



## Umzug mit Kind

Für Kinder ist ein Umzug immer eine enorme Belastung. Sie verlieren auf einen Schlag Ihr vertrautes Umfeld, bekannte Bezugspersonen und Freunde. Aber: Kinder sind neugierig und stehen Neuem oft sehr aufgeschlossen gegenüber. Zeigen Sie Ihrem Kind deshalb die positiven Seiten des Umzuges auf, welche Chancen und Vorteile sich dem Kind bieten. Und dennoch. Bringen Sie als Eltern viel Geduld und Verständnis auf, falls es am Anfang zu Schwierigkeiten kommt. Die meisten Probleme lösen sich dann fast von selbst.

### Vor dem Umzug

Bereiten Sie Ihr Kind so früh wie möglich auf den bevorstehenden Umzug vor. Beginnen Sie mit Andeutungen und kleinen Hinweisen. Bereiten Sie Informationen entsprechend dem Alter und der Auffassungsgabe Ihres Kindes auf. Gehen Sie auf Fragen und Ängste geduldig ein und erläutern Sie die Vorteile.

Wenn Ihr Kind in eine neue Schule oder einen neuen Kindergarten kommt, ist es sicher von Vorteil, die Einrichtung vorab gemeinsam zu besuchen und ein Vorgespräch mit Lehrern und Erziehern zu führen. So kennt Ihr Kind am Stichtag schon die Einrichtung und ein bekanntes Gesicht. Halten Sie Abschiedsszenarien von der „alten“ Schule oder vom „alten“ Kindergarten recht kurz. Ein kleines Frühstück für Freunde am letzten Tag hilft, den Abschied zu versüßen.

Lassen Sie Ihr Kind mithelfen wenn es um das Einpacken oder die Gestaltung des neuen Zimmers geht. Wecken Sie Begeisterung.

### Der Umzug und danach

Verpacken Sie die Kartons mit dem Lieblingsspielzeug so, dass Sie Sie diese als erstes wieder auspacken können. Ihr Kind kann sich dann gleich selbstständig wieder an das Auspacken machen und ist somit vom Rest des Umzugsstresses abgelenkt. Wenn es Ihnen möglich ist, räumen Sie das neue Zimmer ähnlich ein wie das Alte. Schränke und Betten sind vertraut und sollten nach Möglichkeit wieder aufgestellt werden. Versuchen Sie, Mahlzeiten zur gewohnten Zeit und gemeinsam einzunehmen. Dies ist auch ein guter Zeitpunkt, um mit Ihren Kindern über die neue Situation zu sprechen und mögliche Probleme zu erkennen. Machen Sie mit Ihrem Kind / Ihren Kindern einen Spaziergang zum nächsten Spielplatz und lassen Sie Ihr Kind neue Kontakte knüpfen. Halten Sie auch die gewohnten Schlafzeiten ein.

Wenn sich der Stress etwas gelegt hat gehen Sie mit Ihrem Kind den neuen Schulweg ab, besuchen das Kino oder machen Sie einen Einkaufsbummel. Laden Sie die neuen Freunde zum spielen ein oder machen Sie eine Kindergartenparty. Sie werden sehen, nach einiger Zeit hat sich Ihr Kind eingewöhnt.