

Reidunn Stuedahl

Ein Glück, dass es Oma und Opa gibt!

**Warum Großeltern und Enkel
so wichtig füreinander sind**

**Illustrationen von Katja Lechthaler
Fotografien von Florentine Schwabbauer
und Hansjörg Künzel**

beustverlag

**des Fürstentums Liechtenstein
Vaduz**

Inhalt

	Einleitung.....	10
	Vom Verhältnis mischen den Generationen	
01	Das erste Enkelkind	14
	Die erste Begegnung.....	16
	Großvater-Freude.....	16
	Ohne eigenes Zutun ein Kind bekommen.....	17
	Ewig leben durch die Enkel.....	18
	Sollen Großeltern helfen?.....	19
	Verantwortungen definieren.....	20
	Großelterlicher Liebeskummer.....	21
02	Wärme und Nähe.....	23
	Uneigennützig Liebe.....	24
	Wiederentdeckung der Langsamkeit.....	24
	Den Augenblick genießen.....	26
	Förderung menschlicher Qualitäten.....	27
	Ausbildung der Liebesfähigkeit.....	28
	Ruhepol Beständigkeit.....	29
	Großeltern sind auch nur Menschen.....	30
	Lebenswichtige Urerfahrungen: Persönliche Wertschätzung.....	32
	... und Interesse.....	34
	Von der Macht der Worte.....	36
03	Wandel der familiären Beziehungen.....	39
	Einzigartige Gefühlstiefe.....	40
	Enkel steigern das Selbstwertgefühl.....	43
	Eltern und Großeltern sehen einander mit anderen Augen...	44
	Enkelkinder sehen ihre Eltern in anderem Licht.....	45

	Andere Altersstufen, andere Kommunikationsformen.....	47
	Ganz wichtig: frühzeitiger Kontakt.....	48
	... und anhaltendes Interesse.....	48
	Können Jugendliche und Großeltern einander verstehen?.....	49
	Die Bedeutung von Großeltern für die Entwicklung Jugendlicher.....	52
	Natürlicher Beziehungswandel.....	55
05	Ersatzgroßeltern	57
	Kinder wissen, was sie brauchen.....	58
	Gesucht: Ersatzgroßeltern.....	59
	Großmutterschoß zu verleihen.....	60
	 §om Miteinander	
06	Kinderbetreuung.....	65
	Großeltern als Krisenhelfer.....	66
	Wenn Großväter Vaterfreuden nachholen.....	67
	Wie kleine Kinder Großväterherzen erweichen.....	69
	Großmütter: Es gibt solche und solche.....	72
	Pro und kontra: die Oma als Kinderfrau.....	72
	Kinderhüten kann ermüden.....	74
	Kinderhüten will dosiert sein.....	75
	Wenn die Oma arbeitet.....	76
	Feste Dates.....	78
	Distanziertere Großeltern.....	80
	Auch Großeltern müssen ihr eigenes Leben führen.....	81
07	Alltags- und Ferienzeiten.....	83
	Alle unter einem Dach.....	84
	Wenn die Großeltern in der Nachbarschaft leben.....	85
	Kein Problem: eine Stunde Fahrzeit.....	86

