

Kathie Kleff spricht über Traumata: Ein Heilungsweg für alle!

Am 24. Oktober spricht Kathie Kleff über „Transgenerationelle Traumata“ im Online-Vortrag zum Welttag der seelischen Gesundheit.

Karlsruhe, Deutschland - Am Donnerstag, dem 24. Oktober, findet ein bemerkenswertes Online-Event statt, bei dem die Stadtteilkoordination sowie das Seniorenbüro der Stadt Karlsruhe eine prominente Radiostimme in ihrem Format „OnAir“ begrüßen. In der Zeit von 18 bis 19 Uhr wird Kathie Kleff anlässlich des Welttags der seelischen Gesundheit, der am 10. Oktober gefeiert wird, sprechen. Das Thema ihres Vortrags ist „Transgenerationelle Traumata“. Interessierte Nutzerinnen und Nutzer können sich durch die Webseite des Seniorenbüros oder direkt hier anmelden.

Leidenschaftlich setzt sich Kleff mit den Folgen ihrer persönlichen traumatischen Erfahrungen auseinander. Als Moderatorin hat sie es aufgrund ihrer öffentlichen Rolle stets geschafft, eine Fassade aufrechtzuerhalten. Doch hinter den Kulissen litt sie über Jahre hinweg unter den unsichtbaren Folgen ihrer Kindheitstraumata. Depressionen, Angstzustände und andere psychische Schwierigkeiten prägten über lange Zeit ihren Alltag und erschwerten ihr, tragfähige zwischenmenschliche Beziehungen aufzubauen.

Einblicke in die Heilung

Kleff hat erst spät, mit Mitte 40, die entscheidenden Verbindungen zwischen ihren Kindheitserlebnissen und den

psychischen Symptomen, die sie quälten, erkannt. Diese Einsicht war für sie der Anfang eines intensiven Heilungsprozesses. Sie hat es sich zur Aufgabe gemacht, ihre persönliche Geschichte zu teilen und aufzuzeigen, wie der Umgang mit Traumata nicht nur möglich, sondern auch notwendig sein kann. Menschen, die selbst mit Trauma-Themen zu kämpfen haben oder ihre eigenen Heilungswege suchen, finden in ihrer Erfahrung wertvolle Einsichten.

Durch diesen virtuellen Vortrag bietet Kathie Kleff nicht nur einen Raum für persönliche Reflexion, sondern auch einen Austausch, der auf die Herausforderungen aufmerksam macht, die mit transgenerationellen Traumata verbunden sind. Diese Form von Trauma bezeichnet Erfahrungen, die durch mehrere Generationen hinweg wirken und die seelische Gesundheit von Nachkommen beeinflussen können. Ihr Ansatz ist transparent und betont die Wichtigkeit, sich mit diesen Themen auseinanderzusetzen, um Heilung und Verständnis zu finden.

Der Welttag der seelischen Gesundheit rückt in diesem Kontext die Notwendigkeit ins Bewusstsein, über psychische Gesundheit zu sprechen und die Barrieren, die vielen Menschen den Zugang zu Hilfe und Unterstützung erschweren, abzubauen. Wie aus verschiedenen Quellen hervorgeht, bleibt das Bewusstsein für diese Themen von entscheidender Bedeutung, um die Gesellschaft in ihrer Gesamtheit zu einem respektvolleren und empathischeren Umgang mit psychischen Erkrankungen zu bewegen. Ein tieferer Einblick in Kathie Kleffs Erfahrungen und die Thematik wird sicherlich vielen Teilnehmern wertvolle Denkanstöße geben.

Am Ende des Vortrags wird ein Raum für Fragen und Austausch bestehen, sodass die Teilnehmenden nicht nur passiv konsumieren, sondern aktiv an der Diskussion teilnehmen können. Dies fördert nicht nur das individuelle Wachstum, sondern auch eine Gemeinschaft, die sich gegenseitig unterstützt, was in unserer heutigen Zeit von großer Bedeutung ist.

Für alle, die mehr über das Event erfahren oder sich anmelden möchten, steht die Webseite des Seniorenbüros von Karlsruhe zur Verfügung. Die Veranstaltung ist für jeden zugänglich, der sich mit dem Thema seelische Gesundheit und Trauma auseinandersetzen will.

Details	
Ort	Karlsruhe, Deutschland
Quellen	• www.karlsruhe.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at