



**Freundschaft auf Augenhöhe?
Der Zusammenhang von Macht, Commitment,
Emotionsunterdrückung und Zufriedenheit in
Freundschaften**

Bachelorarbeit

im Bachelorstudiengang

Psychologie

der Otto-Friedrich-Universität

Bamberg

am

Lehrstuhl für Persönlichkeitspsychologie und Psychologische Diagnostik

Anne Harder

Betreuer: Dr. Robert Körner

Prüferin: Prof. Dr. Astrid Schütz

Dieses Werk ist als freie Onlineversion über das Forschungsinformationssystem (FIS; <https://fis.uni-bamberg.de>) der Universität Bamberg erreichbar.

Das Werk steht unter der CC-Lizenz CC BY.

Lizenzvertrag: Creative Commons Namensnennung 4.0

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



URN: urn:nbn:de:bvb:473-irb-110197x

DOI: <https://doi.org/10.20378/irb-110197>

Kurzzusammenfassung

In der vorliegenden Studie wurden sowohl intra- als auch interpersonelle Analysen mit 140 Teilnehmenden bzw. 54 Freundschaftsdyaden durchgeführt. Ziel war es, die Zusammenhänge von Macht mit den zentralen Beziehungsvariablen Commitment, Emotionsunterdrückung und Zufriedenheit in Freundschaften zu untersuchen, um weiter über die Bedeutung von Macht für Dynamiken in Freundschaften aufzuklären. Dazu wurden Korrelations- und Moderationsanalysen durchgeführt. Die Ergebnisse bestätigen die Relevanz von Macht in Freundschaften: Es konnte ein positiver Zusammenhang zwischen Machtgefühl und Freundschaftszufriedenheit gefunden werden. Dieser war auf intrapersoneller Ebene bedeutsamer als auf interpersoneller Ebene. Gleichzeitig stand Machtgefühl in einem positiven Zusammenhang mit Commitment, wobei Commitment zusätzlich als Moderator im Zusammenhang zwischen Machtgefühl und Freundschaftszufriedenheit fungiert und diesen abschwächt. Außerdem scheinen Machtgefühl und Emotionsunterdrückung in Kombination weniger bedeutsam zu sein als angenommen, wobei durch explorative Analysen mit Freundschaftszufriedenheit gezeigt werden konnte, dass diese Strategien in Freundschaften dennoch relevant zu sein scheinen. Insgesamt verdeutlichen die Ergebnisse die Notwendigkeit, freundschaftliche Beziehungen ausführlicher zu untersuchen und Macht in diesem Kontext zu beachten.

Schlagwörter: Freundschaft, Macht, Freundschaftszufriedenheit, Dyaden

Abstract

In this study, both intra- and interpersonal analyses were conducted with 140 participants and 54 friendship dyads. The aim was to investigate the relationships between power and the central relationship variables of commitment, emotion suppression, and satisfaction in friendships in order to further elucidate the significance of power for dynamics in friendships. For this purpose, correlation and moderation analyses were conducted. The results confirm the relevance of power in friendships: a positive link between sense of power and friendship satisfaction was found. This appears to be particularly significant on intrapersonal level, as the effect was smaller on interpersonal level. At the same time, a positive link between sense of power and commitment was found, with commitment

additionally acting as a moderator in the relationship between sense of power and friendship satisfaction and weakening it. Furthermore, sense of power and emotion suppression in combination appear to be less significant than assumed, although exploratory analyses with friendship satisfaction showed that these strategies still appear to be relevant in friendships. Overall, the results highlight the need to examine friendly relationships in more detail and to consider power in this context.

Keywords: friendship, power, friendship satisfaction, dyads

Inhalt

Kurzzusammenfassung.....	2
Abstract.....	2
1 Einleitung	6
2 Theoretischer und empirischer Hintergrund	7
2.1 Bedeutung und Definition von Freundschaft.....	7
2.2 Macht.....	8
2.2.1 Definition von Macht	8
2.2.2 Macht und Freundschaftszufriedenheit	9
2.2.3 Macht und Commitment.....	10
2.2.4 Macht und Emotionsunterdrückung	13
2.3 Freundschaftszufriedenheit.....	14
2.3.1 Freundschaftszufriedenheit und Commitment	15
2.3.2 Freundschaftszufriedenheit und Emotionsunterdrückung.....	15
2.4 Interpersonelle Zusammenhänge.....	17
3 Methode.....	19
3.1 Teilnehmende und Ablauf.....	19
3.2 Instrumente	20
3.2.1 Machtgefühl.....	20
3.2.2 Commitment	20
3.2.3 Emotionsunterdrückung	21
3.2.4 Freundschaftszufriedenheit.....	21
3.3 Datenauswertung	22
4 Ergebnisse	23
4.1 Intrapersonelle Analysen	23
4.2 Interpersonelle Analysen	25

5	Diskussion	27
5.1	Intrapersonelle Zusammenhänge	27
5.2	Interpersonelle Zusammenhänge	32
5.3	Theoretische Implikationen	37
5.4	Limitationen und zukünftige Forschungsrichtungen	38
5.5	Zusammenfassung	40
	Literaturverzeichnis	42
	Eidesstattliche Versicherung	49

1 Einleitung

„When you're through with life and all hope is lost / Hold out your hand `cause friends will be friends“ (Queen, 1986) sang schon die Band Queen in ihrem Lied *Friends will be friends* und ist damit nur eine von vielen Bands und Sänger*innen, die in ihren Liedern Freundschaften und deren Bedeutung würdigen. Damit verdeutlichen sie den Stellenwert von Freundschaften in unserem Leben und unserer Gesellschaft. Wahrscheinlich gibt es im Leben aller Menschen Personen, die als Freund*innen bezeichnet werden. Diese begleiten einen durch schwere Zeiten und machen die guten Zeiten noch ein Stück besser. Freundschaften sind eine besondere Art der Beziehung, die manchmal schwer zu verstehen ist. Dennoch sind sie wohl Teil der wichtigsten Beziehungen, die wir haben (Fehr, 1995; Hojjat & Moyer, 2017). Freund*innen sind Bestandteil jedes Lebensabschnittes und sind somit wichtige Wegbegleiter im Verlauf unseres Lebens. Schon im jungen Alter beginnen wir, diese wichtigen Beziehungen zu formen. Sie begleiten uns durch die Schule, die Berufsausbildung und das Berufsleben bis in die Rente und an unser Lebensende (Blieszner & Adams, 1992; Blieszner & Roberto, 2004; Bukowski et al., 2011). Auf dem Lebensweg kommen und gehen Freund*innen. Manche Freundschaften halten sehr lange, andere nur für einen kurzen Abschnitt unseres Lebens (Fehr, 1995). Freundschaften haben dabei Auswirkungen auf unsere mentale Gesundheit, unser Wohlbefinden und unsere körperliche Gesundheit (Dunbar, 2018). Zudem beeinflussen sie unsere generelle Lebenszufriedenheit (Amati et al., 2018). Obwohl diese Art der Beziehung so wichtig für uns ist und so einen großen Stellenwert in unserem Leben einnimmt, wurde sie bisher vergleichsweise wenig untersucht. Die existierenden Studien sind noch nicht sehr alt und die Forschung ist erst in den letzten Jahrzehnten auf Freundschaften als relevante Art der Beziehung aufmerksam geworden (Blieszner & Adams, 1992). Somit gibt es wenig Wissen darüber, wie sich bestimmte Eigenschaften von Freundschaften auswirken und diese beeinflussen. Angesichts der begrenzten Forschung scheint es besonders wichtig, die spezifischen Eigenschaften von Freundschaften ausführlicher zu untersuchen, um auf diesem Weg weiter über Freundschaften als einen unerlässlichen Teil unseres Lebens und unseres sozialen Netzwerks aufklären zu können.

Mit der vorliegenden Arbeit sollen zum einen bisherige Annahmen aus der Forschung zu anderen Arten der Beziehung, wie zum Beispiel romantischen Beziehungen, auf Freundschaften übertragen und in diesem Kontext getestet werden. Zum anderen sollen

bereits bestehende Theorien überprüft werden. Ziel dieser Untersuchung ist die Beantwortung der Frage, inwiefern Macht mit zentralen Beziehungsvariablen zusammenhängt und welche Bedeutung sie für Dynamiken in Freundschaften hat.

Macht spielt auf den ersten Blick in Freundschaften keine Rolle, da sie als sehr ausgeglichene Form der Beziehung gelten (Amati et al., 2018; Bukowski et al., 2011; Hojjat & Moyer, 2017). Es hat sich jedoch gezeigt, dass Macht durchaus eine ernstzunehmende Variable in dieser Form der Beziehung darstellt (Körner & Altmann, 2025; Stump et al., 2015). Daher soll untersucht werden, wie Machtgefühl mit Freundschaftszufriedenheit zusammenhängt. Zudem sollen Commitment und Emotionsunterdrückung als weitere Variablen in diesem Kontext beleuchtet werden, da sie wichtige Verhaltensweisen bzw. Eigenschaften darstellen, die in Zusammenhang mit Macht stehen könnten (Agnew & Harmann, 2019; Overall et al., 2023).

2 Theoretischer und empirischer Hintergrund

2.1 Bedeutung und Definition von Freundschaft

Freundschaft wurde in der wissenschaftlichen Literatur auf vielfältige Weise definiert. Die in zahlreichen Definitionen wiederkehrenden Kernkriterien lassen sich in fünf zentrale Kategorien einteilen: Verhaltensprozesse (beispielsweise geteilte Aktivitäten), kognitive Prozesse (wie Vertrauen), affektive Prozesse (unter anderem Fürsorge), strukturelle Charakteristika (zum Beispiel Solidarität) und proxy measures of process (wie Kontakthäufigkeit) (Adams et al., 2000). Dabei wird Freundschaft oft als freiwillige, persönliche Beziehung beschrieben, die eine gewisse Art an Intimität bietet und in der sich zwei Parteien mögen und die gegenseitige Gesellschaft suchen (Bukowski et al., 2011; Fehr, 1995). Ein zentrales Element vieler Definitionen ist, dass Freund*innen geteilte Interessen haben und es zu zufriedenstellenden und bedürfniserfüllenden Interaktionen kommt (Blieszner & Roberto, 2004). Die Interaktionen unter Freund*innen unterscheiden sich im Hinblick auf Koordination, Responsivität, Ähnlichkeit, Affekt und Verhalten von anderen Beziehungsformen (Bukowski et al., 2011). Darüber hinaus sind Freundschaften die am wenigsten institutionalisierte und die am stärksten freiwillig gewählte Art sozialer Beziehungen (Blieszner & Adams, 1992).

Um Freundschaft zu verstehen, sollte außerdem betrachtet werden, welche verschiedenen Funktionen sie erfüllt. Wie Fehr (1995, zitiert nach Solano 1986) erklärt, kann zwischen der Erfüllung von drei verschiedenen Bedürfnissen unterschieden werden: materielle, kognitive und sozial-emotionale Bedürfnisse. Demnach stillen Freundschaften materielle Bedürfnisse, indem sie Hilfe und Unterstützung bieten. Ebenso werden kognitive Bedürfnisse befriedigt, indem Stimulation durch gemeinsame Erlebnisse geboten wird. In diesem Kontext bieten Freundschaften außerdem einen Rahmen, durch den die Welt interpretiert werden kann, und geben damit Hilfestellungen, um eigenen Erlebnissen eine Bedeutung zu verleihen. Außerdem erfüllen Freundschaften sozial-emotionale Bedürfnisse, indem sie Liebe und Wertschätzung bieten (Fehr, 1995). Eine weitere wichtige Funktion von Freundschaften ist, dass sie eine Möglichkeit der Validierung eigener Erfahrungen schaffen (Bukowski et al., 2011). Zudem bieten Freund*innen moralische Unterstützung und schützen uns vor externen Gefahren (Dunbar, 2018). All diese Funktionen unterstreichen die Bedeutung von Freundschaften in unserem Leben.

Freundschaften zeichnen sich außerdem durch eine dyadische Struktur aus. Innerhalb dieser können sich jedoch verschiedene Substrukturen bilden, die abhängig von Macht, Status und Solidarität sind. So kann eine Person beispielsweise mehr Macht und Status haben als die andere oder beide können auf einer Status- und Machtstufe stehen (Blieszner & Adams, 1992). Obwohl Freundschaften meist als egalitäre und ausgeglichene Beziehungen charakterisiert werden (Alberoni, 2016; Bukowski et al., 2011; Hojjat & Moyer, 2017), legen aktuelle Studien nahe, dass Macht auch in Freundschaften eine Rolle spielt und diese Beziehungsform daher in Modellen zu Macht und deren Forschung berücksichtigt werden sollte (Körner & Altmann, 2025; Stump et al., 2015).

2.2 Macht

2.2.1 Definition von Macht

Macht wird oft als potenzieller Einfluss oder Kontrolle über andere verstanden, mit dem Ziel Bedürfnisse und Wünsche zu befriedigen (Simpson et al., 2015). Insbesondere im sozialen Kontext wird Macht dabei meist als Möglichkeit aufgefasst, die Zustände anderer über die Kontrolle von Ressourcen zu beeinflussen. Ressourcen umfassen beispielsweise Zuneigung, Informationen und Aufmerksamkeit. Macht kann dementsprechend durch das Zurückhalten

oder zur Verfügung stellen von diesen Ressourcen ausgedrückt werden (Keltner et al., 2003). Eine Annahme in vielen Theorien ist, dass Macht stark beziehungsabhängig ist und nur unter Betrachtung beider Personen verstanden werden kann (Anderson et al., 2012; Simpson et al., 2015). Nach der Power Dependence Theory entsteht Macht aus der Abhängigkeit einer Person von der anderen (Emerson, 1993). Das bedeutet, eine Person verfügt nur dann wirklich über Macht, wenn die andere Person, die von ihr bereitgestellten Ressourcen stark benötigt oder schätzt und sich diese nicht anderweitig beschaffen kann (Keltner et al., 2003). Daraus folgt, dass das Machtniveau abhängig von der anderen Person ist (Emerson, 1993).

Anderson et al. (2012) betonen, dass Macht nicht nur Ressourcenkontrolle ist, sondern auch als psychologischer Zustand verstanden werden kann: als die Wahrnehmung der eigenen Möglichkeit des Einflusses auf andere. Diese kommt durch objektive Macht, also Ressourcenkontrolle, zustande und wird als Personal Sense of Power bezeichnet.

