



## Weinen & Lachen

Für Eltern ist es nicht immer einfach, entwicklungsbedingte Krisen und individuelle Eigenheiten von Kindern und Jugendlichen von psychischen Störungen zu unterscheiden. »Wie wir alle haben auch Kinder und Jugendliche schwierige Phasen. Das gehört zum Leben dazu. Gerade in Kindheit und Jugend verändern wir uns so stark wie in keiner anderen Lebensphase«, erklärt Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin Eleni Wild-Orfanidou. »Wichtig ist, dass man lernt, damit gut umzugehen, gesunde Lösungsstrategien zu entwickeln. Das schafft man nicht immer alleine.«

Sie nimmt sich viel Zeit, die Geschichte hinter den Problemen ihrer jungen Patientinnen und Patienten zu verstehen. Eine wichtige Voraussetzung für die vertrauensvolle Beziehung zwischen ihnen und der Therapeutin – und damit für den Therapieerfolg.

Eleni Wild-Orfanidou arbeitet nach dem verhaltenstherapeutischen Ansatz. »Wir schauen uns die Situation gemeinsam an und überlegen, wie man besser damit umgehen kann. Die Therapie gibt Impulse für die Verhaltensänderungen, die dann in den Alltag transferiert werden sollen.«

Entscheidend ist aus ihrer Sicht aber auch noch etwas anderes. »Oftmals fokussiert man sich zu sehr auf die Defizite und negativen Eigenschaften. Dabei gerät aus dem Blick, dass die Kinder und Jugendlichen über viele positive Ressourcen verfügen und vieles in ihrem Leben gut funktioniert. Und das wollen wir stärken.«



In der Therapie darf nicht nur geweint, sondern es darf auch viel gelacht werden.«

### ELENI WILD-ORFANIDOU

**Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin ·  
Spezielle Psychotrauma-Therapeutin (DeGPT)**

Bachemer Straße 128 · 50931 Köln · Tel. 0221 – 95 93 30 03

[praxis-wild.de](https://praxis-wild.de) · [kontakt@praxis-wild.de](mailto:kontakt@praxis-wild.de)