

Aquaphobie

L'**aquaphobie** est une peur irraisonnée et chronique de l'eau¹.

L'aquaphobie est une phobie spécifique impliquant un niveau de peur au-delà du contrôle d'un individu ou qui interfère dans sa vie quotidienne². Les individus souffrent de différentes manières et peuvent en faire l'expérience même si ceux-ci savent que l'eau d'un océan, d'un lac ou même d'une baignoire n'expose aucun danger imminent. Ils peuvent éviter des loisirs comme faire du bateau, de se baigner ou même nager dans les eaux profondes même s'ils savent nager³. Cette anxiété en général s'étend jusqu'à la peur de se faire mouiller ou éclabousser quand la personne ne s'y attend pas, ou encore de se faire pousser ou jeter dans l'eau.

Épidémiologie

Les phobies (dans les termes cliniques) sont les formes les plus communes des troubles anxieux. Une étude faite par la National Institute of Mental Health (NIMH) explique que 8,7 % et 18,1 % des Américains souffrent de phobies⁴.

Des phobies simples, l'aquaphobie est parmi les sous-types les plus répandus. Dans un article sur les troubles anxieux, Lindal et Stefansson suggère que l'aquaphobie pourrait affecter 1,8 % de la population Islandaise générale, ou un individu sur cinq⁵.

Causes

Les psychologues suggèrent que l'aquaphobie se manifeste chez les individus à travers un mélange de facteurs génétiques et expérimentaux⁶.

Un groupe de maîtres-nageurs à Singapour ont étudié le comportement de leurs élèves. Ils trouvent, chez les enfants aquaphobes, une peur d'être immergé dans l'eau (surtout la tête). Plus précisément, la submersion du nez et des oreilles sont les peurs les plus constatées⁷.

Médias

Le personnage principal du film *Truman Show* est devenu aquaphobe depuis que son père est (supposément) mort noyé lors d'une tempête en pleine mer.

Références

1. ↑ **(en)** The American Heritage Stedman's Medical Dictionary
2. ↑ **(en)** Edmund J. Bourne, *The Anxiety & Phobia Workbook, 4th ed*, New Harbinger Publications, 2005, ISBN 1-57224-413-5
3. ↑ **(en)** Dr. Kennedy's cumulative Vocabulary Course [archive]
4. ↑ **(en)** Kessler et al., *Prevalence, Severity, and Comorbidity of 12-Month DSM-IV Disorders in the National Comorbidity Survey Replication*, Juin 2005, Archive of General Psychiatry, Vol. 20
5. ↑ **(en)** *Acta Psychiatrica Scandinavica* 1993 Jul;88(1):29-34.
6. ↑ **(en)** Lynne L. Hall, *Fighting Phobias, the Things That Go Bump in the Mind*, FDA Consumer Magazine, Volume 31 No. 2, Mars 1997 [archive]
7. ↑ **(en)** *Understand aquaphobia [archive]* Singapore Swimming Academy