

3	Vorwort	
5	Unsere Wurzeln kennen	Ihre Eltern wirken auf Ihre Rolle als Mutter oder Vater
11	Großeltern als Glücksfall	Wieso Oma und Opa für die Enkelkinder so wichtig sind
17	Oma und Opa machen das anders	Konstruktiver Umgang mit Unterschieden
23	„Hier habe ich das Sagen!“	Wenn die Großeltern bei Ihnen zu Gast sind
29	„Hilfe, ich werde selbst wieder zum Kind!“	Wenn Sie als Familie in Ihr Elternhaus fahren
35	Spezialfall Schwiegereltern	Konflikte frühzeitig erkennen und lösen
41	„Immer Deine Mutter ...“	Paarkonflikte rund um die Eltern rechtzeitig entschärfen
47	Oma und Opa als Betreuer	Hilfe annehmen ohne schlechtes Gewissen
53	Wenn Großeltern sich nicht interessieren	Wie Sie mit Enttäuschungen umgehen und den Kontakt halten
59	Die Mischung macht's	Finden Sie Ihren individuellen Weg
63	Literatur und Quellen	
64	Impressum	