Macht wurde bereits mehrfach in romantischen Beziehungen untersucht (Kifer et al., 2013; Körner & Schütz, 2021; Lennon et al., 2013). Allerdings weisen Studien darauf hin, dass Freundschaften eine eigene Art der Beziehung darstellen und sich Ergebnisse aus Untersuchungen zu anderen Beziehungsformen nur eingeschränkt auf Freundschaften übertragen lassen, da hier Kontrolle und Einfluss anders wirken (Körner & Altmann, 2025). Aus diesem Grund ergibt sich die Notwendigkeit, Zusammenhänge auch im Kontext von Freundschaften zu untersuchen.

2.2.2 Macht und Freundschaftszufriedenheit

Beziehungszufriedenheit oder Freundschaftszufriedenheit ist eine wichtige Variable, da sie den Kern einer Beziehung widerspiegelt. Zufriedenheit lässt sich als die Erfüllung der eigenen Wünsche, Erwartungen oder Bedürfnisse und der daraus resultierenden Freude definieren. Beziehungszufriedenheit ist die subjektive Bewertung interaktionaler Muster, die Zufriedenheit mit diesen widerspiegelt (Cepukiene, 2019). Zufriedenheit mit der Freundschaft setzt sich aus drei verschiedenen Faktoren zusammen: emotionale Unterstützung, instrumentelle Unterstützung und Gesellschaft. Emotionale Unterstützung umfasst das Geben von Komfort und Zuneigung. Ausgeglichene instrumentelle Unterstützung bezieht sich auf das Geben und Nehmen in einer Freundschaft, so dass beide einen ähnlichen Gewinn haben und Reziprozität vorliegt. Zuletzt bezieht sich Gesellschaft auf die gemeinsam verbrachte Zeit und die unternommenen Aktivitäten (Jones, 1991).

Die Approach and Inhibition Theory of Power geht davon aus, dass machtvolle Personen eher positive Emotionen empfinden und sie ihre Mitmenschen danach beurteilen, inwiefern sie zur Erfüllung der eigenen Bedürfnisse beitragen können (Keltner et al., 2003). Da Personen mit mehr Macht außerdem proaktiv handeln, daher einfacher ihre Ziele erreichen (Guinote, 2017) und es ihnen leichter fällt, ihre Wünsche in einer Beziehung zu erfüllen (Simpson et al., 2015), sollten sie mit ihrer Beziehung auch zufriedener sein, weil sie bekommen oder sich nehmen, was sie ihrer Meinung nach verdienen und ihre Bedürfnisse erfüllt werden. Da Zufriedenheit gleichzeitig als Freude über die Erfüllung der eigenen Wünsche beschrieben wird (Cepukiene, 2019), ist anzunehmen, dass sie steigt, wenn dies innerhalb einer Freundschaft geschieht. Diese Überlegungen stehen in Zusammenhang mit der Equity Theory, die besagt, dass Personen dann mit ihren Beziehungen zufrieden sind, wenn sie genau das bekommen, was ihnen aus ihrer Sicht zusteht (Rapson & Hatfield, 2011). Beziehungszufriedenheit als relevante Variable in Zusammenhang mit Macht wurde schon in einigen Studien untersucht. Dabei konnte in Studien zu romantischen Paarbeziehungen gezeigt werden, dass Macht positiv mit Beziehungsqualität und Beziehungszufriedenheit zusammenhängt (Eldridge & Gilbert, 1990; Körner & Schütz, 2021). Zudem konnte in Studien im Kontext von verschiedenen sozialen Rollen gezeigt werden, dass Macht zu subjektivem Wohlbefinden führt, indem das Gefühl authentisch zu sein gefördert wird (Kifer et al., 2013). Auch der Zusammenhang zwischen Macht und Zufriedenheit im Kontext von Freundschaften wurde in Studien bereits untersucht und bestätigt (Körner & Altmann, 2025). Auf Grundlage der theoretischen Überlegungen und bisherigen Forschungsergebnisse wird folgende Hypothese aufgestellt:

Hypothese 1: Persönliches Machtgefühl steht in positivem Zusammenhang mit Zufriedenheit mit der Freundschaft.

2.2.3 Macht und Commitment

Rusbult (1983) definiert Commitment als die Tendenz, eine Beziehung aufrechtzuerhalten und sich psychologisch zu dieser dazugehörig zu fühlen. Commitment spielt dementsprechend eine entscheidende Rolle in der Stabilität und Aufrechterhaltung von Beziehungen. Stanley und Markman (1992) entwickelten eine bedeutsame Theorie über die Zusammensetzung von Commitment. Nach ihrem Modell setzt sich Commitment aus zwei verschiedenen Konstrukten zusammen: persönliche Hingabe und zwanghaftes Commitment.

Im Rahmen der persönlichen Hingabe wird die Beziehung aufgrund ihres geteilten Nutzens verbessert und weiter aufrechterhalten. Dies zeigt sich in dem Wunsch, in die Beziehung zu investieren, Opfer für diese zu bringen und persönliche Ziele mit ihr zu verbinden. Beim zwanghaften Commitment hingegen wird die Beziehung aufgrund von internen und externen Zwängen aufrechterhalten. Hier ist Commitment also unabhängig vom geteilten Nutzen der Beziehung, stattdessen wird nur auf eigene Bedürfnisse und Ziele Rücksicht genommen. Da die Beendigung einer Beziehung mit mehr Kosten verbunden wäre, wird sie weiter aufrechterhalten.

Commitment im Zusammenhang mit Macht, insbesondere im Kontext von Freundschaften, ist bislang wenig untersucht. Allerdings zeigt eine Untersuchung aus dem Bereich der Arbeits- und Organisationspsychologie, dass Macht und Commitment zum Team positiv zusammenhängen (Franklin, 1975). Auch eine Studie, in der es um den Zusammenhang von Macht und Vergebungsbereitschaft bei romantischen Paaren geht und in der Commitment als Moderator getestet wurde, zeigt einen positiven Zusammenhang zwischen Macht und Commitment (Karremans & Smith, 2010).

Zudem wurde Commitment in einigen Studien als Kontrollvariable verwendet. Dabei ergab sich ein positiver Zusammenhang zwischen Macht und Commitment (Körner & Altmann, 2025; Overall et al., 2023). Im Dyadic Power-Social Influence Model (Simpson et al., 2015) wird auch eine Verbindung zwischen Macht und Commitment gezogen. In diesem Modell wird angenommen, dass sich Macht über verschiedene Einflussstrategien unter anderem auf Outcomes auf der Beziehungsebene, auf der auch Commitment verortet werden kann, auswirkt. Laut der Social Exchange Theory (Cook et al., 2013) können Beziehungen als Austausch von Ressourcen gesehen werden. Die Wahrscheinlichkeit, dass eine Person eine Beziehung aufrechterhalten möchte, ist höher, wenn der Nutzen der Beziehung die Kosten übersteigt. Das Verhalten einer Person ist demnach eine Funktion dessen, was sie aus einer Beziehung bekommt. Basierend auf der Annahme, dass Personen mit höherer Macht ihre Beziehungen einfacher ihren eigenen Vorstellungen entsprechend gestalten können (Anderson et al., 2012; Keltner et al., 2003), könnte davon ausgegangen werden, dass das Commitment steigt, wenn das Machtgefühl steigt, da die Beziehung als vorteilhafter erlebt wird.

Ausgehend von den bisherigen berichteten Zusammenhängen und Annahmen wird daher folgende Hypothese aufgestellt:

Hypothese 2: Persönliches Machtgefühl steht in positivem Zusammenhang mit Commitment.

Wie oben bereits beschrieben, kann davon ausgegangen werden, dass sich Macht positiv auf die Freundschaftszufriedenheit auswirkt. Gleichzeitig konnte bereits in einigen Studien nachgewiesen werden, dass Macht von Beziehungsorientierungen abhängig ist (Guinote, 2017). So zeigen Chen et al. (2001), dass Personen, denen es in ihren Beziehungen darum geht, die gegenseitigen Bedürfnisse zu befriedigen, ohne die Erwartung im Gegenzug auch etwas zu bekommen, ihren Fokus eher auf andere legen. Sie verfolgen tendenziell Ziele in Verbindung mit sozialer Verantwortung, wenn sie Macht haben. Austausch-orientierte Personen, also Personen in deren Beziehung der gegenseitige Nutzen mit der Erwartung einhergeht, im Gegenzug auch einen Nutzen zu erhalten, verfolgen hingegen eigene Ziele. Es konnte somit nachgewiesen werden, dass die Aktivierung von Macht mit einer Aktivierung der eigenen Ziele einhergeht. Zudem zeigt weitere Forschung, dass Macht in Kombination mit einem selbstzentrierten Fokus zu reduzierter Perspektivübernahme in romantischen Paaren führt (Gordon & Chen, 2013). Karremans und Smith (2010) wiesen in ihren Untersuchungen nach, dass Macht stärkere Effekte auf Vergebensbereitschaft bei Personen mit ausgeprägtem Commitment in einer romantischen Beziehung hat. Diese Ergebnisse geben Hinweise darauf, dass die Effekte von Macht in interpersonellen Kontexten abhängig von der Beziehung sind und Commitment als Beziehungsorientierung gesehen werden kann. Es liegt dementsprechend nahe, dass Commitment auch den Zusammenhang zwischen Macht und Freundschaftszufriedenheit moderiert. Freundschaftszufriedenheit stellt ein typisches Outcome dar, da es den Kern einer Beziehung widerspiegelt und von verschiedenen Faktoren abhängig ist (Cepukiene, 2019). Aus diesem Grund kann davon ausgegangen werden, dass Freundschaftszufriedenheit auch in einem möglichen Zusammenhang mit Macht als abhängige Variable fungiert. Somit wird folgende Hypothese aufgestellt:

Hypothese 3: Der Zusammenhang zwischen persönlichem Machtgefühl und Zufriedenheit mit der Freundschaft wird durch Commitment moderiert, insofern als dass der Zusammenhang bei einer starken Ausprägung von Commitment stärker ist.

2.2.4 Macht und Emotionsunterdrückung

Emotionsunterdrückung im sozialen Kontext ist ein häufig berichtetes Verhalten. Darunter wird das Unterdrücken von emotionalem Ausdrucksverhalten aktivierter Emotionen verstanden. Emotionsunterdrückung ist ein Mechanismus der Emotionsregulation (Gross & Levenson, 1993). Unter Emotionsregulation werden Prozesse verstanden, die dazu dienen, aktivierte Emotionen zu verändern, zu evaluieren und emotionale Reaktionen anzupassen. Dabei geht es nicht nur um negative Emotionen, sondern auch den Umgang mit positiven Emotionen (Stifter & Augustine, 2019). Emotionsunterdrückung zählt zu den reaktionsfokussierten Strategien der Emotionsregulation. Es geht dabei darum, die Reaktion auf eine Emotion zu beeinflussen (Gross, 1998). Gleichzeitig kann zwischen adaptiven und maladaptiven Strategien unterschieden werden. Emotionsunterdrückung zählt dabei zu den maladaptiven Strategien, da es keine subjektive Erleichterung bezüglich des Emotionserlebens verschafft (Gross & John, 2003).

Emotionsunterdrückung wurde in diversen Studien auch im Zusammenhang mit Macht untersucht (Keltner et al., 1998; Overall et al., 2023; Petkanopoulou et al., 2012). Keltner et al. (2003) gehen davon aus, dass Personen mit mehr Macht häufiger Belohnungen erhalten und mehr Freiheiten haben, was zu weniger zurückhaltendem Verhalten führt. Personen mit wenig Macht sind hingegen von mehr Bedrohungen und sozialen Einschränkungen betroffen, was wiederum zu inhibiertem Verhalten führt. Diese Annahmen finden sich auch in der Theorie von Hecht und LaFrance (1998), die davon ausgehen, dass Personen mit mehr Macht, mehr Freiheiten haben, ihre Emotionen offen zu zeigen und diese somit nicht unterdrücken müssen. Machterfahrung hängt meist mit dem Bewusstsein zusammen, dass man so handeln kann, wie man möchte, und keine sozialen Konsequenzen folgen (Keltner et al., 2003). Zudem haben Personen mit mehr Macht eher die Möglichkeit, eine soziale Interaktion wieder in die richtige Richtung zu lenken, falls ihr Verhalten oder ihr Ausdruck schlecht ankommt. Die Notwendigkeit, sich selbst schützen zu müssen, ist also geringer, weshalb Emotionen offener gezeigt werden können (Overall et al., 2023). Es konnte zudem nachgewiesen werden, dass Personen mit weniger Macht eher ihre Emotionen unterdrücken (Keltner et al., 1998). Untersuchungen zum Zusammenhang zwischen Macht und Emotionsunterdrückung deuten drauf hin, dass geringere Macht mit stärkerer Emotionsunterdrückung zusammenhängt (Overall et al., 2023; Petkanopoulou et al., 2012).

Von diesem Zusammenhang wird auch in dieser Studie ausgegangen:

Hypothese 4: Persönliches Machtgefühl steht in negativem Zusammenhang mit Emotionsunterdrückung.

Des Weiteren wird hier ebenso erwartet, dass zusätzlich eine Moderation durch Emotionsunterdrückung für den Zusammenhang zwischen Macht und Freundschaftszufriedenheit vorliegt. Es wurde gezeigt, dass Macht in einem negativen Zusammenhang mit Emotionsunterdrückung steht (Overall et al., 2023). Ein erhöhtes Machtniveau geht also mit weniger Emotionsunterdrückung einher. Zudem wurde gezeigt, dass Emotionsunterdrückung negativ mit Zufriedenheit zusammenhängt (Chervonsky & Hunt, 2017). Außerdem wurde nachgewiesen, dass der Zusammenhang von Macht und Freundschaftszufriedenheit positiv ist, ein hohes Machtniveau also mit ausgeprägter Zufriedenheit zusammenhängt (Körner & Altmann, 2025). Gleichzeitig zeigt die Studie von Kifer et al. (2013), dass Macht und subjektives Wohlbefinden in einem positiven Zusammenhang stehen, indem Macht das Gefühl authentisch zu sein erhöht. Emotionsunterdrückung ist jedoch das Gegenteil davon (Gross & Levenson, 1993) und könnte daher den positiven Auswirkungen von Macht entgegenwirken. Aus diesem Grund sollte eine starke Ausprägung von Emotionsunterdrückung dazu führen, dass Macht weniger ausgeprägt auf Freundschaftszufriedenheit wirken kann. Gleichzeitig sollte ein niedriges Maß an Emotionsunterdrückung den Effekt von Macht auf Freundschaftszufriedenheit zulassen. Somit wird folgende Hypothese aufgestellt:

Hypothese 5: Der Zusammenhang zwischen persönlichem Machtgefühl und Zufriedenheit mit der Freundschaft wird durch Emotionsunterdrückung moderiert, insofern als dass der Zusammenhang bei einer starken Ausprägung von Emotionsunterdrückung schwächer wird.

