

Die digitale Komponente jugendlicher Liebesbeziehungen. Wahrgenommene Herausforderungen und Chancen als Themen der Sozialen Arbeit.

Elena Stuhlpfarrer (ab 16.03.2026: Hammer), FH JOANNEUM

Abstract: Erste Liebesbeziehungen spielen eine zentrale Rolle für Identitätsentwicklung und Wohlbefinden junger Menschen. Gleichzeitig sind digitale Räume zu einem festen Bestandteil jugendlicher Lebenswelten geworden und prägen zunehmend auch romantische Beziehungsprozesse. Der Beitrag nimmt die Perspektive junger Frauen auf Liebesbeziehungen im Kontext digitaler Medien in den Blick und fragt nach wahrgenommenen Chancen und Risiken. Empirische Grundlage bildet eine Mixed-Methods-Studie. Die Ergebnisse zeigen, dass digitale Räume im Kontext von Liebesbeziehungen vielfältig genutzt werden. Dabei treten Potenziale wie erweiterte Möglichkeiten der Partner*innensuche und der Aufrechterhaltung von Intimität ebenso hervor wie Risiken, etwa Vergleichsdynamiken, Eifersucht oder Verletzbarkeiten durch Sexting. Der Beitrag verdeutlicht die Ambivalenz digitaler Räume als zentrale Orte romantischer Beziehungsdynamiken junger Frauen und diskutiert Implikationen für die Soziale Arbeit. (max. 1000 Zeichen inkl. Leereichen)

Keywords: Liebesbeziehungen, Soziale Arbeit, Jugendforschung, Mixed-Methods-Design

1. EINLEITUNG

Erste Liebesbeziehungen nehmen im Jugend- und jungen Erwachsenenalter eine zentrale Rolle für die Identitätsentwicklung ein und können prägend für spätere Partnerschaften sein. Erfahrungen mit Liebe, Dating und Intimität wirken sich dabei nicht nur auf das individuelle Selbstbild aus, sondern beeinflussen auch das psychische Wohlbefinden sowie Beziehungen zu Freund*innen und Eltern sowohl in positiver als auch in negativer Hinsicht (Brown et al., 1999; Davies et al., 2000; Havighurst, 1956). Aus diesem Grund können romantische Beziehungen als eine der zentralen Entwicklungsaufgaben des Jugendalters angenommen werden (Quenzel et al., 2022).

Gleichzeitig sind digitale Medien zu einem festen Bestandteil der Lebenswelten junger Menschen geworden. Kommunikation, Selbstdarstellung und soziale Beziehungen finden zunehmend auch in digitalen Räumen statt, was sich auch in der Anbahnung und Gestaltung von Liebesbeziehungen widerspiegelt (Floridi, 2015; Großegger, 2019; Helbig, 2014; MPFS, 2024). Digitale Räume werden dabei nicht lediglich als technische Kommunikationsmittel begriffen,

sondern als soziale Räume, in denen (romantische) Beziehungen initiiert und geführt, aber auch beobachtet und bewertet werden (Löw, 2017; Schroer, 2012).

Trotz der hohen biografischen Bedeutung romantischer Beziehungen im Jugendalter werden diese in der sozialwissenschaftlichen Forschung bislang vergleichsweise selten untersucht (Brown et al., 1999; Wendt, 2019). Vor allem die Verschränkung von Liebesbeziehungen und digitalen Räumen im Kontext jugendlicher Lebenswelten stellt weiterhin eine Forschungslücke dar (Stuhlpfarrer, 2025).

Digitale Räume eröffnen neue Möglichkeiten der Partner*innensuche, der Kommunikation sowie der Aufrechterhaltung von Intimität über räumliche Distanzen hinweg. Gleichzeitig gehen sie jedoch mit spezifischen Herausforderungen einher, etwa in Form von Vergleichsdynamiken, Eifersucht oder Risiken im Zusammenhang mit dem Austausch intimer Inhalte. Der vorliegende Beitrag widmet sich daher der Frage, wie junge Frauen digitale Räume im Kontext romantischer Beziehungen nutzen und welche Chancen sowie Risiken sie damit verbinden. Der Fokus auf junge Frauen ermöglicht dabei eine differenzierte Betrachtung jener Erfahrungen, die im Zusammenhang mit geschlechtsspezifischen Normen, Erwartungen und Vulnerabilitäten stehen.

