

Inhalt

Vorwort 9

Teil 1: Ermutigungen aus der Religionspädagogik

**Wer seinen Enkelkindern in die Augen schaut,
begegnet der eigenen Kindheit 15**

1. Überlassen Sie die Erziehung Ihren Kindern 17

Wenn sich Großeltern über die fehlende
religiöse Erziehung der Enkelkinder sorgen 19

»Hilfe, mein Kind ist fromm!« 21

Oft sind Kinder »Botschafter Gottes« 23

2. Was können Sie tun, wenn Ihre Enkelkinder nicht religiös erzogen werden? 25

3. Eigene Gottesbilder 32

Wie meine Großmutter meine Gottesvorstellung prägte 32

Gottesbilder engen ein oder machen frei 34

Nur mit Erwachsenen hat Jesus über das Gericht
gesprochen 36

Enkelkinder nicht emotional missbrauchen 36

Jetzt bin ich Opa-Oma – eine spirituelle Selbstreflexion 42

Lernen (in) der Gotteskommunikation
zwischen den Generationen 47

**4. Wie kann ich konkret Enkelkinder
ich ihrer Gottesneugier begleiten? 49**

»Opa, hast du denn den lieben Gott
schon einmal gesehen?« 50

Wenn es zu Konflikten wegen der religiösen
Erziehung kommt 51

Hinterlassen Sie Ihren Enkelkindern eine große
Verheißung für ihr Leben 53

Schenken Sie Ihren Enkelkindern Zeit 55

Vorlesen, Vorlesen, Vorlesen ... 58

**5. Die eigene Endlichkeit – Spirituelle
Selbstreflexionen für Großeltern 60**

Glaubenszweifel angesichts von Sterben und Tod 60

Meine Nahtoderfahrung 61

Ausblick 70

Teil 2: Ermutigungen aus der Psychologie

Durch offene und positive Kommunikation
drei Generationen verbinden

Einander zugewandt sein 73

1. Verbundenheit und Autonomie 76

Verbundenheit aufbauen 76

Autonomie zugestehen 79

2. Autonomie und Kompetenz fördern statt Druck aufbauen 85

Autonomie, Kompetenz und soziale Zugehörigkeit
als Grundbedürfnisse 85

Wenn das Autonomie- und Kompetenzerleben
eingeschränkt wird 86

Autonomie und Kompetenzerleben fördern 89

3. Grundhaltungen, die sich förderlich auf unsere Kommunikation auswirken 91

Sich für ein positives Bild vom Gegenüber öffnen 91

Empathie 94

Toleranz und Akzeptanz 101

4. Kommunikation 104

Wie kommunizieren wir? 105

Das »Nachrichten-Quadrat« 107

Wodurch entstehen ungünstige
Kommunikationsmuster? 111

Wie kommt es zu unseren Reaktionen? 114

Wie entstehen Konflikte? 119

5. Kommunikation verbessern 122

Verzwickte Lage – Missverstehen vermeiden 122

Uns selbst zuhören 124

Loslassen von Bildern, die uns selbst einengen 131

Sich die eigene Involviertheit bewusst machen 132

Eine gute Beziehung aufzubauen, braucht Zeit 136

6. Gesprächstechniken 137

Aktives Zuhören 138

Ich-Botschaften 141

Metakommunikation 144

7. Mit Verstand und Gefühl aufeinander zugehen 150

Gemeinsamer Ausblick 152

Literatur 154

Anmerkungen 157