

## הארץ

### מדעי החברה

# מחקר מראה כי אדם יכול לקיים קשרי חברות עם יותר מ-150 איש

ב-1993 העלה מחקר את הסברה כי בני אדם לא יכולים לקיים קשרי חברות בעלי משמעות עם יותר מ-150 איש. אולם, לפי המחקר החדש, לאדם יכול להיות מספר גדול בהרבה של חברים כל עוד הוא מוכן להתאמץ בשביל זה

### ניו יורק טיימס

13 במאי 2021

כמה חברים יכולים להיות לאדם? במחקר שהתפרסם ב-1993 העלה האנתרופולוג הבריטי רובין דאנבר סברה לפיה בני אדם לא יכולים לקיים קשרי חברות בעלי משמעות עם יותר מ-150 איש. הנחה זו זכתה לכינוי "מספר דאנבר".

אולם, מחקר שפרסמו חוקרים באוניברסיטת שטוקהולם בשבוע שעבר חולק על הנחה זו, וקובע כי לאדם יכול להיות מספר גדול בהרבה של חברים, כל עוד הוא מוכן להתאמץ בשביל זה. "אנחנו יכולים ללמוד אלפי ספרות של פאי, ואם ניצור קשר עם מספר גדול של אנשים, נשפר את יכולתנו להיות בקשר עם מספר גדול של אנשים", אומר יוהאן לינד, מחבר המחקר ומרצה באוניברסיטת שטוקהולם. המאמר פורסם בכתב העת *Biology Letters*.

במחקרו, דאנבר חקר קופים וקבע כי יש זיקה בין גודל הניאוקורטקס (neocortex) — החלק במוח האחראי לחשיבה מודעת, לבין גודל הקבוצות שבתוכן הם חיים. מכיוון שגודל הניאוקורטקס אצל בני אדם גדול אף יותר, הסיק דאנבר שגודל הקבוצה האידיאלית הוא 150 בממוצע.

לינד אומר שהוא ועמיתיו השתמשו במחקר החדש בנתונים ובשיטות סטטיסטיות מעודכנים, ומצאו כי גודל הניאוקורטקס לא מגביל את מספר הקשרים האנושיים שבני אדם יכולים לטפח, וכי לא ניתן לקבוע בדיוקנות מספר גג של חברויות. מספר דאנבר, אומר לינד, "ספג ביקורת במשך זמן רב".

דאנבר, מרצה לפסיכולוגיה אבולוציונית באוניברסיטת אוקספורד, הגן בריאיון על מחקרו. "הניתוח החדש הוא איזולת, פשוט איזולת", אמר. לדבריו, חוקרי

אוניברסיטת שטוקהולם ערכו ניתוח סטטיסטי כושל ולא הבינו את הדקויות  
בניתוחים שלו או בקשרים אנושיים.

לפי הגדרתו של דאנבר, יחסים בעלי משמעות הם יחסים בין אנשים המכירים זה  
את זה במידה המאפשרת להם לברך לשלום אחד את השני בשדה התעופה,  
מבלי שירגישו מבוכה. מספר זה נע בדרך כלל בין 100 ל-250, או 150  
בממוצע, אמר.

לפי דאנבר, קשרי החברות מתחילים מיד אחרי הלידה, כאשר לתינוק יש קשר  
אחד או שניים בלבד, בימי הנעורים ובראשית שנות ה-20 מספר הקשרים  
החברתיים מגיע לשיא, ובעשור השלישי אנשים נוטים לתחזק קשרים עם  
כ-150 בני אדם בממוצע. מספר זה אינו משתנה עד שמגיעים לגילים 60-70,  
אז מספר הקשרים "מתחיל לצנוח", אומר דאנבר. ואם זכית בתוחלת חיים ארוכה  
דיה, המספר חוזר לקשר אחד או שניים, כפי שהיה בהתחלה.