Empirische Grundlage bildet eine Mixed-Methods-Studie im Rahmen eines Dissertations-Projektes. Durch die Kombination qualitativer und quantitativer Daten können sowohl subjektive Bedeutungszuschreibungen als auch verbreitete Nutzungsmuster digitaler Räume im Kontext von Liebesbeziehungen sichtbar gemacht werden. In einer ersten qualitativen Phase wurden leitfadengestützte Interviews mit jungen Frauen im Alter von 18 bis 24 Jahren geführt. Die Ergebnisse dieser explorativen Erhebung dienten der Hypothesengenerierung und flossen in die Entwicklung eines standardisierten Fragebogens ein. In der anschließenden quantitativen Onlinebefragung wurden die Fragebögen von 320 jungen Frauen im Alter von 14 bis 24 Jahren ausgewertet (Stuhlpfarrer, 2025).

Der gesellschaftliche Nutzen des Beitrags liegt in der Bereitstellung empirisch fundierter Erkenntnisse zu digitalen Beziehungspraktiken junger Frauen. Diese sind für Prävention, Beratung und Bildungsarbeit von hoher Relevanz. Für die Soziale Arbeit eröffnet die Analyse digitaler Beziehungspraktiken wichtige Anknüpfungspunkte, um Jugendliche bei der Reflexion von Risiken, aber auch bei der Nutzung vorhandener Ressourcen digitaler Räume zu unterstützen.

2. CHANCEN UND HERAUSFORDERUNGEN DIGITALER LIEBESBEZIEHUNGEN: BESTEHENDE ERKENNTNISSE

Bestehende Forschung zur Nutzung digitaler Räume in (jugendlichen) Liebesbeziehungen ist, wie bereits erwähnt, bislang kaum vorhanden. Daher muss an dieser Stelle auch auf Erkenntnisse aus Forschungen mit erwachsenen Personen zurückgegriffen werden. Dennoch soll ein Einblick in drei exemplarische Aspekte der Nutzung digitaler Räume im Kontext von Liebesbeziehungen gegeben werden. Für diese gilt, ähnlich wie für andere Phänomene im digitalen Raum, dass sie

sowohl als Chance als auch als Herausforderung aufgefasst werden können, abhängig davon, wie und mit welcher Intensität Nutzer*innen diese verwenden.

2.1. Dating Apps

Dating-Apps ermöglichen es Nutzer*innen, potenzielle Partner*innen unabhängig von Zeit und Ort kennenzulernen. Dadurch erweitert sich der Kreis möglicher Kontakte erheblich, da Beziehungen nicht mehr ausschließlich im unmittelbaren sozialen Umfeld entstehen müssen. Diese Erweiterung des Partner*innenpools insbesondere für Personen von Bedeutung sein kann, die in ländlichen Regionen leben oder deren Interessen und Lebensstile von gesellschaftlichen Mehrheitsnormen abweichen. Digitale Plattformen können somit neue Möglichkeiten eröffnen, passende Partnerpersonen zu finden (Döring, 2009; Finkel et al., 2012; Rosenfeld et al., 2012).

Gleichzeitig kann die große Anzahl potenzieller Partner*innen auch zu Überforderung und Abstumpfung führen. In diesem Zusammenhang wird auch von einer „Shopping-Mentalität“ (Heino et al., 2010, S. 437) gesprochen, bei der potenzielle Partner*innen ähnlich wie Produkte betrachtet und anhand weniger, oberflächlicher Kriterien bewertet werden. Vor allem für junge Frauen zeigt sich, dass sie besonders viele „Matches“ erhalten und ihnen dadurch eine große Auswahl potenzieller Partnerpersonen zur Verfügung stehen. Dieser Überfluss kann allerdings die Entscheidungsprozesse erschweren und zu einer geringeren Zufriedenheit mit getroffenen Entscheidungen verbunden sein. Die Frage, die sich in diesem Zusammenhang immer wieder stellt, ist, „Habe ich wirklich die richtige Entscheidung getroffen, oder finde ich nicht doch noch eine*n Bessere*n auf mich?“ Verschärft wird diese Unsicherheit durch einen Prozess der Subjektivierung, der in postmodernen Gesellschaften stattgefunden hat. (Junge) Menschen streben zunehmend nach dem Besonderen, auch in der Liebe, d. h., dass nicht mehr nur eine Beziehung reicht die Sicherheit verspricht, sondern es wird ein Druck aufgebaut den*die Seelenverwandte*n zu finden (D’Angelo et al., 2017; Finkel et al., 2012; Illouz, 2011; Reckwitz, 2020s; Reckwitz 2020b).

