

NORBERT GOLLUCH

DAS SURVIVAL- HANDBUCH FÜR VÄTER

ENTSPANNT VOM
SCHWANGERSCHAFTSTEST
BIS ZUM ABITUR

riva

© des Titels »Das Survival-Handbuch für Väter« von Norbert Golluch (ISBN Print: 978-3-7423-1016-3)
2019 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.riva-verlag.de>

INHALT

<i>EIN PAAR WÖRTE VORWEG ...</i>	11
<i>GRUNDKURS VATER</i>	15
Die Lieferung	15
Auspacken?	16
Du bist nicht mehr die Nummer eins	17
Porsche oder Baby?	18
<i>0 BIS 2 JAHRE: DAS BABY – KLEIN ABER OHA!</i>	21
Wie soll es denn heißen?	21
Vergiss deinen Alltag!	29
Vorsicht, Babys versklaven ihren Vater!	29
(Alb-)Traumhafte Nächte	30
Die besten Tricks, um ein Baby zum Einschlafen zu bringen	33
Es schläft endlich!	39
Was darf es, was darf es nicht? – Ernährungsfragen	40

Vergiss deinen alten Freundeskreis!	42
Rosa für Emma, Blau für Paul?	43
Ist mit Baby alles in Ordnung?	45
Wann läuft es denn endlich?	46
Nix happa-happa, Papa!	47
Der Haushalts-Kompatibilitätstest	49
Weitere bekannte Inkompatibilitäten	50
Ich glaube, ich habe eine Windelallergie!	51
Es hat so merkwürdige rote Flecken	53
Immer hinterm Trend herjoggen?	56
Mein Baby macht mich fertig!	61
2 BIS 5 JAHRE: DAS KLEINKIND	63
120 Prozent Leistung mit dem Super-Coach!	64
Papa und die Mode	65
Das Ende deiner Erziehung	66
Allein unter Aliens? –	
Als Vater auf dem Spielplatz	68
6 BIS 12 JAHRE: DAS SCHULKIND	71
Käufer oder Kleber?	71
Viel wichtiger: die richtigen Klamotten	73
Alles Hochbegabte!	74
Mäuse, Hamster, Pony, Hund und Katze	76
Der Bildschirm-Krieg	81

Suchterkrankung oder Sportart?	83
Der Outdoor-Vater	86
Der Wochenendausflug	87
Papa, du hast im Test schon wieder null Punkte!	94
Der hat mich gehauen!	96
Väter und Fußball	97

**12 UND MEHR JAHRE: BESSER,
WENN SIE GRÖßER WERDEN?**

12 UND MEHR JAHRE: BESSER, WENN SIE GRÖßER WERDEN?	101
Ja, die Eltern werden irgendwann peinlich . . .	101
Allwissende Väter?	104
In Konkurrenz mit DJ Asshole und der Twerk Queen	106
Alles von sich werfen	108
Das Prinzip Chaos	110
Piercings und Tattoos	111
»Jo, Kiddies, was geht ab in der Possi?« . . .	113
Geh doch sterben, du Aslak!	114
So was von peinlich, Mama!	116
Partyyyy!!!	119
Junge Liebe in Aktion	122
Wie man sie los wird	124
Das Haus ist ja so groß ohne Kinder	125