

Що робити, якщо дитина боїться води?

Не всі діти люблять воду. Деякі з них плачуть і відмовляються купатися у ванні, морі, річці. Причини такого страху можуть бути різними — від дуже простих до серйозних, дуже глибоких. Насамперед, з'ясуємо, чого робити в таких випадках не потрібно. Не слід кричати на дитину, намагаючись змусити її все-таки зайти у воду. Не можна кидати малюка у воду, намагаючись різко «перемогти» страх. Ви можете досягнути зворотного ефекту, надовго закріпивши страх у дитини. Якщо малюк зовсім малий і боїться купатися в домашній ванні, то, імовірно, його лякає великий простір і відчуття, що навколо тіла нічого немає. Так поведуться неспокійні діти, які потребують м'якого сповивання, щоб вони відчували межі свого тіла. Допомагає їй присутність мами у ванній кімнаті. Спокійний мамин голос, дотики її рук, звук серцебиття зменшують тривогу малюка, і поступово він припиняє тривожитися й плакати в момент занурення у воду.

Діти старшого віку відчують страх, що не можуть пояснити. Вихід — запропонувати дитині викупатися, запитавши в неї, чи хоче вона, щоб ви були поряд із нею, або ж їй буде спокійніше з надувними іграшками. Якщо малюк категорично відмовляється, не наполягайте. Іноді страх води, купання легко минає, коли дитина починає відвідувати басейн. Там вона має можливість бачити інших дітей, які легко входять у воду, плавають, бризкаються й навіть пірнають. Тоді вона легше зможе впоратися зі своїм страхом.