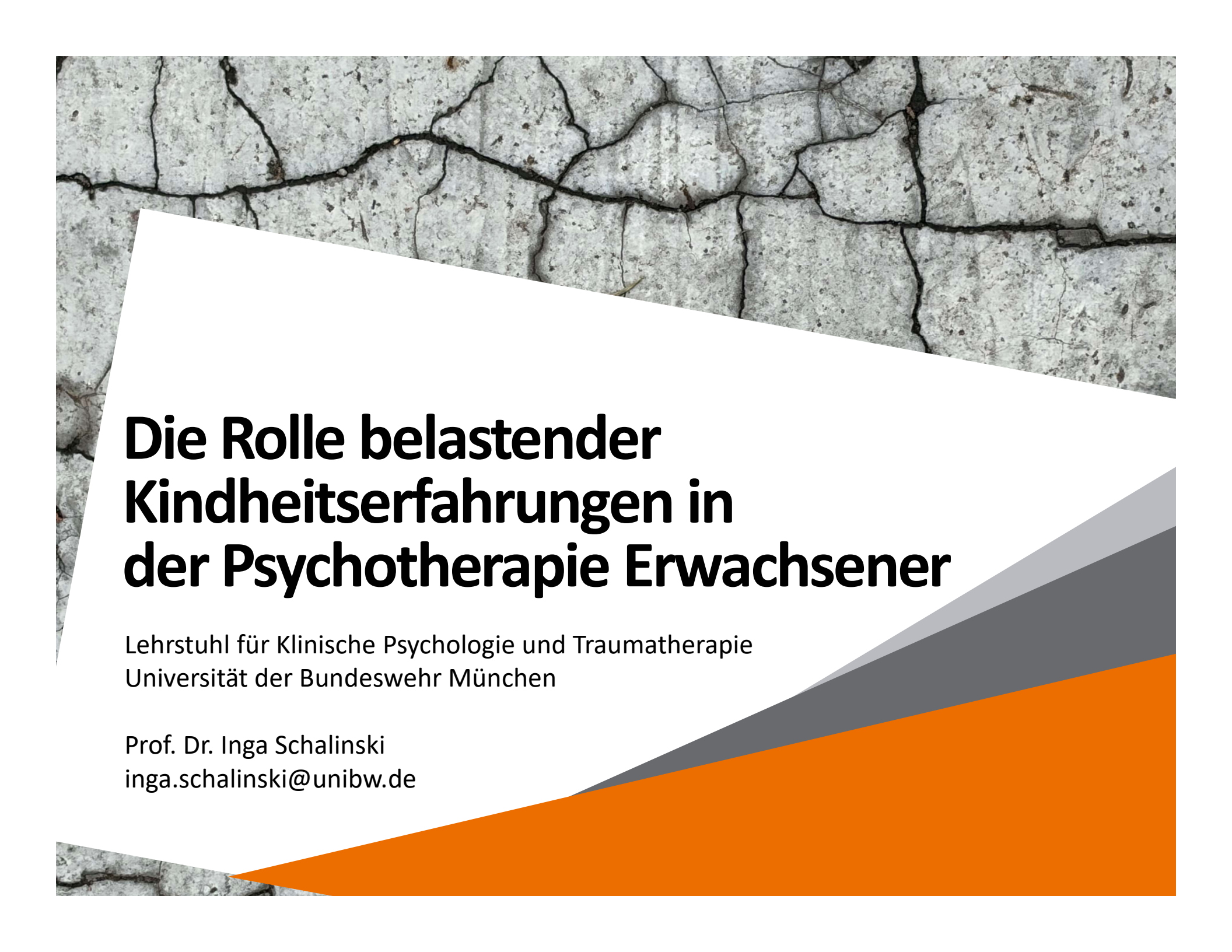


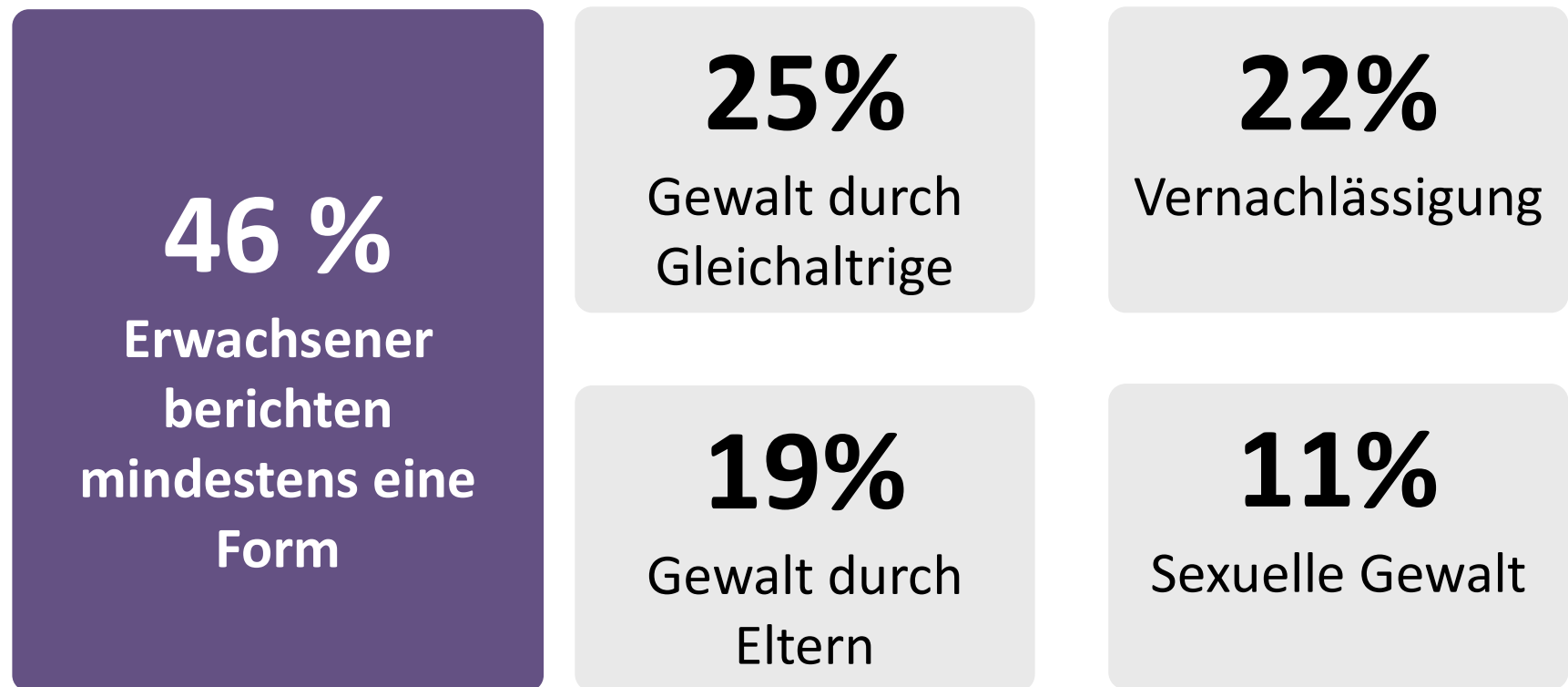
The background of the slide features a close-up photograph of cracked, weathered concrete at the top. Below this, a large white triangular shape points downwards, containing the title and contact information. To the right of the white triangle, there are two overlapping geometric shapes: a light gray triangle pointing upwards and a larger orange triangle pointing downwards, creating a dynamic, abstract composition.

