab naine palju aega, et uurida oma partneri profiili, sõpru, pilte ja muud infot, mis võib põhjustada teadmatust ja ebakindlust. Selleks, et armukadeduse ja Facebooki vahelist seost põhjalikumalt uurida, tuleb koostada uuring, mille skaala uurib otseselt Facebookiga seotud armukadedust. Käesolevas uuringus kasutati vaid üldist suhtega rahulolu skaalat, mis ei too armukadeduse nüanssi eraldi välja.

Teine hüpotees oli, et naised, kes demonstreerivad Facebookis oma suhtestaatus kui „hõivatud“ (suhtes, kihlatud või abielus), on suhtega rohkem rahul kui naised, kelle suhtestaatus on midagi muud (pole määratud või vallaline). Selgus, et naised, kelle suhteks on märgitud „hõivatud“, on oma intiimsuhtega oluliselt rohkem rahul kui naised, kelle suhtestaatus pole märgitud või see on märgitud vallaliseks. Seda tulemust toetavad ka Papp jt (2012), kes leidsid, et naised, kellel on Facebookis suhet demonstreeriv staatus, on oma suhtega rohkem rahul. Võib olla, et Facebookis kuvavad oma suhet need partnerid, kes on oma suhtes rohkem kindlad ning ei muretse selle pärast, et peaksid suhtestaatus peagi muutma ja tegelema sellega kaasneva liigse tähelepanuga, kuid ka seda peaks tulevastes uuringutes põhjalikumalt käsitlema.

Kolmanda hüpoteesi esimeses pooles oletati, et naised, kes väidavad, et neil on olnud partneriga tülisid seoses Facebooki suhtestaatusena, on oma suhtega vähem rahulolevad. Selgus, et naised, kes väidavad, et neil on olnud partneriga tülisid seoses Facebooki suhtestaatusena, on oma suhtega vähem rahulolevad kui naised, kellel ei ole olnud tülisid seoses Facebooki suhtestaatusena. See tulemus on kooskõlas Pappi jt (2012) leiuga, kes said oma uuringus infot, et Facebookis oleva suhtestaatusena pärast on paarid läinud tülli ning see vähendab naiste rahulolu oma intiimsuhtega. Ka Fox jt (2013) leidsid, et Facebooki suhtestaatusena pärast on paaridel olnud lahkhelisid ning need on seotud suhtega rahulolematusega. Kolmanda hüpoteesi teises pooles arvati, et naised, kes tülitsevad oma partneriga tihedamini, on suhtega vähem rahul kui need, kes tülitsevad harvemini. Korrelatsioonianalüüsist selgus, et mida tihedamini paarid tülitsevad, seda vähem rahulolevad on naised oma suhtega. See näitab, et tülitsemine on oluline aspekt suhtega rahulolemisest.

Viimane, neljas hüpotees, väitis, et naised, kellel on kalduvus positiivsetele emotsioonidele, on oma suhtega rohkem rahul. Andmeanalüüsides selgus, et naised, kellel on kalduvus kogeda rohkem positiivseid kui negatiivseid emotsioone, on oma suhtega rohkem rahul. On võimalik järeldada, et positiivsete või negatiivsete emotsioonide kogemine on seotud nii üldise eluga rahuloluga kui suhtega rahuloluga.

Võib öelda, et kõik autori esitatud 4 hüpoteesi leidsid kinnitust. Kuigi mitmeski analüüsis oli korrelatsiooniseos nõrk, võib tendentsi siiski aimata. Selgus, et seosed, mida on leitud välismaistes uuringutes (nt Kanadas - vt Muise jt, 2009) eksisteerivad mingil määral ka Eestis. Uuringut läbi viies selgus, et teema pakub noortele huvi, nii naistele kui meestele, ning et Facebook on Eesti naistudengite elus tähtsal kohal. Facebooki ja intiimsuhtega rahulolu vahelist seost sai uuritud mitme nurga alt – uuringusse lülitati andmed Facebookis aja veetmise, suhte demonstreerimise ja partneriga Facebooki suhtestaatus üle tülitsemise kohta, kontrolltingimusteks said isiku hiljutine afektiivsus (positiivsete ja negatiivsete emotsioonide kogemine) ning tülitsemine. Seoseid, mida antud teemas uurida, on tõenäoliselt palju, ning käesolev töö on kõigest pisike sissejuhatus Facebooki ja intiimsuhtega rahulolu vahelistesse seostesse.

