

PSYCHOLOGIE HEUTE

LEBEN

Die Stärke schwacher Beziehungen

Gerade die „losen“ Bekanntschaften sind eine wichtige Stütze im Leben, manchmal mehr als unsere engen Vertrauten. Worin liegt ihr besonderer Wert?

VON ANNETTE SCHÄFER

 03. DEZ 2021

Vor ein paar Jahren sah sich der amerikanische Autor Joel Stein die jährliche Liste der 100 einflussreichsten Menschen des *Time*-Magazins einmal genauer an. Er sei zu folgendem Ergebnis gekommen, berichtete er: Die dort aufgeführten Wissenschaftlerinnen, Politiker, Umweltschützerinnen und Erfinder bedeuteten ihm: nichts. Deshalb fragte er: „Was ist mit den Leuten, die uns tatsächlich beeinflussen?“, und erstellte eine andere Liste. Sie heißt *Joel 100* und umfasst alle Menschen, die Stein damals persönlich wichtig waren.

Zu Joel Steins Auswahl gehörten natürlich zunächst einmal seine Familie und seine engen Freunde und Freundinnen; er kam dabei auf 18 Köpfe. Darüber hinaus war es ein breites Spektrum unterschiedlicher Personen aus seiner Umgebung, mit denen er mehr oder weniger vertraut war: ein Bekannter, der immer gute Restauranttipps hatte; die Redakteurin, die seine Kolumnen so gekonnt redigierte; sein Augenarzt, zu dem er schon seit Jahren ging; die Verkäuferin am Tacostand, die „immer lächelt, als würde sie mich gut kennen“.

Offenbar sprach der Autor etwas Tieferes in den Leserinnen und Lesern an; jedenfalls machten sich viele die Mühe, online zu gehen, um sich die *Joel 100* genauer anzusehen. Die Psychologin Karen Fingerman und die Journalistin Melinda Blau, die Steins Geschichte in ihrem Buch *Consequential Strangers* erzählen, wundert das nicht: „Tatsache ist, dass jeder und jede von uns eine einzigartige Sammlung von bedeutsamen Menschen hat, außerhalb unseres engen Zirkels von Familienmitgliedern und Freundinnen und Freunden.“

Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

LEBEN

Ruhe im Kopf

Sorgenschleifen können sich verselbstständigen und großen Einfluss auf unser Leben haben.

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Ego manen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

MEISTGELESEN

1 LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Ego manen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

2 GESUNDHEIT

Erwischt

Geimpft und trotzdem mit Corona infiziert, Symptome inklusive? Wie sich ein Impfdurchbruch anfühlt und was Quarantäne bei Covid für Familien bedeutet.

3 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.