

Stefanie Rietzler & Fabian Grolimund

Du schaffst das, Merle!

Illustriert von
Marcus Wilke



Du schaffst das, Merle!

Du schaffst das, Merle!

Stefanie Rietzler & Fabian Grolimund

Stefanie Rietzler & Fabian Grolimund

Du schaffst das, Merle!

Illustriert von Marcus Wilke



Stefanie Rietzler

Fabian Grolimund

Akademie für Lerncoaching

Albulastrasse 57

8048 Zürich

Schweiz

stefaniemaria.rietzler@gmail.com

fabian.grolimund@gmail.com

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt. Der Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss. Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://www.dnb.de> abrufbar.

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

All rights, including for text and data mining (TDM), Artificial Intelligence (AI) training, and similar technologies, are reserved.

Alle Rechte, auch für Text- und Data-Mining (TDM), Training für künstliche Intelligenz (KI) und ähnliche Technologien, sind vorbehalten.

Verantwortliche Person in der EU: Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG, Merkelstraße 3,
37085 Göttingen, info@hogrefe.de

Anregungen und Zuschriften bitte an den Hersteller:

Hogrefe AG

Lektorat Psychologie

Länggass-Strasse 76

3012 Bern

Schweiz

Tel. +41 31 300 45 00

info@hogrefe.ch

www.hogrefe.ch

Lektorat: Dr. Susanne Lauri

Redaktionelle Bearbeitung: Cordula Gerndt, München

Herstellung: Daniel Berger

Illustrationen (Umschlag und Innenteil): Marcus Wilke, Berlin

Umschlaggestaltung: Claude Borer, Riehen

Satz: punktgenau GmbH, Bühl

Druck und buchbinderische Verarbeitung: Finidr s.r.o., Český Těšín

Printed in Czech Republic

Auf säurefreiem Papier gedruckt

1. Auflage 2026

© 2026 Hogrefe Verlag, Bern

(E-Book-ISBN_PDF 978-3-456-96385-3)

(E-Book-ISBN_EPUB 978-3-456-76385-9)

ISBN 978-3-456-86385-6

<https://doi.org/10.1024/86385-000>

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden. Davon ausgenommen sind Materialien, die eindeutig als Vervielfältigungsvorlage vorgesehen sind (z. B. Fragebögen, Arbeitsmaterialien).

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Die Inhalte dürfen nicht zur Entwicklung, zum Training und/oder zur Anreicherung von KI-Systemen, insbesondere von generativen KI-Systemen, verwendet werden. Das Verbot gilt nicht, soweit eine gesetzliche Ausnahme vorliegt.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Download-Materialien.

Inhaltsverzeichnis

<i>Einige Walddtiere stellen sich vor</i>	<i>11</i>
<i>Der Tag, der alles verändert</i>	<i>13</i>
<i>Merle überrascht ihre Mutter</i>	<i>17</i>
<i>Oje, die Hochzeitstorte</i>	<i>22</i>
<i>So peinlich</i>	<i>29</i>
<i>Jetzt kann es losgehen!</i>	<i>31</i>
<i>Unglaublich!</i>	<i>35</i>
<i>Hatschi!</i>	<i>37</i>
<i>Lernen, lernen und noch mal lernen</i>	<i>42</i>
<i>Marsch im Morgengraven</i>	<i>44</i>
<i>Die Aufnahmeprüfung</i>	<i>53</i>
<i>Und, wie war's?</i>	<i>61</i>
<i>Das alles habt ihr ohne mich gemacht?</i>	<i>62</i>
<i>Weihnachten auf dem Dorfplatz</i>	<i>69</i>
<i>Der Brief ist da!</i>	<i>77</i>
<i>Willkommen an der Academia!</i>	<i>80</i>
<i>Dicke Luft!</i>	<i>86</i>
<i>Ein unangenehmes Gespräch</i>	<i>92</i>
<i>Auf Entdeckungstour</i>	<i>96</i>

