HOMERO
E-ISSN: 3084-780X

Impacto psicológico de nuevas dinámicas de abuso mediadas por la tecnología en relaciones sentimentales de adultos emergentes: una revisión sistemática

Psychological Impact of New Technology-Mediated Abuse Dynamics in Romantic Relationships of Emerging Adults: A Systematic Review

Celia González Redondo
Autor de correspondencia. E-mail: celia.gonzalez@master.uneatlantico.es
Universidad Europea del Atlántico, Santander, España

Sara Morales Ortiz
Universidad Europea del Atlántico, Santander, España

Cómo referenciar este artículo:

González Redondo, C., & Morales Ortiz, S. (2026). Impacto psicológico y relacional de las nuevas dinámicas de abuso mediadas por la tecnología en las relaciones sentimentales en adultos emergentes: una revisión sistemática. *HOMERO, 2*(3), 488-515. https://doi.org/10.64492/newcz444

Fecha de recepción: 13/04/2026
Fecha de aceptación: 05/08/2026
Publicado online: 30/09/2026

Resumen

Introducción: La digitalización de las relaciones afectivas ha dado lugar a nuevas formas de abuso como el *ghosting*, el *gaslighting,* el *phubbing* y el *sexting* coercitivo, asociadas al *Cyber Dating Abuse* (CDA), cuyo impacto psicológico y relacional no ha sido sistematizado exhaustivamente. Objetivo: Identificar si estas dinámicas se asocian con un impacto negativo en la salud mental y en la calidad de las relaciones románticas en adultos emergentes. Metodología: Se revisaron artículos publicados entre 2020 y 2025 en PubMed, ScienceDirect, Scopus, Dialnet y Redalyc. Tras aplicar criterios de inclusión y exclusión y eliminar duplicados, se seleccionaron 19 artículos. Resultados: El *ghosting* se asocia con sentimientos de exclusión y dificultades en el cierre emocional. El *gaslighting* aumenta la sintomatología depresiva, confusión, duda de la propia percepción y desequilibrios de poder. El *phubbing* afecta negativamente a la satisfacción relacional, aunque sus efectos sobre el bienestar general son más limitados. El *sexting* coercitivo se asocia con malestar psicológico y menor satisfacción vital, especialmente en mujeres. Conclusiones: Estas dinámicas afectan de manera significativa la salud mental y las relaciones románticas de los adultos emergentes, aunque la predominancia de diseños transversales limita la generalización de los resultados, por lo que se requieren estudios longitudinales y definiciones más precisas para mejorar prevención, evaluación e intervención.

Palabras clave: abuso cibernético en el noviazgo (cyber dating abuse, cda); abuso digital; *gaslighting*; *ghosting*; *phubbing*; relaciones sentimentales; salud mental; *sexting* coercitivo.

Abstract

Introduction: The digitalization of romantic relationships has given rise to new forms of abuse, such as ghosting, gaslighting, phubbing, and coercive sexting, which are associated with Cyber Dating Abuse (CDA). However, their psychological and relational impact has not yet been comprehensively synthesized. Objective: To identify whether these dynamics are associated with negative effects on mental health and the quality of romantic relationships

among emerging adults. Methodology: Articles published between 2020 and 2025 were retrieved from PubMed, ScienceDirect, Scopus, Dialnet, and Redalyc. After applying inclusion and exclusion criteria and removing duplicates, 19 studies were selected. Results: Ghosting was associated with feelings of exclusion and difficulties achieving emotional closure. Gaslighting increased depressive symptoms, confusion, self-doubt regarding one's own perceptions, and power imbalances. Phubbing negatively affected relationship satisfaction, although its impact on overall well-being was more limited. Coercive sexting was associated with psychological distress and lower life satisfaction, particularly among women. Conclusions: These dynamics significantly affect the mental health and romantic relationships of emerging adults. However, the predominance of cross-sectional designs limits the generalizability of the findings, highlighting the need for longitudinal studies and more precise conceptual definitions to improve prevention, assessment, and intervention.

Keywords: Cyber Dating Abuse (CDA); Digital abuse; Gaslighting; Ghosting; Mental health; Phubbing; Romantic relationships; Coercive sexting.

Introducción

El Cyber Dating Abuse (CDA) constituye una forma emergente de violencia en el noviazgo y se define como un fenómeno multidimensional que engloba conductas activas y pasivas mediadas por herramientas digitales como las redes sociales o las aplicaciones de mensajería, mediante las cuales se ejerce control psicológico, comportamientos de monitoreo, agresiones verbales o psicológicas, así como formas de negligencia emocional y deterioro relacional hacia la pareja (Afrouz & Vassos, 2024; Kurtuluş et al., 2025). Sin embargo, a diferencia de la violencia de pareja tradicional (IPV, *Intimate Partner Violence*), el abuso cibernético en citas implica comportamientos tecnológicamente específicos, como el abuso mediante imágenes y el ciberacoso, así como otras manifestaciones de deterioro relacional vinculadas a prácticas digitales (Taccini & Mannarini, 2024). Estudios previos respaldan una relación estrecha entre ambos fenómenos. En particular, la evidencia muestra que la exposición al CDA puede predecir la posterior aparición de violencia de pareja presencial, y que quienes son víctimas de CDA presentan mayor riesgo de experimentar distintas manifestaciones de IPV (Taccini & Mannarini, 2024; Lu et al., 2021; Sorrentino et al., 2025; Duerksen & Woodin, 2021).

La aparición y consolidación del CDA se produce en un contexto social cada vez más digitalizado, en el que las tecnologías han transformado la manera de iniciar, mantener y finalizar vínculos, favoreciendo nuevas interacciones y estrategias relacionales diferentes a las tradicionales (Parsakia & Rostami, 2023; Wen, 2024; Kowal et al., 2025). En este escenario, las aplicaciones de citas, especialmente Tinder, se han convertido en espacios clave para la formación de vínculos íntimos entre jóvenes y adultos emergentes. Melvin y Dasgupta (2025), indican que una proporción significativa de usuarios de Tinder y plataformas similares ha experimentado formas no deseadas y no consensuadas de violencia en el noviazgo, tanto en el entorno digital como posteriormente en interacciones presenciales, tras el contacto inicial en la aplicación. Concretamente, casi dos tercios de los usuarios de apps de citas informan haber experimentado algún tipo de acoso cibernético facilitado por estas plataformas y, aproximadamente el 48 % informó haber encontrado formas relacionadas de violencia interpersonal en línea, incluyendo mensajes o imágenes sexualmente explícitas no solicitadas, insultos ofensivos y amenazas de daño físico (Ayerza et al., 2025).

Si bien la digitalización ha generado efectos positivos al ofrecer oportunidades que promueven el desarrollo personal, social y económico, además de facilitar el acceso a información y a redes de conexión de las personas (Ahmed et al., 2025), también ha propiciado la aparición de nuevos escenarios de vulnerabilidad y exposición al abuso en el ámbito digital, configurando lo que se conoce como CDA (Benítez-Hidalgo et al., 2024; Løkkeberg et al., 2023).

Dado que el estudio de este fenómeno es relativamente reciente, aún no existe un consenso claro acerca de su definición y conceptualización (Sorrentino et al., 2025; Soto & Ibabe, 2022; Domínguez et al., 2020; Brown et al., 2021). Esta falta de acuerdo también se refleja en la variabilidad de las tasas de prevalencia, lo que pone de manifiesto la necesidad de seguir profundizando y clarificando este tema. A nivel global, un metaanálisis reciente de Martínez-Soto & Ibabe (2024) estima que un 47 % de las personas ha sido víctima de CDA.

En el caso de los adolescentes y adultos emergentes, el estudio con población española publicado por de los Reyes Mera y Jaureguizar (2024), señala en sus resultados que el 45,8 % había experimentado ciberviolencia en el contexto de pareja y el 53,4 % había ejercido ese tipo de abuso. Por género, los varones puntuaron más alto en ciberagresión y cibercontrol recibidos y perpetrados, mientras que no se hallaron diferencias significativas por edad, confirmando que la ciberviolencia se manifiesta principalmente a lo largo de la adolescencia y juventud (de los Reyes Mera & Jaureguizar, 2024).

Con respecto a esta idea, la literatura reciente señala que la edad promedio en la que comienzan a manifestarse conductas de abuso en el ciberespacio dentro de las relaciones de pareja se sitúa alrededor de los 16 años, aunque algunas personas pueden experimentarlas desde los 11 (Ellyson et al., 2021). Este inicio temprano podría estar relacionado con factores propios de la adolescencia media, como la exploración de la intimidad, la construcción de la identidad relacional y el uso intensivo de las tecnologías digitales como medio principal de comunicación afectiva (Li et al., 2023).
Sin embargo, a medida que los individuos avanzan hacia la adultez emergente (periodo comprendido entre los 18 y 30 años), estas dinámicas adquieren una relevancia particular dado que esta etapa se caracteriza por la consolidación de la identidad, la formación de vínculos afectivos y el establecimiento de relaciones románticas más comprometidas (Fernet et al., 2019; Sánchez-Porro & Silva-Vicuña, 2024). Además, la alta actividad en redes sociales e internet en esta fase vital aumenta la exposición a conductas de ciberabuso, lo que convierte a los adultos emergentes en un grupo especialmente vulnerable a este tipo de violencia digital (Fernet et al., 2019). Por estas razones, y como se verá a continuación, se ha definido como criterio de inclusión de esta revisión que los estudios incluyan muestras de adultos emergentes de entre 18 y 30 años, permitiendo analizar el impacto del CDA en una etapa de consolidación relacional y tecnológica, aunque las conductas puedan haberse iniciado previamente en la adolescencia.
Desde un enfoque explicativo, la literatura sugiere que el CDA puede surgir a partir de procesos de aprendizaje social y de la normalización del control en entornos digitales, donde conductas como la vigilancia, la intrusión o el monitoreo constante son percibidos como expresiones legítimas de interés o cuidado (Martínez-Soto & Ibabe, 2024).
Respecto a los perfiles implicados en el CDA, la investigación reciente descarta la existencia de un prototipo único de agresor o víctima. En cambio, se observa una notable bidireccionalidad entre victimización y perpetración, especialmente en adolescentes y adultos emergentes, lo que sugiere dinámicas relacionales recíprocas y estrategias de afrontamiento disfuncionales (Víllora et al., 2025).
En cuanto a las diferencias en función del sexo, la evidencia empírica no resulta concluyente. Algunas investigaciones indican que las mujeres presentan mayores tasas de cibervictimización (Víllora et al., 2019b), mientras que otros estudios han encontrado mayores niveles de victimización en hombres (Barrera-Mesa et al., 2022;
Javier-Juárez et al., 2021; Linares et al., 2021; Romo-Tobón et al., 2020). Asimismo, diversos trabajos no han encontrado diferencias significativas en función del sexo, mostrando tasas similares entre chicos y chicas (Branson & March, 2021; Lara, 2020; Oyarzún et al., 2021; Rey Anacona et al., 2023; Víllora et al., 2019a). Esta disparidad de resultados refuerza la idea de que el CDA no puede comprenderse desde una lógica exclusivamente unidireccional, sino como un fenómeno complejo y relacional.

Más allá de las diferencias por sexo, la evidencia preliminar sugiere que tanto la perpetración como la victimización se asocian con rasgos de personalidad desadaptativos, emocionalidad negativa e impulsividad (Biolcati et al., 2022; Linares et al., 2021; Pineda et al., 2021), hallazgos coherentes con la investigación sobre violencia en las relaciones presenciales (Curtis et al., 2023; Maloney et al., 2024).

En cuanto al perfil del agresor, la literatura señala que rasgos situados en los extremos de la personalidad, como la psicopatía, el narcisismo, el maquiavelismo y el sadismo, pueden vincularse con la perpetración de CDA, especialmente cuando se combinan con altos niveles de impulsividad y reactividad emocional (Cervantes et al., 2025). No obstante, algunas investigaciones sugieren que, en el contexto específico del CDA, la perpetración parece asociarse de manera más consistente con la psicopatía y el narcisismo, pero no necesariamente con el maquiavelismo o la manipulación interpersonal (Pineda et al., 2021), lo que indica que las dinámicas digitales pueden presentar matices diferenciales respecto a otras formas de violencia.

Por su parte, el perfil de la víctima también se ha vinculado con la presencia de emocionalidad negativa, más concretamente con depresión, ansiedad y estrés (Cava et al., 2020; Tarriño-Concejero et al., 2023; Toplu-Demritaş et al., 2020), siendo la depresión, en palabras de Cervantes et al. (2025), un posible predictor de victimización posterior.

Asimismo, tanto la perpetración como la victimización se asocian con elevados niveles de impulsividad e inestabilidad emocional (Linares et al., 2021). Se han identificado efectos directos de la impulsividad en la victimización por CDA y en la perpetración (Álvarez-García et al., 2019; Biolcati et al., 2022; Branson & March, 2021), lo que sugiere que las personas con mayor desregulación conductual pueden reaccionar de manera desadaptativa ante conflictos digitales (Linares et al., 2021; Sparks et al., 2023), mientras que ciertos patrones de conducta impulsiva en línea podrían aumentar la vulnerabilidad frente a la victimización (Cervantes et al., 2025). Estos resultados son consistentes con la sólida asociación entre impulsividad y violencia de pareja tradicional (Cervantes et al., 2025). No obstante, pese a estas similitudes, el CDA presenta características propias que justifican su estudio como constructo diferenciado (Pineda et al., 2021).

El CDA se presenta como un constructo multidimensional que se expresa a través de diversos comportamientos abusivos digitales, como el control y vigilancia de la pareja, el envío de comentarios ofensivos, amenazas, o la difusión de imágenes comprometedoras (Afrouz & Vassos, 2024). Dentro de este marco, pueden identificarse formas emergentes de abuso emocional mediadas por la tecnología que, aunque en ocasiones resultan más sutiles o ambiguas, comparten mecanismos de manipulación. Aunque estas prácticas son cada vez más frecuentes entre la juventud, aún no han sido ampliamente estudiadas ni sistematizadas científicamente. Entre ellas, pueden enmarcarse comportamientos como el *ghosting*, el *gaslighting,* el *phubbing* o el *sexting* coercitivo, entre otros.

El *ghosting* se refiere a la interrupción inesperada de toda comunicación sin una explicación clara ni una conversación previa, que puede ocurrir de forma repentina o gradual (Jonason et al., 2021; Jahrami et al., 2023). Habitualmente, implica eliminar a la persona afectada de tus contactos en redes sociales (Jonason et al., 2021), aunque también puede manifestarse mediante la ausencia de respuesta a llamadas, mensajes o correos electrónicos (Jahrami et al., 2023). Mientras que LeFebvre y colaboradores (2019), sostienen que el *ghosting* se asocia principalmente a las relaciones románticas, investigaciones más recientes basadas en observaciones y entrevistas evidencian que este fenómeno también se presenta en relaciones de amistad y profesionales (Campaioli et al., 2022; Forrai et al., 2023; Farber et al., 2022).