2.2. Sexting

Ein weiteres zentrales Thema ist das Phänomen des Sexting, also das einvernehmliche, wechselseitige Versenden und Empfangen erotischer Bilder oder Videos über digitale Medien. Sexting kann unterschiedliche Funktionen erfüllen, etwa als Ausdruck von Intimität innerhalb einer bestehenden Beziehung, als besonderes Geschenk zu Geburts- oder Jahrestagen, als Teil von Flirtprozessen oder als Herantasten an die eigene Sexualität innerhalb der Peer-Group (Döring, 2012; Döring, 2015; Vogelsang, 2017).

Gleichzeitig ist Sexting mit Risiken verbunden, insbesondere wenn Bilder ohne Zustimmung weitergeleitet oder veröffentlicht werden. Für junge Frauen ist Sexting darüber hinaus mit größeren Risiken verbunden, einerseits da Frauenkörper großflächiger sexualisiert werden, was dazu führt, dass auf den Fotos, welche versendet werden, mehr vom Körper und häufig auch Hintergrund zu sehen ist. Dies führt dazu, dass die versendeten Bilder weniger anonym sind, als Bilder auf denen nur das (männliche) Genital zu sehen ist. Andererseits spricht Christina Witz (2021) davon, dass Sexting dem „traditionellen Entwurf weiblicher sexualisierter Enthaltensamkeit und Zurückhaltung“ (S. 119) entgegensteht. Es werden also an weibliche Personen weiterhin

andere moralische Ansprüche gestellt, sodass junge Frauen eher von dem Risiko betroffen sind für ihre Sexting-Aktivitäten verurteilt bzw. in der Peer-Gruppe sanktioniert zu werden als junge Männer (Witz, 2021).

2.3. Couple Goals

Neben Sexting wird in der Forschung auch der Einfluss sozialer Netzwerkplattformen auf Beziehungsdynamiken diskutiert. Influencer*innen und andere Nutzer*innen präsentieren ihre Beziehungen häufig in idealisierter Form, welche im Kontext sozialer Netzwerkplattformen als „Couple Goals“ bezeichnet werden. Diese meist unrealistischen Darstellungen können zu sozialen Vergleichsprozessen führen, bei denen die eigene Beziehung als weniger erfüllend wahrgenommen wird, was vor allem in Populärmedien kritisiert wird (Brust Raus, 2022; Mayrhofer, 2022; Sashka, 2022).

Die Darstellung der eigenen Liebesbeziehung auf sozialen Netzwerkplattformen kann in diesem Zusammenhang einerseits dazu führen durch Mitmenschen Anerkennung zu erhalten. Andererseits kann dadurch auch eine empfundene Unsicherheit mit der Beziehung und im Vertrauen zu Partnerpersonen sichtbar werden. Durch die Präsentation der Liebesbeziehung nach außen, erfolgt eine Markierung als *vergeben*, was potenzielle romantische Rival*innen abschrecken kann. Darüber hinaus können soziale Netzwerkplattformen Eifersucht begünstigen (Bevan, 2017; Hughes et al., 2021; Rus et al., 2017).

Die Kombination aus permanenter Sichtbarkeit sozialer Interaktionen und teilweise mehrdeutigen Online-Signalen kann dabei zu Unsicherheiten und Konflikten innerhalb von Beziehungen führen (Aretz et al., 2012; Muise et al., 2014).

3. METHODIK

Die empirische Grundlage des Beitrags bildet ein Mixed-Methods-Design, das qualitative und quantitative Erhebungsformen miteinander kombiniert. Ziel dieses Vorgehens war es, sowohl subjektive Perspektiven junger Frauen auf digitale Liebesbeziehungen zu erfassen als auch deren Verbreitung und Bedeutung quantitativ abzubilden.

