

CAMBIO DE RESIDENCIA: ([Preparing Your Child for a Move](http://kidshealth.org/parent/en_espanol/padres/move_esp.html))
http://kidshealth.org/parent/en_espanol/padres/move_esp.html

Antes o después, muchas familias se encuentran en la coyuntura de tener que cambiarse de residencia. Por estresante que pueda resultar un cambio de residencia para un adulto, la experiencia puede ser incluso más traumática para un niño, que puede no haber participado en el proceso de toma de decisiones y tal vez no entienda el porqué de dicho cambio.

Tomar la decisión de cambiar de residencia

Los niños se sienten más a gusto en un entorno conocido y predecible, caracterizado por la rutina y la familiaridad. Si usted se está planteando la posibilidad de cambiar de residencia, sopesa las ventajas de ese cambio con la necesidad que tiene su hijo de un entorno –una escuela y una vida social- conocidos y a los que está acostumbrado.

Si su vida familiar ha experimentado recientemente un cambio importante y/o traumático, como un divorcio o una muerte, probablemente sería mejor posponer el cambio de residencia para que su hijo tenga tiempo para adaptarse a la nueva situación familiar.

Es posible que la decisión de cambiar de residencia no esté en sus manos, al obedecer a motivos laborales o financieros. Pero, aunque a usted no le haga ninguna ilusión el traslado, intente mantener una actitud lo más positiva posible delante de su hijo. A los niños les afectan enormemente las actitudes y estados de ánimo de sus padres en los momentos de cambio y transición, y necesitan que éstos les transmitan un mensaje de tranquilidad y seguridad.

Hable con su hijo sobre el traslado

Independientemente de cuáles sean sus circunstancias concretas, la mejor forma de preparar a su hijo para el traslado es hablarle sobre ello pronto y a menudo.

Es conveniente que le dé a su hijo suficiente información sobre el cambio de residencia con tanta anticipación como sea posible. Responda a todas las preguntas que le haga con la máxima sinceridad posible y sea receptivo a sus reacciones, sean positivas o negativas. Incluso aunque la mudanza represente una clara mejora en la situación familiar, es posible que su hijo no lo vea tan claro, y que, en vez de ver las ventajas que entraña el cambio, se centre en los aspectos negativos y en lo mucho que le impone el cambio.

Deje que su hijo participe en el proceso de planificación y de toma de decisiones en la medida de lo posible. Si a su hijo le apetece, permítale colaborar en el proceso de buscar una nueva casa o un nuevo colegio; probablemente así sentirá que tiene voz y voto en la familia, en vez de vivir el traslado como algo impuesto.

Si van a mudarse a otro barrio dentro de la misma ciudad, lleve a su hijo visitar la nueva casa (o a ver cómo se construye) y explore con él el nuevo vecindario. Si la distancia representa un impedimento, déle a su hijo la máxima información posible sobre la nueva casa, la ciudad y el estado (o país) adonde van a mudarse.

Averigüe dónde podrá practicar su hijo sus actividades favoritas en el lugar de destino. Si tiene familiares o amigos en ese lugar, puede pedirles que les envíen fotos de la nueva casa y/o de la nueva escuela del niño. Un buen agente inmobiliario se ofrecería a hacerlo.

Cambiar de residencia con bebés, niños pequeños y niños en edad preescolar

Los niños menores de seis años suelen ser los que dan menos problemas a la hora de hacer un cambio de residencia debido a su limitada capacidad para entender lo que conllevará ese cambio. De todos modos, la ayuda y guía de los padres sigue siendo fundamental.

He aquí algunos consejos que pueden facilitar el proceso con niños de estas edades:

- Explicarles las cosas con claridad y sencillez.
- Utilizar un cuento o historieta para explicar el traslado, o bien un camión de juguete y muñecos y muebles o cajas para simular la mudanza. Cuando introduzca los juguetes de su hijo en cajas antes del traslado, asegúrese de que el pequeño entiende que usted no pretende deshacerse de sus juguetes.
- Si su nueva casa está cerca y deshabitada, visítela varias veces antes del día de la mudanza y deje allí algunos juguetes de su hijo en cada visita.
- Posponga el momento de deshacerse de los muebles de la antigua habitación de su hijo, pues podrían ayudarle a sentirse más cómodo y seguro en la nueva casa.
- Evite hacer otros cambios importantes durante o inmediatamente después de la mudanza, como enseñar a su hijo a utilizar el váter o cambiarlo de la cuna a la cama.
- Organice las cosas para que el día de la mudanza su hijo se quede en el jardín de infancia o bien con un canguro.

