

06.2026

geroDOSSIER

Foto © iStock-1447127570

GROSSELTERN HEUTE:

Beziehungen knüpfen - ein Leben lang

ÊTRE GRANDS-PARENTS AUJOURD'HUI *Créer des liens pour la vie*

FR

Version française sur demande et en ligne

Was bedeutet es heute, Großeltern zu sein? Großeltern schenken ihren Enkelkindern Unterstützung, Zuwendung und eine besondere, vielfältige Beziehung, die oft von unschätzbarem Wert ist.

Doch Großeltern zu sein bedeutet heute nicht mehr dasselbe wie früher. Die verschiedenen Generationen haben unterschiedliche Vorstellungen davon, welche Rolle Großmütter und Großväter im Familienleben einnehmen.

Mit diesem Dossier widmen wir uns allen Großmüttern und Großvätern – hierzulande und anderswo. Begleiten Sie uns auf eine Reise in die Welt der Großeltern von heute.

Dieses Dossier wurde von Elsa Pirenne erstellt.



AFFEKTIVE BINDUNGEN

Jede*r mit eigenem Kosenamen

Bomi und Bopi, Nonna und Nonno, Avó und Avô, Mamie und Papi oder auch Oma und Opa – diese Kosenamen drücken eine ganz besondere Zuneigung aus und stehen für eine einzigartige Verbindung zwischen einem Enkelkind und seinem Großvater oder seiner Großmutter. Diese Beziehung ist zugleich familiär, kulturell und durch Blut verbunden. Doch nicht immer ist das so: Auch Adoptivgroßeltern dürfen nicht vergessen werden, die Kinder aus Patchworkfamilien betreuen, begleiten und liebevoll umsorgen.

Manche Menschen wählen ihre Großeltern-Kosenamen bereits vor der Geburt der Enkelkinder selbst – von klassischen Varianten bis hin zu sehr persönlichen Formen wie „Papy Pomme“ oder moderneren Varianten wie „Papily“ und „Mamily“ oder „Papilou“ und „Mamilou“. In manchen Fällen verändern sich diese Namen durch die Aussprache der Enkelkinder, etwa wenn aus „Papi Eric“ schließlich „Papiric“ wird.

Die Bindungen zwischen den Generationen sind für alle Beteiligten bereichernd. Was die einen geben, erhalten die anderen – und geben es wiederum zurück. Diese Beziehungen zeichnen sich durch eine besondere emotionale Sicherheit aus, die sich von der Eltern-Kind-Beziehung unterscheidet. Großeltern schenken bedingungslose Liebe und schaffen ein emotionales Umfeld, das die Entwicklung der Kinder positiv unterstützt.

Forschungen der Universität Oxford zeigen, dass Kinder mit engen Beziehungen zu ihren Großeltern ein höheres emotionales Wohlbefinden und ausgeglichene Verhaltensweisen aufweisen. Dies lässt sich unter anderem

durch die Stabilität erklären, die Großeltern in einer sich schnell verändernden Welt bieten, indem sie den Enkelkindern verlässliche Orientierungspunkte geben. Auch umgekehrt funktioniert dieser Effekt: Großeltern, die regelmäßig Kontakt zu ihren Enkelkindern haben, berichten, dass sie sich nützlicher fühlen und sowohl körperlich als auch psychisch gesünder sind. Diese gegenseitige Bereicherung schafft einen positiven Kreislauf, in dem jede Generation zum Wohlbefinden der anderen beiträgt.

Einerseits helfen Enkelkinder ihren Großeltern beim Einkaufen, im Garten, beim gemeinsamen Kochen oder Backen. Ältere Enkelkinder unterstützen zudem im digitalen Bereich oder zeigen aktuelle Musiktrends. Sie sprechen über Schule, Freundschaften, Ferien und ihren Alltag. Andererseits vermitteln Großeltern handwerkliche Fähigkeiten, Nähen oder Kochen, aber auch Sprache und Kultur ihres Herkunftslandes. Jede und jeder bringt letztlich die eigene Persönlichkeit ein – ein großer Reichtum für die Familie.

