

Sven Broder

Papa steht seinen Mann

Von der Kunst, Vater zu sein und
Mannsbild zu bleiben

Beobachter

Inhalt

Vorwort	10
01 Der Mann an ihrer Seite	12
01.1 Ja sagen zum Kind	14
01.2 Heimlich verhüten	16
01.3 Die Pille für den Mann ist spitz	18
01.4 Hodenbaden nach Zürcher Art	19
01.5 Beim Schwangerschaftstest positiv bleiben	21
01.6 In welcher Woche ist sie denn?	23
01.7 Die Beschwerden einer Schwangeren	24
01.8 Frau verwöhnen in 42 Wochen	25
01.9 Die Geburt einleiten mit Sex und Rhizinusöl	31
01.10 Der Wehencocktail	32
01.11 Der Muttermund lügt nicht	33
01.12 Tuts fest weh?	34
01.13 Sich vor dem Kreissaal drücken, ohne das Gesicht zu verlieren	40
01.14 Wenn es mal wieder länger dauert	41
01.15 Die etwas andere Hausgeburt	43
01.16 Beauty-Tipp Käseschmiere	56
01.17 Ugly Kid	57
01.18 Neulich am Planschbecken	59
02 Der Mann im Haus	62
02.1 Jungfernfahrt mit Kinderwagen	64
02.2 Papi, die Krankenschwester	65

02.3	Verstopfte Kinder	66
02.4	Wadenwickel und Co.	69
02.5	Schnäbelishow und Schneckenparade	70
02.6	Begegnung mit einer Schnapsdrossel	72
02.7	Drogen nehmen mit Kindern im Haus	74
02.8	Den Kater vertreiben	77
02.9	Ein schlechtes Vorbild sein	80
02.10	Mein Freund, das Babyfon	82
02.11	Organisation ist alles	84
02.12	Kein Neid auf Schwule	87
02.13	Allein zu Hause: Das gönne ich mir	88
02.14	Frauen unter Frauen	91
02.15	Einem Nacktwanderer in die Augen sehen	92
02.16	Der kleine Unterschied	94
02.17	Zielen will gelernt sein	94
02.18	So reden Sie sich das Kinderbassin gesund	96
02.19	Papi, der Superheld	97
02.20	Papi, der Angsthase	100
03	Der Mann im Bett	104
03.1	Ein Männerwitz	106
03.2	Störfaktor Kind	106
03.3	Warum überhaupt Sex?	108
03.4	Sex nach Plan	108
03.5	Sex und Stress	110
03.6	Die sanfte Penetration	110
03.7	Den Orgasmus hinauszögern	111
03.8	Der dicke Hals	111
03.9	So klappts garantiert – oder auch nicht	113
03.10	Holen Sie Frau zurück ins Bett	113

03.11	Ein schönes Ritual	114
03.12	Liebe an und für sich	115
03.13	Mann. Im Dunkeln. Vor dem Computer	116
03.14	Lustbringer aus dem Kräutergarten	118
03.15	Damianalikör, das Liebesrezept	122
03.16	Mit fremden Frauen flirten – und den Absprung nicht verpassen	124
03.17	Kaufen Sie sich neue Unterhosen	127
03.18	Die richtige Ablenkung	129
04	Der Mann im Stress	132
04.1	Fluchen, aber richtig	134
04.2	Fluchen, aber schöner	136
04.3	Sing mal wieder	138
04.4	Dein Sohn, das Mädchen	140
04.5	Nature versus nurture	141
04.6	Und das sagt der schwule Psychologe	144
04.7	So behält der Zipfel seine Mütze	146
04.8	Die richtige Waffe ziehen	148
04.9	Ein besserer Vater werden	149
04.10	Kinder zähmen ohne Zuckerbrot – und ohne Peitsche	150
04.11	Erziehung von gestern	152
04.12	Leben im Schwitzkasten Familie	159
04.13	Von Sandkastendiktatoren und Erziehungsweicheiern	160
04.14	Dem Kind ein Spielzeug ausreden	162
04.15	Ferien, die diesen Namen verdienen	163
04.16	Einen Helm mit Fassung tragen – oder eben nicht	166
04.17	Ein Sarg voller Leben	168
04.18	Glück haben	169
04.19	Wie viel Sieg tut gut?	170

04.20	Das macht Frau Eindruck	174
04.21	Die Timoschenko-Krone	175
04.22	Das perfekte Geschenk für sie	175
04.23	Die Spielregeln der Liebe	178
04.24	So beeindruckt man den Schwiegervater	181
05	Das Kind im Mann	184
05.1	Einen Papierflieger falten, der auch wirklich fliegt	186
05.2	Eine Baumhütte bauen in einer Stunde	188
05.3	Eine Seifenkiste bauen, die bremsen kann	189
05.4	Aus einem Abfallsack einen Flugdrachen basteln	192
05.5	Tierstimmen imitieren	196
05.9	Einen Fisch fangen auf Grund	197
05.10	Ein lustiges Comic-Tierchen zeichnen	200
05.11	Eine Gute-Nacht-Geschichte erfinden	204
06	Väter im Test	208
06.1	Bin ich ein guter Vater?	210
06.2	Ihre Ergebnisse	214