

KINDER REMEDIES



YANA

HOLLANDSE BLOESEM REMEDIES

De YANA Kinder Remedies

Bij het behandelen van kinderen in mijn praktijk viel het mij op hoe snel kinderen reageren op de werking van bloesem remedies en hoe effectief de behandeling is.

Tijdens het lesgeven op school ben ik me steeds meer bezig gaan houden met het idee, dat ook hier kinderen veel baat zouden kunnen hebben van de helende werking van bloesem remedies.

Ik ontdekte dat er een aantal thema's zijn, die bij kinderen spelen en vaak terug te zien zijn, zoals pesten of gepest worden, faalangst, concentratieproblemen, scheiding, (hoog)gevoeligheid, van school veranderen, e.d.

Vanuit die waarneming ontstond het idee om speciaal voor kinderen een bloesem remedies set te maken.

Ik heb een set gemaakt met 12 verschillende combinaties.

Deze is eenvoudig te gebruiken door ouders, verzorgers, therapeuten, leerkrachten of mensen, die veel met kinderen werken.

Hoe kunnen de remedies gebruikt worden:

Inwendig:

In acute situaties kan men 5 druppels direct uit het stockflesje innemen, onder de tong. Dit een aantal keer herhalen, zolang het nodig is.

Meestal worden bloesem remedies uit stock flesjes verdund. Dat heet dan een doseerflesje. Dat gaat zo:

Er wordt in een glazen flesje van 30 ml. met pipet, een klein beetje cognac of appelazijn (ter conservering) gedaan en de rest wordt afgevuld met bronwater.

Daarin worden dan 5 druppels gedaan uit een stockflesje.

Er kunnen ook druppels uit meerdere stockflesjes in een doseerflesje gedaan worden, b.v. Faalangst en Concentratie voor een examen.

De verdunning wordt 4 maal daags ingenomen, 5 druppels per keer onder de tong.

Er kunnen ook remedies gedruppeld worden op een hapje eten, in een glas water of een flesje sap, dat dan leeggedronken wordt.

Uitwendig:

Wanneer het moeilijk is om druppels in te nemen, kan men ook andere manieren toepassen om de remedies te gebruiken.

Men kan remedies druppelen op het lakentje in de wieg of op het kussen of op lichaamsdelen van het kind (b.v. rond de navel of op het hoofdje).

Men kan ook het flesje op een veilige manier in de directe omgeving van het kindje leggen of het op een geheel eigen manier toepassen die op dat moment het beste lijkt.

Deze remedies zijn niet alleen ondersteunend en helend voor kinderen, maar ook voor het innerlijke kind in ieder van ons.

CONCENTRATIE

Deze combinatie is voor kinderen die moeite hebben om zich concentreren, of het moeilijk vinden om zich ergens op te focussen. Op school is concentratie belangrijk.

Kinderen kunnen "dromertjes" zijn, die lekker in hun eigen wereldje wegdromen.

Bij sommigen is de koek snel op en verdwijnt de concentratie snel.

Sommigen missen structuur, zijn te ongedurig of te weinig geaard.

Deze combinatie remedie helpt het kind mentale helderheid te geven en om het concentreren gemakkelijker te maken.

Madeliefje geeft structuur en mentale helderheid. Ze helpt met het integreren van nieuwe informatie. Niet voor niets maken kinderen met deze meizoentjes vaak kransen om het hoofd.

Witte Dovenetel geeft structuur en overzicht. Ze helpt kinderen beter te aarden en geeft plezier en vertrouwen aan het kind.

Pinksterbloem verbetert de integratie tussen de twee hersenhelften, waardoor het leren makkelijker gaat en de informatie beter verwerkt wordt.

ERBIJ HOREN

Erbij horen is belangrijk voor kinderen.

Wanneer een kind het gevoel heeft, dat het er niet bij hoort of dat het niet opgenomen wordt in de groep, kan het zich buitengesloten voelen en eenzaamheid ervaren. Het kind voelt zich vaak niet goed genoeg en heeft het gevoel dat anderen het niet zien staan. Het voelt zich niet begrepen en erkend. Het kind wil aardig gevonden worden en zich gewaardeerd voelen en doet daarom soms grote concessies aan zichzelf.

