

Виталий Кириченко, педагог,  
художник, папа троих детей, Киев

# ПОДРУЖИТЬСЯ С ТЕМ, ЧЕГО БОИШЬСЯ

## Лучшее средство от пауков

**К**аждый человек чего-нибудь боится. Кто – змей, кто – мышей и крыс. Бабушка моя ужасно боялась ос, не потому, что они кусаются, просто от одного их вида ей становилось плохо. А дочка Маша панически боялась пауков.

Я по себе знаю, что лучшее средство избавиться от такого рода страхов – это постепенно сблизиться, привыкнуть и даже подружиться с тем, чего боишься.

Когда-то я очень боялся собак. Стоило какому-нибудь пуделю или болонке на улице подойти ко мне, как я просто цепенел от страха. Но потом мой друг, сосед и одноклассник завёл щенка немецкой овчарки. Я играл с ним каждый день, а когда через год тот стал огромным псом, как-то незаметно исчез мой страх и перед другими собаками.

Так вот, в беседке, где мы обычно завтракали и ужинали (обедали в доме – там днём прохладнее) было много пауков. По настоятельной Машиной просьбе все они были выметены оттуда веником, и только одного маленького паучка, свившего паутину за оградой беседки, я оставил.

Каждый раз после еды я ходил с ним разговаривать, иногда приносил ему комара или мушку. Маша внимательно наблюдала за этим, сначала издали, потом понемногу приближаясь.

– Кто это и что ты с ним делаешь? – спросила она однажды, подойдя поближе.

Я ей объяснил, что это мой собственный паучок, что я его кормлю и с ним разговариваю, чтобы ему скучно не было.

– А как его зовут?

Я сказал, что ещё не успел его назвать. Маша предложила назвать его Ромой. С этого момента мы вместе стали проводить его после еды и носить ему комаров.

А через несколько дней я застал Машу возле Ромы одну. Она пыталась его погладить, а он убежал в угол. Я объяснил дочке, что паучки маленькие и они её боятся.

Маша пошла в дом и рассказала маме, что пауки теперь сами её боятся, а она их совсем не боится. Хотя, говоря честно, до сих пор она относится к паукам настороженно.

*По себе знаю, самое лучшее средство избавиться от страхов – это постепенно сблизиться, привыкнуть и даже подружиться с тем, чего боишься.*

