

# Spaß im Wasser mit den kleinsten

## *Merke :*

- Kinder brauchen Vorbilder, gerade im Wasser !
- Je positiver Sie vor den Kindern im Wasser agieren, desto schneller gewöhnen sich die Kleinen an dieses Element !
- Zeigen Sie niemals selbst Angst !
- Wenn Sie möchten, dass Ihr Kind eine echte Wassergewöhnung erfährt ( und schnellst möglichst schwimmen lernt ), müssen Sie regelmäßig für Schwimmbadbesuche sorgen !
- Lassen Sie sich durch einen „negativen“ Schwimmbadtag nicht davon abbringen weiterhin regelmäßig ( evtl. auch gegen den Willen Ihres Kindes ) ein Hallenbad aufzusuchen ! Gerade jetzt ist Kontinuität sehr wichtig !!!
- Gehen Sie regelmäßig schwimmen, aber erwarten Sie nichts von Ihrem Kind !
- Wiederholen Sie immer die selben Übungen bis das Kind sie von alleine machen möchte, erst jetzt neue hinzu nehmen !
- Probieren und wiederholen Sie auch immer wieder für das Kind schwierige Übungen, lehnt dieses das jedoch vehement ab, vereinfachen Sie das geforderte !
- Vom Kind abgelehnte Übungen nie mehr als 2mal pro Tag und nie aufeinanderfolgend probieren !
- Kinder bis zum ca. 12 Lebensmonat besitzen den Atemschutzreflex und können daher relativ lange ( ca. 5 sek.. bei geübteren ) unter Wasser bleiben !
- Sollte sich ihr Kind verschlucken, bleiben Sie ganz ruhig und atmen ihm extrem übertrieben, tief und langsam vor ! Dabei ist der volle Blickkontakt absolut notwendig ! Ihr Kind wird sich sehr schnell beruhigen.

- Machen Sie das Wasser immer wieder interessant, durch Spielsachen mit denen Sie auch selbst spielen, durch eigenes Schwimmen, Springen, Tauchen etc. !
- Schicken Sie Ihr Kind nicht mit anderen, ängstlichen Bezugspersonen schwimmen !
- Sollten Sie zu viel Angst oder Misstrauen dem Wasser gegenüber haben, fragen sie jemand aus der näheren Verwandtschaft, ob jemand diese Aufgabe für Sie übernehmen kann ! Lassen sie sich aber auf dem laufenden halten und bremsen Sie Ihr Kind niemals durch negative Äußerungen !
- Negativer Tadel im allgemeinen ist im Wasser nicht angebracht ! Alles was ihr Kind erreicht ( dazu zählen auch erfolglose Übungen ), hat es gut und mit großer Anstrengung gemacht ! Richten Sie sich eine „Lobskala“ ein, z.b. von mündlichem Lob, über echte, gezeigte Freude, bis zu überschwenglichem Knuddeln und Küssen .

**Ich wünsche allen kleinen und großen Wasserfröschen viel, viel  
Spaß im Wasser und denken Sie immer daran:  
Wassergewöhnung kann vor traumatischen Erlebnissen schützen  
und Schwimmen kann Leben retten !**

*Carmen Brothers*

**Carmen Brothers Kinderschwimmen  
Postfach 1137  
67355 Lingenfeld**