2.3 Freundschaftszufriedenheit

Zusätzlich zu der Frage, inwiefern Macht mit zentralen Beziehungsvariablen in Freundschaften zusammenhängt, soll auch explorativ untersucht werden, in welchem Zusammenhang Commitment und Emotionsunterdrückung mit Freundschaftszufriedenheit stehen.

2.3.1 Freundschaftszufriedenheit und Commitment

Nach der Interdependence Theory (Van Lange & Balliet, 2015) entsteht Commitment aus der Abhängigkeit einer Person von einer anderen und wird dann durch Zufriedenheit mit der Beziehung, schlechte Alternativen und hohe Investments gestärkt. Basierend auf dieser Theorie entwickelte Rusbult das Investment Model (Rusbult, 1980), das neben Investmentgröße und Qualität der Alternativen von Zufriedenheit als Prädiktor für Commitment in einer Beziehung ausgeht (Rusbult et al., 1998). Laut des Investment Modells sollten Personen mit ihrer Beziehung zufrieden sein, wenn der Nutzen die Kosten der Beziehung übersteigt (Rusbult, 1983). Dies ist auch im Sinne der Social Exchange Theory (Cook et al., 2013). Die Beziehungszufriedenheit sollte das Commitment für die Beziehung stärken und somit die Person dazu anregen, sie weiter aufrecht zu erhalten (Rusbult, 1983). In Metaanalysen, die dieses Modell untersuchten, konnte gezeigt werden, dass Zufriedenheit der stärkste Prädiktor für Commitment ist (Le & Agnew, 2003; Tran et al., 2019). Auch für Freundschaften wurde dieser Zusammenhang untersucht und bestätigt (Branje et al., 2007; Chow & Tan, 2013). Zudem könnte man davon ausgehen, dass eine Person auch zufriedener ist, sobald der Nutzen höher als die Kosten einer Beziehung ist. Nicht zuletzt beeinflusst Commitment emotionale Reaktionen auf Situationen. Eine Person würde einer Person, mit der sie in einer Beziehung mit einem hohen Commitment-Level ist, eher mit Zuneigung als mit Ärger begegnen (Van Lange & Balliet, 2015).

Da der beschriebene Zusammenhang bereits mehrfach untersucht und bestätigt wurde, wird auch für diese Untersuchung folgende Hypothese aufgestellt:

Hypothese 6: Commitment steht in positivem Zusammenhang mit Zufriedenheit mit der Freundschaft.

2.3.2 Freundschaftszufriedenheit und Emotionsunterdrückung

Es konnte gezeigt werden, dass Emotionsunterdrückung mit vielen Kosten und negativen Konsequenzen, sowohl auf intrapersoneller als auch interpersoneller Ebene, einher geht. Diese umfassen unter anderem Müdigkeit und depressive Verstimmungen, niedriger Selbstwert, kognitive Kosten, niedrigere Lebenszufriedenheit und schlechtere Gesundheit, sowie das Gefühl, weniger von anderen akzeptiert zu werden, stärkere Distanzierung anderer Personen, höheres Stresslevel in Akteur*in und Partner*in und die Unterbrechung von Kommunikation (Butler et al., 2003; Cameron & Overall, 2018; Nyklíček et al., 2004;

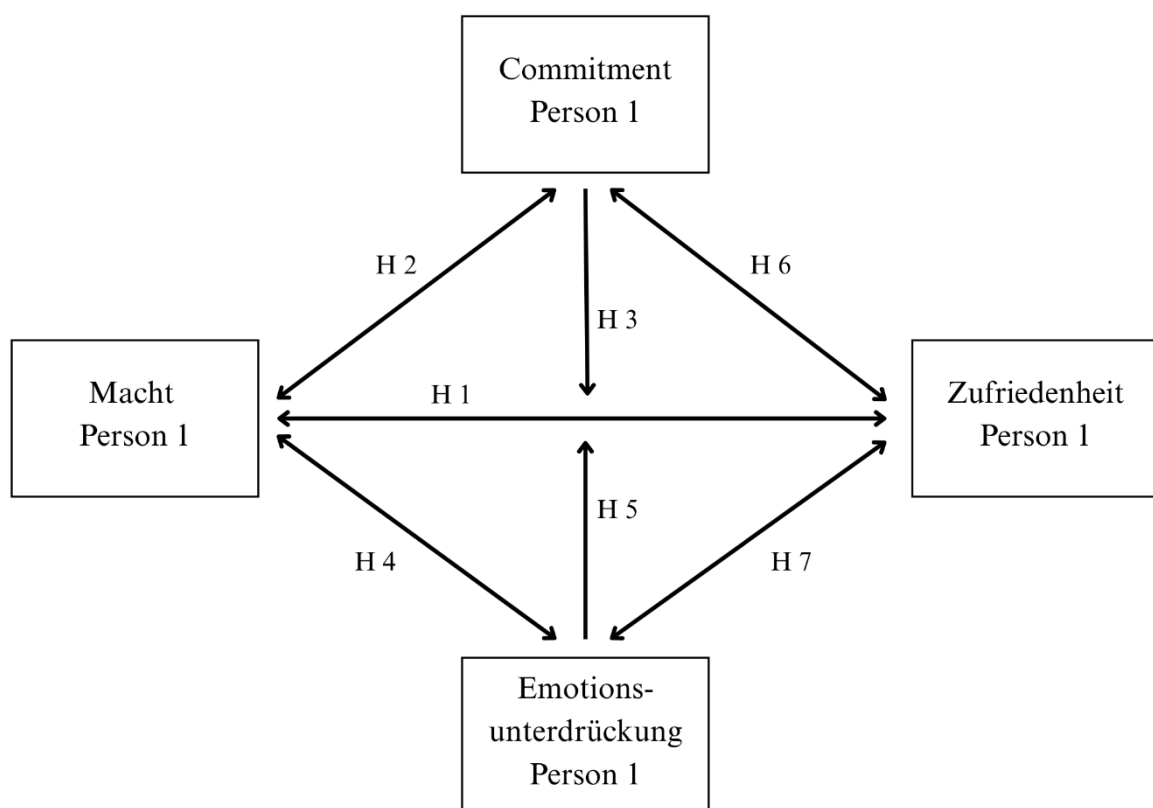
Richards & Gross, 1999). Eine Metaanalyse konnte zeigen, dass die Unterdrückung von Emotionen negativ mit sozialen Outcomes, insbesondere mit sozialer Zufriedenheit, einhergeht (Chervonsky & Hunt, 2017). Das unterstreicht die Bedeutung für die Bildung stabiler sozialer Beziehungen wie Freundschaften. Es konnte gezeigt werden, dass Emotionsunterdrückung mit geringerer Beziehungszufriedenheit einhergeht (Cameron & Overall, 2018; Chervonsky & Hunt, 2017; Sasaki et al., 2022). Außerdem kann davon ausgegangen werden, dass durch Emotionsunterdrückung erforderliche Prozesse für den Umgang mit Schwierigkeiten wie soziale Koordination, Kooperation und Verbindung unterbrochen werden (Sasaki et al., 2022). Im Emotions as Social Information Model (Van Kleef, 2009) wird zudem davon ausgegangen, dass Emotionen soziale Interaktionen beeinflussen. Zum einen indem sie Informationen über Gefühle, Haltungen und Handlungstendenzen des Gegenübers bieten, was auch die eigenen Handlungen beeinflusst. Zum anderen aber auch indem die Emotionen der anderen Person die eigenen Emotionen beeinflussen, was sich wiederum auf die eigenen Handlungen auswirkt. Wenn ich zum Beispiel zu spät zu einem Treffen mit meiner Freundin komme und ich sehe, dass sie sauer ist, wird das wahrscheinlich meine Motivation beeinflussen, beim nächsten Mal pünktlich zu sein. Wenn ich sehe, dass meine Freundin traurig ist, werde ich ihr tendenziell Hilfe anbieten. Der Emotionsausdruck einer Person liefert uns somit wichtige Informationen für unsere Reaktionen. Werden Emotionen allerdings unterdrückt, ist es schwerer, angemessen zu reagieren (Van Kleef, 2009). Dies könnte sich negativ auf die Zufriedenheit der Person auswirken, die ihre Emotionen unterdrückt, da ihre Bedürfnisse nicht erfüllt werden. Die Social Sharing of Emotion Theory von Rimé (2007, 2009) besagt, dass das Teilen von Emotionen soziale Verbindungen stärkt, indem im Rezipienten des Emotionsausdrucks Interesse, Emotionen, Empathie und Sympathie, Bindungsverhalten und verstärkte Zuneigung für den Sender ausgelöst werden. Infolgedessen werden diese Prozesse auch im Sender ausgelöst und es kommt zur Verstärkung der Bindung zwischen den Personen (Rimé, 2007). Durch das Unterdrücken des Emotionsausdrucks kann also das Zusammenwachsen in einer Freundschaft behindert werden (Butler et al., 2003; Chervonsky & Hunt, 2017). Die Erfahrung, dass keine Nähe entsteht, könnte sich negativ auf die Beziehungszufriedenheit auswirken.

Basierend auf den theoretischen Annahmen wird für diese Studie folgende Hypothese aufgestellt:

Hypothese 7: Emotionsunterdrückung steht in negativen Zusammenhang mit Zufriedenheit mit der Freundschaft.

Abbildung 1

Darstellung der angenommenen intrapersonellen Zusammenhänge



2.4 Interpersonelle Zusammenhänge

In der vorliegenden Studie sollen nicht nur intrapersonelle Zusammenhänge betrachtet werden, sondern es soll zudem exploriert werden, ob sich die Zusammenhänge auf interpersoneller Ebene zeigen. Wie oben beschrieben, zeichnen sich Freundschaften durch ihren dyadischen Aufbau aus (Blieszner & Adams, 1992). Auch das Konstrukt Macht bekommt insbesondere durch die andere Person ihre Bedeutung (Anderson et al., 2012; Emerson, 1993; Keltner et al., 2003). Darüber hinaus zeigen Studien, dass sich die

Auswirkungen der Macht der Akteur*in und der Macht der Partner*in in ihren Effekten auf Verhalten unterscheiden (Overall et al., 2023). Vor diesem Hintergrund erscheint es sinnvoll, beiden Perspektiven und ihrer Interaktion in den Analysen Beachtung zu schenken. Somit werden zusätzlich folgende Hypothesen aufgestellt:

*Hypothese 8: Persönliches Machtgefühl der Akteur*in steht in positivem Zusammenhang mit Freundschaftszufriedenheit der Freund*in.*

*Hypothese 9: Persönliches Machtgefühl der Akteur*in steht in positivem Zusammenhang mit Commitment der Freund*in.*

*Hypothese 10: Persönliches Machtgefühl der Akteur*in steht in negativem Zusammenhang mit Emotionsunterdrückung der Freund*in.*

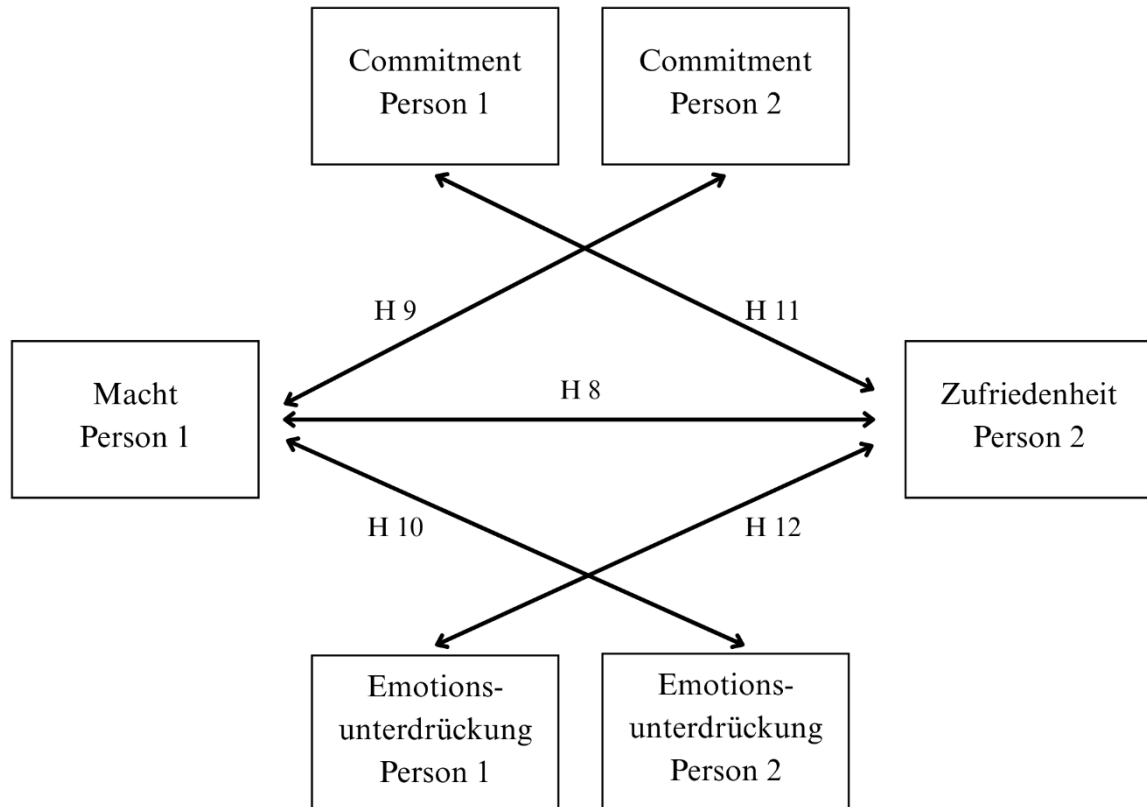
Genauso sind Emotionsunterdrückung, Commitment und Zufriedenheit mit der Freundschaft Variablen, die stark durch den sozialen Kontext geprägt sind und dadurch ihre Bedeutung erhalten (Cepukiene, 2019; Gross & Levenson, 1993; Rusbult, 1980). Aus diesem Grund soll zusätzlich explorativ untersucht werden, inwiefern Commitment und Emotionsunterdrückung in Zusammenhang mit Freundschaftszufriedenheit auf interpersoneller Ebene stehen. Aus diesem Grund werden außerdem folgende Hypothesen aufgestellt:

*Hypothese 11: Commitment der Akteur*in steht in positivem Zusammenhang mit Freundschaftszufriedenheit der Freund*in.*

*Hypothese 12: Emotionsunterdrückung der Akteur*in steht in negativem Zusammenhang mit Freundschaftszufriedenheit der Freund*in.*

Abbildung 2

Darstellung der angenommenen interpersonellen Zusammenhänge



3 Methode

3.1 Teilnehmende und Ablauf

Insgesamt konnten 140 Teilnehmende (weiblich=111, männlich=27, divers=2) rekrutiert werden. Teilnehmende hatten im Durchschnitt ein Alter von $M=25.16$ Jahren ($SD=10.33$) und befanden sich seit durchschnittlich $M=8.41$ Jahren ($SD=7.85$) mit ihrer befreundeten Person in einer Freundschaft. Durchschnittlich gaben die Proband*innen auf einer Skala von 1=*sehr schlecht* bis 7=*sehr gut* an, ihre befreundete Person gut bis sehr gut zu kennen ($M=6.56$; $SD=0.66$).