Großeltern streuen
Sternenstaub in das Leben
ihrer Enkelkinder. (Alex Haley)

Interview mit Tania Hemmer von der Eltereschoul



Großeltern werden ist ein Prozess

Um Fragen zur Großelternschaft in Luxemburg zu beantworten, haben wir Tania Hemmer von der Eltereschoul interviewt. Sie ist diplomierte Pädagogin und hat einen Master in Erwachsenenbildung absolviert. Die Eltereschoul wurde 2002 gegründet, um Eltern und Familien allgemein zu unterstützen.

Welche neuen Rollen haben Großeltern heute?

Großelternschaft hat heute eine andere Bedeutung als früher. Im 18. Jahrhundert galten Großeltern oft als Belastung für die Familie, um die man sich kümmern musste. Im 19. Jahrhundert wurde ihre Rolle positiver bewertet, und seit dem 20. Jahrhundert werden Großeltern zunehmend wertgeschätzt. Heute sind viele Großeltern aktiv, engagiert, ideenreich und prägen das Familienleben auf neue Weise. Insgesamt zeigt sich eine große Vielfalt an Großelternrollen.

Wann wird man typischerweise Großmutter oder Großvater?

Heute bleiben Großeltern länger gesund. Obwohl Kinder oft später geboren werden (durch das höhere Alter bei der ersten Geburt), bleibt die gemeinsame Zeit zwischen Großeltern und Enkelkindern ausreichend lang, um sie intensiv zu erleben. Gleichzeitig fällt die Geburt von Enkelkindern häufig in eine sehr aktive Lebensphase der Großeltern. Viele gehen bereits in Pension oder stehen kurz davor und möchten ihre Freizeit, kulturelle, sportliche oder ehrenamtliche Aktivitäten weiterführen. Es ist also

eine sehr ausgefüllte Lebensphase. Den genauen Zeitpunkt, Großeltern zu werden, kann man jedoch nicht beeinflussen – er ist nicht planbar.

Gibt es verschiedene Arten von Großeltern?

Ja, durchaus. Ich unterscheide häufig zwischen verschiedenen Typen. Es gibt die Freizeit- oder Besuchsgroßeltern, die ihre Enkelkinder gelegentlich sehen, Zeit mit ihnen verbringen und sie verwöhnen. Ihr Einfluss auf den Alltag ist eher begrenzt, sodass sie ihre eigenen Aktivitäten gut weiterführen können. Ihre Rolle hat weniger Einfluss auf die Erziehung der Kinder.

Daneben gibt es die sogenannten „Alltagsgroßeltern“. Sie übernehmen regelmäßig Betreuungsaufgaben, bringen die Enkelkinder zu Aktivitäten, helfen bei den Hausaufgaben oder kümmern sich um Mahlzeiten. Sie sind stärker in die Erziehung eingebunden und tragen mehr Verantwortung – etwa wenn sie kurzfristig ausfallen, muss eine Ersatzlösung gefunden werden.

Wie wird man Großeltern teil?

Oft bestehen Unterschiede zwischen dem eigenen Wunschbild der Großelternrolle und den Erwartungen der Eltern. Diese stimmen nicht immer überein. Mit dem Eintritt in die Großelternschaft entsteht häufig eine Reflexion: Welche Eltern war ich, welche Großeltern möchte ich sein? Während die Elternrolle gesellschaftlich klar definiert ist, ist die Großelternrolle offener und vielfältiger. Jede und jeder muss seinen eigenen Weg finden – besonders dann, wenn ein Enkelkind bestehende Familienstrukturen verändert.

Wenn wir über das Großelternsein sprechen, ist oft von Weitergabe die Rede. Was bedeutet das Ihrer Meinung nach genau?

„Ein Kind braucht Wurzeln – und Großeltern sind ein Teil davon.“ Die Weitergabe von Geschichten, Werten und Familienwissen ist zentral, um Kindern Orientierung zu geben. Großeltern tun dies meist sehr gerne. In Patchworkfamilien ist es zudem wichtig, dass Großeltern ihren Platz finden und mit anderen Großelternrollen umgehen. Kommunikation ist dabei entscheidend. Ebenso wichtig ist es, die Ressourcen jeder Großmutter und jedes Großvaters wertzuschätzen und so den Zusammenhalt zwischen den Generationen zu stärken. Wenn Großeltern Interesse zeigen, kommunizieren und sich austauschen, findet jede und jeder seinen Platz und seinen eigenen Weg.