<i>Die Geige</i>	<i>101</i>
<i>Neben wem kann ich sitzen?</i>	<i>105</i>
<i>Helle Aufregung</i>	<i>112</i>
<i>Auf ins Schwimmbad!</i>	<i>117</i>
<i>Wir haben dich so vermisst!</i>	<i>122</i>
<i>Jetzt reicht's!</i>	<i>127</i>
<i>Das Konzert</i>	<i>135</i>
<i>Verzweiflung</i>	<i>140</i>
<i>Nicht aufgeben!</i>	<i>144</i>
<i>Der große Nadim</i>	<i>148</i>
<i>Drama im Speisesaal</i>	<i>154</i>
<i>Über die Geduld</i>	<i>157</i>
<i>Freistunde!</i>	<i>164</i>
<i>Stille: Eiskalt</i>	<i>167</i>
<i>Die Prüfung kommt zurück</i>	<i>170</i>
<i>Merle hebt ab</i>	<i>173</i>
<i>Lottes Geburtstagsparty</i>	<i>175</i>
<i>Du musst dir keine Sorgen machen</i>	<i>183</i>
<i>Der große Geigenfrust</i>	<i>185</i>
<i>Kim</i>	<i>189</i>
<i>Ein gewagter Sprung</i>	<i>191</i>

<i>Ein übler Streich</i>	<i>195</i>
<i>Wer war das?</i>	<i>197</i>
<i>Zuhören und genießen</i>	<i>198</i>
<i>Kims Rache</i>	<i>202</i>
<i>Rauswurf?</i>	<i>206</i>
<i>Der Verdacht</i>	<i>209</i>
<i>Du bist doch so gut!</i>	<i>212</i>
<i>Der Kinoabend</i>	<i>216</i>
<i>Nur ein flüchtiger Blick</i>	<i>222</i>
<i>Eine Verzweiflungstat</i>	<i>224</i>
<i>Einem Verbrechen auf der Spur</i>	<i>232</i>
<i>Abgeblitzt</i>	<i>234</i>
<i>Wenn die wüsste</i>	<i>236</i>
<i>Merles Tyrannicus</i>	<i>238</i>
<i>Das gefallene Wunderkind</i>	<i>243</i>
<i>Jetzt habe ich dich entdeckt!</i>	<i>247</i>
<i>Es kann losgehen!</i>	<i>251</i>
<i>Zirkus-Zauber</i>	<i>258</i>
<i>Eine unerwartete Wendung</i>	<i>263</i>
<i>Ohne mich wärst du nichts!</i>	<i>269</i>
<i>Nächtliche Verfolgung</i>	<i>272</i>

<i>Du veralberst uns!</i>	277
<i>Ausgezeichnet!</i>	279
<i>Eine Entschuldigung</i>	282
<i>Das Beste, das mir je passiert ist</i>	285
<i>Schubidubiduh!</i>	292
<i>Bitte nicht!</i>	295
<i>Wildes Rodeo</i>	299
<i>Rasante Abfahrt</i>	304
<i>Alle wären enttäuscht!</i>	309
<i>Die Turnstunde</i>	314
<i>Picknick im Wald</i>	320
<i>Nie wieder!</i>	322
<i>Eiskalt erwischt!</i>	326
<i>Das Clownskostüm</i>	329
<i>Das Geheimnis des Erfolgs</i>	333
<i>Glück im Unglück</i>	342
<i>Du schaffst das!</i>	346
<i>Unerwartete Hilfe</i>	351
<i>Der große Auftritt</i>	354
<i>Eine üble Drohung</i>	359
<i>Alarm!</i>	362