La literatura indica que el *ghosting* puede tener repercusiones tanto para quienes lo sufren como para quienes lo llevan a cabo. En ese sentido, el estudio de Daraj et al. (2023) constata que mientras las víctimas suelen experimentar tristeza, ansiedad, confusión y disminución de la autoestima, así como dificultades para confiar en futuras relaciones, quienes practican el *ghosting* también pueden sentir culpa, frustración o alivio, según la relación. De manera complementaria, Koessler et al. (2019) observaron que los adultos jóvenes que recurren al

ghosting para finalizar una relación experimentan menos angustia emocional que quienes son víctimas de esta conducta. Además, el estudio también reportó que quienes finalizan la relación mediante una conversación directa suelen experimentar niveles de malestar aún mayores que quienes optan por el *ghosting*, lo que sugiere que enfrentar la ruptura cara a cara puede ser emocionalmente más demandante que evitar la interacción por completo (Koessler et al., 2019).

Por otra parte, el *gaslighting* es un concepto que describe un patrón de manipulación psicológica en la que una persona socava la confianza de la otra haciendo que dude de su percepción de la realidad, afectando su memoria, juicio y confianza (Sweet, 2019; Hailes & Goodman, 2023). Este tipo de abuso implica tácticas como negar hechos, distorsionar la realidad, culpar injustamente e insultar verbalmente (Klein et al., 2023; Sweet, 2019). Como consecuencia, las víctimas suelen experimentar una disminución de la autoestima, confusión, inseguridad respecto a la propia memoria y percepción, y consecuencias emocionales y sociales que pueden persistir incluso después de finalizada la relación (Hailes & Goodman, 2023; Klein et al., 2023). En cuanto a quienes lo ejercen, el *gaslighting* puede ser una estrategia deliberada para obtener control o bien una expresión de ciertos rasgos de personalidad, como el narcisismo, el maquiavelismo o el sadismo (Miano et al., 2021; March et al., 2023).

Otra forma sutil de abuso digital que encaja dentro de la tipología de estrategias de dominación emocional mediadas por la tecnología es el *phubbing.* Este término, como señalan Garrido et al. (2024), hace referencia a la acción de ignorar a la pareja o interlocutor durante una interacción presencial debido al uso del teléfono móvil u otras pantallas. Esta conducta no solo afecta a quien la recibe (*phubee*), sino también a quien la realiza (*phubber*), intensificando problemas psicológicos como ansiedad, depresión, soledad y frustración de necesidades de conexión, así como problemas relacionales como menor intimidad, conflictos, celos y disminución de la satisfacción en la relación (Bitar et al., 2023; Sun & Wong, 2024; Bakır y Dilmaç, 2023).

Finalmente, el *sexting* se define generalmente como el intercambio de mensajes, imágenes, fotos o videos de contenido sexualmente explícito a través de cualquier plataforma digital (Klettke et al., 2019; Barroso et al., 2021). Dentro de este fenómeno, el *sexting* coercitivo constituye una forma agresiva y violenta del *sexting* que se produce bajo amenazas, presión, solicitudes persistentes o cualquier tipo de coacción (Barroso et al., 2021). Según Laird et al. (2021), la coerción puede manifestarse tanto en el envío (por ejemplo, obligar a alguien a enviar contenido sexual no deseado o difundirlo sin consentimiento) como en la recepción, cuando una persona es expuesta de manera no consensuada a mensajes, imágenes o vídeos sexuales.

Aunque el *sexting* consensuado puede considerarse una expresión saludable del desarrollo sexual (Van Dijck et al., 2024), el *sexting* coercitivo se ha asociado con consecuencias graves, como explotación sexual, extorsión, acoso sexual en línea, ciberacoso, intentos de suicidio, síntomas depresivos, violencia de pareja, distribución de pornografía infantil, desregulación emocional y otras formas de violencia sexual mediadas por la tecnología (Laird et al., 2021).

A pesar de que estos fenómenos cada vez son más reconocidos socialmente, la investigación académica sobre su prevalencia es aún limitada y heterogénea, lo que dificulta estimaciones precisas. Sin embargo, algunas investigaciones muestran que la probabilidad de enfrentarse al *sexting* coercitivo tiende a aumentar a lo largo de la adolescencia (Thulin et al., 2023). Asimismo, la evidencia sigue indicando diferencias de género marcadas, ya que las mujeres reportan con mayor frecuencia haber enviado contenido sexual bajo presión o amenaza, y las personas con experiencias previas de violencia o coerción sexual presentan un mayor riesgo de implicarse en dinámicas de *sexting* coercitivo (Patchin & Hinduja, 2024).

Si bien cada uno de estos fenómenos presenta manifestaciones específicas, todos comparten una misma finalidad: influir o controlar a la otra persona, limitar su autonomía emocional o regular la dinámica relacional mediante estrategias indirectas, ambiguas o de carácter coercitivo a través de medios digitales.

En este sentido, el CDA, como manifestación de abuso digital en relaciones románticas, se ha relacionado con diversos problemas de salud mental y conductuales, entre los que se incluyen síntomas depresivos, baja autoestima, angustia emocional, estrés postraumático, hostilidad, ira y consumo de sustancias como alcohol, cigarrillos y marihuana, entre otros (Caridade & Braga, 2020; Duerksen & Woodin, 2021; Melander & Marganski, 2020; Toplu-Demirtaş et al., 2020). Además, se asocia con un mayor riesgo de suicidio (Gracia-Leiva et al., 2020).
Por todo ello, resulta necesario desarrollar una revisión sistemática que permita integrar y clarificar el conocimiento actual sobre el impacto psicológico y relacional de las nuevas dinámicas de abuso vinculadas al CDA. La heterogeneidad conceptual y metodológica existente, junto con la elevada prevalencia y la especial vulnerabilidad de la adultez emergente como etapa evolutiva, justifican la necesidad de sintetizar los hallazgos disponibles para comprender la magnitud del fenómeno, sus factores asociados y sus consecuencias en la salud mental y en la consolidación de vínculos afectivos, contribuyendo así al desarrollo de marcos teóricos más sólidos y de estrategias preventivas y de intervención adaptadas al contexto digital contemporáneo.
Objetivos e hipótesis:
Objetivo General: Identificar si las dinámicas de *ghosting*, *gaslighting*, *phubbing* y *sexting* coercitivo se asocian con un impacto negativo en la salud mental y en la calidad de las relaciones románticas.

Los objetivos específicos son:

- Analizar las consecuencias psicológicas vinculadas a estas prácticas (ansiedad, depresión, disminución de la autoestima, etc).
- Explorar cómo estas dinámicas influyen en la calidad, estabilidad y funcionamiento de los vínculos afectivos.
- Determinar si existen diferencias en el impacto psicológico entre las distintas formas de abuso analizadas.

La hipótesis principal de la que parte el estudio sugiere que las nuevas dinámicas de *ghosting*, *gaslighting*, *phubbing* y *sexting* coercitivo generan efectos notables y perjudiciales en la salud mental y en la calidad de las relaciones interpersonales.
Por su parte las hipótesis específicas planteadas son las siguientes:

- El *ghosting*, *gaslighting*, *phubbing* y *sexting* digital se asociarán con un aumento de sintomatología psicológica.
- Estas dinámicas tendrán un efecto negativo directo en la cohesión, la confianza y la estabilidad percibida dentro de las relaciones afectivas o de pareja.
- El impacto psicológico variará según la forma de abuso, de modo que algunas prácticas producirán efectos más intensos que otras.

Metodología

Criterios de inclusión y exclusión

En cuanto a los criterios de inclusión utilizados para la selección de artículos, se establecieron los siguientes: (1) estudios originales con resultados empíricos; (2) investigaciones cuyo objeto de estudio abordara alguna de las siguientes dinámicas de abuso emocional mediadas por la tecnología: *ghosting, gaslighting*; *phubbing* o *sexting* coercitivo;
(3) artículos publicados entre los años 2020 y 2025; (4) muestras compuestas por adultos jóvenes (18 a 30 años en promedio); (5) participación de individuos de ambos sexos, sin restricciones relacionadas con la orientación sexual ni con la existencia de diagnósticos clínicos previos; (6) estudios centrados en relaciones románticas, y (7) trabajos que analizaran la experiencia desde la perspectiva de la víctima, evaluando las consecuencias derivadas de haber sufrido dichas dinámicas.

Además, se excluyeron aquellas investigaciones que: (1) correspondieran a revisiones sistemáticas, tesis, metaanálisis, disertaciones, artículos teóricos, duplicados o estudios piloto sin resultados concluyentes; (2) no especificaran de forma explícita la dinámica de abuso emocional mediadas por la tecnología o la confundieran con otras formas de abuso o control interpersonal; (3) no presentaran resultados empíricos concretos sobre el impacto psicológico o relacional de dichas dinámicas; o (4) no evaluaran consecuencias psicológicas o relacionales, tales como bienestar mental, autoestima, ansiedad, depresión o satisfacción relacional, entre otros.
La última búsqueda fue realizada el día 18 de diciembre del 2025, reclutando un total de 19 artículos.

Estrategia de búsqueda

La metodología aplicada en esta revisión sistemática se centró en la búsqueda de artículos que analizan la relación entre dinámicas emergentes de abuso emocional mediado por la tecnología y sus efectos tanto en la salud mental como en la calidad de las relaciones sentimentales. En particular, se abordaron cuatro fenómenos: *ghosting, gaslighting, phubbing y sexting* coercitivo.

Para recopilar los artículos se consultaron las siguientes bases de datos: PubMed, ScienceDirect, Scopus, Dialnet y Redalyc. En cada una de ella se aplicó un algoritmo de búsqueda que combinaba cada una de las prácticas (*ghosting, gaslighting, phubbing y coercive sexting*) con variables dependientes relacionadas con el bienestar mental y las relaciones interpersonales.

Concretamente se buscó: “Psychological impact", “mental health",“depression",“anxiety",“self-esteem",“relationship satisfaction",“ intimacy",“trust" y “relationship quality". Se emplearon los siguientes términos tanto en inglés como en español, así como el operador booleano “AND” combinando cada fenómeno con las variables de interés. Además, la búsqueda se limitó a publicaciones entre 2020 y 2025, con el objetivo de incluir estudios recientes y relevantes.

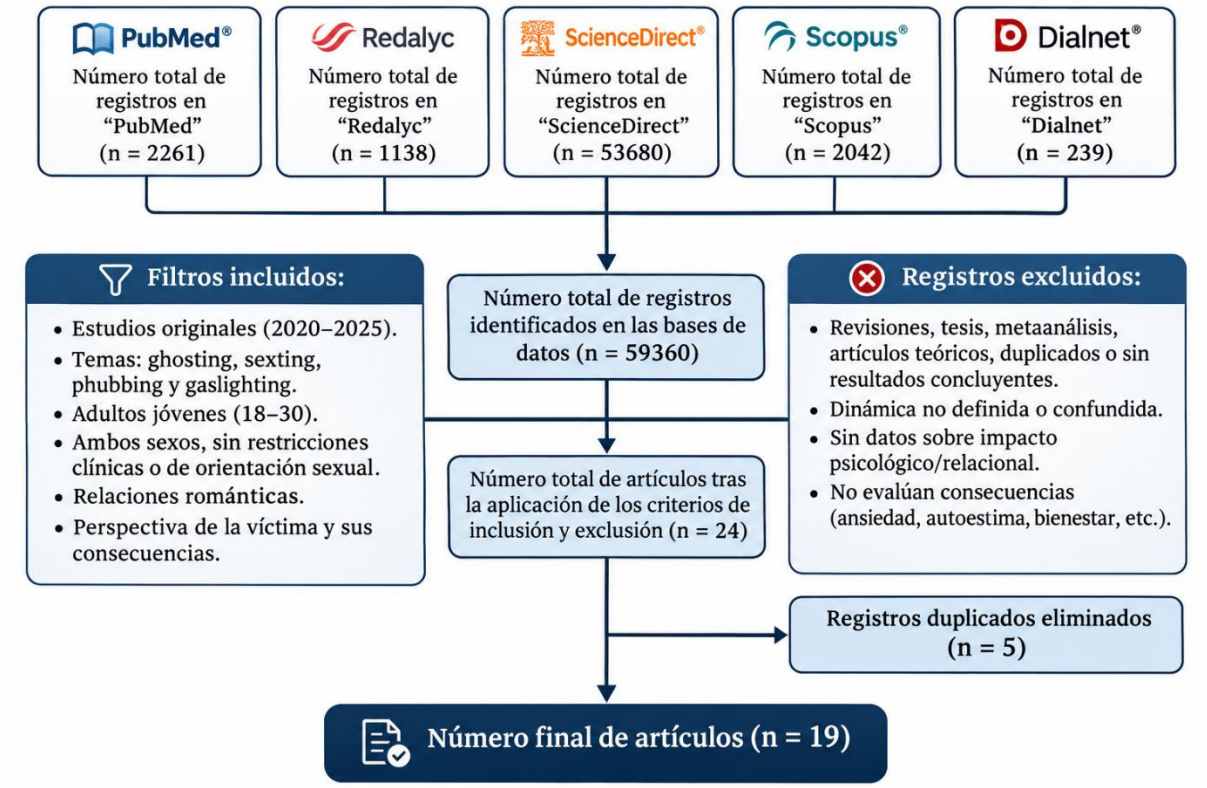
Tras la primera fase de búsqueda, se obtuvieron un total de 59360 artículos, distribuidos de la siguiente manera: 2261 en PubMed, 1138 en Redalyc, 53680 en ScienceDirect, 2042 en Scopus y 239 en Dialnet. Seguidamente, se realizó una segunda búsqueda aplicando los criterios de inclusión y exclusión cuidadosamente definidos. Tras este filtrado, se identificaron 24 artículos que cumplían con los criterios establecidos.

Finalmente se eliminaron los duplicados, es decir aquellos artículos presentes en otras bases de datos, obteniéndose un total de 19 artículos que conforman la muestra final de esta revisión.

Este proceso permitió garantizar que los artículos incluidos fueran pertinentes, actuales y metodológicamente sólidos, cubriendo distintas perspectivas sobre los fenómenos estudiados.

El diagrama de flujo que se presenta a continuación expone de forma clara y detallada cada fase del proceso de búsqueda y selección de artículos, desde la identificación inicial hasta la selección final, proporcionando una representación visual del procedimiento seguido (ver figura 1).

Figura 1
Diagrama de flujo de la selección de artículos.



Participantes

Los estudios incluidos en la presente revisión sistemática incluyeron un conjunto de 9379 participantes. Las edades se situaron mayoritariamente entre los 18 y 30 años, con una edad media global aproximada entre los 22–25 años.

