

**'N GESTALTGROEPWERKPROGRAM  
IN MAATSKAPLIKE WERK VIR  
TOESIGHOUDENDE, GESKEIDE OUIERS**

**ALMA VILJOEN**

**'N GESTALTGROEPWERKPROGRAM  
IN MAATSKAPLIKE WERK VIR  
TOESIGHOUDENDE, GESKEIDE OUERS**

deur

**ALMA VILJOEN**

Voorgelê om te voldoen aan die vereistes vir die graad

*Philosophiae Doctor*

in die

**Fakulteit Geesteswetenskappe  
(Departement Maatskaplike Werk)**

aan die

**Universiteit van die Vrystaat**

April 2005

Promotors: Dr. H.P. Schoeman  
Dr. S.B. Ferreira



**‘N GESTALTGROEPWERKPROGRAM  
IN MAATSKAPLIKE WERK VIR  
TOESIGHOUDEnde, GESKEIDE OUEERS**

deur

**ALMA VILJOEN**

Voorgelê om te voldoen aan die vereistes vir die graad

*Philosophiae Doctor*

in die

**Fakulteit Geesteswetenskappe  
(Departement Maatskaplike Werk)**

aan die

**Universiteit van die Vrystaat**

April 2005

Promotors: Dr. H.P. Schoeman  
Dr. S.B. Ferreira

## VERKLARING

Ek verklaar dat die proefskrif wat hierby vir die graad *Philosophiae Doctor* aan die Universiteit van die Vrystaat deur my ingedien word, my selfstandige werk is en nie voorheen deur my vir 'n graad aan 'n ander universiteit/fakulteit ingedien is nie. Ek doen voorts afstand van die outeursreg in die proefskrif ten gunste van die Universiteit van die Vrystaat.

Geteken: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

***OPGEDRA AAN WYNAND  
EN CARISSA***



## VERKLARING

Ek verklaar dat die proefskrif wat hierby vir die graad *Philosophiae Doctor* aan die Universiteit van die Vrystaat deur my ingedien word, my selfstandige werk is en nie voorheen deur my vir 'n graad aan 'n ander universiteit/fakulteit ingedien is nie. Ek doen voorts afstand van die outeursreg in die proefskrif ten gunste van die Universiteit van die Vrystaat.

Geteken: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_



***OPGEDRA AAN WYNAND  
EN CARISSA***

# DANKBETUIGINGS

*Aan my Skepper en Hemelse Vader kom al die dank en eer toe vir die voltooiing van hierdie proefskrif.*

Graag wil ek van die geleentheid gebruik maak om die volgende persone met opregte waardering te bedank:

- \* My promoters, Dr. H.P. Schoeman en Dr. S.B. Ferreira vir hul bekwame studieleiding, ondersteuning en motivering.
- \* Dr. H.P. Schoeman vir sy onskatbare vertroue in my en aanmoediging deurgaans vanaf my meestersgraad.
- \* Dr. B. Blom vir haar positiewe gesindheid, ondersteuning, deel van haar kundigheid en optrede as onafhanklike waarnemer.
- \* Mev. R. Krause, Mej. D. Pelser en Mnr. L. Van Der Merwe vir hul geduld en bereidwilligheid om te help met die tegniese versorging van die proefskrif.
- \* Mev. S. Botha vir haar vriendelikheid en kundige taalkundige versorging van die verslag.
- \* Mev. H. Coetzee vir vertaalwerk.
- \* Die ses toesighoudende, geskeide ouers wat bereid was om as deelnemers vir die empiriese studie op te tree.
- \* My vriende en kollegas vir hulle deurlopende belangstelling en ondersteuning.
- \* My familie vir hulle gebede, geduld, liefde, ondersteuning en aanmoediging.
- \* My dierbare ouers vir hulle kosbare ondersteuning, begrip, onvoorwaardelike liefde, aanmoediging en hulp met die omsien van Carissa.
- \* My eggenoot, vir sy deurlopende belangstelling, liefde, begrip, geduld, opoffering, praktiese hulp en aanmoediging wanneer ek dit die nodigste gehad het.
- \* My dogtertjie vir al haar liefde, geduld, kinderlike ondersteuning en gebedjies.

Alma Viljoen  
April 2005

# INHOUDSOPGAWE

Bladsy

## HOOFSTUK EEN

### ORIËTERING

1.1 MOTIVERING VIR DIE STUDIE	1
1.2 BEGRONDING EN DEURSKOUING VAN DIE PROBLEEM	4
1.3 NAVORSINGSPROBLEEM EN ONDERSOEKVRÆE	6
1.4 UITGANGSPUNTE WAT DIE NAVORSING RIG	6
1.4.1 Die mens as holistiese eenheid	7
1.4.2 Direkte ervaring in die hier en nou	7
1.4.3 Die terapeutiese verhouding en rol van die terapeut	8
1.4.4 Interpretasie	9
1.5 DOEL VAN DIE STUDIE	10
1.5.1 Doel	10
1.5.2 Doelstellings	10
1.5.3 Doelwitte vir die studie	12
1.6 NAVORSINGSONTWERP EN –METODOLOGIE	13
1.6.1 Fase een: Probleemanalise en projekbeplanning	16
1.6.1.1 <i>Identifisering en insluiting van kliënte</i>	16
1.6.1.2 <i>Verkryging van toegang tot en samewerking met die opset</i>	16
1.6.1.3 <i>Identifisering van die belange van die teikenpopulasie</i>	17
1.6.1.4 <i>Analisering van die geïdentifiseerde probleme</i>	17
1.6.1.5 <i>Bepaling van doelstellings en doelwitte</i>	18
1.6.2 Fase twee: Inligtingsinsameling en -sintese	18
1.6.2.1 <i>Benutting van bestaande inligtingsbronne</i>	19
1.6.2.2 <i>Bestudering van ‘n natuurlike voorbeeld</i>	20

<b>1.6.2.3</b>	<b><i>Identifisering van funksionele elemente van suksesvolle modelle</i></b>	<b>21</b>
<b>1.6.3</b>	<b>Ontwerp</b>	<b>22</b>
<b>1.6.3.1</b>	<b><i>Ontwerp van 'n waarnemingsstelsel</i></b>	<b>22</b>
<b>1.6.3.2</b>	<b><i>Spesifisering van prosedure-elemente van die intervensie</i></b>	<b>24</b>
<b>1.6.4</b>	<b>Fase vier: Vroeë ontwikkeling en loodsondersoek</b>	<b>25</b>
<b>1.6.4.1</b>	<b><i>Die ontwikkeling van 'n prototipe of voorlopige intervensie</i></b>	<b>25</b>
<b>1.6.4.2</b>	<b><i>Uitvoering van 'n voorlopige intervensie</i></b>	<b>25</b>
<b>1.6.4.3</b>	<b><i>Insameling en analisering van data</i></b>	<b>26</b>
<b>1.6.4.4</b>	<b><i>Toepassing van ontwerp kriteria op die voorlopige intervensiekonsep</i></b>	<b>27</b>
<b>1.7</b>	<b>BEGRENSING VAN DIE STUDIE</b>	<b>28</b>
<b>1.8</b>	<b>LEEMTES, BEPERKINGE EN PROBLEME VOORSIEN MET DIE STUDIE</b>	<b>29</b>
<b>1.9</b>	<b>BEGRIPSOMSKRYWINGS</b>	<b>30</b>
<b>1.9.1</b>	<b>Bewustheid</b>	<b>30</b>
<b>1.9.2</b>	<b>Egskeiding</b>	<b>31</b>
<b>1.9.3</b>	<b>Gestaltterapie</b>	<b>31</b>
<b>1.9.4</b>	<b>Gestaltgroepwerk</b>	<b>32</b>
<b>1.9.5</b>	<b>Integrasie</b>	<b>33</b>
<b>1.9.6</b>	<b>Intervensienavorsing</b>	<b>33</b>
<b>1.9.7</b>	<b>Kwalitatiewe navorsing</b>	<b>35</b>
<b>1.9.8</b>	<b>Program</b>	<b>37</b>
<b>1.9.9</b>	<b>Selfondersteuning</b>	<b>38</b>
<b>1.9.10</b>	<b>Toesighoudende, geskeide ouer</b>	<b>38</b>
<b>1.9.11</b>	<b>Vroeë volwasseheid</b>	<b>39</b>
<b>1.10</b>	<b>INDELING VAN DIE NAVORSINGSVERSLAG</b>	<b>39</b>
<b>1.11</b>	<b>SAMEVATTING</b>	<b>41</b>

## **HOOFSTUK TWEE**

### **GESTALTTERAPIE AS KONSEPTUELE RAAMWERK**

<b>2.1 ONTSTAAN EN ONTWIKKELING VAN GESTALTTERAPIE</b>	<b>43</b>
<b>2.2 OMSKRYWING VAN BEGRIPPE</b>	<b>44</b>
2.2.1 Gestalt	44
2.2.2 Gestaltterapie	45
<b>2.3 TEORETIESE UITGANGSPUNTE VAN GESTALTTERAPIE</b>	<b>46</b>
2.3.1 Holisme	46
2.3.2 Homeostase	47
2.3.3 Figuurgrond	50
2.3.4 Fragmentasie	51
2.3.5 Kontak en kontakgrensversteurings	52
2.3.5.1 Introjeksie	55
2.3.5.2 Projeksie	57
2.3.5.3 Samevloeiing	59
2.3.5.4 Retrofleksie	60
2.3.5.5 Defleksie	61
2.3.6 Polariteite	63
<b>2.4. BASIESE BEGINSELS VAN GESTALTTERAPIE</b>	<b>66</b>
<b>2.5 DOELSTELLINGS VAN GESTALTTERAPIE</b>	<b>67</b>
2.5.1 Bewustheid	68
2.5.2 Selfondersteuning	68
2.5.3 Integrasie	69
<b>2.6 SAMEVATTING</b>	<b>70</b>

## **HOOFSTUK DRIE**

### **GESTALTGROEPWERK AS TERAPEUTIESE INTERVENSIEVORM**

<b>3.1 DIE BENUTTING VAN GESTALTGROEPWERK AS TERAPEUTIESE</b>	<b>72</b>
---	-----------

## INTERVENSIEVORM

<b>3.2 GESTALTGROEPWERKMODELLE</b>	<b>74</b>
3.2.1 Tradisionele een-tot-een model	74
3.2.2 Interaksie-/groepproses model	75
3.2.3 Tweeledige model	78
<b>3.3 DOELSTELLINGS VAN GESTALTGROEPWERK</b>	<b>80</b>
3.3.1 Bewustheid	80
3.3.2 Selfondersteuning	81
3.3.3 Integrasie	81
3.3.4 Doelstellings ten opsigte van elke groeplid	82
3.3.5 Doelstellings wat op groepvlak deur die lede bereik moet word	83
<b>3.4 ROLLE EN FUNKSIES VAN DIE GESTALTGROEOPLEIER</b>	<b>85</b>
<b>3.5 ROL VAN DIE GROEOPLEDE</b>	<b>92</b>
<b>3.6 GROEPPROSES</b>	<b>93</b>
3.6.1 Die groepproses van Harman	94
3.6.1.1 <i>Vals of cliché laag</i>	95
3.6.1.2 <i>Fobiese laag of “rolspeler”-laag</i>	96
3.6.1.3 <i>Impasselaag</i>	97
3.6.1.4 <i>Implosiewe laag</i>	99
3.6.1.5 <i>Eksplosiewe laag</i>	100
3.6.2 Die groepproses van Zinker	103
3.6.2.1 <i>Fase van oppervlakkige kontak en verkenning</i>	103
3.6.2.2 <i>Fase van konflik en identiteit</i>	104
3.6.2.3 <i>Fase van samevloeiing en isolasie</i>	106
3.6.2.4 <i>Fase van hoë kohesie</i>	107
3.6.3 Die groepproses van Kepner	108
3.6.3.1 <i>Fase een: Identiteit en afhanklikheid</i>	108
3.6.3.2 <i>Fase twee: Beïnvloeding en teenafhanklikheid</i>	111
3.6.3.3 <i>Fase drie: Intimiteit en interafhanklikheid</i>	113

<b>3.7 KONSEPTUALISERING VAN 'N GESTALTGROEPPROSES VIR DIE DOEL- EINDES VAN HIERDIE NAVORSING</b>	<b>115</b>
<b>3.8 DIE PROSES VAN ELKE GROEPLID</b>	<b>117</b>
<b>3.8.1 Sensoriese kontakmaking</b>	<b>117</b>
<b>3.8.1.1 Sig</b>	<b>118</b>
<b>3.8.1.2 Gehoor</b>	<b>119</b>
<b>3.8.1.3 Tas</b>	<b>120</b>
<b>3.8.1.4 Smaak</b>	<b>121</b>
<b>3.8.1.5 Reuk</b>	<b>121</b>
<b>3.8.1.6 Spraak</b>	<b>122</b>
<b>3.8.1.7 Liggaamsbeweging</b>	<b>122</b>
<b>3.8.1.8 Asemhaling</b>	<b>123</b>
<b>3.8.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)</b>	<b>124</b>
<b>3.8.2.1 Definiëring van die self</b>	<b>125</b>
<b>3.8.2.2 Bemeestering</b>	<b>125</b>
<b>3.8.2.3 Verantwoordelikheid en beheer</b>	<b>126</b>
<b>3.8.3 Emosionele uitdrukking</b>	<b>127</b>
<b>3.8.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling</b>	<b>130</b>
<b>3.9 SAMESTELLING EN DUUR VAN GROEPWERK, ASOOK GROEPREËLS</b>	<b>132</b>
<b>3.9.1 Samestelling en duur van gestaltgroepwerk</b>	<b>132</b>
<b>3.9.2 Groepreëls</b>	<b>133</b>
<b>3.10 SAMEVATTING</b>	<b>134</b>
<b><i>HOOFSTUK VIER</i></b>	
<b>GESTALTGROEPWERKAKTIWITEITE EN -TEGNIEKE</b>	<b>137</b>
<b>4.1 DIE RONDTE-TEGNIK</b>	<b>138</b>
<b>4.2 TAALGEBRUIK (SEMANTIESE OPKLARINGS)</b>	<b>138</b>
<b>4.3 “BEHOU DIE GEVOEL”-TEGNIK</b>	<b>141</b>
<b>4.4 DIALOOG</b>	<b>141</b>
<b>4.5 FANTASIE</b>	<b>141</b>
<b>4.5.1 Roosboomfantasie</b>	<b>143</b>

4.5.2 Fantasia van 'n veilige plek	145
4.6 PENDELTEGNIK	146
4.7 DIE “WARM STOEL”-TEGNIK	146
4.8 TEGNIEKE VIR SENSORIESE EN LIGGAAMLIKE KONTAKMAKING	147
4.8.1 Vergrotings-/oordrywingstegniek	150
4.8.2 Bewustheidstegnieke: Nieverbale kommunikasie	151
4.9 MUSIEK	151
4.10 PROJEKTIEWE TEGNIEKE	153
4.10.1 Leëstoelstegniek	156
4.10.2 Droomwerk	159
4.10.3 Onvoltooide sinne	162
4.11 KUNSAKTIVITEITE BENUT AS PROJEKTIEWE TEGNIEKE	163
4.11.1 Klei	164
4.11.2 Teken	167
4.11.2.1 <i>Tekenaktiwiteit: Ervaring met gekleurde viltpenne en lap</i>	170
4.11.2.2 <i>Tekenaktiwiteit: Ervaring met vetkryt en 'n “koekboks”</i>	172
4.11.2.3 <i>Collage</i>	173
4.12 TEGNIEKE VIR SELFVERTROETELING (MONSTERTEGNIK)	175
4.13 “EK NEEM VERANTWOORDELIKHEID”- TEGNIK	177
4.14 SAMEVATTING	177
<b>HOOFSTUK VYF</b>	
<b>EGSKEIDING</b>	
5.1 EGSKEIDING	179
5.2 WETLIKE ASPEKTE VAN EGSKEIDING	180
5.2.1 Wet op Egskeiding (Wet 70 van 1979)	181
5.2.2 Voogdyskap (“ <i>guardianship</i> ”) oor kinders	183



<b>5.2.3 Beheer en toesig</b>	<b>184</b>
<i>5.2.3.1 Beheer en toesig deur een ouer (“sole custody”)</i>	<b>184</b>
<i>5.2.3.2 Gedeelde beheer en toesig (“parallel custody”)</i>	<b>185</b>
<i>5.2.3.3 Gesamentlike beheer en toesig (“joint custody”)</i>	<b>185</b>
<b>5.3 TEORETIESE MODELLE VAN DIE EGSKEIDINGSPROSES</b>	<b>187</b>
<b>5.3.1 Model een: egskeiding as ‘n rouproses</b>	<b>187</b>
<i>5.3.1.1 Ontkenning</i>	<b>188</b>
<i>5.3.1.2 Verlies en depressie</i>	<b>189</b>
<i>5.3.1.3 Woede en ambivalensie</i>	<b>189</b>
<i>5.3.1.4 Heoriëntering van lewenswyse en identiteit</i>	<b>190</b>
<i>5.3.1.5 Aanvaarding en ‘n nuwe funksioneringsvlak</i>	<b>191</b>
<b>5.3.2 Model twee: Die ses stadiums van egskeiding</b>	<b>192</b>
<i>5.3.2.1 Voor die egskeiding</i>	<b>192</b>
<i>5.3.2.2 Tydens die egskeiding</i>	<b>193</b>
<i>5.3.2.3 Na die egskeiding</i>	<b>195</b>
<b>5.3.3. Model drie: Egskeiding as ‘n psigologiese proses</b>	<b>197</b>
<i>5.3.3.1 Ontnugtering</i>	<b>197</b>
<i>5.3.3.2 Erosie</i>	<b>198</b>
<i>5.3.3.3 Losmaking</i>	<b>199</b>
<i>5.3.3.4 Fisiese skeiding</i>	<b>199</b>
<i>5.3.3.5 Rou</i>	<b>200</b>
<i>5.3.3.6 Tweede adolessensie</i>	<b>201</b>
<i>5.3.3.7 Eksplorاسie en harde werk</i>	<b>201</b>
<b>5.3.4 Model vier: Egskeiding en Erikson se ontwikkelingsteorie</b>	<b>202</b>
<i>5.3.4.1 Basiese vertroue versus wantroue</i>	<b>203</b>
<i>5.3.4.2 Outonomie teenoor skaamte en twyfel</i>	<b>204</b>
<i>5.3.4.3 Inisiatief teenoor skuld</i>	<b>205</b>
<i>5.3.4.4 Arbeidsaamheid teenoor minderwaardigheid</i>	<b>205</b>
<i>5.3.4.5 Identiteit teenoor identiteitsverwarring</i>	<b>206</b>
<i>5.3.4.6 Intimiteit teenoor isolasie</i>	<b>207</b>

<b>5.3.4.7 Generatieweik teenoor stagnasie</b>	<b>208</b>
<b>5.3.4.8 Ego-integriteit teenoor wanhoop</b>	<b>209</b>
<b>5.4 SAMEVATTING</b>	<b>213</b>
 <b>HOOFSTUK SES</b>	
<b>FAKTORE WAT TOESIGHOUDENDE, GESKEIDE OUIERS SE AANPASSING BY EGSKEIDINGSITUASIES KAN BEÏNVLOED</b>	
<b>6.1 GESLAG</b>	<b>215</b>
<b>6.2 PERSOONLIKE EIENSKAPPE</b>	<b>216</b>
<b>6.3 ONTWIKKELINGSFASE</b>	<b>217</b>
6.3.1 Liggaamlike ontwikkeling	218
6.3.2 Kognitiewe ontwikkeling	220
6.3.3 Individuele ontwikkelingstake	223
6.3.4 Gesinslewensiklus	226
6.3.5 Ouerskap	228
6.3.6 Sosiale ontwikkeling	238
6.3.7 Morele ontwikkeling	242
6.3.8 Emosionele ontwikkeling	247
<b>6.4 DUUR VAN DIE HUWELIK</b>	<b>260</b>
<b>6.5 DIE HUWELIKSMAAT WAT DIE HUIS VERLAAT EN DIE EEN WAT AGTERBLY</b>	<b>260</b>
<b>6.6 FINANSIËLE POSISIE</b>	<b>261</b>
<b>6.7 VERHOUDING MET DIE VORIGE HUWELIKSMAAT</b>	<b>263</b>
<b>6.8 ALKOHOL- EN SUBSTANSMISBRUIK</b>	<b>264</b>
<b>6.9 SAMEVATTING</b>	<b>264</b>

## **HOOFSTUK SEWE**

### **PROGRAMONTWERP EN VROEË ONTWIKKELING VIR INTERVENSIE**

<b>7.1 DOEL VAN DIE STUDIE</b>	<b>269</b>
<b>7.2 FASES VAN ONTWERP EN VROEË ONTWIKKELING EN DIE LOODSONDER- SOEK</b>	<b>270</b>
<b>7.2.1 Metodologie met betrekking tot die fases van vroeë ontwikkeling en die die loodsondersoek</b>	<b>270</b>
<i>7.2.1.1 Metode van steekproeftrekking</i>	<b>274</b>
<i>7.2.1.2 Metode van data-insameling</i>	<b>275</b>
<i>7.2.1.3 Metode van data-analise</i>	<b>276</b>
<i>7.2.1.4 Geloofwaardigheid van die kwalitatiewe navorsingsresultate</i>	<b>278</b>
<b>7.2.1.5 Metodologie met betrekking tot die spesifisering van die prosedure- elemente van die intervensie</b>	<b>282</b>
<b>7.3 KONSEP-GESTALTGROEPWERKPROGRAM</b>	<b>282</b>
<b>7.3.1 Sessie een: Oriëntering</b>	<b>282</b>
<i>Tema: Ons word georiënteer en leer mekaar ken</i>	
<i>7.3.1.1 Aktiwiteit een: Kennismaking</i>	<b>285</b>
<i>7.3.1.2 Aktiwiteit twee: Oriëntering ten opsigte van gestaltgroepwerk</i>	<b>285</b>
<i>7.3.1.3 Aktiwiteit drie: Wedersydse verwagtinge</i>	<b>286</b>
<i>7.3.1.4 Aktiwiteit vier: Onvoltooide sinne</i>	<b>286</b>
<i>7.3.1.5 Aktiwiteit vyf: Pendel na veilige plek en fantasie van 'n veilige plek</i>	<b>287</b>
<i>7.3.1.6 Aktiwiteit ses: Keuse en oortrek van joernale</i>	<b>288</b>
<b>7.3.2 Sessie twee: Sensoriese en liggaamlike kontakmaking.</b>	<b>288</b>
<i>Tema: Ek maak kontak met my sintuie en liggaam</i>	
<i>7.3.2.1 Aktiwiteit een: gehoorstimuleringsaktiwiteit</i>	<b>290</b>
<i>7.3.2.2 Aktiwiteit twee: proe-aktiwiteit</i>	<b>290</b>
<i>7.3.2.3 Aktiwiteit drie: Sig-stimuleringsaktiwiteit</i>	<b>290</b>
<i>7.3.2.4 Aktiwiteit vier: Tasstimuleringsaktiwiteit</i>	<b>291</b>
<i>7.3.2.5 Aktiwiteit vyf: Reuk-stimuleringsaktiwiteit</i>	<b>291</b>

<b>7.3.2.6 Aktiwiteit ses: Liggaamsbewustheid en asemhaling</b>	<b>291</b>
<b>7.3.2.7 Opdrag</b>	<b>292</b>
<b>7.3.3 Sessie drie: Sin vir die self (Selfondersteuning)</b>	<b>292</b>
<i>Tema: Ek stel myself voor</i>	
<b>7.3.3.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>294</b>
<b>7.3.3.2 Aktiwiteit twee: Selfbeskrywing</b>	<b>294</b>
<b>7.3.3.3 Aktiwiteit drie: Collagewerk</b>	<b>294</b>
<b>7.3.3.4 Aktiwiteit vier: Pendeltegniek en fantasie van ‘n veilige plek</b>	<b>295</b>
<b>7.3.3.5 Aktiwiteit vyf: Rondte-tegniek</b>	<b>296</b>
<b>7.3.3.6 Opdrag</b>	<b>296</b>
<b>7.3.4 Sessie vier: Ontginning van aggressiewe energie en definiëring van gevoelens</b>	<b>296</b>
<i>Tema: Ek kom in kontak met my energie en fokus op basiese gevoelens</i>	
<b>7.3.4.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>298</b>
<b>7.3.4.2 Aktiwiteit twee: Klei-eksperiment</b>	<b>298</b>
<b>7.3.4.3 Aktiwiteit drie: Gevoelens</b>	<b>299</b>
<b>7.3.4.4 Aktiwiteit vier: Musiek</b>	<b>300</b>
<b>7.3.4.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van ‘n veilige plek</b>	<b>300</b>
<b>7.3.5 Sessie vyf: Emosionele uitdrukking (roosboomtegniek)</b>	<b>301</b>
<i>Tema: Ek is ‘n “roosboom” en gee uiting aan my gevoelens</i>	
<b>7.3.5.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>302</b>
<b>7.3.5.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsoefening</b>	<b>302</b>
<b>7.3.5.3 Aktiwiteit drie: Roosboomfantasie en “warm stoel”-tegniek</b>	<b>303</b>
<b>7.3.5.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek</b>	<b>305</b>
<b>7.3.5.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van ‘n veilige plek</b>	<b>305</b>
<b>7.3.5.6 Opdrag</b>	<b>306</b>
<b>7.3.6 Sessie ses: Emosionele uitdrukking (tekenaktiwiteit)</b>	<b>306</b>
<i>Tema: Ek teken en gee uiting aan my gevoelens</i>	
<b>7.3.6.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>307</b>
<b>7.3.6.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsaktiwiteit</b>	<b>307</b>

<b>7.3.6.3 Aktiwiteit drie: Tekenaktiwiteit</b>	<b>308</b>
<b>7.3.6.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek</b>	<b>309</b>
<b>7.3.6.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek, fantasie van 'n veilige plek en rondte-tegniek</b>	<b>309</b>
<b>7.3.6.6 Opdrag</b>	<b>310</b>
<b>7.3.7 Sessie sewe: Emosionele uitdrukking (droomwerk)</b>	<b>310</b>
<b><i>Tema: Ek droom en gee uiting aan my gevoelens</i></b>	
<b>7.3.7.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>312</b>
<b>7.3.7.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsoefening</b>	<b>312</b>
<b>7.3.7.3 Aktiwiteit drie: Droomwerk</b>	<b>312</b>
<b>7.3.7.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek</b>	<b>313</b>
<b>7.3.7.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek</b>	<b>314</b>
<b>7.3.7.6 Opdrag</b>	<b>314</b>
<b>7.3.8 Sessie agt: Emosionele uitdrukking (tekenaktiwiteit)</b>	<b>315</b>
<b><i>Tema: Ek teken op 'n "koekboks" en gee uiting aan my gevoelens</i></b>	
<b>7.3.8.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>316</b>
<b>7.3.8.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsaktiwiteit en fantasie</b>	<b>316</b>
<b>7.3.8.3 Aktiwiteit drie: Teken-ervaring met vetkryt en 'n "koekboks"</b>	<b>317</b>
<b>7.3.8.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek</b>	<b>318</b>
<b>7.3.8.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek</b>	<b>318</b>
<b>7.3.8.6 Opdrag</b>	<b>319</b>
<b>7.3.9 Sessie nege: Hantering van aggressie en selfvertroeteling</b>	<b>319</b>
<b><i>Tema: Ek kom in kontak met my aggressiewe gevoelens en vertroetel myself</i></b>	
<b>7.3.9.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>321</b>
<b>7.3.9.2 Aktiwiteit twee: Selfdefiniëring</b>	<b>321</b>
<b>7.3.9.3 Aktiwiteit drie: Monstertegniek en leëstoeltegniek</b>	<b>321</b>
<b>7.3.9.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek</b>	<b>323</b>
<b>7.3.9.5 Aktiwiteit vyf: Selfvertroeteling en rondte-tegniek</b>	<b>323</b>
<b>7.3.9.6 Opdrag</b>	<b>323</b>

