

SPIIS TREŚCI

Wprowadzenie 11

Jak korzystać z tej książki, czyli zabawa a terapia przez zabawę 14

ROZDZIAŁ 1: Play Therapy. Przewodnik dla rodziców i opiekunów 17

ROZDZIAŁ 2: Poznaj swój zestaw narzędzi do terapii przez zabawę 29

ROZDZIAŁ 3: Aktywności wzmacniające więź rodzic–dziecko 39

Czas przytulania 41

Roześmiany popcorn 42

Kocyk do przytulania 43

Wzloty i upadki 44

Sekretny uścisk dłoni 45

Zabawa w chowanego 46

Magiczna farba do twarzy 47

Obrazek z przekąsek 48

Wielka gra 50

Co rośnie w twoim ogródku? 51

Dobranoc, oczka 52

Chowamy bawełnianą kulę 53

Niewidzialne przykrości 54

Statua pamięci 55

ROZDZIAŁ 4: Twórcze aktywności z elementami sztuki, prac manualnych i muzyki 57

Narysuj swój świat 58

Widok portretowy 60

Rysunek-niespodzianka 62

Instrumenty muzyczne 63

Pachnąca ciastolina 64

Rysunek jednominutowy 65

Łapacz snów 66

Ślój na zmartwienia 68

Stęś takim odważnym dzieckiem! 69

Piosenka mobilizująca 70

Wiadomość na lustrze 72

Filcowe buźki 74

Stwórz własną lalkę 76

Burzowa przejażdżka łodzią 77

Uczuciowa lista przebojów 79

Rysunek z uczuciami 80

Dłonie wyrażające emocje 82

Melodia ciała 84

ROZDZIAŁ 5: Zabawy ruchowe i sensoryczne 87

Podążaj za liderem 88	Jak to odczuwasz? 102
Konkurs pompek 89	Moje ulubione przytulanie 104
Nasz wewnętrzny badacz 90	Czas na huśtanie 106
Wywiad z ciałem 92	Kolorowa mieszanka 107
Czas na gotowaniu! 93	Ruchy kostką 108
Czas na skarby 94	Moje pięć zmysłów 109
Uwaga, lawa! 95	Lustrzany taniec 110
Jak to brzmi? 96	Wodna przygoda 111
Jak to smakuje? 98	Nazwij swój głód 112
Jak to pachnie? 100	

ROZDZIAŁ 6: Opowiadanie historii i odgrywanie ról 115

Film kukiełkowy 116	Fotoksiążka 124
Opowieść zaklęta w piosence 118	Zabawa w lekarza 125
Z życia maluszka 119	Historia z pewnej perspektywy 126
Naprawdę cię rozumiem 120	Magiczny eliksir 128
Kamiki opowieści 122	Magiczna skrzynka pocztowa 130
Rozmowy kukiełek 123	Długaśna historia 131

ROZDZIAŁ 7: Ćwiczenia-wyzwania 133

Czerwone, zielone 134	Berek wśród zwierząt 142
Bańkowy berek 135	Do celu, gotowi, strzał! 143
Idź, stój, usiądź 136	Latająca cotton ball 144
Gigantyczna plansza do gry 137	Tańcz, stój, tańcz! 145
Gra wyobraźni 138	Tor przeszkód 146
„Czy potrafisz to zbudować?” 140	Tor dla kulek 147
Guma bardzo balonowa 141	

ROZDZIAŁ 8: Zabawy i aktywności w plenerze 149

Wybierz swoją własną przygodę 150	Ogród życzeń 157
Widzę... wyzwanie 151	Sztuka ziemi 158
Spacer pełen wrażeń 152	Wyobraź to sobie! 159
Kuchnia na świeżym powietrzu 154	Obserwowanie chmur 160
Huśtawki tandemowe 155	Zabawa w zbieraczy uczuć 162
Afirmatywna gra w klasy 156	

ROZDZIAŁ 9: Relaks i oddychanie 165

Bańkowe oddechy 166	Oddech lwa 173
Olbrzymia bańka 167	Wróżkowy oddech 174
Bańka „stop-klatka” 168	Medytacja miłującej dobroci 175
Oddech superbohatera 169	Spokojne miejsce 176
Twarde spaghetti 170	Słoić na myśli 178
Oddychanie plecami do siebie 171	Spray na potwory 180
Oddech słonia 172	Mój magiczny oddech 182

Źródła i materiały dodatkowe 185

Bibliografia 187

Podziękowania 189