

Lessen & Gevoelens uit 'Het Lelijke Eendje'

ALLES OP JE EIGEN TIJD -

Alle eendjes kwamen meteen uit hun ei behalve het lelijke eendje. **H**et duurde bij haar allemaal wat langer. **H**aar ei was groter dan de anderen en niemand wist precies wat ze van haar moesten denken toen ze eindelijk uit haar schelp brak. **I**edereen groeit op haar eigen manier en tijd.

ONSCHULD -

Het eendje is super enthousiast en blij om haar "familie" te ontmoeten, ondanks dat ze niet met open armen wordt verwelkomt. **D**ie heerlijke kindse onschuld vaagt naarmate we ouder worden meer en meer naar de achtergrond, door alles wat we meemaken. **W**e bouwen laagjes om ons hart om niet gekwetst te worden.

WANTROUWEN EN VERLATING -

De mannetjeseend denkt dat zijn vrouw is vreemdgegaan en verlaat haar. **W**anneer we op jonge leeftijd verlaten worden mentaal of fysiek door onze ouders of mensen die een belangrijke rol in ons leven spelen, kan dit een trauma opleveren en een grote impact hebben op ons gedrag als volwassene. **I**n dit verhaal zie je dat niet heel erg terug, echter is vertrouwen een van de basisblokken van elke relatie. **L**ater in het programma gaan we hier dieper op in.

[Scroll door naar beneden](#)



Lessen & Gevoelens uit 'Het Lelijke Eendje'

AANGEBOREN INSTINCTEN-

Het lelijke eendje voelt meteen aan dat er ruzie om haar wordt gemaakt. De instincten waarmee wij zijn geboren zijn ijzersterk. Onze 'gut feeling'. Vaak kiezen we er toch voor om deze te negeren omdat we een heel volhardend brein hebben die ervan houdt om met haar logica de strijd aan te gaan met je instinct.

VOLHARDEND -

Ze laat zich niet meteen uit het veld slaan door de ruzie en volgt haar "moeder, broers en zusjes" met volle enthousiasme. We kunnen wel tegen een stootje en vallen niet meteen om.

AANPASSINGSVERMOGEN -

Ze kan zich super goed aanpassen aan de situatie die zich voordoet, ook al is ze geen eendje. Ze doet hard haar best om zich te gedragen als een eendje, zodat ze de goedkeuring en waardering krijgt van haar moeder, broertjes en zusjes en eigenlijk iedereen om haar heen.

AFWIJZING EN PESTEN -

Ze wordt opzettelijk door moedereend in het water gegooid. Vervolgens reageert deze fysiek en verbaal sterk afwijzend. De broertjes en zusjes gooien er nog een schepje bovenop en je kunt al wel raden wat ze tegen haar kwaken. Vervolgens loopt de moeder hooghartig weg en keert het eendje letterlijk de kont toe, wat zorgt voor: ONBEGRIIP ->

[Scroll door naar beneden](#)



Lessen & Gevoelens uit 'Het Lelijke Eendje' (korte versie)

ONBEGRIP -

Het eendje begrijpt niet waarom ze allemaal zo reageren en bekijkt zichzelf na de opmerkingen eens goed. In de weerspiegeling van het water ziet ze een (vertekend) beeld van zichzelf en ziet hoe ze anders is dan de andere eendjes. Ze schrikt ervan dat ze er zo anders uitziet en door de gedragingen van iedereen om haar heen geloofd ze daarom dat ze niet OK is.

VERDRIET -

Ze hoort er niet bij omdat ze er anders uitziet en zich anders gedraagt. De 'andere' eendjes hebben haar lelijk genoemd en haar 'moeder' heeft haar afgewezen. Als je vaak genoeg lelijk genoemd wordt, dan ga je er vanzelf in geloven dat het zo is. Dan kan het zijn dat je er zelfs naar gaat gedragen, want het is toch zo?

BUIGBAARHEID -

Op een gegeven moment is het teveel voor het eendje en loopt ze weg. De buigzaamheid zelfs de meest flexibele kinderen, die zich makkelijk aanpassen als een situatie voor hun gevoel daar om vraagt, heeft een grens. Dat gaat tot zover en dan knapt ook de rek van dat flexibele kind dat vroeger altijd gemakkelijk mee boog. Laat staan hoe dat is voor een volwassene die al jarenlang buiten haar rek opereert...

[Scroll door naar beneden](#)



Lessen & Gevoelens uit 'Het Lelijke Eendje'

OPLEVINGEN DOOR TIJDELIJKE POSITIEVE AANDACHT -

Ze loopt weg en wordt niet veel later hartelijk ontvangen door hele vrolijke vogeltjes die haar veel knuffels en liefde geven.

Totdat ze even hard weer wordt weggejaagd door moeder vogel, omdat ze denkt dat het eten ook voor haar is, want ze hoort er toch bij? **O**ok de houten eend geeft haar even een gevoel van (h)erkenning en het eendje stort zich weer met volle enthousiasme in deze nieuwe relatie. **H**elaas doet deze haar fysiek pijn en dan breekt ze. **H**aar rek is compleet op.

HET GEVOEL VAN EIGENWAARDE VERLIEZEN -

Het eendje is zo hard op zoek naar de plek waar ze zich waardig voelt. **G**ewaardeerd voor wie ze is. **Z**e is op weg naar haar levensdoel, zodat ze zichzelf helemaal kan openstellen aan alle facetten van haarzelf en zich vervolgens in volle glorie aan de wereld kan laten zien.

ACCEPTATIE/ FINDING YOUR PEOPLE-

Wanneer eindelijk haar soortgenoten haar vinden en haar laten zien dat ze niet zo raar is en dat ze erbij hoort en dat ze gewaardeerd wordt voor wie ze is en dat ze haar er graag bij willen hebben. **H**et is maar hoe je er naar kijkt. **I**n dat geval is iedereen is raar en niemand tegelijkertijd.