Personen wurden über Werbetexte, welche in Universitätsgruppen und unter Bekannten und der Familie geteilt wurden und anschließend nach dem Schneeballprinzip verbreitet wurden,

auf die Studie aufmerksam gemacht. Dabei wurden Personen stets gebeten, mit einer befreundeten Person gemeinsam teilzunehmen. Für die Teilnahme konnten sich Studierende der Universität Bamberg Versuchspersonenstunden anrechnen lassen.

Teilnehmende füllten einen Online-Fragebogen aus, wobei jede Person die Fragen unabhängig von ihrer befreundeten Person beantworten sollte. Neben den hier beschriebenen Variablen wurden im Fragebogen weitere erhoben, die für diese Arbeit jedoch nicht ausgewertet wurden. Zu Beginn wurde ein individueller Code generiert, über den sich die Freundschaftspaare einander zuordnen ließen. Insgesamt nahm die Bearbeitung des Fragebogens 10-20 Minuten in Anspruch.

3.2 Instrumente

3.2.1 Machtgefühl

Das Machtgefühl in der Freundschaft wurde mit der deutschen Version der *Personal Sense of Power Scale* erhoben (Anderson et al., 2012; Körner et al., 2022). Diese misst den potenziellen Einfluss, den eine Person auf eine andere spezifische Person hat, mit sechs verschiedenen Items. In dieser Studie wurden die Items umformuliert, so dass sie zum Kontext von Freundschaften passen (z.B. „Ich bekomme meine befreundete Person dazu, mir zuzuhören.“) und es wurde in den Instruktionen verdeutlicht, dass alle Fragen bezogen auf die spezifische Freundschaft beantwortet werden sollen. Zur Beantwortung wurde eine siebenstufige Likert-Skala verwendet (1=*stimme völlig zu*; 7=*stimme gar nicht zu*). Für die Skala lag in dieser Stichprobe eine Reliabilität von Cronbach's $\alpha=.71$ vor und hatte damit einen akzeptablen Wert, der etwas niedriger ist als in der Testung der übersetzten Skala (Körner et al., 2022).

3.2.2 Commitment

Zur Erhebung von Commitment wurden die entsprechenden Fragen aus der *Investment Model Scale* verwendet (Rusbult et al., 1998). Die Skala besteht aus sieben Items, die auf einer siebenstufigen Likert-Skala beantwortet werden (1=*stimme überhaupt nicht zu*, 7=*stimme vollkommen zu*). Das Item „Es ist wahrscheinlich, dass ich mit jemand anderem als meiner Partner*in ausgehen werde“ wurde entfernt, da es im gegebenen Kontext unpassend schien. Der Grund dafür ist, dass das gleichzeitige Pflegen mehrerer

Freundschaften nicht ungewöhnlich ist. Die anderen Fragen wurden passend zum Kontext Freundschaft umformuliert, zum Beispiel: „Ich bin entschlossen, die Freundschaft zu meiner befreundeten Person aufrechtzuerhalten.“

In der Reliabilitätsanalyse zeigte sich zunächst ein unzureichender Wert für die Skala (Cronbach's $\alpha = .62$). Dieser konnte insbesondere auf das Item „Ich wäre nicht sehr traurig, wenn unsere Freundschaft in naher Zukunft enden würde“ zurückgeführt werden, da sich bei einem Ausschluss des Items die Werte stark verbesserten. Aus diesem Grund wurde das Item aus den Analysen ausgeschlossen. So konnte ein guter Reliabilitätswert von Cronbach's $\alpha = .87$ erreicht werden, der zwar geringer ist als in der Originaltestung, aber dem Wert aus anderen Studien entspricht (Körner & Altmann, 2025; Rusbult et al., 1998).

3.2.3 Emotionsunterdrückung

Emotionsunterdrückung wurde über die deutsche Übersetzung der Fragen zu Emotion Suppression aus dem *Emotion Regulation Questionnaire* abgefragt (Abler & Kessler, 2009). Die vier Fragen wurden über eine Likert-Skala abgefragt, die von 1=*stimmt überhaupt nicht* bis 7=*stimmt vollkommen* reicht. Teilnehmende wurden gebeten, die Fragen immer bezogen auf die spezifische Freundschaft zu beantworten. Ein Beispiel für ein Item ist „Ich behalte meine Gefühle für mich.“. In dieser Studie lag für die Skala eine akzeptable Reliabilität von Cronbach's $\alpha = .74$ vor, was den Reliabilitätswerten aus der Originalskala und der Testung der Übersetzung entspricht (Abler & Kessler, 2009).

3.2.4 Freundschaftszufriedenheit

Zur Messung von Zufriedenheit mit der Freundschaft wurden vier Items verwendet. Dabei wurden Zufriedenheit mit der emotionalen Unterstützung („Wie zufrieden sind sie mit der emotionalen Unterstützung durch ihre befreundete Person?“), der instrumentellen Unterstützung („Wie zufrieden sind sie bei der Unterstützung durch ihre befreundete Person bei täglichen Aktivitäten?“), mit der gemeinsam verbrachten Zeit („Wie zufrieden sind sie mit ihrem gemeinsamen ‚Abhängen‘, bzw. ihren Aktivitäten?“) und mit der Zufriedenheit mit der Freundschaft allgemein („Wie zufrieden sind sie insgesamt mit ihrer spezifischen Freundschaft?“) abgefragt (Körner & Altmann, 2025). Diese wurden auf einer siebenstufigen Likert-Skala beantwortet (1=*überhaupt nicht zufrieden*; 7=*sehr zufrieden*). Für die Skala lag eine Reliabilität von Cronbach's $\alpha = .76$ vor und sie hatte damit einen ausreichend

guten Wert, der den Reliabilitätswerten aus anderen Erhebungen entspricht (Körner & Altmann, 2025).

3.3 Datenauswertung

Zur Durchführung aller Analysen wurde R Studio verwendet.

Zunächst wurden die Hypothesen eins bis sieben überprüft. Im Anschluss wurde die Datenstruktur angepasst, um die Hypothesen 8 bis 12 zu überprüfen.

Zur Untersuchung der Hypothesen auf intrapersoneller Ebene wurde jede Versuchsperson einzeln, also unabhängig von ihrer befreundeten Person, in die Berechnungen mit aufgenommen. Es wurde für jede der Variablen pro Person der Summenscore ermittelt. Mit diesen wurden im Anschluss Korrelationen im Sinne jeder der Hypothesen eins bis fünf berechnet.

Zur Berechnung der Moderationseffekte wurde die PROCESS-Funktion für R (Hayes, 2022) (Version 4.3) verwendet. Dabei wird ein Regressionsmodell mit Interaktionsterm berechnet. Zusätzlich wurden die Konfidenzintervalle der Effekte mittels Bootstrapping (10000 Stichproben) geschätzt. Die Prädiktoren und Moderatoren wurden zentriert.

In einem zweiten Schritt wurden die Hypothesen 8 bis 12 auf interpersoneller Ebene untersucht. Dazu wurden alle Personen über den erstellten Code ihrer befreundeten Person zugeordnet. Alle Personen, zu denen kein zweiter Datensatz vorlag, bei denen also entweder die befreundete Person nicht teilgenommen hatte oder der Code falsch gebildet wurde, wurden aus den Analysen ausgeschlossen. Die reduzierte Stichprobe bestand schließlich aus 54 Dyaden.

Bei Dyaden muss beachtet werden, dass sie abhängig voneinander sind. Die Antworten der einen Person werden also auch durch die andere Person beeinflusst. Bei Freundschaftspaaren handelt es sich zudem um ununterscheidbare Dyaden. Das bedeutet, dass es kein System gibt, nach dem die Werte der Personen sinnvoll sortiert werden können. Bei unterscheidbaren Dyaden, wie zum Beispiel heterosexuellen Paaren, wäre dies beispielsweise über das Geschlecht möglich. Aus diesem Grund musste das statistische Verfahren an diese Eigenschaften angepasst werden. Daher wurden Intraklassen-Korrelationen (ICCs) mit der Pairwise Correlation Method berechnet, um die interpersonellen Zusammenhänge zu analysieren. Bei diesem Verfahren wird immer Variable 1 von Person A mit Variable 2 von

Person B korreliert, und umgekehrt (Kenny et al., 2020). Dazu wurden beide Personen einer Dyade in einem Datensatz zusammengefasst, die Daten also in eine dyadische Struktur überführt. Anschließend wurde dieser Datensatz dupliziert, wobei die Positionen der Personen innerhalb des Datensatzes vertauscht wurden (Person A des ersten Datensatzes wird dann also zu Person B, und Person B des ersten Datensatzes wird zu Person A). So konnten auf oben beschriebene Art und Weise die ICCs für die Partner-Effekte berechnet werden. Dabei entstehen Within-friend und Between-friend Korrelationen. Within-friend Korrelationen sind Zusammenhänge zwischen den Einschätzungen von zwei Variablen einer Person (Oberhalb der Diagonale, Tabelle 1), sie werden auch als Akteur-Effekte bezeichnet. Between-friend Korrelationen sind Zusammenhänge zwischen den Einschätzungen von zwei Variablen von beiden Personen einer Dyade (Unterhalb und auf der Diagonalen, Tabelle 1), sie werden auch Partner-Effekte genannt (Kenny et al., 2020).

4 Ergebnisse

4.1 Intrapersonelle Analysen

In Hypothese 1 wurde davon ausgegangen, dass persönliches Machtgefühl und Freundschaftszufriedenheit in einem positiven Zusammenhang stehen. Dieser Zusammenhang zeigte sich auch in der Korrelationsanalyse, $r=.50$ und $p<.001$ (Tabelle 1). Somit kann Hypothese 1 bestätigt werden, was bedeutet, dass stärkeres Machtgefühl einer Person mit höherer Freundschaftszufriedenheit dieser Person einhergeht.

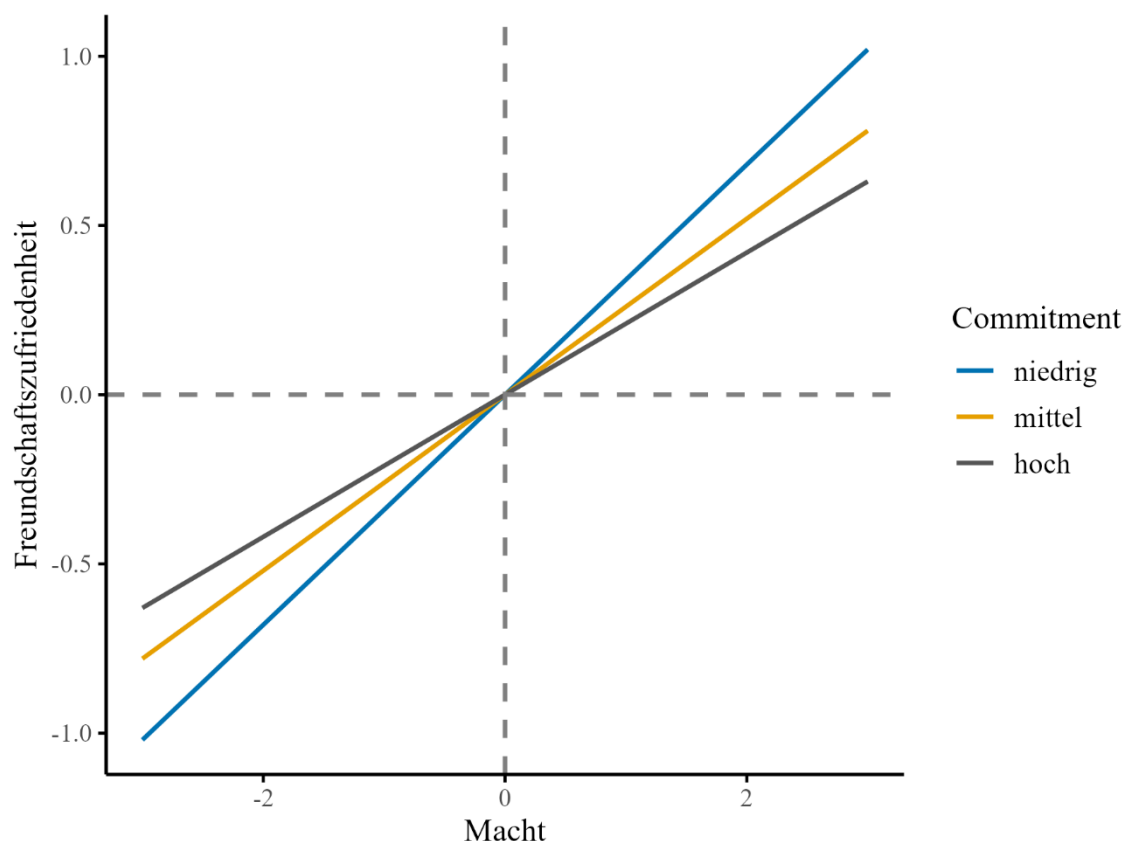
Hypothese 2, welche besagt, dass persönliches Machtgefühl und Commitment in positivem Zusammenhang stehen, konnte bestätigt werden. Für diesen Zusammenhang lag allerdings nur eine kleine Effektstärke von $r=.29$ vor ($p<.001$) (Tabelle 1). Ein stärkeres Machtgefühl geht also mit höherem Commitment einher.