Zunächst wurde im Rahmen der qualitativen Teilstudie leitfadengestützte Interviews mit jungen Frauen zwischen 18 und 24 Jahren durchgeführt, die bereits über Erfahrungen mit romantischen Beziehungen verfügt haben. Der Leitfaden enthielt Fragen zur Wahrnehmung von Liebesbeziehungen, zur Nutzung digitaler Räume in unterschiedlichen Phasen romantischer Beziehungen sowie zu wahrgenommenen Chancen und Risiken (Stuhlpfarrer, 2025).

Die Auswahl der Interviewpartnerinnen erfolgte nach dem Prinzip des theoretischen Samplings. Insgesamt wurden 17 Interviews mit jungen Frauen geführt, von denen sich zum Zeitpunkt der

Befragung 15 in einer Liebesbeziehung befunden haben, zwei der befragten jungen Frauen bezeichneten sich als *Single* (Stuhlpfarrer, 2025).

Um zentrale Themen und Muster im Datenmaterial zu identifizieren sowie zu strukturieren, wurden die Daten mittels der inhaltlich-strukturierenden qualitativen Inhaltsanalyse nach Kuckartz ausgewertet (Kuckartz, 2018).

In einem zweiten Schritt wurde eine quantitative Teilstudie durchgeführt. Zu diesem Zweck wurde ein Fragebogen entworfen, der u. a. Themen wie die Nutzung des digitalen Raumes generell, Beziehungserfahrungen und Auswirkungen der Nutzung digitaler Räume im Kontext von Liebesbeziehungen erhoben hat (Stuhlpfarrer, 2025).

Die Befragung richtete sich an junge Menschen zwischen 14 und 24 Jahren, die in Graz zur Schule gingen, eine Einrichtung der offenen Jugendarbeit besuchten oder an der Universität Graz studierten. Nach Bereinigung des Datensatzes wurden die Antworten von 321 jungen Frauen deskriptiv und inferenzstatistisch ausgewertet. Von diesen waren zum Zeitpunkt der Befragung 53 Prozent in einer Liebesbeziehung, während sich 47 Prozent als „Single“ bezeichnet haben. Von jenen jungen Frauen, die sich aktuell in einer romantischen Beziehung befunden haben, trifft auf 85 Prozent die Kombination in einer monogamen, heterosexuellen Beziehung zu (Stuhlpfarrer, 2025).

4. ZENTRALE ERGEBNISSE

Die Ergebnisse der Dissertations-Studie zeigen, dass digitale Räume in unterschiedlichen Phasen romantischer Beziehungen eine Rolle spielen. Während ein Großteil der Beziehungen weiterhin im analogen Raum beginnen, berichten auch einige Teilnehmerinnen davon, ihre Partner*innen online kennengelernt zu haben oder in der Kennenlernphase Kontakt zusätzlich über digitale Räume gehalten zu haben. 65 Prozent der befragten jungen Frauen, die sich zum Zeitpunkt der Befragung nicht in einer Liebesbeziehung befunden haben, können sich vorstellen, zukünftige Partnerpersonen online kennenzulernen. Dating-Apps kommt dabei die besondere Rolle zu, dass sie einerseits als hilfreiches Mittel zur Partner*innensuche angesehen werden. Andererseits berichten die befragten jungen Frauen von einem schlechten Ruf von Dating-Apps, da dort vor allem kurzfristige sexuelle Kontakte vermutet werden oder man nicht als „verzweifelt“ auf Partner*innensuche wahrgenommen werden möchte (Stuhlpfarrer, 2025).

Gleichzeitig berichten junge Frauen, dass digitale Räume in der Kennenlernphase genutzt werden. 80 Prozent haben schon einmal mit einer potenziellen Partnerperson online geschrieben, um zu flirten. Die Möglichkeit, zunächst schriftlich miteinander zu kommunizieren, wird von vielen jungen Frauen als niedrigschwelliger Einstieg in den Kontakt beschrieben durch den eine „peinliche Stille“ (Emma N., Zz. 82) vermieden werden kann. Darüber hinaus bieten soziale Netzwerkplattformen zusätzliche Informationen über potenzielle Partner*innen. Profile, Bilder und Beiträge können genutzt werden, um erste Eindrücke zu gewinnen und einzuschätzen, ob ein

persönliches Treffen gewünscht ist. In diesem Zusammenhang können digitale Räume auch als Schutzraum wahrgenommen werden, durch den der Aufbau eines Kontakts relativ gefahrlos für junge Frauen erfolgen kann (Stuhlpfarrer, 2025).

