

DER
B R O
CODE
FÜR ELTERN

DAS BUCH FÜR LEGENDÄRE
VÄTER UND MÜTTER

Das Buch
zur TV-Serie

how i
met your
mother

Barney Stinson mit Matt Kuhn



riva



Dieses Buch gehört:



EBENFALLS VON BARNEY STINSON
IM RIVA VERLAG ERSCHIENEN:

DER BRO CODE

DAS PLAYBOOK

DER BRO CODE FÜR UNTERWEGS

DER BRO CODE – HÖRBUCH

DAS PLAYBOOK – HÖRBUCH

*DER BRO CODE FÜR UNTERWEGS – HÖRBUCH
(DOWNLOAD)*

DER BRO CODE – IPHONE-APP

DER
B R O
CODE
FÜR ELTERN

— — — — —
DAS BUCH FÜR LEGENDÄRE VÄTER
UND MÜTTER

Barney Stinson

MIT MATT KUHN

riva



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://d-nb.de> abrufbar.

Für Fragen und Anregungen:

barneystinson@rivaverlag.de

1. Auflage 2012

© 2012 by riva Verlag, ein Imprint der

Münchener Verlagsgruppe GmbH

Nymphenburger Straße 86

D-80636 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Die amerikanische Originalausgabe erschien 2012 bei Touchstone, a Division of Simon & Schuster, Inc. unter dem Titel *The Bro Code for Parents. What to Expect When You're Awesome*. Copyright TM & © 2012 by Twentieth Century Fox Film Corporation. All rights reserved. This edition published by arrangement with the original publisher, Touchstone, a Division of Simon & Schuster, Inc.

Übersetzung: Manfred Allié
Redaktion: Caroline Kazianka
Satz: satz & repro Grieb, München / Carsten Klein, München
Druck: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm
Printed in Germany