Zudem wurde angenommen, dass der Zusammenhang zwischen Machtgefühl und Zufriedenheit mit der Freundschaft durch Commitment moderiert wird (Hypothese 3). Diese Annahme konnte durch einen signifikanten Interaktionseffekt bestätigt werden. Gleichzeitig zeigen die Ergebnisse des Bootstrappings, dass Null im Konfidenzintervall enthalten ist, $\Delta R^2= 4,21\%$, $F(1,136) = 7.32$, $p=.008$, $95\%CI [-.09, 0.007]$. Somit zeigen sich widersprüchliche Ergebnisse. Es lässt sich dennoch sagen, dass der Zusammenhang von

Machtgefühl und Freundschaftszufriedenheit von Commitment abhängig ist. Um den Interaktionseffekt besser zu verstehen, wurden die Simple Slopes analysiert. Für eine niedrige Ausprägung von Commitment (-1 *SD*) war der Effekt signifikant positiv ($b=0.34$, $SE=0.06$, $t=5.65$, $p<.001$). Für eine mittlere Ausprägung (M) war der Effekt ebenfalls signifikant ($b=0.26$, $SE=0.06$, $t=4.60$, $p<.001$). Da die Werte für +1 *SD* über dem Maximalwert lagen, wurde für die Berechnungen des Effekts bei einer hohen Ausprägung von Commitment das Maximum verwendet. Der Effekt für eine hohe Ausprägung von Commitment war ebenso signifikant ($b=0.21$, $SE=0.06$, $t=3.44$, $p<.001$). Er war allerdings niedriger als bei einer schwachen Ausprägung von Commitment, was zeigt, dass eine zunehmende Ausprägung von Commitment den Zusammenhang zwischen Macht und Freundschaftszufriedenheit abschwächt (Abbildung 3).

Abbildung 3

Darstellung der Simple Slopes



Notizen. niedrig= -1 *SD* (-2.54), mittel= M (0), hoch= Maximum (1.49)

Hypothese 4 konnte nicht bestätigt werden. Es bestand mit einem Wert von $p=.066$ kein signifikanter Zusammenhang zwischen persönlichem Machtgefühl und Emotionsunterdrückung (Tabelle 1).

Die angenommene Moderation des Zusammenhangs zwischen persönlichem Machtgefühl und Freundschaftszufriedenheit durch Emotionsunterdrückung, die in Hypothese 5 angenommen wurde, konnte durch die Moderationsanalyse auch nicht bestätigt werden. Die Interaktion war nicht signifikant, $\Delta R^2 = <.001\%$, $F(1,136) = .011$, $p = .916$, $95\%CI [-.035, 0.025]$. Die Interaktion zwischen persönlichem Machtgefühl und Emotionsunterdrückung sagt also Freundschaftszufriedenheit nicht vorher und der Effekt von Machtgefühl auf Freundschaftszufriedenheit scheint nicht vom Grad an Emotionsunterdrückung abhängig zu sein.

Der angenommene positive Zusammenhang zwischen Commitment und Zufriedenheit mit der Freundschaft in Hypothese 6 konnte hingegen bestätigt werden. Es lag eine mittlere Effektstärke von $r=.44$ vor ($p < .001$) (Tabelle 1). Das bedeutet, dass Personen mit einem höheren Commitment tendenziell eine größere Freundschaftszufriedenheit berichten.

Der angenommene negative Zusammenhang zwischen Emotionsunterdrückung und Freundschaftszufriedenheit in Hypothese 7 konnte mit einem Wert von $p=.002$ bestätigt werden. Die Effektstärke für diesen Zusammenhang lag bei $r=-.26$ und ist damit klein (Tabelle 1). Weniger Emotionsunterdrückung geht also mit höherer Freundschaftszufriedenheit einher.

4.2 Interpersonelle Analysen

In der Auswertung der interpersonellen Zusammenhänge zeigte sich entgegen der Hypothese 8 kein signifikanter Zusammenhang zwischen Machtgefühl von Freund*in 1 und Zufriedenheit von Freund*in 2 ($p=.23$). Somit kann Hypothese 8 nicht bestätigt werden. Die Richtung des Zusammenhangs war mit $r=.12$ jedoch entsprechend der Hypothese (Tabelle 1). Somit konnte nicht vollständig bestätigt werden, dass Machtgefühl der Akteur*in mit Freundschaftszufriedenheit der Freund*in einher geht.

In Hypothese 9 wurde angenommen, dass persönliches Machtgefühl der Akteur*in in positivem Zusammenhang mit Commitment der Freund*in steht. Diese Annahme konnte

bestätigt werden ($p=.02$). Somit geht ein höheres Machtgefühl der Akteur*in mit mehr Commitment der Freund*in einher, $r=.22$ (Tabelle 1).

Der angenommene negative Zusammenhang zwischen persönlichem Machtgefühl der Akteur*in und Emotionsunterdrückung der Freund*in aus Hypothese 10 konnte nicht bestätigt werden ($p=.11$). Die Richtung des Zusammenhangs war allerdings auch hier entsprechend der Hypothese ($r=-.15$) (Tabelle 1).

In Hypothese 11 wurde davon ausgegangen, dass Commitment der Akteur*in in positivem Zusammenhang mit Freundschaftszufriedenheit der Freund*in steht. Dieser Zusammenhang zeigte sich auch in der Korrelationsanalyse ($p=.009$). Das bedeutet, dass höheres Commitment der Akteur*in mit stärkerer Freundschaftszufriedenheit der Freund*in einhergeht. Hier lag allerdings mit $r=.25$ ebenso nur eine kleine Effektstärke vor (Tabelle 1).

Zuletzt wurde mit Hypothese 12, die Annahme eines negativen Zusammenhangs zwischen Emotionsunterdrückung der Akteur*in und Zufriedenheit der Freund*in aufgestellt. Dieser Zusammenhang konnte mit $p=.007$ bestätigt werden. Geringere Emotionsunterdrückung der Akteur*in geht also mit höherer Freundschaftszufriedenheit der Freund*in einher. Die Effektstärke war mit $r=-.26$ allerdings klein (Tabelle 1).

Tabelle 1*Ergebnisse der Korrelationsanalysen*

	1	2	3	4
1. Macht	.17	.29***	-.16	.50***
2. Commitment	.22*	.61***	-.26**	.44***
3. Emotionsunterdrückung	-.15	-.19*	.14	-.26**
4. Zufriedenheit	.12	.25**	-.26***	.18

Notizen. Die Werte oberhalb der Diagonalen stellen die Within-friend Korrelationen dar

($N=140$), die Werte unterhalb und auf der Diagonalen die Between-friend Korrelationen

($N=54$ Dyaden). * $p<.05$. ** $p<.01$. *** $p<.001$.

5 Diskussion

Das Ziel der Arbeit bestand darin, die Zusammenhänge zwischen Macht und zentralen Beziehungsvariablen zu analysieren, um somit weiter über die Bedeutung von Macht für Beziehungsdynamiken in Freundschaften aufzuklären. Dazu wurden die Zusammenhänge mit den Variablen Freundschaftszufriedenheit, Commitment und Emotionsunterdrückung sowohl auf intra- als auch auf interpersoneller Ebene untersucht. Darüber hinaus konnten aktuelle Theorien und bisherige Annahmen aus der Forschung zu anderen Arten der Beziehung im Kontext von Freundschaften getestet werden. Zusätzlich wurden auch die Zusammenhänge von Emotionsunterdrückung und Commitment mit Freundschaftszufriedenheit exploriert.

5.1 Intrapersonelle Zusammenhänge

Die Annahme, dass Macht und Zufriedenheit mit der Freundschaft positiv zusammenhängen, konnte bestätigt werden. Das bedeutet, dass mehr Macht mit einer höheren Freundschaftszufriedenheit einhergeht. Dies unterstreicht die Ergebnisse vorheriger Forschung, nach denen Macht eine wichtige Rolle für Freundschaftszufriedenheit spielt

(Körner & Altmann, 2025; Stump et al., 2015). Obwohl Freundschaften als egalitär gesehen werden (Amati et al., 2018; Bukowski et al., 2011; Hojjat & Moyer, 2017), scheint Macht bzw. Machtgefühl durchaus eine wichtige Variable zu sein, wenn es um die Zufriedenheit mit einer Freundschaft geht. Das Erleben von Macht könnte für positive Emotionen sorgen (Keltner et al., 2003), die sich auf die Freundschaftszufriedenheit auswirken. Auch über die Möglichkeit, die eigene Freundschaft im Sinne der eigenen Bedürfnisse und Wünsche gestalten zu können (Overall et al., 2023), wäre es möglich, dass die Zufriedenheit mit der Freundschaft steigt. Die Erfüllung der Bedürfnisse ist zudem Kern der Funktionen von Freundschaften (Fehr, 1995). Somit wird aus der Sicht einer Person mit ausgeprägtem persönlichem Machtgefühl die Funktion einer Freundschaft erfüllt, was die Zufriedenheit mit dieser steigern könnte. Die Power Dependence Theory (Emerson, 1993) besagt außerdem, dass Macht aus der Abhängigkeit einer Person von einer anderen entsteht. Somit könnte man annehmen, dass eine Person, die sich wenig abhängig von der anderen fühlt und somit ein hohes persönliches Machtgefühl hat, über das Gefühl der Unabhängigkeit eine gesteigerte Freundschaftszufriedenheit haben könnte. Die Ergebnisse zeigen, dass das eigene Machtgefühl ein relevanter Faktor für die Zufriedenheit mit einer Freundschaft zu sein scheint und Macht damit eine wichtigere Rolle spielt, als ihr in den bisherigen Modellen und Theorien über Freundschaften zugesprochen wird.

Auch Hypothese 2 konnte bestätigt werden. Die Ergebnisse zeigen einen positiven Zusammenhang zwischen Machtgefühl und Commitment. Dies stellt eine wichtige Erweiterung des aktuellen Stands der Forschung dar, da der oben beschriebene Zusammenhang bisher wenig explizit berichtet wurde. Commitment wurde bisher teilweise als Kontrollvariable verwendet, wobei derselbe Zusammenhang festgestellt werden konnte (Körner & Altmann, 2025; Overall et al., 2023), allerdings selten als Hauptvariable mit Macht in Verbindung gebracht. Personen mit mehr Macht gestalten ihre Freundschaften eventuell entsprechend ihren Wünschen (Overall et al., 2023) und ziehen daher mehr Nutzen als Kosten aus der Freundschaft. Daher werden sie eher versuchen, die Freundschaft weiter aufrechtzuerhalten und fühlen sich stärker mit ihr verbunden. Da Macht als Quelle für positive Emotionen gesehen werden kann (Keltner et al., 2003), könnte auch die Erfahrung von Machtgefühl in einer Freundschaft dazu führen, dass positive Emotionen mit dieser verbunden werden und sie somit weiter aufrechterhalten wird.

Die angenommene Moderation des Zusammenhangs zwischen persönlichem Machtgefühl und Freundschaftszufriedenheit durch Commitment konnte nur teilweise bestätigt werden. Die Interaktion von Macht und Commitment war signifikant, was zeigt, dass der Effekt von Macht auf Freundschaftszufriedenheit von Commitment abhängt. Obwohl Null in Konfidenzintervall des Bootstrappings enthalten war, kann davon ausgegangen werden, dass Commitment relevant für den beschriebenen Zusammenhang ist. Die Ergebnisse der Abhängigkeit der Effekte von Macht von Commitment sind im Einklang mit früherer Forschung, die zeigt, dass Macht von Beziehungsorientierungen abhängig ist (Guinote, 2017). Allerdings ist die nachgewiesene Richtung der Moderation in dieser Untersuchung eine andere als aufgrund vorheriger Studien erwartet. Während Karremans und Smith (2010) in ihren Studien zeigen konnten, dass der positive Effekt von Macht auf Perspektivübernahme stärker für committete Personen in romantischen Beziehungen ist, zeigen die Ergebnisse der vorliegenden Untersuchung, dass der Effekt schwächer für Personen mit ausgeprägterem Commitment war. Eine mögliche Erklärung könnte folgende sein: Macht führt zu positiven Emotionen und steigert das Gefühl der Kompetenz und Wirksamkeit (Keltner et al., 2003). Dadurch könnte sich Macht positiv auf Zufriedenheit auswirken. Gleichzeitig führt Commitment zum Gefühl der Verbundenheit und Abhängigkeit zu der anderen Person (Van Lange & Balliet, 2015). Dadurch könnte die Freundschaftszufriedenheit nicht mehr so stark vom Machterleben abhängig sein. Zusätzlich könnten sich die Bedürfnisse durch die sogenannte transformation motivation (Agnew & Harman, 2019) auf die Beziehung ausrichten. Das bedeutet, dass sich auch darauf konzentriert wird, was gut für die andere Person und die Beziehung ist, anstatt sich ausschließlich auf eigene Bedürfnisse und Wünsche zu fokussieren. Das kann dazu führen, dass die Person mit mehr Macht Wünsche und Bedürfnisse der anderen Person beachtet und Handlungen an diese anpasst (Agnew & Harman, 2019). Es könnte also davon ausgegangen werden, dass dadurch die Zufriedenheit mit der Freundschaft nicht mehr so stark abhängig von eigenen Bedürfnissen ist, die durch hohe Macht leichter erfüllbar sind. Macht könnte bei einem hohen Commitment-Level also nicht mehr so entscheidend für die Freundschaftszufriedenheit sein, da sich diese dann auf andere Beziehungselemente beziehen könnte. Commitment könnte somit den Einfluss von Macht auf die Freundschaftszufriedenheit abfedern und so den Zusammenhang zwischen Macht und Freundschaftszufriedenheit schwächen. Gleichzeitig erweitern die Ergebnisse die Annahmen des Investment Models von Rusbult (1980), das von Beziehungszufriedenheit,

Investmentgröße und Qualität der Alternativen als Prädiktoren für Commitment ausgeht. Die Ergebnisse zeigen, dass nicht nur Commitment und Freundschaftszufriedenheit in Zusammenhang stehen, sondern dass auch Macht und Commitment in Kombination relevant für die Zufriedenheit mit der Freundschaft sein könnten.

