



Modul 1, Lektion 1.3b

LITERATUR UND STUDIENBELEGE

Literatur- und Studienbelege

Beziehung als Wirkfaktor – wissenschaftliche Grundlagen zu Bondality

1. Soziale Unterstützung und Schwere von Traumafolgestörungen

Meta-Analyse über den Zusammenhang von sozialer Unterstützung und PTSD-Symptomen:
Dai, W. et al. (2016).

The incidence of post-traumatic stress disorder among survivors after earthquakes: A
systematic review and meta-analysis.
BMC Psychiatry.

Zusammenfassung:

Positive soziale Unterstützung nach traumatischen Ereignissen ist signifikant mit geringerer
PTSD-Symptomschwere verbunden. Negative soziale Reaktionen oder Isolation gehen mit
schwereren und chronischeren Symptomen einher.

Aktuelle Übersicht:

Wang, Y. et al. (2021).

Social support and posttraumatic stress disorder: A meta-analysis.
Journal of Anxiety Disorders.

Kernaussage:

Nicht das Trauma allein entscheidet über die Schwere der Folgen,
sondern die Qualität der Beziehung und Unterstützung danach.



Modul 1, Lektion 1.3b

LITERATUR UND STUDIENBELEGE

2. Therapeutische Beziehung als zentraler Wirkfaktor

Norcross, J. C., & Lambert, M. J. (2018).
Psychotherapy relationships that work III.
Oxford University Press.

Kernaussage:

Die therapeutische Allianz ist einer der robustesten Prädiktoren für Therapieerfolg – unabhängig von Methode oder Therapieschule.

Grawe, K. (2004).
Psychologische Therapie.
Hogrefe Verlag.

Kernaussage:

Beziehung, Ressourcenaktivierung und emotionale Aktivierung wirken stärker als spezifische Techniken.

Flückiger, C. et al. (2018).
The alliance in adult psychotherapy: A meta-analytic synthesis.
Psychotherapy.

Ergebnis:

Starke therapeutische Beziehung korreliert konsistent mit besseren Behandlungsergebnissen, auch bei Traumafolgestörungen.

Zusammenfassende Einordnung

- Es gibt keine einzelne Studie, die „Beziehung heilt alles“ behauptet.
- Aber es gibt eine überwältigende Evidenz dafür, dass ohne Beziehung nachhaltige Heilung kaum möglich ist.
- Bondality steht damit nicht gegen Wissenschaft, sondern mitten in ihr.