Diesen Sommer bieten wir Ihnen Aktivitäten an, die Sie gemeinsam mit Ihren Enkelkindern erleben können, um schöne Momente voller Freude und Verbundenheit zu teilen.

Für Naturbegeisterte bieten wir eine exklusive Aktivität im Bambösch an. Gemeinsam mit dem Förster des Bambösch organisieren wir einen Spaziergang rund um die fünf Sinne, begleitet von einem Ihrer Enkelkinder im Alter von 6 bis 10 Jahren. Siehe Kalender im Magazin S. 45.

Für alle, die gerne genießen, haben wir einen kulinarischen Workshop im Atelier „Cerise sur le gato“ vorgesehen. Gemeinsam werden wir backen und einen süßen Moment miteinander verbringen. Siehe Kalender S. 45.

GROSSELTERNSCHAFT

Zwischen Herausforderungen und Chancen

Großeltern zu sein, ist oft ein großes Glück. Gleichzeitig bringt diese Rolle auch Verantwortung mit sich. Großelternschaft gehört zum Leben, sie ist jedoch nicht das ganze Leben. Ein ausgewogenes Gleichgewicht zu finden, ist entscheidend, um die gemeinsame Zeit mit dem Enkelkind oder den Enkelkindern genießen zu können. Großelternschaft ist zudem ein Weg, den man gemeinsam mit den Enkelkindern beschreitet – aber auch mit den eigenen Kindern, die ihrerseits lernen, Eltern zu sein.

Herausforderungen meistern

Generell erfreuen sich die Großeltern von heute einer besseren Gesundheit als frühere Generationen. Sie definieren ihre Rolle innerhalb moderner Familienstrukturen neu, die sich ebenfalls im Wandel befinden. Diese Entwicklung findet in einem besonderen demografischen Kontext statt: Die steigende Lebenserwartung, die Verbesserung der Gesundheitsversorgung und die Veränderungen familiärer Lebensformen schaffen neue Herausforderungen und Chancen. Großeltern bewegen sich heute zwischen der logistischen Unterstützung ihrer Familien und der Weitergabe kultureller Werte und Erfahrungen. Dabei gilt es, eine Balance zu finden zwischen großzügiger Hilfe – die von Eltern und besonders von den Enkelkindern geschätzt wird – und der Wahrung der eigenen Selbstständigkeit mit persönlichen Interessen und Aktivitäten.

In Frankreich zeigen Statistiken, dass Frauen im Durchschnitt mit 54 Jahren Großmutter werden, während Männer etwa mit 56 Jahren Großvater werden. Das bedeutet, dass viele von ihnen noch berufstätig sind und ihre Rolle als Großeltern mit dem Berufsleben und den eigenen Aktivitäten vereinbaren müssen, die sich nach dem Auszug der Kinder häufig vervielfacht haben. Rund 40 % der französischen Großeltern betreuen ihre

Enkelkinder regelmäßig jede Woche. Dabei hat jede Person ihren eigenen Stil: Manche möchten ihre Enkelkinder regelmäßig betreuen, andere verbringen lieber die Ferien mit ihnen. Einige unternehmen Ausflüge oder gehen ein Eis essen, während andere bei den Hausaufgaben unterstützen.

Darüber hinaus wird Großelternschaft von kulturellen Hintergründen, Familiengeschichten und den Beziehungen zu den eigenen Kindern geprägt. Diese Faktoren beeinflussen, wie jede Person ihre Rolle als Großmutter oder Großvater erlebt und gestaltet.

Manche Großmütter und Großväter müssen leider den Verlust eines Enkelkinds erleben. Der Schmerz und die Trauer sind schwer zu ertragen. Andere sehen sich mit veränderten Familiensituationen konfrontiert – etwa durch Trennungen oder Scheidungen in der eigenen Familie oder bei den Kindern. Hinzu kommen berufliche Veränderungen der Eltern, die mit einem Umzug ins Ausland verbunden sein können.

Die Entwicklung hin zu vielfältigeren Familienformen – Patchworkfamilien, Alleinerziehende oder geografisch weit voneinander entfernte Familienmitglieder – macht die Beziehungen zwischen den Generationen komplexer. Großeltern müssen sich an diese neuen





Realitäten anpassen, manchmal indem sie ihren Platz neben weiteren Großeltern finden oder zeitweise die Abwesenheit eines Elternteils ausgleichen.

