

**Was Jugendliche sagen.
Und was wir vielleicht überhören.**

Am Ende einer Therapie passieren oft merkwürdige Dinge.

Jugendliche, die sich über Wochen oder Monate eingelassen haben, sagen plötzlich Sätze wie:
„*War eh alles Quatsch.*“
„*Hat gar nichts gebracht.*“
„*Ich komm eh nie wieder.*“

Auf den ersten Blick wirken diese Aussagen abwertend, distanziert oder gleichgültig.
Und doch erleben viele Therapeut:innen gleichzeitig etwas anderes:
eine Veränderung, eine Beziehung, eine Spur.

Diese Karten laden dazu ein, solche Sätze **nicht nur wörtlich zu nehmen**,
sondern sie als das zu lesen, was sie oft auch sind:

- 👉 **Versuche, mit Abschied umzugehen.**
- 👉 **Schutz vor Nähe.**
- 👉 **und manchmal: versteckte Formen von Dankbarkeit.**

Sie sind keine „richtigen“ Deutungen.
Sondern mögliche Perspektiven.

Eine Einladung, einen Moment länger hinzuhören.
Zwischen den Zeilen.

Vielleicht kennst Du diese Momente.

Vielleicht erkennst Du eigene Patient:innen wieder.
Oder dich selbst.

Nimm die Karten gern mit einem Lächeln –
und einem zweiten Blick.

*(Mehr solcher Perspektivwechsel und konkrete Ideen für die Arbeit mit Jugendlichen findet man in:
„Die Kraft der Musik in der Jugendlichenpsychotherapie“.)*



ICH BIN VÖLLIG UNVERÄNDERT.

ZWISCHEN DEN ZEILEN:

- Ich habe Angst, dass sich alles verändert, und ich nicht mehr klarkomme.
- Ich will zeigen, dass ich mich im Griff habe – auch wenn innen gerade alles durcheinander ist.
- Ich brauche Zeit. Und einen Ort, an dem ich einfach ich sein darf.
- Vielleicht hat sich mehr verändert, als ich zugeben kann.

DANKE FÜR NIX.

ZWISCHEN DEN ZEILEN:

- ♥ Danke für die Gespräche, die etwas in mir bewegt haben.
- ♥ Danke für den sicheren Raum.
- ♥ Danke, dass ihr geblieben seid – auch wenn ich's nicht leicht gemacht habe.
- ♥ Danke für Dinge, die ich nicht sagen kann.

ICH HAB HIER GAR NIX GELERNT. WIRKLICH.

HIDDEN TRACK:

- Ich hab gelernt, wie sich Sicherheit anfühlt.
- Ich hab erlebt, dass mir jemand wirklich zuhört.
- Ich hab neue Seiten an mir entdeckt.
- Und ich bin ein bisschen gewachsen.

WAR EH ALLES QUATSCH HIER.

ZWISCHEN DEN ZEILEN:

- Ich hab mich hier mehr eingelassen, als ich wollte.
- Und es hat etwas mit mir gemacht.
- Bitte merkt es – ohne dass ich es sagen muss.