Käesoleva töö piirangud

Käesolevas töös uuriti ainult ühe partneri suhtega rahulolu ja Facebooki kasutamise seotud küsimusi. Lisaks üksikindiviidide uurimisele on selles valdkonnas väga hea uurida ka paare, mida tehti Pappi jt uuringus (2012). Kui uurida paare korraga, saab infot ka näiteks selle kohta, kas paaridel on Facebooki kasutamise intensiivsus sama, kas profiilis kuvatakse sarnast informatsiooni (näiteks suhtestaatus), kas naised ja mehed tähtsustavad suhtestaatus kuvamist sarnaselt ja palju muud (Papp jt, 2012). Käesolevas töös ei uuritud küsitluse vastaja partneri Facebooki kasutamist, kuid seda võiks edaspidi teha. Ka on võimalik uurida Facebookis kuvatavate piltide ja suhtega rahulolu vahel: käesolevas uuringus on käsitlemata jäänud variatsioonid, kui suhtestaatus pole kirjas, aga on olemas pildid kaaslasega. Veel saab uurida, kas Facebooki suhtestaatusse on kirja pandud ka inimese nimi, kellega suhtes ollakse (käesolevas uuringus küsiti katseisikutelt ainult nende suhtestaatus). Ka ei uuritud käesolevas uuringus otseselt armukadedust, vaid pisut laiemalt suhtega rahulolu. Armukadedus on üks konkreetsem teema, mida selles valdkonnas saaks uurida. Fox ja Warber (2013) soovivad uurida, kuidas mõjutavad suhte avalikustamise motiivid suhte saatust või kas partnerite erinevad motiivid viivad suhtega rahulolematusele või stressile. Funk ja Rogge (2007) pidasid

probleemiks ka *online* küsitluse läbilõikelisust ehk ühekordsust: ühekordselt mõõtes ei saa mõõta suhtega rahulolu (näiteks CSI skaalaga) pikemas perspektiivis. Niisiis võiks proovida CSI skaala kasutamist ka pikemaajalistes uuringutes.

Tulevastes uuringutes võiks uurida ka Facebooki kasutavate inimeste ja mittekasutavate inimeste erinevusi seoses intiimsuhtega rahuloluga. Käesoleva uuringu tulemused on raskesti tõlgendatavad – ühelt poolt on Facebookis aja veetmine seotud armukadedusega, teiselt poolt on Facebookis suhtestaatuse demonstreerimine seotud suhtega rahulolemisega. Millise rahulolutasemega võiks olla suhe inimestel, kes Facebooki üldse ei kasuta? Ka see küsimus jääb tulevaste uuringute pärusmaaks. Kõike kokku võttes saavad vastava valdkonna uurijad eesmärgiks seada sellise mudeli väljatöötamist, mis võimaldab ennustada indiviidi suhtega rahulolu. Selle abil oleks teada, millisel määral panustavad erinevad suhte aspektid (nt tülitsemine, suhte pikkus, suhte demonstreerimine Facebookis või reaalses maailmas jpm) suhtega rahulolemisse, sealtkaudu saaks aga anda inimestele juhiseid, kuidas hoida enda suhet õnnelikumana. Lõppude lõpuks võiks mudel aidata kaasa suhteteraapia nõustamisvõtete parendamisele ning suurendada inimeste õnnelikkuse taset.

KIRJANDUSE LOETELU

- Allik, J., & Realo, A. (1997). Emotional Experience and Its Relation to the Five-Factor Model in Estonian. *Journal of Personality*, 65(3), 625-647.
- Back, M. D., Stopfer, J. M., Vazire, S., Gaddis, S., Schmukle, S. C., Egloff, B., & Gosling, S. D. (2010). Facebook profiles reflect actual personality, not self-idealization. *Psychological science*, 21(3), 372-374.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological bulletin*, 117(3), 497-529.
- Best Marketing Club. (n.d.). http://www.best-marketing.ee/article/2012/5/11/tns_emor_pool_eestimaalastest_kaib_igapaevaselt_sotsiaalvorgustikes. Vaadatud: 25.04.2014.
- Brajša-Žganec, A., Ivanović, D., & Kaliterna Lipovčan, L. (2011). Personality traits and social desirability as predictors of subjective well-being. *Psihologijske teme*, 20(2), 261-276.
- Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A., & Conway, A. M. (2009). Happiness unpacked: positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion*, 9(3), 361-368.
- Dainton, M. (2013). Relationship maintenance on Facebook: Development of a measure, relationship to general maintenance, and relationship satisfaction. *College Student Journal*, 47(1), 113-121.
- Elphinston, R. A., & Noller, P. (2011). Time to face it! Facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(11), 631-635.

