

Eerste pijler: Bewust Zijn: Tess

1. **Ken je filters;** *wat zijn dat?*
2. **Focus;** *waar is jouw aandacht?*
3. **Blijf bij jezelf;** *wie ben jij?*
4. **Zorg voor jezelf;** *zorg je goed voor jouw lichaam?*
5. **Ken je bescherming;** *hoe ziet dat er bij jou uit?*
6. **Ken je grenzen;** *waar ligt jouw grens en die van anderen?*
7. **Maak ruimte voor anderen;** *ga je met anderen om zoals je zou willen dat ze met jou omgaan?*

Hieronder wordt al het ZaaiGoed van Tess behandeld.



Zaigoed 1: Ken je filters; wat zijn dat?

Kinderen:

We leren kinderen dat ze door een bepaalde bril naar de wereld kijken, een filter. Vervolgens bepaalt deze bril wat je in de wereld ziet, hoort en voelt. Zo ontstaan overtuigingen. Deze overtuigingen maken jou wie jij bent. Sommige versterken je en sommige staan je in de weg. Als kinderen weten dat ze door ervaringen en filters gevormd worden, leren ze zichzelf beter kennen. Een voorbeeld van een filter is wanneer je aan het lijnen bent en je overal ineens eten ziet of je bent van plan een auto te kopen en je ziet opeens overal dat automerk rijden. We noemen dat simpel een brilletje. Je kunt door verschillende brilletjes naar dingen kijken. Je gedrag wordt bepaald door de brilletjes waardoor je kijkt.

Gastouder:

Opvoeders hebben grote invloed op de overtuigingen en filters van kinderen. Zeker omdat kinderen opvoeders nadoen. Zij zien de wereld zoals hun opvoeders deze zien. De gastouder wordt er dan ook goed bewust van wat hun eigen gedrag voor effect heeft op de kinderen. Wij leren hier heel zorgvuldig mee om gaan en het kind positieve filters mee te geven. We spreken het kind dan ook altijd aan op het gedrag en niet op zijn. Stel je voor dat een gastouder tegen een kind zegt: Je bent stout. Dit komt bij het kind binnen en het krijgt een bril, een overtuiging. En elke keer ziet het: "Ik ben stout". En het kind gaat het geloven en het gedrag gaat ook zo worden. Terwijl als je zegt: "Wat je doet, vind ik niet lief", dan is het gekoppeld aan het gedrag en het gedrag kun je aanpassen of herstellen. Het legt geen filter/brilletje bij het kind.

Zaigoed 2: Focus: waar is jouw aandacht?

Kinderen:

Als je in aandacht bent, kun je dichterbij jezelf komen en kun je makkelijker je filters ontdekken. Het focussen helpt kinderen meer in aandacht te zijn en leert kinderen doelgericht te zijn. De aandacht wordt in de groep gevraagd door de hand op te steken. Zo hoeft er niet met de stem om aandacht te worden gevraagd.

Gastouder:

De gastouder verwoordt steeds naar de kinderen wat ze gaat doen en is in aandacht met hen bezig. Ook bij de jongere kinderen. Juist bij baby's is dit van belang. Door een respectvolle benadering waarin er uitleg is wat er gaat gebeuren, gaan jonge kinderen ervaren en leren dat ze een individu zijn. Ook zal de baby door oogcontact en praten een gevoel van veiligheid ervaren, omdat er niet iets onverwachts met hem gebeurt. De gastouder vertelt dus aan een kind wat er gaat gebeuren als ze het oppakt om naar bed te brengen. Met de oudere kinderen wordt de dag doorgesproken en tijdens de dag worden handelingen en activiteiten verwoord. Deze focus geeft duidelijkheid en duidelijkheid geeft vertrouwen.

Ook voor de gastouder is het goed om in het moment te zijn. Daardoor is de aandacht echt voelbaar bij het kind en niet bij de afwas die dadelijk gedaan moet worden. Je kunt het moment dan ook écht ervaren, wat je werk heel leuk maakt.