Gran parte de las muestras estuvieron formadas por estudiantes universitarios o adultos jóvenes, tanto de países europeos como de contextos internacionales, con un predominio claro de muestras femeninas, que en varios estudios superaron el 70%, aunque algunos trabajos presentaron porcentajes más equilibrados.

En relación a la orientación sexual, varios estudios informaron que la mayor parte de los participantes se identificaban como heterosexuales (entre el 74% y el 83%). Respecto al contexto relacional, gran parte de la muestra se encontraba involucrada en relaciones románticas actuales, tanto formales como informales. Algunos estudios se centraron específicamente en personas solteras o en usuarios de aplicaciones de citas, mientras que otros incluyeron parejas estables, convivientes o casadas.

En términos de criterios de inclusión, los más comunes fueron ser mayor de edad y poseer competencia lingüística suficiente, ser usuario activo de redes sociales o aplicaciones de citas cuando la investigación así lo requería, y haber experimentado o reportado situaciones relacionales como *ghosting*, *gaslighting*, *phubbing* o *sexting* coercitivo. Se excluyeron participantes que no cumplían con los requisitos de edad, que ofrecían respuestas de baja calidad o que no habían vivenciado experiencias relevantes para el análisis. Ninguno de los estudios empleó muestras clínicas, sino que se centraron en población general.

Instrumentos

En los artículos revisados se emplearon diversas herramientas para valorar tanto las dinámicas de manipulación emocional como su impacto psicológico y relacional. Conviene

remarcar que los instrumentos utilizados variaron en función de las variables analizadas, lo que llevó a que algunos fueran más frecuentes que otros según el contexto. No obstante, los instrumentos más utilizados se detallan a continuación.

Partner Phubbing Scale (PPS) (Roberts & David, 2016)

La Partner Phubbing Scale (PPS) *e*valúa la distracción específica provocada por el uso del teléfono móvil en la relación con la pareja amorosa (Roberts y David, 2016). Es una escala breve compuesta por 9 ítems que miden la frecuencia con la que la pareja del participante incurre en conductas de *phubbing*. Las respuestas se recogen mediante una escala Likert de 5 puntos, que varía de 1 ("nunca") a 5 ("siempre"). La puntuación total de la escala indica la intensidad con la que los individuos perciben que están siendo ignorados por sus parejas a causa del teléfono móvil, de modo que puntuaciones más altas reflejan un mayor grado de *phubbing*. Se trata de una escala unidimensional de autoinforme.

Aunque existen adaptaciones al español de escalas generales de *phubbing*, hasta el momento no se dispone de una validación psicométrica publicada de la PPS en población hispanohablante.

En la validación original de la escala (Roberts y David, 2016), se obtuvieron buenos índices de validez factorial mediante un Análisis Factorial Confirmatorio ($\chi^2 = 80.02$; gl = 27; RMSEA = 0.08; NFI = 0.96; CFI = 0.97), así como evidencias de validez convergente y discriminante. Asimismo, la escala alcanzó un alto nivel de consistencia interna, con un coeficiente alfa de Cronbach de $\alpha = 0.93$.

Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)(Rosenberg,1965)

La Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965), consta de 10 ítems que evalúan la autoestima unidimensional, entendida como la actitud general que una persona mantiene hacia sí misma (por ejemplo: "Siento que soy una persona valiosa, al menos en el mismo nivel que los demás"). Los ítems se responden en una escala Likert de 4 puntos, que va de 1 ("totalmente de acuerdo") a 4 ("totalmente en desacuerdo"), de forma que las puntuaciones más altas indican un mayor nivel de autoestima.

En cuanto a la fiabilidad, en su estudio original, Rosenberg (1965) reportó una consistencia interna adecuada para la escala, con un coeficiente alfa de Cronbach de aproximadamente $\alpha = .77$. En investigaciones recientes, esta escala sigue mostrando alta consistencia interna, con coeficientes alfa de Cronbach comúnmente entre .88 y .94, dependiendo del contexto, idioma y población de estudio (Jiang et al., 2023; Molina Calle, 2024).

En contextos de habla hispana, se han publicado diferentes adaptaciones. Por ejemplo, Gómez-Lugo et al. (2016) validaron la RSES en población colombiana y española, mostrando consistencias internas de .83 y .86 respectivamente.

Global Measure of Sexual Satisfaction (GMSEX)(Lawrance y Byers, 1995).

La Medida Global de Satisfacción Sexual (Global Measure of Sexual Satisfaction, GMSEX; Lawrance y Byers, 1995), evalúa la satisfacción sexual a través de la apreciación subjetiva que cada persona realiza de su relación sexual actual con su pareja. La escala consta de cinco ítems que utilizan una escala tipo Likert de 7 puntos, respondiendo a la pregunta: "En general, ¿cómo describiría su relación sexual con su pareja?". Los ítems se representan mediante adjetivos bipolares: bueno-malo, agradable-desagradable, positivo-negativo, satisfactorio-insatisfactorio y valioso-sin valor. Cuanto mayor es la puntuación, mayor es la satisfacción sexual percibida en la relación de pareja.

En los estudios originales, el GMSEX mostró buena consistencia interna, con un alfa de Cronbach de 0.90 (Lawrance y Byers, 1995), y fiabilidad temporal con correlaciones de $r = 0.84$ entre las primeras aplicaciones y $r = 0.78$ ($p < 0.001$) entre la segunda y tercera aplicación. Estudios posteriores han reportado valores de fiabilidad similares, como $\alpha = 0.84$ (Mark et al., 2014).

La versión española fue realizada por Sánchez-Fuentes et al. (2015) como parte de la versión en español del Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction Questionnaire (IEMSSQ) (Lawrance & Byers, 1995). En estudios que emplean esta adaptación, se ha observado una alta consistencia interna, con coeficientes de Cronbach alrededor de α = .88, lo que respalda su uso (Calvillo et al., 2020).

Escala de Emociones Relacionadas con el Rechazo (Rejected-Related Emotions Scale, RRES) (Buckley et al., 2004)

Esta herramienta fue desarrollada por Buckley y colaboradores (2004), específicamente para dicho estudio, con el objetivo de medir la intensidad de emociones específicas vinculadas a experiencias de rechazo social, incluyendo ira, tristeza, ansiedad, dolor emocional y felicidad (esta última evaluada de forma invertida) (Buckley et al., 2004).

Consta de 15 ítems organizados en cinco subescalas de tres ítems cada una, correspondientes a las emociones mencionadas. Cada ítem se responde mediante una escala Likert de 7 puntos, donde 1 indica “nada” y 7 “completamente”, permitiendo cuantificar la intensidad con la que el participante experimenta cada emoción (Buckley et al., 2004). Para calcular un índice general de emociones negativas relacionadas con el rechazo, los ítems de felicidad se invierten y se calcula la media de todos los ítems, de manera que las puntuaciones más altas reflejan una mayor presencia de emociones negativas tras situaciones de rechazo. Respecto a su consistencia interna, estudios previos como el de Sancino y colaboradores (2024), han reportado alfas de Cronbach elevados para cada subescala: felicidad (α = .94), ira (α = .95), dolor emocional (α = .97), ansiedad (α = .89) y tristeza (α = .93). Además, el índice global de emociones negativas presenta un α = .84, lo que indica buena consistencia interna y fiabilidad (Sacino et al., 2021). No obstante, la RRES fue concebida como una medida específica de investigación y no como un instrumento clínico estandarizado con manual independiente de aplicación. Por ello, hasta la fecha, no se han localizado estudios que describan un proceso formal de traducción, adaptación transcultural y validación psicométrica de la RRES en población hispanohablante, lo que implica que su utilización en estos entornos requeriría un proceso previo de adaptación lingüística y validación.

Need-Threat Scale (NTS) (Williams, 2009)

Esta herramienta fue creada para evaluar el nivel de satisfacción de las cuatro necesidades humanas fundamentales definidas por Williams (2009): pertenencia, autoestima, existencia significativa y control. Cada una de estas dimensiones refleja aspectos clave para el bienestar emocional y social del individuo.

Según Williams (2009), la pertinencia evalúa la percepción de ser aceptado o rechazado por parte de los demás, con ítems como “me sentí rechazado”. Por su parte, la autoestima mide la valoración personal e incluye ítems invertidos como “mi autoestima era alta”, de modo que puntuaciones más altas reflejan menor autoestima. En tercer lugar, la existencia significativa analiza la sensación de utilidad o propósito en la vida con ejemplos de ítems como “me sentí inútil”. Finalmente, el control examina la sensación de poder influir en las acciones o comportamientos de otros, con ítems como “sentí que no podía influir en las acciones de los demás”

La escala consta de 20 ítems, distribuidos en cinco por cada necesidad, y se responde mediante una escala tipo Likert de 5 puntos (1 = “nada” a 5 = “extremadamente”). Valores más altos indican un menor grado de satisfacción de las necesidades básicas, es decir, reflejan una mayor sensación de amenaza a estas necesidades fundamentales (Williams, 2009).

Con respecto a la versión utilizada en estudios en español, aunque no existe una adaptación oficial estandarizada, se han realizado traducciones siguiendo procedimientos de traducción y retrotraducción que han sido empleadas en investigaciones con población hispanohablante

(Mustaca, 2019). En esa investigación, los alfas de Cronbach reportados para cada subescala fueron: pertenencia α = .67, autoestima α = .83, existencia significativa α = .88 y control α = .71. Estos valores indican que las subescalas de autoestima y existencia significativa presentan una fiabilidad muy buena, mientras que pertenencia y control muestran consistencia interna moderada (Mustaca, 2019).

Satisfaction With Life Scale (SWLS) (Diener et al. 1985)

La Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), fue creada por Diener y colaboradores (1985) para evaluar los juicios cognitivos de satisfacción con la propia vida. Es un instrumento de 5 ítems con 7 categorías de respuesta tipo Likert por ítem que va de 1 ("muy en desacuerdo") a 7 ("muy de acuerdo"). La puntuación total se obtiene mediante la suma de los ítems y puede oscilar entre 5 y 35 puntos, donde las puntuaciones más altas reflejan una mayor percepción de que las áreas importantes de la vida funcionan adecuadamente, mientras que las bajas sugieren lo contrario (Diener et al. 1985).

En cuanto a propiedades psicométricas, la SWLS ha mostrado una fuerte consistencia interna con coeficientes alfa de Cronbach que oscilan entre de α = .79 a α = .89 (Rivera & Rosario-Rodríguez, 2020).

La adaptación al español de la SWLS fue realizada por Vázquez y colaboradores (2013), mostrando una estructura factorial unidimensional y una consistencia interna sólida (α = .88), lo que indica una fiabilidad adecuada para su uso en contextos de habla hispana.

Single-Item Self-Esteem Scale (SISES) (Robins et al., 2001)

La Escala de Autoestima de Ítem Único (Single-Item Self-Esteem Scale; SISES) fue diseñada como una alternativa a la Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965). Como su nombre indica, es una medida de un solo ítem que evalúa la autoestima global. Los participantes responden a este único ítem utilizando una escala Likert de 5 puntos, que va de 1 (no es muy cierto en mí) a 5 (muy cierto en mí). A pesar de su brevedad, la escala reporta en su publicación original una sólida validez convergente con la Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965), con correlaciones cercanas a r = .70 – .80 (Robins et al., 2001). No se ha publicado una adaptación formal estandarizada de la SISES al español, pero diversos estudios como el de Domínguez-Lara (2019), han traducido y utilizado el ítem en español.

The Juvenile Online Victimization Questionnaire (JOV-Q) (Montiel & Carbonell,2012)

El Cuestionario de Victimización Juvenil en Línea (JOV-Q), desarrollado originalmente en español por Montiel y Carbonell (2012). Es un instrumento creado para evaluar la victimización juvenil en línea. La primera parte del JOV-Q está compuesta por 20 ítems que recogen información sociodemográfica básica como edad y sexo, junto con datos sobre el patrón de uso de Internet, incluyendo el tiempo diario en línea, la frecuencia y el lugar de conexión, así como aspectos relacionados con las relaciones sociales tanto online como offline (cantidad y grado de satisfacción) (Montiel & Carbonell, 2012).

A través de un análisis de componentes principales, el cuestionario se estructuró en 44 ítems distribuidos en ocho dimensiones, que abarcan diferentes manifestaciones de victimización digital (Montiel & Carbonell, 2012). En cuanto a sus propiedades psicométricas, diversos estudios han demostrado que el JOV-Q presenta una alta consistencia interna, con coeficientes alfa de Cronbach que van desde 0.83 en la victimización no sexual hasta 0.93 en la victimización sexual, indicadores que reflejan una excelente calidad psicométrica (Guerra et al., 2020).

Listado de Síntomas Breve (LSB-50) (de Rivera & Abuín, 2012)

El LSB-50 es un cuestionario psicométrico diseñado para evaluar el malestar psicológico y los síntomas psicosomáticos en adultos (de Rivera & Abuín, 2012). Fue

desarrollado originalmente en español, y consta de 50 ítems que se responden con una escala tipo Likert de 0 a 4, permitiendo cuantificar la intensidad del malestar durante los últimos siete días (de Rivera & Abuín, 2012).

Los ítems se organizan en nueve dimensiones clínicas: ansiedad, hostilidad, somatización, depresión, alteraciones del sueño, sensibilidad interpersonal/hipersensibilidad, obsesiones-compulsiones, ideación paranoide y psicoticismo (de Rivera & Abuín, 2012).

Además, el instrumento incluye tres índices globales: índice de gravedad global, número de síntomas positivos e índice de intensidad de síntomas, que ofrecen una visión completa del malestar psicológico (de Rivera & Abuín, 2012).

Respecto a sus propiedades psicométricas, los autores de este listado concluyeron en un estudio posterior que las escalas tienen consistencia interna alta, con α de Cronbach entre 0.79 y 0.90, y evidencias de validez factorial y criterial (Abuín & de Rivera, 2014).

