

# Coöperatief co-ouderschap: veilig opgroeien in twee huizen

## Inzichten uit de hechtingstheorie

### Hoe voed je gelukkige, emotioneel zekere kinderen op - in twee huishoudens?

Als ouder wil je dat jouw kind zich veilig en zeker voelt. Dat je kind erop vertrouwt dat in zijn of haar behoeften wordt voorzien. Maar wanneer je in de situatie van co-ouderschap zit, kan dit moeilijk zijn. Je kunt je verloren, verward of in oorlog met de co-ouder voelen, en uiteindelijk wint niemand - vooral je kind niet. Hoe kunnen jij en je co-ouder dan wel op één lijn komen? En samen een veilige basis bouwen voor het kind dat opgroeit in twee huizen?

Met deze praktische gids leer je strategieën gebaseerd op de hechtingstheorie. De strategieën helpen je om de communicatie te verbeteren, van conflict naar samenwerking te gaan, angst en stress te verminderen en de behoeften van het kind voorop te stellen. Je ontdekt vaardigheden om mindful te blijven en verbonden met je kind, om consistentie te creëren in dagelijkse routines en een solide ondersteuningssysteem op te bouwen. Je kunt een stabiel en coöperatief co-ouderschapsteam opbouwen dat het kind de veilige haven biedt die het vandaag, morgen en in zijn of haar mooie toekomst nodig heeft. Dit boek helpt je op weg.

Aurisha Smolarski is een erkend huwelijks- en gezinstherapeut, gecertificeerd co-ouderschapcoach en mediator. Ze maakt gebruik van hechtingstheorie en andere methoden om co-ouders te helpen omgaan met de emotionele onrust van (echt)scheiding, zodat ze een veilig co-ouderschapsgesin kunnen creëren.

“Geeft ouders een persoonlijk stappenplan voor een veilige en gezonde relatie met hun kinderen en zichzelf. Een must-read!” — Heather Turgeon, psychotherapeut en coauteur van *The Happy Sleeper*.

“Biedt de begeleiding en inzichten die co-ouders nodig hebben om hun kinderen veiligheid te bieden, zelfs tijdens een scheiding.” — Tina Payne Bryson, PhD, bestsellerauteur en coauteur van *Het hele brein, het hele kind*.

**ISBN:**

9789085604730

**Auteur:**

Aurisha Smolarski

**Meer info:**[swpbook.com/2828](https://swpbook.com/2828)