

Wie hängen Freundschaften und romantische Beziehungen bei Jugendlichen zusammen?

Eine Übersichtsarbeit

Kernaussage der Übersichtsarbeit

Jugendliche, die mehr positive Aspekte in Freundschaften erleben, machen auch bessere Erfahrungen in romantischen Beziehungen. Für negative Aspekte ist das sogar noch stärker. Wer mehr negative Erfahrungen in Freundschaften macht, macht auch eher schlechte Erfahrungen in romantischen Beziehungen. Verglichen mit ihren Freundschaften erleben Jugendliche auch insgesamt mehr negative Aspekte in ihren romantischen Beziehungen.

Worum geht es?

KLARpsy-Texte bereiten Forschungsergebnisse aus der Psychologie für die Öffentlichkeit auf. Dieser KLARpsy-Text wurde von Mitarbeitenden des Leibniz-Instituts für Psychologie verfasst. Der KLARpsy-Text fasst die Übersichtsarbeit mit dem Titel „A Meta-Analysis of Friendship Qualities and Romantic Relationship Outcomes in Adolescence“ zusammen. Diese Übersichtsarbeit beinhaltet eine [Metaanalyse](#). Die Übersichtsarbeit wurde 2019 veröffentlicht. Sie stammt von Logan B. Kochendorfer und Kathryn A. Kerns von der Kent State University in den USA.

Was war das Ziel der Übersichtsarbeit?

Hintergrund: Romantische Beziehungen sind ein wichtiger Teil der Jugend. Wie sie zustande kommen und was romantische Beziehungen positiv beeinflusst, ist relativ unklar. Die Qualität von Freundschaften könnte hierbei bedeutsam sein. Es ist möglich, dass Jugendliche in Freundschaften Erfahrungen sammeln, die ihnen in romantischen Beziehungen helfen. Eine andere Möglichkeit ist, dass Jugendliche Nähe und Unterstützung in romantischen Beziehungen suchen, weil ihnen dies in ihren Freundschaften fehlt. Sie würden dann mit romantischen Beziehungen schlechte Erfahrungen in Freundschaften ausgleichen.

Forschungsfrage: Mit ihrer Übersichtsarbeit wollten die Forschenden herausfinden: Wie hängen Freundschaften und romantische Beziehungen bei Jugendlichen zusammen?

Wie sind die Forschenden in der Übersichtsarbeit vorgegangen?

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gesucht?

Die Forschenden suchten nach Studien zum Zusammenhang zwischen Freundschaften und romantischen Beziehungen bei Jugendlichen. Die untersuchten Jugendlichen durften im Schnitt nicht

älter als 18 Jahre sein. Außerdem durften die Erfahrungen aus einer romantischen Beziehung nicht länger als 18 Monate zurückliegen.

Welche Studien haben die Forschenden für die Übersichtsarbeit gefunden?

Die Forschenden fanden insgesamt 28 Studien aus den Jahren 1996 bis 2017, deren Ergebnisse sie mit mehreren Metaanalysen zusammenfassen konnten. Je nach Metaanalyse waren das Ergebnis von 946 bis hin zu 4 040 Jugendlichen. Das durchschnittliche Alter der Jugendlichen lag je nach Studie zwischen 10 und 18 Jahren.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit gemacht?

In den 28 Studien schauten die Forschenden, wie Merkmale von Freundschaften und romantischen Beziehungen bei den Jugendlichen zusammenhängen.

Was haben die Forschenden in der Übersichtsarbeit untersucht?

Die Forschenden untersuchten folgende Merkmale von Freundschaften und romantischen Beziehungen:

- » Positive Aspekte: Zum Beispiel das Erleben von Nähe, Sicherheit oder Verbundenheit
- » Negative Aspekte: Zum Beispiel das Erleben von Konflikten oder Unsicherheiten
- » Ob die Jugendlichen romantische Beziehungen führten oder nicht

Hinweis der KLARpsy-Autor:innen

Sollten Ihnen Begriffe in diesem Abschnitt nicht vertraut sein, finden Sie eine Erklärung im

➔ KLARsaurus.