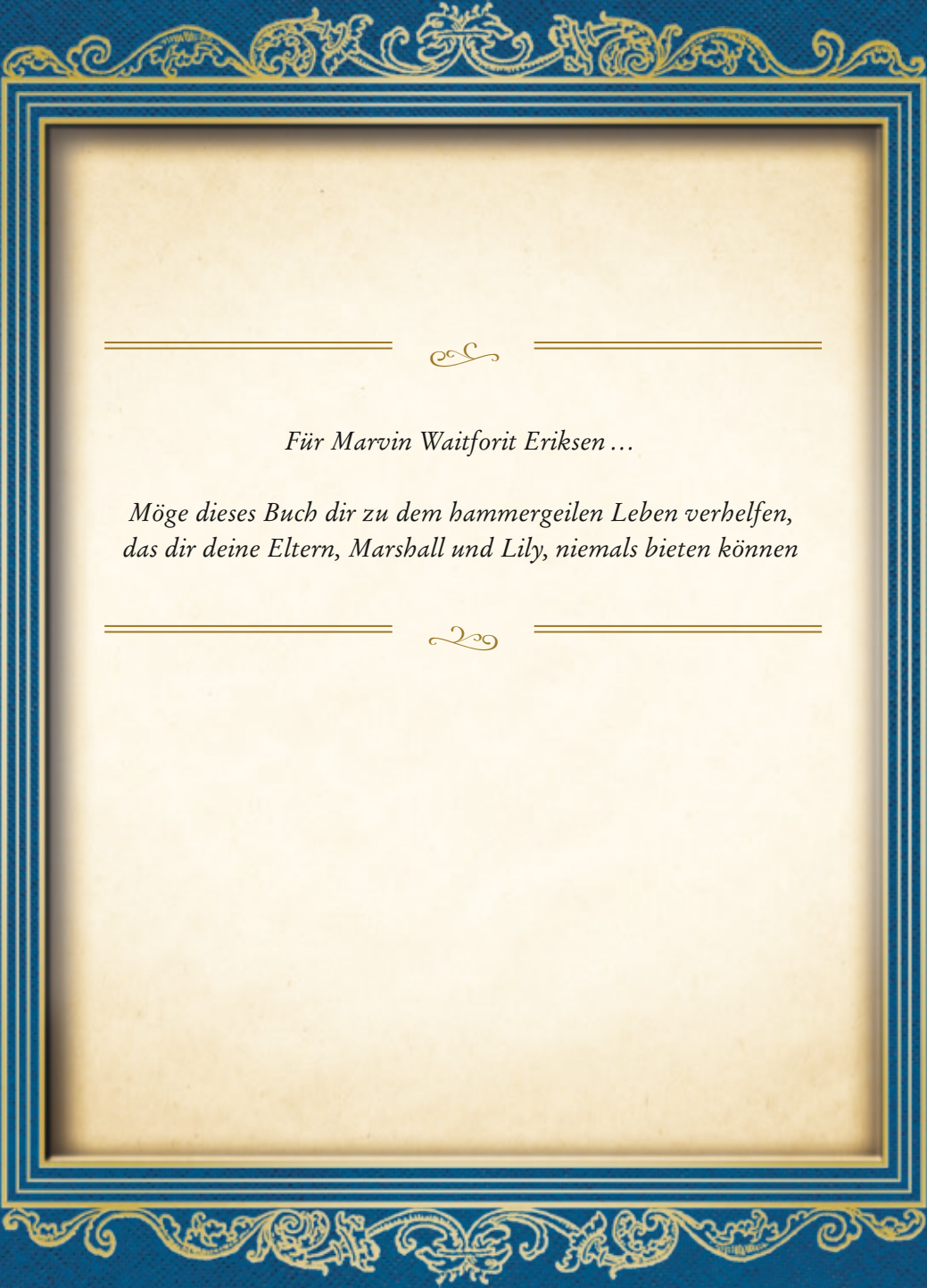
ISBN Print 978-3-86883-252-5

ISBN E-Book (PDF) 978-3-86413-242-1

Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

www.rivaverlag.de

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlag unter
www.muenchner-verlagsgruppe.de



Für Marvin Waitforit Eriksen ...

*Möge dieses Buch dir zu dem hammergeilen Leben verhelfen,
das dir deine Eltern, Marshall und Lily, niemals bieten können*

WICHTIGER HINWEIS

Im Gegensatz zu dem, was ich unzähligen heißen Bräuten gelegentlich suggeriert habe, bin ich – und bin es auch nie gewesen – kein niedergelassener Kinderarzt, kein Psychologe und auch kein international tätiger Spion. Deshalb sollte niemand die Ansichten, Techniken und erschreckend umfassenden Ratschläge zum Thema Elternschaft, die ich in diesem Handbuch ausbreite, als allgemein anerkannte Tatsache oder wissenschaftlich erwiesene medizinische Wahrheit auffassen, auch dann nicht, wenn sie ausdrücklich als solche dargestellt werden. Ausgenommen der Abschnitt über Herz-Lungen-Reanimation bei Kleinkindern – der ist ziemlich genau.

Zu beachten: Die Parodien real existierender Bücher im *Bro Code für Eltern* stehen in keinerlei Beziehung zu diesen Büchern und sind von ihren Autoren und Verlagen nicht autorisiert – was auf der Hand liegt, denn meine Versionen machen schließlich viel mehr her.

INHALT

Einführung 11

Warum ich dieses legendäre Buch geschrieben habe 13

Über dieses legendäre Buch 15

ERSTER TEIL: **WIE MAN SCHWANGER WIRD** 17

ZWEITER TEIL: **SCHWANGER – WAS NUN?** 40

DRITTER TEIL: **FRÜHE STADIEN DER KINDHEIT** 87

VIERTER TEIL: **DAS KRABELALTER** 127

Schlussbemerkung 167

Wie es weitergeht 168

Troubleshooting und FAQs 170

EINFÜHRUNG

Glückwunsch! Wenn ihr dieses wegweisende Buch in Händen haltet, habt ihr die folgeschwere Entscheidung getroffen, euch kopfüber in das wasserfreie Schwimmbecken des Elterndaseins zu stürzen. Eure Welt wird sich so grundlegend und dauerhaft verändern, wie ihr euch das in diesem Augenblick noch gar nicht vorstellen könnt. Den Gedanken, ein Kind großzuziehen, findet ihr sicher aufregend, faszinierend und wohl auch ein wenig verunsichernd, und zweifellos plagen euch ernste Sorgen in puncto Zukunft:

- Werde ich ein guter Vater / eine gute Mutter sein?
- Kann ich meinem Kind das Leben bieten, das es verdient?
- Werde ich je wieder guten Sex haben?
- Werde ich, nachdem ich dieses Kind aus meiner Gebärmutter gepresst habe, wieder meinen geilen Luxuskörper erhalten?
- Kann ich dieses Kind tatsächlich so sehr lieben wie mein eigenes Leben?

Zerbrecht euch nicht unnötig den Kopf, denn die Antwort auf all diese Fragen ist ein knallhartes Nein. Euer Leben ist gelaufen, Bros. Schluss. Vorhang zu und aus. Soll ich euch mal etwas verraten? Wir haben abgestimmt und euch zum neuen Bürgermeisterpaar von Deppenheim gewählt. Na ja, ich habe natürlich nicht mit abgestimmt, weil ich schließlich kein Depp bin. Aber wisst ihr, wer einer ist? Ihr. Dicke, fette, erbärmliche Deppen.

Aber es gibt noch Hoffnung. Nur weil euer Dasein plötzlich ein vor sich hintrocknender Fliegenschiss auf der Leinwand des Lebens ist, heißt das noch längst nicht, dass euer Kind ein ebenso verschüchterter, lahmarschiger, unappetitlicher Zombie werden muss, wie ihr es von jetzt an sein werdet. Und deswegen habe ich dieses Buch geschrieben – ich will euch dabei helfen, einen megageilen Sprössling heranzuziehen, der dann das großartige Leben führen kann, zu dem ihr selbst nicht mehr in der Lage seid, weil ihr nach der Entscheidung, die ihr gerade getroffen habt, emotionell und finanziell am Ende sein werdet. Aber mal ernsthaft: Danke, dass ihr dieses Buch gekauft habt.

WARUM ICH DIESES LEGENDÄRE BUCH GESCHRIEBEN HABE

Ihr fragt euch vielleicht, warum ausgerechnet ich, Barney »Freund aller Miesen« Stinson, ein Buch über das Kinderkriegen und die Elternschaft schreibe, wo ich doch selbst nicht Vater bin, ja den Großteil meines Erwachsenenlebens damit verbracht habe, genau diese Art von schicksalhaftem Missgeschick möglichst zu vermeiden. Die Antwort ist ganz einfach: Geld, ihr Blödmänner! War nur ein Witz. Ich habe es nicht zuletzt deshalb geschrieben, weil ich, als meine guten Freunde Marshall und Lily ihr erstes Kind bekamen, schnell kapiert habe, dass dieser Junge ohne mich niemals das lernen würde, was er im Leben wirklich braucht, Sachen wie »wie man Insekten in Brand steckt« beispielsweise, »wie man jemandem am besten unter den Rock fasst« oder »wie man einen Ständer geschickt verbirgt«.

Und wie komme ich auf die Idee, anderen helfen zu wollen? Weil ich ein Herz habe.

- Ich habe ein Herz für die unzähligen jungen Eltern, die ihr Leben sinnlos opfern, um Kinder großzuziehen, die Fußball für eine ernsthafte Sportart halten.
- Ich habe ein Herz für die Millionen von Kindern, die lernen, wie man teilt und zuhört, statt dass ihnen echte Überlebensstrategien beigebracht werden wie »lügen« und »Menschen ausnützen, um zu bekommen, was man haben will«.
- Und vor allem habe ich ein Herz für Amerika.