Meestal heeft het kind het gevoel dat het de enige is die buitengesloten wordt. Dat maakt een kind kwetsbaar.

Het kan in een slachtofferrol terechtkomen. Het kind heeft het gevoel dat er toch niets tegen te doen is, dat het niet kan veranderen. Eenzaamheid en onzekerheid worden daardoor versterkt.

Deze remedie is ook voor kinderen, die zich niet thuis voelen op deze aarde en die moeite hebben om hun eigen plek in te nemen.

Akelei helpt het zelfvertrouwen te versterken en vergroot het gevoel van zelfwaardering. - Ik ben goed zoals ik ben--

Berenklauw geeft het kind het gevoel thuis te zijn in een situatie en zich op haar gemak te voelen. Het helpt een kind zich ook thuis te voelen op deze aarde.

Judaspinning geeft het kind inzicht in het eigen handelen en functioneren, zodat het zich niet gemakkelijk in een slachtofferrol terecht laat komen.

Longkruid laat het kind haar eigen ruimte innemen en zorgt ervoor dat zij zich niet opzij laat zetten.

Zwanebloem helpt een kind haar eigenheid te ontwikkelen en in haar eigen kracht te gaan staan.

FAALANGST

Faalangst kan grote gevolgen hebben op het functioneren van een kind.

Het (school)werk kan een enorme opgave worden. Het kind ervaart dat het werk nooit goed genoeg is. De lat, die het kind zichzelf oplegt, kan heel hoog zijn. Het kind is dan erg streng voor zichzelf.

Er zijn ook kinderen, die weinig tot niets uit hun handen krijgen. Ze kunnen het wel, maar het gevoel dat het toch niet goed genoeg is, overheerst. Het gevoel van durf is verdwenen. Ze hebben de neiging zich onzichtbaar te maken.

Deze kenmerken komen terug in het sociale gedrag bijv. door kritisch of teruggetrokken gedrag naar anderen.

Deze combinatie van remedies geeft het kind meer vertrouwen. Het verhoogt de eigen liefde en versterkt de eigen waarde.

Akelei heeft een helende werking.

Akelei helpt je om je plek in te nemen op deze aarde, om jezelf neer te zetten. De remedie maakt het hart vrij en geeft je de moed jezelf te laten zien zoals je bent. Je durft je eigen plek in te nemen tussen anderen, je hoofd boven het maïsveld uit te steken en voor je eigen mening uit te komen. Akelei helpt je om los te laten, zodat je tot bloei kunt komen. Het stelt je in staat jezelf in je volle schoonheid te laten zien. Je neemt ruimte voor jezelf, maar laat de ander ook zijn gang gaan.

Akelei is heel geschikt voor kwetsbare, gevoelige kinderen, die bang zijn om zichzelf te laten zien en voor kinderen, die zich verschuilen achter anderen, zodat ze zelf buiten schot blijven. Ze zijn bang niet goed genoeg te zijn of hebben het gevoel niet aan de verwachtingen van anderen te kunnen voldoen.

-Ik ben goed zoals ik ben en ik durf mezelf neer te zetten-

Guichelheil ontwikkelt mededogen en een sterk liefdevol hart.

Het geeft inzicht in de eigen mogelijkheden en krachten, maar ook in de zwakheden. Het stelt het kind in staat hier met mededogen naar te kijken. Het helpt de emoties waar het kind in vastzit, los te laten.

Het kind leert zich onafhankelijk op te stellen. Het laat niet meer over zich heenlopen.

--- Het is goed wat ik doe ---

--- Falen gebeurt ook wel eens en dat mag ---

Rotsanjer laat het kind minder hard zijn voor zichzelf en opent het hart. De strengheid verdwijnt en (eigen)liefde bloeit op.