Der angenommene negative Zusammenhang zwischen Macht und Emotionsunterdrückung wurde in dieser Studie zwar nicht signifikant, die Richtung des Zusammenhangs war allerdings entsprechend der Hypothese. Das steht in Einklang mit früheren Forschungsergebnissen, die diesen Zusammenhang im Kontext von romantischen und interpersonellen Beziehungen zeigen konnten (Overall et al., 2023; Petkanopoulou et al., 2012) und zu Studien, in denen gezeigt wurde, dass Macht zu weniger inhibiertem Verhalten führt (Hecht & LaFrance, 1998; Keltner et al., 1998). Overall et al. (2023) erklären diesen Zusammenhang im Sinne der Approach and Inhibition Theory of Power (Keltner et al., 2003), die davon ausgeht, dass Personen mit mehr Macht von mehr Belohnungen umgeben sind und mehr Freiheiten haben, ihre Emotionen offen zu zeigen, während Personen mit weniger Macht eher von Bedrohungen und sozialen Einschränkungen betroffen sind und daher eher inhibierendes Verhalten zeigen. In der oben beschriebenen Studie wird davon ausgegangen, dass bei wenig Macht eine präventionsfokussierte Tendenz ausgelöst wird, die Menschen dazu bringt, ihr Verhalten und damit auch ihre Emotionen zu unterdrücken, um sich vor negativen Konsequenzen zu schützen (Overall et al., 2023). Die Bedeutung von Emotionsregulationsstrategien in Freundschaften wird durch eine Studie unterstrichen, in der gezeigt werden konnte, dass diese Strategien in Freundschaften durchaus verwendet werden und Freundschaften ein ernstzunehmender Faktor für Varianzen in ihrer Nutzung sind (Lindsey, 2020). Es könnte allerdings sein, dass in Freundschaften auch andere Emotionsregulationsstrategien, wie beispielsweise Neubewertung, genutzt werden und somit nicht nur Emotionsunterdrückung relevant in Freundschaften sein könnte. Die vorliegende Untersuchung ist durch eine geringe Stichprobengröße limitiert, was dazu geführt haben könnte, dass kein signifikanter Zusammenhang zustande gekommen ist. Somit muss weiter untersucht werden, ob und inwiefern Emotionsunterdrückung und Machtgefühl in Kombination in Freundschaften eine Rolle spielen.

Die Moderation zwischen Machtgefühl und Zufriedenheit mit der Freundschaft durch Emotionsunterdrückung konnte nicht bestätigt werden. Das liegt nahe, da auch der Zusammenhang zwischen Macht und Emotionsunterdrückung im Kontext von

Freundschaften nicht signifikant war. Somit scheint Emotionsunterdrückung keine Variable zu sein, die den Zusammenhang zwischen Macht und Freundschaftszufriedenheit beeinflusst.

Der angenommene positive Zusammenhang zwischen Commitment und Freundschaftszufriedenheit konnte bestätigt werden. Dieser Zusammenhang ist zudem Teil des Investment Models (Rusbult, 1980). Dieses nimmt unter anderem an, dass Commitment entsteht, wenn der Nutzen einer Beziehung die Kosten übersteigt (Rusbult, 1983). Wenn Nutzen aus einer Beziehung gezogen werden kann, liegt es nahe, dass dann auch die Zufriedenheit mit dieser höher ist. Die vorliegende Studie konnte also, wie bereits vorherige Forschung, diese Teilannahmen des Modells bestätigen (Le & Agnew, 2003; Tran et al., 2019; Bui et al., 1996). Da das Modell jedoch im Kontext von romantischen Beziehungen aufgestellt wurde (Rusbult, 1980), stellen diese Ergebnisse eine wichtige Erweiterung dar, indem sie die Annahmen auf Freundschaften übertragen. Allerdings wird im Modell, wie auch in der Interdependence Theory (Van Lange & Balliet, 2015), davon ausgegangen, dass das Commitment durch die Beziehungszufriedenheit beeinflusst wird. Beziehungszufriedenheit stellt in dem Kontext also einen Prädiktor für Commitment dar. Da durch die Berechnung von Korrelationen jedoch keine Aussagen über Kausalität getroffen werden können, kann dieser Teil der Annahmen hier nicht bestätigt werden.

Wie in Hypothese 7 angenommen, zeigen die Ergebnisse einen negativen Zusammenhang zwischen Emotionsunterdrückung und Zufriedenheit. Frühere Forschung konnte diverse negative Konsequenzen, die mit der Unterdrückung von Emotionen einhergehen, zeigen (Butler et al., 2003; Cameron & Overall, 2018; Nyklíček et al., 2004; Richards & Gross, 1999). Die Ergebnisse stimmen zudem mit einer Metaanalyse überein, in der gezeigt wurde, dass die Unterdrückung von Emotionen unter anderem negativ mit Outcomes wie sozialer Zufriedenheit einhergeht (Chervonsky & Hunt, 2017). Dieser Zusammenhang könnte auch durch die anderen negativen Konsequenzen weiter verstärkt werden. Gefühle und Emotionen nicht offen zeigen zu können oder zu wollen, könnte auf Dauer anstrengend und belastend sein und somit die Zufriedenheit schwächen. Diese Annahme wird durch Ergebnisse von anderen Studien unterstrichen, in denen gezeigt wurde, dass Emotionsunterdrückung mit physiologischen und kognitiven Kosten verbunden ist (z.B. Richards & Gross, 1999). Außerdem ist eine wichtige und zentrale Funktion von Freundschaften die emotionale Unterstützung (Fehr, 1995, zitiert nach Solano 1986), deren Umsetzung allerdings behindert

werden könnte, wenn Emotionen nicht offen gezeigt und kommuniziert werden. Laut des Emotions as Social Information Model bietet das Teilen von Emotionen die Möglichkeit, wichtige Informationen an sein Gegenüber zu übermitteln. Dadurch kann die andere Person ihre Reaktionen anpassen und es gibt ihr die Möglichkeit zu unterstützen (Van Kleef, 2009). Es ist davon auszugehen, dass es hingegen schwer ist, eine andere Person emotional zu unterstützen, wenn nicht klar ist, wie es ihr geht oder was sie benötigt. Die betroffene Person macht somit die Erfahrung, dass ihre Freundschaft eine Kernfunktion nicht erfüllt. Diese Erfahrung könnte daher die Zufriedenheit mit der Freundschaft abschwächen, da sie den Anforderungen der Person nicht gerecht werden kann. Auch die Social Sharing of Emotion Theory (Rimé, 2007, 2009) besagt, dass der Ausdruck von Emotionen den Aufbau von Nähe zwischen zwei Personen unterstützen kann. Somit könnte sich auch die Erfahrung, dass keine oder wenig Nähe in einer Freundschaft entsteht, da es zu keinem oder nur eingeschränktem Ausdruck von Emotionen kommt, die Freundschaftszufriedenheit reduzieren.

Zusammenfassend lässt sich für die intrapersonellen Zusammenhänge sagen, dass Machtgefühl im Kontext von Freundschaften eine ernstzunehmende Rolle spielt und insbesondere in Zusammenhang mit Freundschaftszufriedenheit und Commitment relevant ist. Commitment scheint im Zusammenhang zwischen Macht und Freundschaftszufriedenheit als Moderator zu fungieren, wobei eine hohe Ausprägung von Commitment den Effekt von Macht abzuschwächen scheint. Durch die Ergebnisse konnten außerdem Teilannahmen aus dem Investment Model (Rusbult, 1980) bestätigt und durch Machtgefühl erweitert werden. Macht in Zusammenhang mit Emotionsunterdrückung scheint nicht so bedeutsam zu sein wie angenommen. Dies könnte insbesondere aufgrund der Bedeutung von geteilten Emotionen zum Aufbau von Nähe und den hohen Kosten, die mit der Unterdrückung von Emotionen einhergehen, erklärt werden. Emotionsunterdrückung scheint im Kontext von Freundschaften aber dennoch relevant zu sein, was durch den negativen Zusammenhang mit Freundschaftszufriedenheit gezeigt werden konnte.

5.2 Interpersonelle Zusammenhänge

Der interpersonelle Zusammenhang zwischen Machtgefühl und Freundschaftszufriedenheit entsprechend der Hypothese 8 war nicht signifikant. Auch an dieser Stelle entsprach die

Richtung des Zusammenhangs dennoch der aufgestellten Hypothese. Eine mögliche Erklärung für die fehlende Signifikanz des Zusammenhangs könnte die geringe Stichprobengröße sein. Die Ergebnisse stehen grundsätzlich in Einklang mit Forschung zu Freundschaften, in der gezeigt wurde, dass Macht der Freund*in mit besserer Beziehungsfunktion einhergeht (Körner & Altmann, 2025). Körner und Altmann (2025) erklären diesen Zusammenhang in Freundschaften damit, dass Macht in diesem Kontext als Verantwortung gesehen wird und daher auch auf das Wohlergehen der befreundeten Person geachtet wird. Dies ist auch passend zu den Studien von Chen et al. (2001), in denen gezeigt wurde, dass Personen, die ihren Fokus auf andere legen, tendenziell Ziele in Verbindung mit sozialer Verantwortung umsetzen. Freundschaften zeichnen sich insbesondere durch die gegenseitige Unterstützung aus (Fehr, 1995), weshalb davon ausgegangen werden könnte, dass der Fokus in Freundschaften auch auf den Bedürfnissen der befreundeten Person liegt. Somit sollten Personen mit hoher Macht auch die Bedürfnisse der befreundeten Person beachten und nicht nur die eigenen befriedigen.

In der vorliegenden Studie scheint das eigene Machtgefühl allerdings eher Auswirkungen auf die eigene Freundschaftszufriedenheit als auf die der befreundeten Person zu haben. Es könnte sein, dass die Möglichkeit einer Person, eigenen Zielen und Bedürfnissen einfacher gerecht werden zu können, indem sie sich nimmt, was sie benötigt (Guinote, 2017; Simpson et al., 2015), stärkere Auswirkungen auf die Zufriedenheit hat als die Macht der anderen Person. Gleichzeitig sind tatsächliche Macht und Machtgefühl zwei unterschiedliche Prozesse und Eigenschaften. Die beiden Variablen können unterschiedliche Auswirkungen auf andere Variablen haben (Körner et al., 2025). Es könnte angenommen werden, dass eine Person, die das Gefühl von Macht in einer Freundschaft hat, ihre Macht nicht automatisch ausleben muss. Die andere Person könnte also von der vermeintlichen Macht der anderen Person weniger mitbekommen als die Person selbst. Dann könnte es sein, dass das Machtgefühl der anderen Person weniger Auswirkungen auf die Zufriedenheit mit der Freundschaft hat. Es scheint für die eigene Zufriedenheit mit der Freundschaft also weniger relevant zu sein, ob die befreundete Person das Gefühl von Macht hat oder nicht, bzw. wie ausgeprägt das Gefühl ist. Der Zusammenhang zwischen den beiden Variablen könnte also ein Prozess sein, der vor allem innerhalb einer Person stattfindet, anstatt ein Prozess zwischen zwei Personen.

Der positive Zusammenhang zwischen Macht von Person 1 und Commitment von Person 2 konnte bestätigt werden. Auch im interpersonellen Kontext stellen diese Ergebnisse eine wichtige Erweiterung des aktuellen Forschungsstandes dar, da es ein bisher wenig untersuchter Zusammenhang ist. In früheren Untersuchungen, in denen Commitment als Kontrollvariable verwendet wurde, konnten positive Zusammenhänge zwischen der angenommenen Macht der Freund*in und dem Commitment der Akteur*in gefunden werden (Körner & Altmann, 2025; Overall et al., 2023). Es wird oft argumentiert, dass Commitment aus einer Abhängigkeit zu einer anderen Person entsteht (Rusbult & Agnew, 2010). Somit könnte das Commitment der einen Person der anderen Person Macht geben (Overall et al., 2023). Außerdem kommt es in engen Beziehungen durch die wachsende Abhängigkeit und Nähe zueinander zur sogenannten transformation motivation (Agnew & Harman, 2019), bei der die Bedürfnisse der anderen Person durch die machvollere Person in engen Beziehungen beachtet werden und sich ihre Bedürfnisse und Handlungen an diese anpassen. Für den positiven Zusammenhang zwischen Macht und Commitment auf interpersoneller Ebene könnte es bedeuten, dass die Macht der einen Person auch für die andere positiv sein könnte, wenn die machvollere Person gemeinsame Ziele und Bedürfnisse priorisiert. Dies könnte sich positiv auf das Commitment der anderen Person auswirken, wenn sie merkt, dass die Beziehung ihren Bedürfnissen und Wünschen gerecht wird und die Beziehung im Sinne der Social Exchange Theory (Cook et al., 2013) als vorteilhaft erlebt wird. Transformation motivation ist somit ein Resultat aus zunehmendem Commitment und Interdependenz (Agnew & Harman, 2019), könnte diese aber auch weiter verstärken.

Wie auf intrapersoneller Ebene, konnte auch auf interpersoneller Ebene kein signifikanter negativer Zusammenhang zwischen Machtgefühl und Emotionsunterdrückung gefunden werden. Dennoch ist auch hier die Richtung des Zusammenhangs in den Ergebnissen entsprechend der Hypothese. Dies steht in Einklang mit früherer Forschung mit romantischen Paaren von Overall et al. (2023), in der entgegen der Annahme teilweise negative Zusammenhänge zwischen Macht der Freund*in und Emotionsunterdrückung gefunden werden konnten, die allerdings auch nicht signifikant waren. In der beschriebenen Studie wird davon ausgegangen, dass dieser Zusammenhang die Tendenz widerspiegelt, sich um die andere Person zu kümmern und diese zu beschützen (Overall et al., 2023). Zusätzlich könnte es sein, dass der Ausdruck von Emotionen in einer Freundschaft stärker von anderen Variablen als Macht abhängt. Diese Annahme würde auch dazu passen, dass in den

intrapersonellen Analysen kein signifikanter Zusammenhang zwischen Macht und Emotionsunterdrückung gefunden werden konnte (Tabelle 1).