Die Rolle belastender Kindheitserfahrungen in der Psychotherapie Erwachsener

Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Traumatherapie
Universität der Bundeswehr München

Prof. Dr. Inga Schalinski
inga.schalinski@unibw.de

Wie häufig sind belastende Kindheitserfahrungen in Deutschland?



Warum ein Blick auf das Erwachsenenalter?

Was wir bei erwachsenen Patient:innen sehen, zeigt uns, wie wichtig Prävention und frühes Handeln im Kinderschutz sind.

- Belastende Erfahrungen in der Kindheit wirken oft ein Leben lang nach, körperlich und seelisch.
- Je früher wir hinschauen und handeln, desto besser sind die Chancen auf einen guten Verlauf.

Personen aus der Allgemeinbevölkerung

Dosis-abhängiges Modell

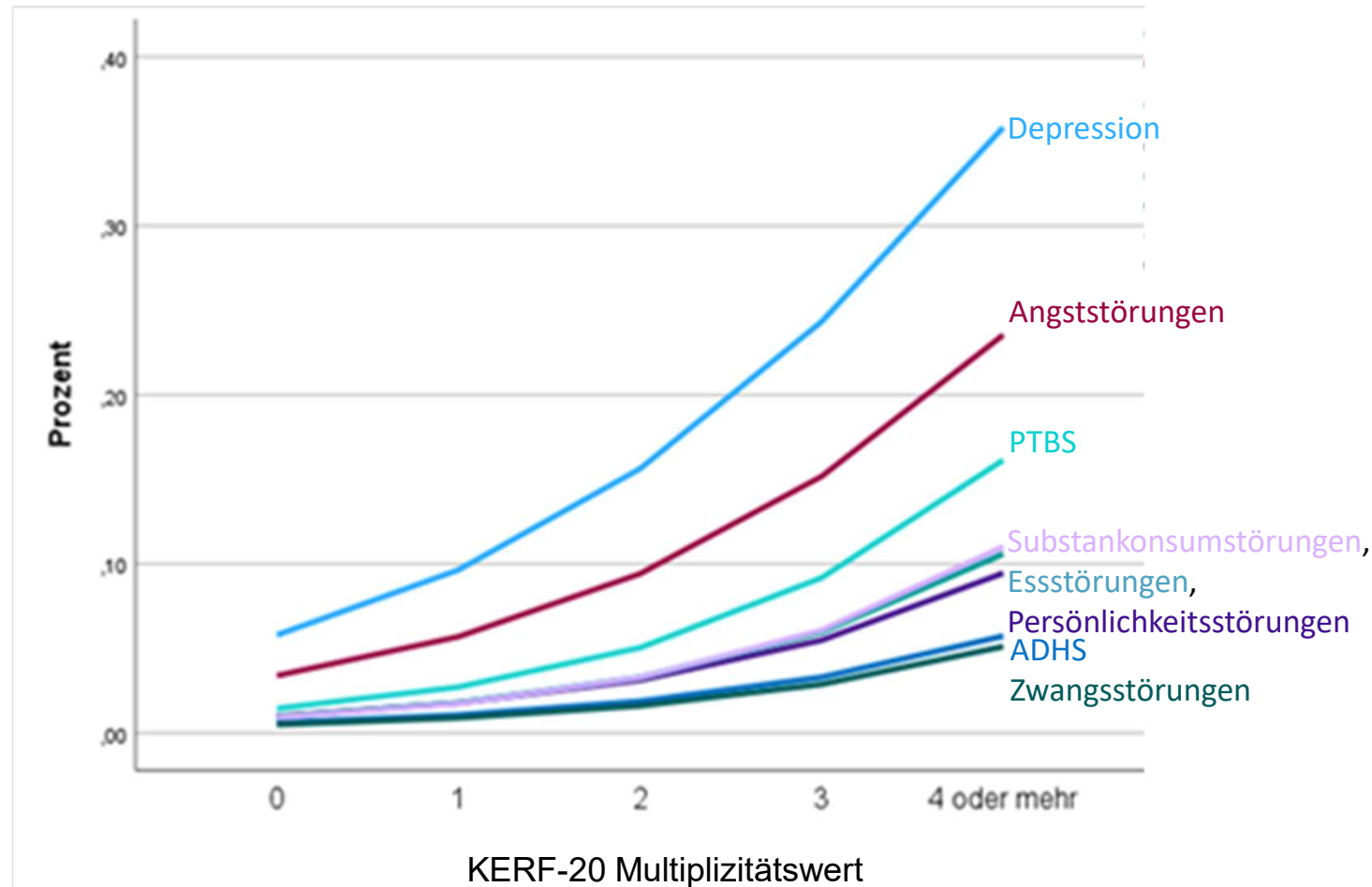
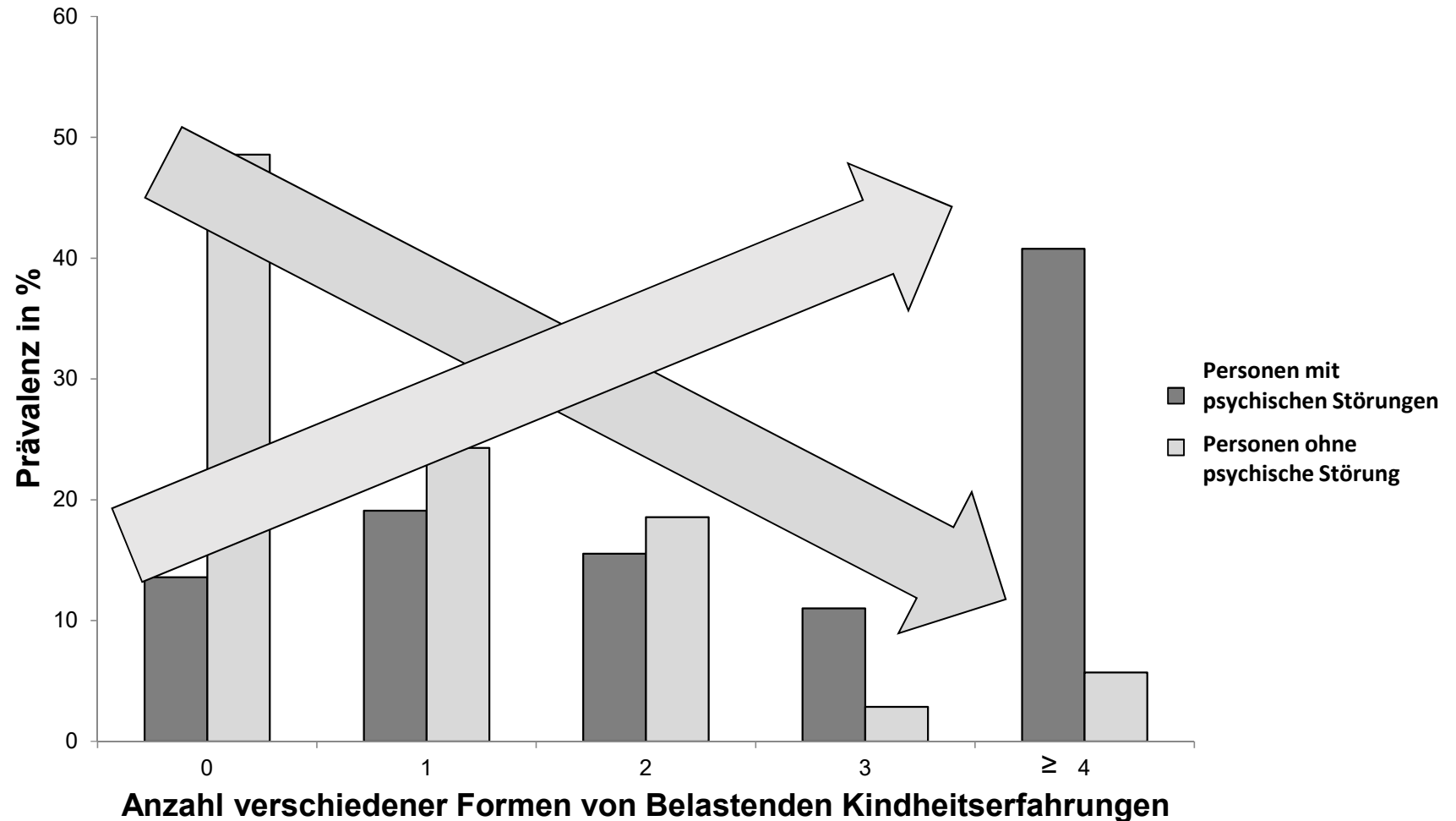


