

Dr. Sonja Maria Tegischer

TEXT/MUSIK



Sehnsucht gesehen zu werden

Gedanken zu „Sehnsucht, gesehen zu werden“

Dieses Lied erzählt von Kindern, die nicht gesehen werden – von ihrem Schmerz, ihrer Einsamkeit und ihrer Sehnsucht nach Geborgenheit.

Mit diesem Lied möchte ich Erwachsene ermutigen, die Welt mit den Augen eines Kindes zu sehen – hinzuschauen, wenn ein Kind leidet.

Zu spüren, wie wichtig es ist, da zu sein – zuzuhören, zu schützen, Halt zu geben.

Denn jedes Kind hat das Recht, gesehen, geliebt und verstanden zu werden.

7 Uhr in der Früh, die Uhr tickt leise, es ist Zeit, zur Schule zu geh'n

Dein Bauch der schmerzt, du willst einfach nicht aufsteh'n

In der Schule sitzt du allein, fast unsichtbar, eine fremde Welt

Die Pausen sind trostlos und einsam, und du fragst dich,

ob dich jemand hält

Ein Lächeln, ein Komm, spiel mit uns, ein Freund, der dich versteht

Doch sie lachen nur über dich, verstecken deine Sachen,

die Zeit will nicht vergehn

Sehnsucht, gesehen zu werden

Dieses Lied erzählt von Kindern,
die nicht gesehen werden – von
ihrem Schmerz, ihrer Einsamkeit
und ihrer Sehnsucht nach
Geborgenheit.

Mit diesem Lied möchte ich
Erwachsene ermutigen, die Welt
mit den Augen eines Kindes zu
sehen – hinzuschauen, wenn ein
Kind leidet.

Zu spüren, wie wichtig es ist, da
zu sein – zuzuhören, zu schützen,
Halt zu geben. Denn jedes Kind
hat das Recht, gesehen, geliebt
und verstanden zu werden.

7 Uhr in der Früh, die Uhr tickt leise, es ist Zeit, zur Schule zu geh'n
Dein Bauch der schmerzt, du willst einfach nicht aufsteh'n
In der Schule sitzt du allein, fast unsichtbar, eine fremde Welt
Die Pausen sind trostlos und einsam, und du fragst dich, ob dich jemand hält
Ein Lächeln, ein Komm, spiel mit uns, ein Freund, der dich versteht
Doch sie lachen nur über dich, verstecken deine Sachen,
die Zeit will nicht vergehn

Jedes Kind braucht ehrliche Freunde und ein anerkennendes Wort
Eine schützende Hand, die seine Bedürfnisse erkennt an jedem Ort
Nicht jedes Kind findet alleine seinen Weg
Manche brauchen Hilfe, einen sicheren Steg
Menschen, die die Lage erkennen und sich dem Kind zuwenden
Einfühlsam, stark – ihm Aufmerksamkeit und Hilfe spenden

Du sitzt in der Schule, versuchst zu lernen,
doch die Gedanken zieh'n dich fort
Zurück nach Hause, wo nur Streit herrscht, dich keiner versteht
Es liegt an dir, sagen sie leis – und du fühlst, das stimmt nicht ganz
Die Wut in dir wird immer größer – bist gefangen,
willst raus aus dem Tanz
Und wenn du ihnen deine Sicht erklärst, dann stellen sie dich in Frage
Behaupten, dass alles anders sei, du kannst das nicht ertragen,
das erdrückt dein Herz

Jedes Kind braucht das Gefühl, dass es geliebt wird, jeden Tag
Umarmungen und Worte, die ihm zeigen, wie gern man es mag
Nicht jedes Kind kann seine Wut alleine versteh'n
Manche brauchen Schutz bevor ihr Licht vergeht
Menschen, die die Lage erkennen und sich dem Kind zuwenden
Einfühlsam, stark – ihm Vertrauen und Liebe spenden

Jedes Kind braucht das Gefühl, dass es geliebt wird, jeden Tag
Umarmungen und Worte, die ihm zeigen, wie gern man es mag

Jedes Kind braucht ehrliche Freunde und ein anerkennendes Wort

Eine schützende Hand, die seine Bedürfnisse erkennt an jedem Ort

Nicht jedes Kind findet alleine seinen Weg

Manche brauchen Hilfe, einen sicheren Steg

Menschen, die die Lage erkennen und sich dem Kind zuwenden

Einfühlsam, stark – ihm Aufmerksamkeit und Hilfe spenden

Du sitzt in der Schule, versuchst zu lernen, doch die Gedanken zieh'n dich fort

Zurück nach Hause, wo nur Streit herrscht, dich keiner versteht

Es liegt an dir, sagen sie leis – und du fühlst, das stimmt nicht ganz

Die Wut in dir wird immer größer – bist gefangen, willst raus aus dem Tanz

Und wenn du ihnen deine Sicht erklärst, dann stellen sie dich in Frage

Behaupten, dass alles anders sei, du kannst das nicht ertragen, das erdrückt dein Herz

Jedes Kind braucht das Gefühl, dass es geliebt wird, jeden Tag

Umarmungen und Worte, die ihm zeigen, wie gern man es mag

Nicht jedes Kind kann seine Wut alleine versteh'n

Manche brauchen Schutz bevor ihr Licht vergeht

Menschen, die die Lage erkennen und sich dem Kind zuwenden

Einfühlsam, stark – ihm Vertrauen und Liebe spenden

Jedes Kind braucht das Gefühl, dass es geliebt wird, jeden Tag

Umarmungen und Worte, die ihm zeigen, wie gern man es mag