

Wissenswertes für Familien

Nr.16: Kinder und Familienumzüge

Umzüge in eine neue Wohngemeinde sind sehr stressige Erfahrungen für Familien. Häufige Umzüge oder sogar nur ein einziger Wohnortwechsel kann sich besonders belastend auf Kinder und Jugendliche auswirken. Studien legen es nahe, dass Kinder die häufig umziehen müssen, anfällig für Schul- u. seelische Probleme sind. Wenn solche Umzüge noch von anderen bedeutenden Veränderungen im Leben des Kindes, wie z.B. von einem Todesfall, von einer Scheidung, vom Verlust des Familieneinkommens oder von einem notwendigen Schulwechsel (Volksschule, Mittelschule) begleitet sind, werden sie noch viel problematischer.

Umzüge unterbrechen Freundschaften. Einem neu eintretenden Schulkind erscheint es zuallererst, dass jeder andere in der Klassengemeinschaft einen besten Freund hat oder in einer Gruppe von Gleichaltrigen sicher aufgehoben ist. Das Kind muss sich an einen anderen Stunden- und Lehrplan gewöhnen, und kann damit in gewissen Schulfächern voraus und in anderen zurück sein. Diese Situation kann das Schulkind stressen, verängstigen oder langweilen.

Schon Kindergartenkinder und Erstklässler von Volksschulen sind bei einem Familienumzug verletztlich, weil sie entwicklungsbedingt gerade im Prozess der Ablösung von ihren Familien begriffen sind und sich nun neuen Autoritätspersonen und sozialen Beziehungen anpassen müssen. Die Umsiedlung kann jenen normalen Prozess der Ablösung stören, weil sie die Kinder wieder in eine abhängigere Beziehung mit ihren Eltern zwingt.

Generell gesehen steigen die umzugsbedingten Schwierigkeiten mit dem Alter der Betroffenen, weil für die Gleichaltrigengruppe immer wichtiger wird. Manchmal protestieren Teenager und etwas Jüngere wiederholt gegen den Umzug oder fordern, dass sie bei der Familie ihres Freundes in ihrem alten Wohnort bleiben können. Einige Jugendliche wiederum sprechen überhaupt nicht über ihren Kummer, daher sollten Eltern sich der Warnsignale einer depressiven Verstimmung bewusst sein, wie z.B. Veränderungen im Essverhalten/Appetit, sozialer Rückzug, Verschlechterung der Noten, Gereiztheit, Schlafstörungen oder andere Änderungen in Verhalten und Stimmungslage. Manchmal ist auch eines der Elternteile gegen den Umzug, und dann spüren die Kinder diesen elterlichen Streitpunkt und reagieren darauf.

Falls das Kind dauerhafte Anzeichen einer Depression oder großen Kummers aufweist, sollen Eltern ihren Hausarzt, ihren Kinderarzt oder die lokale medizinische Behörde kontaktieren. Dieser kann die stressbedingten emotionalen Störungen des Kindes analysieren und behandeln und die Eltern dabei unterstützen, dass sie diesen Übergang und die damit verbundenen neuen Erfahrungen für die ganze Familie erleichtern.



Um den Umzug für ihre Kinder leichter zu machen. Sollen die Eltern etwa folgende Schritte einleiten:

- Erklären Sie den Kindern präzise, warum der Umzug notwendig ist.
- Machen Sie Ihre Kinder so gut, wie nur möglich mit der neuen Wohngegend mittels Landkarten, Fotografien, usw. vertraut.
- Beschreiben Sie die Vorteile des neuen Wohnortes, die das Kind wahrscheinlich schätzt, wie z.B. einen See, Berg oder Vergnügungspark.
- Nach erfolgtem Umzug sollen Sie mit ihren Kindern an Aktivitäten der örtlichen Kultur- oder Sportvereine oder anderen gesellschaftlichen Vereinigungen teilnehmen.
- Falls ein Sohn oder eine Tochter gerade im letzten Jahr vor dem Abschluss einer Höheren Schule steht, überdenken Sie die Möglichkeit dass er/sie bei einer Gastfamilie Ihres Vertrauens dieses Schuljahr noch zu Ende bringt.
- Lassen Sie die Kinder beim Planen und Einrichten ihrer Zimmer aktiv teilnehmen.
- Unterstützen Sie die Kinder dabei, dass sie mit Freunden aus dem vorherigen Wohnort durch Telefonate, Briefe, E-mails und persönliche Besuche in Kontakt bleiben.

Je öfter eine Familie umzieht, desto wichtiger ist die interne Stabilität in der Familie. Mit der entsprechenden Aufmerksamkeit von Seiten der Eltern, und – falls nötig – professioneller Hilfe, kann der Wechsel des Wohnortes eine positive Lernerfahrung für Kinder darstellen, die zu verstärktem Selbstvertrauen und besseren zwischenmenschlichen Fähigkeiten führen kann.

Für weitere Information siehe auch:

Nr. 04: Das depressive Kind

Nr. 07: Kinder, die nicht in die Schule gehen wollen

Nr. 08: Kinder und Trauer/Kummer, und

Nr. 47: Das angstgestörte Kind.