GEPEST WORDEN

Wanneer een kind gepest wordt, kan dit grote psychische gevolgen hebben en zelfs tot beschadigingen leiden.

Een kind kan hier op verschillende manieren mee omgaan.

Sommigen "berusten" en passen hun gedrag zoveel mogelijk aan om zo min mogelijk gepest te worden. Uit angst om gepest te worden, laten ze zich zo min mogelijk zien/ horen. De gaven die zo'n kind heeft, worden vaak uit angst niet benut. Je hoofd boven het maaiveld uitsteken wordt immers als heel gevaarlijk ervaren. Het kind heeft geleerd dat gevoelens niet worden gerespecteerd en dat er vaak over zijn/haar grenzen heen gegaan wordt. Dat voelt onveilig, dus jezelf onzichtbaar maken wordt een overlevingstactiek. Sommige kinderen gaan "het gevecht" aan. Dat kost enorm veel kracht en levert veel stress op. Ook hier moet het kind steeds op z'n hoede zijn, zichzelf pantseren. Het kan niet onbekommerd en vrij handelen en zichzelf laten zien. Deze remedie helpt kinderen zichzelf weer te waarderen en geeft ze de kracht te laten zien, wie ze in wezen zijn. Hoe meer het kind in z'n eigen kracht komt te staan, hoe minder het last zal hebben van pesten.

Korenbloem bevordert eigenliefde en het gevoel om anders te zijn. Het heelt psychische beschadigingen als gevolg van pesten.

Longkruid laat je je eigen ruimte, je eigen plek innemen. Je bent beter in staat je grenzen aan te geven, waardoor anderen minder snel over jouw grenzen heen gaan.

Valeriaan zorgt voor mentale en fysieke ontspanning. Kinderen die gepest worden, leven immers vaak onder spanning.

Het helpt kinderen om met meer humor naar de situatie kijken.

Valeriaan bevordert eigenliefde.

Guichelheil brengt ontspanning en bevordert het loslaten wanneer kinderen emotioneel vastzitten of psychisch afhankelijk zijn van anderen. Het ontwikkelt mededogen voor jezelf en bevordert eigenliefde, zodat je kunt handelen vanuit een sterk, liefdevol hart.

GEVOELIG

Kinderen die heel gevoelig zijn, hebben vaak moeite zich staande te houden in de buitenwereld. Ze voelen zich snel gekwetst en onbegrepen.

Wanneer dit vaak gebeurt, wordt het kind ongelukkig en trekt het zich terug, of het wordt juist opvallend in zijn/haar gedrag. In beide gevallen voelt het kind zich niet veilig genoeg om zich kwetsbaar op te stellen en durft het niet zichzelf te zijn. Het kind durft zich niet te laten zien zoals hij/zij is, uit angst om gekwetst te worden.

Een combinatie van remedies helpt het (hoog) gevoelige kind sterker te maken en vertrouwen te hebben in zichzelf.

De **Waterteunisbloem** is voor emotionele kinderen, die een diep gevoelsleven hebben en/of snel angstig zijn. Wanneer deze kinderen gekwetst worden, trekken zijn zich terug in hun binnenwereld en zijn dan moeilijk benaderbaar.

Deze remedie laat kinderen weer stromen en helpt bij het huilen als dat geblokkeerd is. Ze is ook te gebruiken bij watervrees (b.v. bij zwembles).

Geeft Licht en vertrouwen.

De Waterteunisbloem is niet alleen goed voor emotioneel gevoelige kinderen; Ook bij fysieke gevoeligheid of hooggevoeligheid geeft deze remedie warmte en vertrouwen. Bij gevoeligheid op meerdere gebieden nemen kinderen veel waar en komt er veel binnen. Waterteunisbloem helpt deze kinderen om goed om te gaan met hun gevoeligheid.

Het is ook goed om te gebruiken voor het innerlijke kind bij volwassenen.

Guldenroede geeft gevoelige kinderen een ladder naar het Licht, laat de weg zien naar hun innerlijk goud en verbindt ze met hun hogere Zelf.