Klar, wenn die Leute den Namen Barney Stinson hören, dann denken sie automatisch an eine Sache: einen riesigen, allzeit bereiten Schwanz. Aber gleich ihr nächster Gedanke ist: ein gottesfürchtiger Patriot – der zufällig auch noch

einen riesigen, allzeit bereiten Schwanz hat. Ich bin überzeugt davon, dass die nächste Generation von Amerikanern die vielen Schwächen ihrer lahmarschigen Eltern wettmachen wird und dass diese Jungs eines Tages genauso geile Typen sein werden wie ich. Und dann sind wir nicht nur die größte Nation auf Erden, sondern auch die am besten gekleidete.¹

Kurz gesagt, ich schreibe dieses Buch, weil Leute, die sich für Pädagogen halten, unsere Jugend in eine falsche Richtung gelenkt haben. Und ich schreibe dieses Buch nicht etwa, weil meine Freunde Marshall und Lily gerade ein Baby bekommen haben und ich jetzt Angst habe, dass ich für sie nicht mehr so wichtig bin, es sei denn, ich tue, als wüsste ich jede Menge cooles Zeug über Babys – ich weiß gar nicht, wie jemand auf eine dermaßen abwegige Idee kommen kann.

¹ Anmerkung für nicht amerikanische Leser: Stört euch nicht an meinem Patriotismus. Denn wenn es eine Sache gibt, die wir alle im Laufe des letzten Jahrzehnts gelernt haben, dann die, dass die ganze Welt Amerika liebt – auch du, selbst wenn dir das nicht passt.

ÜBER DIESES LEGENDÄRE BUCH

Der *Bro Code für Eltern* ist chronologisch aufgebaut und erklärt zunächst, wie ein Baby am besten in den Bauch hineingebracht wird, dann wie man es aus besagtem Bauch wieder herausbekommt, und geht bis zu dem Punkt, an dem das Baby schließlich im Kindergarten abgeliefert wird – also alles, was Eltern eben so wissen müssen.

In das Buch eingestreut finden sich allerlei Geschichten, Lieder und Übungen, die das Lernen ein wenig auflockern sollen. Wollt ihr euch zum Beispiel mit eurem Kind hinsetzen und ihm einen Vortrag über den Unterschied zwischen Jungs und Mädels halten, oder möchtet ihr ihm diese wichtige Sache lieber anhand eines bebilderten Kinderliedes (*Ein Vogel wollte Hochzeit machen, schniederallala, schniederallala*) erklären? Ihr könnt nach Herzenslust zu diesen Einschüben vorblättern, wenn euch danach zumute ist, denn es ist wichtig, dass ihr eurem Kind schon frühzeitig vor Augen führt, dass Lesen äääääääätzend langweilig ist.

Bei der Lektüre des Buches wird euch auffallen, dass ich das Geschlecht eures künftigen Babys meist offenlasse. Ich hätte mich natürlich auf »er« oder »sie« festlegen oder sogar das Geschlecht wechseln können wie bei einem Tennisdoppel zwischen K. D. Lang und Jamie Lee Curtis auf der einen und Chaz Bono und Tyler Perry auf der anderen Seite, aber das wäre zu verwirrend gewesen.

Und vergesst nicht: Ihr sollt die ganze Sache genießen. Die Elternrolle sollte die lohnendste Aufgabe eures Lebens sein. Ich persönlich glaube das zwar nicht, aber da man es dauernd hört, muss es wohl stimmen.

Wenn ihr euch nach der Lektüre dieses umfassenden und informativen Ratgebers als Eltern immer noch ein bisschen unsicher fühlt, dann denkt daran, dass das Ziel im Grunde genommen ganz einfach ist:



*Sorgt dafür, dass eure Tochter keine Stripperin wird und
dass euer Sohn gerne Mädels vernascht.*



Viel Glück.