Auch Hypothese 11 konnte bestätigt werden. Die Ergebnisse zeigen somit, dass Commitment der Akteur*in nicht nur in einem positiven Zusammenhang mit Macht der Freund*in, sondern auch mit Freundschaftszufriedenheit der Freund*in steht. Das steht im Einklang mit den Ergebnissen früherer Forschung zu verheirateten Paaren, in der gezeigt werden konnte, dass Commitment der einen Person positiv mit Beziehungszufriedenheit der anderen Person in Zusammenhang steht (Givertz et al., 2016). In der Studie wurde dies unter anderem über eine zunehmende Interdependenz durch das Commitment-Level und der daraus resultierenden Bildung einer kollektiven Identität erklärt. Beziehungszufriedenheit wird dabei durch das Arbeiten an gemeinsamen Zielen und die Beobachtung von Reziprozität entwickelt. Es liegt nahe, dass das Engagement der befreundeten Person, ihr Commitment in der Freundschaft, sowie die aktive Bemühung der Aufrechterhaltung einen positiven Einfluss auf die Zufriedenheit der anderen Person haben. Das ist insbesondere dann relevant, wenn auch die andere Person die Aufrechterhaltung der Freundschaft anstrebt. Somit könnten diese Annahmen auch in Freundschaften gelten. Wenn die eigenen Gefühle und Haltungen bezüglich einer Beziehung zu einer anderen Person erwidert werden, könnte sich das positiv auf die Freundschaftszufriedenheit niederschlagen. Außerdem hat Commitment Auswirkungen auf die emotionalen Reaktionen einer Person und kann diese mitformen. Einer Person, der gegenüber man committet ist, begegnet man eher mit positiven Gefühlen, wie zum Beispiel Freude, als mit negativen Emotionen wie Ärger (Van Lange & Balliet, 2015). Wenn einer Person in einer Freundschaft eher eine positive Haltung entgegengebracht wird, könnte dies positive Konsequenzen für ihre Freundschaftszufriedenheit haben. Zudem könnte die persönliche Hingabe (Stanley & Markman, 1992) ein wichtiger Faktor für die Freundschaftszufriedenheit sein. Wenn die andere Person viel in die Freundschaft investiert und an ihr arbeitet, könnte sich das positiv auf die Zufriedenheit der befreundeten Person auswirken.

Der negative Zusammenhang von Emotionsunterdrückung und Zufriedenheit mit der Freundschaft konnte auch auf interpersoneller Ebene bestätigt werden. Dies ist passend zu den Ergebnissen früherer Forschung, in der die Unterdrückung von Emotionen mit starker Distanzierung anderer einher ging (Cameron & Overall, 2018). Somit hängt das Maß, in dem eine Person ihre Emotionen unterdrückt, mit der Freundschaftszufriedenheit der anderen

Person zusammen. Wie oben bereits beschrieben, besagt das Emotion as Social Information Model, dass Emotionen unsere sozialen Interaktionen beeinflussen, indem sie Informationen über das Gegenüber liefern und eigene Emotionen beeinflussen. Dadurch können sie auch Reaktionen der anderen Person formen (Van Kleef, 2009). Wenn die befreundete Person ihre Emotionen nicht offen zeigt, ist es schwieriger, angemessen zu reagieren, da die Bedürfnisse schlechter eingeschätzt werden können. Diese Ungewissheit könnte Druck auslösen und somit einen negativen Einfluss auf die Freundschaftszufriedenheit der anderen Person haben. Zudem besagt die Social Sharing of Emotion Theory, dass über das Teilen von Emotionen die Nähe zu einer Person steigt (Rimé, 2007, 2009). Das impliziert, dass das Zurückhalten von Emotionen in einer Freundschaft negative Auswirkungen auf die Nähe zwischen den befreundeten Personen haben kann. Dies würde tendenziell nicht nur die Freundschaftszufriedenheit der Person betreffen, die ihre Emotionen unterdrückt, sondern auch die der befreundeten Person. Gleichzeitig könnte es sein, dass die Person merkt, dass die andere Person ihre Emotionen zurückhält (Butler et al., 2003; Cameron & Overall, 2018). Auch der beobachtete Rückzug könnte sich somit negativ auf die Freundschaftszufriedenheit auswirken. Nicht zuletzt könnte es sein, dass man eine Person, die ihre Emotionen nicht zeigt, nur schwer emotional unterstützen kann, da man schlecht einschätzen kann, was sie in dem Moment benötigt. Dies würde aber bedeuten, dass man einer Kernfunktion von Freundschaften nicht gerecht werden kann. Wenn das Gefühl entsteht, in der Rolle als Freund*in zu versagen, könnte es negative Gefühle auslösen und sich darüber auf die Freundschaftszufriedenheit auswirken.

Für die interpersonellen Zusammenhänge lässt sich also zusammenfassen, dass Machtgefühl in Zusammenhang mit Freundschaftszufriedenheit auf interpersoneller Ebene weniger relevant zu sein scheint als auf intrapersoneller Ebene. Eine mögliche Erklärung könnte hier insbesondere die Bedeutung von Macht für die Befriedigung eigener Bedürfnisse sein. Der Zusammenhang von Macht und Commitment scheint jedoch auch auf interpersoneller Ebene bedeutsam zu sein. Dies entspricht den Ergebnissen früherer Studien (Körner & Altmann, 2025; Overall et al., 2023) und kann insbesondere durch die transformation motivation (Agnew & Harman, 2019), durch die Personen in engen Beziehungen nicht nur die eigenen Bedürfnisse beachten, sondern auch darauf achten, was gut für die Beziehung ist und was die andere Person benötigt, erklärt werden. Auch in Zusammenhang mit Freundschaftszufriedenheit scheint Commitment von Bedeutung zu sein. Wie auch auf intrapersoneller Ebene scheint Emotionsunterdrückung auch an dieser Stelle weniger

relevant in Zusammenhang mit Macht zu sein. Aber auch für die andere Person scheint Emotionsunterdrückung eine Bedeutung für die Freundschaftszufriedenheit zu haben.

5.3 Theoretische Implikationen

Durch die Analysen konnte gezeigt werden, dass Macht in Zusammenhang mit den zentralen Beziehungsvariablen Freundschaftszufriedenheit und Commitment steht und Macht somit eine relevante Rolle für Beziehungsdynamiken in Freundschaften zu haben scheint. Gleichzeitig konnten durch diese Untersuchung Ergebnisse aus Studien zu anderen Beziehungsformen auf Freundschaften übertragen werden. Zudem konnten in dieser Arbeit durch die explorativen Analysen sowohl der dyadischen Natur von Freundschaften als auch den Bedingungen der untersuchten Variablen Beachtung geschenkt werden. Nicht zuletzt konnte auch gezeigt werden, dass Emotionsunterdrückung und Commitment in Zusammenhang mit Freundschaftszufriedenheit stehen.

Die aktuelle Studie unterstreicht die Befunde neuester Forschung, die zeigt, dass Machtprozesse in der Untersuchung von Freundschaften berücksichtigt werden sollten und Ergebnisse zu anderen Arten der Beziehung sich nicht uneingeschränkt auf Freundschaften übertragen lassen (Körner & Altmann, 2025). Dies hat sich auch in der vorliegenden Untersuchung gezeigt, da signifikante Zusammenhänge von Machtgefühl nur mit Commitment und Freundschaftszufriedenheit gefunden werden konnten. Emotionsunterdrückung scheint in Freundschaften weniger in Verbindung mit Machtgefühl zu stehen als auf Grund bisheriger Forschung und theoretischer Überlegungen angenommen.

Es zeigte sich zudem, dass Machtgefühl eine Variable zu sein scheint, die im Kontext von Freundschaften vor allem Prozesse auslöst, die innerhalb einer Person stattfinden. Die interpersonellen Zusammenhänge in Bezug auf Freundschaftszufriedenheit waren für Machtgefühl geringer als die Effekte auf intrapersoneller Ebene (Tabelle 1). Somit scheint das Machtgefühl der einen Person weniger wichtig für die Freundschaftszufriedenheit der anderen Person zu sein.

Die Ergebnisse zeigen, dass sowohl Macht als auch Commitment und Emotionsunterdrückung in Zusammenhang mit Freundschaftszufriedenheit stehen. Das zeigt, dass es alle Variablen sind, die in der Untersuchung von Freundschaften einen Platz finden sollten und in Modellen beachtet werden sollten.

Mit den durchgeführten Analysen konnten Teilannahmen bedeutsamer Modelle im Kontext von Freundschaften getestet werden. Der angenommene Zusammenhang zwischen Commitment und Beziehungs- bzw. Freundschaftszufriedenheit aus dem Investment Model (Rusbult, 1980) konnte im Kontext von Freundschaften bestätigt werden. Es konnte zudem gezeigt werden, dass in diesem Zusammenhang auch Macht eine Rolle spielen könnte und daher nicht außer Acht gelassen werden sollte. Da diese Annahmen in der vorliegenden Studie nicht ausreichend bestätigt werden können, sind weitere Untersuchungen notwendig, um insbesondere Kausalitäten in diesem Zusammenhang zu analysieren.

Nicht zuletzt wurde auch gezeigt, dass Commitment als Moderator im Zusammenhang zwischen Macht und Freundschaftszufriedenheit fungiert und diesen schwächt. Die Bedeutung von Macht für Freundschaftszufriedenheit könnte bei einer zunehmenden Abhängigkeit und Verbindung zu der anderen Person abnehmen, da geteilte Bedürfnisse und Ziele in den Vordergrund rücken.

5.4 Limitationen und zukünftige Forschungsrichtungen

Obwohl bestehende Literatur zum Thema durch neue Ergebnisse erweitert werden konnte, hat die vorliegende Studie einige Limitationen.

In der bestehenden Stichprobe zeigt sich ein stark ungleiches Geschlechterverhältnis mit wesentlich mehr Frauen als Männern, was die Generalisierbarkeit der Ergebnisse einschränkt. In zukünftigen Studien sollte darauf geachtet werden, ein Gleichgewicht zwischen Geschlechtern zu gewährleisten. Gleichzeitig könnte es interessant sein, zu betrachten, wie sich die Geschlechter in ihren Freundschaften und deren Wahrnehmung unterscheiden. Dass sich Freundschaften für verschiedene Geschlechter unterscheiden können, wurde bereits an anderer Stelle untersucht. De Goede et al. (2009) konnten zeigen, dass Macht eine größere Rolle in der Freundschaft von Jungen als von Mädchen spielt und Jungs ihre machtvolleren Gleichaltrigen als unterstützender erleben als Mädchen. Daher sollten auch die hier untersuchten Variablen in dem beschriebenen Kontext betrachtet werden. Zudem erscheint es notwendig, Studien durchzuführen, die sich auf eine der Gruppen fokussieren. Auch Untersuchungen, in denen die einzelnen Gruppen direkt miteinander verglichen werden, sollten künftig durchgeführt werden.

Zudem wurde in dieser Studie nicht unterschieden, ob es sich um gleichgeschlechtliche oder gemischtgeschlechtliche Freundschaften handelt. Das könnte allerdings einen bedeutsamen Unterschied für die Ergebnisse machen, da gezeigt wurde, dass sich gleichgeschlechtliche und gemischte Freundschaften unterscheiden (Kuttler et al., 1999). In künftiger Forschung könnte sich zum einen spezifisch auf gleichgeschlechtliche oder gemischte Freundschaften fokussiert werden oder diese in einer Studie direkt miteinander verglichen werden.

Des Weiteren wurden Freundschaften nur im Kontext von spezifischen Dyaden betrachtet. Jede Person sollte die Fragen bezüglich einer spezifischen Freundschaft beantworten. Da sich jedoch unterschiedliche Freundschaften einer Person unterscheiden könnten, wäre es für weitere Forschung interessant, mehrere Freundschaften der Personen zu erheben und diese miteinander zu vergleichen. Zudem können Freundschaften in Gruppen stattfinden. Daher wäre es zusätzlich interessant, ganze Freundesgruppen zu untersuchen. Vor allem deshalb, weil Dyaden durch das soziale Netz, in dem sie stattfinden, beeinflusst werden (Dunbar, 2018).

Auch bezüglich des Alters war die Stichprobe sehr homogen. Es konnten zwar erwachsene Personen jeden Alters teilnehmen, die meisten Teilnehmenden waren jedoch mit hoher Wahrscheinlichkeit Studierende. Da sich Freundschaften allerdings über die Lebensspanne verändern (Blieszner & Adams, 1992; Blieszner & Roberto, 2004), sollten in Zukunft breitere Altersbereiche angestrebt werden oder die einzelnen Lebensabschnitte einzeln untersucht werden. Auch Langzeitstudien, in denen die Veränderung der Freundschaften beobachtet werden, wären in dem Kontext interessant, um zu erfahren, inwiefern sich Freundschaften genau verändern und welche Faktoren begünstigend dazu beitragen.

Durch die hauptsächliche Rekrutierung von Teilnehmenden unter Studierenden der Psychologie, kann davon ausgegangen werden, dass ein Großteil der Versuchspersonen dieser Gruppe angehört. Die Stichprobe bestand also aus einer recht homogenen Gruppe an Personen, die sich in bestimmten Eigenschaften stark ähnlich sein könnten. Zudem könnte es sein, dass die Personen dieser Gruppe aus einer ähnlichen sozialen Schicht stammen. Das könnte Auswirkungen auf die Ergebnisse und ihre Interpretierbarkeit haben. In weiteren Studien sollte darauf geachtet werden, nicht nur Personen einer bestimmten Gruppe zu rekrutieren.

Außerdem können aus den Ergebnissen aufgrund der Berechnungen mit Korrelationsanalysen keine Kausalitäten gezogen werden. Es kann somit keine Zuteilung

der Variablen zu abhängiger und unabhängiger Variable erfolgen. Die Ergebnisse sagen ausschließlich, ob Zusammenhänge bestehen oder nicht. Die Annahmen von Kausalitäten schwingen in den Erklärungen in der Diskussion jedoch teilweise mit, müssen aber durch weitere Forschung bestätigt werden. Auch die vorliegenden Rechnungen müssen aufgrund der kleinen Stichprobe vorsichtig interpretiert werden.

Durch die geringe Anzahl an Dyaden konnten in der vorliegenden Studie nur explorative Rechnungen gemacht werden. Die untersuchten Zusammenhänge sollten weiter im Zusammenhang von Dyaden untersucht werden. Dies ist wichtig, da sich Freundschaften unter anderem durch ihre dyadische Struktur auszeichnen (Blieszner & Adams, 1992) und die untersuchten Variablen alle im sozialen Kontext begründet sind (Anderson et al., 2012; Cepukiene, 2019; Emerson, 1993; Gross & Levenson, 1993; Keltner et al., 2003; Rusbult, 1980). Daher würde die Vernachlässigung der einen Perspektive ein unvollständiges Bild zeichnen. Diesen Anforderungen wird man durch ein dyadisches Design gerecht (Kenny et al., 2020).

Zum Schluss wurden in der vorliegenden Studie ausschließlich Selbstberichtsverfahren verwendet. Da diese Verfahren stark subjektiv sind (Robins et al., 2009), sollten die Zusammenhänge auch mit anderen Verfahren, wie zum Beispiel über Beobachtung von Verhalten oder Fremdrating-Verfahren, untersucht werden.