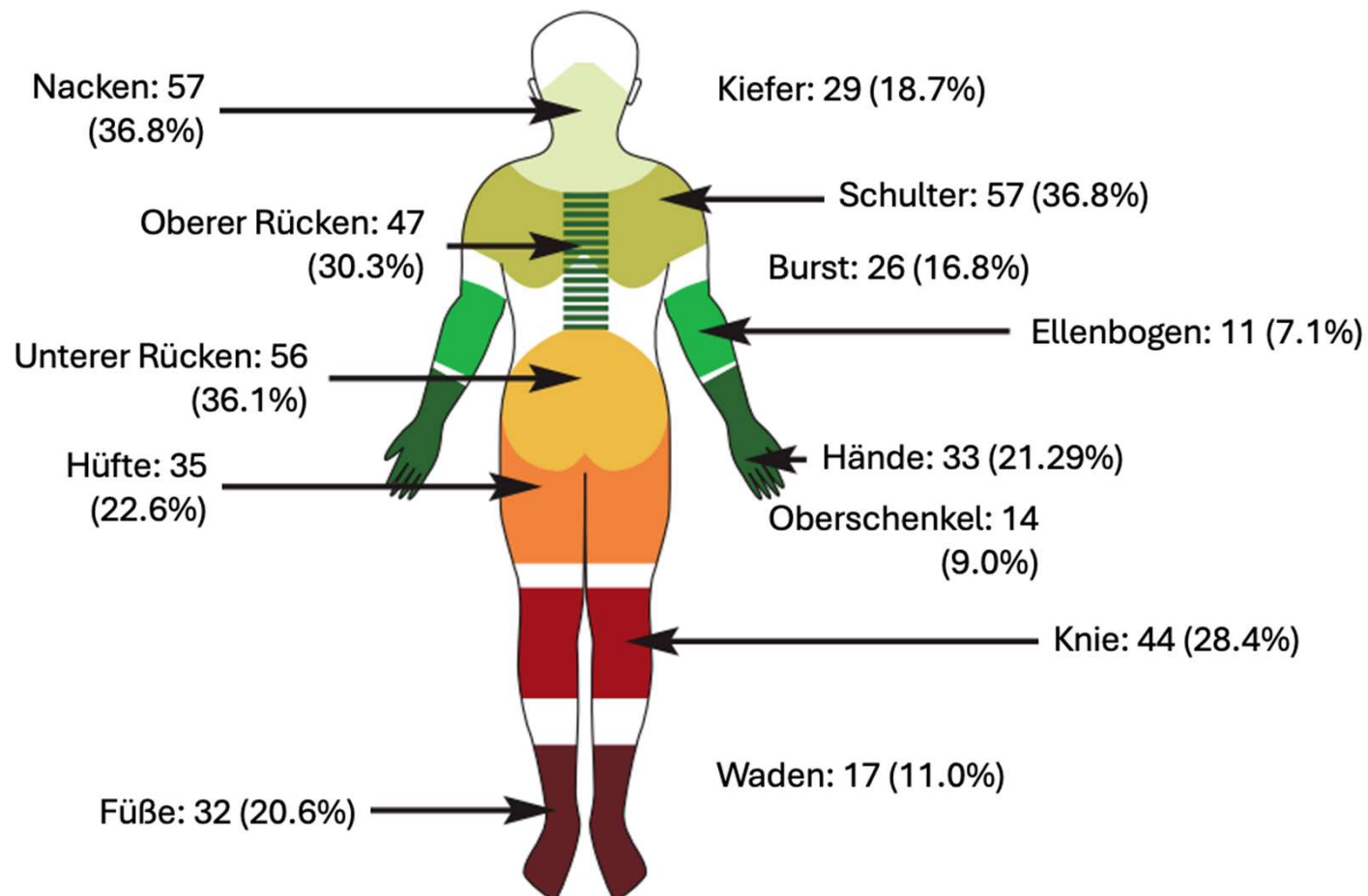
Abbildung aus Fiedler et al., 2025

Häufigkeiten bei Personen mit psychischen Störungen

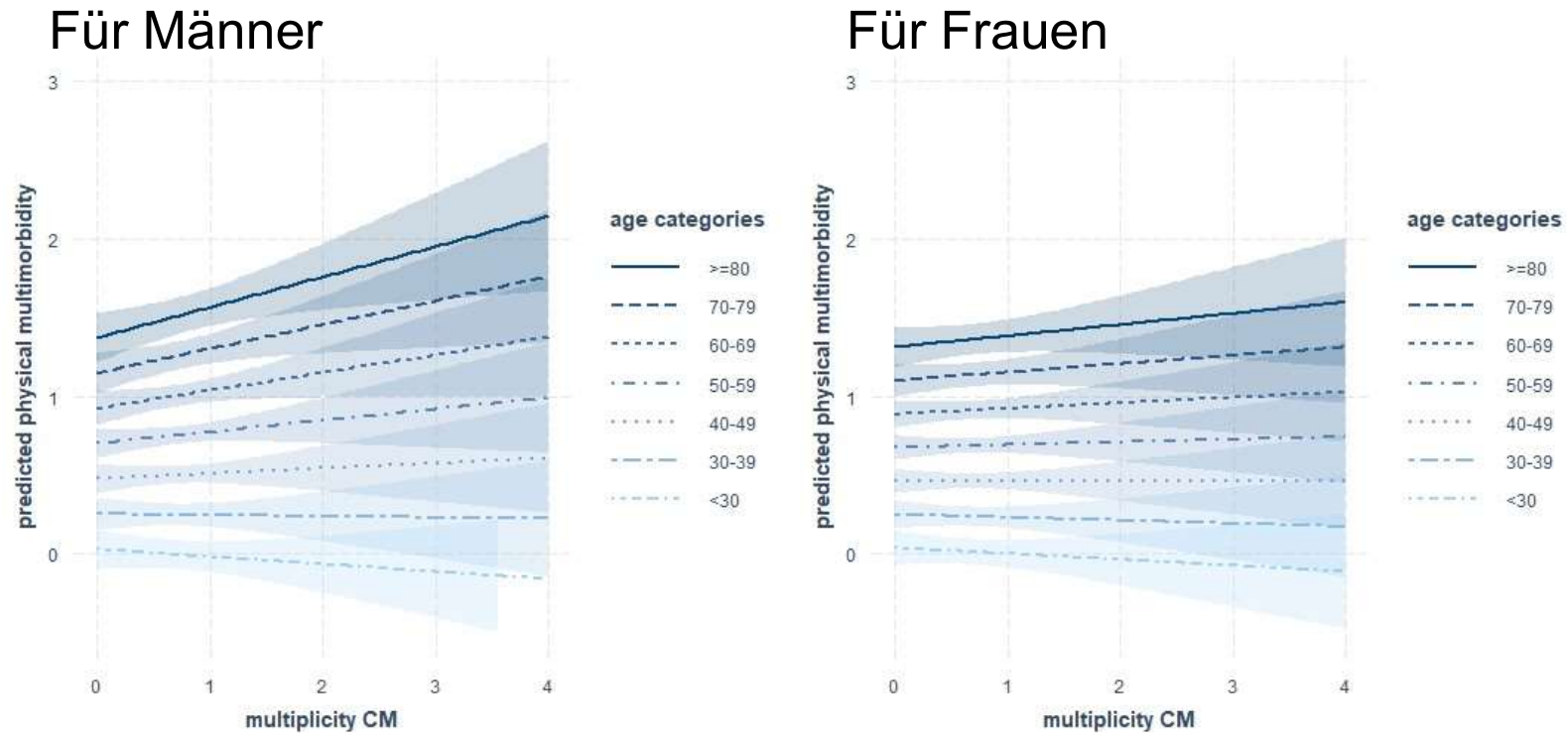


Belastende Kindheitserfahrungen zeigen sich langfristig in Form von Schmerzen

Chronischer Schmerz: 51.6 % vs. 11.6 % (Junge Erwachsene mit Heimerfahrung vs. Vergleichsstichprobe)



Belastende Kindheitserfahrungen stehen mit körperlichen Erkrankungen im Zusammenhang



Vorliegende "körperliche" Erkrankungen (Starkes Übergewicht, Diabetes Mellitus, Krebs, Bluthochdruck, COPD, Herzinfarkt, Schlaganfall)

Belastende Kindheitserfahrungen und viele Folgen



Selbstwert

im Mittel geringer



**Emotions-
regulation**

häufiger erschwert



Resilienz

im Mittel geringer

Diese Folgen zeigen sich nicht nur bei einer Diagnose, sondern quer über viele psychische Störungen hinweg = „transdiagnostisch“



