

Stary dom, nowy dom, nasz dom



Wiele rodzin w pewnym momencie przeprowadza się do nowego domu. Planowanie przeprowadzki może być zarówno ekscytujące, jak i smutne, i wywoływać stres u Ciebie i dzieci. Twoje nastawienie w ogromnym stopniu wpływa na nastawienie dzieci. Zapewnij je, że to nie one są przyczyną twojego stresu i szukaj możliwości zorganizowania przeprowadzki w pozytywny sposób.

Przed przeprowadzką

- Bądź wzorem optymistycznego podejścia do zmiany. Postaraj się zachować pozytywny stosunek nawet jeśli przeprowadzka nie jest wyborem, lecz koniecznością wynikającą z przyczyn finansowych lub niechcianego przeniesienia w pracy.
- Rozmawiaj z dziećmi o nowym domu. Odpowiadaj na ich pytania i zachęcaj je do podzielenia się wątpliwościami. Jeśli to możliwe, odwiedź wcześniej dom i okolicę, w jakiej się znajduje. Jeśli to za daleko, pokaż dzieciom zdjęcia domu i okolicy w książce albo na stronie internetowej.
- Jeśli to prawda, zapewnij dzieci w wieku przedszkolnym, że w nowym domu rodzina będzie razem.
- Czytaj dzieciom książki o przeprowadzkach i baw się z nimi w przeprowadzkę do nowego domu.

W trakcie przeprowadzki

- Zachęć dzieci w wieku przedszkolnym do pomocy przy pakowaniu rzeczy. Sprawdź, czy rozumieją, że ich zabawki i ubrania zostaną przeniesione do nowego domu.
- Nie zmieniaj rutyny dziecka związanej z jedzeniem i spaniem tak długo, jak to możliwe. Upewnij się, że zawsze może mieć ze sobą swój ulubiony kocyk czy zabawkę.
- Pozwól, aby wiek, osobowość i bezpieczeństwo dziecka pomogło Ci zdecydować, czy zabrać je ze sobą w dniu przeprowadzki, czy też pozwolić mu zostać z przyjaciółmi lub rodziną. Dla niektórych dzieci będzie to ekscytujące, a inne mogą być niespokojne w wyniku zamieszania. Niektóre mogą doświadczyć mniej niepokoju, kiedy podczas przeprowadzki będą razem z rodzicem.

Po przeprowadzce

- Spraw, aby nowy dom wydał się bardziej przyjazny, organizując dziecięcą przestrzeń najszybciej, jak to jest możliwe. Znajome posiłki, książki, czy muzyka pomogą dziecku poczuć się jak w domu.
- Przelóż na potem inne zmiany, jak trening czystości lub przenoszenie z łóżeczka do normalnego łóżka do czasu, kiedy dziecko poczuje się w nowych warunkach jak w domu.
- Zachęcaj dziecko do wyrażania swoich uczuć. Dopóki przeprowadzka się nie zakończy, dziecko może nie rozumieć, że już nie wróci do starej szkoły, sąsiedztwa, ani przyjaciół.
- Pomóż dziecku nawiązać kontakty z nowym środowiskiem odwiedzając sąsiadów. Wykorzystaj to, co oferuje nowa okolica, na przykład możliwość czytania bajek w bibliotece.
- Jeśli dziecko chodzi do przedszkola, porozmawiaj z nauczycielem o tym, jak ułatwić jemu zaaklimatyzowanie w nowej grupie.
- Zarówno dzieci, jak i dorośli mogą potrzebować miesięcy, aby dostosować się do zmian wynikających z przeprowadzki. Dzieci mogą potrzebować nawet więcej czasu, jeżeli przeprowadzka jest następstwem stresujących wydarzeń, takich jak rozwód czy śmierć w rodzinie. Pierwsze dwa tygodnie są z reguły najbardziej stresujące.
- Zachowaj cierpliwość, jeśli dziecko bardziej niż zwykle łąnie do Ciebie. Jego ostrożność w stosunku do obcych może być przejawem przywiązania do rodziny. Niektóre zachowania typowe dla dzieci młodszych od Twojego są powszechne.
- Często zapewnij dziecko, że je kochasz i będziesz się nim opiekować w nowym domu.

English Title: Old Home, New Home, Our Home



Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois
State Board of
Education