

Stefanie Rietzler
Fabian Grolimund

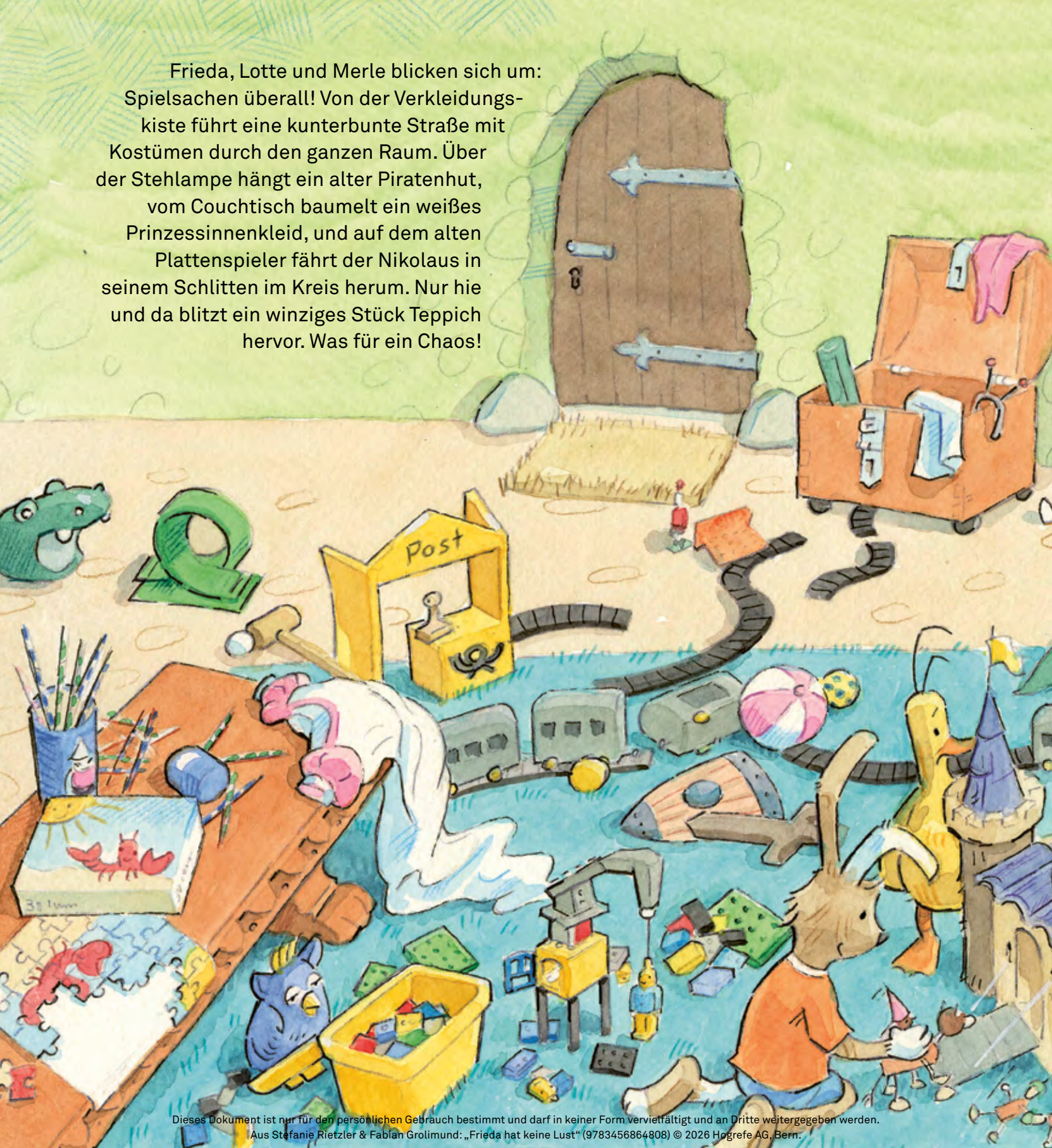
Frieda hat keine Lust



Illustriert von Marcus Wilke

 hogrefe

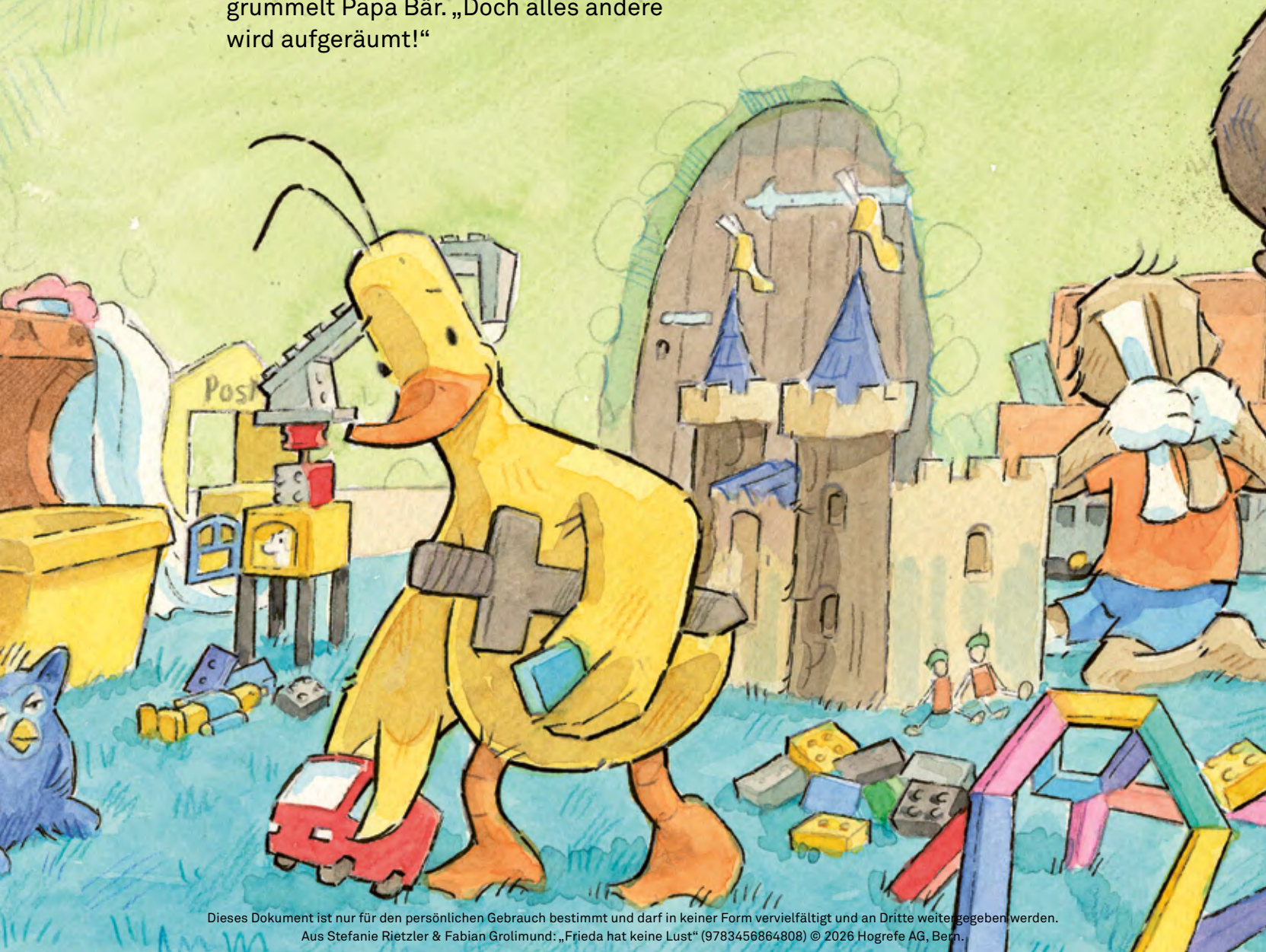
Frieda, Lotte und Merle blicken sich um:
Spielsachen überall! Von der Verkleidungs-
kiste führt eine kunterbunte Straße mit
Kostümen durch den ganzen Raum. Über
der Stehlampe hängt ein alter Piratenhut,
vom Couchtisch baumelt ein weißes
Prinzessinnenkleid, und auf dem alten
Plattenspieler fährt der Nikolaus in
seinem Schlitten im Kreis herum. Nur hie
und da blitzt ein winziges Stück Teppich
hervor. Was für ein Chaos!