Otros instrumentos o pruebas menos empleadas en los estudios incluidos en la revisión fueron las siguientes: Voodoo Doll Task (VDT) (DeWall et al., 2013), Victim Gaslighting Questionnaire (VGQ) (Bhatti et al., 2023), Brief Partner Behavioral Control Scale (B-PBCS) (Sağkal et al., 2021), Paranoia Checklist (PCL) (Freeman et al., 2005), Multidimensional Fatalism Scale (MFS) (Esparza et al., 2014), Tinder-Based Disenchantment Scale (TBDS) (Niehuis et al., 2020, adaptada), Violated Expectedness Scale (VES) (Afifi & Metts, 1998), UCLA Loneliness Scale Short Version (UCLA-LS) (Russell et al., 1980), Escala de Necesidad de Pertenencia de 10 ítems (ENP) (Leary et al., 2013), Escala Breve de Personalidad Histriónica (EBPH) (Ferguson & Negy, 2014), Escala FoMO de 10 ítems (FoMOs) (Przybylski et al., 2013), Intolerance of Uncertainty Scale Short Form (IUS-12) (Carleton et al., 2007), Rejection Sensitivity Questionnaire Adult Version (RSQ-A) (Berenson et al., 2009), Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21) (Lovibond & Lovibond, 1995), Escala ad hoc de construales cognitivos basada en Smart Richman & Leary (2009) (Pancani et al., 2022), ítems de diseño propio la valoración de la salud mental, de ser víctima de ghosting, breadcrumbing o vaguebooking (Astleitner et al., 2022; Navarro et al., 2020a; Konings et al., 2023; Lopes & Jaspal, 2025), Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) (Watson et al., 1988), Escala de Experiencia de Gaslighting de diseño propio (Graves & Samp, 2021), Squire Subjective Memory Questionnaire (SSMQ) y SSMQ-Partner (Squire et al., 1979), Sexual Coercion in Intimate Relationships Scale (SCIRS) (Shackelford & Goetz, 2004), Online Sexual Victimization Scale (OSV) (Gámez-Guadix et al., 2015), Generalized Sense of Power Scale (GSPS) (Anderson et al., 2011), Inclusion of Other in the Self Scale (IOS Scale) (Aron et al., 1992), Sexting Questionnaire (SQ) (Gámez-Guadix et al., 2017), Quality of Relationship Index (QRI) (Pierce et al.,1991), Escala de Respuesta Interpersonal revisada localmente (Davis, 1980; Zhang et al., 2010; Zhan et al., 2022), Escala de Comunicación Tecnológica (COMARI-T) (Nina & Rodríguez, 2016) , Escala de Calidad Diádica (DQS) (Nina, 2019), Psychological Needs Satisfaction in Romantic Relationships Scale (PSNR) (Karaman & Arslan, 2023), Generic Scale of Phubbing (GSP) (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018), Generic Scale of Being Phubbed (GSBP) (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018), Social Media Addiction Scale-Adult Form (SMAS-AF) (Karaman & Arslan, 2024), Relationship Satisfaction Scale (RSS) (Murray et al., 1996), The Perceived Relationship Quality Component Inventory satisfaction subscale (PRQC) (Fletcher et al., 2000), Patient Health Questionnaire (PHQ-4) (Kroenke et al., 2009), Phubbing Scale (PS) (Karadağ et al., 2015), Relationship Assessment Scale (RAS) (Hendrick et al., 1998), Perceived Partner Responsiveness Scale (PPRS) (Reis et al., 2017), Discrete Emotions Questionnaire (DEQ) (Harmon-Jones et al., 2016), ítems únicos para evaluar comparación social (Astleitner et al., 2022), confusión y culpa (Telari et al., 2025), índice compuesto único para medir el poder de dependencia (Graves & Samp, 2021), ítems propios de percepción social (Telari et al., 2025), de ira/frustración, respuestas al phubbing y motivaciones cotidianas para la represalia (Thomas et al., 2022), ítems adaptados para asertividad y empatía (Navarro et al., 2020b), y escalas de resolución de conflictos y desconexion moral adaptadas (Navarro et al., 2020b).

Además de las diversas pruebas psicométricas, también se llevaron a cabo cuestionarios sociodemográficos para recopilar información sobre edad, género, orientación sexual o tipo de relación, entre otros.

Procedimiento

En cuanto a los procedimientos empleados en los estudios analizados, se observa que la mayoría siguieron dinámicas metodológicas comunes centradas en la recogida de información a través de plataformas digitales, ya fuera mediante encuestas online o mediante procedimientos experimentales digitales.

Los estudios se clasificaron en dos tipos principales de diseño: investigaciones correlacionales basadas en encuestas online y diseños experimentales controlados. Dentro de los estudios correlacionales, la mayoría adoptó un diseño transversal, aunque algunos incorporaron recogidas repetidas de datos y enfoques longitudinales de corta duración (Thomas et al., 2022; Frackowiak et al., 2023). En los estudios transversales, se emplearon cuestionarios autoadministrados distribuidos mediante redes sociales, universidades o muestreo por bola de nieve, principalmente (Lopes & Jaspal, 2025; Navarro et al., 2020a; Konings et al., 2023; Gassó et al., 2020; Astleitner et al., 2022; Gassó et al., 2021;
Garrido-Macías et al., 2023; Graves & Samp, 2021; Navarro et al., 2020b; Zhan et al., 2022; Montero-López Lena et al., 2020; Karaman & Arslan, 2024; Wang et al., 2020; Chmielik & Błachnio, 2022). Estos instrumentos recogieron información referente a experiencias de manipulación emocional mediante diferentes dinámicas, así como información sobre bienestar psicológico, variables emocionales, personales y relacionales. Posteriormente, los datos fueron analizados mediante técnicas como correlaciones, regresiones jerárquicas, modelos de mediación y modelado de ecuaciones estructurales.

Los estudios experimentales incorporaron manipulaciones directas de situaciones relacionales digitales (Pancani et al., 2022; Telari et al., 2025; Darke et al., 2025). En estos trabajos, los participantes eran asignados a diferentes condiciones experimentales, tras lo cual completaban los diversos cuestionarios y tareas, que incluían evocación de recuerdos, escenarios guiados, interacciones simuladas con un cómplice mediante aplicaciones de mensajería, etc. Los diseños experimentales permitieron examinar efectos inmediatos y longitudinales (3 a 9 días en el caso de Telari et al., 2025).

Un procedimiento particular se observó en el estudio de Darke et al. (2025), que aplicó un diseño diádico con medidas repetidas en el que las parejas recordaban eventos compartidos, completaban evaluaciones individuales de memoria y bienestar, y luego uno de los miembros introducía información falsa para generar distorsiones de memoria asociadas al *gaslighting*. Las pruebas se llevaron a cabo en dos sesiones, combinando metodología online y presencial.

Resulta relevante señalar que, en la gran mayoría de los estudios incluidos, se encontraron asociaciones significativas entre las dinámicas analizadas y diversos indicadores de malestar psicológico como ansiedad, depresión, soledad, amenaza a necesidades psicológicas básicas, disminución de autoestima o distorsión de memoria. De igual manera, varios trabajos mostraron efectos a nivel relacional, incluyendo deterioro en la percepción moral del otro, menor intención prosocial, desencanto o menor satisfacción relacional, alteración en la comunicación, y aumento de dinámicas de dependencia y desconfianza. Estos resultados apoyan la hipótesis general de que las dinámicas relacionales digitales pueden ejercer un impacto significativo y negativo en la salud mental y en la calidad de las relaciones interpersonales.

Sin embargo, también se identificaron algunos trabajos cuyos resultados no respaldaron dicha hipótesis al completo. Concretamente, en la investigación de Navarro et al. (2020a) no se encontró una relación significativa entre el *ghosting* y los indicadores de bienestar evaluados (satisfacción vital, soledad, fatalismo). Otros trabajos evidenciaron efectos indirectos o condicionados, como Konings et al. (2023), donde el *ghosting* solo afectó la autoestima bajo niveles altos de impacto percibido, o Darke et al. (2025), en el que la manipulación tipo *gaslighting* no produjo un deterioro emocional sostenido en contexto experimental. Estas

diferencias pueden deberse a factores metodológicos como el uso de muestras no clínicas, la naturaleza transversal de la mayoría de los estudios, la variabilidad en las definiciones operativas de las dinámicas digitales o la influencia de variables personales y contextuales.
Asimismo, ciertos trabajos sugieren que el impacto psicológico de algunas dinámicas de abuso digital se expresan fundamentalmente a nivel emocional y relacional, sin implicar necesariamente un deterioro del bienestar psicológico global. En este sentido, Thomas et al. (2022) observaron que el *phubbing* diario se relacionaba con una menor satisfacción relacional y un aumento de emociones negativas como la ira y la frustración, aunque no con un empeoramiento significativo del bienestar psicológico general. Por su parte, Wang et al. (2020) observaron que los efectos del *phubbing* dependen de factores individuales y contextuales, siendo más negativos en adultos casados con alta autoestima y mínimos o nulos en personas con baja autoestima o en relaciones no matrimoniales.
Estos hallazgos indican que no todos los resultados confirman completamente las hipótesis de la presente revisión. Aunque ciertas dinámicas digitales afectan negativamente la salud mental y las relaciones, en otros casos sus efectos son moderados, indirectos o dependen de diversos factores. Por ello, al igual que se ha señalado en otras revisiones, resulta relevante señalar que la ausencia de resultados significativos no implica una relación inversa, sino que no se hallaron evidencias suficientes para establecer conclusiones concluyentes en dichos casos.

Resultados

El análisis de los estudios incluidos permitió examinar de forma sistemática el impacto del *ghosting,* el *gaslighting*, el *phubbing* y el *sexting* coercitivo tanto en la salud mental como en las relaciones afectivas, dando respuesta directa al objetivo principal de esta revisión. A continuación, se presentan los principales resultados obtenidos.
Se encontraron 19 artículos que abordaban desde distintas aproximaciones metodológicas el impacto psicológico y relacional del *ghosting*, *gaslighting, phubbing* y *sexting* coercitivo. Todos los artículos fueron revisados y codificados por un único investigador, aplicando criterios de exhaustividad y coherencia en la interpretación de las variables.
Debido a que estas dinámicas representan un fenómeno complejo que involucra factores diversos (emocionales, cognitivos, relacionales y sexuales, principalmente) se optó por organizar los resultados de los estudios en cuatro áreas temáticas atendiendo a las dinámicas analizadas:

1) ¿Cómo influye el *ghosting* en la salud mental y en la calidad de las relaciones afectivas?
2) ¿Cómo influye el *gaslighting* en la salud mental y en la calidad de las relaciones afectivas?
3) ¿Cómo influye el *phubbing* en la salud mental y en la calidad de las relaciones afectivas?
4) ¿Cómo influye el *sexting* coercitivo en la salud mental y en la calidad de las relaciones afectivas?

¿Cómo influye el ghosting en la salud mental y en la calidad de las relaciones afectivas?

Se encontraron 7 artículos que abordaban directamente esta pregunta, incluyendo un estudio híbrido que analizó tanto *ghosting* como *gaslighting* (Lopes & Jaspal, 2025).
En primer lugar, el estudio experimental de Pancani et al. (2022) mostró que el *ghosting* provoca sentimientos más intensos de exclusión social, amenaza a las necesidades psicológicas básicas y percepción de injusticia que el rechazo explícito. Además, el *ghosting*

fue percibido como más inesperado e injusto, con un menor valor relacional, y destacó como la forma más dañina de ruptura digital al generar mayor impacto emocional y menor sensación de cierre.

De manera similar, Telari et al. (2025) indicaron que tanto el *ghosting* como el rechazo explícito generan emociones negativas intensas. Sin embargo, el *ghosting* provocó una respuesta emocional más persistente y de aparición más lenta. Además, al igual que Pancani et al. (2022), destacaron que la falta de un cierre y la incertidumbre generada lo convierten en un fenómeno emocionalmente más dañino que el rechazo explícito. Por otra parte, también señalaron que este tipo de ruptura digital también impacta sobre la percepción moral del excluidor y reduce de forma sostenida sus intenciones prosociales.

Los trabajos de Konings et al. (2023) y Navarro et al. (2020b) profundizaron en los efectos indirectos del *ghosting*. En primer lugar, Konings et al. (2023) identificaron que, aunque no existe una relación directa entre el *ghosting* y la autoestima, sí hay un efecto indirecto a través del desencanto con el atractivo personal. Esto implica que la autoestima puede disminuir cuando la experiencia de *ghosting* se percibe como inesperada o altamente negativa, ya que dicha interpretación puede ocasionar dudas sobre el propio valor o atractivo, disminuyendo así la autoestima. Por su parte, Navarro et al. (2020b) observaron que quienes han sido víctimas de *ghosting* tienden a replicar esta conducta, evidenciando un ciclo de victimización y un impacto relacional significativo. El estudio también confirmó que los factores contextuales y relacionales son más determinantes que los individuales, como la autoestima o la empatía.

Asimismo, en otro trabajo de Navarro et al. (2020a), en el que se evalúan tanto *ghosting* como *breadcrumbing* (emisión intermitente de pequeñas señales de interés afectivo, con el propósito de mantener la atención del otro sin intención de establecer un vínculo consistente), se sugiere que el *breadcrumbing* puede ser más dañino que el *ghosting* al predecir un peor estado de salud mental, reflejado en menor satisfacción con la vida y mayores niveles de soledad e indefensión. Mientras que, por su parte, el *ghosting* no mostró una relación significativa con ninguno de los indicadores evaluados.

Por su parte, Astleitner et al. (2022), propusieron un enfoque integrativo en el que el *ghosting*, el *fear of missing out* (FoMO) y el *vaguebooking* actúan como mediadores entre el uso de redes sociales, la personalidad y la salud mental. Los hallazgos muestran que un mayor uso de redes sociales, junto con altos niveles de FoMO, aumentan la probabilidad de ser víctima de *ghosting*, y que tanto el *ghosting* como el *vaguebooking* se asocian con un peor estado de salud mental. Además, la tendencia a la comparación social y la personalidad histriónica se vincularon con estas experiencias y con un menor bienestar psicológico, mientras que la necesidad de pertenencia pareció ejercer un papel protector.

Finalmente, la investigación de Lopes & Jaspal (2025), que también examina *gaslighting* y coerción, concluyó que tanto el *ghosting* como las otras dos dinámicas predicen ideación paranoide, aportando evidencia adicional de que la sensibilidad al rechazo y la intolerancia a la incertidumbre predicen significativamente estados de depresión y/o ansiedad.

Sin embargo, como observó Navarro et al. (2020a), en algunos casos el *ghosting* no produjo efectos significativos sobre la salud mental ni sobre la satisfacción vital, lo que indica que, para esta dinámica en particular, las hipótesis de que el *ghosting* genera efectos perjudiciales en la salud mental y aumenta la sintomatología psicológica no se cumplieron. Del mismo modo, Konings et al. (2023) señalaron que el *ghosting* únicamente afectó la autoestima cuando el impacto percibido era elevado, sin hallarse una relación directa entre esta dinámica y la autoestima. Esto implica que la hipótesis específica relativa al aumento de sintomatología psicológica, particularmente en términos de disminución de la autoestima, tampoco se cumple de manera directa ni generalizada.

¿Cómo influye el gaslighting en la salud mental y en la calidad de las relaciones afectivas?