Cambiar de residencia con niños en edad escolar

Durante los primeros años de la etapa escolar, los niños pueden estar relativamente abiertos y ser bastante tolerantes a un cambio de residencia. De todos modos, su hijo seguirá necesitando de su consideración, su guía y su ayuda durante todo el proceso de transición.

Existen dos teorías sobre cuál es el mejor momento para realizar la mudanza. Algunos expertos afirman que el verano es el mejor momento, pues así se evita interrumpir el curso escolar. Otros afirman que la mitad del año es una opción mejor, ya que así los niños pueden hacer amistades con otros niños nada más llegar al lugar de destino.

Para evitar añadir más motivos de estrés al proceso de transición, es una buena idea recopilar toda la información que la nueva escuela del niño necesitará para poder inscribirlo, incluyendo el expediente académico, la cartilla de nacimiento o libro de familia o, tal vez, el último informe médico.

Cambiar de residencia con adolescentes

No es nada raro que un adolescente se rebele y se oponga abiertamente al traslado. Probablemente su hijo en edad adolescente ha invertido una energía considerable en pertenecer a un grupo social, y es posible que hasta haya iniciado una relación sentimental. Además, el traslado podría suponer para su hijo tener que perderse un acontecimiento largamente esperado, como la fiesta de fin de curso.

Es especialmente importante que transmita su hijo el mensaje de que quiere que le hable sobre lo que le preocupa y que usted da importancia y respeta sus miedos y preocupaciones. No intente tranquilizarlo quitándole importancia a sus preocupaciones, pues sólo conseguirá transmitirle el mensaje de que no respeta sus sentimientos. En lugar de ello, puede ayudarle explicándole que el cambio de residencia será una especie de ensayo o preparación para futuros cambios, como ir a la universidad o cambiar de trabajo.

Si es posible, empiecen a planificar una visita al antiguo barrio después de la mudanza.

Si su hijo adolescente continúa mostrándose reacio al traslado, usted también podría plantearse la posibilidad de permitirle quedarse en el lugar donde han residido hasta ahora con un amigo o familiar, si existe esa opción. Esto puede resultar especialmente recomendable si el traslado va a tener lugar en pleno curso escolar.

Después del día de la mudanza

Después de la mudanza, es una buena idea poner en orden la habitación de su hijo antes de centrarse en el resto de la casa. Asimismo, intente mantener el horario habitual de comidas y de acostarse por la noche para proporcionar a su hijo una sensación de orden y familiaridad a pesar del cambio.

Cuando su hijo empiece a ir al colegio, acompañelo. Conozca a la mayor cantidad posible de profesores y/o concierte una cita con el director del centro para presentarle a su hijo.

Tenga expectativas realistas sobre el proceso de transición de su hijo.

Por lo general, los profesores prevén un período de adaptación de unas seis semanas para que un niño se sienta cómodo en un centro de estudios nuevo. Algunos niños necesitan menos tiempo, mientras que otros necesitan más.

Si, tras un período prudencial después del cambio de residencia, a usted le sigue preocupando la forma en que su hijo está afrontando el cambio y realizando el proceso de transición, el asesoramiento de un terapeuta familiar podría ser de gran ayuda.

Un cambio de residencia puede plantear muchos retos una familia, pero también hay muchas cosas buenas que pueden ocurrir como consecuencia de este tipo de cambios.

Es posible que el traslado sirva para unir más a la familia o para que los padres aprendan cosas de sus hijos y los conozcan mejor al pasar juntos por una experiencia tan delicada.

Actualizado y revisado por: [Jennifer Shroff Pendley, PhD](#)

Fecha de la revisión: octubre de 2008