<b>7.3.10 Sessie tien: Finalisering en terminering van gestaltgroepwerk</b>	<b>324</b>
<i>Tema: Ons sê totsiens vir mekaar</i>	
<b>7.3.10.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>325</b>
<b>7.3.10.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsoefening en rondte-tegniek</b>	<b>325</b>
<b>7.3.10.3 Aktiwiteit drie: Onvoltooide sinne</b>	<b>325</b>
<b>7.3.10.4 Aktiwiteit vier: Afsluiting</b>	<b>326</b>
<b>7.4 SAMEVATTING</b>	<b>326</b>
<b>HOOFSTUK AGT</b>	
<b>EMPIRIESE ONDERSOEK</b>	
<b>8.1 GEVALLESTUDIES</b>	<b>328</b>
8.1.1 Deelnemer een	329
8.1.2 Deelnemer twee	330
8.1.3 Deelnemer drie	330
8.1.4 Deelnemer vier	330
8.1.5 Deelnemer vyf	331
8.1.6 Deelnemer ses	331
<b>8.2 RESULTATE VAN GEGEWENS VERKRY VANUIT DIE GEVALLESTUDIES</b>	<b>332</b>
8.2.1 Gestaltgroepwerksessie een: <i>Tema – Ons word georiënteer en leer mekaar</i>	332
<i>ken</i>	
8.2.1.1 <i>Aktiwiteit een: Kennismaking</i>	332
8.2.1.2 <i>Aktiwiteit twee: Oriëntering ten opsigte van gestaltgroepwerk</i>	332
8.2.1.3 <i>Aktiwiteit drie: Wedersydse verwagtinge</i>	332
8.2.1.4 <i>Aktiwiteit vier: Onvoltooide sinne</i>	334
➤ Deelnemer een	335
➤ Deelnemer twee	337
➤ Deelnemer drie	339
➤ Deelnemer vier	342
➤ Deelnemer vyf	344
➤ Deelnemer ses	346
8.2.1.5 <i>Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van ‘n veilige plek</i>	348
8.2.1.6 <i>Aktiwiteit ses: Keuse en oortrek van joernale</i>	348

<b>8.2.2 Gestaltgroepwerksessie twee: Sensoriese en liggaamlike kontakmaking</b>	<b>350</b>
<i>Tema – Ek maak kontak met my sintuie en liggaam</i>	
<b>8.2.3 Gestaltgroepwerksessie drie: Sin vir die self. Tema – Ek stel myself voor</b>	<b>353</b>
<b>8.2.3.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>353</b>
<b>8.2.3.2 Aktiwiteit twee: Selfbeskrywing</b>	<b>355</b>
<b>8.2.3.3 Aktiwiteit drie: Collagewerk</b>	<b>357</b>
<b>8.2.3.4 Aktiwiteit vier: Pendeltegniek en fantasie van ‘n veilige plek</b>	<b>361</b>
<b>8.2.3.5 Aktiwiteit vyf: Rondte-tegniek</b>	<b>361</b>
<b>8.2.4 Sessie vier: Ontginning van aggressiewe energie en definiëring van gevoelens. Tema – Ek kom in kontak met my energie en fokus op basiese gevoelens</b>	<b>364</b>
<b>8.2.4.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>364</b>
<b>8.2.4.2 Aktiwiteit twee: Klei-eksperiment</b>	<b>366</b>
<b>8.2.4.3 Aktiwiteit drie: Gevoelens</b>	<b>368</b>
<b>8.2.4.4 Aktiwiteit vier: Musiek</b>	<b>372</b>
<b>8.2.4.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van ‘n veilige plek</b>	<b>376</b>
<b>8.2.5 Sessie vyf: Emosionele uitdrukking (roosboomfantasie). Tema – Ek is ‘n “roosboom” en gee uiting aan my gevoelens</b>	<b>377</b>
<b>8.2.5.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>378</b>
<b>8.2.5.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsoefening</b>	<b>379</b>
<b>8.2.5.3 Aktiwiteit drie: Roosboomfantasie en werk in die “warm stoel”</b>	<b>379</b>
<b>8.2.5.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek</b>	<b>383</b>
<b>8.2.5.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van ‘n veilige plek</b>	<b>386</b>
<b>8.2.6 Sessie ses: Emosionele uitdrukking (tekenaktiwiteit). Tema – Ek teken en gee uiting aan my gevoelens</b>	<b>387</b>
<b>8.2.6.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>388</b>
<b>8.2.6.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsaktiwiteit</b>	<b>388</b>
<b>8.2.6.3 Aktiwiteit drie: Tekenaktiwiteit</b>	<b>389</b>
<b>8.2.6.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek</b>	<b>393</b>
<b>8.2.6.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek fantasie van ‘n veilige plek en rondte-tegniek</b>	<b>396</b>

<b>8.2.7 Sessie sewe: Emosionele uitdrukking (droomwerk). Tema – Ek droom en gee uiting aan my gevoelens</b>	<b>399</b>
<b>8.2.7.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>399</b>
<b>8.2.7.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsoefening</b>	<b>400</b>
<b>8.2.7.3 Aktiwiteit drie: Droomwerk</b>	<b>400</b>
<b>8.2.7.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek</b>	<b>404</b>
<b>8.2.7.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van ‘n veilige plek</b>	<b>408</b>
<b>8.2.8 Sessie agt: Emosionele uitdrukking (tekenaktiwiteit). Tema – Ek teken op ‘n “koekboks” en gee uiting aan my gevoelens</b>	<b>409</b>
<b>8.2.8.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>409</b>
<b>8.2.8.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsaktiwiteit en fantasie</b>	<b>410</b>
<b>8.2.8.3 Aktiwiteit drie: Tekenervaring met vetkryt en ‘n “koekboks”</b>	<b>411</b>
<b>8.2.8.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek</b>	<b>415</b>
<b>8.2.8.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van ‘n veilige plek</b>	<b>418</b>
<b>8.2.9 Sessie nege: Hantering van aggressie en selfvertroeteling. Tema – Ek kom in kontak met my aggressiewe gevoelens en vertroetel myself</b>	<b>419</b>
<b>8.2.9.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>419</b>
<b>8.2.9.2 Aktiwiteit twee: Selfdefiniëring</b>	<b>420</b>
<b>8.2.9.3 Aktiwiteit drie: Monstertegniek en leëstoeltegniek</b>	<b>421</b>
<b>8.2.9.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek</b>	<b>425</b>
<b>8.2.9.5 Aktiwiteit vyf: Selfvertroeteling</b>	<b>430</b>
<b>8.2.10 Sessie tien: Finalisering en terminering van gestaltgroepwerk. Tema – Ons sê totsiens vir mekaar</b>	<b>433</b>
<b>8.2.10.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek</b>	<b>433</b>
<b>8.2.10.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsoefening en rondte-tegniek</b>	<b>435</b>
<b>8.2.10.3 Aktiwiteit drie: Onvoltooide sinne</b>	<b>438</b>
<b>8.2.10.4 Aktiwiteit vier: Afsluiting</b>	<b>448</b>
<b>8.3 ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN GESTALTMOMENTE EN DIE PROSES VAN ELKE DEELNEMER</b>	<b>449</b>
<b>8.3.1 Deelnemer een</b>	<b>450</b>
<b>8.3.1.1 Sensoriese kontakmaking</b>	<b>454</b>
<b>8.3.1.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)</b>	<b>454</b>



<b>8.3.1.3 Emosionele uitdrukking</b>	<b>456</b>
<b>8.3.1.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling</b>	<b>456</b>
<b>8.3.2 Deelnemer twee</b>	<b>458</b>
<b>8.3.2.1 Sensoriese kontakmaking</b>	<b>461</b>
<b>8.3.2.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)</b>	<b>462</b>
<b>8.3.2.3 Emosionele uitdrukking</b>	<b>462</b>
<b>8.3.2.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling</b>	<b>463</b>
<b>8.3.3 Deelnemer drie</b>	<b>465</b>
<b>8.3.3.1 Sensoriese kontakmaking</b>	<b>469</b>
<b>8.3.3.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)</b>	<b>469</b>
<b>8.3.3.3 Emosionele uitdrukking</b>	<b>470</b>
<b>8.3.3.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling</b>	<b>471</b>
<b>8.3.4 Deelnemer vier</b>	<b>472</b>
<b>8.3.4.1 Sensoriese kontakmaking</b>	<b>476</b>
<b>8.3.4.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)</b>	<b>476</b>
<b>8.3.4.3 Emosionele uitdrukking</b>	<b>477</b>
<b>8.3.4.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling</b>	<b>478</b>
<b>8.3.5 Deelnemer vyf</b>	<b>480</b>
<b>8.3.5.1 Sensoriese kontakmaking</b>	<b>483</b>
<b>8.3.5.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)</b>	<b>484</b>
<b>8.3.5.3 Emosionele uitdrukking</b>	<b>484</b>
<b>8.3.5.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling</b>	<b>485</b>
<b>8.3.6 Deelnemer ses</b>	<b>487</b>
<b>8.3.6.1 Sensoriese kontakmaking</b>	<b>491</b>
<b>8.3.6.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)</b>	<b>491</b>
<b>8.3.6.3 Emosionele uitdrukking</b>	<b>492</b>
<b>8.3.6.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling</b>	<b>493</b>
<b>8.4 ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DIE GROEPPROSES</b>	<b>494</b>
<b>8.5 SAMEVATTENDE EVALUERING VAN AL DIE GESTALTGROEPWERKSESSIES</b>	<b>497</b>

8.5.1 Onvoltooidhede	497
8.5.2 Kontakgrensversteurings	498
8.5.3 Polariteite	498
8.5.4 Benutting van gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke	498
8.5.4.1 Onvoltooide sinne	499
8.5.4.2 Rondte-tegniek	499
8.5.4.3 Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek	499
8.5.4.4 Taalgebruik	500
8.5.4.5 "Behou die gevoel"-tegniek	500
8.5.4.6 "Ek neem verantwoordelikheid"-tegniek	500
8.5.4.7 Dialoog	500
8.5.4.8 Roosboomfantasie	500
8.5.4.9 Werk in die "warm stoel"	501
8.5.4.10 Tegnieke vir sensoriese en liggaamlike kontakmaking	501
8.5.4.11 Musiek	502
8.5.4.12 Leëstoeltegniek	502
8.5.4.13 Droomwerk	503
8.5.4.14 Klei-aktiwiteite	503
8.5.4.15 Tekenaktiwiteit: Ervaring met gekleurde viltpenne	504
8.5.4.16 Tekenaktiwiteit: Ervaring met vetkryt en 'n "koekboks"	504
8.5.4.17 Collage	505
8.5.4.18 Monstertegniek en tegnieke vir selfvertroeteling	505
8.6 SAMEVATTING	507
<b>HOOFSTUK NEGE</b>	
<b>ALGEMENE SAMEVATTING, GEVOLGTREKKINGS EN AANBEVELINGS</b>	<b>512</b>
<b>9.1 NAVORSINGSPROBLEEM, -VRAE EN DOEL VAN DIE STUDIE</b>	<b>514</b>
<b>9.2 GEVOLGTREKKINGS</b>	<b>514</b>
9.2.1 Gestaltterapie as konseptuele raamwerk (hoofstuk twee)	515
9.2.1.1 Teoretiese konsepte vanuit die gestaltteorie	515
9.2.1.2 Doelstellings van gestaltterapie en -groepwerk	517
9.2.2 Gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm (hoofstuk drie)	518

9.2.3 Gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke (hoofstuk vier)	524
9.2.4 Egskeiding (hoofstuk vyf)	530
9.2.5 Faktore wat toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by egskeiding-situasies kan beïnvloed (hoofstuk ses)	531
9.2.6 Doelbereiking en beantwoording van die navorsingsvrae	538
<b>9.3 AANBEVELINGS</b>	<b>539</b>
9.3.1 Programinhoud en verloop	539
9.3.2 Opleiding	542
9.3.3 Navorsing	543
9.3.4 Beleid	544
9.3.5 Hipotese ten opsigte van toekomstige navorsing na aanleiding van die studie	545
<b>9. 4 TEN SLOTTE</b>	<b>545</b>
<b>BRONNELYS</b>	<b>546</b>
<b>BYLAE 1: KOERANTUITNODIGING TOT DEELNAME</b>	<b>566</b>
<b>BYLAE 2: KORRESPONDENSIE MET PROKUREURS TEN OPSIGTE VAN WERWING VAN VRYWILLIGE DEELNEMERS</b>	<b>567</b>
<b>BYLAE 3: INLIGTINGSTUK AAN POTENSIËLE DEELNEMERS</b>	<b>569</b>
<b>BYLAE 4: GROEPWERKSESSIE 1</b>	<b>572</b>
<b>BYLAE 4.1: SKRIFTELIKE OOREENKOMS AANGAANDE WEDERSYDSE VERWAGTINGE</b>	<b>572</b>
<b>BYLAE 4.2: SKRIFTELIKE OOREENKOMS AANGAANDE ETIESE ASPEKTE</b>	<b>573</b>
<b>BYLAE 4.3: ONVOLTOOIDE SINNETOETS SOOS BENUT TYDENS GROEPWERKSESSIE 1</b>	<b>574</b>
<b>BYLAE 4.4 DEELNEMER 1 SE VEILIGE PLEK</b>	<b>576</b>
<b>BYLAE 4.5: DEELNEMER 2 SE VEILIGE PLEK</b>	<b>577</b>
<b>BYLAE 4.6: DEELNEMER 3 SE VEILIGE PLEK</b>	<b>578</b>
<b>BYLAE 4.7: DEELNEMER 4 SE VEILIGE PLEK</b>	<b>579</b>
<b>BYLAE 4.8: DEELNEMER 5 SE VEILIGE PLEK</b>	<b>580</b>

<b>BYLAE 4:9 DEELNEMER 6 SE VEILIGE PLEK</b>	<b>581</b>
<b>BYLAE 4.10: BEWUSWORDING</b>	<b>582</b>
<b>BYLAE 5: GROEPWERKSESSIE 2</b>	<b>583</b>
<b>BYLAE 5.1: KONTAKSTIMULERINGSAKTIWITEITE</b>	<b>584</b>
<b>BYLAE 5.2: "LYF"</b>	<b>585</b>
<b>BYLAE 6: GROEPWERKSESSIE 3</b>	<b>586</b>
<b>BYLAE 6.1: SELFBESKRYWING</b>	<b>586</b>
<b>BYLAE 6.2: COLLAGEWERK</b>	<b>588</b>
<b>BYLAE 6.3: DEELNEMER 1 SE COLLAGE</b>	<b>589</b>
<b>BYLAE 6.4: DEELNEMER 2 SE COLLAGE</b>	<b>590</b>
<b>BYLAE 6.5: DEELNEMER 3 SE COLLAGE</b>	<b>591</b>
<b>BYLAE 6.6: DEELNEMER 4 SE COLLAGE (DEEL 1)</b>	<b>592</b>
<b>BYLAE 6.7: DEELNEMER 4 SE COLLAGE (DEEL 2)</b>	<b>593</b>
<b>BYLAE 6.8: DEELNEMER 5 SE COLLAGE</b>	<b>594</b>
<b>BYLAE 6.9: BEWUSWORDING</b>	<b>595</b>
<b>BYLAE 7: GROEPWERKSESSIE 4</b>	<b>596</b>
<b>BYLAE 7.1: KLEI-AKTIWITEIT</b>	<b>596</b>
<b>BYLAE 7.2: BASIESE GEVOELENS</b>	<b>597</b>
<b>BYLAE 7.3: GEVOELSERVARING TEN OPSIGTE VAN MENSLIKE LIGGAAM</b>	<b>599</b>
<b>BYLAE 7.4: MUSIEKAKTIWITEIT</b>	<b>600</b>
<b>BYLAE 7.5: BEWUSWORDING</b>	<b>602</b>
<b>BYLAE 8: GROEPWERKSESSIE 5</b>	<b>603</b>
<b>BYLAE 8.1: BESKRYWING VAN ROOSBOOM</b>	<b>603</b>
<b>BYLAE 8.2: DEELNEMER 3 SE ROOSBOOM</b>	<b>604</b>
<b>BYLAE 8.3: BEWUSWORDING</b>	<b>605</b>
<b>BYLAE 9: GROEPWERKSESSIE 6</b>	<b>606</b>
<b>BYLAE 9.1: BESKRYWING VAN TEKENING</b>	<b>606</b>
<b>BYLAE 9.2: DEELNEMER 1 SE TEKENING</b>	<b>607</b>
<b>BYLAE 9.3: BEWUSWORDING</b>	<b>608</b>

<b>BYLAE 10: GROEPWERKSESSIE 7</b>	<b>609</b>
<i>BYLAE 10.1: DROOMWERK</i>	<b>609</b>
<i>BYLAE 10.2: DEELNEMER 2 SE DROOM</i>	<b>610</b>
<i>BYLAE 10.3 DROOMWERK NA AFLOOP VAN 'N VRYWILLIGE DEELNEMER SE WERK IN DIE "WARM STOEL"</i>	<b>611</b>
<b>BYLAE 11: GROEPWERKSESSIE 8</b>	<b>613</b>
<i>BYLAE 11.1: BESKRYWING VAN SIGSELF AAN DIE HAND VAN 'N "KOEKBOKS"- TEKENAKTIWITEIT</i>	<b>613</b>
<i>BYLAE 11.2: BUITEKANT VAN DEELNEMER 3 SE TEKENING OP 'N "KOEKBOKS"</i>	<b>615</b>
<i>BYLAE 11.3: BINNEKANT VAN DEELNEMER 3 SE TEKENING OP 'N "KOEKBOKS"</i>	<b>616</b>
<i>BYLAE 11.4: TUISOPDRAG VIR DIE DOELEINDES VAN GROEPWERKSESSIE 9</i>	<b>617</b>
<b>BYLAE 12: GROEPWERKSESSIE 9</b>	<b>618</b>
<i>BYLAE 12.1: KLEIMONSTER</i>	<b>618</b>
<i>BYLAE 12.2: TERUGVOER NA AFLOOP VAN 'N VRYWILLIGE DEELNEMER SE WERK IN DIE "WARM STOEL"</i>	<b>620</b>
<i>BYLAE 12.3: BEWUSWORDING</i>	<b>621</b>
<i>BYLAE 12.4: TUISOPDRAG VIR DIE DOELEINDES VAN GROEPWERKSESSIE 10</i>	<b>622</b>
<b>BYLAE 13: GROEPWERKSESSIE 10</b>	<b>623</b>
<i>BYLAE 13.1: ONVOLTOOIDE SINNETOETS SOOS BENUT TYDENS GROEP- WERKSESSIE 10</i>	<b>623</b>
<b>OPSOMMING</b>	<b>630</b>
<b>SUMMARY</b>	<b>632</b>
<b>KEY CONCEPTS REGARDING THE THEME OF THE RESEARCH STUDY</b>	<b>634</b>

## LYS VAN FIGURE EN TABELLE

<b>FIGUUR</b>		<b>Bladsy</b>
1.	<b>ONDERSKEID TUSSEN ISOLASIE, GESONDE KONTAK EN GEBREK AAN GRENSE (SAMEVLOEIING)</b>	<b>54</b>
2.	<b>DIE VYF LAE VAN NEUROSE</b>	<b>95</b>
3.	<b>VIERLEDIGE REEKS VAN OAKLANDER SE WERK TEN OPSIGTE VAN PROJEKSIES</b>	<b>155</b>
4.	<b>DEELNEMER 1 SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE</b>	<b>457</b>
5.	<b>DEELNEMER 2 SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE</b>	<b>464</b>
6.	<b>DEELNEMER 3 SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE</b>	<b>471</b>
7.	<b>DEELNEMER 4 SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE</b>	<b>479</b>
8.	<b>DEELNEMER 5 SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE</b>	<b>486</b>
9.	<b>DEELNEMER 6 SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE</b>	<b>493</b>
10.	<b>GROEP SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE</b>	<b>495</b>
11.	<b>SKEMATIESE VOORSTELLING VAN DIE HOOFDREKKE VAN DIE STUDIE AAN DIE HAND VAN ROTHMAN EN THOMAS (1994:85) SE INTERVENSIENAVORSINGSONTWERP</b>	<b>513</b>

## TABEL

1.	<b>DIE FASES EN AKTIWITEITE VAN ROTHMAN EN THOMAS SE INTERVENSIENAVORSINGSMODEL</b>	<b>15</b>
2.	<b>KOMPONENTE VAN DIE GROEPPROSES AAN DIE HAND VAN VERSKILLENDE OUTEURS</b>	<b>115</b>
3.	<b>SAMEVATTING VAN TEORETIESE MODELLE TEN OPSIGTE VAN EGSKEIDING</b>	<b>211</b>
4.	<b>LEWENSLOOP EN GESINSTADIA</b>	<b>227</b>
5.	<b>OUERSKAPSTAKE GEDURENDE VERSKILLENDE STADIA IN DIE GESINSLEWENSIKLUS</b>	<b>229</b>

6.	KOHLBERG SE TEORIE VAN MORELE ONTWIKKELINGVLAkke EN STADIA	243
7.	WEDERSYDSE VERWAGTINGE	333
8.	DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE	350
9.	SENSORIESE EN LIGGAAMLIKE KONTAKMAKING	350
10.	DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE	353
11.	SESSIE 3 (AKTIWITEIT 1)	354
12.	SESSIE 3 (AKTIWITEIT 2)	355
13.	SESSIE 3 (AKTIWITEIT 3)	358
14.	SESSIE 3 (AKTIWITEIT 4)	361
15.	SESSIE 3 (AKTIWITEIT 5)	361
16.	DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE	364
17.	SESSIE 4 (AKTIWITEIT 1)	365
18.	SESSIE 4 (AKTIWITEIT 2)	367
19.	SESSIE 4 (AKTIWITEIT 3)	369
20.	SESSIE 4 (AKTIWITEIT 4)	373
21.	SESSIE 4 (AKTIWITEIT 5)	376
22.	DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE	377
23.	SESSIE 5 (AKTIWITEIT 1)	378
24.	SESSIE 5 (AKTIWITEIT 2)	379
25.	SESSIE 5 (AKTIWITEIT 3)	379
26.	SESSIE 5 (AKTIWITEIT 4)	384
27.	SESSIE 5 (AKTIWITEIT 5)	386
28.	DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE	387
29.	SESSIE 6 (AKTIWITEIT 1)	388

30.	SESSIE 6 (AKTIWITEIT 2)	389
31.	SESSIE 6 (AKTIWITEIT 3)	389
32.	SESSIE 6 (AKTIWITEIT 4)	394
33.	SESSIE 6 (AKTIWITEIT 5)	397
34.	DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE	399
35.	SESSIE 7 (AKTIWITEIT 1)	399
36.	SESSIE 7 (AKTIWITEIT 2)	400
37.	SESSIE 7 (AKTIWITEIT 3)	401
38.	SESSIE 7 (AKTIWITEIT 4)	404
39.	SESSIE 7 (AKTIWITEIT 5)	408
40.	DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE	409
41.	SESSIE 8 (AKTIWITEIT 1)	410
42.	SESSIE 8 (AKTIWITEIT 2)	411
43.	SESSIE 8 (AKTIWITEIT 3)	411
44.	SESSIE 8 (AKTIWITEIT 4)	416
45.	SESSIE 8 (AKTIWITEIT 5)	418
46.	DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE	419
47.	SESSIE 9 (AKTIWITEIT 1)	419
48.	SESSIE 9 (AKTIWITEIT 2)	421
49.	SESSIE 9 (AKTIWITEIT 3)	421
50.	SESSIE 9 (AKTIWITEIT 4)	425
51.	SESSIE 9 (AKTIWITEIT 5)	431
52.	DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE	433
53.	SESSIE 10 (AKTIWITEIT 1)	434
54.	SESSIE 10 (AKTIWITEIT 2)	435



<b>55.</b>	<b>SESSIE 10 (AKTIWITEIT 3)</b>	<b>439</b>
<b>56.</b>	<b>DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE</b>	<b>449</b>
<b>57.</b>	<b>ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DEELNEMER 1</b>	<b>451</b>
<b>58.</b>	<b>ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DEELNEMER 2</b>	<b>459</b>
<b>59.</b>	<b>ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DEELNEMER 3</b>	<b>466</b>
<b>60.</b>	<b>ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DEELNEMER 4</b>	<b>473</b>
<b>61.</b>	<b>ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DEELNEMER 5</b>	<b>481</b>
<b>62.</b>	<b>ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DEELNEMER 6</b>	<b>488</b>

# **HOOFSTUK EEN**

## **ORIËTERING**

In die Suid-Afrikaanse samelewing is dit 'n realiteit dat al meer huwelike jaarliks op die rotse beland, dat al meer gesinne verbrokkel en dat al meer kinders die slagoffers van egskedingsituasies word. Volgens die jongste amptelike egskedingstatistiek (Statistiek Suid-Afrika 1998:48-53) is 35 792 huwelike gedurende 1998 in Suid-Afrika getermineer teenoor die 23 134 huwelike wat gedurende 1986 in Suid-Afrika getermineer is (Statistiek Suid-Afrika 1990:9-10). Gedurende 1986 is daar 'n totaal van 30 304 (Statistiek Suid-Afrika 1990:9-10) kinders teenoor 1998 se 45 123 kinders (Statistiek Suid-Afrika 1998:48-53) deur hulle ouers se egskeding geraak. In dié 12 jaar was daar dus 'n toename van 21,48% egskedings waardeur 33% meer kinders in Suid-Afrika deur hulle ouers se egskeding geraak is. Egskeding is dus 'n groeiende maatskaplike verskynsel waardeur talle ouers en kinders se lewens beïnvloed word.

Hierdie studie is daarop gefokus om binne die Suid-Afrikaanse konteks 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie te ontwerp en te ontwikkel. Hoofstuk een is daarop gerig om 'n oriëntering te bied ten opsigte van die motivering vir die keuse van die onderwerp, die begroning en deurskouing van die probleem, die probleemstelling en ondersoekvrae, uitgangspunte wat die navorsingstudie rig, die doel, doelstellings en doelwitte, navorsingsmetodologie, begrensing van die studie, leemtes en beperkinge en probleme wat met die studie voorsien word. Laastens word gefokus op die definiëring van relevante konsepte en die indeling van die navorsingsverslag.