Se identificaron 3 artículos que abordaron el *gaslighting* como forma de manipulación emocional digital, incluyendo de nuevo el estudio híbrido de Lopes & Jaspal (2025).
En dicho estudio, Lopes & Jaspal (2025) señalaron que el *gaslighting* es un predictor significativo de síntomas depresivos, incluso más que el *ghosting* y la coerción. Además, junto con tales dinámicas, el *gaslighting* predijo niveles elevados de ideación paranoide. Los autores concluyeron que las conductas relacionales digitales, combinadas con rasgos personales como la intolerancia a la incertidumbre o la sensibilidad al rechazo, explican entre el 32% y el 35% de la varianza en síntomas psicológicos.
Por otra parte, Graves & Samp (2021) indicaron que el *gaslighting* ocurre con mayor frecuencia en relaciones donde existe un desequilibrio de poder. Se observó que este tipo de manipulación genera duda de sí mismo, sospecha hacia la pareja y angustia diádica. Los autores concluyeron que el *gaslighting* funciona como un mecanismo de control dentro de la relación, que afecta directamente a la seguridad emocional de la persona afectada.
De manera complementaria, el artículo publicado por Darke et al. (2025) evidenció que el *gaslighting* puede distorsionar la memoria autobiográfica de la víctima, especialmente en los detalles periféricos de recuerdos compartidos, provocando incertidumbre y desconfianza en los propios recuerdos. Aunque no se observaron efectos inmediatos sobre autoestima o emociones negativas, los resultados indican que alterar la memoria funciona como un mecanismo sutil pero eficaz que puede afectar la forma en que la persona percibe la realidad y su sentido de seguridad emocional dentro de la relación. No obstante, dado que no se registraron cambios significativos en autoestima ni en emociones negativas generales, en este caso la hipótesis de que el *gaslighting* genera un efecto perjudicial sobre la salud mental no se cumple de manera inmediata.

¿Cómo influye el phubbing en la salud mental y en la calidad de las relaciones afectivas?

Se revisaron 7 artículos que analizaron el impacto del *phubbing.* En general, los estudios muestran que el *phubbing* se asocia con una disminución de la satisfacción relacional.
En este sentido, Zhan et al. (2022) encontraron que la insatisfacción en la relación predecía un aumento del *phubbing*, relación que fue mediada parcialmente por la soledad. Además, observaron que la empatía actuó como moderadora, intensificando esta conducta en personas con mayor sensibilidad emocional. De manera similar, Montero-López Lena et al. (2020) señalaron que mayores niveles de *phubbing* se relacionaban con una menor calidad de la relación y con alteraciones en la comunicación tecnológica, aunque estas alteraciones no tuvieron un efecto directo sobre la satisfacción relacional. Resultados similares fueron reportados por Chmielik y Błachnio (2022), quienes confirmaron que el *phubbing* se relaciona negativamente con la autoestima y la satisfacción relacional, identificando la alteración de la comunicación como el factor más perjudicial. Estos efectos fueron más pronunciados en mujeres y en parejas casadas, y la comunicación actuó como mediadora parcial entre la autoestima y la satisfacción relacional.
Otros trabajos destacan el papel de variables psicológicas en la relación entre *phubbing* y satisfacción de pareja. Karaman & Arslan (2024) mostraron que el *phubbing* y la adicción a redes sociales mediaban parcialmente la relación entre la satisfacción de necesidades

psicológicas básicas y la satisfacción en la relación, afectando especialmente dimensiones como amor, pertenencia, libertad y poder, lo que sugiere que el uso problemático de la tecnología puede disminuir el efecto positivo de satisfacer estas necesidades sobre la relación de pareja.

Por su parte, Wang et al. (2020) destacaron que los efectos del *phubbing* varían en función de factores individuales y contextuales. En adultos casados y con alta autoestima, el *phubbing* se asoció con una reducción significativa de la satisfacción relacional, mientras que en personas con baja autoestima o en relaciones no matrimoniales, los efectos fueron mínimos o nulos, probablemente porque la satisfacción ya era baja, lo que indica que en estas condiciones la hipótesis de que el *phubbing* disminuye la cohesión, la confianza y la estabilidad percibida dentro de las relaciones afectivas o de pareja no se cumple.

Finalmente, algunos estudios coinciden en que el *phubbing* incrementa las emociones negativas dentro de la relación. Thomas et al. (2022) encontraron que el *phubbing* diario se asociaba con menor satisfacción en la relación y con un aumento de emociones negativas, especialmente ira y frustración, sin que se observaran efectos sobre el bienestar personal, incluyendo ánimo depresivo, ansioso o autoestima. Además, el *phubbing* se vinculó con respuestas conductuales como curiosidad, resentimiento y retaliación, pero no con ignorar a la pareja ni generar conflicto directo. Las motivaciones de retaliación más frecuentes fueron venganza, búsqueda de apoyo y búsqueda de aprobación, mientras que la motivación por aburrimiento no resultó relevante. Complementariamente, Frackowiak et al. (2023) evidenciaron que el *phubbing* de pareja incrementa emociones negativas como tristeza, malestar, ira y soledad, especialmente en días de mayor intensidad de la conducta. No obstante, la percepción de comprensión y validación por parte de la pareja atenuó estos efectos, moderando específicamente la relación entre *phubbing* e ira, malestar y soledad.

Además, se observó que las emociones varían según la dimensión, de forma que ira y malestar mostraron mayor variabilidad intrapersonal diaria, la tristeza se afectó tanto a nivel inter como intrapersonal, y la soledad dependió más de la ocurrencia de *phubbing* que de su intensidad.

¿Cómo influye el sexting coercitivo en la salud mental y en la calidad de las relaciones afectivas?

Se obtuvieron 3 artículos que abordaban el *sexting* coercitivo.

En primer lugar, los estudios de Gassó et al. (2020; 2021) indicaron que la victimización sexual digital y el *sexting* coercitivo se relacionaban con mayores niveles de depresión, ansiedad y psicopatología global. En el caso de las mujeres, incluso el *sexting* consensuado (activo o pasivo) se asoció con peor estado de la salud mental, mientras que en hombres el efecto se observó principalmente en la difusión no consensuada. La coerción fue el predictor más fuerte de malestar psicológico.

Por otro lado, Garrido-Macías et al. (2023) encontraron que el *sexting* no deseado, influido principalmente por la coerción sexual y la victimización online, disminuyó significativamente la satisfacción vital. Aunque no se detectaron cambios en la satisfacción sexual, los efectos adversos sobre el bienestar emocional indican un deterioro importante en la calidad de vida y en la seguridad afectiva.

En definitiva, salvo en los estudios previamente mencionados en los que no se observaron efectos significativos, los hallazgos respaldan de manera general la hipótesis principal y las hipótesis específicas planteadas, evidenciando que estas dinámicas digitales ejercen un impacto significativo y negativo tanto en la salud mental como en la calidad de las relaciones afectivas.

Discusión

El objetivo principal de esta revisión sistemática fue examinar la relación entre las dinámicas emergentes de abuso emocional mediadas por la tecnología, concretamente *ghosting*, *gaslighting, phubbing* y *sexting* coercitivo, y su impacto en la salud mental y la calidad de las relaciones afectivas en adultos emergentes. Los hallazgos de los 19 artículos revisados, publicados entre 2020 y 2025, respaldan en gran medida la hipótesis principal de que estas conductas tienen un efecto negativo y significativo tanto en el bienestar psicológico como en la calidad de las relaciones.

Las dinámicas analizadas representan formas complejas y sutiles del abuso digital en el contexto de las citas (CDA), que dificultan la autonomía emocional y deterioran la salud mental de quienes las experimentan.

En cuanto al *ghosting*, los hallazgos sugieren que no solo se trata de una forma de rechazo, sino que además se percibe como una de las rupturas digitales más perjudiciales, generando sentimientos intensos de exclusión social, afectando necesidades psicológicas básicas y generando una sensación de injusticia. La falta de explicación o cierre emocional incrementa la sintomatología psicológica, incluyendo ansiedad y depresión, y puede incluso fomentar un ciclo de victimización dentro de la dinámica de ruptura. Sin embargo, algunos estudios mostraron resultados condicionales, donde el impacto en la autoestima solo se manifestaba bajo altos niveles de afectación percibida; en otros casos, no se encontraron relaciones significativas con indicadores de bienestar, como la satisfacción vital.

El *gaslighting* se identificó como una estrategia de control que mina la seguridad emocional y la autoconfianza de la víctima, distorsionando la memoria autobiográfica y generando desconfianza en la propia percepción de la realidad. Sus repercusiones incluyen disminución de la autoestima, ansiedad y depresión, así como sospecha y angustia dentro de la relación.

Por su parte, el *phubbing* emergió como una dinámica que afecta principalmente a la satisfacción relacional y el bienestar emocional, aumentando emociones negativas como ira, frustración, tristeza, malestar y soledad. Estos efectos pueden mitigarse cuando la pareja ofrece comprensión y validación, y la conducta se asocia también con respuestas como curiosidad, resentimiento y retaliación, sin llegar a provocar conflictos directos. De igual modo, factores contextuales y personales influyen en la intensidad de estos efectos. En conjunto, aunque no siempre afecta el bienestar psicológico general, el *phubbing* constituye un factor de riesgo significativo para la calidad relacional y la interacción emocional en la pareja.

Finalmente, el *sexting* coercitivo se asoció con consecuencias psicológicas como ansiedad, depresión o menor satisfacción vital, y a nivel relacional, predice una menor seguridad afectiva.

Los resultados de esta revisión tienen implicaciones relevantes para la práctica en el ámbito de la Psicología.

En primer lugar, es esencial que los profesionales de la salud mental amplíen su capacidad de detección y evaluación de las dinámicas digitales en la historia clínica, especialmente entre jóvenes, considerando que síntomas como ansiedad, depresión, baja autoestima o ideación paranoide podrían ser señales de abuso emocional digital. En cuanto a la intervención, abordar el *ghosting* requiere facilitar el cierre emocional, validar la experiencia de rechazo y exclusión, trabajar la autocompasión y reforzar la autoestima. Por su parte, la intervención con respecto al *gaslighting*, debe enfocarse en el restablecimiento de la propia confianza en el juicio y la memoria de la víctima, así como en fortalecer su seguridad emocional. El *phubbing* requiere un abordaje mediante la mejora de la comunicación, la gestión de emociones negativas y el fortalecimiento de la percepción de apoyo y validación en la pareja. En el caso del *sexting* coercitivo, la intervención debe atender tanto al malestar psicológico como a restaurar el sentimiento de control y seguridad de la víctima, proporcionando también orientación sobre recursos de protección o denuncia.

También, es relevante el desarrollo de programas de prevención y psicoeducación dirigidos a jóvenes, que incluyan información sobre estas formas de manipulación, se promueva la alfabetización digital en el ámbito sexual y afectivo, y se entrene en habilidades de comunicación asertiva para expresar necesidades y manejar rupturas de manera saludable.

Estas medidas no solo podrían reducir la incidencia de *ghosting* y ciclos de victimización, sino también mitigar los efectos negativos del *phubbing* diario.

Para concluir con las implicaciones prácticas, estos resultados señalan la necesidad de reconocer estas dinámicas como formas de violencia digital que tienen repercusiones en la salud pública, lo que refuerza la necesidad de impulsar campañas de concienciación y sensibilización.

Además, esta revisión sistemática presenta varias limitaciones que deben considerarse al interpretar los resultados y planificar la investigación futura. En primer lugar, el número final de estudios revisados fue reducido (19 artículos), lo que limita la diversidad de contextos y la generalización de los resultados. Esta selección respondió a criterios estrictos de inclusión orientados a garantizar la relevancia y calidad metodológica de los estudios, priorizando trabajos que abordaran específicamente las dinámicas de *ghosting*, *gaslighting*, *phubbing* y *sexting* coercitivo en adultos emergentes. Además, este es un campo relativamente reciente y poco explorado con un número limitado de artículos disponibles, lo que condicionó la muestra final de estudios incluidos en la revisión.

Por otra parte, se reporta una heterogeneidad notable tanto metodológica como conceptual. La variabilidad en los diseños de investigación, junto con la ausencia de consenso claro para conceptualizar de manera uniforme estas dinámicas, dificulta la comparación directa de los resultados entre los diferentes trabajos. Esta decisión se realizó deliberadamente para capturar la amplitud del fenómeno en distintos contextos culturales y metodológicos, aunque limita la síntesis cuantitativa de conclusiones sólidas.

A ello se suma que la mayoría de las investigaciones son de naturaleza transversal, lo que impide establecer relaciones causales firmes o evaluar la duración de los efectos psicológicos negativos y los procesos de recuperación. Esta elección se justifica por la facilidad de acceso y rapidez de recolección de datos que ofrecen los diseños transversales, especialmente considerando el carácter emergente del tema y la limitada disponibilidad de estudios publicados.

Otro aspecto relevante es que la muestra se centró en adultos emergentes (18-30 años en promedio), restringiendo la aplicabilidad de los resultados a otras franjas etarias. Esta elección atiende al interés específico en un grupo etario donde estas dinámicas mediadas por la tecnología son más frecuentes. Además, predominó la participación femenina, lo que podría distorsionar la comprensión de la experiencia de victimización y perpetración, especialmente en el *sexting* coercitivo donde se han reportado diferencias de género en la coacción.

De igual manera, se identificó que algunos de los estudios seleccionados utilizaron instrumentos que no contaban con adaptación ni validación al español. La ausencia de validación lingüística y cultural puede condicionar la equivalencia conceptual de las medidas y la interpretación de los resultados en contextos hispanohablantes. A pesar de ello, estos estudios fueron incluidos debido a su relevancia teórica y a la limitada producción científica disponible en un campo aún emergente.

Por último, hay que señalar que la revisión se centró en la perspectiva de la víctima. Aunque esto es crucial para entender el impacto psicológico, deja fuera el análisis de los factores y mecanismos subyacentes de la perpetración, una limitación que podría enriquecerse al incluir estudios con diseños diádicos o centrados en el agresor. Esta decisión se tomó con el objetivo de centrarse en el análisis de las consecuencias emocionales y relacionales, considerando que los estudios centrados en el agresor son menos frecuentes y presentan dificultades metodológicas que dificultan su comparación con los trabajos enfocados en la víctima.

Mirando hacia el futuro, se proponen las siguientes líneas de investigación que pueden enriquecer el estudio de estas dinámicas.

Para comenzar, se resalta la importancia de llevar a cabo estudios longitudinales amplios que permitan hacer un seguimiento de las víctimas para examinar la persistencia de los efectos psicológicos y comprender los factores de resiliencia y los procesos de recuperación a lo largo del tiempo.

También, resultaría interesante realizar estudios con diseños metodológicos homogéneos lo que facilitaría comparaciones directas y cuantitativas sobre el impacto psicológico del

ghosting, el *gaslighting*, el *phubbing* y el *sexting* coercitivo para establecer niveles de riesgo diferenciados y definir prioridades más claras para la intervención clínica.

Además, se podría explorar en profundidad el papel de variables que pudieran moderar o mediar la experiencia de victimización, como los estilos de apego, ciertos rasgos de personalidad, la sensibilidad al rechazo o la capacidad de regulación, entre otros. Este enfoque podría ayudar a explicar por qué algunas personas son más susceptibles que otras frente a estas conductas.