ERSTER TEIL

WIE MAN SCHWANGER WIRD

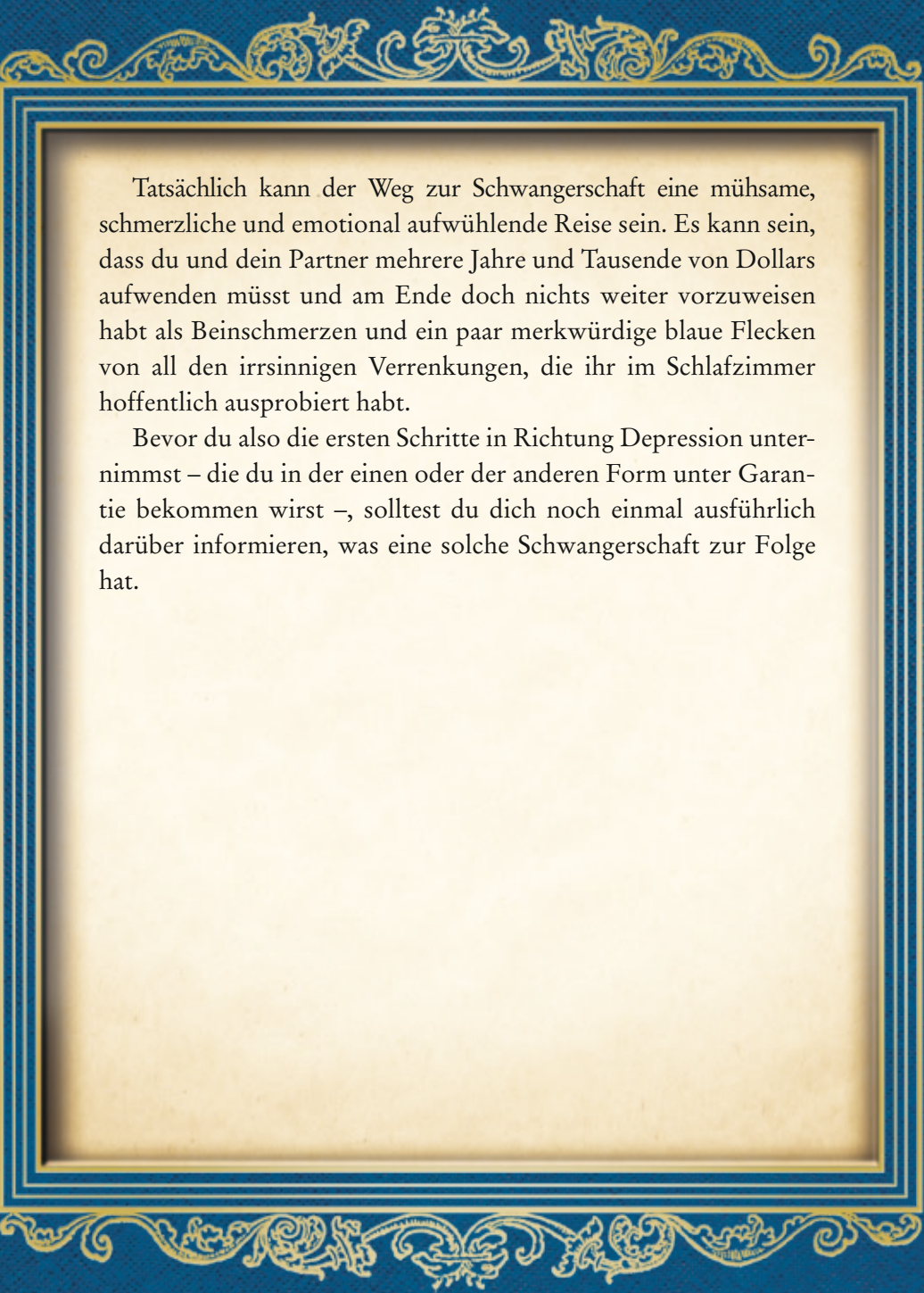


Wenn du als Frau dieses Buch in die Hand nimmst, bist du entweder schon schwanger oder du willst es unbedingt werden. Wenn du schon ein Kind erwartest – herzlichen Glückwunsch! Wenn du willst, kannst du zum nächsten Kapitel blättern oder zumindest den nächsten Absatz überspringen.