Het helpt hen om goed bij zichzelf te blijven, vooral in de groep, zodat ze zich niet bedreigd of angstig hoeven te voelen.

Gesteund door het hogere en vanuit hun hart kunnen zij dan verbindingen maken met de anderen.

Deze remedie geeft houvast aan kinderen die een probleem hebben op het sociale vlak. Het zijn meestal zeer gevoelige kinderen.

Door hun gevoeligheid worden ze vaak gekwetst, op hun hart getrapt, waardoor ze hun hart af gaan schermen. Ze durven zich niet meer te laten zien. Ze kunnen zich terugtrekken in zichzelf, waardoor ze moeilijk te benaderen zijn. Of ze kunnen de clown uithangen of zich obstinaat gedragen, om zich maar niet kwetsbaar op te hoeven stellen. Vooral in groepen (b.v. klassensituatie) voelen zij zich niet veilig en dan kan de sociale situatie heel beangstigend zijn.

Klaproos helpt kinderen die door hun gekwetstheid prikkelbaar of moedeloos zijn geworden en zorgt ervoor dat ze hun hoofd niet laten hangen, maar zich stralend, in al hun schoonheid, durven laten zien.

GOEDE NACHT.

Als een kind 's avonds niet wil (kan) slapen of elke nacht wakker wordt, kan dat komen, omdat het kind bang is. Het ziet "spoken en beren."

Het is bang om alleen te zijn en is bang voor het donker.

Angstige momenten, die overdag gebeuren, worden 's nachts verwerkt.

Het naar school gaan, of dingen die in de klas gebeuren, kunnen heel ingrijpend zijn. Dit kan 's nachts vanuit het onderbewustzijn naar boven komen.

Ook kan de oorzaak aan de thuissituatie liggen (b.v. nieuw broertje of zusje, ruzie, spanningen).

Soms is het moeilijk te achterhalen wat de oorzaak van hun "bang zijn" is. Bij sommige kinderen resulteert dit in bedplassen.

De combinatie van

Sint Janskruid en **Guldenroede** helpen het kind hun vrees te overwinnen en maakt de nacht "lichter." Deze zomerbloemen bezitten sterke lichtkrachten. Ze geven in het donker een ladder naar het Licht.

De Engelwortel geeft het kind een sterk gevoel van bescherming en het gevoel, dat er over haar gewaakt wordt, zodat de vrees losgelaten kan worden.

Het kind gaat met vertrouwen de nacht tegemoet.

Deze remedie heeft ook goede resultaten behaald bij

Bedplassen.

ONTSPANNEN

Het komt voor, dat kinderen onder druk staan en daardoor veel spanning opbouwen.

Fysiek is dat te zien aan de "strakke koppies", de gespannen handen, de onrust.

Gespannen kinderen kunnen:

- enorm druk worden ("speedy")
- alles in de gaten willen houden ("over alert" zijn),
- een te kort lontje hebben.

Het is moeilijk voor ze om te ontspannen en dingen los te laten of dingen "te laten gaan". Deze remedie helpt kinderen de spanning los te laten en op een meer ontspannen manier in het leven te staan. -- Go with the Flow --

Kamille helpt het kind te ontspannen en werkt verzachtend.

Het laat emotionele spanningen los en helpt de balans van het gevoelsleven te herstellen.

Paardebloem helpt het positieve weer te zien in de huidige situatie en werkt ontspannend op het mentale en fysieke lichaam.

Smeerwortel heelt emotionele blauwe plekken, helpt nerveuze spanningen los te laten en de zenuwen te kalmeren.

Valeriaan harmoniseert en brengt rust en kalmte. Het brengt een stuk ontspanning en laat het kind met meer humor en een frisse blik naar de situatie kijken.

PESTEN

Het komt veelvuldig voor dat kinderen pesten. Vaak handelen kinderen die pesten uit een bepaald onvermogen. Kinderen pesten niet "zomaar".