**Was bedeutet das für die
Erwachsenenpsychotherapie?**



1

Belastende Kindheitserfahrungen systematisch erfassen, statt abwarten

2

Beziehung ist wichtiger Wirkfaktor: Ziel: Korrigierende Erfahrungen

3

Berücksichtigung von transdiagnostischen Mechanismen (z.B. Selbstwert, Emotionsregulation)

4

Trauma-fokussiert behandeln (unabhängig von der Diagnose)

Einstellungen zu körperlichen Strafen (Deutschland)

46 %

versus

Jeder 2.

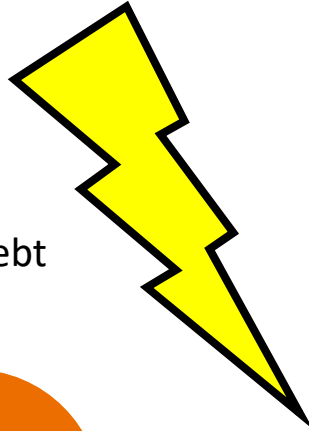
glaubt, dass ein Klaps auf
den Hintern keinem Kind
geschadet habe

**Personen, die selbst
Gewalt erlebt haben,
lehnen körperliche
Gewalt für Kinder
weniger ab**

Repräsentative Befragung von über 2500 Personen aus der deutschen Allgemeinbevölkerung
(Clemens, 2020)

Soziale Dynamiken verstehen – Individuelle Ebene

Abhängig, was die Person erlebt hat (Benjet et al., 2016)

