

Checkliste: Umzug mit Kindern



Foto: Robert Kneschke | stock.adobe.com

Für Kinder ist ein Umzug eine besondere Herausforderung. Denn Kinder schätzen die Gewohnheit, eine vertraute Umgebung und wiederkehrende Abläufe und Gegebenheiten. Ein Umzug bringt Einschnitte in diese Struktur und kann zu Verunsicherung führen. Nicht aber, wenn Sie Ihre Kinder frühzeitig einbeziehen und beteiligen – und einige Kniffe beachten. Wir haben ein paar mögliche Tipps und Tricks für Sie zusammengestellt.

Vor dem Umzug:

- Beziehen Sie Ihre Kinder frühzeitig in den Umzug mit ein. Warten Sie jedoch solange, bis alles feststeht, um die Kinder durch kurzfristige Änderungen und Umentscheidungen nicht zu verunsichern.
- Führen Sie Ihre Kinder durch die neuen Räume und beziehen Sie sie in die Raumplanung mit ein. Damit die neuen Räume schon vor dem Umzugstag vertraut sind, bietet es sich an, Ihre Kinder – wenn möglich – regelmäßig in die neue Wohnung oder das neue Haus mitzunehmen.
- Gemeinsame Aktivitäten in den neuen Räumen schaffen Vertrautheit und Sicherheit. Verpassen Sie beispielsweise Ihren Wänden einen neuen Anstrich, lassen Sie Ihre Kinder dabei helfen und leichte Dinge erledigen. Mit etwas Musik und dem ein oder anderen Farbkleck macht es gleich doppelt Spaß.
- Planen Sie gemeinsam mit Ihren Kindern die Einrichtung des neuen Kinderzimmers und lassen Sie die Kleinen an Entscheidungen teilhaben. Das macht Spaß und steigert die Vorfreude auf Neues.

Checkliste: Umzug mit Kindern

- Beziehen Sie Ihre Kinder in die Vorbereitungen ein und lassen Sie sie ihre Kisten selbst packen.
- Packen Sie eine Extra-Kiste mit Spielsachen und dem Lieblings-Kuscheltier Ihrer Kinder für den Umzugstag, so dass die Kleinen an dem Tag beschäftigt sind.
- Erkunden Sie gemeinsam mit Ihren Kindern frühzeitig und regelmäßig die neue Umgebung. So verlieren sie die Scheu vor Unbekanntem und entdecken so vielleicht schon ihre neue Lieblings-Eisdiele in der Nachbarschaft.
- Sollten Sie Ihre Kinder auf Grund des Umzugs in einen neuen Kindergarten oder eine neue Schule schicken müssen, besuchen Sie die neuen Einrichtungen frühzeitig und laufen sie gegebenenfalls die neuen Wege dorthin ab.
- Erkundigen Sie sich rechtzeitig in Ihrer neuen Nachbarschaft, ob gleichaltrige Kinder in der Umgebung wohnen. So können Sie frühzeitig mögliche neue Freund*innen für Ihre Kinder finden. Und vielleicht kann man so auch direkt eine Lauf- oder Fahrgemeinschaft zum Kindergarten oder der Schule bilden.



Foto: rgvc | stock.adobe.com

Tipp:

Erklären Sie Ihren Kindern, warum Sie umziehen und wie ein Umzug abläuft.

Tipp:

Zeigen Sie Ihren Kindern frühzeitig den neuen Wohnort, die Wohnung oder das neue Haus.

Checkliste: Umzug mit Kindern

Am Umzugstag:

- Starten Sie rechtzeitig und mit etwas zeitlichem Puffer in den Tag, damit kein unnötiger Stress entsteht.
- Sorgen Sie auch am Umzugstag für Struktur und gewohnte Routinen. Ein gemeinsames Frühstück sorgt für einen entspannten Start in den Tag und gibt Energie.
- Beziehen Sie Ihre Kinder in das Umzugs-geschehen mit ein. Kleine Aufgaben sorgen für Abwechslung und geben Ihren Kindern das Gefühl, am Geschehen beteiligt zu sein.
- Gemeinsame Pausen mit leckeren Snacks lockern die Stimmung und schaffen eine entspannte Umzugsatmosphäre.
- Sorgen Sie dafür, dass die wichtigsten Möbel im neuen Kinderzimmer schon am ersten Abend fertig aufgebaut sind. Das eigene Bett und die gewohnte Kuscheldecke sorgen für ein sicheres und geborgenes Gefühl und erleichtern die erste Nacht im neuen Zuhause.



Foto: Robert Kneschke | stock.adobe.com

Nach dem Umzug:

- Wenn möglich, richten Sie das Kinderzimmer zuerst vollständig ein und packen Sie die Kisten hier zügig gemeinsam mit Ihren Kindern aus.
- Ein Namensschild an der Kinderzimmertür schafft Verbundenheit zum neuen Raum und symbolisiert das eigene kleine Reich der Kinder.
- Beteiligen Sie Ihre Kinder auch beim Auspacken und Einrichten der restlichen Kisten und Räume und lassen Sie sie an kleinen Entscheidungen teilhaben. Das schafft später Akzeptanz und hilft bei der Eingewöhnung im neuen Zuhause.
- Sprechen Sie offen und regelmäßig mit Ihren Kindern über die Veränderungen und erfragen Sie das Befinden der Kinder. So können Unstimmigkeiten schnell beseitigt werden.
- Je nachdem wie weit ihr neuer Wohnort vom alten entfernt liegt, laden Sie die vertrauten Freunde Ihrer Kinder ins neue Zuhause ein. Vielleicht können die Kinder aus der neuen Nachbarschaft direkt dazu stoßen. Je schneller Ihre Kinder in der neuen Umgebung Kontakte knüpfen, umso schneller fühlen sie sich Zuhause.
- Ist der neue Wohnort für spontane Besuche zu weit entfernt, können Telefonate oder Video-Chats mit Freund*innen helfen.
- Sollten Ihre Kinder einen neuen Kindergarten oder eine neue Schule besuchen, bereiten Sie den ersten Tag dort besonders vor. Vielleicht kann eine neue Schultüte mit kleinen Überraschungen den ersten Tag versüßen.