### **1.1 MOTIVERING VIR DIE STUDIE**

Alhoewel die stygende egskedingsyfer en die trauma van egskeding dikwels beklemtoon word, is daar nog betreklik min navorsing oor die egskedingsproses, die verwerking en die hantering daarvan gedoen. (Vgl. Van Staden 1987:1 en Buidendach 1990:2.) Daar word hoë verwagtinge aan betrokkenes in die egskedingsituasie gestel omdat verskeie gekompliseerde aanpassings tegelyk hanteer moet word. Die betrokkenes se egosterkte word deur egskeding verswak, verandering in verskeie maatskaplike rolle tree in, die vrou en/of die man moet nuwe verantwoordelikhede aanvaar en dikwels in 'n verminderde

finansieel ondersteunende sisteem funksioneer (Van Staden 1987:1). In samehang hiermee beskou Van Wyk en La Cock (1988:7) 'n egskeiding as 'n spanningsvolle, intense emosionele ervaring wat 'n geweldige uitwerking op die lewens van die partye wat skei en hulle kinders het. Laasgenoemde outeurs is verder van mening dat die egskeidingsproses die betrokke partye emosioneel in so 'n mate kan ontstig dat hulle nie rasioneel of oordeelkundig kan optree nie.

Ouers is kinders se primêre steungewers. Die aanmoediging, steun, liefde en begeleiding van ouers is daarom van die allergrootste belang vir kinders se persoonlikheidsontploffing (Du Toit en Kruger 1991:125). Kinders word in die algemeen gekonfronteer met sowel hulle aanpassingseise met betrekking tot hulle ontwikkelingsfase, as met individuele ontwikkelingstake. Egskeidingsituasies kan egter vir kinders traumatiese krisis meebring waartydens hulle aan talle verliese, veranderinge en bykomende aanpassings in hulle lewens blootgestel word (Viljoen 2001:54-55).

Volwassenes het 'n natuurlike instink om hulle kinders te beskerm (Gold 1992:85). Egskeidingsituasies kan ouers vanweë die emosionele, wetlike en persoonlike uitvloeisels daarvan in 'n emosionele oorlewingstryd dompel en hulle ontnem van energie om sensitief ten opsigte van hulle kinders se behoeftes te wees. (Vgl. Burgoyne, Ormrod en Richards 1987:122, Gold 1992:85 en Neuman 1998:4). In samehang hiermee is Pretorius (1993:58) van mening dat kinders na aanleiding van hulle aanpassing by egskeidingsituasies dikwels 'n groter behoefte aan aandag openbaar, juis in die tydperk wat toesighoudende ouers worstel om hulle egskeiding te verwerk en daarby aan te pas. Daarteenoor kan ouers, vanweë hulle eie eensaamheid en hulpeloosheid, 'n gehegtheid aan en afhanklikheid van hulle kinders ontwikkel. Dit kan meebring dat kinders in die proses rolle en verantwoordelikhede van hulle ouers moet oorneem en selfs psigologiese en sosiale ondersteuning aan hulle ouers moet bied (Pretorius 1993:59). Ter aansluiting hierby is Benedek en Brown (2002:1) van mening dat 'n ongewenste of 'n onaangename egskeiding die potensiaal het om ouers in vorige ontwikkelingsfases terug te plaas wat kan lei tot onvanpaste gedrag vir die lewensfase waarin hulle verkeer. So kan sommige ouers byvoorbeeld hulpeloos en afhanklik van hulle kinders word.

Dit is belangrik dat ouers in egskeidingsituasies hulp moet ontvang om hulle verantwoordelikhede na te kom en hulle persoonlike verlies en rou te verwerk (Beal

1980:261). In samehang hiermee is Van Staden (1987:1) van mening dat die mees direkte wyse om kinders te help om by egskeidingsituasies aan te pas, is deur hulle ouers te help om hulle verliese en rou ten opsigte van hulle egskeidings te verwerk. Hier kan dus afgelei word dat kinders se aanpassing by egskeidingsituasies vergemaklik kan word deur hulle ouers te help om hulle eie verliese en rou rondom hulle egskeidings te verwerk. Ter aansluiting hierby is Groenewald (2002a:2) van mening dat toesighoudende ouers veral hulle kinders se aanpassing by egskeidingsituasies beïnvloed, vanweë die hoeveelheid tyd wat hulle saam deurbring. Laasgenoemde outeur is verder van mening dat toesighoudende ouers deur terapie gehelp moet word ten opsigte van hulle emosionele onvoltooidhede, sodat hulle beter en gouer in staat kan wees om hulle kinders te help aanpas in egskeidingsituasies. Wat hier duidelik blyk is dat toesighoudende, geskeide ouers met onverwerkte gevoelens ten opsigte van hulle egskeidings, hulle kinders se aanpassing by egskeidingsituasies kan benadeel.

Vir die doeleindes van hierdie navorsing word gefokus op toesighoudende, geskeide ouers (beide geslagte) tussen 20 en 40 jaar wat hulle derhalwe in die vroeë volwasse fase bevind, aangesien dit vanuit die praktyk waargeneem word as die ouderdomsgroep wat die meeste om professionele hulp aanklop ten opsigte van aanpassingsprobleme rondom egskeidingsituasies.

Alhoewel ander teoretiese benaderings ook toepaslik kon wees, word gestaltterapie vir die ontwerp en ontwikkeling van 'n groepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers as geskikte konseptuele raamwerk beskou vanweë die holistiese uitgangspunt en doelstellings wat gehandhaaf word. Die benutting van gestaltgroepwerk kan veral koste- en tydeffektief wees vir organisasies wat oor hoë kliënteladings, maar oor min terapeute beskik. Gestaltgroepwerk is volgens Perls meer terapeuties en tydeffektief as in die geval van individuele gestaltterapie. (Vgl. Kitzler 1980:26-27 en Aronstam 1989:643.) Deur middel van gestaltgroepwerk kan groeplede gelei word tot bewustheid in die hier en nou, om hulle gevoelens te projekteer, bewus te word van hulle onvoltooidhede, hulle polariteite te integreer en verantwoordelikheid vir hulle eie lewens te neem. Gestaltgroepwerk bied aan groeplede geleentheid om binne 'n veilige groepopset geborge en aanvaar te voel, met nuwe gedrag te eksperimenteer en sodoende te groei en te ontwikkel. 'n Verskeidenheid probleme kan by wyse van gestaltgroepwerk hanteer word, terwyl dit nie altyd by wyse van individuele terapie hanteer kan word nie. (Vgl. Corey 1990:320, Ginger en Ginger 2002:1 en Harris

2002d:4-5.) Gestaltgroepwerk kan dus effektief benut word om toesighoudende, geskeide ouers wat vanweë hulle egskeidingsituasies in 'n emosionele oorlewingstryd gedompel is, te lei om as bewuste, selfondersteunende en geïntegreerde eenhede te funksioneer, ten einde hulle in staat te stel by hulle egskeidingsituasies aan te pas en oor genoegsame energie te beskik om hulle rolle as toesighoudende ouers effektief uit te voer en hulle kinders te ondersteun.

Deur middel van gestaltgroepwerk kry groeplede geleentheid om met medegroeplede se ervarings te identifiseer, empatie te toon en met hulle eie gevoelens in aanraking te kom. Sodoende word kontak met sigself en met die omgewing deur middel van "*silent self-therapy*" bewerkstellig (Korb, Gorrell en Van de Riet 1989:107). Gestaltgroepwerk is verder 'n ideale opset om groeplede se kontak- en sosiale vaardighede te verbeter, deurdat dit hulle in staat stel om bewus te word van die blokkasies wat hulle verhinder om met sigself en ander kontak te maak. (Vgl. Korb *et al.* 1989:107 en Oaklander 1999:165-167,174.) Dit blyk dus of gestaltgroepwerk aan toesighoudende, geskeide ouers geleentheid kan bied om met sigself en met medegroeplede in kontak te kom, van mekaar te leer en mekaar te ondersteun ten opsigte van hulle aanpassing by hul egskeidingsituasies. Sodoende kan vereensaming en die ontwikkeling van afhanklikheid van hulle kinders (omgewingsteun) waarskynlik voorkom word.

Die toenemende egskeidings in Suid-Afrika en die impak wat toesighoudende, geskeide ouers op hulle kinders se aanpassing by egskeidingsituasies het, dien derhalwe as hoofmotivering vir die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase se bewustheid, selfondersteuning en integrasie.

## **1.2 BEGRONDING EN DEURSKOUING VAN DIE PROBLEEM**

Die behoefte aan navorsing aangaande dié onderwerp, het ontstaan vanweë praktykervaring ten opsigte van die invloed wat toesighoudende, geskeide ouers in hulle vroeë volwasse fase op hulle kinders se aanpassing by egskeidingsituasies het.

Die Kinderleidingklinik, Bethlehem, se aantal verwysings ontvang van kinders met aanpassingsprobleme vanweë hulle ouers se egskeidings toon 'n drastiese toename oor die afgelope nege jaar (Ferreira: 2002). Vanuit die praktyk word waargeneem dat die kinders

van toesighoudende ouers in hulle vroeë volwasse fase, wat aanpassingsprobleme rondom hulle egskeiding ondervind, dikwels ook probleme ondervind om by die egskeidingsituasie aan te pas.

Sosiopedagoë en sielkundiges, werksaam by die Kinderleidingklinieke in die Vrystaat, bevestig die toename in verwysings ontvang ten opsigte van kinders met aanpassingsprobleme rondom hulle ouers se egskeiding. Hulle is dit eens dat die meeste kinders se aanpassingsprobleme toegeskryf kan word aan hulle ouers se onverwerkte gevoelens en aanpassingsprobleme rondom hulle egskeidings. (Vgl. Lombaard 2002, Muller 2002, Otto 2002, Pietersen 2002, Van der Merwe 2002, Van Wyk 2002 en Viljoen 2002.)

Die kantoorhoof van die Oranje-Vrouevereniging, Bethlehem, bevestig dat die toenemende egskeidings meebring dat al meer gesinne in finansiële krisis beland en by welsynsorganisasies om emosionele ondersteuning aanklop. Die maatskaplike werkers kan dikwels vanweë hoë kliënteladings nie effektiewe diens ten opsigte van ouers in egskeidingsituasies lewer nie. Sodoende word ouers soms met onverwerkte gevoelens rondom hulle egskeiding gelaat wat voortspruitende negatiewe gevolge vir die betrokke kinders kan inhou (Van der Westhuisen 2002).

Prokureurs in die Bethlehem-distrik kry daagliks te doen met toesighoudende, geskeide ouers wat probleme ondervind om hulle egskeidingsituasies te verwerk en daarby aan te pas en is dit eens dat toesighoudende, geskeide ouers meestal 'n behoefte aan hulpverlening ondervind en derhalwe by 'n hulpverleningsprogram kan baat vind (Botha 2002, De Beer 2002, Du Toit 2002 en Meyerowitz 2002). In samehang hiermee is Van Zyl (2002), gesinsadvokaat van die Kantoor van die Gesinsadvokaat te Bloemfontein, van mening dat toesighoudende, geskeide ouers so spoedig moontlik gehelp moet word om by hulle egskeidingsituasies aan te pas, ten einde in staat te wees om hulle kinders te ondersteun en in hulle emosionele behoeftes te voorsien.

Daar word akkoord gegaan met Sprenkle (1985:63) wat van mening is dat kinders met aanpassingsprobleme in egskeidingsituasies gehelp behoort te word en wel deur "*... the indirect route of helping the parents to cope with their own losses and grief reactions*". Die afleiding word gemaak dat daar 'n behoefte aan effektiewe hulpverlening aan geskeide ouers met onverwerkte verliese en aanpassingsprobleme rondom hulle egskeidings bestaan, maar

dat sodanige hulpverlening vanweë 'n gebrek aan terapeute en hoë gevalleladings nie altyd moontlik is nie. Die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers kan moontlik vanweë die tyd- en koste-effektiwiteit daarvan veral nuttig wees in gevalle waar organisasies oor hoë kliënteladings, maar oor min terapeute beskik.

### **1.3 NAVORSINGSPROBLEEM EN ONDERSOEKVRAE**

Die probleemformulering is die basis van enige ondersoek en dit is noodsaaklik dat goeie insig in die aard, omvang en intensiteit van 'n probleem verkry word voordat dit geformuleer word (Smit 1985:11).

Die navorsingsprobleem wat hierdie studie rig, is die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie. Vanuit die navorsingsprobleem vloei die volgende navorsingsvrae voort:

- Watter begrippe, teoretiese uitgangspunte, beginsels en doelstellings kan vanuit gestaltterapie benut word vir die ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie?
- Watter modelle bestaan reeds met betrekking tot gestaltgroepwerk waaruit potensieële bruikbare elemente vir die intervensieprogram geïdentifiseer kan word?
- Wat behels gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm?
- Watter gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke kan vanuit 'n gestaltteoretiese raamwerk benut word in 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie?
- Watter bestaande teoretiese modelle rakende die egskeidingsproses kan bestudeer en omskryf word, ten einde 'n breër begrip van die egskeidingsproses te bekom?
- Wat behels 'n gestaltanalise van toesighoudende ouers in 'n vroeë volwasse fase se aanpassing by egskeiding?
- Op watter wyse kan gestaltterapie in 'n groepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers benut word?

### **1.4 UITGANGSPUNTE WAT DIE NAVORSING RIG**

Die studie word hoofsaaklik deur die volgende uitgangspunte gerig.

### **1.4.1 Die mens as holistiese eenheid**

Individue is volgens Patterson (1980:433) saamgevoegde organismes wat altyd as 'n geheel funksioneer. In samehang hiermee is Van de Riet, Korb en Gorrell (1980:10) en Clarkson (1989:17) van mening dat die klem in 'n holisties georiënteerde terapie op die "geheel", wat meer is as die som van die onderskeie dele waaruit dit bestaan, val. Voorts is Kepner (1980:23) van mening dat 'n groep ook meer is as die dele waaruit dit bestaan en dat gestaltgroepprosesse meer is as die som van die beginsels en elemente waaruit dit bestaan.

Gestaltterapie lê veral klem op die eenheid van die individu in die terapeutiese verhouding wat gebaseer word op die onskeibare eenheid van die liggaam, die emosionele en geestelike aspekte, taal, denke en gedrag van die individu. Alhoewel daar onderskei kan word tussen die dele van die geheel, kan hulle nooit geskei word nie. Die individu is nie net 'n eenheid op sigself nie, maar ook met sy omgewing. (Vgl. Aronstam 1989:631 en Clarkson 1989:17-18.) In samehang hiermee beskou Harris (2002b:10) 'n groep as "*... a here-and-now organism - environment field, in which all people, processes and events are influencing all others*". Hier kan dus afgelei word dat die fokus tydens gestaltgroepwerk op sowel deelnemers as individuele en dus holistiese eenhede, as op die groep as geheel (groepproses) val.

Die holistiese beginsel word tydens die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers in ag geneem, deurdat daar in die selektering van tegnieke en aktiwiteite vir die program gestreef word om, sowel deelnemers as onskeibare eenhede van liggaam, emosionele en geestelike aspekte, taal, denke en gedrag, as die groepprosesse se beginsels en elemente, te integreer.

### **1.4.2 Direkte ervaring in die hier en nou**

Gestaltterapie plaas die fokus van terapie in die hede, aangesien die individu slegs in die hede kan ervaar. Alhoewel die invloede van gebeurtenisse in die verlede en verwagtings van die toekoms nie ontken word nie, kan werklike groei nie plaasvind deur die verlede te herskep of die toekoms te voorspel nie. Gebeurtenisse uit die verlede is óf reeds geassimileer en dus deel van die persoonlikheid, óf word saamgedra in die vorm van onvoltooidhede wat huidige behoeftebevrediging dwarsboom. Die gestaltterapeut moet die



individue aan om sy<sup>1</sup> ervarings in die hier en nou te beleef, ten einde vas te stel hóé hierdie onvoltooidhede die gedrag van die individu nou beïnvloed (Aronstam 1989:639-640).

Die hier en nou behels die huidige bewustheid van die individu op hierdie oomblik. Gestaltterapie beklemtoon gebeure in die hier en nou en gaan van die standpunt uit dat direkte ervaring meer betroubaar is as die interpretasie daarvan. Binne gestaltterapie word daar gepoog om van verbale gedrag na nieverbale gedrag (direkte ervaring) te beweeg (Corsini en Wedding 1989:327, 340).

'n Afleiding word gemaak dat 'n individu slegs in die hede kan ervaar en dat die hier en nou 'n huidige bewustheid, met die klem op direkte ervaring, van die individu op hierdie oomblik impliseer. Derhalwe word vir die doeleindes van hierdie studie slegs gefokus op wat deelnemers in die hier en nou ervaar en word die tegnieke en aktiwiteite vir die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram geselekteer, ten einde deelnemers se bewustheid in die hier en nou te verhoog.

### **1.4.3 Die terapeutiese verhouding en rol van die terapeut**

Volgens Patterson (1980:447) is die funksie van die gestaltterapeut nie om die kliënt te help nie, aangesien ondersteuning van die kliënt hom toenemend afhanklik maak van omgewingsteun en hom daarvan weerhou om selfondersteunend te wees. Die terapeut moet eerder die kliënt se vraag na hulp en ondersteuning frustreer, sodat die kliënt kan leer dat hy oor die nodige selfondersteuning beskik om self sy probleme op te los.

In gestaltterapie word die terapeut en die kliënt se verhouding as horisontaal beskou, aangesien die klem op die direkte ervaring van beide val en albei tydens terapie ten volle teenwoordig behoort te wees. Gestaltterapie bestempel beide die terapeut en die kliënt as individue wat vir sigself verantwoordelik is. Gestaltterapeute wat verantwoordelikheid vir hulle kliënte neem, weerhou laasgenoemde daarvan om selfondersteunend en selfregulerend te wees (Corsini en Wedding 1989:339).

---

<sup>1</sup> Die manlike vorm "hy", "hom" en "sy" word tot en met hoofstuk 6 benut om leesbaarheid te vergemaklik. Dit impliseer nie dat die verwysings nie ook op vroue van toepassing gemaak kan word nie.

‘n Gestaltherapeut is verantwoordelik vir die kwaliteit en kwantiteit van sy teenwoordigheid, vir kennis ten opsigte van sigself en die kliënt, vir die handhawing van ‘n nieverdedigende houding, om sy bewustheid en kontakprosesse duidelik en in pas met die kliënt te hou en vir die daarstel en handhawing van ‘n terapeutiese atmosfeer (Corsini en Wedding 1989:339-340). ‘n Gestaltgroepleier moet daarop fokus om ‘n “*ek-jy*”-verhouding binne die groepopset daar te stel. ‘n “*Ek-jy*”-verhouding is die enigste doeltreffende vorm van kontak, wat bewustheid verhoog en persoonlike groei aanmoedig en dit word bewerkstellig deurdat die gestaltgroepleier en die groeplede deur kontak hul ware self met mekaar deel. (Vgl. Hansen, Warner en Smith 1980:215 en Aronstam 1989:640.)

Uit bogenoemde kan afgelei word dat die gestaltgroepleier en die groeplede in ‘n terapeutiese “*ek-jy*”-verhouding staan, menende dat hulle op ‘n gelyke vlak is en deur kontak hulle ware self met mekaar deel. ‘n Gestaltherapeut behoort derhalwe nie verantwoordelikheid vir die groeplede te aanvaar nie, aangesien hulle vir hul eie lewens verantwoordelik is. Die gestaltgroepleier wat verantwoordelikheid vir groeplede aanvaar benadeel die groeplede daardeur, deurdat dit hulle moontlik van omgewingsteun afhanklik maak en hulle van selfondersteuning en selfregulering weerhou.

Tydens hierdie navorsingstudie word die uitgangspunt dus gehandhaaf dat die gestaltgroepleier (navorsers) en die deelnemers in ‘n terapeutiese “*ek-jy*”-verhouding staan, menende dat hulle op ‘n gelyke vlak (ongegag ouderdom en geslag) is, dat hulle hul ware self met mekaar deel en dat elkeen vir sy eie lewe verantwoordelik is.

#### **1.4.4 Interpretasie**

Volgens Patterson (1980:449) is die funksie van die gestaltgroepleier om groeplede se aandag op hulle gedrag, gevoelens en ervaring te fokus en om dit nie te interpreteer nie. In samehang hiermee meld Corey (1995:293) dat “... *the approach of the gestalt group is basically noninterpretive. Group members make their own interpretations and statements and discover the meaning of their experiences. Leaders avoid interfering with the client’s interpretations and focus instead on whatever the person seems to be experiencing at the moment.*” Ook Fiebert (2002:1) is van mening dat interpretasie en evaluering van die kliënt se gedrag deur die gestaltgroepleier vermy moet word, deurdat dit die kliënt se direkte ervaring kan blokkeer en tot weerstand aanleiding kan gee.

Hieruit blyk dit of gestaltgroepleiers geen interpretasies rakende groeplede maak nie, maar dat hulle bloot op die groeplede se gedrag, gevoelens en ervarings fokus, ten einde die groeplede in staat te stel om self verantwoordelikheid te neem om hulle eie interpretasies te maak en begrip vir hulle eie gedrag en optrede te ontwikkel.

Vir die doeleindes van hierdie studie word die uitgangspunt dus gehandhaaf dat die gestaltgroepleier (navorsers) geen interpretasies maak nie, maar fokus op wat die deelnemers in die hier en nou doen en ervaar.

Samevattend kan afgelei word dat die klem in gestaltterapie, as 'n holistiese georiënteerde terapie, op die *“geheel”* wat meer as die som van die onderskeie dele waaruit dit bestaan, val. Tydens gestaltgroepwerk word sowel op die individu as onskeibare eenheid van liggaam, emosionele en geestelike aspekte, taal, denke en gedrag as op die groep waarvan die gestaltgroepprosesse meer is as die som van die beginsels en elemente waaruit dit bestaan, gefokus. Gestaltterapie beklemtoon gebeure in die hier en nou en gaan van die standpunt uit dat direkte ervaring meer betroubaar is as die interpretasie daarvan. Derhalwe word daar binne gestaltterapie op kliënte se gedrag, gevoelens en ervaring gefokus sonder interpretasie daarvan deur die gestaltterapeut. 'n Terapeutiese *“ek-jy”*-verhouding impliseer 'n vorm van kontak waartydens die terapeut en die kliënt op 'n gelyke vlak beskou word en hulle verantwoordelikheid vir sigself aanvaar.

## **1.5 DOEL VAN DIE STUDIE**

Die doel, doelstellings en doelwitte wat die studie rig, word vervolgens aangedui.

### **1.5.1 Doel**

Die doel van die studie is om deur middel van intervensienavorsing 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers te ontwerp en te ontwikkel, sodat wetenskaplik gefundeerde hulpverlening op toesighoudende, geskeide ouers afgestem kan word.

### **1.5.2 Doelstellings**

Ten einde bogenoemde doel te bereik, word primêre en sekondêre doelstellings vir die studie onderskei. Primêre doelstellings verwys na wat in die studie self beoog word, terwyl sekondêre doelstellings verwys na dit wat die navorsers wil bewerkstellig wanneer die

navorsingsverslag reeds beskikbaar is (Ferreira 2000:70). Die volgende primêre en sekondêre doelstellings word vir die studie onderskei:

Die primêre doelstellings van hierdie studie behels om:

- 'n Verkenning te doen ten einde te bepaal watter begrippe, teoretiese uitgangspunte, beginsels en doelstellings vanuit gestaltterapie benut kan word vir die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie.
- 'n Analise te doen ten opsigte van watter modelle rakende gestaltgroepwerk bestaan, ten einde potensiële bruikbare elemente vir die intervensieprogram te identifiseer.
- 'n Verkenning te doen van gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm.
- 'n Analise te doen ten opsigte van watter gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke vanuit 'n gestaltteoretiese raamwerk benut kan word in 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie.
- Reeds bestaande teoretiese modelle van die egskeidingsproses te bestudeer, ten einde 'n breër begrip van die egskeidingsproses te bekom.
- 'n Gestaltanalise van toesighoudende ouers, in 'n vroeë volwasse fase, se aanpassing by egskeiding te doen.
- 'n Verkenning te doen van die benutting van gestaltterapie in 'n groepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers.

Die sekondêre doelstellings van die studie behels om:

- Die maatskaplikewerkprofessie en belanghebbende professies se kennisraamwerk ten opsigte van gestaltgroepwerk met toesighoudende, geskeide ouers aan te vul.
- Na aanleiding van die bevindinge gebaseer op die holistiese benadering in hierdie studie, die maatskaplikewerkprofessie en belanghebbende professies te beïnvloed om die gestaltgroepwerkprogram tydens terapeutiese hulpverlening aan toesighoudende, geskeide ouers te benut.
- Die gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie te reproduseer, ten einde die impak van die intervensie deur middel van eksperimentele navorsingsmetodes te meet, sodat gevorderde ontwikkeling daardeur kan realiseer.

- Die finale gestaltgroepwerkprogram vir verspreiding voor te berei, deur potensiële markte daarvoor te identifiseer, 'n aanvraag vir die intervensie te ontwikkel en tegniese ondersteuning aan die gebruikers van die intervensie te voorsien, ten einde daartoe by te dra dat die gestaltgroepwerkprogram optimaal benut word tydens dienslewering aan toesighoudende, geskeide ouers.

### **1.5.3 Doelwitte vir die studie**

Ten einde die doelstellings te bereik, word bepaalde doelwitte nagestreef. Doelwitte word vir die literatuur- en empiriese ondersoek onderskei en word vervolgens uiteengesit.

Die doen van 'n literatuurstudie met die oog op die volgende:

- 'n Teoretiese basis van gestaltterapie as konseptuele raamwerk van hierdie studie daar te stel.
- 'n Analise te doen van watter begrippe, teoretiese uitgangspunte, beginsels en doelstellings vanuit gestaltterapie potensiël kan bydra tot die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers.
- Bruikbare omskrywings van bewustheid, selfondersteuning en integrasie as belangrike gestaltterapie doelstellings te formuleer.
- Reeds bestaande modelle rakende gestaltgroepwerk te bestudeer en potensiële elemente vir die intervensieprogram te identifiseer.
- Gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm te omskryf.
- 'n Analise te doen ten opsigte van watter gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke vanuit 'n gestaltteoretiese raamwerk potensiël kan bydra tot die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie.
- Reeds bestaande teoretiese modelle rakende die egskedingsproses te bestudeer en potensiële modelle vir die doeleindes van die studie te verken en te beskryf.
- 'n Bruikbare omskrywing van vroeë volwassenheid te formuleer,
- 'n Gestaltanalise te doen van faktore van 'n egskeding wat toesighoudende ouers, in hulle vroeë volwasse fase, se aanpassing in egskedingsituasies kan beïnvloed.

Die doen van 'n empiriese studie deur gebruik te maak van intervensienavorsing. Die volgende stappe word gevolg:

- Die daarstel van 'n gestaltgroepwerkprogram, op grond van die literatuurstudie, vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie.
- Die toepassing van doelgerigte steekproefneming ten einde ses toesighoudende, geskeide ouers, in die vroeë volwasse fase, as deelnemers aan die navorsing te bekom.
- Die implementering van die gestaltgroepwerkprogram ten opsigte van die ses deelnemers vir 'n periode van twee en 'n half maande (tien sessies).
- Die verkryging van kwalitatiewe data ten opsigte van elke deelnemer se individuele proses, asook die groepproses, by wyse van regstreekse stelselmatige waarneming en deelnemende waarneming tydens die gestaltgroepwerksessies.
- Die analisering van die navorsingsresultate by wyse van gevallestudies met behulp van video-opnames en observasie-aantekeninge, asook die benutting van 'n objektiewe waarnemer wat deeglike ervaring in gestalttherapie het as triangulasiemetode met die oog op die verhoging van die geloofwaardigheid van die analise.
- Die maak van gevolgtrekkings en aanbevelings ten opsigte van 'n gestaltgroepwerkprogram in maatskaplike werk vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie.
- Die finalisering van die navorsingsverslag en die skryf van minstens twee artikels oor 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie.