Was sind die wichtigsten Ergebnisse?

- » Weder positive noch negative Aspekte von Freundschaften hingen bedeutsam damit zusammen, ob Jugendliche überhaupt romantische Beziehungen führten.
- » Wenn Jugendliche mehr positive Aspekte in Freundschaften erlebten, erlebten sie auch mehr positive Aspekte in romantischen Beziehungen. Die Korrelation r betrug 0.16. Das ist ein kleiner Zusammenhang.
- » Wenn Jugendliche mehr negative Aspekte in Freundschaften erlebten, erlebten sie auch mehr negative Aspekte in romantischen Beziehungen. Die Korrelation r betrug 0.32. Das ist ein mittelgroßer Zusammenhang.
- » Die Zusammenhänge zwischen Freundschaften und romantischen Beziehungen waren für die negativen Aspekte stärker als für die positiven Aspekte. Das bedeutet, dass man verglichen mit positiven Aspekten besser aus negativen Aspekten von Freundschaften auf die entsprechenden Aspekte romantischer Beziehungen schließen kann – und umgekehrt.
- » Für das Erleben positiver Aspekte konnte kein bedeutsamer Unterschied zwischen romantischen Beziehungen und Freundschaften gefunden werden.
- » Die Jugendlichen berichteten, dass sie in romantischen Beziehungen eher negative Aspekte erlebten als in Freundschaften. Die Effektstärke Hedges g betrug 0.15. Das ist ein sehr kleiner Unterschied zwischen Beziehungen und Freundschaften.

Wie lassen sich die Ergebnisse bewerten?

Was ist die Ursache für die Ergebnisse?

In der Übersichtsarbeit wurden Zusammenhänge zwischen positiven und negativen Aspekten von Freundschaften und romantischen Beziehungen beobachtet. Wegen der Art der Studien, die berücksichtigt wurden, weiß man nur, dass es diese Zusammenhänge bei Jugendlichen gibt. Man kann aber nicht sicher sagen, dass die Aspekte von Freundschaften auch Unterschiede in romantischen Beziehungen verursachen oder anders herum.

Sind die Ergebnisse durch eingeschränktes Veröffentlichen von Studien verzerrt?

- » **Worum geht es?** Eindeutige Forschungsergebnisse lassen sich leichter veröffentlichen als uneindeutige Ergebnisse. Das ist für Übersichtsarbeiten problematisch. Sie können unveröffentlichte Ergebnisse nämlich nicht berücksichtigen.
- » **Was bedeutet das für die vorliegende Übersichtsarbeit?** Die Forschenden fanden kaum Hinweise auf solche Verzerrungen. Wenn Verzerrungen vorlagen, haben sie sich zudem bemüht dafür zu korrigieren. Sie nehmen deshalb an, dass die gefundenen Zusammenhänge zwischen den positiven und negativen Aspekten romantischer Beziehungen und Freundschaften tatsächlich ähnlich groß sind wie in ihrer Übersichtsarbeit berechnet.

Wie zuverlässig sind die Ergebnisse?

Die Forschenden geben zu bedenken: Sie hätten gerne noch genauer untersucht, welche speziellen Aspekte von Freundschaften und romantischen Beziehungen wie zusammenhängen. Leider fanden sie hierzu aber kaum Studien. Zudem kamen fast alle Studien aus Nordamerika oder Europa. Ob die Kultur, aus der die Jugendlichen kommen, eine Rolle für die Zusammenhänge spielt, bleibt damit unklar.

Welchen Alltagsbezug sehen die Forschenden in der Übersichtsarbeit?