Otra vía de investigación prometedora sería incluir la perspectiva del perpetrador para investigar o comprender mejor la etiología de estas conductas. Además, el uso de diseños diádicos y el análisis de la interacción en pareja permitirían una comprensión más completa de los procesos de control y manipulación tal como se desarrollan en tiempo real.

Por otra parte, sería útil desarrollar y evaluar intervenciones específicas dirigidas a mitigar las consecuencias de estas dinámicas. Por ejemplo, podrían implementarse terapias enfocadas en la restauración de la memoria y la confianza en personas que han vivido situaciones de *gaslighting.*

De igual manera, sería útil implementar estrategias de prevención primaria y secundaria desde edades tempranas. Esto implicaría fomentar la alfabetización digital y afectivo-sexual, entrenar habilidades de comunicación asertiva, fortalecer la autoestima y la regulación emocional, así como enseñar a reconocer y reaccionar ante conductas de abuso mediadas por la tecnología antes de que se establezcan patrones perjudiciales. Intervenir en etapas tempranas no solo podría reducir la incidencia de las dinámicas analizadas, sino también favorecer la construcción de relaciones más saludables, seguras y resilientes durante la adolescencia y la adultez emergente.

Para terminar, se podría ampliar el ámbito de estudio hacia otros grupos poblacionales como adolescentes y adultos mayores, así como considerar contextos de relaciones no románticas, como amistades o entornos laborales.

Conclusiones

El propósito de esta revisión fue analizar rigurosamente el impacto que ejercen dinámicas de manipulación emocional mediadas por la tecnología como el *ghosting*, *gaslighting, phubbing* y *sexting* coercitivo, sobre el bienestar psicológico y la calidad de las relaciones sentimentales en adultos emergentes. Mediante la síntesis de 19 estudios publicados entre 2020 y 2025, se confirma que estas cuatro prácticas constituyen fenómenos relevantes dentro del contexto de la violencia digital y representan un desafío emergente para la salud mental de la población joven.

Primeramente, los resultados muestran que el *ghosting* además de actuar como una forma de rechazo interpersonal, tiende a generar reacciones emocionales más intensas y persistentes que el rechazo explícito. Además, el mayor malestar emocional se asoció frecuentemente con experiencias como la falta de cierre, la incertidumbre y la sensación de pérdida de control. Estas situaciones generan una amenaza a las necesidades psicológicas básicas y, en algunos casos, pueden conducir a ideación paranoide. Sin embargo, algunos estudios sugieren que estos efectos pueden depender de variables contextuales, como la interpretación subjetiva de la experiencia o la severidad percibida de la ruptura.

En segundo lugar, el *gaslighting* se consolidó como una de las dinámicas con mayor impacto psicológico. La evidencia indica que este tipo de manipulación puede provocar inseguridad sobre la propia percepción e interpretación de los hechos, distorsiones de memoria, sospecha hacia la pareja y angustia diádica. Además, se observó que su presencia está vinculada a relaciones en las que existen desequilibrios de poder, actuando como una estrategia de control emocional que compromete la autonomía y la estabilidad relacional. Los estudios también coinciden en que el *gaslighting* se asocia con una mayor frecuencia de sintomatología depresiva y aumento de la ideación paranoide, lo que pone de manifiesto su relevancia clínica.

En tercer lugar, el *phubbing* se identifica como una dinámica que afecta principalmente la satisfacción relacional y el bienestar emocional, aumentando emociones negativas como ira, frustración, tristeza, malestar y soledad. Estos efectos pueden moderarse cuando la pareja

ofrece comprensión y validación, y su intensidad se ve modulada por factores contextuales y personales, como la comunicación, la obsesión por el teléfono, el género, el estado civil, la edad o la duración de la relación. Aunque no siempre repercute en el bienestar psicológico global, el *phubbing* constituye un factor de riesgo relevante para la dinámica emocional y la satisfacción en la relación.

En cuarto lugar, el *sexting* coercitivo se vinculó con un aumento de síntomas ansiosos y de carácter depresivo, así como con mayores niveles de malestar psicológico global. La coerción sexual en medios digitales se mostró como un factor asociado a un mayor malestar emocional, particularmente en el caso de las mujeres. Asimismo, se observó que el *sexting* no deseado repercute negativamente en la satisfacción vital, aunque no afecte de manera directa la satisfacción sexual.

En conjunto, los hallazgos sugieren que las dinámicas de manipulación emocional mediadas por la tecnología analizadas tienen un efecto significativo y negativo tanto en la salud mental como en la calidad de las relaciones románticas de los adultos emergentes. Aunque se manifiestan de diferentes formas, estas prácticas comparten mecanismos comunes de ambigüedad, control y desestabilización emocional, lo que las convierte en fenómenos relevantes dentro del estudio de la violencia relacional contemporánea.

Sin embargo, los resultados deben interpretarse prudentemente debido a ciertas limitaciones metodológicas de los estudios revisados, entre las que se incluyen el predominio de diseños transversales, la escasa representación de poblaciones clínicas o diversas, y, en algunos casos, el uso de instrumentos sin adaptación o validación al español, entre otras.

Además, la diversidad conceptual y operativa de estas dinámicas dificulta la comparación directa entre investigaciones y subraya la necesidad de avanzar hacia definiciones más precisas y consensuadas.

A partir de esta idea, se resalta la importancia de seguir investigando estas formas de abuso digital, empleando diseños longitudinales, muestras más amplias y contextos más diversos que permitan comprender los mecanismos subyacentes, los factores de vulnerabilidad y las posibles estrategias de intervención. Del mismo modo, se destaca la necesidad de desarrollar programas psicoeducativos y enfoques terapéuticos orientados a la prevención, detección y abordaje de estas dinámicas en el marco de las relaciones afectivas de la juventud.

En conclusión, esta revisión sistemática pone de manifiesto que el *ghosting*, el *gaslighting*, el *phubbing* y el *sexting* coercitivo son fenómenos emergentes que impactan directamente y de manera relevante en la salud mental de los adultos jóvenes, así como en la calidad, estabilidad y seguridad emocional de sus relaciones románticas. Reconocerlos, delimitarlos y analizarlos en profundidad resulta esencial para diseñar intervenciones eficaces y fomentar relaciones digitales más saludables y respetuosas.

Declaraciones

Conflicto de intereses: Los autores declaran que no existen conflictos de intereses relacionados con la investigación o publicación del artículo.

Contribución de autoría (CRediT): Los autores participaron en la conceptualización, metodología, análisis de la literatura, redacción y revisión del manuscrito, conforme a sus contribuciones individuales, y aprobaron la versión final.

Aprobación ética: No aplicable, dado que el estudio se basa exclusivamente en el análisis de literatura científica publicada y no involucra participantes humanos ni datos personales.

Financiamiento: Esta investigación no recibió financiamiento externo.

Disponibilidad de datos: Las fuentes analizadas se encuentran identificadas en las referencias bibliográficas del artículo.

Uso de inteligencia artificial (IA): Los autores declaran haber utilizado herramientas de inteligencia artificial generativa exclusivamente para la elaboración de la figura, con el propósito de mejorar la claridad y visualización de la información presentada.

Originalidad: Los autores declaran que el manuscrito es original, no ha sido publicado previamente y no se encuentra sometido simultáneamente a evaluación en otra revista científica.
Preprints: El manuscrito no ha sido publicado previamente como preprint en ningún repositorio público.
Retracciones y correcciones: Los autores se comprometen a cumplir las políticas de integridad científica de HOMERO y los principios del Committee on Publication Ethics (COPE).

Referencias

Afifi, W. A., & Metts, S. (1998). Characteristics and Consequences of Expectation Violations in Close Relationships. *Journal Of Social And Personal Relationships*, *15*(3), 365-392. https://doi.org/10.1177/0265407598153004

Afrouz, R., & Vassos, S. (2024). Adolescents' Experiences of Cyber-Dating Abuse and the Pattern of Abuse Through Technology, A Scoping Review. *Trauma, violence & abuse*, *25*(4), 2814–2828. https://doi.org/10.1177/15248380241227457

Ahmed, H., Bajwa, S. U., Nasir, S., Khan, W., Mahmood, K., & Ishaque, S. (2025). Digital Empowerment: Exploring the Role of Digitalization in Enhancing Opportunities for Women Entrepreneurs. *Journal Of The Knowledge Economy*, *1*(1), 1-32 https://doi.org/10.1007/s13132-025-02658-0

Álvarez-García, D., Núñez, J. C., González-Castro, P., Rodríguez, C., & Cerezo, R. (2019). The Effect of Parental Control on Cyber-Victimization in Adolescence: The Mediating Role of Impulsivity and High-Risk Behaviors. *Frontiers In Psychology*, *10*(1), 1-7. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01159

Anderson, C., John, O. P., & Keltner, D. (2011). The Personal Sense of Power. *Journal Of Personality*, *80*(2), 313-344. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2011.00734.x

Aron, A., Aron, E. N., & Smollan, D. (1992). Inclusion of Other in the Self Scale and the structure of interpersonal closeness. *Journal Of Personality And Social Psychology*, *63*(4), 596-612. https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.4.596

Astleitner, H., Bains, A., & Hörmann, S. (2022). The effects of personality and social media experiences on mental health: Examining the mediating role of fear of missing out, ghosting, and vaguebooking. *Computers In Human Behavior, 138*(1), 1-10. https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107436

Ayerza, J. M., Lee, J. R., O'Malley, R. L., & Lee, C. S. (2025). Cyberstalking and Online Dating: Examining Cyberstalking Victimization Among Dating App Users. *Asian Journal Of Criminology*, *21*(1), 1-27. https://doi.org/10.1007/s11417-025-09480-2

Bakır, V., & Dilmaç, B. (2023). Examining the relationship between phubbing and mental health among university students: A mixed study. R*esearch on Education and Psychology,* 7(3), 602–621. https://doi.org/10.54535/rep.1331114

Barrera-Mesa, C. E., Caro-Caro, E. O., & Del Rey-Alamillo, R. (2022). Víctimas de ciberviolencia: formas, prevalencia y diferencias de género. *Revista de Investigación Desarrollo E Innovación*, *12*(2), 239-250. https://doi.org/10.19053/20278306.v12.n2.2022.15268

Barroso, R., Ramião, E., Figueiredo, P., & Araújo, A. M. (2021). Abusive Sexting in Adolescence: Prevalence and Characteristics of Abusers and Victims. *Frontiers in Psychology*, *12*(1), 1-9. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.610474

Benítez-Hidalgo, V., Henares-Montiel, J., Ruiz-Pérez, I., & Pastor-Moreno, G. (2024). International Prevalence of Technology-Facilitated Sexual Violence Against Women: A Systematic Review and Meta-Analysis of Observational Studies. *Trauma Violence & Abuse*, *26*(4), 668-681. https://doi.org/10.1177/15248380241286813

Berenson, K. R., Gyurak A., Ayduk, O., Downey G., Garner, M. J., Mogg, K. Bradley, B. P., & Pine, D. S. (2009). Rejection sensitivity and disruption of attention by social threat cues. *Journal of Research in Personality, 43*(1), 1064- 1072 https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.07.007

Bhatti, M. M., Shuja, K. H., Aqeel, M., Bokhari, Z., Gulzar, S. N., Fatima, T., & Sama, M. (2023). Psychometric development and validation of victim gaslighting questionnaire (VGQ): across female sample from Pakistan. *International Journal Of Human Rights In Healthcare, 16*(1), 4-18. https://doi.org/10.1108/ijhrh-12-2020-0119

Biolcati, R., Pupi, V., & Mancini, G. (2022). Cyber dating abuse and ghosting behaviours: personality and gender roles in romantic relationships. *Current Issues In Personality Psychology*, *10*(3), 240-251. https://doi.org/10.5114/cipp.2021.108289

Bitar, Z., Akel, M., Salameh, P., Obeid, S., & Hallit, S. (2023). Phubbing among Lebanese young adults: Scale validation and association with mental health (depression, anxiety, and stress). *Current Psychology*,*42*(1) 19709-19720. https://doi.org/10.1007/s12144-022-03104-z

Branson, M., & March, E. (2021). Dangerous dating in the digital age: Jealousy, hostility, narcissism, and psychopathy as predictors of Cyber Dating Abuse. *Computers In Human Behavior*, *119*(1), 1-8. https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106711

Brown, C., Sanci, L., & Hegarty, K. (2021). Technology-facilitated abuse in relationships: Victimisation patterns and impact in young people. *Computers In Human Behavior*, *124*(1), 1-40. https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106897

Buckley, K. E., Winkel, R. E., & Leary, M. R. (2004). Reactions to acceptance and rejection: Effects of level and sequence of relational evaluation. *Journal of Experimental Social Psychology, 40*(1), 14–28. https://doi.org/10.1016/S0022-1031(03)00064-7

Calvillo, C., Del Mar Sánchez-Fuentes, M., Parrón-Carreño, T., & Sierra, J. C. (2020). Validation of the Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction Questionnaire in adults with a same-sex partner. *International Journal Of Clinical And Health Psychology*, *20*(2), 140-150. https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2019.07.005

Campaioli, G., Testoni, I., & Zamperini, A. (2022). Double blue ticks: Reframing ghosting as ostracism through an abductive study on affordances. *Cyberpsychology Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 16*(5), 1-20. https://doi.org/10.5817/cp2022-5-10

Caridade, S. M. M., & Braga, T. (2020). Youth cyber dating abuse: A meta-analysis of risk and protective factors. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 14*(3), 1-26. https://doi.org/10.5817/CP2020-3-2

Carleton, R. N., Norton, M. A., & Asmundson, G. J. (2007). Fearing the unknown: a short version of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Journal of anxiety disorders*, *21*(1), 105–117. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.03.014

Cava, M., Tomás, I., Buelga, S., & Carrascosa, L. (2020). Loneliness, Depressive Mood and Cyberbullying Victimization in Adolescent Victims of Cyber Dating Violence. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, *17*(12), 1-12. https://doi.org/10.3390/ijerph17124269

Cervantes, A., Jessen, G. M., Cooper, T. V., & Kirwan, M. (2025). A Latent Profile Analysis of Cyber Dating Abuse Among College Students: Associations With Maladaptive Personality Traits, Negative Emotionality, and Impulsivity. *Journal Of Interpersonal Violence*, *22*(2), 1-24. https://doi.org/10.1177/08862605251339636

Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). *Computers In Human Behavior, 88*(1), 5-17. https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.020

Chmielik, M. M., & Błachnio, A. (2022). Till Phone Do Us Part: The Role of Phubbing in Relationship Satisfaction and Self-Esteem. *Journal For Perspectives Of Economic Political And Social Integration*, *27*(2), 91-112. https://doi.org/10.18290/pepsi-2021-0009

Curtis, A., Harries, T., Bereznicki, H., Skvarc, D., Patafio, B., Hyder, S., & Mayshak, R. (2023). Facet-level impulsivity and proactive and reactive relational aggression. *Personality And Individual Differences*, *213*(1), 1-7. https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112320

Daraj, L. R., Buhejji, M. R., Perlmutter, G., Jahrami, H., & Seeman, M. V. (2023). Ghosting: Abandonment in the Digital Era. *Encyclopedia*, *4*(1), 36-45. https://doi.org/10.3390/encyclopedia4010004

Darke, L., Paterson, H., & van Golde, C. (2025). Gaslighting and memory: the effects of partner-led challenges on recall and self-perception. *Memory*, *33*(7), 828–844. https://doi.org/10.1080/09658211.2025.2533253

Davis, M.H. (1980). A multidimensional Approach to Individual Differences in Empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology, 10*(1), 1-12.

de los Reyes Mera, V. & Jaureguizar, J., (2024). Ciberviolencia en parejas adolescentes y jóvenes: prevalencia y diferencias en función del sexo, la edad, el número de parejas y el nivel de estudios. *Anuario de Psicología/The UB Journal Of Psychology*, *54*(3), 14-29 https://doi.org/10.1344/anpsic2024.54.3.2

de Rivera, L., & Abuín, M. R. (2012). *LSB-50: Listado de síntomas breve* (Manual). TEA Ediciones.