Papa Bär blickt überrascht zum Fenster, in dem sich winterliche Eisblumen gebildet haben.
„Hoppla! Wie lange hab ich denn geschlafen?
Es ist ja schon dunkel! Lotte und Merle, ihr
solltet längst zu Hause sein. Räumt noch
schnell auf und macht euch dann auf den Weg!“



„Ach Papa!“, stöhnt Frieda. Das Bärenmädchen lässt sich theatralisch auf den Rücken plumpsen, streckt alle vier Tatzen von sich und schließt die Augen. „Können wir das nicht bis morgen stehen lassen? Wir müssen doch noch fertigspielen!“
„Au ja!“, quakt Merle und Lotte bettelt: „Bitte, bitte!“
„Na gut, die Burg könnt ihr stehen lassen“, grummelt Papa Bär. „Doch alles andere wird aufgeräumt!“



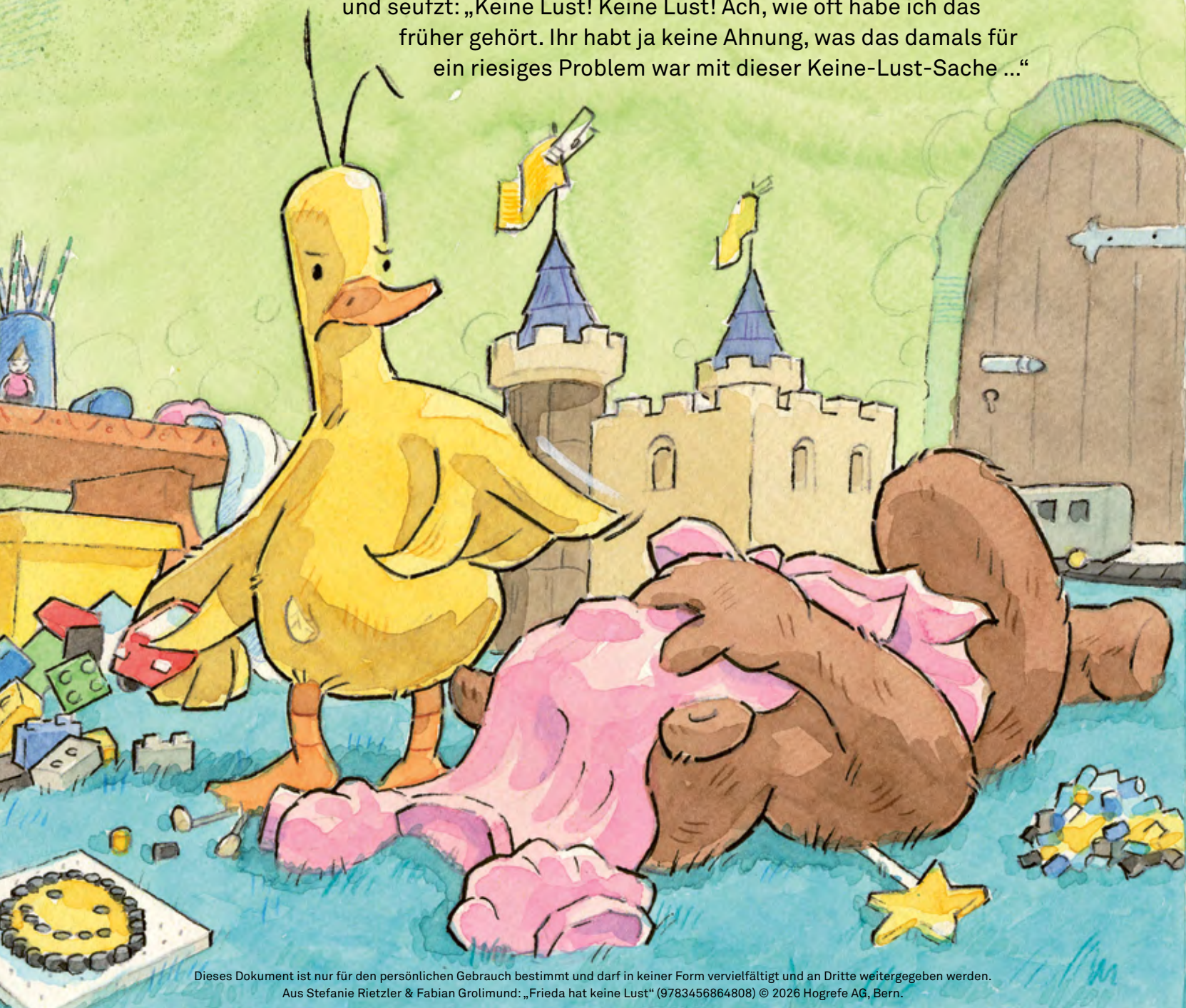
„Ich hab aber keine Lust“, jammert Frieda und rollt sich auf dem Teppich zusammen. Häsin Lotte zieht sich ihre langen Löffel über die Augen und witzelt: „Ich sehe gar nichts! Wo liegt hier denn was rum?“ Nur die fleißige Ente Merle beginnt, die ersten Spielsachen vom Boden aufzusammeln.