## **1.6 NAVORSINGSONTWERP EN -METODOLOGIE**

Verskeie outeurs beskou die navorsingsontwerp as die plan, struktuur en strategie van die ondersoek. (Vgl. Dooley 1990:62, Leedy 1993:125 asook Bless en Higson-Smith 1995:46.) Volgens Mouton en Marais (1990:34-35) impliseer 'n navorsingsontwerp navorsingbeplanning en rasonale besluitneming in die navorsingsproses. Ter aansluiting hierby beskou Huysamen (1994:10) die navorsingsontwerp as 'n plan of bloudruk waarvolgens data ingesamel en die navorsingshipotese of -vrae op die mees ekonomiese wyse ondersoek kan word.

Na die mening van Gouws, Louw, Meyer en Plug (1987:232) behels 'n navorsingsontwerp 'n vooraf opgestelde plan waarvolgens empiriese navorsing uitgevoer word en waarvolgens die keuse van die proefpersone, die operasionele definisies van die onafhanklike en afhanklike

veranderlikes, kontrole van steuringsveranderlikes, metingsprosedures en die wyse waarop die gegewens ontleed word, bepaal word.

Dit wil dus voorkom of 'n navorsingsontwerp verwys na navorsingsbeplanning en die vooraf opgestelde plan wat as 'n raamwerk dien om struktuur aan die navorsingstudie te verleen. Die navorsingsontwerp kan dus as die "resep" waarvolgens die navorsingstudie uitgevoer word, beskou word.

Vir die doeleindes van hierdie studie word die eerste vier fases van Rothman en Thomas (1994:9) se sesfase-intervensienavorsingsontwerp en -ontwikkelingsmodel benut. Die medewerking van twee pioniers, naamlik Edwin Thomas en Jack Rothman, en die integrasie van hulle welbekende ontwikkelingsnavorsingsmodelle te wete die ontwerp- en ontwikkelingsmodel (1984) en die sosialenavorsings- en ontwikkelingsmodel (1980) het tot die ontstaan van intervensienavorsing aanleiding gegee (De Vos 1998:384).

Intervensienavorsing is 'n opwindende, nuwe siening van toegepaste navorsing in maatskaplike werk en het die praktiese aanwending van navorsingswerk ten doel. Dit het 'n spesifieke missie met betrekking tot intervensie en fokus daarop om lig te werp of moontlike oplossings te bied vir praktiese probleme. (Vgl. Rothman en Thomas 1994:3-4 asook De Vos, Schurink en Strydom 1998:11.)

Intervensienavorsing word as 'n gepaste navorsingsontwerp vir hierdie navorsing beskou, gesien in die lig daarvan dat gepoog word om moontlike oplossings te bied vir toesighoudende, geskeide ouers se emosionele probleme rakende hulle aanpassing by egskedingsituasies, deur die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram in maatskaplike werk vir toesighoudende, geskeide ouers.

Intervensienavorsing behels 'n fasemodel wat uit ses fases bestaan, naamlik (Rothman en Thomas 1994:9):

1. Probleemanalise en projekbeplanning
2. Inligtingsinsameling en -sintese
3. Ontwerp
4. Vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek
5. Evaluasie
6. Gevorderde ontwikkeling en verspreiding

Elke fase omvat bepaalde stappe, wat gevolg moet word. Alhoewel 'n stapsgewyse volgorde verkies word, is Rothman en Thomas (1994:9) van mening dat van die aktiwiteite wat met elke fase geassosieer word, voortgesit kan word ten spyte daarvan dat die volgende fase reeds ingelei is. Daar kan ook teruggekeer word na vorige fases, wanneer probleme ondervind word of nuwe inligting verkry word (De Vos 1998:385-386). Hier kan afgelei word dat die intervensienavorsingsontwerp as buigsaam beskou kan word en dat die stappe aangepas kan word na gelang van die verloop van die navorsingsondersoek. Die intervensienavorsingsontwerp en -ontwikkelingsmodel se ses fases en hul onderskeie aktiwiteite kan skematies soos volg voorgestel word:

**TABEL 1: DIE FASES EN AKTIWITEITE VAN ROTHMAN EN THOMAS SE INTERVENSIENAVORSINGSMODEL**

<i>PROBLEEM-ANALISE EN PROJEKBE-PLANNING</i>	<i>INLIGTINGS-INSAMELING EN SINTESE</i>	<i>ONTWERP</i>	<i>VOEË ONTWIKKELING EN LOODSON-DERSOEK</i>	<i>EVALUASIE EN GEVORDERDE ONTWIKKELING</i>	<i>VERSPREIDING</i>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
Identifisering en insluiting van kliënte.	Benutting van bestaande inligtingsbronne.	Ontwerp van 'n waarnemingsstroom.	Ontwikkeling van 'n prototipe of voorlopige intervensie.	Seleksie van 'n eksperimentele ontwerp.	Vorbereiding van die produk vir verspreiding.
Verkryging van toegang tot en samewerking in die opset.	Bestudering van natuurlike voorbeelde.	Spesifisering van prosedure-elemente van die intervensie.	Uitvoering van 'n voorlopige intervensie.	Insameling en analisering van data.	Identifisering van potensiële markte vir die intervensie.
Identifisering van die belange van die teikenpopulasie.	Identifisering van funksionele elemente van suksesvolle modelle.		Toepassing van ontwerp kriteria op die voorlopige intervensiekonsep.	Reproduksie van die intervensie in praktiese omstandighede.	Ontwikkeling van 'n aanvraag vir die intervensie.
Analisering van die geïdentifiseerde probleme.				Verfyning van die intervensie.	Aanmoediging van geskikte aanwending van die intervensie.
Bepaling van doelstellings en doelwitte.					Verskaffing van tegniese ondersteuning aan verbruikers van die intervensie.

**Bron: De Vos (1998:385).**

Gesien in die lig daarvan dat evaluasie en gevorderde ontwikkeling (fase vyf) asook die verspreiding (fase ses) van die intervensieprogram oor 'n aantal jare kan strek (Rothman 1994:85) en vir postdoktorale doeleindes beplan word, word vir die doeleindes van hierdie



navorsingstudie op die eerste vier fases met hul onderskeie stappe, asook op fase vyf se tweede aktiwiteit gefokus.

Die intervensienavorsing se eerste vier fases en hul onderskeie stappe, asook die vyfde fase se tweede aktiwiteit word vervolgens bespreek, soos wat dit binne die konteks van hierdie studie beslag vind.

### **1.6.1 Fase een: Probleemanalise en projekbeplanning**

Tydens die eerste fase word gefokus op die aard, omvang en effek van die probleem, asook tekortkominge rakende intervensies waardeur die problematiese toestand aangespreek of gekonfronteer word (De Vos 1998:386-387). Die volgende aksies vorm deel van fase een:

- Identifisering en insluiting van kliënte.
- Verkryging van toegang tot en samewerking in die opset.
- Identifisering van die belange van die teikenpopulasie.
- Analisering van die geïdentifiseerde probleme.
- Bepaling van doelstellings en doelwitte.

#### ***1.6.1.1 Identifisering en insluiting van kliënte***

Die intervensienavorser is verantwoordelik vir die selektering van 'n populasie om mee saam te werk. Die geselekteerde populasie se belange en probleme moet in huidige belang vir die kliënte (populasie), die navorser en die gemeenskap wees. Die doelstellings en doelwitte van die intervensie word gesamentlik deur die navorser en die populasie bepaal (Fawcett, Suarez-Balcazar, Balcazar, White, Paine, Blanchard en Embree 1994:27). Soos reeds vermeld in 1.1, is egskeiding 'n groeiende verskynsel in die Suid-Afrikaanse samelewing, waardeur talle ouers en hulle kinders se lewens beïnvloed word. Toesighoudende, geskeide ouers tussen 20 en 40 jaar word as populasie vir die doeleindes van hierdie studie geselekteer vanweë hulle toenemende behoefte aan hulpverlening ten opsigte van hulle eie en hul kinders se aanpassing by egskeidingsituasies.

#### ***1.6.1.2 Verkryging van toegang tot en samewerking met die opset***

Die navorser moet, alvorens die populasie genader word, kennis dra van die populasie se belange. Onderhoude met belanghebbende sleutelpersone kan die navorser help om vas te stel wat hy kan bied en hoe hy die voordele ten opsigte van die intervensieprojek aan

potensiële deelnemers kan artikuleer (Fawcett *et al.* 1994:29). Suksesvolle intervensienavorsing vorm 'n samewerkende verhouding met verteenwoordigers van die opset, deur hulle te betrek by probleemidentifisering, beplanning van die projek en implementering van die intervensie (De Vos 1998:388).

Vir die doeleindes van hierdie studie is dit nodig om verskeie rolspelers wat met toesighoudende, geskeide ouers gemoeid is, naamlik plaaslike skole, kleuterskole en prokureurs se samewerking te verkry, ten einde toegang tot toesighoudende, geskeide ouers vir deelname aan die intervensieprogram te bekom. Derhalwe word telefoniese en/of persoonlike onderhoude met die betrokke rolspelers gevoer. Samewerking van die media is verder nodig, om deur middel van die plaaslike koerant 'n uitnodiging te rig aan toesighoudende, geskeide ouers om op 'n vrywillige basis aan die navorsingsprojek deel te neem.

#### **1.6.1.3 Identifisering van die belange van die teikenpopulasie**

Intervensienavorsers kan deur middel van informele persoonlike kontak, kwalitatiewe navorsingsmetodes, ondersoeke en gemeenskapsforums kontak met die populasie bewerkstellig. Sodra intervensienavorsers toegang tot die opset verkry, moet hulle poog om die verskillende aspekte van belang vir die populasie te verstaan. Intervensienavorsers moet daarop bedag wees om nie 'n indrukwekkende eksterne mening van die probleem en sy oplossings te bied nie. (Vgl. Fawcett *et al.* 1994:29 en De Vos 1998:388-389.)

Die navorser is vanweë vier jaar se betrokkenheid as vorige koördineerder van die Bethlehem Enkelouervereniging in staat gestel om direkte toegang en informele persoonlike kontak met die teikenpopulasie, naamlik toesighoudende, geskeide ouers te hê. Sodoende kon die navorser bewus word van dié teikenpopulasie se behoeftes, probleme en gevoelens en begrip daarvoor ontwikkel. Praktykervaring van 14 jaar dra verder by tot die identifisering van toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase se behoeftes, belange, gevoelens en probleme.

#### **1.6.1.4 Analisering van die geïdentifiseerde probleme**

Die analisering van die toestande wat individue as gemeenskapsprobleme beskou, word volgens Fawcett *et al.* (1994:30) as 'n kritieke aspek van die fase van probleemanalise en projekbeplanning beskou. Die volgende sleutelvrae kan help in die proses van

probleemanalise: Wat is die teenstrydigheid wat bestaan tussen die ideale en werklike omstandighede? Vir wie is die situasie 'n probleem? Wat is die negatiewe gevolge van die probleem vir die betrokke individue? Wat is die negatiewe gevolge van die probleem vir die gemeenskap? Wie se gedrag (of gebrek aan gedrag) hou die probleem in stand? (Vgl. Fawcett *et al.* 1994:30 en De Vos 1998:389.)

'n Begroning en deurskouing van die probleem is reeds onder punt 1.2 gedek. In hoofstuk vyf en ses word 'n teoretiese uiteensetting gegee ten opsigte van die probleemverskynsel, wat verdere lig op die genoemde sleutelvrae werp.

#### **1.6.1.5 Bepaling van doelstellings en doelwitte**

Die bepaling van doelstellings en doelwitte word as die finale aksie van die eerste fase beskou (Fawcett *et al.* 1994:31). Doelstellings verwys na breë uitkomstes wat deur die navorsing verkry wil word en kan vergelyk word met 'n droom. Doelwitte verwys na meer konkrete, meetbare stappe wat in 'n sekere tydsbestek uitgevoer moet word ten einde die doelstelling (droom) te bereik (De Vos *et al.* 1998:7).

Die doel, doelstellings en doelwitte van hierdie studie word onder punt 1.5 bespreek. In hoofstuk sewe word die doelstellings en doelwitte vir die gestaltgroepwerkprogram, wat tydens die empiriese gedeelte van die studie met ses deelnemers geïmplementeer word, beskryf. Na aanleiding van die empiriese bevindings en gevolgtrekkings oor die studie (vgl. hoofstuk agt), word aanbevelings oor die doelstellings en doelwitte van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie in hoofstuk nege gedoen.

#### **1.6.2 Fase twee: Inligtingsinsameling en -sintese**

Tydens die beplanning van 'n navorsingsprojek is dit noodsaaklik om vas te stel wat anders reeds gedoen het om die probleem te verstaan en aan te spreek. Die fase van inligtingsinsameling en -sintese behels dus nie die herontdekking van die wiel nie. Kennis kan verkry word deur die identifisering en verkryging van relevante inligting en die benutting en integrering van toepaslike inligtingsbronne. (Vgl. Fawcett *et al.* 1994: 31-32.) Fase twee bestaan volgens De Vos (1998:390) uit die volgende sleutelaksies:

- Benutting van bestaande inligtingsbronne.
- Bestudering van natuurlike voorbeelde.

- Identifisering van funksionele elemente van suksesvolle modelle.

### **1.6.2.1 Benutting van bestaande inligtingsbronne**

'n Literatuursoektog bestaan gewoonlik uit die bestudering van geselekteerde empiriese navorsing en geïdentifiseerde aksies, relevant tot die bepaalde probleem wat bestudeer word. Die intervensienavorser moet wyer kyk as net na literatuur in sy spesifieke studieveld, aangesien maatskaplike probleme nie net tot geestes- en sosiaal-wetenskaplike dissiplines beperk kan word nie. Rekenaargebaseerde databasisse kan in die besonder help om moontlike bronne van inligting te bekom (De Vos 1998:390).

Vir die doeleindes van hierdie studie is die Sasol Biblioteek van die Universiteit van die Vrystaat se rekenaardatabasis (KOVSIKAT) benut, ten einde 'n literatuursoektog te onderneem rakende intervensienavorsing, gestaltterapie, gestaltgroepwerk, egskeiding, toesighoudende ouers se aanpassing by egskeiding en vroeë volwassenheid. Die literatuursoektog is uitgebrei na die benutting van die rekenaardatabasisse van die Universiteit van Pretoria, die Noorwes-Universiteit en die Randse Afrikaanse Universiteit. Die literatuurbronne wat vir hierdie studie benut word, word grotendeels vanuit aanverwante professies soos die sielkunde, opvoedkunde en regte bekom, omdat minder bronne vanuit die vakgebied van maatskaplike werk beskikbaar is. Aangesien nasionale literatuur met betrekking tot gestaltterapie en gestaltgroepwerk beperk is, is deur middel van die Internet vasgestel dat literatuur ten opsigte van gestaltterapie geredelik internasionaal beskikbaar is, terwyl min literatuurbronne ten opsigte van gestaltgroepwerk sedert 1980 internasionaal beskikbaar is. Harris (2002c:1) meld in dié verband: *“A distinctively Gestalt theory of groups has yet to be developed in any detail, and there is still relatively little written on the subject.”*

Deur middel van die Nasionale Navorsingstigting (NNS) se NAVO-basis is vasgestel dat geen navorsingstudie oor gestaltgroepwerk met toesighoudende, geskeide ouers al in Suid-Afrika onderneem is nie. Daar is egter vasgestel dat 'n proefskrif vir die vereistes vir die graad, Philosophiae Doctor in Maatskaplike Werk, met die titel: *“n Gestaltterapeutiese program vir die toesighoudende moeder in 'n egskeidingsituasie: 'n Maatskaplikewerkperspektief”* gedurende 2002 voltooi is. Deur middel van hierdie studie is bevind dat sekere gestaltterapie- en gestaltpeltherapietegnieke effektief tydens individuele gestaltterapie met toesighoudende moeders in egskeidingsituasies benut kan word (Groenewald 2002a:84-127).

Hoofstuk twee, drie, vier, vyf en ses behels 'n omvattende bespreking van die relevante literatuur wat vir die doeleindes van hierdie studie ter sake is, naamlik gestaltterapie as konseptuele raamwerk, gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm, gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke, asook egskeiding en die vroeë volwasse fase.

### **1.6.2.2 Bestudering van 'n natuurlike voorbeeld**

'n Bruikbare bron van inligting is geleë in die waarneming van lede van die gemeenskap wat met dié probleem of 'n soortgelyke probleem gekonfronteer is en hoe hulle gepoog het om die probleem aan te spreek. Onderhoude met persone wat die probleem ervaar, soos kliënte, of diensverskaffers wat ingelig is rondom die probleem, kan die intervensienavorser van inligting voorsien ten opsigte van watter intervensies moontlik suksesvol of onsuksesvol kan wees. Deur die bestudering van onsuksesvolle programme kan die intervensienavorser verder begrip ontwikkel ten opsigte van watter metodes en aspekte as kritiek vir die sukses van die program beskou kan word (Fawcett *et al.* 1994:32, 33).

Blootstelling aan natuurlike voorbeelde is moontlik gemaak deur eie praktykervaring oor die afgelope 14 jaar en ervaring oor 'n tydperk van vier jaar as vorige hoofkoördineerder van die Bethlehem Enkelouervereniging. Telefoniese en/of persoonlike onderhoude is verder gevoer met geskeide, toesighoudende ouers (Rautenbach 2002 en Smit 2002), 'n maatskaplike werker in privaat praktyk wat 'n gestaltterapeutiese program vir die toesighoudende moeder ontwikkel het (Groenewald 2002b), 'n prokureur wat spesialiseer in egskeidings (Botha 2002), die kantoorhoof van die Oranje-Vrouevereniging, Bethlehem (Van der Westhuisen 2002), die kantoorhoof van die Departement Maatskaplike Dienste, Bethlehem (Vosloo 2002), 'n maatskaplike werker in diens van die Kinder- en Gesinsorgvereniging, Bethlehem (Muller 2002), 'n gesinsadvokaat te Bloemfontein (Van Zyl 2002) en 'n leraar van die Nederduitse Gereformeerde Kerk, Bethlehem (Naude 2002). Deur middel van die Internet is met kenners op die gebied van gestaltgroepwerk, naamlik Feder (2002), skrywer van *"Beyond the Hot Seat"* en Philippon (2002b), skrywer van *"Self in Relation"* gekorrespondeer. Deur middel van blootstelling aan natuurlike voorbeelde is waardevolle inligting bekom ten opsigte van probleme waarmee lede van die gemeenskap en diensverskaffers gekonfronteer word en hoe hulle in die verlede gepoog het om die probleme aan te spreek en watter intervensies moontlik suksesvol of onsuksesvol kan wees. Bruikbare literatuur en inligting ten opsigte van die samestelling van 'n gestaltgroep vir die ontwerp en

ontwikkeling van hierdie intervensieprogram is by wyse van korrespondensie met die genoemde skrywers (Feder 2002 en Philippson 2002b) bekom.

### **1.6.2.3 Identifisering van funksionele elemente van suksesvolle modelle**

Tydens hierdie aksie analiseer die intervensienavorser bestaande programme en gebruike, waardeur die betrokke probleem voorheen aangespreek is. Die volgende vrae kan onder meer in die verband gevra word: Is daar 'n model, program, beleid, of gebruik in die praktyk wat suksesvol was rakende verandering van die teikengedrag en uitkomst? Wat maak 'n sekere program, beleid of gebruik effektief? Is daar 'n model, program, beleid of gebruik wat onsuksesvol was en wat het veroorsaak dat dit misluk het? Watter gebeure blyk krities te wees vir sukses (of mislukking)? Watter omstandighede, byvoorbeeld breër omgewingsfaktore of karaktereenskappe van die kliënt kan kritiek wees vir sukses of mislukking? Watter spesifieke metode is gevolg? Deur die bestudering van suksesvolle modelle of programme, waardeur gepoog is om die probleem aan te spreek, kan die intervensienavorser sekere potensiële bruikbare elemente vir die intervensie identifiseer. Hierdie sintese van bestaande inligting help om rigting te gee aan die ontwerp en ontwikkeling van aktiwiteite. (Vgl. Fawcett *et al.* 1994:33 en De Vos 1998:392.)

In hoofstuk drie word verskillende modelle ten opsigte van gestaltgroepwerk bespreek, terwyl verskillende teoretiese modelle met betrekking tot die egskeidingsproses in hoofstuk vyf bespreek word. Deur die bestudering van dié verskillende modelle kan sekere potensiële bruikbare elemente vir dié intervensie geïdentifiseer word en kan rigting gegee word aan die ontwerp en ontwikkeling van aktiwiteite. Hoofstuk twee behels 'n verkenning en beskrywing van teoretiese perspektief op gestaltterapie as konseptuele raamwerk van hierdie studie en hoofstuk drie bied 'n uiteensetting van gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm. Potensiële tegnieke en aktiwiteite wat vanuit gestaltterapie toepaslik tydens die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers kan wees, geniet in hoofstuk vyf aandag. Gestaltterapie word as teoretiese raamwerk vir die ontwerp en ontwikkeling van die groepwerkprogram uitgesonder, vanweë die holistiese uitgangspunt wat dit handhaaf en die fokus daarvan op dit wat die individu in die hier en nou ervaar, met die doel om die individu te help om in kontak met sigself en met sy omgewing te kom, onvoltooide gestalte deur die proses van selfregulering te voltooi, verantwoordelikheid vir sy eie lewe te neem, besluite te aanvaar en as 'n geïntegreerde eenheid te funksioneer. (Vgl. Corey 1990:318, Joubert 1997:32 en Yssel 1999:27.) Gestaltterapie word verder uitgesonder

vanweë die verskeidenheid tegnieke en aktiwiteite waaroor dit beskik en wat aangewend kan word om individue te lei na verhoogde bewustheid, selfondersteuning en integrasie. (Vgl. hoofstuk vier.)

'n Bekende Amerikaanse gestaltpeltherapeut, Violet Oaklander (1988:298), is van mening dat gestaltpeltherapiebeginsels en -tegnieke ook op volwassenes van toepassing gemaak kan word, aangesien volwassenes deur projektiwe tegnieke geleentheid kan kry om hulle onvoltooidhede na hul figuurgrond te bring deur dit op spelmediums soos klei, sand en handpoppe te projekteer. Sy gaan van die standpunt uit dat 'n spesifieke proses van gestaltpeltherapie met kinders bestaan, wat direk verband hou met die teoretiese veronderstellings wat in gestaltterapie gemaak word (Oaklander 1994b:147). Laasgenoemde proses is deur Groenewald (2002a:70-76) tydens haar navorsing met volwasse toesighoudende, geskeide moeders aangepas en op volwassenes van toepassing gemaak. Vir die doeleindes van hierdie studie word Groenewald (2002a:70-76) se aangepaste gestaltpeltherapeutiese proses vir volwassenes (vgl. 3.8) benut.

### **1.6.3 Ontwerp**

Volgens Fawcett *et al.* (1994:33-34) bestaan daar 'n onderlinge verband tussen die derde fase (ontwerp) en die vierde fase (vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek). Die derde fase bestaan volgens De Vos (1998:393) uit die volgende twee aksies:

- Die ontwerp van 'n waarnemingsstelsel.
- Spesifisering van prosedure-elemente vir die intervensie.

#### **1.6.3.1 Ontwerp van 'n waarnemingsstelsel**

Die intervensienavorser moet op 'n natuurlike wyse 'n manier vind om die gebeure, wat met die fenomeen verband hou, asook die omvang van die probleem en die effek wat die intervensie het, te bepaal en waar te neem. Die waarnemingsstelsel is nou verbind aan die proses van ontwerp en dit dien as 'n terugvoersistelsel vir die verfyning van vroeë prototipes. Kliënte wat veral deur die probleem geraak word, moet betrek word by die spesifisering van die gedrag en omgewingsfaktore wat verander moet word. Hierdie gespesifiseerde gedrag wat moet verander moet voorts gedefinieer word in terme van dit wat waargeneem kan word. (Vgl. Fawcett *et al.* 1994:34 en De Vos 1998:393.)

Die waarnemingsstelsel bestaan volgens De Vos (1998:393) uit die volgende drie aspekte:

- Definisies van die gedrag of produkte wat met die probleem geassosieer word, word in operasionele terme gedefinieer.
- Voorbeelde en nievoorbeelde van die gedrag of produkte word voorsien, ten einde te help om tussen die voorkoms van gedrag of die produk te onderskei.
- Instruksies vir meting word voorberei, ten einde as gids te dien tydens rekordhouding van die verlangde gedrag of produkte.

Relevante gedrag en uitkomst kan gemeet word aan die hand van direkte waarneming, onafhanklike waarneming of selfmonitering en verslaglewering oor gebeure wat moeilik direk waarneembaar is. Die keuse van 'n metingsstelsel word deur verskeie faktore bepaal, byvoorbeeld hoeveel individue en gedrag waargeneem word, watter gedrag waargeneem moet word, die duur van waarnemingsessies, die intervalle tussen die sessies en die beskikbaarheid van opgeleide waarnemers. (Vgl. Fawcett *et al.* 1994:35 en De Vos 1998:393.)

In ooreenstemming met die holistiese uitkyk van hierdie studie, fokus kwalitatiewe navorsing volgens Burns en Grové (1987:39) “... *on understanding the whole* ...”. Volgens Landman (1988:17) behels kwalitatiewe navorsing die bestudering van individue onder natuurlike omstandighede ten einde vas te stel op welke wyse hulle betekenis toeken in sosiale situasies. In samehang hiermee is Epstein (1988:188) van mening dat die kwalitatiewe navorser poog om die sosiale werklikheid te beskryf vanuit die deelnemer se oogpunt. Tydens kwalitatiewe navorsing is die navorser betrokke in en by gebeure wat waargeneem word (Mouton en Marais 1990:167). Hier kan dus afgelei word dat kwalitatiewe navorsing beskou kan word as die bestudering van individue, as holistiese eenhede, onder natuurlike omstandighede.

Die volgende definisie word aan die hand van Royse (1991:219) vir kwalitatiewe navorsing gegee: “*Qualitative research (also known as field research) uses procedures that produce descriptive data: personal observations and people’s spoken or written words. Qualitative research allows investigators to know their subjects personally and to understand their struggles and explanations to their world. It involves participants observation and in-depth interviewing, although analysis of personal documents (such as letters and diaries) is also done.*” Volgens Schurink (1998a:243) val die fokus by kwalitatiewe navorsing op begrip eerder as verklarings en natuurlike waarneming eerder as gekontroleerde meting. Die



navorser kan dus deur sy betrokkenheid by deelnemers geleentheid kry om, deur middel van natuurlike waarneming, 'n beter begrip van deelnemers en hulle omgewing te vorm.

Kwalitatiewe navorsing word ten opsigte van die empiriese gedeelte van hierdie studie benut, aangesien die navorser deurentyd by die intervensieprogram betrokke is en daar gepoog word om deelnemers, as holistiese eenhede, se bewustheid, selfondersteuning en integrasie onder natuurlike omstandighede waar te neem.