Er is meestal een oorzaak te vinden waarom ze gaan pesten. Kinderen die pesten zijn vaak kwetsbare en gevoelige kinderen. Deze remedie helpt kinderen die pesten weer goed bij zichzelf te komen en zich sterk en gelukkig te voelen.

Het stelt ze in staat om positief met anderen om te gaan en compassie voor een ander te hebben.

Ze hebben pestgedrag niet meer nodig om zich te manifesteren, waardoor de behoefte om te pesten verdwijnt.

Korenbloem bevordert eigen liefde. Korenbloem laat een kind ervaren dat het een uniek persoon is en dat het anders kan zijn dan anderen. De kwetsbaarheid, die een kind daardoor kan ervaren, wordt omgezet in kracht.

Morgenster leert kinderen zich positief te uiten i.p.v. negatief. De beschadigingen op zielsniveau worden geheeld, het kind heeft het gevoel in het licht te staan en gezien te worden. Het kind komt meer in haar eigen kracht te staan.

De sterke behoefte om als populair gezien te worden, of het gevoel van "pesten voordat ik zelf gepest word" zijn niet meer nodig om zich te handhaven.

Zinkviooltje is om zich positief te leren uiten en bij het eigen, positieve stuk te komen. Het helpt kinderen om hun eigen weg te vinden en laat de gewoonte om te pesten, los.

Negatieve gedachten over zichzelf transformeren in positieve gedachten.

Zwanebloem vergroot het gevoel van eigenwaarde en zelfwaardering en helpt om negatieve gedragspatronen los te laten. Je doet wat in wezen goed bij jou past.

SCHEIDING.

Wanneer ouders gaan scheiden, is dit een ingrijpende gebeurtenis voor een kind. Haar/zijn hele vertrouwde wereld staat op z'n kop. Dit kan als bedreigend en beangstigend worden ervaren.

Deze combinatie remedie biedt het kind ondersteuning tijdens dit proces.

Duizendblad helpt het kind zich af te sluiten voor alle negativiteit en kwetsende woorden.

Engelwortel zorgt voor bescherming en hulp van boven. Het geeft het kind een gevoel van ondersteuning in een moeilijke tijd.

Gebroken Hartje helpt om het verdriet te verwerken, los te laten en niet vast te willen houden aan een situatie die er niet meer is, b.v. door steeds maar weer te hopen dat haar ouders weer bij elkaar komen.

Het Kaasjeskruid helpt het kind om te gaan met de nieuwe situatie en alle bijbehorende veranderingen. Er breekt een nieuwe fase aan.

De Koekoeksbloem zorgt ervoor, dat het kind zich niet verantwoordelijk gaat voelen voor de scheiding. Vaak denken kinderen dat het hun schuld is.

Het is ook belangrijk dat het kind zich niet verantwoordelijk gaat voelen voor het geluk of het verdriet van één van de ouders.

--Niet de verantwoording op je nemen
voor het proces van je ouders --

SCHOOLVREES

Soms kunnen kleine kinderen hun ouders niet loslaten wanneer ze naar de peuter- of kleuterschool gaan. Ze kunnen zich dan (huilend) vastklampen aan de ouder.

Redenen waarom een kind het in de eerste periode eng vindt om naar (nieuwe)school te gaan, kunnen zijn:

- bang voor het onbekende,
- bang om op eigen benen te staan en de veiligheid en zekerheid van de ouder los te laten,
- verlegenheid,
- bang voor de groep,
- te hoge verwachtingen,

Het kind gaat de eerste dagen of weken met buikpijn of vage buikklachten naar school.

Of het wil helemaal niet meer naar school. Deze klachten hebben geen duidelijk fysieke oorzaak.

Dit kan ook gelden voor oudere kinderen, die voor het eerst naar de middelbare school gaan.

Sint Janskruid geeft het kind het gevoel beschermd te zijn en laat de vrees verdwijnen. Dit zonnekruid maakt het letterlijk lichter voor het kind en laat de zonnige kant zien.

Kamille verzacht en haalt de druk van de ketel. Kamille biedt een stuk ontspanning, waardoor het kind de spanningen los kan laten.

