

SABINE BODE

# Kinder sind ein Geschenk,



Von der Autorin  
des Bestsellers

»Älter werden  
ist voll sexy,  
man stöhnt  
mehr!«

aber ein  
**Wellness-  
gutschein**  
hätt's auch getan



ullstein





SABINE BODE

**KINDER  
SIND EIN  
GESCHENK,**



**ABER EIN  
WELLNESS-  
GUTSCHEIN  
HÄTT'S AUCH GETAN**

Besuchen Sie uns im Internet:  
[www.ullstein.de](http://www.ullstein.de)

**Wir verpflichten uns zu Nachhaltigkeit**



- Klimaneutrales Produkt
- Papiere aus nachhaltiger  
Waldwirtschaft und anderen  
kontrollierten Quellen
- [ullstein.de/nachhaltigkeit](http://ullstein.de/nachhaltigkeit)

Das vorliegende Werk ist eine aktualisierte und erweiterte Ausgabe,  
erstmals 2016 erschienen beim Lappan Verlag, Oldenburg.



Erweiterte und aktualisierte Ausgabe im Ullstein Taschenbuch

1. Auflage November 2022

© Ullstein Buchverlage GmbH, Berlin 2022

Lektorat: Oliver Domzalski

Umschlaggestaltung: zero-media.net, München

Titelabbildungen: © FinePic®, München

Satz: Pinkuin Satz und Datentechnik, Berlin

Druck und Bindearbeiten: CPI books GmbH, Leck

ISBN 978-3-548-06751-3

Für meine Mutter

*(»Kind, willste 'n Bütterken?«*

*»Nö, bin satt.«*

*»Ja, wat willste denn drauf?«)*



# INHALT

Vorwort	
DAS GEHT RAUS AN ALLE ELTERN .....	II
Schnelltest	
WAS SEID IHR DENN FÜR ELTERN? .....	15
Wie wir uns schon vor der Geburt verrückt machen lassen	
SCHÖN SCHWANGER? SCHEIB DRAUF! .....	21
Warum die Auswahl des Betreuungspersonals so schwierig ist	
QUALITÄTSZEIT FÜR EINE HANDVOLL DOLLAR .....	28
Wie andere erkennen, was wir eigentlich sagen wollten	
ELTERN SAGEN, ELTERN MEINEN. ....	33
Warum Eltern-Kind-Turnen einem den Rest gibt	
BETREUTES KLATSCHEN .....	35
Wie man den richtigen Kindergarten erkennt	
DER GROBE KITA-CHECK .....	41
Wie wir den Haushalt (nicht) in den Griff kriegen	
DEKO-EULEN NACH ATHEN .....	43
Warum manche Eltern eine Kinder-Hotline bräuchten	
14 JAHRE UMTAUSCHRECHT .....	51



Wenn Eltern im ständigen Bildungsmodus sind GENIAL? DANEBEN! .....	55
Wie wir uns perfekt auf das Leben mit Kind vorbereiten ELTERNÜBZEIT .....	61
Warum Allwetter-Spielplätze unbedingt zu meiden sind STOPPERSOCKENHÖLLE .....	64
Warum Schule nicht gleich Schule ist TOTAL OLDSCHOOL .....	70
Weshalb moderne Mütter nie Zeit haben BURN-OUT MIT BOMMELN DRAN. ....	78
Wieso Einkaufen mit Kindern den letzten Nerv raubt TOMATENMASSAKER UND TORNISTERTORTUR .....	83
Weshalb moderne Kinderbücher todlangweilig sind CONNI MIT DER SCHEIBE IM HAAR. ....	89
Wieso Kindergeburtstage inzwischen Mega-Events sind KINDERSEKT UND KAVIAR .....	95
Warum All-Inclusive so anstrengend ist URLAUB AM SEIDENEN BÄNDCHEN .....	101
Wie man so tut, als würde man fremde Kinder mögen DAS LEBEN DER ANDEREN .....	108
Warum Eltern vom Landleben träumen GENERATION GÜLLE .....	III
Wenn Kinder nicht aufstehen wollen DAS MORGEN-MONSTER .....	II7

