



Страх воды у детей

Вода — это жизнь. В особо жаркие дни эту истину многие проверили на себе. Но на берегу водоемов обязательно можно увидеть ребенка, которого буквально насильно волокут в воду. Он кричит, упирается, бьется в паническом страхе. А окружающие сочувственно вздыхают: «Наверное, ребеночка кто-нибудь напугал».

Водобоязнь у детей — явление не такое уж редкое. И относится оно к невротическим симптомам. Приходит внезапно, в возрасте 4-5 лет. Казалось бы, еще год назад малыш резвился в воде, за уши не вытянешь — и вдруг панический страх зайти даже по колено. Родители роются в памяти, когда мог произойти момент испуга, и не могут найти; такого момента, скорее всего, не было.

Психоаналитики считают, что вода — это олицетворение чувственности (так, «водяные» сны означают, что человек испытывает к кому-то сильные чувства). Не случайно о чувствах говорят как о воде: «захлебывается чувствами», «захлестывают эмоции». Если эти чувства положительные, все прекрасно. А если отрицательные, то ими можно действительно захлебнуться.

Четыре года — возраст расцвета детских страхов. Любая отрицательная эмоция, переживание могут развиваться в невротический страх (темноты, чужих людей, одиночества и, конечно, воды). Невротическая проблема редко бывает одна. Она, как правило, выступает в свите других невротических симптомов.

— ни в коем случае не заставляйте его купаться насильно (просто обливайте из лейки, при этом он должен стоять на берегу);

— дома в ванне тренируйте опускать голову под воду. Страх воды — прежде всего боязнь попадания воды на лицо. Это связано с опасением нехватки воздуха, ребенок боится захлебнуться. Начинайте приучать ребенка не бояться, когда на лицо попадают брызги. Затем учите задерживать дыхание. Когда ребенок это освоит, из кружки лейте воду ему на голову (все это, разумеется, проделывайте в игре). Затем можно начинать приучать опускать голову под воду. Когда вы почувствуете, что ребенок перестал бояться, начинайте выводить его на «большую воду»;

— и самое, пожалуй, главное — проникните во внутренний мир своего ребенка и посмотрите: а не таится ли там какое-нибудь скрытое от глаз переживание?