



Studie zur sozialen Identifikation – Gleich und gleich gesellt sich gern

Gefühlte Gleichheit

Die Gruppentherapie ist ein wirksamer Behandlungsansatz und die Gruppendynamik ist einer ihrer Haupttreiber. Bisher wurde jedoch nicht systematisch untersucht, was ein eine gute Beziehung in der Gruppe ermöglicht. Wie ähnlich sich die Gruppenmitglieder sind, ist laut einer Studie der Australian National University ein wichtiger Faktor.

Methode und Ergebnis

In zwei Längsschnittstudien mit jeweils ca. 100 Probanden*innen wurde die Fragestellung untersucht.

In der ersten Untersuchung mit psychiatrischen ambulanten Patienten*innen, die eine gruppenkognitive Verhaltenstherapie mit Fokus auf Depression und Angsterkrankungen abgeschlossen hatten. Je größer die gefühlte Gleichheit, desto stärker identifizierten sich die Probanden*innen zum Ende der Therapie mit der Gruppe.

In der zweiten Untersuchung besuchten Frauen einer Präventionsgruppe gegen Essstörungen. Hier wurde die gefühlte Gleichheit gefördert, wenn das Gewicht der Probandinnen vergleichbar war und sich das psychologische Profil ähnelte.