Voorbeelde van gedrag word in hoofstukke twee, drie, vyf en ses aan die hand van definisies met betrekking tot bewustheid, selfondersteuning en integrasie, asook moontlike gedrag van toesighoudende ouers wat kan voortspruit uit hulle aanpassing by egskeidingsituasies, bespreek.

In hierdie studie word nie op De Vos (1998:393) se derde aspek van die waarnemingsstelsel, naamlik die voorbereiding van instruksies vir meting, gefokus nie, aangesien deelnemers se gedrag en reaksie tydens die implementering van 'n gestaltnetwerkprogram by wyse van kwalitatiewe waarneming waargeneem word en geen meetinstrument in dié verband benut word nie.

### ***1.6.3.2 Spesifisering van prosedure-elemente van die intervensie***

Die intervensienavorser kan, nadat die probleem waargeneem en verskillende prototipes bestudeer is, prosedure-elemente identifiseer wat tydens die intervensie benut kan word. Hierdie prosedure-elemente moet volledig gespesifiseer word, sodat dit deur ander individue wat oor soortgelyke opleiding beskik en wat ook verandering wil teweegbring, herhaal kan word (Fawcett *et al.* 1994:35). In samehang hiermee is De Vos (1998:394) van mening dat die prosedure-elemente van 'n intervensie dikwels deel van 'n praktykmodel word, wat die finale produk van die navorsing behels.

Die spesifisering van prosedure-elemente van die intervensie van hierdie studie, word in hoofstuk sewe vervat, waar die volledige gestaltnetwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie, insluitende doelstellings, doelwitte, tegnieke en aktiwiteite uiteengesit word.

#### **1.6.4 Fase vier: Vroeë ontwikkeling en loodsondersoek**

Tydens die fase van vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek, word 'n primitiewe ontwerp geskep, wat onder veldtoestande geëvalueer kan word (Fawcett *et al.* 1994:36). Die volgende aksies word deur De Vos (1998:395) vir dié fase onderskei:

- Die ontwikkeling van 'n prototipe of voorlopige intervensie.
- Die uitvoering van die voorlopige intervensie.
- Die toepassing van ontwerpkriteria op die voorlopige intervensiekonsep.

In die lig van die doel van hierdie studie, word die tweede aktiwiteit van fase vyf, naamlik insameling en analisering van data, as deel van fase vier geïmplementeer.

##### **1.6.4.1 Die ontwikkeling van 'n prototipe of voorlopige intervensie**

In hierdie stadium word voorlopige intervensieprosedures geselekteer en gespesifiseer. Ten einde 'n prototipe te ontwikkel vir die voorlopige intervensie, kan die intervensienavorser dit nodig ag om 'n aanbiedingsmetode te selekteer, byvoorbeeld werksessies, telefoonkonsultasies of enige ander wyse om die intervensie aan voornemende gebruikers te kommunikeer. Terugvoer moet van die verbruikers verkry word ten einde die prototipe van die intervensie te verfyn en te vereenvoudig (Fawcett *et al.* 1994:36).

Vir die doeleindes van hierdie studie, word die geselekteerde intervensieprosedures wat aan die hand van gestaltgroepwerk aan deelnemers gekommunikeer word, in hoofstuk sewe gespesifiseer. Ten einde die prototipe van die intervensie te verfyn en te vereenvoudig word deelnemers tydens die laaste gestaltgroepwerksessie geleentheid gebied om terugvoer ten opsigte van die intervensieprosedure te gee.

##### **1.6.4.2 Uitvoering van 'n voorlopige intervensie**

Tydens hierdie aksie word die voorlopige intervensie uitgevoer, om te bepaal of die intervensie kan werk. Die voorlopige intervensie word gewoonlik in 'n soortgelyke opset as waar die intervensie vir gevorderde ontwikkeling sal plaasvind, uitgevoer. Die loodsondersoek help ten opsigte van die bepaling van die effektiwiteit van die intervensie en met die identifisering van elemente van die prototipe wat hersien moet word. (Vgl. Fawcett *et al.* 1994:36-37 en De Vos 1998:395-396.)

Vir die doeleindes van hierdie studie word 'n loodsondersoek tydens tien gestaltgroepwerksessies met ses deelnemers (toesighoudende, geskeide ouers) uitgevoer, ten einde die gestaltgroepwerkprogram verder te ontwikkel en die nodige wysigings aan te bring. Die implementering van die gestaltgroepwerkprogram met ses toesighoudende, geskeide ouers, word as die voorlopige intervensie van hierdie studie beskou, aangesien die totale navorsingsprojek as voorafstudie vir die gevorderde ontwikkeling en evaluering van só 'n projek beskou word. In hoofstuk agt word gefokus op die empiriese resultate van die intervensie.

#### **1.6.4.3 Insameling en analisering van data**

Gedurende die loodsondersoek en die meer formele evaluering van die intervensie, word data op 'n deurlopende wyse versamel en geanaliseer (Fawcett *et al.* 1994:38). In samehang hiermee is De Vos (1998:397) van mening dat onafhanklike waarnemers, wat data op dieselfde tydstip versamel, kan bydra om die betroubaarheid of herhaling van die bevindings te verseker.

Vir die doeleindes van hierdie studie word kwalitatiewe data deurlopend tydens die gestaltgroepwerksessies deur regstreekse stelselmatige waarneming en deelnemende waarneming, ingesamel. Waar regstreekse stelselmatige waarneming as data-insamelingsprosedure gebruik word, is die waarnemer, soos by kwalitatiewe navorsing, die eintlike meetinstrument. Meganiese middels, byvoorbeeld oudio- of videobande kan gebruik word om dit wat waargeneem word vas te lê. Die rekord wat op hierdie wyse verkry word, moet ook deur een of meer onafhanklike waarnemers waargeneem en gekodeer of beoordeel word. 'n Voordeel van hierdie data-insamelingsmetode is dat dit die gedrag wat bestudeer moet word, eerstehands vaslê. Gedragsvorme soos nieverbale gedrag kan sodoende waargeneem word, wat andersins nie by wyse van vraelyste moontlik sou wees nie (Huysamen 1994:144). Navorsers wat gebruik maak van deelnemende waarneming is geïnteresseerd in die deelnemers se perspektiewe of die wyse waarop individue gewoonlik aan die wêreld om hulle betekenis gee. Deelnemende waarnemers beskou hulle "*objek*" van studie as 'n geheel en bestudeer individue in hulle natuurlike opset, ten einde die menslike dinamika ten volle te probeer verstaan. Deur middel van deelnemende waarneming word insig en empatie bewerkstellig, waardeur die navorser in staat gestel word om op 'n nieveroordelende wyse begrip te vorm rakende die gevoelens, posisie en leefwêreld van deelnemers. Data, wat rofweg tydens deelnemende waarneming ingesamel word, kan

transkripsies en veldnotas (gedetailleerde reproduksies van wat gebeur het) van die navorser, dagboeke, foto's, briewe, video's, oudiobande, koerante, artikels, lêers en ander beskikbare amptelike dokumente insluit (Schurink 1998b:279-285).

In hierdie navorsingstudie word deelnemers tydens die gestaltgroepwerksessies deur die navorser wat persoonlik in en by gebeure/verskynsels betrokke is, waargeneem. Ten einde triangulasie te bewerkstellig vir die bevordering van geloofwaardigheid, word video-opnames van elke gestaltgroepwerksessie gemaak (Maxwell 1996:89). Met behulp van dié videobandopnames word data aan die hand van observasie-aantekeninge en gevallestudies weergegee. Die rekord wat op hierdie wyse verkry word, word verder deur 'n onafhanklike waarnemer, 'n kundige op die gebied van gestaltterapie, waargeneem en beoordeel. Deelnemers se persoonlike joernale wat tydens elke sessie deur hulle voltooi word en foto's van hulle tekeninge en collagewerk word verder vir datadoeleindes bewaar. Data-analise vind plaas deur te fokus op konsepte vanuit die gestaltteorie. In hoofstuk agt word data in die vorm van weergawes van die gestaltgroepwerkproses aangebied en word inhoudsanalises aan die hand daarvan gedoen.

#### **1.6.4.4 Toepassing van ontwerp kriteria op die voorlopige intervensiekonsep**

Die ontwerpproses word gelei deur gemeenskaplike riglyne en waardes vir intervensienavorsing. Die volgende relevante vrae kan tydens die aksie gevra word (Fawcett *et al.* 1994:37):

- Is die intervensie effektief?
- Sal dit maklik deur tipiese eindverbruikers benut kan word?
- Is dit eenvoudig en prakties om te gebruik?
- Is dit aanpasbaar binne verskillende kontekste?
- Is dit aanpasbaar binne plaaslike gewoontes en norme?

Volgens De Vos (1998:396) kan dit tydens hierdie aksie, na aanleiding van verkrygte resultate, nodig wees om terug te beweeg na vorige fases in die intervensieproses, indien probleme ondervind word of nuwe inligting bekom word.

Die resultate van die toepassing van ontwerp kriteria op die voorlopige intervensiekonsep, word as deel van die gevolgtrekkings en aanbevelings in hoofstuk nege van die navorsingsverslag bespreek.

## 1.7 BEGRENSING VAN DIE STUDIE

Vir die doeleindes van hierdie studie word 'n gestaltgroepwerkprogram ontwerp en ontwikkel. Literatuurbronne, onder meer boeke, vaktydskrifte, proefskrifte, verhandelings en skripsies vanuit verskeie dissiplines, soos maatskaplike werk, sielkunde, regte en opvoedkunde word benut. Vanweë die beperkte aantal beskikbare nasionale bronne ten opsigte van gestaltterapie en gestaltgroepwerk, word ook gesteun op internasionale literatuur en gegewens verkry deur die Internet.

Universum verwys na al die potensiële proefpersone wat oor die eienskappe beskik waarin die navorser geïnteresseerd is. Die term populasie stel grense vir die navorsing en verwys na individue in die universum wat aan 'n spesifieke kriterium moet voldoen (Arkava en Lane 1983:27). Die universum van die studie bestaan uit alle toesighoudende, geskeide ouers (beide geslagte), tussen 20 en 40 jaar, woonagtig in die Bethlehem-distrik en afkomstig uit 'n Westerse kulturele agtergrond, wat tussen Oktober 2002 en Oktober 2003 skei en na aanleiding van 'n uitnodiging tot deelname in die plaaslike koerant (sien bylae 1), deur middel van verwysings deur plaaslike prokureurs (sien bylae 2), plaaslike skole en kleuterskole onder die navorser se aandag gebring word.

Niewaarskynlikheidseleksie, naamlik doelgerigte steekproefneming is nieverteenvoerdigend en word benut wanneer die grense van die betrokke universum onbekend is en/of die steekproefraamwerk ontbreek. Daar kan gevolglik nie veralgemenings na die universum gemaak word nie (Hofmeyr 1996:6-7). In samehang hiermee is Strydom en De Vos (1998:198) van mening dat doelgerigte steekproefneming volkome berus op die oordeel van die navorser deurdad die navorser 'n steekproef saamstel wat volgens sy oordeel die kenmerkende eienskappe van die betrokke populasie openbaar. In die lig daarvan dat die ses deelnemers deur middel van niewaarskynlikheidseleksie deur die navorser gekies word, word geen navorsingsresultate na die res van die universum veralgemeen nie.

Ses Afrikaanssprekende toesighoudende, geskeide ouers (beide geslagte) tussen 20 en 40 jaar (vroeë volwasse fase), wat tussen Oktober 2002 en Oktober 2003 skei en in die Bethlehem-distrik woonagtig is, word deur middel van niewaarskynlikheidseleksie, naamlik doelgerigte steekproefneming uit die universum as deelnemers gekies en by die navorsing betrek. Die ses betrokke deelnemers word by tien weeklikse gestaltgroepwerksessies van twee uur elk betrek, waartydens geselekteerde gestaltgroepwerktegnieke deur die navorser

benut word. In hoofstuk sewe word 'n volledige beskrywing van die metode van steekproeftrekking ten opsigte van hierdie studie gegee.

### **1.8 LEEMTES, BEPERKINGE EN PROBLEME VOORSIEN MET DIE STUDIE**

Die volgende leemtes, beperkinge en probleme word met die studie voorsien:

- Weinig literatuur oor gestaltterapie en gestaltgroepwerk is in Suid-Afrika beskikbaar. Alhoewel literatuur oor gestaltterapie geredelik op internasionale vlak beskikbaar is, is literatuur oor gestaltgroepwerk sedert 1980 op internasionale vlak skaars en moeilik bekombaar. In samehang hiermee is Feder en Ronall (1980:xi) van mening dat literatuur oor gestaltterapie oor die afgelope jare toegeneem het, terwyl weinig literatuur tot gestaltgroepwerk toegevoeg is.
- Alhoewel vaders, sedert die inwerkingstelling van die Kantoor van die Gesinsadvokaat op 1 Oktober 1990 in Suid-Afrika, in 'n toenemende mate aansoek doen om toesig en beheer oor hulle kinders te bekom (Groenewald 2002a:3), is daar tans volgens Yssel (2002) weinig toesighoudende, geskeide vaders wat minder as twee jaar geskei is, woonagtig in die Bethlehem-distrik. Geskeide vaders beskou dit meestal as 'n emosionele swakheid om terapeutiese hulp na 'n egskeiding te soek (Groenewald 2002a:4). In die lig van die voorafgaande kan dit waarskynlik moeilik wees om manlike deelnemers vir die studie te werf en tot deelname te motiveer.
- Deelnemers kan waarskynlik probleme ondervind om as toesighoudende ouers alternatiewe versorging vir hulle kind/ers te reël, terwyl hulle by die weeklikse gestaltgroepwerkssessies van twee uur inskakel. Laasgenoemde kan moontlik daartoe lei dat toesighoudende ouers wat nie daarin slaag om vir hulle kind/ers alternatiewe versorging te reël nie, moontlik verplig kan wees om tuis te bly en hulle kind/ers se versorging waar te neem. Sodoende kan die bywoning van al die gestaltgroepwerkssessies waarskynlik benadeel word.
- Aangesien hierdie navorsing van doelgerigte steekproefneming gebruik maak, dit kwalitatief van aard is en geen formele meetinstrumente benut word nie, kan die bevindinge van die navorsing nie na die res van die populasie veralgemeen word nie (Hofmeyr 1996:6-7).
- Reaktiwiteit kan as 'n beperking vir hierdie navorsing beskou word, aangesien die gestaltgroepleier (navorsers) se teenwoordigheid deelnemers se natuurlike optrede kan beïnvloed (Mouton en Marais 1990:79-80). Groeplede kan waarskynlik optree soos hulle

reken daar van hulle verwag word en hulself derhalwe daarvan weerhou om volgens hulle ware self op te tree.

## **1.9 BEGRIPSOMSKRYWINGS**

Ten einde te verseker dat eenvormige interpretasies gekoppel word aan die konsepte wat deurlopend in die verslag benut word, verdien die volgende begrippe nadere omskrywing.

### **1.9.1 Bewustheid**

Volgens Hansen *et al.* (1980:209) impliseer bewustheid “... *a state of individual consciousness that develops spontaneously whenever the individual pays attention to whatever becomes foreground. It implies that the individual is in touch with self and environment – with what he or she is doing, thinking, planning, and feeling.*” In samehang hiermee is Aronstam (1989:635) van mening dat die organisme deur volle bewustheid in staat gestel word om sy mees dominante behoefte te identifiseer en toepaslik kontak te maak met sy omgewing, ten einde sy behoefte te bevredig, aandag te gee aan hoe hy selfregulering onderbreek en verantwoordelikheid vir sy eie gedrag te aanvaar. Volgens Corsini en Wedding (1989:337) behels bewustheid kennis ten opsigte van die omgewing, die neem van verantwoordelikheid om keuses te maak, selfkennis, selfaanvaarding en die vermoë om kontak te maak. Bewustheid word deur Corey (1990:318) as die basiese doel van gestaltgroepwerk beskou en behels die uitdaging van groeplede om bewus te word van die wyse waarop hulle, hul verantwoordelikheid ontduik en van omgewingsteun gebruik maak.

Volgens Thompson en Rudolph (1996:144) behels bewustheid om ten volle in die hier en nou te leef. Bewustheid word deur Sinay (1997:89) gedefinieër as “... *a deliberate consciousness about what is happening (physical sensations, feelings, imagination) ‘to me’ and what is happening in the environment I am integrated in*”.

Binne die konteks van hierdie studie, word die term *bewustheid* benut om te verwys na die individu se vermoë om sigself en sy omgewing te ken, sigself te aanvaar, aandag te skenk aan dit wat in die hier en nou op sy figuurgrond verskyn en toepaslike kontak te maak met sy omgewing, ten einde sy behoeftes te bevredig en aandag te skenk aan hoe hy selfregulering onderbreek. Bewustheid impliseer ook dat die individu verantwoordelikheid vir sy eie gedrag aanvaar.

### **1.9.2 Egskeiding**

Egskeiding behels volgens Burgoyne *et al.* (1987:40) “... *the legal transition that marks the final stage in the breakdown of a marriage, its formal dissolution and a legal rearrangement of the relationship between the spouses, particularly in relation to the children and property rights*”. Volgens Van Staden (1987:5) kan egskeiding omskryf word as ‘n traumatiese, kritieke, spanningsvolle proses wat die wetlike beëindiging van ‘n huwelik deur ‘n hofbesluit en die vernietiging van die huweliksverhouding impliseer en ‘n verandering van die gesinstruktuur en -funksionering, die kommunikasie en ondersteunende netwerk, asook ‘n verandering van die aanpassing, funksionering en interaksies van die gesinslede meebring. Ter aansluiting hierby behels egskeiding volgens Guttman (1993:31) ‘n persoonlike krisis, wat betrekking het op al die aspekte van ‘n individu, naamlik sy sintuie, liggaam, gevoelens en intellek.

Die Vaktaalkomitee vir Maatskaplike Werk (1995:12) definieer egskeiding as die “[o]ntbinding van die huwelik deur ‘n geregtelike bevel”. Egskeiding word deur Groenewald (2002a:30) as ‘n traumatiese proses beskou wat die maatskaplike funksionering van die gesinslede beïnvloed. Egskeiding hou dus wetlike en emosionele implikasies vir die betrokke individue in. Gesien vanuit ‘n holistiese oogpunt raak egskeiding die totale organisme en sy omgewing deurdat dit ‘n spanningsvolle, traumatiese proses behels wat gepaard kan gaan met veranderinge van die gesinstruktuur, sosiale situasie, kommunikasie binne gesinsverband en nuwe aanpassings.

Binne die konteks van hierdie studie, word die term *egskeiding* derhalwe benut om te verwys na die ontbinding van ‘n huweliksverhouding tussen egliede, by wyse van ‘n Hooggeregshofbevel. Egskeiding is ‘n traumatiese, kritieke, spanningsvolle proses, waardeur die betrokke gesinslede aan verliese, verandering en aanpassing blootgestel word.

### **1.9.3 Gestaltherapie**

Gestaltherapie word deur Oaklander (1994b:143) beskryf as ‘n humanistiese, prosesgeoriënteerde vorm van terapie wat betrekking het op al die aspekte van ‘n individu, naamlik sy sintuie, liggaam, gevoelens en intellek. Volgens Gouws *et al.* (1987:124) behels gestaltherapie ‘n vorm van psigoterapie wat deur F. Perls ontwikkel is en wat toegespits is op dit wat onmiddellik teenwoordig is, met die doel om die pasiënt te help om die gewaarwording van sy ervarings in hulle totaliteit te verbeter.



Gestaltherapie word volgens Corey (1990:318) gebaseer op die veronderstelling dat individue hul eie weg in die lewe moet vind en dat hulle verantwoordelikheid vir sigself moet aanvaar. Die fokus is op dit wat die individu op die huidige oomblik ervaar en op die struikelblokke wat die individu moet oorkom, ten einde volle bewustheid in die hier en nou te bereik. Aansluitend hierby is Joubert (1997:32) van mening dat gestalttherapie op die ervaring tussen *ek en jy* in die hier en nou fokus. Die kliënt word deur die terapeut gehelp om bewustheid te ontwikkel en in kontak te kom met sigself, sodat hy weer as 'n voltooide eenheid deur middel van selfregulering, verantwoordelikheid vir sy eie lewe kan neem en besluite kan aanvaar. Gestaltherapie word volgens Yssel (1999:27) beskou as 'n terapeutiese benadering wat op die menslike groei, bewustheid en verantwoordelikheid fokus.

Binne die konteks van hierdie studie, word die term *gestaltherapie* derhalwe benut om te verwys na 'n terapeutiese model wat betrekking het op al die aspekte van 'n individu, naamlik sy sintuie, liggaam, gevoelens en intellek en wat fokus op dit wat die individu in die hier en nou ervaar, met die doel om die individu te help om in kontak te kom met sigself en met die omgewing, onvoltooide gestalte deur die proses van selfregulering te voltooi, verantwoordelikheid vir sy eie lewe te neem, besluite te aanvaar en as 'n geïntegreerde eenheid te funksioneer.

#### **1.9.4 Gestaltgroepwerk**

Feder en Ronall (1980: 26) asook Harman (1989:4-5) is dit eens dat gestaltgroepwerk in wese nie van gestalttherapie verskil nie. Gestaltgroepwerk is 'n terapeutiese intervensievorm wat fokus op kontak tussen groeplede in die hier en nou, blokkasies wat groeplede daarvan weerhou om ten volle bewustheid te bereik en eksperimentering om groeplede te lei tot integrasie om hulle ware self te word. Die groep word beskou as 'n mikrokosmos en 'n sosiale gestalt waar groeplede die verskillende elemente van hulle onvoltooidhede uitspeel. (Vgl. Ohlsen, Horne en Lawe 1988:75-76.) Volgens Harman (1989:4-5) het gestaltgroepwerk en gestalttherapie dieselfde doelstellings, naamlik bewustheid en kontak.

Gestaltgroepwerk behels volgens Corey (1995:293) om die groeplede uit te daag om bewus te word van die wyse waarop hulle verantwoordelikheid ontduik, om ten volle bewustheid in die hier en nou te bereik en om hulle aan te moedig om na interne (selfondersteuning) eerder as na eksterne ondersteuning te soek. Volgens Winter (2000:16) kan gestaltgroepwerk gedefinieer word as gestalttherapie wat binne groepverband toegepas word.

Vir die doeleindes van hierdie studie word *gestaltgroepwerk* as 'n gestaltterapeutiese intervensie binne groepverband beskou, waartydens op die individuele groeplede en die groepproses gefokus word, ten einde die groeplede se bewustheid te verhoog, hulle in staat te stel om met sigself en hulle omgewing kontak te maak, verantwoordelikheid vir hulle eie lewens te aanvaar, om van omgewingsteun na selfondersteuning te beweeg en as geïntegreerde eenhede te funksioneer.

### **1.9.5 Integrasie**

Volgens Hansen *et al.* (1980:209-210) behels integrasie die samevoeging van die verskillende dele van 'n individu, ten einde 'n volkome geheel te vorm. In samehang hiermee is Patterson (1980:453) van mening dat integrasie bereik word wanneer die totale individu, bestaande uit liggaam, emosies, denke en spraak as 'n eenheid met sy fisiese en sosiale omgewing funksioneer. Volgens Thompson en Rudolph (1996:144) is die doel van integrasie om 'n individu te help om 'n sistematiese heel individu te word, waarvan die innerlike staat en gedrag ooreenstem, sodat weinig energie in die sisteem vermors word.

Integrasie word deur Sinay (1997:168) gedefinieer as 'n *“[p]rocess by which a projection comes to be accepted as one’s own. The individual stops acting from only one of his personality’s opposed poles to recuperate an alienated, devaluated aspect placed ‘outside’. The way to integration is by getting to the bottom of a sensation or feeling, being responsible for one’s own feelings, thoughts, words and actions.”* Hieruit kan afgelei word dat integrasie die bewuswording en besitname van vervreemde dele van die self behels, asook om verantwoordelikheid vir eie gevoelens, gedagtes, woorde en dade te neem.

Volgens Blom (2000a:203) impliseer integrasie dat die individu bygestaan moet word om, as 'n holistiese eenheid, sy kognisies, emosies, liggaam en sintuie te integreer ten einde onvoltooidhede op sy voorgrond te voltooi.

Binne die konteks van hierdie studie, word die term *integrasie* derhalwe benut om te verwys na die samevoeging van 'n individu se denke, emosies, woorde, liggaam, sintuie en gedrag, ten einde as 'n holistiese eenheid te funksioneer, verantwoordelikheid vir sy eie lewe te aanvaar en onvoltooidhede, wat op sy figuurgrond verskyn, te voltooi.

### **1.9.6 Intervensienavorsing**

Intervensienavorsing bestaan uit drie vorme, naamlik:

- Intervensiekennis-ontwikkeling
- Kennisbenutting van intervensie
- Intervensieontwerp en -ontwikkeling

Al drie komponente van intervensienavorsing het 'n spesifieke intervensiemissie en is daarop gerig om moontlike oplossings vir praktiese maatskaplike probleme te bied. Intervensieontwerp en -ontwikkeling word as die vernaamste komponent in intervensienavorsing beskou en behels dikwels 'n ontwikkelingsaktiwiteit wat tot die ander komponente van intervensienavorsing aanleiding gee en het ten doel om nuwe menslike diensleweringstegnologie, byvoorbeeld behandelingsmetodes en -programme te ontwikkel (Rothman en Thomas 1994:3-8). Vir die doeleindes van hierdie studie word op intervensieontwerp en -ontwikkeling, as komponent van intervensienavorsing gefokus, aangesien 'n nuwe menslike diensleweringstegnologie in die vorm van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers tydens hierdie navorsing ontwikkel word en sodanige program moontlike oplossings vir praktiese maatskaplike probleme kan bied.

Intervensieontwerp en -ontwikkeling bestaan uit ses fases wat daarop gerig is om navorsers en praktisyns te lei om nuwe intervensies te ontwikkel, ten einde 'n verandering in probleemsituasies rakende menslike dienslewering teweeg te bring. Dit kan derhalwe gekonseptualiseer word as 'n probleemoplossingsproses, waartydens effektiewe intervensies en hulpmiddels gesoek word om bestaande menslike en maatskaplike probleme aan te spreek (Rothman en Thomas 1994:6-12). Die ses fases behels onder meer probleemanalise en projektebeplanning, inligtingsinsameling en -sintese, ontwerp, vroeë ontwikkeling en loodsondersoek, evaluering en gevorderde ontwikkeling en verspreiding. (Vgl. Rothman en Thomas 1994:9 en De Vos 1998:385.) Die intervensieontwerp en -ontwikkelingsmodel se oorspronklike vertrekpunt is eerder vanuit 'n bestaande werklike probleem en 'n praktiese doel, as vanuit 'n hipotese wat getoets moet word of 'n teorie wat ondersoek moet word (Rothman en Thomas 1994:12). 'n Eie interpretasie is dat die eerste vier fases as die ontwikkelingsfases van die intervensienavorsing beskou kan word, terwyl die vyfde fase as die evalueringskomponent in intervensienavorsing dien en die sesde fase die bemaking en beskikbaarstelling van die navorsingsproduk behels. Gesien in die lig daarvan dat hierdie navorsing slegs ten doel het om 'n program te ontwerp en te ontwikkel,

word gefokus op sowel die eerste vier fases van die intervensienavorsingontwerp en -ontwikkelingkomponent van intervensienavorsing, as op die tweede aktiwiteit van die vyfde fase van die betrokke navorsingsmodel.