Und die anderen? Noch immer keine Hilfe! Frieda wälzt sich auf dem Teppich, zupft dann kraftlos das Prinzessinnenkostüm vom Sofa und zieht es sich übers Gesicht, während Lotte sich einfach einen Tannenzapfen-Ritter schnappt und munter weiterspielt.

Da verschränkt Ente Merle die Flügel und schnattert wütend: „Ich mache das nicht schon wieder allein! Wenn die nicht helfen, räume ich auch nicht auf!“

Papa Bär sieht die Kinder nachdenklich an, dann stützt er seinen Kopf in die Tatzen und seufzt: „Keine Lust! Keine Lust! Ach, wie oft habe ich das früher gehört. Ihr habt ja keine Ahnung, was das damals für ein riesiges Problem war mit dieser Keine-Lust-Sache ...“



„Ja, wirklich?“, staunt Merle und reißt ihre Entenaugen auf. Papa Bär nickt gedankenverloren: „Das war ein gigantisches Problem. Alle Erwachsenen aus unserem Dorf waren betroffen. Heftige Zeiten waren das!“ Blitzschnell setzt sich Frieda auf und blickt ihren Vater mit ihren großen, braunen Kulleraugen an: „Davon hast du noch nie erzählt, Papa! Sag, was war los?“ Der Bärenvater lächelt. „Ihr solltet eigentlich aufräumen, aber gut. Dann erzähle ich euch eben, wie das war, als wir noch Kinder waren. Das waren andere Zeiten! Damals machte jeder nur das, worauf er Lust hatte.“



Ungläubig schüttelt Ente Merle den Kopf: „Das geht doch gar nicht! Man kann nicht immer nur machen, worauf man Lust hat!“ „Doch, doch“, brummt Papa Bär. „Natürlich geht das! Nehmen wir zum Beispiel meine Eltern. Sie führten damals schon die Bäckerei Bärentatze. Jeden Morgen versammelten sich die Tiere vor dem Laden, um buttrige Croissants, Zimtschnecken, einen warmen Hefezopf oder frische Brötchen zu kaufen. Aber manchmal hatte mein Vater einfach keine Lust zu backen. Dann blieben die Regale leer und die Tiere mussten schlecht gelaunt und mit leeren Bäuchen wieder nach Hause gehen. Noch schlimmer war es jedoch, wenn Papa die ganze Nacht in der Backstube die köstlichsten Leckereien zauberte – und meine Mama morgens keine Lust hatte, sie zu verkaufen. Dann blieb der Laden zu und alle Tiere drückten sich ihre Schnauzen am Schaufenster platt.“



Der süßliche Duft drang ihnen
durch den Türspalt in ihre Nasen,
sodass sie gierig sabberten. Das feine
Gebäck war zum Greifen nah, doch es
vertrocknete, zerkrümelte oder wurde
steinhart, sodass man sich die Zähne
daran ausbiss.