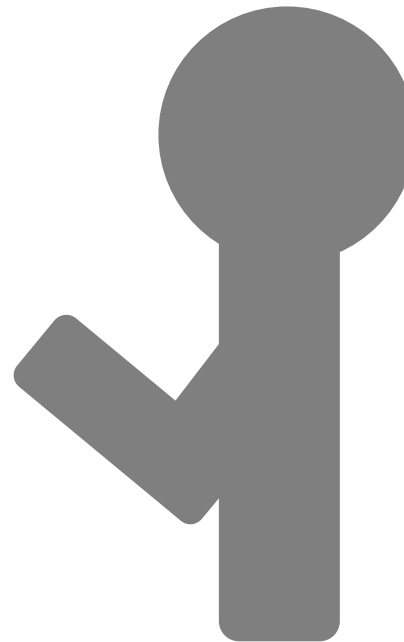


Gedächtnis-
fragmentierung



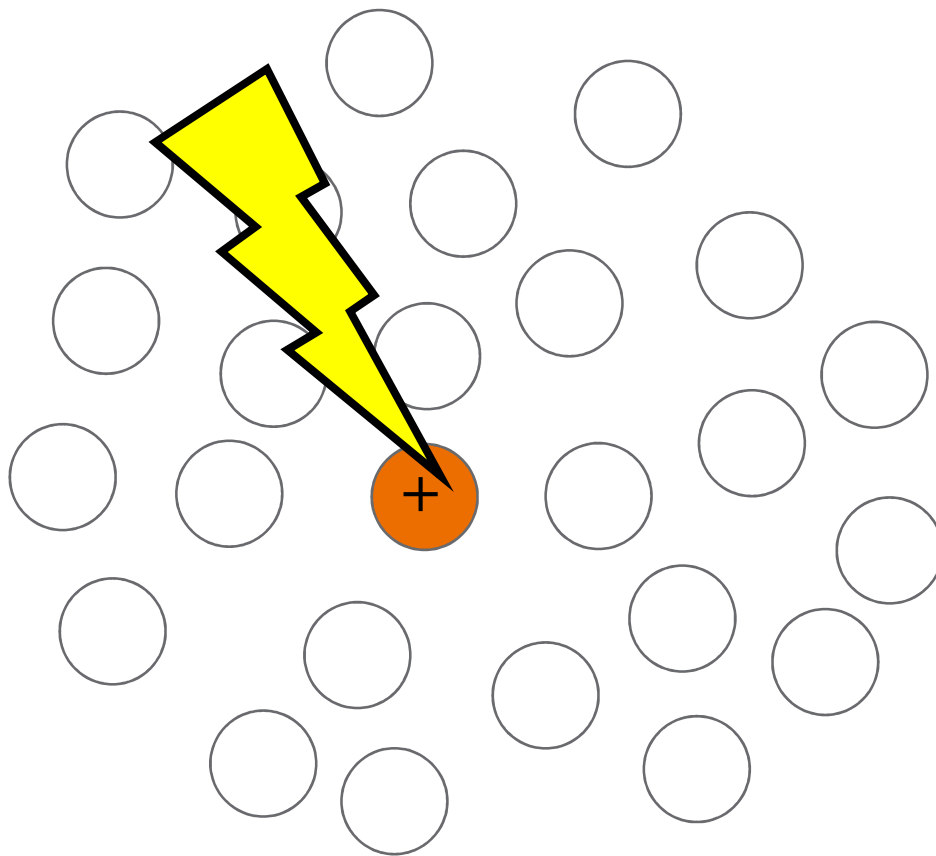
PTBS/Vermeidung

PTBS/Scham



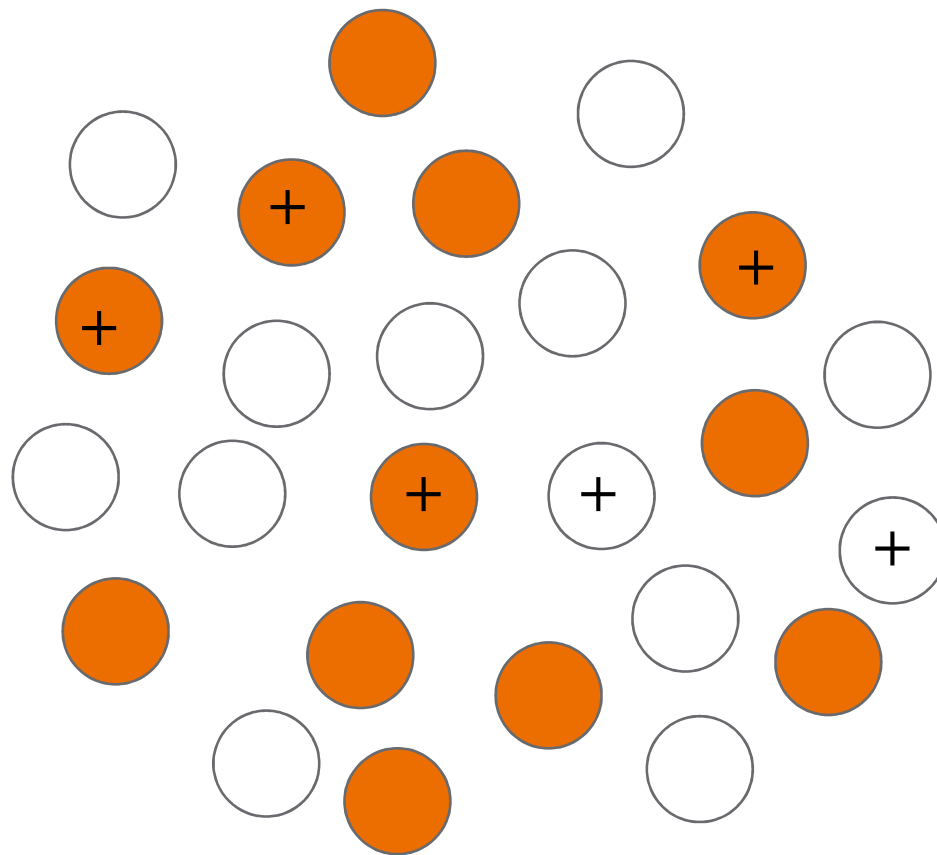
Abhängig von der zuhörenden Person

Soziale Dynamiken verstehen – Gruppenebene



Soziale Dynamiken verstehen – Gruppenebene

Was passiert in diesem (realistischen) Fall?

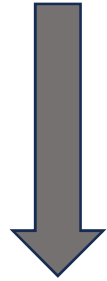


Hohes Vorkommen von Erfahrungen (und fehlender “echter” Austausch):

- Betroffenen wird die Schuld zugeschrieben (victim-blaming)
- Aktiv Gewaltausübende wird etwas “Dämonisches/ Pathologisches” zugeschrieben (Dämonisierung)
- Raum für Falscherzählungen (counterfactual narratives)

Soziale Dynamiken verstehen – zurück zu unserem Einzelfall

Gruppe



„Ich muss einfach stark sein,
reden bringt nichts.“

„Ich bin schuld daran, mit mir
stimmt etwas nicht.“

„Niemand kann mich wirklich
verstehen, ich muss alles allein
regeln.“

NETfacts – Narrationen in Gruppen nutzen

- **Basiert auf einem bewährten Verfahren “Narrativen Expositionstherapie”** (Schauer, Neuner & Elbert, 2025; Siehl, Robjant & Crombach, 2021)
- **Berücksichtigt die sozialen Dynamiken** (Köbach & Robjant 2021)
- **Evidenz aus dem Osten DRC** (Robjant et al., 2022; Schmitt et al., 2022)



NETfacts-informierte Gruppe

1. Gruppensitzung: Gemeinsame Lebenslinie

Optional: Einzelsitzung (eine NET)

2. Gruppensitzung: 2-3 Narrative werden vorlesen und gemeinsam diskutiert

3. Gruppensitzung: 2 Narrative werden vorlesen und gemeinsam diskutiert; Abschluss: “Über Belastungserfahrungen reden”

Gekürzte Beispielnarration

Am Nachmittag bastelte ich einen Stern für die Schule und war stolz darauf. Gegen 18:30 Uhr rief meine Mutter zum Abendessen. Ihre angespannte Stimme kannte ich, ich wurde sofort vorsichtig, spürte, wie sich die Anspannung in meinem Körper ausbreitete.