Die Forschenden schließen aus der Übersichtsarbeit, dass nichts darauf hinweist, dass Jugendliche durch romantische Beziehungen schlechte Erfahrungen in ihren Freundschaften ausgleichen können. Beratungsstellen sollten Eltern und Jugendlichen vermitteln, dass Jugendliche in solchen Fällen in romantischen Beziehungen wahrscheinlich auf ähnliche Probleme wie in ihren Freundschaften treffen werden. Für das Gelingen jeglicher Beziehungen zu Gleichaltrigen können daher eher Trainings sozialer Fähigkeiten zielführend sein.

Was ist noch zu beachten?

Wer hat die Übersichtsarbeit finanziert?

In der Übersichtsarbeit können keine Angaben dazu gefunden werden, wie diese finanziert wurde.

Berichten die Forschenden in der Übersichtsarbeit eigene Interessenkonflikte?

Die Forschenden berichten, dass keine Interessenkonflikte bei ihnen vorliegen.

Referenz und Link zur Übersichtsarbeit

Kochendorfer, L. B., & Kerns, K. A. (2020). A meta-analysis of friendship qualities and romantic relationship outcomes in adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 30(1), 4-25.

➔ <https://doi.org/10.1111/jora.12505>

Hinweis der KLARpsy-Autor:innen

Als KLARpsy-Autor:innen fassen wir eine bereits vorhandene Übersichtsarbeit zusammen. Wir haben diese Übersichtsarbeit nicht selbst durchgeführt. Die Aussagen der Autor:innen der Übersichtsarbeit haben wir in allgemeinverständliche Sprache übersetzt. Wir überprüfen nicht, ob diese Aussagen wissenschaftlich korrekt sind. Wir überprüfen nicht, wie gut die Übersichtsarbeit durchgeführt wurde. Wir prüfen auch nicht, ob die Ergebnisse der Übersichtsarbeit bereits veraltet sind. Wir versuchen außerdem, auf Fachbegriffe zu verzichten. Manchmal ist es jedoch sinnvoll, einen Fachbegriff beizubehalten. Eine Erklärung dieser Fachbegriffe ist im ➔ **KLARsaurus** zu finden.

Gut zu wissen

Dieser KLARpsy-Text fasst eine Übersichtsarbeit mit Metaanalyse zusammen. Forschende, die eine Übersichtsarbeit machen, suchen zuerst alle Studien, die einer bestimmten Frage nachgehen, zum Beispiel: „Wie gut hilft eine bestimmte Psychotherapie?“. Die Ergebnisse dieser einzelnen Studien können dann in einer Metaanalyse zusammengefasst werden.

Warum macht man das? Eine Übersichtsarbeit mit Metaanalyse hat zwei Ziele:

1. Die Übersichtsarbeit gibt einen Überblick über möglichst alle Studien, die eine bestimmte Frage schon untersucht haben. Sie beschreibt, wer bereits zu einer Frage geforscht hat und was die einzelnen Studien herausgefunden haben. Zum Beispiel, ob und wie gut die Psychotherapie jeweils geholfen hat.
2. Mit der Metaanalyse berechnen die Forschenden außerdem Werte, die die Einzelergebnisse aller Studien zusammenfassen. Die Ergebnisse einer Metaanalyse sind also „Gesamtergebnisse“ über die einzelnen Studien hinweg. Es ist dabei wichtig, dass die gefundenen Studien zu einem Thema ziemlich ähnlich sind. Wenn sich die einzelnen Studien sehr unterscheiden, werden die Ergebnisse der Metaanalyse ungenau. Ein in einer Metaanalyse berechnetes Ergebnis liefert den Forschenden eine Antwort auf die anfangs gestellte Frage. Diese kann zum Beispiel lauten: „Über alle Studien hinweg hilft die Psychotherapie sehr gut.“. Das zugehörige Ergebnis einer Metaanalyse hat eine viel höhere Aussagekraft als die Einzelergebnisse der gefundenen Studien.

Mehr Informationen gibt es in unseren Erklärungsvideos

➔ Was ist eine Metaanalyse?