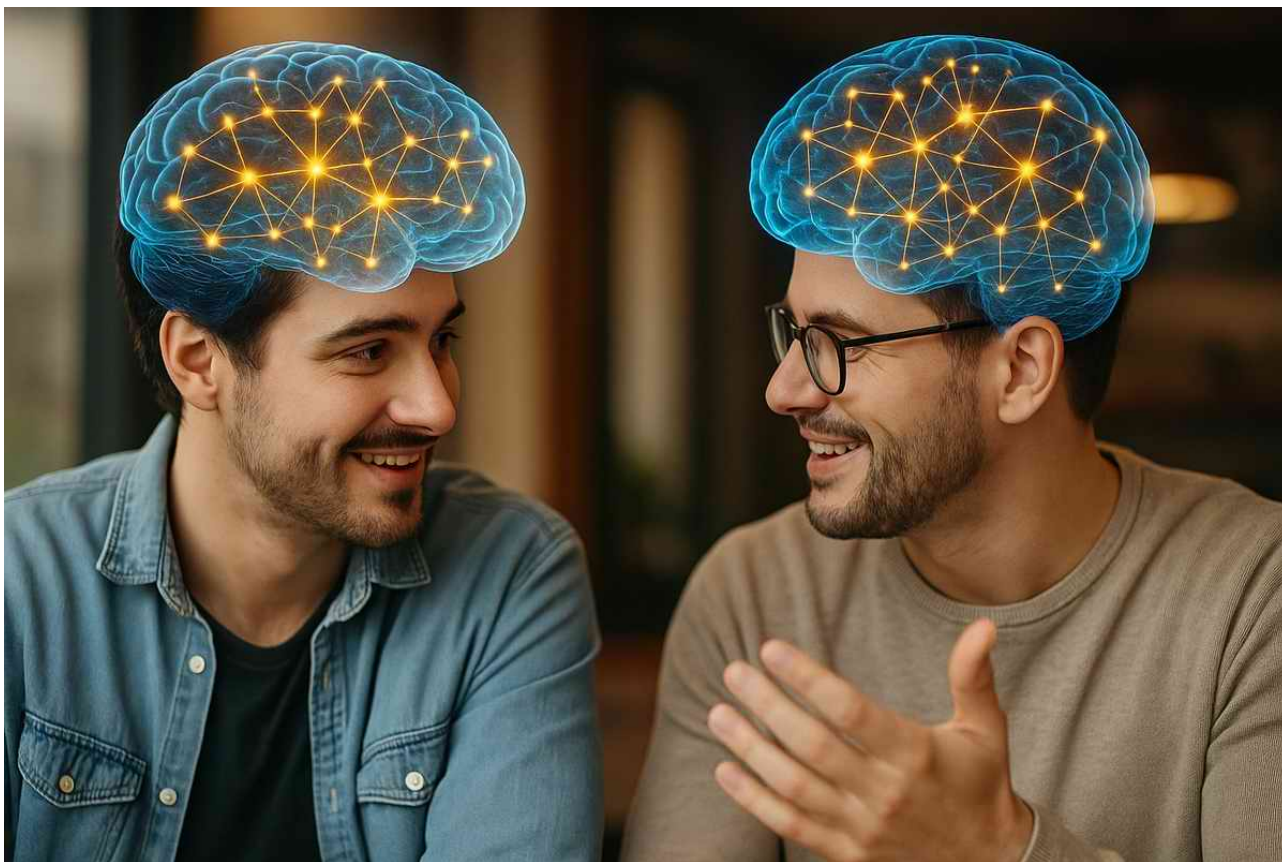


Нейронаука дружбы: как наш мозг предсказывает, с кем мы станем близкими



Дата публикации: 20.08.2025

Каждому знакомо ощущение, когда встречаешь человека и сразу возникает чувство необычной близости, будто вы давно знакомы. В других случаях связь не складывается, сколько бы времени ни проводили вместе. Учёные утверждают, что ключ к этому феномену скрывается в мозге. Новые исследования показали: люди, чьи нейронные реакции на окружающий мир совпадают, с большей вероятностью становятся друзьями. Это значит, что ещё до того, как два незнакомца завяжут разговор или поделятся историями, их мозг может уже «быть на одной волне».

Тенденция выбирать себе окружение по принципу схожести известна как гомофилия. Обычно её объясняют общими интересами, схожими ценностями или чувством юмора. Однако исследования последних лет показывают, что в основе дружбы лежит более фундаментальный фактор — синхронизация работы мозга. Экспериментальная работа с группой студентов продемонстрировала: даже до возникновения личных контактов можно предсказать, кто станет ближе, исходя из того, насколько одинаково их мозг реагирует на внешние стимулы.

В начале учебного года студенты прошли сканирование мозга, во время которого они смотрели короткие видеоролики разных жанров: документальные фильмы, комедии, дебаты, спортивные сюжеты и научные программы. Каждое сканирование фиксировало уникальные паттерны нейронной активности, формируя «отпечаток восприятия». Через несколько месяцев исследователи сопоставили эти данные с анкетами студентов, где они указывали, с кем чаще проводят свободное время. Выяснилось, что дружба действительно возникала чаще у тех, чьи «отпечатки» совпадали.

Наиболее выраженное совпадение фиксировалось в орбитофронтальной коре — области мозга, связанной с оценкой значимости событий и интерпретацией информации. Со временем это сходство становилось важнее, чем случайные обстоятельства, такие как общие занятия или соседство. Первые связи могут формироваться по принципу удобства, но настоящая близость укрепляется только там, где существует глубокое нейронное выравнивание.

Особый интерес вызвало то, что совпадение нейронных реакций обнаруживалось в 42 разных областях мозга, включая зоны, ответственные за внимание, понимание историй и способность к эмпатии. Это говорит о том, что дружба опирается не только на общие увлечения или социальное положение, но и на то, насколько схожим образом люди воспринимают мир и интерпретируют социальные сигналы. Даже если учитывать пол, национальность или уровень образования, эффект сохранялся — мозг продолжал выступать скрытым компасом, направляющим нас к людям, близким по способу мышления.

Такая синхронизация облегчает общение: разговоры становятся более естественными, взаимопонимание возникает без лишних усилий. По сути, друзья «подстраиваются» друг под друга ещё до осознанного взаимодействия. Эта внутренняя согласованность объясняет, почему с одними людьми мы чувствуем лёгкость и доверие, а с другими — отчуждение, даже при внешнем сходстве или совпадении интересов.

Исследование показывает, что дружба — это больше, чем совпадение вкусов или общая среда. Она формируется на основе фундаментального сходства в работе мозга, которое влияет на то, как мы воспринимаем информацию, переживаем эмоции и строим представления о мире. Это скрытое нейронное согласие делает связь между людьми устойчивой и долговечной.

Таким образом, дружба — это не только продукт обстоятельств, но и результат глубинной совместимости, заложенной в том, как работает наш мозг. Эти открытия помогают по-новому взглянуть на природу человеческих связей и объясняют, почему настоящие друзья остаются рядом, несмотря на перемены в жизни и окружении.

Ссылка: «Нейронное сходство предсказывает, станут ли незнакомцы друзьями» DOI: [10.1038/s41562-025-02266-7](https://doi.org/10.1038/s41562-025-02266-7).