

**RALF RUHL**

*Kinder machen*

***Männer stark***

*Vater werden, Vater sein*

***Rowohlt Taschenbuch Verlag***

# **Inhalt**

***Kinder machen Männer stark 9***

***Der Kinderwunsch -***

***Ein Lebenswunsch 14***

***Exkurs: Andere Völker, andere Zeiten, andere Mythen 15***

***Die Verhütungsfrage 17***

***Männer und ihr Kinderwunsch heute 21***

***Tipps zum Kinderwunsch 26***

***Über werdende Väter -***

***Die Schwangerschaft 28***

***Freude und Stolz, Angst und Neid 30***

***Freude aufs Kind: Der Vater als Sohn 38***

***Schwangerschaft - Krise für die Partnerbeziehung 42***

***Gespräche mit dem Kind im Bauch 47***

***Väter in der Geburtsvorbereitung 57***

***Tipps für werdende Väter 58***

***Tipps für das Paar im letzten Drittel des Schwangerschaft \$9***

***«Ereignis kosmischen Ausmaßes» -***

***Die Geburt 63***

***«Du bist willkommen. Ich bin dein Vater.» 64***

***«Fast wie Weihnachten» 67***

***«Momente intensiver Liebe » 69***

***Väter wollen beteiligt sein! 71***

***Tipps zur Geburt 73***

***Alles wird anders -***

***Das Leben als Vater 75***

***Wie fühlt es sich an, Vater zu sein ? 78***

*Unter Müttern 85*  
*Paar und Familie 88*  
*Kontakt zum Kind 94*  
*Vaters Sohn 100*  
*Vaters Tochter 103*  
*Grenzen, Orientierung, Rituale 104*  
*Schlaf für Vater und Kind 107*  
*Was tun, wenn es schreit? 110*

### **Eine Rarität -**

*Väter im Erziehungsurlaub 117*  
*Finanzprobleme 118*  
*Auswirkungen auf die Familie 120*  
*Reaktionen im Betrieb 122*  
*Männer als Berufsrückkehrer 125*  
*Rechtliche Grundlagen für Erziehungsurlaub und Erziehungsgeld 127*  
*Modell Schweden 129*  
*Tipps für Väter, die Erziehungsurlaub nehmen wollen 133*

### **Das bittere Ende -**

*Trennung und Scheidung 134*  
*Trennungsgründe 135*  
*Die materielle Situation nach der Trennung 137*  
*Kinder und Sorgerecht 140*  
*Reaktionen auf Scheidung 142*  
*Mediation 143*  
*Tipps für Eltern in Trennungssituationen 148*

### **Anhang 150**

*Nützliche Adressen 750*  
*Interessante Web-Seiten 152*  
*Zeitschriften zum Thema 753*  
*Hilfreiche Broschüren 154*  
*Zitierte und empfehlenswerte Literatur 154*