Und da wir gerade bei den Zähnen sind ... Einmal hatte ich als Kind ein Loch im Zahn. Ich hatte zu viele Süßigkeiten gegessen und keine Lust auf Zähneputzen. Aua! Das tat weh! Also musste ich zum Zahnarzt Dachs, damit der das Loch aufbohren und dem kranken Zahn eine Füllung verpassen konnte. Zuerst ging alles gut. Das Bohren tat gar nicht weh. Aber dann legte der Dachs auf einmal den Bohrer beiseite und sagte: „Ach, immer und immer wieder dieses öde Gebohre ... so langweilig!“ Und wisst ihr, was dann passiert ist?“



Frieda schüttelt den Kopf und greift nach Papa Bär's Pranke.
„Der Zahnarzt Dachs ging einfach nach Hause! ‚Schön stillhalten und das Maul
offenlassen‘, nuschelte er noch, hängte den Arztkittel an den Haken und ließ mich
in der Praxis liegen. Eine endlose Nacht verharrte ich auf der unbequemen
Liege und wartete. Mein ganzer Kiefer tat schon weh. Ihr glaubt gar nicht,
wie froh ich war, als der Zahnarzt am nächsten Tag doch
Lust hatte, das Loch fertig zu flicken.“



Entsetzt schlägt sich Merle den Flügel vor den Schnabel:
„Das klingt ja schauerlich, *schau-er-lich*! Zum Glück haben Enten keine Zähne!“
„Deine Großeltern hatten es trotzdem nicht besser“, murmelt Papa Bär. „Die wohnten
doch damals schon bei euch am Ententeich. Und es ist ja heute noch so, dass ihr die
Post immer zuletzt bekommt. Zu Weihnachten wurde es aber richtig gemein.

Da schickten die Verwandten große Pakete mit tollen
Geschenken. Aber Postbote Hirsch hatte keine Lust, sie alle
durch das ganze Dorf zu schleppen. Also sortierte er sie nach
Gewicht. Die schwersten und größten Pakete gab er einfach
bei den ersten Häusern am Anfang seiner Route ab.



Als er dann am Ende bei deinen Großeltern ankam,
blieb kein einziges Weihnachtspäckchen übrig.
Dafür Rechnungen, nichts als Rechnungen! Stellt
 euch vor, was das für einen riesigen Streit im Dorf
gab. Natürlich wollten alle Kinder ihre Geschenke
haben. Da gab es Tränen, das glaubt ihr nicht.
Aber leider hatten die, die alle Päckchen
bekommen hatten, gar keine Lust,
sie gegen ein paar Rechnungen
zu tauschen!“



„Waaas?“, kreischt Lotte entrüstet und patscht sich mit der Hasenpfote auf den Oberschenkel. Und Merle schnattert aufgeregt: „Das darf ein Postbote doch nicht machen!“



Papa Bär zuckt die breiten Schultern: „Der Postbote hatte halt keine Lust. So war das eben. Und das war noch lange nicht das Schlimmste!“

„Was kann denn *noch* schlimmer sein?“, quakt Ente Merle und reibt sich mit dem Flügel über die Augen.



Die Autorin und der Autor

Stefanie Rietzler und **Fabian Grolimund** haben in Fribourg Psychologie studiert und sind ein eingespieltes Schreibduo. Besonders gern setzen die beiden ihre Kreativität und Fantasie ein, um etwas Neues entstehen zu lassen: eine spannende Geschichte, einen praktischen Ratgeber, ein interessantes Seminar oder hilfreiche Kurzfilme für Eltern, Lehrkräfte, Kinder und Jugendliche. Dazu sitzen sie am liebsten in einem gemütlichen Café und lassen die Ideen hin- und herfliegen.

Mehr zu ihrer Arbeit: www.mit-kindern-lernen.ch



Der Illustrator



Marcus Wilke arbeitet seit vielen Jahren freiberuflich als Illustrator. An seinem Beruf liebt er vor allem die Vielseitigkeit. 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

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 <https://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, Regensburg
Herstellung: Daniel Berger
Illustrationen (Umschlag und Innenteil): Marcus Wilke, Berlin
Umschlaggestaltung: Claude Borer, Riehen
Satz: Claudia Wild, Konstanz
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 978-3-456-96480-5)
ISBN 978-3-456-86480-8
<https://doi.org/10.1024/86480-000>