Neben diesen Chancen berichten die Teilnehmerinnen jedoch auch von verschiedenen Risiken. Ein häufig genanntes Thema ist Eifersucht, die durch Interaktionen auf sozialen Netzwerkplattformen ausgelöst oder verstärkt werden kann. Auch die Möglichkeit, neue potenzielle Partnerpersonen kennenzulernen, wird teilweise als Herausforderung für bestehende Beziehungen wahrgenommen, wie die folgende Tabelle u. a. zeigt (Stuhlpfarrer, 2025).

Tabelle 1: Negative Auswirkungen der Nutzung digitaler Räume in Liebesbeziehungen (gültige Prozent); n = 170 Teilnehmerinnen, die sich zum Zeitpunkt der Befragung in einer Liebesbeziehung befunden haben

	Stimme voll zu	Stimme eher zu	Stimme eher nicht zu	Stimme überhaupt nicht zu
Der digitale Raum kann in Liebesbeziehungen zu Streitigkeiten führen.	26 %	45 %	19 %	10 %
Es verunsichert mich, wenn mein*e Partner*in online mit Personen schreibt, die ich nicht kenne.	12 %	25 %	32 %	31 %
Ich fühle mich manchmal unter Druck gesetzt, mit meinem*meiner Partner*in ständig in Kontakt zu stehen.	6 %	11 %	27 %	56 %
Es verunsichert mich, wenn mein*e Partner*in meine Nachrichten nicht sofort beantwortet	5 %	19 %	43 %	33 %

Während die jungen Frauen in Bezug auf Sexting kaum von eigenen Erfahrungen berichten, sehen sie den Erhalt unerwünschter sexualisierter Bilder, insbesondere von sogenannten „Dick Pics“ als besonders häufige Risiken sich im digitalen Räumen aufzuhalten. Diese werden häufig als unangenehm oder belästigend wahrgenommen, werden allerdings nicht nur im Dating-Kontext versendet. Auffällig ist, dass viele junge Frauen Strategien entwickelt haben, um mit solchen Situationen umzugehen, etwa durch Blockieren der Absender oder das Löschen bestimmter Apps (Stuhlpfarrer, 2025).

5. FAZIT

Die Ergebnisse der Studie verdeutlichen, dass digitale Räume eine ambivalente Rolle im Kontext jugendlicher Liebesbeziehungen spielen.

Einerseits eröffnen sie neue Möglichkeiten der Kontaktaufnahme, der Kommunikation und der Beziehungsgestaltung. Insbesondere beim Kennenlernen neuer Menschen ermöglichen soziale Netzwerkplattformen und Dating-Apps die Überwindung geografischer Grenzen. Dadurch kann sich auch für junge Frauen in ländlichen Regionen oder mit unterschiedlichen sexuellen Orientierungen ein erweitertes Spektrum potenzieller Partner*innen ergeben (Döring, 2009).

Insgesamt werden digitale Räume von den jungen Frauen als selbstverständlicher Teil ihres Beziehungsalltags wahrgenommen, der analoge Nähe nicht ersetzt, sondern ergänzt und zur Stabilisierung sowie Intensivierung romantischer Beziehungen beitragen kann (Stuhlpfarrer, 2025).

Andererseits gehen sie mit spezifischen Risiken einher, etwa im Zusammenhang mit Eifersucht, unerwünschten sexualisierten Inhalten oder Täuschungen in der Selbstdarstellung. Ähnlich wie bei den Chancen zeigt sich auch bei den Risiken, dass der digitale Raum weniger völlig neue Gefahren birgt, sondern vielmehr bestehende Dynamiken verstärken oder erweitern kann. So können etwa Eifersucht oder Täuschung sowohl im analogen als auch im digitalen Kontext auftreten. Einige Risiken sind jedoch spezifisch mit der Nutzung digitaler Räume verbunden. Besonders deutlich wird dies am Beispiel von Sexting oder dem ungewollten Erhalt intimer Bilder durch fremde Personen. Phänomene, die vor allem für junge Frauen mit einem erhöhten Risiko einhergehen (Waling, 2023; Witz, 2021).