Gedicht zum Sonntag WENN KINDER NICHT IN DIE HEIA WOLLEN .....	124
Warum Spassbäder die Hölle auf Erden sind DAS GEKACHELTE TOR ZUR UNTERWELT.....	125
Was das Lehrpersonal bei Ausflügen beachten muss DER KLASSENFAHRTSFEIND .....	131
Warum Aktiv-Eltern manchmal nerven DAS GRAUEN IN FUNKTIONSKLEIDUNG .....	135
Warum wir keine Serien-Remakes brauchen DAS MIT DEN BLUMEN UND DEN BIENEN.....	140
Wieso Erziehungsratgeber nichts nützen THEY DON'T NEED NO EDUCATION .....	146
Bonuskapitel: Wie uns kleine Tiere das Fürchten lehren VON LÄUSEN UND MENSCHEN.....	152
Bonuskapitel: Warum eine Mutter-Kind-Kur NICHT entspannt SEELENSTRIP IM SAUERLAND.....	159
DIY-Ende.....	172



## VORWORT

# DAS GEHT RAUS AN ALLE ELTERN

*Herzlichen Glückwunsch zum Kauf dieses Buches! Was es Ihnen bringen wird? Ehrlich gesagt: Ich weiß es auch nicht. Wenn Sie Ihr Leben verändern wollen, dann lesen Sie einen dieser hippen Ratgeber: Darm mit Charme oder Filz für die Milz oder auch Nieren mit Schlieren.*

*Wenn Sie Mutter oder Vater sind und dieses Buch selbst gekauft haben, dann haben Sie es wahrscheinlich einfach so in den Einkaufskorb geworfen. Wenn man schon einen Parkplatz in der Stadt bekommen hat, will man ja auch mal was Schönes kaufen, nicht nur Dinkelstangen und Baldrian.*

*Vielleicht haben Sie's auch geschenkt bekommen. Von »guten Freunden«, die meinen, dass Sie dringend mal ein bisschen Aufmunterung gebrauchen könnten, weil Sie seit der Geburt der nötigen Nachkommenschaft anscheinend kaum noch Spaß am Leben haben. Diese Leute sind natürlich die längste Zeit Ihre Freunde gewesen. Es sind dieselben, die*

einen in einer depressiven Phase überreden wollen, doch mal auf ein Konzert von The Cure zu gehen. Sie können sich rächen, indem Sie ihnen auch mal was Fieses schenken, etwa Inka Bauses Autobiografie Schmalz auf unserer Haut, Arnold Schwarzeneggers Kinderbuch Conan, der Barbapapa oder einen Deko-Frosch in Yoga-Pose.

Oder aber, hey, ertappt: Sie sitzen gerade in der trendigen Kunstlederlounge einer großen Buchkette, schlürfen einen Milchkaffee und gucken erst mal, ob dieses Buch was taugt, weil Sie ja ein kritischer Konsument sind. Allerdings gehören Sie dann nicht zur Zielgruppe der dauergestressten Erziehungsver-sager, die zwischen Zwieback und Zalando hin- und herhecheln und für solche Luxuspausen gar keine Zeit haben.

Wie auch immer Sie zu diesem Buch gekommen sind, eins vorweg: Es wird Ihnen nicht viele neue Perspektiven aufzeigen, denn mal ehrlich: Für uns Eltern ist der Zug doch eh abgefahren. Wir sind die, die immer ein bisschen Haferbrei auf der Schulter haben, die nie zurückrufen und immer sagen: »Ja, wo isser denn?«, auch wenn die Antwort darauf klar ist: »Mutter, ich liege hier bei 38°C im Schatten in einer nassen No-Name-Windel, weil du mich vor genau vier Stunden dort hingelegt hast, und jetzt fragst du mich allen Ernstes, WO ICH BIN?«

*Wir haben keine Zeit für Freunde, Hobbys und Körperreinigung. Wenn wir im Bett eine wiederkehrende Fantasie haben, dann heißt sie »Schlafen«. Und das Tablet, für das wir immer noch kein Jugendschutzprogramm eingerichtet haben, finden wir im Kühlschrank neben der Butter.*

