

Ungeheuer wütend

Stefanie Rietzler
Nora Völker-Munro
Fabian Grolimund



Illustriert von René Amthor

 hogrefe

Stefanie Rietzler
Nora Völker-Munro
Fabian Grolimund

Ungeheuer wütend

Illustriert von **René Amthor**

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.

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

So eine Drachenwut hatte in ganz Wohl-Herzogien noch niemand erlebt. Die Königin und der König redeten auf den wütenden Drachen ein. Sie schimpften und drohten und bestraften ihn.



Mach kein Theater!

Andere schaffen es doch auch, sich ordentlich aufzuführen!

Kein Grund, so wütend zu werden!

Du gehst jetzt ins Verlies, bis du dich beruhigt hast!

Unsere Prinzessin würde niemals so ein Gezeter veranstalten!

Man muss auch mal verlieren können!

So benimmt sich kein Mitglied der königlichen Familie.

Im Dorf wird schon geredet!

Aber das machte alles nur noch schlimmer. „Alle sind gegen mich! Keiner versteht mich!“, schnaubte der Drache, als er abends durch den Kamin zur Prinzessin ins Schlafgemach kam.

Der Drache sollte recht behalten. Eines Tages fehlte ein Juwel aus der Krone des Königs. „Das war bestimmt dieser ungezogene Drache!“, schrie der König außer sich. „Wachen, werft ihn ins Verlies!“

Der Drache aber wehrte sich:

„Das war ich nicht! Ihr seid so gemein!“

Lasst mich in Ruhe!“, zischte er. Und als ein Wächter ihn packen wollte, biss er ihn ins Bein!

So fest, dass man heute noch die Abdrücke der scharfen Zähne in der Rüstung erkennen kann.



„Nie mehr wütend werden!“, ermahnte sich der Drache am nächsten Tag bei Sonnenaufgang. Doch das war schwierig!

Als er am Morgen eine Hütte für die Prinzessin bauen wollte, fielen die Äste immer wieder in sich zusammen. „I-c-h b-i-n n-i-c-h-t w-ü-t-e-n-d!“, schnaubte der Drache und biss die Zähne so fest zusammen, dass er fürchterliche Zahnschmerzen bekam.

„Ich zeig dir mal, wie man das macht.“, trällerte die Prinzessin und setzte die Äste in Windeseile zu einer prächtigen Hütte zusammen: „So geht das!“ lachte sie. Wie gemein! Aber der Drache sagte sich: „Ich bin nicht wütend! Gar nicht wütend!“ Er schluckte seine Wut hinunter, bis er Flammen furzen musste.



Am Mittag hatte der Drache riesigen Hunger. Als er aber den Beutel mit den Vorräten öffnete, bemerkte er, dass die Prinzessin heimlich schon fast alle Beeren und den ganzen Honig aufgegessen hatte. „Ahhh! Das macht mich gar nicht wütend! Kein bisschen wütend!“, schimpfte der hungrige Drache. Aber seine Schuppen verfärbten sich glühend rot und sein ganzer Körper dampfte.



Als die Prinzessin ihren Freund hinter den Flügeln kraulen wollte, verbrannte sie sich fast die Finger. „Aua! Deine Schuppen sind ja glühend heiß! Ist so viel Wut in dir?“

„Ich war nicht wütend! Ich bin nicht wütend“, knurrte der Drache. „Höchstens ein klitzekleines bisschen.“ Da erzählte er der Prinzessin von all den Dingen, die ihn heute geärgert hatten. Es tut nämlich gut, wenn man jemandem von seiner Wut erzählen kann.

Die Prinzessin hörte zu. Schließlich sagte sie:

„Ich habe eine Idee. Komm mit.“



Die beiden liefen durch den Wald und kamen schon bald an einen See. „Ist das nicht schön?“ flüsterte die Prinzessin in der Dunkelheit.

Der Drache schaute auf das Wasser. Tausend Sterne funkelten darin. Er lauschte dem Wasserfall. Friedlich rauschte dieser dahin. Die Nachtluft, kühl und frisch, strich über seine heißen Schuppen.

Da nahm der Drache einen tiefen Atemzug und ließ all den angestauten Ärger in die Nacht hinausströmen.

Blaue Flammen tanzten über dem Wasser, und mit jedem Ausatmen wurden sie kleiner und kleiner.

Der Drache wurde ruhiger und ruhiger. Es tut so gut, wenn man mit seiner Wut nicht alleine ist.

Mit einem letzten feurigen Atemstoß zündete der Drache schließlich ein Lagerfeuer an. Den Rest der Nacht tanzten die beiden um das Feuer und sangen:



DIE AUTORINNEN UND DER AUTOR



Stefanie Rietzler und Fabian Grolimund sind Psychologen, Autoren und Lerncoaches. Mit ihrer Arbeit möchten sie dazu beitragen, dass sich Kinder und Jugendliche in Beziehungen sicher und wohl fühlen. 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



Nora Völker-Munro ist Psychologin, Resilienztrainerin und systemische Familienberaterin. In der von ihr gegründeten Resilienz-Schule gibt sie ihr Fachwissen und ihre Erfahrungen an Kinder, Eltern und Fachpersonen weiter. Wissen für alle, die sich selbst und (ihre) Kinder stärken wollen.

Mit der Resilienz-Schule hat sie ihr Herzensprojekt ins Leben gerufen: Einen Ort, an dem alle wachsen, lernen und ihre Resilienz- und Beziehungsfähigkeit entdecken und entfalten können. In ihrem Kursangebot findet sich das gleichnamige Seminar „Ungeheuer wütend“, das Eltern und Fachpersonen begleitend zum Buch Wissen und Strategien zur Emotionsregulation mit an die Hand geben soll.

Mehr zu ihrer Arbeit: www.resilienz-schule.com

DER ILLUSTRATOR



René Anthor studierte an der Mediadesign Hochschule in Düsseldorf. Ende 2015 gründete er mit seiner Frau das Kreativbüro „Studio Vieleck“. Als er selbst Vater wurde, stieg seine Freude daran, für Kinder zu zeichnen. Er illustriert Kinder- und Familienspiele, Malbücher, Computerspiele, Fach- und Bilderbücher.

Gemeinsam mit Ulrike Légé und Fabian Grolimund veröffentlichte er im Hogrefe Verlag das Sachbuch „Huch, die Angst ist da!“.

Mehr zu seiner Arbeit: www.studio-vieleck.de

Fabian Grolimund
Stefanie Rietzler
Akademie für Lerncoaching
Albulastrasse 57
8048 Zürich
Schweiz
stefaniemaria.rietzler@gmail.com
fabian.grolimund@gmail.com

Nora Völker-Munro
Pettenbrunn 2
85345 Freising
Deutschland
nora.voelker@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.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

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
Bearbeitung: Cordula Gerndt, München
Herstellung: Daniel Berger
Illustrationen (Umschlag und Innenteil): René Amthor, Hilden
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 2023
© 2023 Hogrefe Verlag, Bern
(E-Book-ISBN_PDF 978-3-456-96306-8)
(E-Book-ISBN_EPUB 978-3-456-76306-4)
ISBN 978-3-456-86306-1
<https://doi.org/10.1024/86306-000>