In der Küche roch es nach Suppe, die ich eigentlich mochte. Doch schon beim Hinsetzen spürte ich die Wut meiner Mutter: ihr harter Blick, die angespannte Körperhaltung. Mein Magen zog sich zusammen, ich stocherte nur im Essen.

Plötzlich fixierte sie meinen Teller. Ich spürte Angst. Ohne ein Wort kam sie mit dem Löffel auf mich zu. Reflexartig öffnete ich den Mund und sie stieß mir den Löffel hart in den Hals. Ich musste würgen, mein Rachen brannte, Tränen schossen mir in die Augen. In meinem Kopf nur: Bitte hör auf.

Noch bevor ich Luft bekam, wiederholte sie es stärker. Ich wich automatisch zurück und fiel vom Stuhl. Mein Hals schmerzte, ich konnte kaum atmen.

Ich ging in mein Zimmer, kroch ins Bett und zog die Decke über mich. Mein Körper zitterte noch, jeder Schluck tat weh. Ich fühlte mich leer und erschöpft.

In den nächsten Tagen fiel mir das Essen schwer. Jeder Bissen erinnerte mich daran. Niemand sprach darüber. Auch ich nicht.

NETfacts- Diskussionsprozess

1

Persönliche Reaktion

Möchten Sie Ihre
Reaktionen auf die
Geschichte, die wir
gerade gehört
haben, teilen?

2

Perspektiv- übernahme

Wie denken Sie,
hat sich die
Person in der
Geschichte
gefühlt?

3

Unterstützung einordnen

Was glauben Sie,
braucht diese
Person? Was wird
dieser Person
wahrscheinlich nicht
helfen?

4

Gesellschaftliche Relevanz

Wie könnte die
Gemeinschaft/
Gesellschaft dieser
Person helfen?

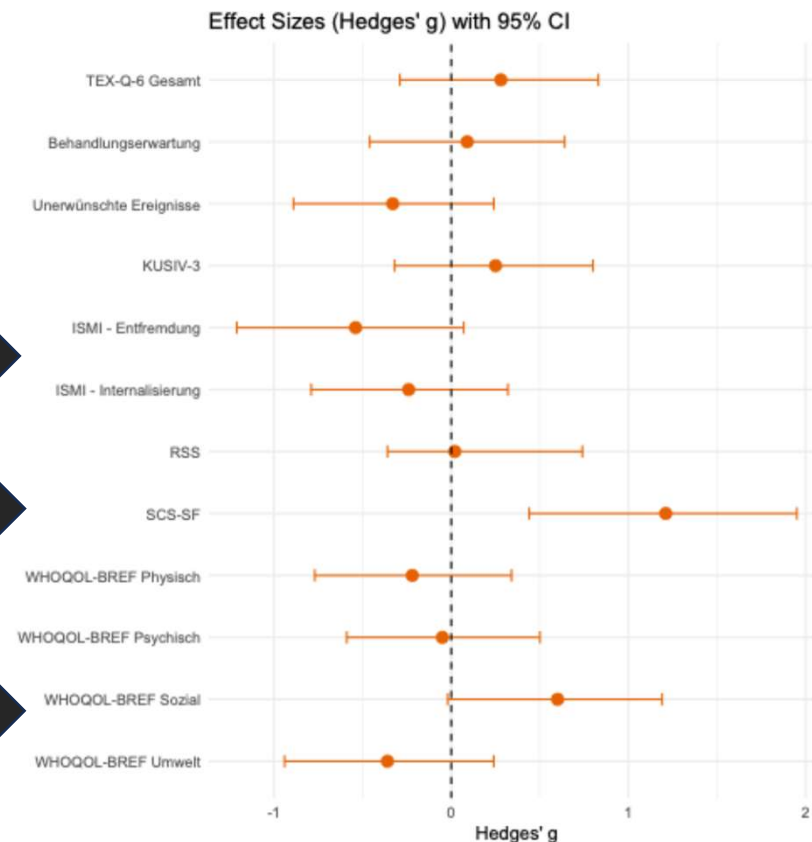
Erste Pilot-Ergebnisse (Prä-Post) (n=11)

„Die Gruppe wurde als emotional aktivierend
und hilfreich erlebt“

Abnahme des
“Entfremdungserleben”

Zunahme im
Selbstmitgefühl

Höhere Zufriedenheit
Sozial



Key Points und Impulse

- Systematische Erfassung belastender Kindheitserfahrungen
- Integration in Fallkonzeption und Behandlungsplanung
- Traumafokussierte Verfahren auch (unabhängig von Primärdiagnose)?
- Soziale Dynamiken mitdenken?



Literaturempfehlungen

Artikel in englischer Sprache zur Bedeutung von Kindesmisshandlung in der Behandlung psychischer Störungen:

Teicher, M. H., Gordon, J. B., & Nemeroff, C. B. (2022). Recognizing the importance of childhood maltreatment as a critical factor in psychiatric diagnoses, treatment, research, prevention, and education. *Molecular psychiatry*, 27(3), 1331-1338.