*Wenn Sie dieses Buch trotzdem lesen möchten, dann teilen Sie sich dieses Projekt am besten in kleine Schritte ein. Man muss sich überschaubare Ziele setzen, Sie kennen das vielleicht aus der Therapie. Vielleicht schaffen Sie's beim ersten Mal bis Seite fünfzehn. Und wenn Sie dann in vier bis sieben Jahren weiterlesen, wird sich vielleicht ein Hauch von Schmunzeln über Ihr schmerzverzerrtes Gesicht legen, und Sie werden sagen: »Mist, jetzt habe ich es mit der allerletzten Kraft meines ausgemergelten Körpers bis zum Ende geschafft. Ich weiß zwar immer noch nicht, was ich mit meinem verwirkten Leben anfangen soll, aber ach, es ist schön zu wissen: Andere wissen es auch nicht! Also, tun Sie einfach mal was total Verrücktes. Sagen Sie Ihrem Kind, dass es ruhig ohne Mütze rausgehen kann, machen Sie sich beim Spielen von »Tempo, kleine Schnecke« vor Spannung in die Hose – oder lesen Sie dieses Buch. Aber damit es hinterher keine Beschwerden gibt: Sollte ich auf den folgenden Seiten jemanden beleidigen, verleumden oder durch ein kakaohaltiges Getränk*

*ziehen, das Spuren von Nüssen enthalten kann, dann möchte ich hiermit ganz klar betonen: Ich waaaar das nicht! Das war die Bonita-Florida von nebenan! Woohhl!*



**SCHNELLTEST**

# **WAS SEID IHR DENN FÜR ELTERN?**

*Sie wollen jetzt allen Ernstes ein Buch lesen, statt Ihrem Kind die Lateinvokabeln in die Butterbrotdose zu ritzen oder endlich die Petition gegen den Einsatz von Weißmehl in der Schulkantine zu unterzeichnen? JA, WAS FÜR ELTERN SIND SIE EIGENTLICH? Finden Sie es heraus.*



# DIE AMBITIONIERTEN

**BESONDERE MERKMALE:** Mitglied in der Elterninitiative »Abi in 6 Jahren«, Besuch der bilingualen Krabbelgruppe »Little Devils«

**BELIEBTE VORNAMEN:** Albert, Alfred, Amadeus

**KINDERZIMMERAUSSTATTUNG:** Teststation zur Schmelztemperatur von Transformerfiguren in der Forscher-Ecke, Billy-Regal mit der gesamten Encyclopedia Britannica

**LIEBLINGSURLAUBSZIEL:** Spielplatz hinter dem Massachusetts Institute of Technology

**SCHÖNSTER MOMENT:** Als Isaac den Wettbewerb »Jugend forscht« gewann – mit einem Vorschlag zur Umfunktionierung der Region um Fukushima als Jochen-Schweizer-Wellness-Resort

**KLINGELTON:** Beethovens 5. Symphonie

**TYPISCHER SATZ:** »Du hast schon wieder 'ne Eins minus? Tja, Pech. Das geht vom Taschengeld ab.«

# DIE FAIR-TRADE-ELTERN

**BESONDERE MERKMALE:** Können Wind of Change auf der pentatonischen Holzflöte pusten, setzen ausgekämmte Nissen zur artgerechten Haltung im Freiland aus

**BELIEBTE VORNAMEN:** Walburga, Kriemhild, Jolante

**KINDERZIMMERAUSSTATTUNG:** Weidenkörbchen mit Hanffutter als Schlafeccke, Barbiepuppen aus Holzstöcken mit Basthaaren und Filzbikini

**LIEBLINGSURLAUBSZIEL:** Garten hinterm Haus (beste Ökobilanz)

**SCHÖNSTER MOMENT:** Als wir trotz der selbst gebastelten Verhüttertütchen aus Märchenwolle schwanger wurden

**KLINGELTON:** Gänsehaut: Karl, der Käfer

**TYPISCHER SATZ:** »Ihh, an dem Kaffee klebt das Blut kolumbianischer Waisen Kinder!«

# DIE QUARTZ-4-ELTERN

**BESONDERE MERKMALE:** Können einhändig Windel wechseln – die andere Hand kreist derweil überm Aschenbecher

**BELIEBTE VORNAMEN:** Cheyenne-Melody, Kodi, Sydney-Savannah

**KINDERZIMMERAUSSTATTUNG:** Durchdachtes Farbkonzept in Beige und Creme mit raffinierter Stuyvesant-Optik, Verkehrssteppich von Poco-Domäne mit Brandflecken, original Pappaufsteller vom HB-Männchen

**LIEBLINGSURLAUBSZIEL:** Marlboro Country

**SCHÖNSTER MOMENT:** Als die Kinder unterm Weihnachtsbaum riefen: »Boah, krass, Alter, 'ne Eins-a-Dunstabzugshaube!«

**KLINGELTON:** Deep Purple: Smoke on the water

**TYPISCHER SATZ:** »Wer nicht raucht, ist feige.«