Folge: Wie finden wir wahre Freunde?

UNSERE QUELLEN (also Studien, Bücher, Veröffentlichungen, die zentral für die Doku sind)

👉 Freundschaften machen uns gesund und glücklich

https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2020.570839/full

👉 Das Gefühl, nicht allein auf der Welt zu sein, jemanden zu haben, der/die einem vertraut und in schweren Zeiten hilft, ist laut Umfragen, für manche (83,6%) sogar wichtiger als eine glückliche Beziehung (72,6%).

https://www.ifd-allensbach.de/fileadmin/AWA/AWA2023/Codebuchausschnitte/AWA2023_Persoenlichkeit_Werte_Familie_und_soziales_Umfeld.pdf

👉 In Gegenwart von FreundInnen erscheinen Probleme kleiner und Berge flacher.

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3291107/

👉 An Tagen, an denen wir unsere Freunde treffen, haben wir ein besseres Selbstwertgefühl. Wir verbuchen sie nämlich insgeheim als Unterstützung.

https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=de&user=bKq-k1QAAAAJ&citation_for_view=bKq-k1QAAAAJ:UeHWp8X0CEIC

👉 Freund:innen ähneln einander oft offenbar auch genetisch – auf jeden Fall deutlich mehr als zufällig ausgewählte Paare von mehr oder minder Gleichaltrigen.

https://www.pnas.org/doi/full/10.1073/pnas.1711803115

👉 Mit wem befreunden wir uns? Offenbar spielt der Zufall eine Rolle.
https://psycnet.apa.org/record/2008-05882-005

👉 Wir präferieren Menschen, von denen wir glauben, dass sie uns ähnlich sind oder ähnliche Einstellungen uns Vorlieben haben – denn dann nehmen wir an, dass sie uns auch mögen werden.
https://pscresearch.faculty.ucdavis.edu/wp-content/uploads/sites/112/2021/01/Ledgerwood-Eastwick-2019.pdf
https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37053416/

👉 Immer der Nase nach: Wir befreunden uns mit Menschen wenn wir meinen, dass sie ähnlich riechen wie wir. https://www.science.org/doi/10.1126/sciadv.abn0154

👉 **Janosch Schobin et al.:** Freundschaft heute. Eine Einführung in die Freundschaftssoziologie. Taschenbuch.