Allerdings zeigen die empirischen Daten, dass die interviewten jungen Frauen den angesprochenen Herausforderungen nicht machtlos gegenüberstehen. Sie berichten davon, dass sie im Zuge ihrer Jugend Strategien entwickelt haben, um mit diesen Risiken umzugehen. Zugleich betonen sie, dass solche Bewältigungsstrategien nicht selbstverständlich sind, sondern im Laufe der Zeit erlernt werden mussten. Für die Soziale Arbeit ergibt sich daraus die Notwendigkeit, Beziehungspraktiken junger Menschen differenziert zu betrachten und digitale Räume in diesem Zusammenhang ebenfalls mitzudenken (Stuhlpfarrer, 2025).

Anstatt digitale Räume ausschließlich als Risikofaktor zu interpretieren, sollten sie auch als Bestandteil jugendlicher Lebenswelten verstanden werden, die auch Chancen für Beziehungsgestaltung und Kommunikation bietet. Präventions- und Bildungsangebote können Jugendliche dabei unterstützen, digitale Beziehungspraktiken zu reflektieren, Risiken frühzeitig zu erkennen und einen selbstbestimmten Umgang mit digitalen Medien zu entwickeln.

Literaturverzeichnis

- Aretz, W., Becher, L., Casalino, A.-L., & Bonorden, C. (2010). Digitale Eifersucht: Die Kehrseite sozialer Netzwerke. Eine empirische Untersuchung. *Journal of Business and Media Psychology*, 1(1), 17–24.
- Bevan, J. L. (2017). Liking, Creeping, and Password Sharing: Romantic Jealousy Experience and Expression and Social Networking Sites. In N. M. Punyanunt-Carter, & J. S. Wrench (Eds.), *The Impact of Social Media in Modern Romantic Relationships* (pp. 165–180). Lexington Books.
- Brown, B. B., Feiring, C., & Furman, W. (1999). Missing the Love Boat. Why Researchers Have Shield Away from Adolescent Romance. In W. Furman, B. B. Brown, & C. Feiring (Eds.), *The Development of Romantic Relationships in Adolescence* (pp. 1–16). University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781316182185>
- Brust Raus (2022, Juni 13). *Warum geht uns die Trennung von Bibi und Julian so nahe?* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=1tsd0J163nk>
- D'Angelo, J. D., & Toma, C. L. (2017). There Are Plenty of Fish in the Sea: The Effects of Choice Overload and Reversibility on Online Daters' Satisfaction With Selected Partners. *Media Psychology*, 20(1), 1–27. <https://doi.org/10.1080/15213269.2015.1121827>
- Davies, P. T., & Windle, M. (2000). Middle Adolescents' Dating Pathways and Psychosocial Adjustment. *Merrill-Palmer Quaterly*, 46(1), 90–118.
- Döring, N. (2009). Liebe per Mausklick? Chancen und Risiken der Partnerwahl im Internet. *BZgA Forum Sexualaufklärung und Familienplanung*, 2, 7–13.
- Döring, N. (2012). Erotischer Fotoaustausch unter Jugendlichen: Verbreitung, Funktionen und Folgen des Sexting. *Zeitschrift für Sexualforschung*, 25(1), 4–25. <https://doi.org/10.1055/s-0031-1283941>
- Döring, N. (2015). Sexting. Aktueller Forschungsstand und Schlussfolgerungen für die Praxis. In Bundesarbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz e. V. (Hrsg.), *»Gewalt im Netz« Sexting, Cybermobbing & Co* (S. 15–43). Bundesarbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz e. V.
- Finkel, E. J., Eastwick, P. W., Karney, B. R., Reis, H. T., & Sprecher, S. (2012). Online Dating: A Critical Analysis From the Perspective of Psychological Science. *Psychological Science in the Public Interest*, 13(1), 3–66. <https://doi.org/10.1177/1529100612436522>
- Floridi, L. (2015). Introduction. In L. Floridi (Ed.), *The Onlife Manifesto. Being Human in a Hyperconnected Era* (pp. 1–3). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-04093-6>
- Großegger, B. (2019). *Generation „OnLife“. Wie digitale Technologien den Alltag Jugendlicher verändern*. Institut für Jugendkulturforschung.
- Havighurst, R. J. (1956). Research on the Developmental Task Concept. *The School Review*, 64(5), 215–233.