Vir die doeleindes van hierdie studie word *intervensienavorsing* omskryf as 'n navorsingsontwerp en -ontwikkelingsmodel wat ten doel het om die navorser te lei om, deur die ontwerp en ontwikkeling van 'n program, bestaande en werklike praktiese maatskaplike probleme aan te spreek. Dit behels derhalwe die daarstel van nuwe menslike diensleweringstegnologie in 'n proses om probleme op te los.

### **1.9.7 Kwalitatiewe navorsing**

Kwalitatiewe navorsing word deur Landman (1988:17) gedefinieer as *“[d]ie bestudering van individue onder natuurlike omstandighede ten einde vas te stel op welke wyse hulle betekenis toekeen in sosiale situasies. Teorie word nie geprojekteer op die gegewens nie maar spruit voort uit die versamelde gegewens. Kwalitatiewe navorsing is nie gebaseer op 'n stel vaste en rigiede prosedures nie, maar nietemin het die navorser 'n stel strategieë en taktieke nodig ten einde te organiseer, te beheer en te evalueer.”* In samehang hiermee is Stainback en Stainback (1988:1) van mening dat kwalitatiewe navorsing gerig is op die verkryging van 'n beter begrip van idees, gevoelens, motiewe en oortuiginge wat onderliggend aan die individu se dade of gedrag is.

Die wese van kwalitatiewe navorsing word deur Van Manen (1990:7) soos volg omskryf:

- Dit behels die bestudering van ervaring, terwyl die navorser daarna streef om 'n dieper begrip van die betekenis van belewing te verkry. Dit verklaar nie noodwendig dinge nie, maar bied eerder insig in die werklikheid.
- Dit poog om die betekenis van belewing bloot te lê en te beskryf.
- Dit is ook intersubjektief, omdat die navorser byvoorbeeld die leser benodig om deur middel van die dialoogformaat, waarin die belewing van die fenomeen uitgedruk is, tot begrip van die werklikheid te kom.
- Bevindinge word in 'n natuurlike taal weergegee.

Kwalitatiewe navorsingsmetodes word deur Ferreira, Mouton, Puth en Schurink (1988:10) en Reinharz (1993:157) in enkele hoofkategorieë ingedeel, naamlik deelnemende waarneming, onderhoudvoering en die gebruik van persoonlike dokumente. Ter aansluiting hierby word

kwalitatiewe navorsing deur Denzin en Lincoln (1994:2) gedefinieer as “... *a multiperspective approach (utilising different qualitative techniques and data collection methods) to social interaction, aimed at describing, making sense of, interpreting or reconstructing this interaction in terms of the meanings of the subjects attach to it*”. Hier kan dus afgelei word dat kwalitatiewe navorsing gebruik maak van kwalitatiewe tegnieke en data-insamelingsmetodes om sosiale interaksie te beskryf, te verstaan en te interpreteer ingevolge die betekenis wat deelnemers daaraan gee. Vir die doeleindes van hierdie studie word data by wyse van deelnemende waarneming en regstreekse, stelselmatige waarneming ingesamel.

Mouton en Marais (1989:162-164), Patton (1990:40-62) en Schurink (1998a:242-243) se uitgangspunte rakende kwalitatiewe navorsing word vervolgens in samehangende verband omskryf:

- Hipoteses word dikwels tydens kwalitatiewe navorsing verswyg of slegs in die vorm van ‘n algemene navorsingsdoel gestel.
- Waarneming in kwalitatiewe navorsing is subjektiverend, kontekstualiserend en oop, sodat enige onverwagte gebeure geregistreer kan word en op ‘n niegestruktureerde wyse geskied. Die kwalitatiewe navorser is betrokke in en by gebeure/verskynsels en het meestal ‘n openheid om waar te neem indien en soos handeling hulle voordo.
- Kwalitatiewe navorsing benut ‘n induktiewe vorm van analise wat direkte observasie van die natuurlike leefwêreld van die ondersoekgroep (deelnemers) behels.
- Kwalitatiewe navorsers werk vanuit ‘n holistiese perspektief, aangesien die deelnemer as ‘n komplekse sisteem, wat meer is as die som van die dele waaruit dit bestaan, beskou word.
- Begrip en beskrywing van dinamiese prosesse is vir kwalitatiewe navorsers van primêre belang.
- Die diepte en detail wat deur middel van kwalitatiewe metodes verkry word is nie veralgemeenbaar nie.
- Kwalitatiewe navorsers moet die empatiese neutraliteitsbeginsel toepas. Empatie behels die omgee vir en belangstelling in ander, terwyl neutraliteit beteken dat die navorser onbevooroordeeld teenoor die data wat ingesamel word moet staan.
- Die oop benadering tot kwalitatiewe ondersoek bring ontwerpbuigsaamheid mee.

- Kwalitatiewe navorsing benut 'n emiese perspektief deurdat betekenis bekom word vanuit die deelnemer se perspektief.
- Kwalitatiewe navorsing beskou die realiteit as subjektief.
- Data word voorsien in die vorm van woorde en aanhalings uit dokumente en transkripsies.
- Konsepte word gevorm in die vorm van temas, motiewe en kategorieë.
- Die kwalitatiewe navorser ontdek betekenis, deur aktief betrokke te raak by die data.
- Kwalitatiewe navorsing is daarop gerig om fenomene te begryp.

Hieruit kan afgelei word dat die kwalitatiewe navorser vanuit 'n holistiese perspektief werk en in en by gebeure/verskynsels betrokke raak, ten einde deelnemers op 'n direkte wyse waar te neem. Die kwalitatiewe navorser stel nie vooraf hipoteses nie en verkry betekenis van gebeure/verskynsels vanuit die deelnemers se perspektief en derhalwe word waarnemings nie deur sigself geïnterpreteer nie. In samehang hiermee beskou Schurink (1998a:240) die doel van kwalitatiewe navorsing om betekenis aan menslike gedrag te gee op grond van die individu se interpretasie daarvan.

Binne die konteks van hierdie studie, word die term *kwalitatiewe navorsing* derhalwe benut om te verwys na die bestudering van individue onder natuurlike omstandighede deur 'n empatiese, betrokke en onbevooroordeelde navorser, ten einde te verken op welke wyse die betrokke individue betekenis in sosiale situasies toeken, sodat 'n begrip van idees, gevoelens, motiewe en oortuigings wat onderliggend aan die individue se dade of gedrag is, vanuit 'n holistiese benadering gevorm kan word. Kwalitatiewe tegnieke en data-insamelingsmetodes word benut om sosiale interaksie te beskryf, te verstaan en te assesser ingevolge die betekenis wat deelnemers daaraan gee.

### **1.9.8 Program**

Programme vir maatskaplike werk word deur Tripodi (1983:6-8) gedefinieer as “... *having the broad goal of enhancing individual and social change by providing services that meet individual and community needs*”. 'n Program word deur Gouws *et al.* (1987:287) gedefinieer as 'n plan of skedule waarvolgens 'n reeks gebeure hulle gaan afspeel, byvoorbeeld 'n program van beoogde navorsing. In samehang hiermee definieer Odendal, Schoonees, Swanepoel, Du Toit en Booyen (1994:861) 'n program as 'n geskrif waarin werksaamhede

wat volgens 'n bepaalde plan verrig sal word, opgesom word of as 'n plan waarvolgens iets aangepak en uitgevoer word.

Binne die konteks van hierdie studie, word die term *program* derhalwe benut om te verwys na 'n plan waarvolgens die werksaamhede van die navorsingstudie opgesom, aangepak en uitgevoer word, ten einde individuele en maatskaplike omstandighede te verbeter deur dienste te voorsien wat in individue en gemeenskappe se behoeftes kan voorsien.

### **1.9.9 Selfondersteuning**

Gesonde selfondersteuning impliseer volgens Aronstam (1989:639) 'n individu wat 'n begrip het van die verhouding tussen sigself en sy omgewing soos wat die dele van die liggaam instinktief hulle verhouding tot die liggaam as geheel besef. Volgens Korb *et al.* (1989:47,75) behels selfondersteuning dat 'n individu van omgewingsteun oorgaan na selfondersteuning en besluitneming. Selfondersteuning word deur Sinay (1997:130,171) gedefinieer as die individu se vermoë om sigself te ken, te aanvaar, om verantwoordelikheid vir sigself te neem, sy eie behoeftes te bevredig, bewus te wees van sigself in die hier en nou en om sy eie onvoltooide gestalte te voltooi.

Die term *selfondersteuning* word vir doeleindes van hierdie studie omskryf as die individu se vermoë om bewus te wees van sigself, verantwoordelikheid vir sigself te neem, self besluite te neem, sy eie behoeftes te bevredig en derhalwe minder van omgewingsteun afhanklik te wees. Ten einde laasgenoemde te bereik het die individu egter begrip nodig van die verhouding tussen sigself en die omgewing, gesien in die lig daarvan dat hy 'n holistiese eenheid is wat nie geïsoleerd van sy omgewing kan leef nie.

### **1.9.10 Toesighoudende, geskeide ouer**

Die toesighoudende ouer word volgens Van Wyk en La Cock (1988:69-73) beskou as die ouer wat na die egskeidingsbevel toesig oor die kind bekom en laasgenoemde by hom aan huis het en versorg. Die toesighoudende ouer het die finale sê en is by magte om die kind se skool en diegene met wie hy assosieer te kies en sy morele, politieke en godsdienstige opvoeding te bepaal (Van Wyk en La Cock 1988:73).

Volgens die Suid-Afrikaanse Nasionale Raad vir Kinder- en Gesinsorg (1988:15) is die toesighoudende ouer die ouer wat na die ontbinding van 'n wetlike huwelik toesig en beheer oor die kind/ers bekom. Die toesighoudende ouer kan volgens Hoffman en Pincus (1989:5)

alle besluite rakende die kind se daaglikse roetine, opvoeding, godsdiensoopvoeding asook wie die kind kan ontmoet of wie nie, self neem.

Binne die konteks van hierdie studie, word die terme *toesighoudende, geskeide ouer* derhalwe benut om te verwys na die ouer wat na sy egskeiding die kind/ers in sy toesig en beheer het, menende dat die kind/ers onder sy dak bly en deur hom versorg en opgevoed word.

### **1.9.11 Vroeë volwassenheid**

Volgens Gerdes, Ochse, Stander en Van Ede (1981:283) omsluit vroeë volwassenheid die tydperk tussen die jeugtydperk en die middeljare, vanaf die vroeë twintigerjare tot ongeveer 40 jaar. Dit behels dus die eerste derde van die volwasse leeftyd.

In samehang hiermee is Olds en Papalia (1986:398) asook Louw, Louw en Schoeman (1993:570) van mening dat vroeë volwassenheid verwys na die ongeveer 20- tot 40-jarige leeftyd waarin individue hulle bevind.

Binne die konteks van hierdie studie, word die term *vroeë volwassenheid* derhalwe benut om te verwys na die tydperk vanaf 20 tot ongeveer 40 jaar.

## **1.10 INDELING VAN DIE NAVORSINGSVERSLAG**

Die navorsingsverslag word in nege hoofstukke ingedeel. Die eerste hoofstuk bied 'n oriëntering tot die ondersoek wat vergelyk kan word met Rothman en Thomas (1994:9) se intervensienavorsingsontwerp se eerste fase, naamlik probleemanalise en projekbeplanning. Hoofstuk een verwys spesifiek na die motivering tot die keuse van die onderwerp, begroning en deurskouing van die probleem, probleemstelling en ondersoekvrae, uitgangspunte wat die navorsing rig, die doel, doelstellings en doelwitte, navorsingsontwerp en -metodologie, begrensing van die studie, leemtes, beperkinge en probleme wat voorsien word met die studie, asook definiëring van hoofkonsepte.

Hoofstukke twee tot ses behels 'n literatuurstudie wat vergelyk kan word met Rothman en Thomas (1994:9) se intervensienavorsingsontwerp se tweede fase, naamlik inligtingsinsameling en -sintese. In hoofstuk twee word gefokus op die teoretiese fundering van gestaltterapie as konseptuele raamwerk, terwyl daar in hoofstuk drie aandag geskenk word aan gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm. Hoofstuk vier fokus op die



aktiwiteite en tegnieke wat ten opsigte van hierdie navorsing vir die ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram geselekteer is. In hoofstuk vyf word 'n literatuuroorsig gegee ten opsigte van egskeiding, terwyl potensiële faktore wat toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by egskeidingsituasies in die vroeë volwasse fase kan beïnvloed in hoofstuk ses aandag geniet.

Hoofstukke sewe tot nege bied 'n omvatting van fases drie en vier van Rothman en Thomas (1994:9) se intervensienavorsingsontwerp, naamlik die fases van ontwerp en vroeë ontwikkeling (vgl. 1.6.3) en die loodsondersoek (vgl. 1.6.4). In hoofstuk sewe word die ontwerp en vroeë ontwikkeling, asook die loodsondersoek bespreek, met spesifieke verwysing na redes waarom kwalitatiewe navorsing onderneem word, die metodes van steekproeftrekking, data-insameling en -analise wat benut word en die metodologie met betrekking tot die spesifisering van die prosedure-elemente van die intervensie. Strategieë vir die bevordering van die geloofwaardigheid van die navorsingsbevindinge en die gestaltgroepwerkprogram wat tydens die empiriese gedeelte van die navorsing benut word, word verder uiteengesit. Hoofstuk agt word benut om verslag te doen oor die empiriese gedeelte van die navorsing, ten einde in hoofstuk nege gevolgtrekkings en aanbevelings te maak met betrekking tot 'n gestaltgroepwerkprogram in maatskaplike werk vir toesighoudende, geskeide ouers.

Die navorsingsverslag bestaan derhalwe uit nege dele, te wete:

- 'n Oriëntering (hoofstuk een), wat vergelyk kan word met Rothman en Thomas (1994:9) se intervensienavorsingsontwerp se eerste fase, naamlik probleemanalise en projekbeplanning.
- 'n Literatuurstudie (hoofstukke twee tot ses) wat vergelyk kan word met Rothman en Thomas (1994:9) se intervensienavorsingsontwerp se tweede fase, naamlik inligtinginsameling en -sintese.
- Hoofstukke sewe tot nege bied 'n samevatting van fases drie en vier van Rothman en Thomas (1994:9) se intervensienavorsingsontwerp, naamlik die fases van ontwerp en vroeë ontwikkeling (vgl. 1.6.3) en die loodsondersoek (vgl. 1.6.4).
  - Die ontwerp van 'n gestaltgroepwerkprogram (hoofstuk sewe).
  - Die empiriese resultate van die navorsing (hoofstuk agt).

- Gevolgtrekkings en aanbevelings met betrekking tot 'n gestaltgroepwerkprogram in maatskaplike werk vir toesighoudende, geskeide ouers (hoofstuk nege).

### **1.11 SAMEVATTING**

Egskeiding is 'n groeiende probleemverskynsel in Suid-Afrika waardeur talle ouers en kinders se lewens beïnvloed word. Die toenemende egskeidings in Suid-Afrika en die impak wat toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase op hulle kinders se aanpassing by egskeidingsituasies het, dien as hoofmotivering vir hierdie studie.

Die navorsingsprobleem wat hierdie studie rig, is die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie. Bepaalde ondersoekvrae, asook 'n doel, doelstellings en doelwitte vloei hieruit voort. Die studie word hoofsaaklik vanuit vier uitgangspunte gerig, naamlik dat deelnemers as holistiese eenhede funksioneer, dat hul in die hier en nou ervaar, dat die navorser en deelnemers in 'n bepaalde "ek-jy"-verhouding staan en dat die navorser geen interpretasie van deelnemers se gedrag, gevoelens en ervaring maak nie.

Die intervensienavorsingsontwerp en -ontwikkelingsmodel van Rothman en Thomas (1994:9) se eerste vier fases en die tweede aktiwiteit van die vyfde fase word as navorsingsontwerp benut. Hierdie fases en aktiwiteit behels onder meer, probleemanalise en projekbeplanning, inligtingsinsameling en -sintese, ontwerp, vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek, asook insameling en analisering van data. Die oorblywende twee fases, naamlik evaluasie en gevorderde ontwikkeling (fase vyf) asook verspreiding (fase ses) vorm deel van postdoktorale mikpunte en word as sekondêre doelstellings van hierdie studie beskou.

Plaaslike en internasionale bronne word in die literatuurstudie benut. Vanweë 'n gebrek aan bronne in die vakdissipline van maatskaplike werk, word swaar gesteun op aanverwante professies soos opvoedkunde, regte en sielkunde. Die universum van die studie bestaan uit toesighoudende, geskeide ouers (beide geslagte), tussen 20 en 40 jaar, woonagtig in die Bethlehem-distrik en afkomstig uit 'n Westerse kulturele agtergrond, wat tussen Oktober 2002 en Oktober 2003 skei en deur middel van 'n uitnodiging tot deelname in die plaaslike koerant, verwysings deur plaaslike skole, kleuterskole en prokureurs onder die navorser se aandag gebring word. Ses Afrikaanssprekende, toesighoudende, geskeide ouers tussen 20

en 40 jaar in die vroeë volwasse fase en woonagtig in die Bethlehem-distrik word as deelnemers deur middel van nieraarskynlikheidseleksie, naamlik doelgerigte steekproefneming, uit die universum gekies en by die navorsingsondersoek betrek. Potensiële leemtes, beperkinge en probleme wat met die studie voorsien word, word bespreek.

Ten einde eenvormige interpretasies van konsepte in die verslag te verkry, word begrippe wat deurlopend in die verslag benut word, omskryf. Laastens word gefokus op die indeling van die navorsingsverslag, ten einde lig te werp op die verloop van die navorsing.

# **HOOFSTUK TWEE**

## **GESTALTTERAPIE AS KONSEPTUELE RAAMWERK**

Hierdie hoofstuk het ten doel om 'n konseptuele raamwerk daar te stel vir die benutting van gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm vir die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie. In die lig daarvan dat konsepte van gestaltgroepwerk vanuit die teoretiese fundering van gestaltterapie voortvloei, word dit nodig geag om eerstens op van die belangrikste teoretiese konsepte van gestaltterapie te fokus, alvorens gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm in hoofstuk drie onder die vergrootglas geplaas word.

Gevolgtik word in hierdie hoofstuk gefokus op die ontstaan en ontwikkeling van gestaltterapie, begrippe, naamlik gestalt en gestaltterapie, asook belangrike teoretiese uitgangspunte, beginsels en doelstellings van gestaltterapie.

### **2.1 ONTSTAAN EN ONTWIKKELING VAN GESTALTTERAPIE**

Die ontstaan en ontwikkeling van gestaltterapie is te danke aan die werk van die Jood, Frederick (Fritz) Perls, wat op 8 Julie 1893 in Berlyn, Duitsland gebore is. Na voltooiing van sy studie as mediese dokter, bestudeer hy psigoanalise aan die Berlynse en Weense Institute vir Psigoanalise. (Vgl. Patterson 1980:429, Thompson en Rudolph 1996:139 en Harris 2002a:3.)

Perls deurloop deel van sy leernalise by Wilhelm Reich en sy supervisie by Karin Horney en Otto Fenichel. Benewens deur Reich, is Perls ook sterk beïnvloed deur gestaltpsigoloë soos Kurt Lewin, Wolfgang Köhler, Max Wertheimer en Kurt Goldstein. Gedurende 1926 werk Perls in Frankfurt as assistent van Goldstein aan die Instituut vir Breinbeseerde Soldate, waar hy veral beïndruk word deur Goldstein se organismiese siening van die mens. (Vgl. Patterson 1980:429, Aronstam 1989:629 en Harris 2002a:3.) Gedurende 1933 vlug Perls, vanweë die opkoms van Hitler en Naziïsme, na Holland, waarna hy op uitnodiging van Ernst Jones 'n pos as leernalis in Suid-Afrika aanvaar. Perls en sy gesin vestig hulle vir die volgende twaalf jaar in Suid-Afrika en hy stig gedurende 1935 die Suid-Afrikaanse Instituut vir Psigoanalise. Tydens sy verblyf in Suid-Afrika ontmoet Perls vir Generaal Jan Smuts, wat

'n belangrike invloed op sy latere denkwyse rondom holisme uitoefen. In Suid-Afrika skryf Perls sy eerste literêre werk, *“Ego, hunger and aggression: A revision of Freud’s theory”*, waarin hy reeds begin om die grondslae te lê vir sy eie benadering wat later sou uitloop op gestaltterapie (Aronstam 1989:629-630).

Gedurende 1946 verhuis Perls na Noord-Amerika waar hy hom vestig tot sy dood in 1970. Perls en sy eggenote, Laura, stig in samewerking met Paul Goodman gedurende 1952 die *“Institute for Gestalt Therapy”* in New York. Later is Perls ook betrokke by die stigting van die *“Cleveland Institute for Gestalt Therapy”* en sien verskeie van sy literêre werke die lig, onder meer *“Gestalt Therapy Verbatim”* (1969), *“In and Out the Garbage Pail”* (1969) en *“The Gestalt Approach and Eye Witness to Therapy”* (1973). (Vgl. Patterson 1980:430 en Aronstam 1989:630.)

Buiten Perls se baanbrekerswerk met gestaltterapie, het daar die afgelope dekade in 'n toenemende mate literatuur verskyn waarin die oorspronklike werk van Perls voortgesit word. Sedert die vroeë vyftigerjare het gestaltterapie ontwikkel tot 'n erkende en bruikbare vorm van psigoterapie (Aronstam 1989:630). Hier kan dus afgelei word dat gestaltterapie, wat oor die afgelope vyf dekades as 'n erkende en bruikbare vorm van terapie ontwikkel het, hoofsaaklik aan die werk van Frits Perls te danke is.

## **2.2 OMSKRYWING VAN BEGRIPPE**

Alvorens die beginsels en belangrikste teoretiese uitgangspunte van gestaltterapie bespreek word, word 'n omskrywing van gestalt en gestaltterapie gebied.

### **2.2.1 Gestalt**

Perls het die term *“gestalt”* gebruik om op die eenheid van 'n individu te fokus en sodoende het hy 'n holistiese konsep ten opsigte van die menslike wese gepostuleer (Hansen *et al.* 1980:198). In samehang hiermee omskryf Gouws *et al.* (1987:124) 'n gestalt as 'n geheel wat 'n sekere mate van struktuur besit, wat meer as die som van sy dele is en wat transponeerbaar is, dit wil sê dit bly herkenbaar selfs al word die samestellende dele vervang, solank die verhouding tussen die dele behoue bly. Gestalt beteken volgens Clark en Fraser (1987:42) vorm, patroon of konfigurasie en verwys na die proses van integrasie van 'n reeks gedetailleerde persepsies in 'n volmaakte beleving of betekenisvolle geheelbeeld. Volgens O'Leary (1992:10) impliseer gestalt 'n *“geheel”*, wat slegs bestaan vanweë die doeltreffende onderlinge verhouding van die dele wat dit omsluit. Die konsep

*gestalt* kan derhalwe beskou word as 'n proses van integrasie van 'n reeks gedetailleerde persepsies in 'n volmaakte geheel, waarvan die som meer is as die dele waaruit dit bestaan, wat oor 'n sekere mate van struktuur beskik en wat as geheel herkenbaar bly, solank die onderlinge verhouding tussen die dele voortduur.

Hier kan dus afgelei word dat 'n noue ooreenkoms tussen die twee konsepte, naamlik *gestalt* en holisme (vgl. 2.5.1) bestaan, aangesien beide konsepte vanuit die uitgangspunt werk dat die individu 'n eenheid is wat meer is as die som van die dele waaruit dit bestaan. Die individu is dus 'n komplekse eenheid, waarvan die som van sy onderskeie dele, naamlik liggaam, sintuie, emosies, gedrag, gees, taal en denke in 'n doeltreffende onderlinge verhouding met mekaar staan en meer is as die dele wat dit omsluit.

### **2.2.2 Gestaltherapie**

Volgens Gouws *et al.* (1987:124) behels *gestaltherapie* 'n vorm van psigoterapie wat fokus op dit wat onmiddellik teenwoordig is, met die doel om die individu te help om die gewaarwording van sy ervarings in hulle totaliteit te verbeter. In samehang hiermee beskou Yontef en Simkin (1989:323) die doel van *gestaltherapie* as synde om kliënte te help om bewus te word van wat hulle doen, hoe hulle dit doen en hoe hulle sigself kan verander en terselfdertyd kan leer om sigself te aanvaar en van waarde te ag. Die klem word dus geplaas op die individu se bewustheid van die self, die integrering van sy verskillende dele en die aanvaarding van sigself, ten einde sy ware self te word en sy volle potensiaal te bereik.

In *gestaltherapie* word uitgegaan van die standpunt dat elke individu oor inherente potensiaal beskik om verantwoordelikheid vir sy eie bestaan te aanvaar. *Gestaltherapie* word beskou as 'n ervaring tussen ek en jy in die hier en nou. Die *gestaltherapeut* lei die kliënt om self te ontdek hoe hy vermy om verantwoordelikheid vir sy eie bestaan te aanvaar, hoe om op bewustheid te fokus, direk te eksperimenteer en op sy gedrag en gevoel te fokus (Aronstam 1989:632, 639).

Volgens Oaklander (1994b:143) is *gestaltherapie* 'n humanistiese, prosesgeoriënteerde vorm van terapie wat betrekking het op al die aspekte van 'n individu, naamlik sy sintuie, liggaam, gevoelens en intellek. *Gestaltherapie* is in wese 'n eksperimentele terapie, wat ontwerp is om individue te help om die huidige oomblik (hier en nou) ten volle te ervaar en bewustheid te bekom ten opsigte van wat hulle dink, voel en doen. Dit beklemtoon sodoende die

bewustheid in die hier en nou en die eenheid van liggaam, denke en gevoelens (Thompson 1996:69). In samehang hiermee word gestaltterapie deur Sinay (1997:123) beskou as 'n terapie gemik op die hier en nou, asook 'n terapie van kontak, deurdat die kliënt versoek word om aandag te skenk aan dit wat hy op daardie spesifieke oomblik in die terapieessie doen en in kontak te wees met sy liggaamsbeweging, gevoelens, sensasies, stemtoon en sy mees prominente gedagtes. Volgens Joubert (1997:32) word die kliënt, deur middel van gestaltterapie, gehelp om bewustheid te ontwikkel en in kontak te kom met sigself, sodat hy weer as 'n voltooide eenheid deur middel van selfregulering, verantwoordelikheid vir sy eie lewe kan neem en besluite kan aanvaar. Die eksistensiële aard van gestaltterapie fokus daarop dat die individu oor keuses vir gedrag beskik en deur middel van keuses die betekenis van sy lewe kan definieer (Blom 2000a:173). Die individu kan dus deur middel van bewustheid sy eie gedrag kies en ervaar.

Gestaltterapie blyk dus 'n eksistensiële, humanistiese en prosesgeoriënteerde vorm van psigoterapie te wees wat op die hier en nou fokus, ten einde die individu in staat te stel om met sy sintuie, liggaam, gevoelens en intellek bewustheid te ontwikkel en in kontak met sigself te kom, selfondersteuning te verkry deur besluite te neem, verantwoordelikheid vir sy eie lewe te neem en integrasie te bereik deur sy verskillende dele te aanvaar en dit te integreer om sodoende as 'n selfregulerende eenheid sy ware self te word.