<i>Handfeste Beweise</i>	<i>367</i>
<i>Frau Gämses Abschied</i>	<i>368</i>
<i>Manege frei!</i>	<i>372</i>
<i>Tyrannicus-Schrumpfkur</i>	<i>384</i>
<i>Wissenschaftliche Hintergründe für Erwachsene</i>	<i>417</i>
<i>Theoretischer Hintergrund der vorgestellten Tyrannicus-Übungen (für Erwachsene)</i>	<i>424</i>
<i>Ein persönliches Wort an Eltern und Lehrkräfte</i>	<i>431</i>
<i>Literaturverzeichnis</i>	<i>433</i>
<i>Die Autorin und der Autor</i>	<i>437</i>
<i>Der Illustrator</i>	<i>437</i>

Einige Waldtiere stellen sich vor



Die liebenswerte, fleißige und hilfsbereite **Ente Merle** lebt mit ihrer Mama und den acht kleinen Geschwisterchen in einem winzigen Entenhaus am Teich. Gemeinsam mit ihren Freundinnen und Freunden hat sie schon einige brenzlige Abenteuer erlebt. Und jetzt wartet bereits das nächste!

Die verträumte und fantasievolle **Häsin Lotte** ist schon ewig mit Merle befreundet. Das Hasenmädchen hat viele tolle Ideen, kann super zeichnen und ist ein riesiger Piraten-Fan.



Die gemütliche **Bärin Frieda** bringt nichts so leicht aus der Ruhe. Sie ist immer für ihre besten Freunde Merle, Lotte und Jaron da. Familie Bär's Höhle ist außerdem ein beliebter Treffpunkt für die Kinder. Hier gibt es allerlei Leckereien, die Mama und Papa Bär aus ihrer Bäckerei mitbringen.





Der junge **Fuchs Jaron** ist der Sohn des Bürgermeisters und lebt in einer großen Villa am Dorfplatz. Letztes Schuljahr wurde er von zwei Fieslingen aus seiner Klasse gehänselt. Zum Glück hatte er Lotte, Frieda und Merle an seiner Seite!

Die strenge Lehrerin Frau Luchs unterrichtet die vierte und fünfte Klasse der Waldschule. Sie kratzt gerne mit den Krallen über die Tafel, um für Ruhe zu sorgen.



Die Academia: Welche Abenteuer warten wohl im Inneren dieses prachtvollen Gebäudes?



Du schaffst das!

Gleich nach der Schule macht sich Merle an diesem Freitag auf den Heimweg. Wieder muss sie zu Fuß gehen: Sie will übers Wochenende unbedingt den „Seerosenwalzer“ üben und dazu braucht sie ihre Geige.

Auf dem Heimweg wandert das schier unendlich wirkende Grün des Waldes gemächlich an ihr vorbei. Hui, ist das weit! Ihre Beine sind solche langen Märsche einfach nicht mehr gewöhnt. Zu Hause angekommen, ist sie von der ereignisreichen Woche und dem weiten Weg so müde, dass sie sich nach dem Essen direkt ins Bett fallen lässt.

Morgens erwacht Merle noch vor ihren acht Geschwistern und streckt sich wohlig unter der warmen Bettdecke. „*Keine Zeit verlieren*“, denkt sie sogleich und schleicht zwischen den Matratzen ihrer schlafenden Brüder und Schwestern hindurch. Die Küche ist leer. Auch Mama ist wohl noch im Bett. Merle holt ihren Geigenkoffer vom Regal und stiehlt sich nach draußen.

Hui! Kühl! Der frische Morgentau benetzt ihre Schwimmfüße, das saftige Gras kitzelt ihre Beine. In der Ferne zwitschern Singvögel und die ersten Frösche quaken rhythmisch im Teich. Merle plustert ihre Federn auf und lässt den Blick über den Teich und die Biberburg schweifen. Wie hübsch sich der rosafarbene Schimmer des Morgenrots auf der Wasseroberfläche spiegelt!

„*Wo kann ich üben, damit mich keiner hört und ich niemanden wecke?*“, überlegt sie und kratzt sich am Kopf. Kurzerhand watschelt sie durch die drei Baumreihen zur kleinen Lichtung.