Heino, R. D., Ellison, N. B., & Gibbs, J. L. (2010). Relationshopping: Investigating the market metaphor in online dating. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(4), 427–447. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0265407510361614>

Helbig, C. (2014). *Medienpädagogik in der Sozialen Arbeit. Konsequenzen aus der Mediatisierung für Theorie und Praxis*. kopaed.

Hughes, S., Champion, A., Brown, K., & Pedersen, C. L. (2021). #Couplegoals: Self-Esteem, Relationship Outcomes, and the Visibility of Romantic Relationships on Social Media. *Sexuality & Culture* 25(3), 1041–1057. <https://doi.org/10.1007/s12119-020-09808-3>

Illouz, E. (2011). *Warum Liebe weh tut. Eine soziologische Erklärung*. Suhrkamp.

Kuckartz, U. (2018). *Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung* (4. Auflage). Beltz.

Löw, M. (2017). *Raumsoziologie* (9. Auflage). Suhrkamp.

Mayrhofer, C. (2022). #Couplegoals: Wie Beziehungen online gelebt werden. <https://www.diepresse.com/6167108/couplegoals-wie-beziehungen-online-gelebt-werden?two-term-flow=true>

MPFS – Medienpädagogischer Forschungsbund Südwest (Hrsg.) (2024): *JIM-Studie 2024. Jugend, Information, Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger*. https://mpfs.de/app/uploads/2024/11/JIM_2024_PDF_barrierearm.pdf

Muise, A., Christofides, E., & Desmarais, S. (2014). “Creeping” or just information seeking? Gender differences in partner monitoring in response to jealousy on Facebook. In *Personal Relationships*, 21(1), 35–50. <https://doi.org/10.1111/pere.12014>

Quenzel, G., & Hurrelmann, K. (2022). *Lebensphase Jugend: Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Jugendforschung* (14. überarb. Auflage.). Juventa.

Reckwitz, A. (2020a). *Das Ende der Illusionen. Politik, Ökonomie und Kultur in der Spätmoderne* (7. Auflage). Suhrkamp.

Reckwitz, A. (2020b). *Die Gesellschaft der Singularitäten. Zum Strukturwandel der Moderne* (2. Auflage). Suhrkamp.

Rosenfeld, M. J., & Thomas, R. J. (2012). Searching for a Mate: The Rise of the Internet as a Social Intermediary. *American Sociological Review*, 77(4), 523–547. <https://doi.org/10.1177/0003122412448050>

Rus, H. M., & Tiemensma, J. (2017). “It's complicated.” A systematic review of associations between social network site use and romantic relationships. *Computers in Human Behavior*, 75, 684–703. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.06.004>

Sashka (2022, Januar 23): *Couplegoals – zwischen Fantasie und Realität*. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=0Qki1lfi410>

Schroer, M. (2012): *Räume, Orte, Grenzen. Auf dem Weg zu einer Soziologie des Raums* (4. Auflage). Suhrkamp.

Stuhlpfarrer, E. (2025). *Der digitale Raum in Liebesbeziehungen junger Frauen*. (Unveröffentlichte Dissertation). Universität Graz.

Vogelsang, V. (2017). *Sexuelle Viktimisierung, Pornografie und Sexting im Jugendalter. Ausdifferenzierung einer sexualbezogenen Medienkompetenz*. Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-16843-8>

Waling, A. (2023). *Exploring the Cultural Phenomenon of the Dick Pic*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003032892>

Wendt, E.-V. (2019). *Die Jugendlichen und ihr Umgang mit Sexualität, Liebe und Partnerschaft*. W. Kohlhammer. <https://doi.org/10.17433/978-3-17-030237-2>

Witz, C. (2021). Sexting | Körper-Bilder | Geschlecht. Orientierungen Jugendlicher auf sexuell interpretierbare visuelle Selbstdarstellungen. *GENDER – Zeitschrift für Geschlecht, Kultur und Gesellschaft*, 13(3), 106–121. <https://doi.org/10.3224/gender.v13i3.08>