DeWall, C. N., Finkel, E. J., Lambert, N. M., Slotter, E. B., Bodenhausen, G. V, Pond, R. S. Jr., Renzetti, C. M., & Fincham, F. D. (2013). The voodoo doll task: Introducing and validating a novel method for studying aggressive inclinations. *Aggressive Behavior, 39*(6), 419–439. https://doi.org/10.1002/ab.21496

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

Domínguez-Lara, S. (2019). Primeras evidencias de validez y confiabilidad de la Single-Item Self-Esteem Scale (SISE) en universitarios peruanos. *Educación Médica*, *21*(1), 63-64. https://doi.org/10.1016/j.edumed.2018.11.007

Domínguez, C. R., Pérez-Moreno, P. J., & Durán, M. (2020). Ciberviolencia en las relaciones de pareja: una revisión sobre su metodología de investigación. *Anales de Psicología*, *36*(2), 200-209. https://doi.org/10.6018/analesps.370451

Duerksen, K. N., & Woodin, E. M. (2021). Cyber dating abuse victimization: Links with psychosocial functioning. *Journal of Interpersonal Violence, 36*(19–20), 10077–10105. https://doi.org/10.1177/0886260519872982

Ellyson, A. M., Adhia, A., Lyons, V. H., & Rivara, F. P. (2021). Prevalence, age of initiation, and patterns of co-occurrence of digital dating abuse behaviors nationwide. *Children And Youth Services Review*, *122*(1), 1-10. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105921

Esparza, O. A., Wiebe, J. S., & Quiñones, J. (2014). Simultaneous Development of a Multidimensional Fatalism Measure in English and Spanish. *Current Psychology*, *34*(4), 597-612. https://doi.org/10.1007/s12144-014-9272-z

Farber, B. A., Hubbard, E., & Ort, D. (2022). Patients' experiences of being "ghosted" by their psychotherapists. *Psychotherapy*, *59*(4), 545-553. https://doi.org/10.1037/pst0000454

Ferguson, C. J., & Negy, C. (2014). Development of a brief screening questionnaire for histrionic personality symptoms. *Personality And Individual Differences*, *66*(1), 124-127. https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.02.029

Fernet, M., Lapierre, A., Hébert, M., & Cousineau, M. (2019). A systematic review of literature on cyber intimate partner victimization in adolescent girls and women. *Computers In Human Behavior*, *100*(1), 11-25. https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.06.005

Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A., & Thomas, G. (2000). The Measurement of Perceived Relationship Quality Components: A Confirmatory Factor Analytic Approach. *Personality And Social Psychology Bulletin*, *26*(3), 340-354. https://doi.org/10.1177/0146167200265007

Forrai, M., Koban, K., & Matthes, J. (2023). Short-sighted ghosts. Psychological antecedents and consequences of ghosting others within emerging adults' romantic relationships and friendships. *Telematics And Informatics, 80*(1), 1-12. https://doi.org/10.1016/j.tele.2023.101969

Frackowiak, M., Hilpert, P., & Russell, P. S. (2023). Impact of partner phubbing on negative emotions: a daily diary study of mitigating factors. *Current Psychology*, *43*(2), 1835-1854. https://doi.org/10.1007/s12144-023-04401-x

Freeman, D., Garety, P. A., Bebbington, P. E., Smith, B., Rollinson, R., Fowler, D., Kuipers, E., Ray, K., & Dunn, G. (2005). Psychological investigation of the structure of paranoia in a non-clinical population. *The British journal of psychiatry : the journal of mental science*, *186*(1), 427–435. https://doi.org/10.1192/bjp.186.5.427

Gámez-Guadix, M., Almendros, C., Borrajo, E., & Calvete, E. (2015). Prevalence and Association of Sexting and Online Sexual Victimization Among Spanish Adults. *Sexuality Research And Social Policy*, *12*(2), 145-154. https://doi.org/10.1007/s13178-015-0186-9

Gámez-Guadix, M., De Santisteban, P., & Resett, S. (2017). Sexting among Spanish adolescents: Prevalence and personality profiles. *Psicothema*, *1*(29), 29-34. https://doi.org/10.7334/psicothema2016.222

Garrido, E. C., Delgado, S. C., & Esteban, P. G. (2024). Phubbing and its impact on the individual's psychological well-being. *Acta Psychologica*, *248*(1), 1-10. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104388

Garrido-Macías, M., Herrera, A., Alonso-Ferres, M., & Herrera, M. C. (2023). Sexting is not always wanted: consequences on satisfaction and the role of sexual coercion and online sexual victimization. *Anales de Psicología*, *39*(3), 354-363. https://doi.org/10.6018/analesps.514431

Gassó, A. M., Mueller-Johnson, K., & Montiel, I. (2020). Sexting, Online Sexual Victimization, and Psychopathology Correlates by Sex: Depression, Anxiety, and Global Psychopathology. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(3), 1-18. https://doi.org/10.3390/ijerph17031018

Gassó, A. M., Mueller-Johnson, K., Agustina, J. R., & Gómez-Durán, E. (2021). Mental health correlates of sexting coercion perpetration and victimisation in university students by gender. *Journal of Sexual Aggression*, *27*(2), 247–263. https://doi.org/10.1080/13552600.2021.1894493

Gómez-Lugo, M., Espada, J. P., Morales, A., Marchal-Bertrand, L., Soler, F., & Vallejo-Medina, P. (2016). Adaptation, validation, reliability and factorial equivalence of the Rosenberg Self-Esteem Scale in Colombian and Spanish population. *The Spanish Journal of Psychology, 19*(1), 1-10. https://doi.org/10.1017/sjp.2016.67

Gracia-Leiva, M., Puente-Martínez, A., Ubillos-Landa, S., González-Castro, J. L., & Páez-Rovira, D. (2020). Off- and Online Heterosexual Dating Violence, Perceived Attachment to Parents and Peers and Suicide Risk in Young Women. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, *17*(9), 1-20. https://doi.org/10.3390/ijerph17093174

Graves, C. G., & Samp, J. A. (2021). The power to gaslight. *Journal of Social and Personal Relationships*, *38*(11), 3378-3386. https://doi.org/10.1177/02654075211026975

Guerra, C., Montiel, I., Pereda, N., & Pinto-Cortez, C. (2020). Invarianza factorial de una escala breve para evaluar abuso sexual online en adolescentes de España y Chile. *Behavioral Psychology, 28*(1), 95–113

Hailes, H., & Goodman, L. (2023). "They're out to take away your sanity": A qualitative investigation of gaslighting in intimate partner violence. *Journal of Family Violence, 40*(1), 269–282. https://doi.org/10.1007/s10896-023-00652-1

Harmon-Jones, C., Bastian, B., & Harmon-Jones, E. (2016). The Discrete Emotions Questionnaire: A New Tool for Measuring State Self-Reported Emotions. *PLoS ONE*, *11*(8), 1-14 https://doi.org/10.1371/journal.pone.0159915

Hendrick, S. S., Dicke, A., & Hendrick, C. (1998). The Relationship Assessment scale. *Journal Of Social And Personal Relationships*, *15*(1), 137-142. https://doi.org/10.1177/0265407598151009

Jahrami, H., Saif, Z., Chen, W., Helmy, M., Ghazzawi, H., Trabelsi, K., Pires, G. N., Bragazzi, N. L., Pandi-Perumal, S. R., & Seeman, M. V. (2023). Development and validation of a questionnaire (GHOST) to assess sudden, unexplained communication exclusion or "ghosting". *Heliyon, 9*(6), 1-14. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17066

Javier-Juárez, S. P., Hidalgo-Rasmussen, C. A., De Jesús Díaz-Reséndez, F., & Vizcarra-Larrañaga, M. B. (2021). Abuso cibernético en el noviazgo y relación intrafamiliar en adolescentes estudiantes mexicanos. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, *29*(1), 127-143. https://doi.org/10.51668/bp.8321107s

Jiang, C., Zhu, Y., Luo, Y., Tan, C., Mastrotheodoros, S., Costa, P., Chen, L., Guo, L., Ma, H., & Meng, R. (2023). Validation of the Chinese version of the Rosenberg Self-Esteem Scale: evidence from a three-wave longitudinal study. *BMC Psychology*, *11*(1), 1-15. https://doi.org/10.1186/s40359-023-01293-1

Jonason, P. K., Kaźmierczak, I., Campos, A. C., & Davis, M. D. (2021). Leaving without a word: Ghosting and the Dark Triad traits. *Acta psychologica, 220*(1), 1-5. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2021.103425

Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, İ., & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal Of Behavioral Addictions*, *4*(2), 60-74. https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005

Karaman, H. B., & Arslan, C. (2023). Romantik ilişkilerde temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ölçeğinin geliştirilmesi. *SOCIAL MENTALITY AND RESEARCHER THINKERS JOURNAL*, *70*(70), 3348-3356. https://doi.org/10.29228/smryj.69189

Karaman, H. B., & Arslan, C. (2024). The mediating role of social media addiction and phubbing in basic psychological needs in relationships and relationship satisfaction. *Frontiers In Psychology*, *15*(1), 1-11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1291638

Klein W., Li S., & Wood S. (2023). A qualitative analysis of gaslighting in romantic relationships. *Personal Relationships*, *30*(4), 1316–1340. https://doi.org/10.1111/pere.12510

Koessler, R. B., Kohut, T., & Campbell, L. (2019). When Your Boo Becomes a Ghost: The Association Between Breakup Strategy and Breakup Role in Experiences of Relationship Dissolution. *Collabra Psychology*, *5*(1), 1-18. https://doi.org/10.1525/collabra.230

Konings, F., Sumter, S., & Vandenbosch, L. (2023). It's not You, it's Me: Experiences with Ghosting on Mobile Dating Applications and Belgian Emerging Adults' Self-Esteem. *Sexuality & Culture, 27*(4), 1328-1351. https://doi.org/10.1007/s12119-023-10065-3

Kowal, M., Sorokowski, P., Bode, A., Misiak, M., Malecki, W., Sorokowska, A., & Roberts, S. (2025). Meeting partners online is related to lower relationship satisfaction and love: Data from 50 countries. *Telematics And Informatics*, *101*(1), 1-12. https://doi.org/10.1016/j.tele.2025.102309

Klettke, B., Hallford, D. J., Clancy, E., Mellor, D. J., & Toumbourou, J. W. (2019). Sexting and Psychological Distress: The Role of Unwanted and Coerced Sexts. *Cyberpsychology Behavior And Social Networking*, *22*(4), 237-242. https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0291

Kroenke, K., Spitzer, R. L., Williams, J. B., & Lowe, B. (2009). An Ultra-Brief Screening Scale for Anxiety and Depression: The PHQ-4. *Psychosomatics*, *50*(6), 613-621. https://doi.org/10.1176/appi.psy.50.6.613

Kurtuluş, H. Y., Kaya, Y., Taşkın, S., Satıcı, S. A., Deniz, M. E., & Osmanoğlu, N. (2025). The relationship between cyber dating abuse and romantic relationship satisfaction: a dyadic approach. *Current Psychology*, *44*(14), 13254-13266. https://doi.org/10.1007/s12144-025-08093-3

Laird, J., Klettke, B., Clancy, E., & Fuelscher, I. (2021). Relationships between Coerced Sexting and Differentiation of Self: An Exploration of Protective Factors. *Sexes*, *2*(4), 468-482. https://doi.org/10.3390/sexes2040037

Lara, L. (2020). Cyber dating abuse: Assessment, prevalence, and relationship with offline violence in young Chileans. *Journal Of Social And Personal Relationships*, *37*(5), 1681-1699. https://doi.org/10.1177/0265407520907159

Lawrance, K. A., & Byers, E. S. (1995). Sexual satisfaction in long-term heterosexual relationships: The interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Personal Relationships, 2*(4), 267-285. https://doi.org/10.1111/j.14756811.1995.tb00092.x

Leary, M. R., Kelly, K. M., Cottrell, C. A., & Schreindorfer, L. S. (2013). Construct Validity of the Need to Belong Scale: Mapping the Nomological Network. *Journal Of Personality Assessment*, *95*(6), 610-624. https://doi.org/10.1080/00223891.2013.819511

LeFebvre, L. E., Allen, M., Rasner, R. D., Garstad, S., Wilms, A., & Parrish, C. (2019). Ghosting in Emerging Adults' Romantic Relationships: The Digital Dissolution Disappearance Strategy. *Imagination Cognition And Personality, 39*(2), 125-150. https://doi.org/10.1177/0276236618820519

Li, J., Ran, G., Zhang, Q., & He, X. (2023). The prevalence of cyber dating abuse among adolescents and emerging adults: A meta-analysis. *Computers In Human Behavior*, *144*(1), 1-15. https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107726

Linares, R., Aranda, M., García-Domingo, M., Amezcua, T., Fuentes, V., & Moreno-Padilla, M. (2021). Cyber-dating abuse in young adult couples: Relations with sexist attitudes and violence justification, smartphone usage and impulsivity. *PLoS ONE*, *16*(6), 1-19. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0253180

Løkkeberg, S. T., Ihlebæk, C., Brottveit, G., & Del Busso, L. (2023). Digital Violence and Abuse: A Scoping Review of Adverse Experiences Within Adolescent Intimate Partner Relationships. *Trauma Violence & Abuse*, *25*(3), 1954-1965. https://doi.org/10.1177/15248380231201816

Lopes, B. C., & Jaspal, R. (2025). Exposure to ghosting, Gaslighting, and coercion and mental health outcomes. *Partner Abuse*, *22*(1), 1-16. https://doi.org/10.1891/pa-2024-0031

Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy, 33*(3), 335-343 https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-u

Lu, Y., Van Ouytsel, J., & Temple, J. R. (2021). In-Person and Cyber Dating Abuse: A Longitudinal Investigation. *Journal of social and personal relationships*, *38*(12), 3713–3731. https://doi.org/10.1177/02654075211065202