Der Spielplatz darauf liegt so früh am Morgen noch verlassen da. Merle sieht sich suchend um. Da! Eine Fichte, bei der die Rinde am Stamm etwas abblättert. Das passt! Sie zieht ein Rindenende vorsichtig mit dem Schnabel zu sich und klemmt das Notenblatt darunter. Nun packt sie die Geige aus, spannt den Bogen, stimmt die Saiten und wärmt sich mit den ersten Takten, die sie bereits auswendig kann, auf. „*Und jetzt weiter zum schwierigen Teil!*“, denkt Merle und spürt, wie sie sich verkrampft. „*Lass los, die Unsicherheit ist ganz normal!*“, spricht sie sich selbst Mut zu. Dann grinst sie breit: „*Und jetzt mit Arschbombe in den Fehlerteich!*“

Immer wieder spielt Merle dieselben Takte, hört genau hin, wird langsamer, wenn sie unsicher ist, und versucht dann, ganz bewusst die richtigen Positionen auf dem Griffbrett einzunehmen. Viele Fehler und Korrekturen später merkt sie, wie sie langsam sicherer wird und ihr der „Seerosenwalzer“ immer flüssiger vom Flügel geht.

„Ach hier bist du, Schatz! Du hast ja noch gar nicht gefrühstückt und übst schon wie eine Wilde! Komm doch erst mal was essen“, quakt plötzlich Mama Ente, die zwischen den Bäumen auftaucht.

Merle schüttelt den Kopf. „Ich muss hier dringend weitermachen. Das Vorspiel ist schon übernächste Woche! Esst ruhig ohne mich, ich mache mir später ein Müsli.“

Da watschelt Mama Ente heran und zupft Merle am Flügel: „Ach komm, das wird bestimmt klappen. Du darfst dich nicht so unter Druck setzen. Ich bin mir sicher, du schaffst das. Du hast doch bisher auch alles geschafft.“

„Warum sagst du das immer? Das nervt!“, ärgert sich Merle und schüttelt den Flügel ihrer Mama ab.

„Was bist du denn jetzt so giftig? Ich will dir doch nur Mut machen! Außerdem stimmt es: Du denkst immer, dass es schlecht läuft bei dir und am Ende ist doch wieder alles super“, bekräftigt die Mutter und setzt sich auf eine der beiden Schaukeln. Während sie langsam hin- und herpendelt, murmelt sie: „Erklär es mir. Ich möchte dich wirklich gerne verstehen.“

Schweigend legt Merle die Geige in den Kasten zurück und setzt sich auf die kleinere Schaukel neben ihrer Mutter. Für eine Weile schauen beide in das Grün des Waldes und sagen nichts. Schließlich scharrt Merle mit den Schwimmfüßen in der feuchten Erde. „Ich weiß auch nicht. Aber ... immer, wenn du sagst: ‚Du schaffst das‘ oder ‚Du kannst das ganz bestimmt‘, dann setzt mich das irgendwie noch mehr unter Druck. Weil ... es sich so anhört, als könntest du dir gar nicht vorstellen, dass ich etwas nicht schaffe. Und dann bekomme ich Angst, dass du total geschockt und enttäuscht von mir bist, wenn es wirklich einmal nicht klappt. So, als hättest du dann ein anderes Bild von mir.“

„Ach Liebes, ich will doch nur, dass es dir gut geht. Und wenn ich merke, dass sich bei dir alles nur noch um Noten und Prüfungen dreht und du dich selbst so unter Druck setzt, dann weiß ich gar nicht mehr, wie ich dir helfen soll. Also versuche ich, irgendetwas zu sagen, damit du an dich glaubst und dich auch mal entspannen kannst. Aber anscheinend war das nicht das Richtige, hm?“

