

Inhoud

Voorwoord	9
Sprookjesland	13
Inleiding	15
1 Over Aware Parenting en Attachment Play	19
Homo Ludens	19
De taal van spel	22
Een nieuw paradigma	23
Wat is Aware Parenting?	25
Hechtingsbevorderend spel (Attachment Play)	26
2 Eerst ons zuurstofmasker	31
Hoe creëren we die ruimte in onszelf?	34
Van lachen komt huilen	35
Hoe we (niet) geraken waar we willen zijn?	36
Luisterafspraken	37
Hoe doe je dat?	40
Tips voor de luisteraar	40
Tips voor de verteller	41
Voordelen op een rijtje	41
Wanneer het niet lukt	42
Lachen helpt	42
3 Leren kijken	47
Fasen in de spelontwikkeling	47
Spel-Tijd	49
Handvaten Spel-Tijd	52
Wat gebeurt er eigenlijk?	55
Tips voor jonge en oudere kinderen	57
Wanneer Spel-Tijd inzetten?	58
Ter inspiratie	61

4	Het vaatje voor verbinding	63
	Verbinding als behoefte	63
	Ter inspiratie	64
	Samen stilvallen	64
	Legokasteel	70
	Als het potje overkookt	72
	Herinnering 1	73
	Herinnering 2	75
	Herinnering 3	78
	Boodschappenlijstje: mini-speelmoment	79
5	De rollen even omdraaien	81
	Machteloosheid versus kracht	81
	Machtsomkeerspel	82
	Ter inspiratie	83
	Boze juf: stil zijn op school	83
	Konijnenoren: badtijd	84
	Boekje: even geen aandacht	87
	Ik wil de bal! Speelgoed delen	88
	Stop met babbelen	90
	Belangrijke gsm	92
	Watergevecht: schietspelletjes	96
	Supermama: fysiek spel	97
	We hebben geen tijd!	98
6	Moet(jes) kunnen	101
	Gehoorzaamheid versus samenwerken	101
	Ter inspiratie	103
	Chauffeur Lotte: vertrekken met de auto	103
	Tip tip tip: gaan werken en kleren aantrekken	108
	Knickers en een boer: opruimen	110
	Krokodillentanden: tanden poetsen (1)	112
	Mama met haar spel: tanden poetsen (2)	114
	Een klein beetje controle: tanden poetsen (3)	115
	Kleren-piñata	117
	Neusknijpen: afscheid nemen	118
	Bah, dat is vies: medicatie innemen	118
	Snottebellentaart: groenten eten	121
	Potje: zindelijkheid	123

7	Over naar school gaan en scheidingsangst	125
	De bril verandert	125
	Ter inspiratie	126
	Mama's op de speelplaats	126
	Prinsessenhandpop: afscheid op school	131
	Trapje voor trapje: uit de comfortzone	137
8	Baby op komst	141
	Vertrouwen	141
	Ter inspiratie	142
	Baby Lotte: even klein mogen zijn	142
	Kijk naar mij: aandacht delen (1)	144
	Naar twee kindjes kijken: aandacht delen (2)	146
	Ik wil Lotje! Zich graag gezien voelen	147
	Van baby naar grote zus: ze doen wat ze nodig hebben	148
9	Onaangepast of onrealistisch?	151
	Realistische verwachtingen	151
	Ter inspiratie	156
	Weg auto: file	156
	Tafelmanieren: (on)beleefd zijn	157
	Als we niet alleen zijn ...	158
	Een mens die er niets van snapt	159
	Expres fout	160
	Zakdoek kleuren: iets niet mogen	161
10	Verwerkingswerk	163
	Eigenlijk eenvoudig	163
	Hoe zit dat dan precies?	164
	Driftbuien versus afreageren	166
	Trauma met kleine t	170
	Ter inspiratie	174
	Op de foto: ziekenhuiservaring	174
	De groene bal: kinderen kiezen hun timing	175
	De draak	176
	Twijfel: codetaal	177
	Badkamermatje: onderdrukken	178
	Toen mama autoritair werd: triggers en autoritair worden	180

Tot slot	183
Veelgestelde vragen	184
Ouders aan het woord	190
Nawoord	201
Bijlage	205
Literatuur	207