Auch die Großelternschaft bleibt von der digitalen Revolution nicht unberührt. Diese bietet jedoch zahlreiche Vorteile und verändert die Kommunikation zwischen Großeltern und Enkelkindern grundlegend, insbesondere wenn große Entfernungen persönliche Begegnungen erschweren. Der Austausch über Anwendungen wie WhatsApp oder FaceTime ermöglicht es, den visuellen Kontakt aufrechtzuerhalten. Dieser ist besonders wichtig für Kinder, da das regelmäßige Sehen ihrer Großeltern die emotionale Bindung stärkt.

Wertvolle Beziehungen pflegen

Die Rolle der Großeltern verändert sich entsprechend den Bedürfnissen und dem Alter sowohl der Großeltern als auch der Enkelkinder. Solange die Kinder klein sind, holen Großeltern sie von der Schule ab, betreuen sie am Wochenende oder kümmern sich um sie, wenn sie krank sind. Die emotionale Nähe ist dabei von unschätzbarem Wert.

Später erfordert die Großelternschaft von Jugendlichen viel Wohlwollen, Zuhören und Unterstützung ohne Wertung. Großeltern gelingt es manchmal, dort eine

Brücke zu schlagen, wo die Kommunikation zwischen Eltern und Jugendlichen schwieriger wird. Das Bedürfnis nach Unabhängigkeit zu respektieren, Unterstützung ohne Urteil anzubieten und gemeinsame Momente zu schaffen, sind wichtige Voraussetzungen für eine weiterhin enge und bereichernde Beziehung. Jugendliche fühlen sich dadurch wertgeschätzt und verstanden.

Da viele Menschen im Durchschnitt in ihren Fünzigern Großeltern werden, sind sie oft bereits über 65 Jahre alt, wenn das älteste Enkelkind in die Pubertät kommt. Die Beziehung verändert sich, ebenso wie die gemeinsamen Aktivitäten. Ältere Enkelkinder kommen oft selbstständig mit dem Zug, dem Bus oder dem Fahrrad zu Besuch. In den Ferien verbringen sie Tage mit Freundinnen und Freunden. Die Großeltern behalten ein Auge auf die Situation und hoffen, dass alles gut verläuft.

Neben der Freude über die gemeinsame Zeit schwingt dabei oft auch eine gewisse Sorge mit. Die zunehmende Selbstständigkeit von Jugendlichen bringt Risiken mit sich: Allein unterwegs sein, neue Bekanntschaften in den Ferien oder Ausgehen am Abend. Dies bedeutet eine echte Verantwortung, die manchmal Anlass zur Besorgnis gibt. Entscheidend bleiben Vertrauen und eine offene Kommunikation.

Weitergabe, Kultur und Werte

Hier einige Erinnerungen mehrerer GERO-Kolleginnen und -Kollegen an ihre Großeltern. Diese intimen und sehr persönlichen Erinnerungen zeigen die Bedeutung der Weitergabe zwischen den Generationen – Bilder, die sich tief einprägen und ein Leben lang bleiben. Großeltern sind häufig die Hüterinnen und Hüter des familiären Gedächtnisses. Sie übernehmen zudem oft eine wichtige Rolle im Lebenslernen und zeigen ihren Enkelkindern, dass es auch außerhalb des familiären Schutzraums und der häuslichen Regeln andere Sichtweisen auf das Leben gibt.

Sophie

Meine Großmutter war leidenschaftliche Strickerin, ausgezeichnete Köchin und stets mit einer Schürze unterwegs – sie verkörperte das klassische Bild einer Großmutter. In ihrer Welt hatte die Kindheit ganz selbstverständlich ihren Platz. Gemeinsam mit meiner Schwester verwandelten wir unser Zimmer in ein großes Spielfeld: Aus ihren alten Briefen entstand ein improvisiertes „Postbüro“, und ein umgedrehter Tisch wurde zur Brücke eines Schiffes, das zu langen imaginären Reisen in See stach. Mit der Zeit wurde ihre Wohnung unser Ausgangs- und Rückkehrort bei Abenden mit Freundinnen und Freunden. Egal, was passiert war – nach den längsten Nächten wiederholte sich das Ritual: Um sieben Uhr morgens klopfte es an der Tür und dieselbe Frage kam: „Einen Kaffee?“ Sie suchte Gesellschaft, ich verlangte noch nach Schlaf – und fast immer setzte sie sich durch. Heute vermisse ich nicht nur meine Großmutter, sondern diese ganze Kinderwelt, die durch ihre Präsenz unveränderlich geworden war.

