

Vor dem Umzug

Planen Sie die Einrichtung für das Kinderzimmer gemeinsam mit Ihrem Kind – so macht der Neuanfang Spaß.

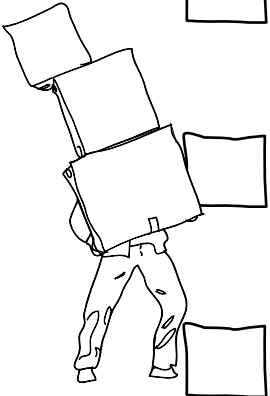
Besuchen Sie die neue Schule / den neuen Kindergarten mit Ihrem Kind. So verliert es die Angst vor dem Unbekannten und lernt seine neuen täglichen Wege kennen.

Erkunden Sie zusammen die neue Umgebung. Wo liegt das nächste Kino, eine Eisdielen, ein Spielplatz oder ein Park?

Laden Sie den besten Freund / die beste Freundin Ihres Kindes für einen Übernachtungsbesuch im neuen Zuhause ein.

Sachen packen macht Spaß: Beteiligen Sie Ihr Kind an den Vorbereitungen für den Umzugstag.

Lassen Sie Ihr Kind ein kleines Geschenk aussuchen – am besten etwas zum Spielen – dann ist es im Umzugstrubel gut beschäftigt.

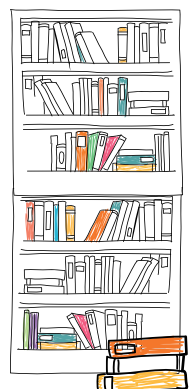


Am Umzugstag

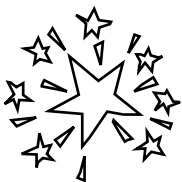
Geben Sie Ihrem Kind die Möglichkeit, sich vom alten Zuhause zu verabschieden.

Kleine Aufträge geben das gute Gefühl, nützlich zu sein – zum Beispiel leichte Sachen ins Haus tragen oder Brötchen an die Helfer verteilen.

Sorgen Sie dafür, dass sich Ihr Kind am ersten Abend im neuen Zimmer wohlfühlt. Wenn das eigene Bett steht und die ersten Sachen ausgepackt sind, zieht ein Stück Geborgenheit ein.



- Packen Sie gemeinsam aus und gestalten Sie das Zimmer mit Ihrem Kind.
- Das Namensschild an der Kinderzimmertür ist ein wichtiges Symbol und sollte möglichst schnell angebracht werden.
- Erkundigen Sie sich, wo in der Nachbarschaft andere Kinder wohnen. Je schneller Ihr Kind neue Kontakte knüpft, desto eher wird es sich hier zu Hause fühlen.
- Spendieren Sie Ihrem Kind ein Eis, einen Kinobesuch oder etwas anderes Schönes in der neuen Umgebung.
- Sprechen Sie mit Ihrem Kind über den bevorstehenden ersten Tag in der neuen Schule / im neuen Kindergarten.
- Kontakt zu den vertrauten Freunden ist in den ersten Wochen am neuen Wohnort wichtig für Kinder. Unterstützen Sie Ihr Kind dabei.



Mit Kisten, Kind und Kegel ins neue Zuhause

Kinder lieben Rituale und hängen an ihrer gewohnten Umgebung. Ein Umzug ist für sie ein starker Einschnitt. Eltern, die ihre Kleinen gut auf den Wohnungswechsel vorbereiten, können ihnen und sich selbst viel Stress ersparen.

Einen Baum pflanzen, ein Haus bauen, ein Kind bekommen – an diese klassische Reihenfolge hält sich das moderne Leben nur in seltenen Fällen. Die Lebensumstände ändern sich immer wieder: Ein Jobangebot lockt in eine andere Stadt. Beziehungen gehen in die Brüche und werden neu geknüpft. Und schon stehen Paare oder Alleinerziehende vor einem vermeintlichen Riesenprojekt: dem Umzug mit den Kindern in ein neues Zuhause.

