

Voed het Kind in jezelf

- je laten verwennen
- samen muziek maken, zingen, dansen etc.
- je laten masseren
- wiegen, in bad laten stoppen
- ongekleed zwemmen, zonnen
- sauna
- knipogen
- bij iemand zitten
- vastgehouden worden
- met elkaar een dierentuin naspelen
- over de toekomst fantaseren
- losvechten
- neuriën
- stoeien
- beeldende expressie
- kliederen
- smakken etc.
- verkleden
- een liefdesbrief schrijven
- een vreemde persoon een vraag stellen, een hand geven
- basisbehoeften bevredigen
- basisgevoelens uiten
- handendans
- schoptikkertje
- vrijen, zelfbevrediging
- kussengevecht
- zintuig-oefeningen doen
- hard schreeuwen
- ruggenspraak
- praten zonder woorden
- sporten
- naar lachfilms kijken
- slapen
- leuke kleren dragen
- moppen tappen

