Trasloco: l’importanza di limitare lo stress

Data: 8 aprile 2019 | Autore: Redazione



Il trasloco è **un momento della vita ricco di problematiche**. Da un lato molti hanno i pensieri del mutuo, fatto appunto per acquistare la nuova casa, o comunque delle tante spese che un trasferimento di abitazione necessariamente costringono a sostenere. Dall’altro lato è necessario spostare tutto ciò che si possiede e, da alcune ricerche, è risultato che in genere si fa una stima che è in difetto di circa il 50-60%. Detto questo, conviene sempre chiedere l’aiuto da parte di un’azienda di traslochi a Roma, ma anche attivarsi per tempo, per evitare che le troppe cose da fare ci portino al logorio dei nervi.

Perché il trasloco è stressante

Come si diceva, la causa dello stress da trasloco è data dal fatto che questo evento porta con sé numerose spese, quasi necessariamente. Il giorno del trasloco, o comunque in prossimità dello stesso, si devono poi effettuare una serie di attività. Chi non si è preparato per tempo si rende conto di aver bisogno di giornate da 48 ore, di 7 braccia e numerosi aiutanti; in caso contrario lo stress è decisamente eccessivo. Prima di traslocare infatti si dovrà richiedere l’attivazione delle forniture di gas, luce, acqua; si dovrà controllare di avere la connessione a internet, o comunque una linea telefonica; si dovrà verificare che la nuova casa sia pronta ad accoglierci, oltre a **valutare eventuali lavori da fare nella vecchia**. Spesso infatti chi lascia una casa in affitto dovrà imbiancarla, o valutare piccoli interventi di manutenzione. Insieme a tutto ciò, si devono spostare mobili, abiti, oggetti di vario genere, possibilmente in tempi brevi.

Cominciare per tempo

Dilazionare nel tempo le operazioni **da svolgere permette di limitare lo stress dell'ultimo** giorno. Svolgere i vari compiti nell'arco di un ragionevole periodo di tempo consente infatti di fare tutto al meglio, evitando quindi le crisi dell'ultimo minuto o problematiche di vario genere. Del resto molte delle operazioni che riguardano il trasloco si possono cominciare già varie settimane prima, soprattutto poi nel caso in cui la nuova casa sia già disponibile. In questo caso infatti si potrà richiedere con **un certo anticipo l'attivazione delle diverse forniture**, o si potrà anche effettuare la verifica che tutto sia pronto per accoglierci.

Coinvolgere tutto la famiglia

Stress **uno dei motivi dello da trasloco riguarda anche il comportamento degli altri membri della famiglia**. A nessuno piacciono i cambiamenti della routine quotidiana, soprattutto poi ai bambini. Se questi cambiamenti coinvolgono l'abitazione, il quartiere in cui si vive, la scuola, si tratta effettivamente di variazioni importanti nelle abitudini quotidiane. Per evitare che i figli aumentino lo stress dei genitori è importante coinvolgerli nelle operazioni di trasloco. Questo aiuterà anche loro a vivere con maggiore piacere il cambiamento di domicilio e tutte le variazioni che ciò poterà alla loro vita quotidiana. Potendo è importante far vedere loro la nuova cameretta, ma anche coinvolgerli attivamente. I bambini potranno tranquillamente imballare i loro oggetti preferiti, ad esempio i giochi, sentendosi parte integrante della famiglia e **vivendo con attesa il giorno del trasloco**, senza eccessivo timore per un evento per loro del tutto nuovo.

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/trasloco-limportanza-di-limitare-lo-stress/115305