Beziehen Sie Ihr Kind spielerisch mit in den Umzug ein

Sicher ist, dass es beim Umzug mit Kindern mehr zu beachten gibt als bei einem Single-Haushalt. Das fängt bei der Wohnungssuche an: Der Altbau in der Innenstadt liegt zwar in der Nähe der Kita, am Stadtrand aber haben die Kinder mehr Natur vor der Tür. Schon hier müssen Eltern teils schwierige Entscheidungen treffen. Besichtigungstermine können zermürbend sein – mit dem nörgelnden Nachwuchs an der Hand umso mehr. Und ist erst einmal ein neues Heim gefunden, geht die Arbeit erst richtig los.

Dabei dürfen Eltern nicht vergessen: Auch die kindliche Psyche muss mit umziehen – und das ist nicht leicht. „Ein Umzug ist für Kinder zunächst einmal ein bedrohliches Ereignis, weil sie plötzlich alles, was zu ihrer Lebenswelt gehört, aufgeben müssen“, sagt Familientherapeutin Dr. Agnes Justen-Horsten. „Eltern sollten sich daher Zeit nehmen, um ihren Kindern genau zu erklären, warum ein Umzug ansteht und was sie dabei erwartet.“ Hierzu gehört auch, dass man den neuen Wohnort vorab gemeinsam besichtigt und die Kleinen so mit der ungewohnten Umgebung vertraut macht. Oder man sieht sich – je nach Alter der Kinder – gemeinsam die Grundrisse der Wohnung an und überlegt, wo ihr Spielzimmer sein könnte. „Ziel ist es, den Kindern die neue Situation nahezubringen und sie in die Planung mit einzubeziehen. Das nimmt ihnen das Gefühl der Verunsicherung“, so die Therapeutin.

Neuer Kindergarten, neue Schule, neues Zuhause

Wenn die Kleinen die Schule oder den Kindergarten wechseln müssen, ist es ratsam, sie möglichst frühzeitig bei der Stadt- oder Gemeindeverwaltung am neuen Wohnort an- und am alten Ort abzumelden. „Dabei sollten die Kinder möglichst bis zum Schluss ihren Pflichten in der Schule und Zuhause ungehindert nachkommen können“, meint Umzugsberater Johannes Wörle. Deshalb sind Schulferien ein günstiger Zeitpunkt für einen Umzug mit Kindern.

Im neuen Zuhause angekommen, geht es ans Renovieren und Kisten auspacken. Das kann für alle Beteiligten anstrengend werden. Zum Beispiel wenn die Elektrik nicht funktioniert, Möbel nicht an ihren Platz passen oder es Streit um die Zimmeraufteilung gibt.

Tipp: Lassen Sie Ihre Kinder beim Auspacken teilhaben. Denn wenn sie ihre Kartons selbst auspacken und ihr Zimmer einrichten können, fällt die Gewöhnung an die neue Wohnung viel leichter.

So finden die Kinder neue Freunde

In all dem Chaos sollten Eltern aber auch daran denken, zusammen mit ihren Kindern das neue Umfeld kennenzulernen. „In den ersten Tagen kann man sich zum Beispiel bei den Nachbarn vorstellen und sich erkundigen, ob gleichaltrige Kinder da sind“, sagt Johannes Wörle. Auch die Mitgliedschaft in Sportvereinen oder der Besuch der Musikschule können dazu beitragen, dass der Nachwuchs Anschluss findet. Gleichzeitig gilt es aber auch, bestehende Bindungen aufrechtzuerhalten, meint Therapeutin Justen-Horsten. „Vertraute Beziehungen sind sehr wertvoll. Gerade bei einem so einschneidenden Erlebnis wie einem Umzug kann der Kontakt zu alten Freunden Halt geben.“ Und das gilt für Kinder genauso wie für Erwachsene.