Merle zuckt mit den Schultern und dreht sich mit der Schaukel ein, bis die beiden Ketten zu einem engen Strang verwoben sind: „Ich will dich einfach nicht enttäuschen. Eigentlich will ich nur, dass du stolz auf mich sein kannst.“



Da steigt Mama Ente von der Schaukel, wendet sich ihrer Tochter zu und umarmt sie fest mit den Flügeln. Sie drückt ihr einen Kuss auf den Kopf und murmelt ihr ins Gefieder: „Weißt du, ich habe dir nicht umsonst den Namen Merle gegeben. Er bedeutet schließlich *helles, strahlendes Meer*. Und dieses helle, strahlende Meer trägst du immer in dir, egal, was passiert.“

Auch wenn ein Sturm aufzieht und sich der Himmel verdunkelt. Wie könnte ich da wegen irgendwelcher Noten ein anderes Bild von dir bekommen?“

Versunken in die warme, kuschlige Umarmung ihrer Mutter ist es Merle, als könne sie das helle, strahlende Meer tief in ihrer Brust spüren. Als wäre da ein unberührbarer Kern in ihr, der wertvoll ist und immer bleibt, ohne dass sie etwas beweisen muss. Was für ein tröstlicher Gedanke! Und um allerletzte Zweifel auszuräumen, fragt die junge Ente noch mal leise nach: „Aber wärst du wirklich nicht enttäuscht?“

Mit beiden Flügeln umschließt Mama Ente das Gesicht ihrer Tochter und blickt ihr tief in die Augen: „Nein. Ich wäre ganz sicher nicht enttäuscht von dir. Und weißt du, warum? Weil es für mich gar nicht darum geht, ob du diese Schule *schaffst*, sondern ob diese Schule *zu dir passt*. Ich staune immer wieder, wie sehr du dich für deine Ziele einsetzt. Aber du darfst dich auch fragen, ob dir die Academia guttut. Und wenn das nicht der Fall ist, dann ist das nicht der richtige Weg für dich.“

Merle lauscht den Worten ihrer Mutter und spürt, dass sie ihr glauben kann. Sie atmet auf und fühlt sich mit einem Mal befreit. Das helle, strahlende Meer in ihr dehnt sich aus und überstrahlt Druck, Kälte und Härte. „Ich hab dich soooo lieb, Mama“, flüstert sie und schmiegt sich noch etwas fester an.

Die Autorin und der Autor

Stefanie Rietzler und Fabian Grolimund

haben in Fribourg Psychologie studiert und leiten gemeinsam die Akademie für Lerncoaching in Zürich. Mit ihrer Arbeit möchten sie dazu beitragen, dass möglichst viele Kinder eine entspannte, erfolgreiche Schulzeit erleben und mit Freude lernen können. Besonders gern setzen die beiden ihre Kreativität und Fantasie ein, um etwas Neues entstehen zu lassen: eine spannende Geschichte, einen hilfreichen und praktischen Ratgeber, ein interessantes Seminar oder Kurzfilme für Eltern, Lehrkräfte, Kinder und Jugendliche. Dazu stecken sie am liebsten in einem gemütlichen Café die Köpfe zusammen und lassen die Ideen hin- und herfliegen. Mehr zu ihrer Arbeit: www.mit-kindern-lernen.ch



Der Illustrator

Marcus Wilke arbeitet seit Jahren freiberuflich als Illustrator. An seinem Beruf liebt er vor allem die Vielseitigkeit. Werbeagenturen und Privatkunden nehmen ebenso gerne seine Kompetenz in Anspruch wie auch der Hogrefe Verlag, für den er bereits den Ratgeber „Clever lernen“ (Rietzler & Grolimund, 2018) bebildert hat. Illustrieren ist für ihn nicht nur Arbeit, sondern macht ihm vor allem auch riesigen Spaß. Seine kreativen Einfälle sucht er am liebsten in der Stille der Natur und im Garten. Weitere Informationen: www.galerie-wilke.de