## **2.3 TEORETIESE UITGANGSPUNTE VAN GESTALTTERAPIE**

Vervolgens word die belangrikste uitgangspunte van gestaltterapie, wat ook op gestaltgroepwerk van toepassing is, bespreek.

### **2.3.1 Holisme**

Vanuit 'n holistiese uitgangspunt behels die hele Skepping 'n samehangende en verenigde eenheid wat onder meer organiese en anorganiese elemente omsluit wat saam in 'n voortdurend veranderende proses van gekoördineerde aktiwiteite bestaan. Elk van hierdie elemente, op enige skaal, byvoorbeeld 'n plant, 'n kontinent, 'n kind, 'n sonneblom en 'n seegrass is op sigself 'n gekoördineerde integrale proses binne 'n groter geheel (Latner 1986:4). Die geheel is meer as die som van die onderskeie dele waaruit dit bestaan en alhoewel daar tussen die dele onderskei kan word, kan hulle nooit geskei word nie (Aronstam 1989:631). Die individu, 'n geheel wat meer is as die som van die onderskeie dele

waaruit hy bestaan, word derhalwe omsluit as 'n element van 'n groter geheel, wat impliseer dat hy en die groter geheel mekaar wedersyds beïnvloed.

Binne gestaltterapie, wat holisties georiënteerd is, val die klem op die individu as 'n geïntegreerde organisme wat altyd as 'n absolute onskeibare eenheid van liggaam, emosionele en geestelike aspekte, taal, kultuur, denke en gedrag funksioneer. (Vgl. Aronstam 1989:633, Clarkson 1989:17-18 en Harman 1989:13.) Alhoewel die individu as 'n eenheid funksioneer, kan hy nie sonder sy omgewing bestaan nie en is hy altyd in kontak daarmee. Die menslike organisme het byvoorbeeld sy fisiese omgewing nodig vir die verkryging van suurstof, water, voedsel en ander lewensmiddele en het sy sosiale omgewing nodig vir die vervulling van liefde, vriendskap en ander sosiale behoeftes (Aronstam 1989:633). Die individu behoort dus in kontak met sy omgewing te wees, ten einde in staat te wees om sowel sy fisiese as sosiale behoeftes te bevredig.

Hier kan tot die slotsom gekom word dat 'n individu, vanuit 'n holistiese en gestaltterapeutiese oogpunt, altyd as 'n geïntegreerde onafskeibare eenheid beskou behoort te word, menende dat sy liggaam, emosionele en geestelike aspekte, taal, denke en gedrag nie van mekaar geskei behoort te word nie. Die individu, wat meer is as die som van die dele waaruit hy bestaan, kan nie in isolasie van sy omgewing funksioneer nie, aangesien hy as 'n holistiese eenheid deel vorm van 'n groter geheel, naamlik die Skepping. Toesighoudende, geskeide ouers behoort dus tydens gestaltgroepwerk as holistiese eenhede beskou te word, sonder om hulle liggame, emosies, gees, taal en gedrag van mekaar te skei.

### **2.3.2 Homeostase**

Alle lewe en alle gedrag word beheer deur 'n proses wat homeostase of selfregulering genoem word. Homeostase is die proses waartydens die organisme (individu) te midde van veranderende toestande, sy ewililibrium en derhalwe sy gesondheid in stand hou. Individue het 'n inherente dryfkrag om hulle ewililibrium in stand te hou en gestalte te voltooi, ten einde te groei en te ontwikkel tot hulle volle potensiaal. Die individu se ewililibrium word elke oomblik deur faktore, onder meer eksterne (omgewingseise) en interne (behoeftes), versteur. In sy strewe om ewililibrium te bereik poog die individu om deur die proses van selfregulering sy behoefte te bevredig. Sodra sy behoefte bevredig is, word 'n balans verkry, totdat 'n nuwe behoefte na vore tree en die siklus herhaal word. Homeostase is dus 'n



aanhoudende proses waardeur die organisme sy behoeftes bevredig. (Vgl. Patterson 1980:433, O'Leary 1992:12 en Sinay 1997:167.)

Ten einde selfregulerend te wees moet die individu in staat wees om sy mees dominante behoefte te bepaal, vas te stel wat in die omgewing beskikbaar is om die behoefte te bevredig en te doen wat nodig is om sy behoefte te bevredig. Sodoende word 'n gestalt voltooi. 'n Individu kan neuroties word wanneer hy te veel onvoltooide en onduidelike situasies in sy lewe ervaar en nie verder oor die vermoë beskik om te bepaal wat sy belangrikste behoefte op 'n gegewe tydstip is nie. Die individu kan met sy eie proses van homeostase inmeng deur onvoltooide gestalte te akkomodeer en slegs te doen wat van hom verwag word. (Vgl. Van de Riet *et al.* 1980:11;37-38, Harman 1989:13 en Sinay 1997:167.)

Dit wil dus voorkom of die individu altyd streef na homeostase/ekwilibrium, wat die proses van selfregulering/behoeftebevrediging behels. Ten einde selfregulerend te wees, behoort die individu in staat te wees om sy mees dominante behoefte te identifiseer en dit te bevredig. Die individu moet derhalwe in kontak met sigself en sy omgewing wees, ten einde in staat te wees om sy belangrikste behoefte op 'n sekere tydstip te bepaal en deur die proses van selfregulering te bevredig. Die bevrediging van 'n mees dominante behoefte lei dus tot die bereiking van ekwilibrium en die voltooiing van 'n gestalt.

'n Gestalt is onvoltooid wanneer 'n individu byvoorbeeld seergemaak, kwaad of haatdraend teenoor iemand voel en nie sy gevoelens op 'n manier oplos, uitdruk of daarvan ontslae raak nie en sy gevoelens sodoende geblokkeerd en onopgelos bly. Onopgeloste gestalte beroof 'n individu van energie, deurdat dit in die agtergrond bly sloer en in die individu se lewe saamgedra word op wyses wat effektiewe kontakmaking met sigself en andere, asook die voltooiing van nuwe gestalte benadeel. Onopgeloste situasies vanuit 'n individu se kinderjare kan byvoorbeeld 'n onvoltooide gestalt vir die individu word wat hom tot in sy volwasse lewe kan steur deur in te meng met sy gedrag, persepsies en denke in die hier en nou. So kan 'n vrou se onopgeloste konflik met haar 24-jarige broer, haar byvoorbeeld daarvan weerhou om 'n nuwe verhouding met 'n jong man aan te knoop, wat haar aan haar broer herinner. (Vgl. Van De Riet *et al.* 1980:37;61, Clarkson 1989:7 en O'Leary 1992:14-15.) Onvoltooide gestalte kan dus onopgeloste, onderdrukte gevoelens of situasies vanuit 'n individu se verlede behels, wat die individu bybly, van energie beroof en hom verder daarvan weerhou om selfregulerend te funksioneer en nuwe gestalte te voltooi.

Die beeïndiging van 'n verhouding deur skielike dood, egskeiding of skeiding eindig ook dikwels in 'n onvoltooide gestalt. O'Leary (1992:15) meld in dié verband: *"In these instances, individuals either did not grieve or avoided finishing the relationship and saying goodbye. They ignored their unpleasant feelings, which then went underground. This resulted in unresolved feelings or unfulfilled needs."* Hier kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik hulle onopgeloste gevoelens ten opsigte van hulle egskeidingsituasies kan vermy of onderdruk en sodoende sigself daarvan kan weerhou om as geïntegreerde, selfondersteunende en selfregulerende eenhede te funksioneer. Die implikasie hiervan is dat sommige van hulle behoeftes nie bevredig word nie en hulle met onvoltooide gestalte gelaat word. Sodoende word hulle van energie beroof wat nodig is om effektiewe kontakmaking met sigself en andere te bewerkstellig.

Onvoltooide gestalte verdwyn nooit nie en het die geneigdheid om herhaaldelik, in hul strewe om voltooi te word, in die vorm van 'n verskuilde agenda of 'n simptome te manifesteer. So kan onderdrukte gevoelens byvoorbeeld as psigosomatiese simptome (onder meer hoofpyn, asmaatiese aanvalle, kroniese pyne en laerugpyn) manifesteer. Individue met onvoltooide gestalte is eintlik onwillig om hulle "pyn" te ervaar, hulle gevoelens, denke en persepsies te verander en derhalwe te groei. Hantering van die blokkasies kan moeilik en pynvol wees en derhalwe kan individue sigself daarvan weerhou om onvoltooide gestalte te voltooi. Onvoltooide situasies/ervarings (gestalte) ontnem die individu van die nodige motivering om in ander aktiwiteite betrokke te raak en gesond en energiek te funksioneer. (Vgl. Van De Riet *et al.* 1980:37;61, O'Leary 1992:14-16 en Schoeman 1996a:38.) Onopgeloste ervarings/situasies vanuit 'n individu se verlede kan dus sy hier en nou oorheers en ook sy gedrag, persepsies, denke en gestaltevorming negatief beïnvloed.

Dit blyk dus dat 'n herhaling van onvoltooide gestalte daarop kan dui dat 'n onvoltooide situasie van die verlede steeds 'n onvoltooide gestalt in die hede is. Vanweë die individu se inherente dryfkrag om onvoltooide gestalte te voltooi, sal die onvoltooide gestalte herhaaldelik manifesteer, totdat dit voltooi word. In 'n poging om sigself teen pyn te beskerm is 'n individu geneig om sy gevoelens te onderdruk. Deur sy gevoelens te onderdruk benadeel 'n individu sigself, aangesien hy deur sy optrede selfregulering en gestaltvoltooiing verhoed en sigself daarvan weerhou om gemotiveerd in ander aktiwiteite betrokke te raak en as 'n geïntegreerde eenheid in ekwilibrium te funksioneer en te groei.

Hier kan tot die slotsom gekom word dat toesighoudende, geskeide ouers se vermyding en onderdrukking van moontlike gevoelens van seer, woede, onaangenaamheid en haatdraendheid voortspruit uit hulle egskeidingsituasies en aanleiding kan gee tot onopgeloste en onderdrukte gevoelens, lae motivering om by nuwe aktiwiteite betrokke te raak, asook onvervulde behoeftes en derhalwe onvoltooide gestalte in hulle lewens. Toesighoudende, geskeide ouers kan moontlik deur middel van gestaltgroepwerk gehelp word om van hulle onopgeloste en onderdrukte gevoelens, asook van hulle onvervulde behoeftes bewus te word, ten einde in staat gestel te word om deur die proses van selfregulering hulle onvoltooide gestalte te voltooi en as geïntegreerde eenhede te funksioneer. Daar word dus akkoord gegaan met Harman (1989:11) wat van mening is dat gestaltterapeute hulle kliënte moet help om na hulself om te sien deur hulle eie behoeftes te bevredig (deur die proses van selfregulering) en derhalwe hulle onvoltooide gestalte te voltooi en in ewilibrum te funksioneer.

### **2.3.3 Figuurgrond**

Volgens Clarkson (1989:5-6) en Harris (2002b:6-7) lê gestaltterapie besonder klem op die figuurvoorgrondbeginsel in die organisme se strewing na behoeftebevrediging. 'n Goeie "*figuur*" is duidelik onderskeibaar en verwys na 'n individu se belangrikste behoefte wat, te midde van ander behoeftes, op 'n bepaalde tydskedule die meeste aandag trek. (Vgl. Clarkson 1989:5-6, O'Leary 1992:11 en Thompson en Rudolf 1996:142). 'n Student wat 'n lesing bywoon se dominante behoefte (dit wil sê sy figuur) op daardie stadium is byvoorbeeld om sy volle aandag te bepaal by dit wat hy hoor. Die res van die lokaal en buitegeluide, asook sy eie liggaam, vorm die "*agtergrond*" waarvan hy op daardie stadium min bewus is. Indien die student egter dors raak, sal hy al hoe meer bewus word van sy droë mond en keel en dit al moeiliker vind om na die lesing te luister. Sy "*dors*" word nou sy dominante behoefte en vorm dus sy "*figuur*". Sodra 'n dominante behoefte (figuur) bevredig is en die gestalt voltooi is, verdwyn die "*figuur*", word deel van die agtergrond en word gevolg deur die volgende belangrike "*figuur*" wat op die voorgrond verskyn. Hierdie proses van figuuragtergrond-interaksie, wat noodsaaklik is vir gesonde funksionering, is voortdurend aan die gang en word beskou as die siklus van die lewe waaraan alle lewende organismes deelneem. (Vgl. Aronstam 1989:631, O'Leary 1992:11 en Sinay 1997:165.) Hieruit kan afgelei word dat daar voortdurend figure (dominante behoeftes) op individue se voorgrond verskyn wat bevredig moet word, ten einde gestaltvoltooiing en gesonde funksionering teweeg te bring.

Alhoewel daar op enige gegewe tydstip verskeie behoeftes kan wees wat meeding om aandag, sal die individu se belangrikste behoefte met betrekking tot oorlewing en selfaktualisering, op die voorgrond verskyn. 'n Individu wat gesond funksioneer is te alle tye in staat om sy mees dominante behoefte in die hier en nou te onderskei en is buigbaar in sy interaksie met sy omgewing, ten einde sy behoeftes te bevredig. Daarteenoor is 'n neurotiese persoon, vanweë sy swak verhouding met sy omgewing, geneig om te veel behoeftes op een tydstip te probeer bevredig en sodoende word misluk om enige behoefte ten volle te bevredig. Die neurotiese individu gebruik sy potensiaal om ander te manipuleer om na hom om te sien deur dinge vir hom te doen en vir hom te sê hoe hy moet wees. Onduidelike figure en 'n gebrek aan energie kan 'n aanduiding wees van 'n blokkasie in die omgewing of 'n onderdrukte individuele behoefte. (Vgl. Aronstam 1989:634, O'Leary 1992:11 en Thompson en Rudolf 1996:142.) 'n Individu behoort dus in staat te wees om sy mees dominante behoefte te onderskei en 'n goeie verhouding met sy omgewing te handhaaf, ten einde selfregulerend, selfondersteunend en gesond te funksioneer. 'n Neurotiese individu darenteen is van omgewingsteun afhanklik en is derhalwe nie selfondersteunend en in staat om verantwoordelikheid vir sy eie lewe te neem nie.

'n Gesonde toesighoudende, geskeide ouer behoort dus voortdurend in interaksie met sy omgewing te wees, sy mees dominante behoefte in die hier en nou te onderskei, dit te bevredig en selfondersteunend te wees deur verantwoordelikheid vir sy eie lewe te neem en nie van omgewingsteun afhanklik te wees nie. Onduidelike figure (behoeftes) en 'n gebrek aan energie kan waarskynlik dui op 'n blokkasie in 'n toesighoudende, geskeide ouer se omgewing of 'n onderdrukte individuele behoefte.

#### **2.3.4 Fragmentasie**

Volgens Kritzinger en Eksteen (1989:136) behels fragmentasie stukke of gedeeltes. 'n Individu wat gefragmenteerd is sien nie sy lewe as 'n geheel nie en tree vanuit verskillende fragmente op. Die gefragmenteerde individu is nie in voeling met sy eie behoeftes nie en is van die omgewing afhanklik om sy probleme vir hom op te los en vir hom te sê hoe hy moet wees. Hy kan nie balans tussen hom en die omgewing bewerkstellig nie en in plaas daarvan om aan sy behoeftes aandag te skenk, blokkeer hy dit en vermors hy waardevolle energie in die proses. Twee komponente van fragmentasie is onvoltooidhede (vgl. 2.3.3) en polariteite (vgl. 2.3.6). (Vgl. Joubert 1997:99 en Schoeman 1999:14.)

Dit blyk dus of 'n gefragmenteerde individu vanuit verskillende komponente/fragmente funksioneer wat hom daarvan weerhou om met die nodige selfondersteuning en selfregulering as 'n geïntegreerde, holistiese eenheid te funksioneer. Tydens gestaltgroepwerk kan gefragmenteerde toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik gehelp word om bewus te word van die fragmente, naamlik onvoltooidhede en polariteite, in hulle lewens, om selfondersteuning te bekom en om verantwoordelikheid vir hulle eie lewens te neem, ten einde in staat te wees om as selfondersteunende, selfregulerende en geïntegreerde eenhede te funksioneer.

### **2.3.5 Kontak en kontakgrensversteuring**

Kontak speel 'n sentrale rol in gestaltherapie en verwys na die aard en kwaliteit van die wyse waarop 'n individu in kontak met sigself en sy omgewing is. Die depressiewe persoon wat die wêreld as vaal en leweloos ervaar, is byvoorbeeld in swak kontak met sigself en met sy omgewing, aangesien hy interaksie met sy omgewing vermy en sodoende word sy behoeftes nie bevredig nie en vind assimilasië en integrasie nie plaas nie. (Vgl. Latner 1986:45, Clarkson 1989: 34-35 en O'Leary 1992:29.)

Die organisme en die omgewing bestaan in 'n wedersydse verhouding en kontak word bewerkstellig wanneer die organisme sy omgewing benut om sy behoeftes te bevredig. Daar vind byvoorbeeld 'n uitruiling tussen die individu en sy omgewing plaas, wanneer hy asemhaal deur suurstof vanuit die omgewing in te asem en oortollige gasse weer daarin uit te asem. (Vgl. Patterson 1980:435, Van Wyk 1984:14 en Harris 2002a:7.) Volgens Harman (1989:7) kan 'n kontakgrens beskou word as die grens tussen die organisme en die omgewing, wat ander individue of objekte kan insluit. In samehang hiermee is Van de Riet *et al.* (1980:48) en O'Leary (1992:29) van mening dat 'n kontakgrens die plek behels waar 'n individu en sy omgewing ontmoet en hy by wyse van sy liggaamsbeweging en sintuie, naamlik sig, gehoor, gevoel, smaak en reuk kontak met sy omgewing bewerkstellig. Volgens Van de Riet *et al.* (1980:48) word 'n individu deur middel van sy sintuie by die grens tussen die "ek" en die "nie ek nie" van inligting voorsien, wat hom in staat stel om te onderskei en te diskrimineer op wyses wat noodsaaklik vir identiteitsvorming en oorlewing is.

'n Organisme blyk dus voortdurend in kontak met sy omgewing te wees, ten einde sy behoeftes te bevredig. Die organisme ontmoet sy omgewing by sy kontakgrens en bekom belangrike inligting wat noodsaaklik is vir identiteitsvorming en oorlewing deur middel van sy

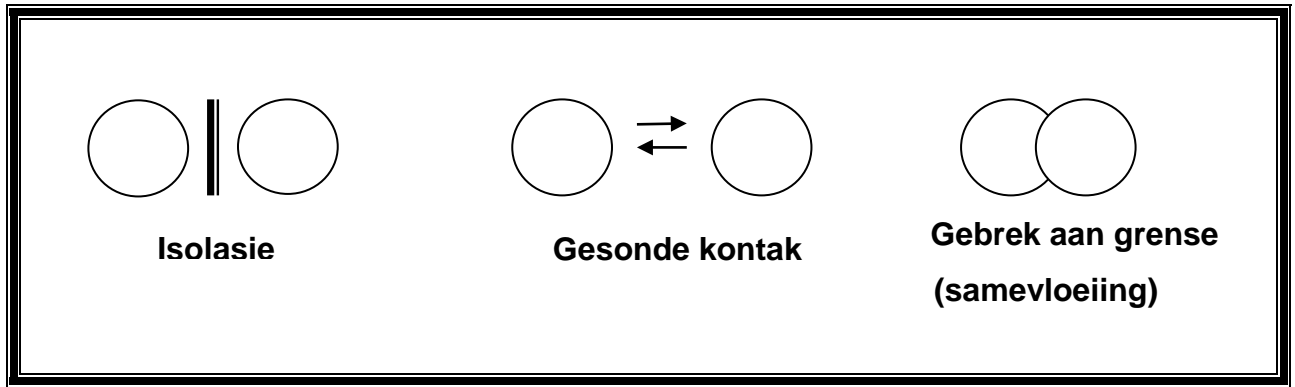
liggaam en sintuie. Tydens gestaltgroepwerk behoort gefokus te word op die toesighoudende, geskeide ouers se sintuie (vgl. 3.8.1 en 4.8), ten einde hulle in staat te stel om deur middel van hulle sintuie kontak met sigself en die omgewing te bewerkstellig en hulle behoeftes te bevredig.

Alhoewel die organisme altyd in kontak met sy omgewing is, moet hy oor grense beskik wat hom van sy omgewing onderskei, ten einde te voorkom dat hy sy identiteit verloor. Hierdie grense moet egter deurdringbaar wees om toepaslike uitruiling tussen die organisme en sy omgewing moontlik te maak. Die organisme word deur drie grense van sy omgewing onderskei, naamlik sy “*id*”-grens, sy egogrens en sy persoonlike grens. Die “*id*”-grens behels die liggaamsgrens (veloppervlak) en die sensoriese organe (sig, gehoor, reuk, smaak en tas) waardeur die organisme sy omgewing ervaar. Die egogrens behels die grens waar die organisme bewus word van sigself, met betrekking tot “*wie is ek en wat wil ek hê*” en hy sigself beleef in terme van “*ek*” (binne en deel van) in verhouding met dit wat “*nie ek*” (buite, vreemd en nie deel van) is nie. Die persoonlike grens behels die sosiale self van die organisme – hoe ander en hyself, sigself beskryf. (Vgl. Aronstam 1989:634, Yontef 1993:206 en Harris 2003b:9.) Dit wil voorkom asof die organisme, in ‘n poging om sy eie identiteit te behou en gesond te funksioneer, oor deurdringbare grense moet beskik om hom van sy omgewing te onderskei. Die organisme word dus deur sy “*id*” (liggaam en sintuie), ego (dit wat “*ek*” is en dit wat “*ek nie is nie*”) en persoonlike grens (karaktereienskappe) van sy omgewing geskei.

Kontakmaking behels sowel ‘n proses van erkenning van die organisme self en hoe dit van ander verskil, as ‘n proses van kontak en onttrekking oftewel wyses om behoeftes of onvoltooidhede te bevredig. Ten einde gestaltvoltooiing te bewerkstellig moet die organisme in staat wees om die toepaslike vloei van kontak en onttrekking te reguleer. Gesonde kontak impliseer ‘n goed ontwikkelende en plooibare egogrens wat tussen die self en andere (“*wat ek is*” en “*wat ek nie is nie*”) onderskei, sonder om kontak af te sny. Kontak sonder die nodige behoud van grense tussen wat eie aan die organisme is en erkenning van andersheid, kan lei tot samevloeiing en dus tot ‘n verlies van outonome bestaan vanweë ‘n gebrek aan ‘n afsonderlike identiteit. Isolاسie daarteen, verteenwoordig ‘n gebrek aan kontak waardeur assimilاسie en integrاسie verhoed word. Beide hierdie kontakvorme (samevloeiing en isolاسie) verhoed groei en ontwikkeling van die organisme. Figuur 1 bied ‘n diagrammatiese voorstelling van die verskil tussen gesonde kontak, ‘n gebrek aan grense

(samevloeiing) en isolasie. (Vgl. Van de Riet *et al.* 1980:49, Aronstam 1989:635 en Yontef 1993:206-207.)

**FIGUUR 1: ONDERSKEID TUSSEN ISOLASIE, GESONDE KONTAK EN GEBREK AAN GRENSE (SAMEVLOEIING)**



**Bron: Yontef (1993:207).**

Hier kan afgelei word dat gesonde funksionering impliseer dat 'n individu in staat moet wees om te onderskei tussen aspekte wat aan hom behoort en aspekte wat vreemd is, ten einde swak identiteitsvorming by wyse van samevloeiing en isolasie te voorkom. 'n Individu moet voorts in staat wees tot toepaslike kontak met en onttrekking van die omgewing, ten einde die gestalt op sy voorgrond te voltooi en organismiese selfregulering te bewerkstellig. 'n Eie interpretasie is dat individue wat ineenvloei of geïsoleerd ten opsigte van hulle omgewing funksioneer, waarskynlik nie oor die nodige selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) beskik om hulle eie behoeftes te identifiseer en te bevredig nie en derhalwe selfregulerend (vgl. 2.3.2) te wees nie. Tydens gestaltgroepwerk kan toesighoudende, geskeide ouers wat in samevloeiing (vgl. 2.3.5.3) en/of isolasie ten opsigte van hulle omgewing (die res van die groep) funksioneer waarskynlik deur middel van gestaltgroepwerkaktiwiteite en-tegnieke (vgl. 4.1- 4.13) gelei word om hulle sin vir die self te verhoog, ten einde hulle bewustheid van die self te verhoog en selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer.

'n Kontakgrensversteuring/neurose ontstaan wanneer die individu nie verder in staat is om 'n goeie balans tussen sigself en die wêreld daar buite te vorm nie. 'n Enkele traumatiese gebeurtenis kan byvoorbeeld aanleiding gee tot die ontstaan van 'n neurose (kontakgrensversteuring) deurdat die individu verdedigingspatrone ontwikkel in 'n poging om sigself te beskerm teen uiters gevaarlike indringing van die gemeenskap in sy egogrens.

Gestaltvoltooiing word belemmer wanneer 'n neuroot nie in staat is tot toepaslike bewussyn nie en hy nie meer op sy werklike behoeftes kan reageer nie. Sodoende word die individu se grens tussen sigself en die omgewing onduidelik en gaan dit verlore. Sy kontak en bewussyn word ook hierdeur versteur, hy het 'n onvermoë tot aktualisering en poog in 'n toenemende mate om ander individue te betrek om vir hom te sê hoe hy moet wees. (Vgl. Aronstam 1989:637-638, Yontef en Simkin 1989:332 en Hardy 1991:12-13.)

Dit wil voorkom asof kontakgrensversteurings beskou kan word as verdedigingspatrone wat 'n individu kan ontwikkel in 'n poging om sigself te beskerm teen moontlike gevare, soos 'n traumatiese gebeurtenis (egskeiding). Wanneer die individu nie in staat is tot toepaslike bewussyn nie en hy nie op sy werklike behoeftes kan reageer nie, gaan die grens tussen hom en die omgewing verlore en is hy nie in staat om gestalte te voltooi nie. Die individu beskik nie oor die vermoë om sigself te ondersteun nie en wend hom in toenemende mate na die omgewing vir steun. Hier kan verder afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik deur middel van kontakgrensversteurings kan poog om sigself ten opsigte van hulle egskeidingsituasie te beskerm. Hulle kan waarskynlik probleme ondervind om hulle eie behoeftes te identifiseer, daarop te reageer en gestalte te voltooi (vgl. 2.3.2 en 2.3.3), vanweë moontlike vervaging van grense wat tussen hul en die omgewing (na aanleiding van hul egskeidings) kon ontstaan het.