Wenn du aber noch nicht schwanger bist, ist dies deine letzte Chance, den womöglich größten Fehler deines Lebens zu vermeiden. Kinder sind laut, teuer, übelriechend und – teuer. Und was noch schlimmer ist: Selbst wenn du noch so wild entschlossen bist, eines zu bekommen, kann es schwerer sein, als du denkst, so einen sabbernden Mühlstein aus Fleisch und Blut zu produzieren, der dir dann bis an dein Lebensende um den Hals hängt und höchstwahrscheinlich noch darüber hinaus.

Vielleicht haben deine Eltern oder ein wohlmeinender Lehrer dir eingeredet, dass man einfach durch Sex schwanger werden kann. Wie ich zahllosen jungen Frauen in aller Welt in privaten Seminaren erklärt habe, ist das schlicht und ergreifend falsch – vorausgesetzt natürlich, man redet nicht miteinander, sieht sich nicht an und hat auch nie wieder etwas miteinander zu tun.





Tatsächlich kann der Weg zur Schwangerschaft eine mühsame, schmerzliche und emotional aufwühlende Reise sein. Es kann sein, dass du und dein Partner mehrere Jahre und Tausende von Dollars aufwenden müsst und am Ende doch nichts weiter vorzuweisen habt als Beinschmerzen und ein paar merkwürdige blaue Flecken von all den irrsinnigen Verrenkungen, die ihr im Schlafzimmer hoffentlich ausprobiert habt.

Bevor du also die ersten Schritte in Richtung Depression unternimmst – die du in der einen oder der anderen Form unter Garantie bekommen wirst –, solltest du dich noch einmal ausführlich darüber informieren, was eine solche Schwangerschaft zur Folge hat.

SEID IHR BEREIT FÜR EIN KIND?



Wenn ihr darüber nachdenkt, ob ihr ein Kind haben wollt, solltet ihr euch als Erstes fragen: »Bin ich wirklich nüchtern?« Jeder von uns hat schon einmal Dummheiten gemacht, wenn er betrunken war, hat zum Beispiel versucht, die Lieferwagen-Surfszene aus *Teen Wolf* nachzuspielen, hat mit einem Mädchen geschlafen, dem die Haare ausgehen, oder ein Polizeipferd gestohlen, um vor einem Mädchen, dem die Haare ausgehen, die Flucht zu ergreifen... Aber eine so wichtige Entscheidung wie diese sollte man nicht unter Alkoholeinfluss fällen.

Die Frage, um die es hier geht, lautet: »Bin ich wirklich bereit, Mutter beziehungsweise Vater zu werden?« Als Eltern werdet ihr Verantwortung tragen müssen, und das schließt Dinge ein wie:

- jede Nacht vor drei Uhr morgens zu Hause sein,
- statt schicker Klamotten hässliche Pullover und Hochwasserhosen tragen,
- *Wohnen und Garten* abonnieren und mit anderen darüber reden,
- Steuern zahlen,
- Sex mehr oder weniger ausschließlich mit ein und derselben Person haben.

Viele machen sich mit gutem Grund Sorgen über derart tief greifende Veränderungen in ihrem Lebenswandel, und nicht alle sind bereit, ihren Hang zur Geselligkeit, die Ortsungebundenheit, die ausreichenden finanziellen Kapazitäten, ein hohes Selbstwertgefühl, relative Ruhe, viel Sport, flexible Terminplanung und regelmäßigen Schlaf gegen die Freuden einzutauschen, einem Baby den Durchfall von Beinen, Händen und Gesicht zu wischen.

Um herauszufinden, ob ihr wirklich bereit für die Elternschaft seid, solltet ihr das folgende Lifestyle-Quiz machen.