Lizenzfreie, diagnostische Instrumente zur Erfassung von belastenden Kindheitserfahrungen:

Fiedler, M., Clemens, V., Schauer, M., Ruf-Leuschner, M., Elbert, T., Mayer, K., Crombach, A., & Schalinski, I. (2025). KERF-20-I. 20-Item-Kurzversion zur Erfassung von Kindesmisshandlung. In Leibniz-Institut für Psychologie (ZPID) (Hrsg.), *Open Test Archive*. Trier: ZPID. <https://doi.org/10.23668/psycharchives.21166>

Thekkumthala, D., Schauer, M., Ruf-Leuschner, M., Elbert, T., Seitz, K. I., Gerhardt, S., von Schroeder, C., & Schalinski, I. (2022). Verfahrensdokumentation für KERF-40-I. Belastende Kindheitserfahrungen (inklusive Zeitleisten). In Leibniz-Institut für Psychologie (ZPID) (Hrsg.), *Open Test Archive*. Trier: ZPID. <https://doi.org/10.23668/psycharchives.12198>

Thekkumthala, D., Schalinski, I., Parigger, A., Ruf-Leuschner, M., Elbert, T. & Schauer, M. (2023). KERF-I. Belastende Kindheitserfahrungen. In Leibniz-Institut für Psychologie (ZPID) (Hrsg.), *Open Test Archive*. Trier: ZPID. <https://doi.org/10.23668/psycharchives.12495>

Psychotherapeutischer Ansatz, welcher explizit die kumulierten, belastenden und traumatischen Erfahrungen berücksichtigt:

Neuner, F., Catani, C., & Schauer, M. (2021). *Narrative Expositionstherapie (NET)* (Vol. 83). Hogrefe Verlag GmbH & Company KG.

Schauer, M., Neuner, F., & Elbert, T. (2025). *Narrative exposure therapy (NET) for survivors of traumatic stress*. Hogrefe Publishing.

Literaturangaben

Benjet, C., Bromet, E., Karam, E.G., Kessler, R.C., McLaughlin, K.A., Ruscio, A.M., Shahly, V., Stein, D.J., Petukhova, M., Hill, E., Alonso, J., Atwoli, L., Bunting, B., Bruffaerts, R., Caldas-de-Almeida, J.M., de Girolamo, G., Florescu, S., Gureje, O., Huang, Y., ... Koenen, K.C. (2016). The epidemiology of traumatic event exposure worldwide: Results from the World Mental Health Survey Consortium. *Psychological Medicine*, 46(2), 327–343.

Clemens, V., Sachser, C., Weilemann, M., & Fegert, J. M. (2020). Aktuelle Einstellungen zu Körperstrafen und elterliches Erziehungsverhalten in Deutschland. Ein Blick auf Veränderungen seit der parlamentarischen Entscheidung von 2000. Redaktion Klinik für Kinder-und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie, Universitätsklinikum Ulm, 1-54.

Fares-Otero, N. E., Carranza-Neira, J., Womersley, J. S., Stegemann, A., Schalinski, I., Vieta, E., ... & Seedat, S. (2025). Child maltreatment and resilience in adulthood: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Medicine*, 55, e163.

Fiedler, M., Clemens, V., Bürgin, D., Fegert, J. M., & Schalinski, I. (2025). KERF-20-I–ein Instrument zur Erfassung von Kindesmisshandlung. *Trauma & Gewalt*, 19(3), 232-243.

Robjant, K., Schmitt, S., Carleial, S., Elbert, T., Abreu, L., Chibashimba, A., ... & Koebach, A. (2022). NETfacts: An integrated intervention at the individual and collective level to treat communities affected by organized violence. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 119(44), e2204698119.

Schalinski, I., Lehmann, S., Greger, H. K., & Jozefiak, T. (2026). Childhood maltreatment, trauma, and pain: trauma-related symptoms as mediators in a high-risk group. *Pain Reports*, 11(1), e1401.

Schauer, M., Neuner, F., & Elbert, T. (2025). Narrative exposure therapy (NET) for survivors of traumatic stress. Hogrefe Publishing.

Schmitt, S., I., et al., (in Revision). From individual trauma to collective avoidance: a global perspective.

Seitz, K. I., Schalinski, I., Renneberg, B., Heinrichs, N., Brühl, A., Steinmann, S., ... & Herpertz, S. C. (2026). Measures matter: assessing childhood maltreatment and emotion dysregulation in a transdiagnostic sample. *European Journal of Psychotraumatology*, 17(1), 2696095.

Siehl, S., Robjant, K., & Crombach, A. (2021). Systematic review and meta-analyses of the long-term efficacy of narrative exposure therapy for adults, children and perpetrators. *Psychotherapy Research*, 31(6), 695-710.

Otten, D., Schalinski, I., Fegert, J. M., Jud, A., Brähler, E., Bürgin, D., & Clemens, V. (2025). Child maltreatment characteristics and adult physical multimorbidity in Germany. *JAMA Network Open*, 8(1), e2456050.

Werz, J., Schmitt, S., & Schalinski, I., (eingereicht). NETfacts: Pilot Study of a brief Group Intervention addressing Experiences of Childhood Maltreatment in Mental Illness.

Evidenz NETfacts

Randomisiert-kontrollierte Wirksamkeit auf Gemeinschaftsebene (Robjant et al., 2022; Schmitt et al., 2022)



- Ergebnisse zeigten, dass individuelle Therapieansätze in Dörfern mit zusätzlichen Gruppendiskussionen stärkere Effekte auf die psychische Gesundheit hatten
- In Dörfern mit zusätzlichen Gruppendiskussionen kam es gleichzeitig zu einer Abnahme von Kriminalität und einer Zunahme des zwischenmenschlichen Vertrauens, Abnahme von Stigmatisierung
- Die Bereitschaft für die Aufnahme einer Psychotherapie stieg

„Emotional aktivierend und hilfreich“