- Fox, J., & Warber, K. M. (2013). Romantic relationship development in the age of Facebook: An exploratory study of emerging adults' perceptions, motives, and behaviors. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 16*(1), 3-7.
- Fox, J., Warber, K. M., & Makstaller, D. C. (2013). The role of Facebook in romantic relationship development An exploration of Knapp's relational stage model. *Journal of Social and Personal Relationships, 30*(6), 771-794.
- Fredrickson, B. L. (2000). Cultivating positive emotions to optimize health and well-being. *Prevention & Treatment, 3*(1), 1a.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist, 56*(3), 218-226.
- Fuhrman, R. W., Flannagan, D., & Matamoros, M. (2009). Behavior expectations in cross-sex friendships, same-sex friendships, and romantic relationships. *Personal Relationships, 16*(4), 575-596.
- Funk, J. L., & Rogge, R. D. (2007). Testing the ruler with item response theory: increasing precision of measurement for relationship satisfaction with the Couples Satisfaction Index. *Journal of Family Psychology, 21*(4), 572-583.
- Gonzales, A. L., & Hancock, J. T. (2011). Mirror, mirror on my Facebook wall: Effects of exposure to Facebook on self-esteem. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 14*(1-2), 79-83.
- Hand, M. 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, 16*(1), 8-13.
- Kalpidou, M., Costin, D., & Morris, J. (2011). The relationship between Facebook and the well-being of undergraduate college students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 14*(4), 183-189.

- Kööts-Ausmees, L., Realo, A., & Allik, J. (2013). The relationship between life satisfaction and emotional experience in 21 European countries. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 44*(2), 223-244.
- Lampe, C. A., Ellison, N., & Steinfield, C. (2007). A familiar face (book): profile elements as signals in an online social network. *Proceedings of the SIGCHI conference on Human factors in computing systems, 435-444*.
- Mansson, D. H., & Myers, S. A. (2011). An initial examination of college students' expressions of affection through Facebook. *Southern Communication Journal, 76*(2), 155-168.
- 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, 12*(4), 441-444.
- Nosko, A., Wood, E., & Molema, S. (2010). All about me: Disclosure in online social networking profiles: The case of FACEBOOK. *Computers in Human Behavior, 26*(3), 406-418.
- Papp, L. M., Danielewicz, J., & Cayemberg, C. (2012). "Are we Facebook official?" Implications of dating partners' Facebook use and profiles for intimate relationship satisfaction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 15*(2), 85-90.
- Rebtel. (2011). Harris Interactive. Social networking use among men and women. PR Web. <http://www.prweb.com/releases/prweb2011/%209/prweb8819065.htm>. Vaadatud: 21.04.2014.
- Reid, A. (2004). Gender and sources of subjective well-being. *Sex Roles, 51*(11-12), 617-629.
- Sarachan, J. (2010). Profile picture, right here, right now. Wittkower, D. E. (Ed.), *Facebook and philosophy: what's on your mind?* (51-64). Chicago: Open Court Publishing Co.

Sheldon, K. M., Abad, N., & Hinsch, C. (2011). A two-process view of Facebook use and relatedness need-satisfaction: disconnection drives use, and connection rewards it. *Psychology of Popular Media Culture, 1*(S), 2-15.

Statistic Brain. (n.d.). <http://www.statisticbrain.com/facebook-statistics/>. Vaadatud: 12.03.2014.

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of personality and social psychology, 54*(6), 1063-1070.

Young, S., Dutta, D., & Dommetty, G. (2009). Extrapolating psychological insights from Facebook profiles: A study of religion and relationship status. *CyberPsychology & Behavior, 12*(3), 347-350.

*Käesolevaga kinnitan, et olen korrektselt viidanud kõigile oma töös kasutatud teiste autorite poolt loodud kirjalikele töödele, lausetele, mõtetele, ideedele või andmetele.
Olen nõus oma töö avaldamisega Tartu Ülikooli digitaalarhiivis DSpace.*

Siiri Tann