

原来的家，新家，我们的家



每年有五分之一的家庭搬家。安排搬家既令人兴奋又令人悲伤，从而给您和您的孩子带来压力。您的态度极大地影响着您孩子的态度。告诉他们，他们不是您感到压力的原因。寻找方法让搬家变成一件积极的事情。

搬家前

- 如果可能的话，在发生不幸事件后推迟搬家，如家庭发生死亡或离婚事件。
- 对改变保持乐观态度。即使由于经济原因或不想要的工作调动，而不得不搬家，也要保持积极的心态。
- 多和您的孩子谈论新家。回答他们的问题，并鼓励他们讨论任何关切的问题。如果可能的话，在搬家前参观一下新家和拜访新邻居。如果太远，可以给他们看看图册或网站上的图片。
- 向幼儿和学龄前儿童保证，一家人将在新家团聚，前提是确实如此。
- 阅读有关搬家的儿童书籍，玩假装搬到新家的游戏。

搬家期间

- 鼓励幼儿和学龄前儿童帮忙打包行李。确保他们知道他们的玩具和衣服将一同搬至新家。
- 尽可能地保持孩子的饮食和睡眠惯例。确保她能抱着她最喜欢的毯子或玩具。
- 根据孩子的年龄、个性和安全状况，决定是让他搬家当天和您待在一起，还是让他与朋友或亲戚待在一起。有些孩子会觉得很高兴，而另一些孩子则会为这种困惑而烦恼。有些人在搬家那天和父母呆在一起，会减少恐惧感。

搬家后

- 尽快为孩子布置他们的空间，让新家感觉更温馨。熟悉的饭菜、书籍和音乐能让她感觉很自在。
- 推迟其他改变，像如厕训练，或将孩子从婴儿床移到床上，直到他在新环境中感到自在。
- 鼓励您的孩子分享自己的想法。她可能不知道搬家后，她将不会回原学校上学，或回到原社区或朋友那里了。
- 通过结识新邻居，帮助孩子与新社区建立联系。利用社区资源，如图书馆故事时间。
- 如果他在上学前班，与老师讨论如何让他轻松融入班级。
- 请记住，研究表明，儿童和成人在搬家后可能需要16个月才能适应新的环境。前两周通常是最紧张的。
- 如果您的孩子表现得比平时更粘人，家长要有耐心。她对陌生人的谨慎可能因为她对家人的依恋。出现一些比其实际年龄小的典型儿童行为是很常见的。
- 确保经常向孩子保证，您爱他，会在他的新家照顾他。

English Title: Old Home, New Home, Our Home



13 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