בספרו "כמה חברים צריך אדם אחד", מצביע דאנבר על דוגמאות היסטוריות  
ועכשוויות כהוכחה למחקרו. לדבריו, קרוב לשנת 6000 לפנה"ס, חיו בכפרים  
הנאוליתיים במזרח התיכון 120-150 תושבים, כך על פי מספר בתי המגורים  
שהתגלו בהם. בשנת 1086, הגודל הממוצע של מרבית הכפרים האנגלים  
שנרשמו ב"ספר יום הדין" היה 160 איש. גם בצבאות מודרניים, אומר דאנבר,  
יחידות הלחימה מאיישות בממוצע בין 130 ל-150 איש.

ב-2007, כאשר רשות המסים בשוודיה שינתה את מבנה הארגון, העלה אחד  
ממנהלי רשות המסים בשוודיה הצעה ברוח מחקרו של דאנבר, לפיה בכל אחד  
מהמשרדים החדשים יהיו בין 100 ל-150 עובדים. העובדים ששמעו על  
התוכנית, וגם כך לא היו מרוצים מהתחדשות המוסד, התלוננו שמשוויים אותם  
לקופים.

ייתכן שיש משהו מנחם במחשבה שקיים מספר אופטימלי של אנשים עמם נהיה  
בקשרי חברות, אמרה לואיז בארט, מרצה לפסיכולוגיה באוניברסיטת לת'ברידיג'  
בקנדה, אך למעשה, דבר זה אינו מתאים לכולם. "חיי האדם מורכבים מאוד",  
אמרה. בארט, אנתרופולוגית ביולוגית שהיתה תלמידה של דאנבר ולא  
השתתפה במחקר החדש, אמרה כי הוא נראה מבוסס היטב. "עלינו לחשוב  
מחדש על הפירושים וההשערות שלנו לאור הנתונים החדשים", הוסיפה.

הוויכוח על קשרי החברות נערך בתקופה שבה אנשים שוקלים מחדש עם מי ממכריהם הם רוצים להדק את היחסים, לאחר שמגפת הקורונה שינתה את החוקים החברתיים המוכרים, ומקומות עבודה מתכננים חללי עבודה חדשים, המותאמים לתקופה.

התאוריה של דאנבר סופגת ביקורת בין השאר משום שפורסמה לפני עשרות שנים, בימיו הראשונים של האינטרנט וזמן רב לפני שהרשתות החברתיות שינו את דרכי ההתקשרות בין אנשים. "המספר שלו היה נראה הגיוני אילו היה לנו עדיין רולודקס (מתקן לכרטיסי ביקור) ואילו שוחחנו עם אנשים, אך זה כבר לא העולם שבו אנחנו חיים כעת", אמרה אנג'לה לי, מרצה בבית הספר לעסקים קולומביה. לדבריה, העובדה שרשתות עבודה כמו LinkedIn מאפשרות להגדיל את מספר הקשרים שאנחנו יכולים לטפח היא בעלת חשיבות רבה, כיוון שהמחקר מראה כי אנשים המצויים בשולי קשרי החברות שלנו, הם לעתים קרובות אלה שבסופו של דבר מועילים ביותר לקידום קריירה או להעלאת רעיונות יצירתיים.

מנגד, טען דאנבר שהתיאוריה שלו עדיין תקפה, מאחר שאיכות הקשרים ברשתות החברתיות נמוכה לעתים קרובות מהקשרים שנוצרים ברשתות החברתיות. "אלה אינם יחסים אישיים", אמר.

כיצד תשפיע המגפה על שיפור קשרים משמעותיים בעבודה או בחיי החברה? כנראה שמוקדם עדיין לומר, אך דאנבר סבור כי ההשפעה הגדולה ביותר תהיה על קשישים. "חוגי הידידים שלהם כבר מצטמקים, והמגפה תדחוף אותם עוד יותר במדרון הזה". דאנבר משער שהיו לו במהלך חייו כ-150 ידידים. "ברור לרוב האנשים, כאשר הם חושבים על זה, שכך מאורגנת הרשת החברתית שלהם", אמר. לדבריו, מספר דאנבר לא הולך להשתנות.

**לחצו על הפעמון לעדכונים בנושא:**

מחקר 