Vibeke

Meine Großmutter Hilde war immer voller Energie und Lebensfreude. In ihrer Jugend lebte sie im Berlin der 1920er-Jahre, arbeitete als Verkäuferin im KaDeWe (Kaufhaus des Westens) und bewegte sich in Künstlerkreisen. In unserer Familie trug sie den Spitznamen „die Frau, der nie kalt ist“, weil sie – sehr sparsam wie sie war – ihre Heizung nur selten einschaltete. Als Kind erzählte sie mir, dass sie früher immer barfuß durch den Schnee gegangen sei, um sich abzu härten. Meine Mutter hatte große Mühe, mich davon abzuhalten, ihr das begeistert nachzumachen. Die Frikadellen meiner Großmutter waren zudem legendär – einer meiner Brüder konnte problemlos ein Dutzend davon auf einmal essen.

Anke

Als ich noch im Kindergarten war, habe ich manchmal Dinge erfunden, um mir ein wenig Wichtigkeit zu geben. Eines Tages behauptete ich zum Beispiel, ich könne schon ein bisschen lesen. Mein Großvater Kurt las jeden Tag sehr lange die Zeitung. Ich stellte mich oft hinter ihn und schaute ihm über die Schulter. Eines Tages fragte er mich, warum ich so lange dort stehen würde. Mit sehr ernster Miene antwortete ich, ich könne schon ein bisschen lesen und Zeitungen seien ja interessant, von Anfang bis Ende. Er lächelte und sagte, wenn ich schon lesen könne, solle ich ihm doch aus seiner Werkstatt die Zeitung vom Vortag holen – die vom Mittwoch. Wenn ich lesen könne, würde ich sie sicher finden.

Er war sehr liebevoll mit mir, denn er stapelte die Zeitungen immer ordentlich. Also lag die vom Mittwoch natürlich ganz oben. Ich holte sie, brachte sie ihm und legte sie ihm mit sehr wichtigem Blick auf die Knie. „Ah, sehr gut“, sagte er. Er stellte mich nicht weiter auf die Probe. Danach habe ich nie wieder behauptet, lesen zu können, bevor ich es wirklich konnte. Im Nachhinein war das eine sehr kluge Strategie von ihm. Er zeigte mir auf eine sanfte und liebevolle Weise, dass man bei der Wahrheit bleiben sollte. Ich fühlte mich dabei nicht beschämt, sondern habe etwas fürs Leben gelernt.

Elsa

Meine Großmutter war die Tochter eines Lehrers, was damals ein angesehener Beruf war. Sie hatte eine Ausbildung zur Stenotypistin gemacht, eine wunderschöne Handschrift und einen außergewöhnlich großen Wortschatz. In den Sommerferien, die ich mit meinem Großvater und ihr an der Nordsee in Belgien verbrachte, spielten wir regelmäßig Scrabble. Mit dem Wörterbuch in der Hand freute sie sich, meinen Wortschatz zu erweitern, während ich ihr neue Wörter beibrachte. Diese gemeinsame Zeit bleibt mir bis heute in wunderbarer Erinnerung – als Ferienzeit, aber auch als Zeit nur für uns beide, ganz für uns allein.

Dave

Als Sohn von Einwanderern sah ich meine Großeltern nur im Sommer. Eines Tages hatte mein Großvater, der rauchte, sich eine Zigarette angezündet. Ich fragte ihn, wie das funktioniert. Ich war 8 oder 10 Jahre alt, und seine Antwort war, mir die Zigarette zum Ausprobieren zu geben (wir waren noch im 20. Jahrhundert). Ich nahm die Zigarette und pustete hinein. Alle lachten, und man erklärte mir, dass man „inhalieren“ müsse. Mit aller Kraft tat ich, was man mir sagte, und das Ergebnis war, dass ich einen riesigen Zug einatmete, der mich fast nach hinten umfallen ließ und mich bis zu den Tränen husten ließ. Ich habe in meinem ganzen Leben nie geraucht. Wer weiß? Vielleicht war das der Zweck dieser Lektion ...