Inhalt

	Nicht unbedingt ein Hindernis: mehrstündige Fahrzeiten....	87
	Durch Ländergrenzen getrennt.....	88
	Unvergessliche Wochenenden und Ferien.....	91
	Die gute alte Zeit: Großeltern gestern.....	93
	Glückliche Sommertage bei Oma und Opa.....	94
	Die Großeltern bei der Arbeit erleben.....	94
	Verschwegene Gefühle.....	95
08	Bindeglied zur Vergangenheit.....	97
	In Gedanken ist Uroma lebendig.....	98
	Einordnung in den Stammbaum.....	98
	Nichts ist spannender als selbst Erlebtes.....	99
	...Alltägliches aus grauer Vorzeit.....	100
	... und Geschichten über die eigene Familie.....	101
	Sprechende Erinnerungsstücke.....	102
	Ein mythischer Stein.....	103
09	Vermittler von Kulturschätzen	105
	Mit Oma und Opa ins Museum und Theater.....	106
	Bitte, lies mir etwas vor!.....	107
	Vorlesen erweitert den Wortschatz.....	108
	Märchenwelten.....	109
	Märchen, nein danke?.....	111
	Märchen als Sesam-öffne-dich.....	112
	Märchen erfinden.....	114
	Märchen als Seelentherapie.....	115
	Märchen fürs Krankenhaus.....	116
	Märchen und Spiel.....	117
	Ein Sage, vor Ort erzählt.....	119
	Vermittler von Wissen und Know-how.....	121
	Praktische alltägliche Fertigkeiten.....	122
	Künstlerische Talente fördern.....	124
	Leibesübungen.....	125
	Erfahrungen in der Natur.....	128
	Hilfe bei den Hausaufgaben.....	129

Gemeinsame Mahlzeiten.....	131
Omas Kochschule.....	132
Liebe geht durch den Magen.....	133
Erziehungsfragen.....	137
Erstes Gebot: Großeltern mischen sich nicht ein.....	138
Zweites Gebot: Den Enkeln nicht nach der Pfeife tanzen.....	141
Drittes Gebot: Eltern müssen den Großeltern Spielraum zubilligen.....	143
Viertes Gebot: Kinder müssen wissen, wer ihnen was zu sagen hat.....	144
Krankheit Alter und Tod	147
Einsamkeit oder Gemeinsamkeit?.....	148
Angst vor Alter und Tod?.....	149
Vorbereitung der Enkel auf den Tod.....	152
Erinnerungen an die Verstorbenen.....	154
Jugendliche und Alter	157
Öffentliche Kontaktbörsen für Junge und Alte.....	160
Mögliche Erschwernisse	
Räumliche und emotionale Distanzen.....	165
Wenn jeglicher Kontakt fehlt.....	166
Weshalb Großeltern und Eltern den Kontakt unterbinden.....	167
Gemeinsam und doch einsam.....	168
Auswirkungen räumlicher Trennungen.....	169
5 Eifersucht.....	173
Eifersucht zwischen Enkeln.....	174
... Eltern und Ex-Schwiegereltern.....	175

€	Scheidung.....	179
	Wie lässt die Ehe sich noch retten?.....	180
	Kinder wie Großeltern bewältigen Scheidungen langsam.....	181
	Großeltern als seelische und praktische Helfer.....	184
	Von geschiedenen Müttern und ihren Müttern.....	185
	Wenn der neue Lebensgefährte alte Bande durchtrennt.....	186
	Wenn der Kontakt mit den leiblichen Großeltern abreißt.....	187
	Kinder haben ein gesetzliches Recht auf Umgang mit den Großeltern.....	189
M	Stieffamilien.....	191
	Wenn die Eltern neue Lebenspartner finden.....	192
	Trauerarbeit und Integrationszwänge.....	194
	Von Stiefenkeln und Stiefgroßeltern.....	197
	Ermessensfragen: Geschenke.....	200
	... Einladungen.....	200
	... und Ferien.....	201
	Großeltern als Pflegeeltern	203
	Omas als Tagesmütter.....	204
	Großeltern als Ersatzeltern.....	204
	Für und wider: Großeltern als Pflegeeltern.....	205
	Kampf um die Anerkennung als Pflegeeltern.....	206
19	Adoptierte Enkelkinder	209
	Adoption, ein gewöhnungsbedürftiger Schritt.....	210
	Es ist soweit: Das Kind trifft ein.....	211
	Traumatisierte Adoptivkinder.....	212
	Wo Großeltern besonders helfen können.....	214
	Ein Wort zum Schluss	216
	Register.....	218