5.5 Zusammenfassung

Insgesamt konnten durch die Studie wichtige Erweiterungen des Forschungsstandes getätigt werden. Bezogen auf die Kernfrage der Arbeit, lässt sich sagen, dass Macht eine größere Bedeutung für Freundschaften und deren Dynamiken zu haben scheint, als in bisherigen Theorien und Modellen angenommen wird. Vor allem zeigte sich, dass Macht eine relevante Variable für das Commitment-Level und die Freundschaftszufriedenheit zu sein scheint. Commitment scheint auch als Moderator im Zusammenhang von Macht und Freundschaftszufriedenheit zu fungieren, wobei es den Zusammenhang zu schwächen scheint, wenn eine hohe Ausprägung von Commitment vorliegt. Macht und Emotionsunterdrückung hingegen scheinen in Kombination in Freundschaften keine große Rolle zu spielen. Dennoch zeigte sich, dass Emotionsunterdrückung im Kontext von Freundschaften mit einer geringeren Freundschaftszufriedenheit einhergeht und somit Emotionsregulationsstrategien in Freundschaften durchaus eine ernstzunehmende Rolle

spielen. In den explorativen, dyadischen Analysen konnte zudem gezeigt werden, dass Machtgefühl in Freundschaften eine Variable ist, die im Zusammenhang mit Freundschaftszufriedenheit vor allem intrapersonelle Prozesse auslöst und weniger bedeutend für interpersonelle Prozesse ist, da der Zusammenhang hier kleiner war. Auch Emotionsunterdrückung scheint auf interpersoneller Ebene eine wichtige Variable für die Freundschaftszufriedenheit zu sein.

Literaturverzeichnis

- Abler, B., & Kessler, H. (2009). Emotion Regulation Questionnaire – Eine deutschsprachige Fassung des ERQ von Gross und John. *Diagnostica*, 55(3), 144–152.
<https://doi.org/10.1026/0012-1924.55.3.144>
- Adams, R. G., Blieszner, R., & de Vries, B. (2000). Definitions of friendship in the third age: Age, gender, and study location effects. *Journal of Aging Studies*, 14(1), 117–133.
[https://doi.org/10.1016/S0890-4065\(00\)80019-5](https://doi.org/10.1016/S0890-4065(00)80019-5)
- Agnew, C. R., & Harman, J. J. (Hrsg.). (2019). *Power in close relationships*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781108131490>
- Alberoni, F. (2016). *Friendship* (Vol. 20.) Brill.
- Amati, V., Meggiolaro, S., Rivellini, G., & Zaccarin, S. (2018). Social relations and life satisfaction: The role of friends. *Genus*, 74(1), 7. <https://doi.org/10.1186/s41118-018-0032-z>
- Anderson, C., John, O. P., & Keltner, D. (2012). The personal sense of power. *Journal of Personality*, 80(2), 313–344. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2011.00734.x>
- Blieszner, R., & Adams, R. G. (1992). *Adult friendship*. SAGE Publications, Incorporated.
- Blieszner, R., & Roberto, K. A. (2004). Friendship across the life span: Reciprocity in individual and relationship development. In *Growing together: Personal relationships across the life span* (S. 159–182).
- Branje, S. J. T., Frijns, T., Finkenauer, C., Engels, R., & Meeus, W. (2007). You are my best friend: Commitment and stability in adolescents' same-sex friendships. *Personal Relationships*, 14(4), 587–603. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00173.x>
- Bui, K.-V. T., Peplau, L. A., & Hill, C. T. (1996). Testing the Rusbult Model of Relationship Commitment and Stability in a 15-year study of heterosexual couples. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(12), 1244–1257.
<https://doi.org/10.1177/01461672962212005>
- Bukowski, W. M., Motzoi, C., & Meyer, F. (2011). Friendship as process, function, and outcome. In *Handbook of Peer Interactions, Relationships, and Groups* (S. 673). Guilford Press.

- Butler, E. A., Egloff, B., Wilhelm, F. H., Smith, N. C., Erickson, E. A., & Gross, J. J. (2003). The social consequences of expressive suppression. *Emotion, 3*(1), 48–67. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.3.1.48>
- Cameron, L. D., & Overall, N. C. (2018). Suppression and expression as distinct emotion-regulation processes in daily interactions: Longitudinal and meta-analyses. *Emotion, 18*(4), 465–480. <https://doi.org/10.1037/emo0000334>
- Cepukiene, V. (2019). Does relationship satisfaction always mean satisfaction? Development of the couple relationship satisfaction scale. *Journal of Relationships Research, 10*, e14. <https://doi.org/10.1017/jrr.2019.12>
- Chen, S., Lee-Chai, A. Y., & Bargh, J. A. (2001). Relationship orientation as a moderator of the effects of social power. *Journal of Personality and Social Psychology, 80*(2), 173–187. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.2.173>
- Chervonsky, E., & Hunt, C. (2017). Suppression and expression of emotion in social and interpersonal outcomes: A meta-analysis. *Emotion, 17*(4), 669–683. <https://doi.org/10.1037/emo0000270>
- Chow, C. M., & Tan, C. C. (2013). Attachment and commitment in dyadic friendships: Mediating roles of satisfaction, quality of alternatives, and investment size. *Journal of Relationships Research, 4*, e4. <https://doi.org/10.1017/jrr.2013.4>
- Cook, K. S., Cheshire, C., Rice, E. R. W., & Nakagawa, S. (2013). Social Exchange Theory. In J. DeLamater & A. Ward (Hrsg.), *Handbook of Social Psychology* (S. 61–88). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-007-6772-0_3
- De Goede, I. H. A., Branje, S. J. T., & Meeus, W. H. J. (2009). Developmental changes and gender differences in adolescents' perceptions of friendships. *Journal of Adolescence, 32*(5), 1105–1123. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.03.002>
- Dunbar, R. I. M. (2018). The anatomy of friendship. *Trends in Cognitive Sciences, 22*(1), 32–51. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2017.10.004>
- Eldridge, N. S., & Gilbert, L. A. (1990). Correlates of relationship satisfaction in lesbian couples. *Psychology of Women Quarterly, 14*(1), 43–62. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1990.tb00004.x>
- Emerson, R. M. (1993). Power-dependence relations. In *Power In Modern Societies*. Routledge.

- Fehr, B. (1995). *Friendship processes*. SAGE Publications, Incorporated.
- Franklin, J. L. (1975). Power and commitment: An empirical assessment. *Human Relations*, 28(8), 737–753. <https://doi.org/10.1177/001872677502800804>
- Givertz, M., Segrin, C., & Woszidlo, A. (2016). Direct and indirect effects of commitment on interdependence and satisfaction in married couples. *Journal of Family Psychology*, 30(2), 214–220. <https://doi.org/10.1037/fam0000174>
- Gordon, A. M., & Chen, S. (2013). Does power help or hurt? The moderating role of self–other focus on power and perspective-taking in romantic relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(8), 1097–1110. <https://doi.org/10.1177/0146167213490031>
- Gross, J. J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224–237. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.1.224>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1993). Emotional suppression: Physiology, self-report, and expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(6), 970–986.
- Guinote, A. (2017). Power and goal pursuit. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(8), 1076–1087. <https://doi.org/10.1177/0146167207301011>
- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Publications.
- Hecht, M. A., & LaFrance, M. (1998). License or obligation to smile: The effect of power and sex on amount and type of smiling. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(12), 1332–1342. <https://doi.org/10.1177/01461672982412007>
- Hojjat, M., & Moyer, A. (2017). *The psychology of friendship*. Oxford University Press.
- Jones, D. C. (1991). Friendship satisfaction and gender: An examination of sex differences in contributors to friendship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8(2), 167–185. <https://doi.org/10.1177/0265407591082002>

- Karremans, J. C., & Smith, P. K. (2010). Having the power to forgive: When the experience of power increases interpersonal forgiveness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(8), 1010–1023. <https://doi.org/10.1177/0146167210376761>
- Keltner, D., Gruenfeld, D. H., & Anderson, C. (2003). Power, approach, and inhibition. *Psychological Review*, 110(2), 265–284. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.110.2.265>
- Keltner, D., Young, R. C., Heerey, E. A., Oemig, C., & Monarch, N. D. (1998). Teasing in hierarchical and intimate relations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(5), 1231–1247. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.5.1231>
- Kenny, D. A., Kashy, D. A., & Cook, W. L. (2020). *Dyadic data analysis*. Guilford Publications.
- Kifer, Y., Heller, D., Perunovic, W. Q. E., & Galinsky, A. D. (2013). The good life of the powerful: The experience of power and authenticity enhances subjective well-being. *Psychological Science*, 24(3), 280–288. <https://doi.org/10.1177/0956797612450891>
- Körner, R., & Altmann, T. (2025). Power in friendships: How experienced and desired power are associated with relationship functioning. *Journal of Social and Personal Relationships*, 02654075251342704. <https://doi.org/10.1177/02654075251342704>
- Körner, R., Heydasch, T., & Schütz, A. (2022). It's all about power: validation of trait and state versions of the German Personal Sense of Power Scale. *European Journal of Psychological Assessment*, 38(1), 36–48. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000642>
- Körner, R., Overbeck, J. R., & Schütz, A. (2025). Structuring hierarchy concepts: Evaluating measures of power, status, dominance, and prestige on the basis of an integrative model and systematic literature review. *Psychological Bulletin*, 151(3), 322–364. <https://doi.org/10.1037/bul0000470>
- Körner, R., & Schütz, A. (2021). Power in romantic relationships: How positional and experienced power are associated with relationship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(9), 2653–2677. <https://doi.org/10.1177/02654075211017670>
- Kuttler, A. F., La Greca, A. M., & Prinstein, M. J. (1999). Friendship qualities and social-emotional functioning of adolescents with close, cross-sex friendships. *Journal of Research on Adolescence*, 9(3), 339–366. https://doi.org/10.1207/s15327795jra0903_5

- Le, B., & Agnew, C. R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A meta-analysis of the Investment Model. *Personal Relationships*, *10*(1), 37–57. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00035>
- Lennon, C. A., Stewart, A. L., & Ledermann, T. (2013). The role of power in intimate relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, *30*(1), 95–114. <https://doi.org/10.1177/0265407512452990>
- Lindsey, E. W. (2020). Relationship context and emotion regulation across the life span. *Emotion*, *20*(1), 59–62. <https://doi.org/10.1037/emo0000666>
- Nyklíček, I., Temoshok, L., & Vingerhoets, A. (2004). *Emotional expression and health: Advances in theory, assessment and clinical applications*. Taylor & Francis Group.
- Overall, N. C., Maner, J. K., Hammond, M. D., Cross, E. J., Chang, V. T., Low, R. S. T., Girme, Y. U., Jayamaha, S. D., Reid, C. J., & Sasaki, E. (2023). Actor and partner power are distinct and have differential effects on social behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, *124*(2), 311–343. <https://doi.org/10.1037/pspi0000398>
- Petkanopoulou, K., Willis, G. B., & Rodríguez-Bailón, R. (2012). Controlling others and controlling oneself: Social power and emotion suppression. *International Journal of Social Psychology: Revista de Psicología Social*, *27*(3), 305–316. <https://doi.org/10.1174/021347412802845586>
- Queen. (1986). *Friends will be friends* [Song]. Auf *A kind of magic*. EMI.
- Rapson, R. L., & Hatfield, E. (2011). Equity Theory in close relationships. In P. A. M. Van Lange, A. W. Kruglanski, & E. T. Higgins (Hrsg.), *Handbook of Theories of Social Psychology* (Bd. 2, S. 200–217). SAGE Publications Ltd.
- Richards, J. M., & Gross, J. J. (1999). Composure at any cost? The cognitive consequences of emotion suppression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *25*(8), 1033–1044. <https://doi.org/10.1177/01461672992511010>
- Rimé, B. (2007). The social sharing of emotion as an interface between individual and collective processes in the construction of emotional climates. *Journal of Social Issues*, *63*(2), 307–322. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2007.00510.x>
- Rimé, B. (2009). Emotion elicits the social sharing of emotion: Theory and empirical review. *Emotion Review*, *1*(1), 60–85. <https://doi.org/10.1177/1754073908097189>

- Robins, R. W., Fraley, R. C., & Krueger, R. F. (2009). *Handbook of Research Methods in Personality Psychology*. Guilford Press.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology, 16*(2), 172–186. [https://doi.org/10.1016/0022-1031\(80\)90007-4](https://doi.org/10.1016/0022-1031(80)90007-4)
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology, 45*(1), 101–117. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.45.1.101>
- Rusbult, C. E., & Agnew, C. R. (2010). Prosocial motivation and behavior in close relationships. In *Prosocial motives, emotions, and behavior: The better angels of our nature* (S. 327–345). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/12061-017>
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The Investment Model Scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships, 5*(4), 357–387. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1998.tb00177.x>
- Sasaki, E., Overall, N. C., Chang, V. T., & Low, R. S. T. (2022). A dyadic perspective of expressive suppression: Own or partner suppression weakens relationships. *Emotion, 22*(8), 1989–1994. <https://doi.org/10.1037/emo0000978>
- Simpson, J. A., Farrell, A. K., Oriña, M. M., & Rothman, A. J. (2015). Power and social influence in relationships. In *APA handbook of personality and social psychology, Volume 3: Interpersonal relations*. (2013-35884-015; S. 393–420). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14344-015>
- Stanley, S. M., & Markman, H. J. (1992). Assessing commitment in personal relationships. *Journal of Marriage and Family, 54*(3), 595–608. <https://doi.org/10.2307/353245>
- Stifter, C., & Augustine, M. (2019). Emotion regulation. In V. LoBue, K. Pérez-Edgar, & K. A. Buss (Hrsg.), *Handbook of Emotional Development* (S. 405–430). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-17332-6_16
- Stump, K. N., Biggs, J., & Hawley, P. H. (2015). A dyadic analysis of power and friendship functioning. *Journal of Relationships Research, 6*, e5. <https://doi.org/10.1017/jrr.2015.1>

Tran, P., Judge, M., & Kashima, Y. (2019). Commitment in relationships: An updated meta-analysis of the Investment Model. *Personal Relationships, 26*(1), 158–180.

<https://doi.org/10.1111/per.12268>

Van Kleef, G. A. (2009). How emotions regulate social life: The Emotions as Social Information (EASI) Model. *Current Directions in Psychological Science, 18*(3), 184–188.

<https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01633.x>

Van Lange, P. A. M., & Balliet, D. (2015). Interdependence Theory. In *APA handbook of personality and social psychology, Volume 3: Interpersonal relations* (S. 65–92).

American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14344-003>