

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 96 (2018)
Heft: 5

Werbung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Heutige Grosseltern fühlen sich meist jung und fit. Es ist ihnen ein Bedürfnis, Zeit mit ihren Enkeln zu verbringen. Anders ist es, wenn die Grosseltern bereits älter und gesundheitlich eingeschränkt sind. Alter und Krankheit sind denn auch die häufigsten Gründe, warum Grosseltern mit der Enkelbetreuung überfordert sind.

Gibt es andere Gründe?

Das zeitliche Engagement kann irgendwann zu gross werden: Grosseltern haben kaum noch Zeit für sich selber, können sich zwischen den Betreuungseinsätzen nicht mehr erholen, alles wird zu viel. Im Übrigen gibt es in der Schweiz – im Gegensatz zu anderen Ländern – kaum Pflegegroskeltern. Die Behörden gehen davon aus, dass die Generationendistanz zu gross ist und die Kraft der Grosseltern für die ständige Betreuung nicht ausreicht.

Wie können Grosseltern der Überforderung vorbeugen?

Grosseltern sollten mit den Eltern ihrer Enkel in regelmässigen Abständen ihr Engagement diskutieren und wo nötig neu aushandeln: Vielleicht gibt es Entlastungsmöglichkeiten für überforderte Grosseltern. Grosseltern können auch einmal ein Jahr lang keine regelmässigen Hütedienste übernehmen. Oder ihr Engagement auf die Ferien, auf ein Wochenende pro Monat oder einen Abend in der Woche beschränken. Sie können ihre Hilfe auch ausschliesslich nur für Notfälle anbieten.

Vielen Grosseltern fällt es schwer, die Erwartungen ihrer erwachsenen Kinder zu enttäuschen. Sie können nicht «Nein» sagen...

Die Eltern akzeptieren in der Regel problemlos, wenn die Grosseltern kürzertreten wollen oder müssen – vor allem, wenn gesundheitliche Gründe vorliegen. Wichtig ist für sie zu wissen, wie weit sie auf die Grosseltern zählen können. Die Häufigkeit spielt weniger eine Rolle; wichtiger sind Regelmässigkeit

und Verlässlichkeit: Getroffene Abmachungen müssen eingehalten werden. Diese Sicherheit brauchen nicht nur die jungen Eltern, sondern auch die Enkel. Deshalb ist das Engagement der Grosseltern zwar freiwillig, aber immer auch mit einer Verpflichtung verbunden: Abmachungen können nicht täglich umgestaltet werden!

Sie sind selber vierfacher Grossvater und engagieren sich zusammen mit Ihrer Frau Christina regelmässig in der Enkelbetreuung. Warum?

Zum einen ermöglichen wir damit unserer Tochter, dass sie ihre berufliche Karriere fortsetzen kann. Zum anderen sind die Enkel für uns ein Jungbrunnen. Mit ihnen zusammen zu sein, ist wie ein Sprung mitten ins Leben. Sie haben eine Weltsicht und neue Perspektiven, die älteren Menschen in der Regel verborgen bleiben. Mit ihnen lernt man Neues. Aus eigener Erfahrung weiss ich: Als Grosseltern gewinnt man mehr, als dass man gibt. *

INSERAT

**ERLEBE
LUXEMBURG
ÜBERRASCHEND
ANDERS**

visitluxembourg.com

**VISIT
LUXEMBOURG**

© Studio Frank Weber