Maloney, M. A., Dashineau, S., Massa, A. A., Benefiel, C. C., & Eckhardt, C. I. (2024). Dimensions of Narcissism and Intimate Partner Aggression: A Vignette Study. *SSRN Electronic Journal*, *1*(1), 1-23 https://doi.org/10.2139/ssrn.4504379

March, E., Kay, C. S., Dinić, B. M., Wagstaff, D., Grabovac, B., & Jonason, P. K. (2023). "It's all in your head": Personality traits and gaslighting tactics in intimate relationships. *Journal of Family Violence, 40*(2), 259-268. https://doi.org/10.1007/s10896-023-00582-y

Mark, K. P., Herbenick, D., Fortenberry, J. D., Sanders, S. & Reece, M. (2014). A psychometric comparison of three scales and a single-item measure to assess sexual satisfaction. *The Journal of Sex Research, 51*(2), 159-169. https://doi.org/10.1080/00224499.2013.816261

Martínez-Soto, A. & Ibabe, I. (2024). Cyber Dating Abuse: Conceptualization and Meta-analysis of Prevalence Rates. *Anuario de Psicología Jurídica, 34*(1), 133 - 144. https://doi.org/10.5093/apj2023a11

Melander, L. A., & Marganski, A. J. (2020). Cyber and inperson intimate partner violence victimization: Examining maladaptive psychosocial and behavioral correlates. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 14*(1), 1-19. https://doi.org/10.5817/CP2020-1-1

Melvin, E., & Dasgupta, S. (2025). Patterns of Control: A Narrative Review Exploring the Nature and Scope of Technologically Mediated Intimate Partner Violence Among Generation Z Individuals. *Sexes*, *6*(4), 1-14. https://doi.org/10.3390/sexes6040064

Miano P., Bellomare M., Genova V. G. (2021). Personality correlates of gaslighting behaviours in young adults. *Journal of Sexual Aggression*, *27*(3), 285–298. https://doi.org/10.1080/13552600.2020.1850893

Molina Calle, P., (2024). Validación de la escala de autoestima de Rosenberg en estudiantes de la Universidad Adventista de Bolivia. *Alternancia - Revista de Educación E Investigación*, *6*(11), 42-57. https://doi.org/10.37260/alternancia.v6n11.3

Montero-López Lena, M., Manríquez Betanzos, J. C., & Nina-Estrella, R. (2020). Phubbing, comunicación tecnológica y calidad de la relación de pareja. *Revista Iberoamericana de Psicología, 13*(3), 37-48. https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.13303

Montiel, I., & Carbonell, E. (2012). *Juvenile Online Victimization Questionnaire (JOV-Q)* [Database record]. APA PsycTests. https://doi.org/10.1037/t72953-000

Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (1996). The benefits of positive illusions: Idealization and the construction of satisfaction in close relationships. *Journal Of Personality And Social Psychology*, *70*(1), 79-98. https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.1.79

Mustaca, A. E. (2019). Comprendo y siento tu dolor: Efectos emocionales de viñetas sobre exclusión social en adultos. *Acta de Investigación Psicológica*, *9*(1), 108-118. https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2019.1.10

Navarro, R., Larrañaga, E., Yubero, S., & Víllora, B. (2020a). Psychological Correlates of Ghosting and Breadcrumbing Experiences: A Preliminary Study among Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(3), 1-13. https://doi.org/10.3390/ijerph17031116

Navarro, R., Larrañaga, E., Yubero, S., & Víllora, B. (2020b). Individual, interpersonal and relationship factors associated with ghosting intention and behaviors in adult relationships: Examining the associations over and above being a recipient of ghosting. *Telematics and Informatics, 57*(1), 1-12. https://doi.org/10.1016/j.tele.2020.101513

Niehuis, S., Reifman, A., Weiser, D. A., Punyanunt-Carter, N. M., Flora, J., Arias, V. S., & Oldham, C. R. (2020). Guilty Pleasure? Communicating Sexually Explicit Content on Dating Apps and Disillusionment with App Usage. *Human Communication Research*, *46*(1), 55-85. https://doi.org/10.1093/hcr/hqz013

Nina-Estrella, R. (2019). *El conflicto desde el contexto de la conyugalidad*. Isla Negra. Nina, R., & Rodríguez, R. (2016). El uso de la tecnología en la comunicación marital:

Análisis psicométricos del Comari-T. En R. Díaz-Loving, I. Reyes Lagunes, S. Rivera, J. Hernández y R. García (Eds.), *Psicología social en México* (Vol. XVI, pp. 41–46). UNAM/AMEPSO.

Oyarzún, J., Pereda, N., & Guilera, G. (2021). The prevalence and severity of teen dating violence victimization in community and at-risk adolescents in Spain. *New Directions For Child And Adolescent Development*, *2021*(178), 39-58. https://doi.org/10.1002/cad.20433

Pancani, L., Aureli, N., & Riva, P. (2022). Relationship dissolution strategies: Comparing the psychological consequences of ghosting, orbiting, and rejection. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 16*(2), 1-17. https://doi.org/10.5817/CP2022-2-9

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

Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2024). The nature and extent of youth sextortion: Legal implications and directions for future research. *Behavioral Sciences & the Law, 42*(4), 401–416. https://doi.org/10.1002/bsl.2667

Pierce, G. R., Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (1991). General and relationship-based perceptions of social support: Are two constructs better than one? *Journal Of Personality And Social Psychology*, *61*(6), 1028-1039. https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.6.1028

Pineda, D., Galán, M., Martínez-Martínez, A., Campagne, D. M., & Piqueras, J. A. (2021). Same Personality, New Ways to Abuse: How Dark Tetrad Personalities Are Connected With Cyber Intimate Partner Violence. *Journal Of Interpersonal Violence*, *37*(13-14), 11223-11241. https://doi.org/10.1177/0886260521991307

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers In Human Behavior*, *29*(4), 1841-1848. https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014

Reis, H. T., Crasta, D., Rogge, R. D., Maniaci, M. R., & Carmichael, C. L. (2017). Perceived Partner Responsiveness Scale (PPRS). In D. L. Worthington & G. D. Bodie (Eds.), *The Sourcebook of Listening Research: Methodology and Measures* (pp. 516–521). John Wiley & Sons. https://doi.org/10.1002/9781119102991.ch57

Rey Anacona, C. A., Ocampo Rojas, E. M., & Martínez Gómez, J. A. (2023). Cyber dating violence perpetration: Prevalence, frequency and variables associated in adolescents and young adults. *Psicología desde el Caribe, 40*(3), 45-61. https://doi.org/10.14482/psdc.40.3.850.528

Rivera, J. A. G., & Rosario-Rodríguez, A. (2020). Características Psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) en una Muestra de Adultos Puertorriqueños. *Revista Puertorriqueña de Psicología, 31*(1), 128-139.

Roberts, J. A., & David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers In Human Behavior*, *54*(1), 134-141. https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058

Robins, R. W., Hendin, H. M., & Trzesniewski, K. H. (2001). Measuring Global Self-Esteem: Construct Validation of a Single-Item Measure and the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin, 27*(1), 151-161.

Romo-Tobón, R. J., Vázquez-Sánchez, V., Rojas-Solís, J. L., & Alvídrez, S. (2020). Cyberbullying y Ciberviolencia de pareja en alumnado de una universidad privada mexicana. *Propósitos y Representaciones*, *8*(2), 1-18. https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n2.303

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.

Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal Of Personality And Social Psychology*, *39*(3), 472-480. https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472

Sacino, A., Aquino, A., Paolini, D., & Andrighetto, L. (2024). The Weight of a Like on Social Networks: How Self-Monitoring Moderates the Effect of Cyber-Ostracism. *International Review Of Social Psychology*, *37*(1), 1-11. https://doi.org/10.5334/irsp.855

Sağkal, A. S., Özdemir, Y., & Aydoğan, D. (2021). The Brief Partner Behavioral Control Scale (B-PBCS): Development and Validation. *Studia Psychologica*, *63*(1), 77-93. https://doi.org/10.31577/sp.2021.01.815

Sánchez-Fuentes, M. M., Santos-Iglesias, P., Byers, E. S., & Sierra, J. C. (2015). Validation of the Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction questionnaire in a Spanish sample. *Journal of Sex Research, 52*(9), 1028–1041. https://doi.org/10.1080/00224499.2014.989307

Sánchez-Porro, D., & Silva-Vicuña, J. (2024). Género y rol iniciador en las rupturas sentimentales: diferencias en el afrontamiento. *Revista de Psicología*, *42*(2), 870-899. https://doi.org/10.18800/psico.202402.008

Shackelford, T. K., & Goetz, A. T. (2004). Men's Sexual Coercion in Intimate Relationships: Development and Initial Validation of the Sexual Coercion in Intimate Relationships Scale. *Violence And Victims, 19(*5), 541-556. https://doi.org/10.1891/vivi.19.5.541.63681

Smart Richman, L., & Leary, M. R. (2009). Reactions to discrimination, stigmatization, ostracism, and other forms of interpersonal rejection: A multimotive model. *Psychological Review, 116*(2), 365–383. https://doi.org/10.1037/a0015250

Sorrentino, A., Cipriano, A., Santamato, M., & Cella, S. (2025). Cyber Dating Violence: patterns of prevalence and risk factors in a sample of Italian adolescents. *Humanities And Social Sciences Communications*, *12*(1), 1-11. https://doi.org/10.1057/s41599-025-05372-z

Soto, A. M., & Ibabe, I. (2022). Recommended Instruments for Analyzing Cyber Dating Violence: A Systematic Review. *The Spanish Journal Of Psychology*, *25*(1), 1-20. https://doi.org/10.1017/sjp.2021.50

Sparks, B., Stephens, S., & Trendell, S. (2023). Image-based sexual abuse: Victim-perpetrator overlap and risk-related correlates of coerced sexting, non-consensual dissemination of intimate images, and cyberflashing. *Computers In Human Behavior*, *148(*1), 1-14. https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107879

Squire, L. R., Wetzel, C. D., & Slater, P. C. (1979). Memory complaint after electroconvulsive therapy: assessment with a new self-rating instrument. *Biological psychiatry*, *14*(5), 791–801.

Sun, J., & Wong, N. (2024). "I Can't Believe I Phubbed Up Our Friendship!": Examining Relationships between Loneliness, Problematic Smartphone Use, Friend Phubbing, and Life Satisfaction. *Human Behavior And Emerging Technologies*, *2024*(1), 1-10. https://doi.org/10.1155/2024/5558587

Sweet P. L. (2019). The sociology of gaslighting. *American Sociological Review*, *84*(5), 851–875. https://doi.org/10.1177/0003122419874843

Taccini, F., & Mannarini, S. (2024). Unveiling the traumatic impact of cyber dating abuse and offline intimate partner violence: exploring the mediating role of adult attachment. *Scientific Reports*, *14*(1), 1-10. https://doi.org/10.1038/s41598-024-68759-z

Tarriño-Concejero, L., De los Ángeles García-Carpintero-Muñoz, M., Barrientos-Trigo, S., & Gil-García, E. (2023). Dating violence and its relationship with anxiety, depression, and stress in young Andalusian university students. *Enfermería Clínica*, *33*(1), 47-59. https://doi.org/10.1016/j.enfcle.2022.07.004

Telari, A., Pancani, L., & Riva, P. (2025). The phantom pain of ghosting: Multi-Day experiments comparing the reactions to ghosting and rejection. *Computers In Human Behavior, 172*(1), 1-18. https://doi.org/10.1016/j.chb.2025.108756

Thomas, T. T., Carnelley, K. B., & Hart, C. M. (2022). Phubbing in romantic relationships and retaliation: A daily diary study. *Computers In Human Behavior*, *137*(1), 1-7. https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107398

Thulin, E. J., Kernsmith, P., Fleming, P. J., Heinze, J. E., Temple, J., & Smith-Darden, J. (2023). Coercive-sexting: Predicting adolescent initial exposure to electronic coercive sexual dating violence. *Computers In Human Behavior*, *141*(1), 1-14. https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107641

Toplu-Demirtaş, E., May, R. W., Seibert, G. S., & Fincham, F. D. (2020). Does Cyber Dating Abuse Victimization Increase Depressive Symptoms or Vice Versa? *Journal Of Interpersonal Violence*, *37*(11-12), 9667-9683. https://doi.org/10.1177/0886260520984261

Van Dijck, S., Van Den Eynde, S., & Enzlin, P. (2024). The bright side of sexting: A scoping review on its benefits. *Computers In Human Behavior*, *164*(1), 1-12 https://doi.org/10.1016/j.chb.2024.108499

Vázquez, C., Duque, A., & Hervás, G. (2013). Satisfaction with Life Scale in a Representative Sample of Spanish Adults: Validation and Normative Data. *The Spanish Journal Of Psychology*, *16*(1), 1-16. https://doi.org/10.1017/sjp.2013.82

Villora, B., Yubero, S., & Navarro, R. (2019a). Cyber Dating Abuse and Masculine Gender Norms in a Sample of Male Adults. *Future Internet*, *11*(4), 1-10. https://doi.org/10.3390/fi11040084

Villora, B., Yubero, S., & Navarro, R. (2019b). Associations between Feminine Gender Norms and Cyber Dating Abuse in Female Adults. *Behavioral Sciences*, *9*(4), 35-47. https://doi.org/10.3390/bs9040035

Víllora, B., Larrañaga, E., Yubero, S., & Navarro, R. (2025). Cyber Dating Abuse Among Spanish Emerging Adults: The Moderating Role of Resilience in the Association Between Perpetration and Victimization. *SAGE Open*, *15*(1), 1-14. https://doi.org/10.1177/21582440251324759

Wang, X., Zhao, F., & Lei, L. (2020). Partner phubbing and relationship satisfaction: Self-esteem and marital status as moderators. *Current Psychology*, *40*(7), 3365-3375. https://doi.org/10.1007/s12144-019-00275-0

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. https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063

Wen, Y. (2024). Love in the Digital Age: Exploring the Transformation Impact of the Internet on Romantic Relationships. *Highlights in Business, Economics and Management, 41*(1), 59-66. https://doi.org/10.54097/tw465p97

Williams, K. D. (2009). Ostracism: A temporal need-threat model. En M. Zanna (Ed.) *Advances in experimental social psychology* (pp. 275-314). Academic Press. https://doi.org/10.1016/s0065-2601(08)00406-1

Zhan, S., Shrestha, S., & Zhong, N. (2022). Romantic relationship satisfaction and phubbing: The role of loneliness and empathy. *Frontiers In Psychology*, *13*(1), 1–12. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.967339

Zhang, F. F., Dong, Y., & Wang, K. (2010). Reliability and validity of the Chinese version of the interpersonal reactivity index-C. *Chinese J. Clin. Psychol. 18*(1), 155–157.