Ons verhuis

Hoe help ek my kinders om dit te hanteer?

Verhuising kan vir kinders 'n ingrypende ervaring wees

Die einde van die jaar kruip vinnig nader en vir sommige mense kan dit ook beteken dat hulle na ‘n ander dorp moet verhuis.

Pa is dalk verplaas, of Pa en Ma is geskei en daar is besluit om na ‘n ander dorp te verhuis. Vir kinders kan dit ‘n ingrypende ervaring wees – veral omdat hulle gewoonlik geen inspraak in die besluit het nie en dus heeltemal magteloos en uitgelewer voel.

Ongelukkig is dit selde moontlik om kinders se insette te vra in sulke groot, verantwoor-delike besluite, aangesien hulle onder andere nie al die aspekte wat betrokke is, in ag neem nie. Dikwels is die besluit ook buite die ouers se beheer, bv. finansiële oorlewing.

Soms moet ouers – as die volwassenes in die gesin – ongemaklike besluite neem. Sodanige besluite gaan hopelik gepaard met deurdagtheid en verantwoordelikheid. Daardie verantwoordelikheid moet dan ook uitgebrei word om die impak van die verhuising vir die kinders te minimaliseer.

Berei jou kinders voor vir die komende verhuising

1. Moenie wag tot op die laaste oomblik voor jy jou kinders vertel van jou planne nie. Hulle moet kans kry om aan die idee gewoond te raak en om van hul vriende, huis en omgewing afskeid te neem.

2. Kinders se onmiddellike reaksie op verandering is gewoonlik vrees. Gee hulle dus soveel as moontlik inligting rondom die proses van die verhuising en die nuwe omgewing.

3. Onbekend maak onbemind. Help jou kind om ‘n duidelike prentjie te vorm van die nuwe omgewing. Indien dit naby genoeg is, ry en gaan wys die nuwe huis, skool, kerk en inkopiesentrum vir die hele gesin. Indien dit nie prakties moontlik is nie, wys soveel as moontlik foto’s sodat die kind die nuwe omgewing kan visualiseer.

4. Help jou kinders om hul vrese te verbaliseer. Wees eerlik met hulle oor jou eie vrese – dit normaliseer die emosie vir hulle. Met ander woorde, dan voel hulle nie of daar iets fout is met hulle deur die verandering te vrees nie.

5. In geval van egskeiding waar die kind nie meer naby die een ouer gaan woon nie, moet ‘n duidelike ouerskapplan in plek wees. Dit moet ook aan die kind – op die kind se begripsvlak – gekommunikeer word. Daar moet ook gewaak word dat die verhuising nie gedoen word om die ouer wat agterbly te vervreem nie.

6. Doen moeite om jou kind te help afskeid neem van vriende. Hou ‘n partytjie en skep herinneringe. Kleiner kinders kan almal verfafdrukke van hul handjies in ‘n plakboek maak en dan kan foto’s van die partytjie en maatjies ook daarin geplak word. Groter kinders kan almal ‘n boodskappie asook hul kontaknommers inskryf.

7. Probeer soveel as moontlik van jou kind se bekende omgewing behou. Vra vir haar of sy haar ou kamerdekor wil behou en moet hom/haar nie dadelik met ‘n nuwe fiets/speelding probeer troos nie. Objekte uit die ou omgewing maak die oorgang makliker.

8. Probeer vooraf die nuwe skool besoek en die onderwysers ontmoet. Dit kan ook help om die gemeente waar julle gaan inskakel vooraf te besoek.

9. Tydens die voorbereidingsfase vir die verhuising, sorg dat die hele gesin se welstand optimaal versorg word. Stres word baie beter hanteer as jou algemene gesondheid goed is en jy uitgerus is.

10. Wees geduldig. En wanneer jou geduld op is, haal diep asem en wees nóg meer geduldig. Jy kan nie van jou kind verwag om binne ‘n week of twee aan te pas en die nuwe idee te aanvaar waaroor jy waarskynlik self maande lank getob het nie.