De daaraan gerelateerde buikpijn verdwijnt.

De emotionele balans wordt hersteld.

Fluitenkruid geeft het kind extra ruggengraat en plezier in de dingen.

Kattenstaart laat het kind weer onbevangen en vol vertrouwen naar school gaan, zodat het durft te zijn, wie het in wezen is.

UITEN

Het is belangrijk dat kinderen zich goed leren uiten, dat ze hun gedachten en gevoelens naar buiten kunnen en durven brengen.

Sommige kinderen hebben een rijke gedachte- en/of gevoelswereld, maar houden hun woorden liever binnen. Na veel vragen geven zij summier informatie.

Het kan zijn dat kinderen bang zijn,

- dat hun gedachten of gevoelens niet belangrijk genoeg zijn,
- dat ze uitgelachen worden,
- wat andere kinderen over ze denken,
- dat ze toch niet begrepen worden,
- omdat zij zich erg onzeker voelen in de groep,
- om zich kwetsbaar op te stellen.

Soms kan een kind zelfs gaan hakkelen of stotteren.

Akelei geeft zelfvertrouwen en laat het kind een eigen plek in nemen. Het kind durft zich, vanuit zijn eigen kracht, kwetsbaar op te stellen en het hoofd boven het maaiveld uit te steken.

Ongeacht wat de andere kinderen hiervan denken. Het kind durft voor zich zelf te gaan staan en zich te uiten op haar eigen manier.

Boterbloem laat het kind stralen en glanzen en helpt innerlijke gedachten en gevoelens naar buiten te brengen. De knop is als een klein vuistje, doet gesloten en krampachtig aan. De bloem opent zich, ontspant en laat haar glanzende innerlijk zien. Ze laat zich mee wiegen op de wind en neemt haar eigen plek in.

Ze brengt ontspanning.

Goudsbloem is een belangrijke remedie voor het keelgebied.

Maria 's Goud is de vertaling van de Engelse naam: Mary 's Gold.

Deze remedie geeft het kind het gevoel gehoord te worden en het vertrouwen om te spreken.

De woorden komen uit het hart en het maakt niet zoveel uit hoe het precies gezegd moet worden. Het is de intentie die telt en niet de vorm. Je brengt je innerlijk goud naar buiten via de spraak.

-- Durf te spreken --

Deze combinatie remedie kan goede resultaten geven bij kinderen die hakkelen of stotteren.

VERHUIZING

Wanneer een kind gaat verhuizen, kan dit een enorme impact hebben.

Het kind moet de vertrouwde wereld loslaten en zich leren manifesteren in een nieuwe wereld. Dit betreft niet alleen de woonplek, maar ook de school.

Voor het ene kind verloopt deze overgang soepeler dan voor het andere kind.

Deze remedie helpt het kind bij deze verandering en ondersteunt het in dit proces.

Berenklauw helpt het kind zich sneller thuis te voelen op de nieuwe plek.

Het kind kan makkelijker aarden en zijn/haar nieuwe draai vinden.

Fluitenkruid geeft het kind weer nieuwe veerkracht en moed.

Het leert dat er ook leuke kanten aan het gebeuren kunnen zitten. Het geeft het kind ruggengraat en plezier in het leven, zodat het de nieuwe situatie goed aankan en met plezier in het leven staat.

Sneeuwkllokje helpt met het loslaten van de emotionele pijn, die ontstaat door de verhuizing. Het kind kan het gevoel hebben dat het erg veel in heeft moeten leveren bij de verhuizing. Een kind kan zich emotioneel in de kou voelen staan.

Er kan een traantje geplengd worden: er is verdriet.

Sneeuwkllokje troost en helpt met het loslaten en het verwerken ervan.

Voor vragen of bestellingen kunt u zich wenden
tot;

YANA Hollandse Bloesem Remedies

Carla Baas- Stahlie

Hanebalk 27

1628MB Hoorn

Tel: 0229-248111

E-mail: yanabloesems@quicknet.nl

Website: www.yanabloesemremedies.nl