In gestaltterapie onderskei Van de Riet *et al.* (1980:64) en Aronstam (1989:638) vier kontakgrensversteurings wat 'n individu kan gebruik om 'n persoonlike ervaring te ontken en gesonde interaksie met sowel die self as met die omgewing te voorkom, naamlik introjeksie, projeksie, samevloeiing en retrofleksie. Ter aansluiting hierby word defleksie deur Clarkson (1989:51-52) en Harman (1989:21) ook as 'n kontakgrensversteuring beskou. Die genoemde kontakgrensversteurings word vervolgens bespreek:

### **2.3.5.1 Introjeksie**

Introjeksie is die proses waardeur die individu inhoude soos waardes, gedrag, houdings, gevoelens, norme en eise kritiekloos van betekenisvolle persone uit sy omgewing inneem, sonder enige evaluering, diskriminasie of assimilasië daarvan. Die teenpool van introjeksie is assimilasië, waar die individu dit wat hy vanuit die omgewing ontvang, verwerk en deel maak van sigself. Dit behels dus 'n kritiese wyse van optrede, waar dit wat goed is behou word en en dit wat sleg is verwerp word. Inhoude (introjekte) wat die individu vanuit die omgewing



ontvang en wat nie werklik deur hom geassimileer word nie, bly onverwerk en vreemd vir hom. (Vgl. Aronstam 1989:638 en Harman 1989:24.)

Die individu met introjekte poog voortdurend, sonder om sy eie behoeftes in ag te neem, om ander te plesier deur te reageer soos wat van hom verwag word. Laasgenoemde kan aanleiding gee tot 'n gebrek aan spontaneïteit, identiteitsprobleme, interne konflik en 'n onvermoë om selfregulerend te wees, aangesien die individu met introjekte dit moeilik vind om kontak te maak vanweë probleme om by sy egogrens te onderskei tussen *“dit wat hy is”* en *“dit wat hy nie is nie”* en sy gedrag meestal voortspruit uit wat van hom verwag word en nie vanuit sy eie behoeftes nie. 'n Volwassene se introjeksies spruit dikwels vanuit sy kinderjare voort, byvoorbeeld *“Jy moet altyd...”*, *“Jy moet te alle tye jou emosies beheer”*, *“Jy moet voorkeur gee aan ander se behoeftes”*, *“Al die mans in jou familie word alkoholiste”*, *“Mans mag nooit huil nie”* en *“Jy moet altyd hard werk”*. (Vgl. Clarkson 1989:52, Harman 1989:24 en O'Leary 1992:40.) Introjeksies blyk dus nadelig vir die individu se funksionering te wees, deurdat dit die individu van omgewingsteun afhanklik maak en hom van selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en selfregulering (vgl. 2.3.2) kan weerhou.

Kenmerkende eienskappe van 'n individu wat van introjekte as vorm van kontakgrensversteuring gebruik maak behels onder meer ongeduld, gretigheid en onmiddellike bevrediging, sonder om te oordink/evalueer of dit by hom pas of nie (assimileer). Individue met introjekte is ook geneig om identiteitsprobleme te openbaar, vanweë die feit dat hulle gedrag meestal nie werklik aan sigself behoort nie, maar voorgeskryf word deur ander (Harman 1989:24). Hier kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers met introjeksies tydens gestaltgroepwerk waarskynlik ongeduld kan openbaar, identiteitsprobleme kan ervaar, nie oor voldoende selfondersteuning kan beskik nie en derhalwe van die gestaltgroepleier en medegroeplede kan verwag om hulle behoeftes vir hulle te bevredig, deur byvoorbeeld vir hulle te sê hoe hul moet wees en wat hul moet doen.

Tydens gestaltterapie kan individue gehelp word om hulle introjekte wat inmeng met hulle optimale funksionering te identifiseer, te ondersoek en daarmee te identifiseer of dit te verwerp, deur te fokus op die vestiging van ferm egogrense tussen individue en hul omgewing en deur selfgerigte stellings aan te moedig. (Vgl. Harman 1989:24 en Korb *et al.* 1989:57.) In samehang hiermee is Joubert (1997:94) van mening dat individue deur

introjeksie energie verspil en dat hulle tydens terapie geleentheid behoort te kry om self waardes, norme en houdings wat vir hul aanvaarbaar is, te kies en binne 'n veilige terapeutiese atmosfeer in te oefen.

Hier kan dus afgelei word dat individue se bewustheid rondom hulle introjekte tydens gestaltgroepwerk verhoog behoort te word en dat hul gelei moet word om tussen sigself (deur selfgerigte stellings) en hulle omgewing te onderskei en self keuses te maak, ten einde verhoogde selfondersteuning (vgl. 2.5.2) te bewerkstellig en verantwoordelikheid vir hulle eie lewens te aanvaar. Die gestaltgroepleier behoort daarop bedag te wees om nie tydens gestaltgroepwerk individue van advies te voorsien nie, aangesien dit aanleiding kan gee tot die vorming van verdere introjekte, wat weer aanleiding kan gee tot identiteitsprobleme en die belemmering van selfondersteuning.

### **2.3.5.2 Projeksie**

Projeksie word volgens Van de Riet *et al.* (1980:65), Korb *et al.* (1989:57) en O'Leary (1992:41) beskou as die neiging om die omgewing verantwoordelik te hou vir houdings, idees, waardes, gevoelens en selfs gedrag wat in die self ontstaan, maar wat vermy of ontken word. Deur in ander individue die kwaliteite te sien wat hulle self weier om raak te sien, hou individue hulle omgewing verantwoordelik en vermy hulle om verantwoordelikheid vir eie gevoelens, dade en vir hul ware self te neem. Projeksie is dus die neiging om die omgewing gasheer te maak van wat deel is van die self. 'n Voorbeeld van projeksie is die paranoïese persoon wat die stelling maak dat hy deur ander vervolg word, terwyl hyself die behoefte ondervind om ander te vervolg. (Vgl. Corey 1995:299, Le Clus 1995:44 en Joubert 1997:95.) 'n Afleiding kan gemaak word dat toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik deur middel van projeksie kan poog om hulle gevoelens, houdings, idees, waardes en selfs hulle gedrag te vermy of te ontken, deur (waarskynlik in 'n poging om sigself te beskerm) hul omgewing daarvoor verantwoordelik te hou.

Projekteerders blameer gewoonlik ander individue vir gevoelens en denke wat in sigself ontstaan. Tipiese projektiewe stellings is byvoorbeeld: *“Niemand gee om vir my nie”* en *“Dit is alles my Ma se skuld, sy het nooit vir my as kind omgee nie”*. Skuldgevoelens gee dikwels aanleiding tot projeksie, deurdar 'n individu ander persone of objekte blameer vir sy gevoelens en gedrag. Projeksie gee tydelike verligting, maar weerhou die individu van kontakmaking, identifikasie en die neem van verantwoordelikheid vir eie gevoelens en

gedrag. Individue wat projekteer is geneig om hulle van hul gevoelens te distansieer en in stede daarvan om “ek”-stellings te gebruik, maak hulle eerder gebruik van sleutelwoorde soos “hulle”, “hy”, “sy” en “jy”. Sodoende word hul sin vir verantwoordelikheid verminder. Individue wat geneig is om projeksie as kontakgrensversteuring te benut behoort gehelp te word om bewus te word van hulle projeksies, verantwoordelikheid vir hul gevoelens en gedrag te neem en hulle ware self te vind. (Vgl. Harman 1989:21-22, O’Leary 1992:41 en Joubert 1997:95.)

Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik deur middel van projeksie poog om hulle skuldgevoelens te hanteer deur ander persone of objekte te blameer vir eie gevoelens en gedrag en sodoende kan hulle dit vermy om verantwoordelikheid vir hul eie lewens te neem. ‘n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van projektiewe tegnieke (vgl. 4.10 en 4.11) gelei kan word om hulle projeksies te identifiseer, dit te aanvaar en in besit te neem (vgl. 3.8.3), deur onder meer van “ek”-stellings (vgl. 3.8.2.1) gebruik te maak.

Projeksie kan ook op konstruktiewe wyse benut word, byvoorbeeld by kreatiewe werk, ten einde ‘n individu te help om dit wat hy op ander projekteer, te besit en sy selfbewustheid en kontak met sy omgewing op ‘n selfvertroetelende wyse te bevorder. (Vgl. Clarkson 1989:53 en Hardy 1991:12.) Toesighoudende, geskeide ouers se projeksies kan dus positief tydens gestaltgroepwerk benut word, ten einde hulle in kontak met sigself en die omgewing te bring.

Opsommend kan projeksie derhalwe beskou word as ‘n kontakgrensversteuring wat individue aanwend om hulle eie gevoelens te vermy of te ontken deur nie verantwoordelikheid daarvoor te aanvaar nie, maar ander daarvoor verantwoordelik te hou. Sodoende word hulle selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en proses van selfregulering (vgl. 2.3.2) ondermyn. Projeksie kan egter positief tydens terapie benut word, deur individue te lei om van hul projeksies bewus te word en dit te besit, ten einde hul selfbewustheid te verhoog en selfondersteuning asook integrasie te bevorder. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van projektiewe tegnieke (vgl. 4.10 en 4.11) gelei word tot verhoogde bewustheid rakende hul projeksies en die neem van verantwoordelikheid vir hul geprojekteerde gevoelens en gedrag, ten einde in staat te wees om as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) selfregulerend (vgl. 2.3.2) te funksioneer.

### **2.3.5.3 Samevloeiing**

Samevloeiing ontstaan wanneer die individu geen grens tussen sigself en sy omgewing ervaar nie en hy met die oortuigings, houdings en gevoelens van die omgewing wat hom omring saamsmelt, sonder om verskille tussen hulle raak te sien. Alhoewel die samevloeiër konflik vermy en veilig voel deur saam te smelt met sy omgewing, byvoorbeeld met sy familie en vriende, word hy benadeel aangesien hy sy persoonlike ervaring ontken. (Vgl. Van de Riet *et al.* 1980:67, Clarkson 1989:55-56 en Korb *et al.* 1989:60.) Tydens die proses van samevloeiing word te veel van die self in ander belê of te veel van die omgewing word in die self opgeneem en gevolglik verloor die individu kontak met waar hy sigself bevind (Thompson en Rudolph 1988:86). In samehang hiermee is Aronstam (1989:638) van mening dat 'n gebrek aan grense die individu daarvan weerhou om goeie kontak met andere te ontwikkel.

Samevloeiing vereis gelykheid en vermy andersheid en gevolglik is 'n individu wat in samevloeiing met sy omgewing is dieselfde as sy omgewing, sonder om daarvan te verskil. (Vgl. Patterson 1980:439 en Aronstam 1989:638.) Volgens O'Leary (1992:42) is 'n individu, wat in samevloeiing met sy omgewing is geneig om "ons" bo "ek" as voornaamwoord te gebruik. Die samevloeiër voel verward, verloor sy sin vir die self, is onbewus van sy behoeftes en gevoelens en dra geen kennis van hoe hy van sy omgewing verskil nie (Sinay 1997:109).

'n Afleiding word gemaak dat 'n individu wat in samevloeiing met sy omgewing is nie oor 'n eie identiteit beskik nie en geneig is om ander klakkeloos na te volg, ten einde konflik te vermy en sigself te beskerm. Die samevloeiër blyk dus nie in staat te wees om selfondersteunend te wees nie en is van sy omgewing afhanklik om vir hom te sê hoe hy moet wees. 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers wat van samevloeiing as kontakgrensversteuring gebruik maak dit waarskynlik moeilik vind om eie opinies te lug en derhalwe medegroepede se denke en gevoelens sondermeer aanneem. Hulle kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk gelei word tot verhoogde selfbewustheid en van hoe hulle van ander verskil, ten einde hul in staat te stel om selfondersteuning te bekom en as geïntegreerde eenhede te funksioneer.

#### 2.3.5.4 Retrofleksie

Retrofleksie het volgens Corsini en Wedding (1989:332), Harman (1989:24-25) en Clarkson (1989:53-54,116) 'n tweeledige funksie, naamlik: die individu kan sigself behandel soos wat hy ander oorspronklik wou behandel en hy kan sigself behandel soos wat hy wens ander hom moet behandel.

- *Die individu behandel sigself soos wat hy ander oorspronklik wou behandel:* Geretrofleksiewe liefde word byvoorbeeld selfliefde en geretrofleksiewe haat word selfhaat, wat tot selfmoord kan lei. So 'n individu word letterlik sy eie vyand en bedoel eintlik "hulle", wanneer hy "ek" sê. (Vgl. Patterson 1980:439, Aronstam 1989:638, en Sinay 1997:171.) Hier kan afgelei word dat individue deur middel van retrofleksie sigself behandel, soos wat hul eintlik 'n objek/iemand anders oorspronklik, hetsy positief of negatief, wou behandel het.
- *Die individu behandel sigself soos wat hy wens ander hom moet behandel:* So 'n individu kan byvoorbeeld aan sigself aandag, liefde en versorging bied, wat sy ouers nagelaat het om te doen. Wanneer hierdie vorm van retrofleksie nie met die individu se selfreguleringsproses inmeng nie, kan dit 'n belangrike vorm van selfondersteuning wees (Clarkson 1989:54). 'n Eie interpretasie is dat hierdie vorm van retrofleksie tydens gestaltgroepwerk positief aangewend kan word om groeplede na selfvertroeteling (vgl. 3.8.4 en 4.13) te lei.

Emosies en gevoelens word dikwels geretroflekter. Sommige individue glo om uiting aan emosies te gee op 'n teken van swakheid dui en sal derhalwe enigiets doen om hul emosies te onderdruk. Hulle fokus hul emosies en gevoelens terug na hulle liggame, wat deur hul as die veiligste plek beskou word. Hierdie retrofleksies kan by wyse van 'n frons, gespanne spiere, 'n stywe bolip, onnodige gebruik van die woord "ekself" en psigosomatiese simptome soos hoofpyn, maagpyn, styfheid en ander liggaamlike kwale manifesteer. (Vgl. Harman 1989:26 en Joubert 1997:98.) Dit wil voorkom asof individue moontlik vanweë introjekte (vgl. 2.3.5.1) sigself daarvan kan weerhou om uiting aan hul gevoelens te gee deur hulle gevoelens terug na hul liggame te fokus en sodoende energie terug te hou.

Die reflekteerder trek 'n duidelike lyn, wat die grens tussen sigself en die omgewing aandui. Hy trek die lyn egter deur middel van sigself en tref duidelike onderskeid tussen sigself en sy self, wat as 'n plaasvervanger van sy omgewing dien. Die gebruik van woorde en sinsnedes soos "ek", "myself", "Ek het vir myself gesê", "Ek het myself uitgevang", "Ek is dit aan myself

*verskuldig*”, *“Ek is skaam vir myself”*, *“Ek moet myself dwing om dit te doen”* en *“Ek wil dit self doen”* kan op individue se verskuilde retrofleksies dui. Wat hier ontwikkel is ‘n skeuring tussen die *“ek”* en die *“self”*. Individue treiter sigself, plaas druk op sigself en straf sigself en sodoende bring hul ‘n muur voort in plaas van ‘n buigsame en dinamiese kontakgrens. Energie is egter nodig om hierdie muur in stand te hou. Tydens gestaltterapie kan individue gehelp word om hierdie nuttige energie op ‘n aktiewe en produktiewe wyse uitwaarts te rig. Bewustheid is noodsaaklik om van retrofleksies ontslae te raak en derhalwe moet individue geleentheid kry om bewus te word van wat binne sigself aangaan. Individue moet byvoorbeeld weet wie hul wil streef, omhels en wie hul wil wurg. Sodra individue bewus word van wat hul innerlik ervaar, kan die retrofleksies ongedaan gemaak word deur energie na buite vry te stel soos in verhoudings buite die self, fantasieë of in daad. Ten einde ‘n individue se bewustheid ten opsigte van sy verdeelde self te verhoog, kan die volgende versoeke aan hom gerig word: *“Sê dit aan jou eggenoot”*, *“Sê dit aan my”* en *“Sê dit aan elke groeplid”*. (Vgl. Harman 1989:25-26, Sinay 1997:111 en Groenewald 2002a:56.)

Hieruit kan afgelei word dat daar deur retrofleksie as’t ware ‘n skeuring binne die individu plaasvind – aan die een kant verteenwoordig hy sigself, terwyl hy aan die ander kant sy omgewing verteenwoordig. Dit wil voorkom asof individue deur middel van retrofleksie sigself treiter, druk op sigself plaas, sigself straf en sodoende word ‘n buigsame en dinamiese kontakgrens verhoed. Bewustheid is noodsaaklik om van retrofleksies ontslae te raak en individue behoort geleentheid te kry om bewus te raak van wat binne sigself aangaan. Toesighoudende, geskeide ouers wat van retrofleksie as kontakgrensversteuring gebruik maak, kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk gelei word om van hulle retrofleksiewe gedrag bewus te word, ten einde hulle in staat te stel om die redes vir hulle gedrag te begryp en om verantwoordelikheid daarvoor te neem deur keuses te maak ten opsigte van toekomstige alternatiewe gedrag. Sodoende kan hulle in staat gestel word om hul energie op ‘n aktiewe en produktiewe wyse uitwaarts te rig.

#### **2.3.5.5 Defleksie**

Defleksie is ‘n vorm van weerstand waardeur die individu kontak verbreek, onderbreek, daarvan wegdraai of die interaksie terugstuur na die intermediêre sone, in ‘n poging om kontak met ongewenste situasies of individue te vermy. ‘n Individu wat deflekteer raak nie by enigiets betrokke nie en poog deur manipulasie om die eksterne wêreld te vermy. Die deflekteerder sentreer nie energie op sigself nie en vermy die hier en nou by wyse van

projeksie, dagdrome, grappe, geskille en oppervlakkige gesprekvoering. (Vgl. Yontef 1993:143, Joubert 1997:98 en Sinay 1997:113,164.)

Dit wil voorkom asof geskeide, toesighoudende ouers moontlik deur middel van defleksiewe gedrag direkte kontakmaking met hulle omgewing kan blokkeer in 'n poging om dieper gevoelens wat in die hier-en-nou ongemak veroorsaak, te vermy. Deur middel van gestaltgroepwerk kan geskeide, toesighoudende ouers wat defleksiewe gedrag openbaar moontlik gehelp word om hulle bewustheid in die hier en nou te verhoog, ten einde hulle in staat te stel om kontak met hul omgewing te maak.

Verskeie outeurs, onder meer Clark en Fraser (1987:17), Clarkson (1989:51), Korb *et al.* (1989:59), Yontef (1993:143) en Corey (1995:300), is van mening dat defleksie op verkillende wyses kan manifesteer. Voorts word die verskillende wyses van defleksie wat deur individue aangewend kan word in 'n poging om kontak te vermy, vermeld:

- Vermyding van oogkontak.
- Oordrewe, galante of stereotipe taalgebruik.
- Praat oor die verlede en toekoms in plaas van die hede.
- Gebruik veralgemenings.
- Tree ontwykend op.
- Vermy intense emosies.
- Konflik of spanning word uit 'n situasie geneem deur stellings soos: *“Daar is geen rede om ontsteld te wees nie.”*
- 'n Ongemaklike situasie of ondervinding word afgelag.
- Abstrakte of galante optrede.
- Die geringskatting van 'n emosie of 'n behoefte, *byvoorbeeld “Dit is nie belangrik nie.”*
- Diplomatieuse optrede, *byvoorbeeld: “Ek dink ek moet voor begin.”*
- Ontkenning van emosies, *byvoorbeeld: “Ons moet realisties en volwasse oor die saak dink.”*
- Humor.
- Gebruik vrae eerder as stellings.
- Praat op 'n indirekte wyse van ander, *byvoorbeeld 'n individu praat van 'n medegroep lid en vermy dit om direk met laasgenoemde te praat.*

Die individu wat defleksie as kontakgrensversteuring benut tree nie volgens sy ware self op nie en openbaar onegte emosies en gedrag. Sy behoeftes word nie bevredig nie, aangesien ware kontakmaking geblokkeer word en energie vermors word vanweë die individu se kunsmatige gedrag (defleksie). Die individu speel waarskynlik toneel ter wille van vrede of om goeie verhoudings te bevorder (Joubert 1997:99).

Dit blyk dus dat individue deur defleksiewe gedrag sigself probeer beskerm deur voor te gee om te wees wie hul nie werklik is nie. Deur middel van gestaltgroepwerk kan toesighoudende, geskeide ouers wat defleksiewe gedrag openbaar, waarskynlik gehelp word om in kontak met sigself te kom en deur die neurotiese persoonlikheidslae (vgl. 3.6.1) te beweeg, ten einde hul ware self te word.

Samevattend kan afgelei word dat 'n individu voortdurend in kontak met sigself en met sy omgewing moet wees, ten einde sy behoeftes te bevredig. Deurdringbare grense wat die individu van sy omgewing onderskei, is noodsaaklik vir gesonde kontakmaking en funksionering. Kontakgrensversteurings kan ontstaan wanneer 'n individu 'n persoonlike ervaring ontken en gesonde interaksie (kontak) met sowel die self as met die omgewing vermy. Sodoende kan die individu daarvan weerhou word om deur die proses van selfregulering (vgl. 2.3.2) sy behoeftes te bevredig en sy gestalte te voltooi. 'n Individu wat introjeksie as kontakgrensversteuring benut, kan waarskynlik doen wat ander van hom verwag. Die projekteerder kan geneig wees om ander te blameer vir wat in sigself ontstaan en die samevloei kan 'n verlengstuk van die omgewing wees en gevolglik oor geen eie identiteit beskik nie. Die retroflekterder kan energie inwaarts rig deur aan sigself te doen wat hy eintlik aan ander wou doen of wat hy wens ander aan hom moet doen, terwyl die deflekterder energie weg van sigself rig en direkte kontakmaking met die omgewing vermy.

### **2.3.6 Polariteite**

Polariteite behels volgens Gouws *et al.* (1984:234) manifestasies van teenoorgestelde of konflikterende gedragpatrone, standarde of motiewe, soos haat en liefde. Volgens die gestaltteorie bestaan die persoonlikheid uit polariteite en word 'n groot gedeelte van die alledaagse lewe daaraan gewy om konflik, wat vanweë hierdie polariteite ontstaan, op te los. (Vgl. Thompson en Rudolph 1988:86 en Blom 2000a:194.)



Polarisering behels die proses waartydens individue oortuigings ten opsigte van sigself en die wêreld organiseer en simboliseer. Dit omvat 'n klassifisering van gebeure of persepsies, byvoorbeeld goed/sleg, interessant/vervelig en aanvaarbaar/onaanvaarbaar. Sulke klassifikasies kan aanleiding gee tot die polarisering van emosies (byvoorbeeld, liefde/haat), waargenome eienskappe rakende die self (byvoorbeeld, ek/nie ek nie en die goeie kind teenoor die slegte kind) of waargenome eienskappe van andere (byvoorbeeld, vriendskap/vyandskap) (Van de Riet *et al.* 1980:46). Individue kan in die volgende vyf vlakke verdeeldheid (polariteite) ervaar (Thompson en Rudolph 1988:86-87):

- Fisiese polariteite - manlikheid/vroulikheid.
- Emosionele polariteite - plesier/pyn, opgewondenheid/depressie en liefde/haat.
- Verstandelike polariteite - ouer/kind, “*topdog*”/“*underdog*”.
- Geestelike polariteite - intellektuele twyfel/dogmatisme.
- Interindividuele polariteite - man/vrou, wit/swart, Christen/Jood.

Individue kan dus in hulle daaglikse lewe met teenoorgesteldes of polariteite gekonfronteer word. Verskillende vorme van polarisering kan voorkom, soos polariteite ten opsigte van emosies, eienskappe van die self of eienskappe van andere. 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers moontlik kan worstel met 'n emosionele polariteit wat na aanleiding van hulle egskeding kon ontstaan het. So kan toesighoudende, geskeide ouers byvoorbeeld hul vorige huweliksmaats haat, maar hulle terselfdertyd ook liefhê en mis. Hierdie teenoorgestelde gevoelens kan toesighoudende, geskeide ouers moontlik verwar en van energie beroof om by hulle egskedingsituasies aan te pas en maksimaal tot voordeel van hulle kinders te funksioneer.

Die mees algemene polariteit wat voorkom is die sogenaamde “*topdog*” en “*underdog*” waarvan die “*topdog*” die boelie, die regverdige en die gesaghebbende een is wat die beste weet en wat werk met “*jy behoort of moet*” en “*jy behoort of moet nie.*” Die “*underdog*” manipuleer deur verdedigend, verskonend op te tree, te flikvlooi en tjankbalie te speel. Die “*underdog*” is die geslepe, plesiersoekende deel van 'n individu se persoonlikheid en werk met “*ek wil*” en maak verskonings soos “*ek probeer hard*” en “*ek het goeie bedoelings*”. Die beste resultate uit die “*topdog-underdog*”-debat kan verkry word wanneer die individu areas in sy lewe kan identifiseer waar sy “*topdog*” en “*underdog*” ooreenstem en dit te integreer (Thompson en Rudolph 1988:89). Toesighoudende, geskeide ouers kan moontlik vanweë

hulle egskeidingsituasies met “*topdog-underdog*”-geskille worstel. ‘n Groeplid kan byvoorbeeld ten opsigte van die volgende “*topdog-underdog*”-geskil konflik ervaar: “*Ek moet te alle tye vir my kinders beskikbaar wees*” (topdog) en “*Ek probeer my bes, maar ek het ook ‘n tydjie vir myself nodig*” (underdog). Hulle kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van gestaltgroepwerk aktiwiteite en tegnieke (vgl. 4.4, 4.10.1 en 4.13) gehelp word om bewus te word van hul “*topdog-underdog*”-geskille en dit te integreer. Sodoende kan hul oor meer energie beskik om by hul egskeidingsituasies aan te pas en as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) by nuwe aktiwiteite betrokke te raak.

Polarisering vind plaas wanneer individue oorheersend met een kant van ‘n stel teenoorgestelde eienskappe identifiseer. Binne gestaltterapie word waarde aan beide kante van ‘n polariteit geheg. So word liefde en haat as geldige emosies beskou en kan die selfstruktuur van die persoonlikheid uit ‘n samestelling van sowel “*n goeie kind*”, as “*n slegte kind*” bestaan (Korb *et al.* 1989:14). Polariteite, binne gestaltterapie, moet aanvaar en op ‘n harmoniese wyse geïntegreer word, aangesien ‘n gebrek aan ware integrasie tot splitsing (fragmentering, vgl. 2.3.4) kan lei, soos liggaam/verstand. Deur middel van ‘n dialoog (vgl. 4.4) kan die verskillende dele van ‘n individu geïntegreer word in ‘n geheel, wat sodoende uit gedifferensieerde polariteite bestaan. Homeostase (vgl. 2.3.2) word bereik wanneer ‘n individu van beide pole van ‘n polariteit bewus word, dit erken, in besit neem en sodoende verantwoordelikheid daarvoor aanvaar. Deur middel van dialoë, tekeninge en sandwerk kan die verskillende dele van individue geïntegreer word. (Vgl. Van de Riet *et al.* 1980:47, Clarkson 1989:9,106 en Corsini en Wedding 1989:336.) Volgens Fiebert (2002:3) kan konflik wat vanweë polariteite ontstaan makliker opgelos word wanneer elke pool van ‘n polariteit gedramatiseer en ervaar word.

Dit wil voorkom asof individue geneig kan wees om oorheersend met een stel eienskappe van polariteite te identifiseer. Binne gestaltterapie word erkenning aan beide pole van polariteite geskenk en word daarna gestreef om dit te integreer, sodat individue as holistiese eenhede homeostase (vgl. 2.3.2) kan bereik. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van polariteite in hul lewens kan waarskynlik deur middel van gestaltgroepwerk verhoog word, ten einde hulle in staat te stel om hul polariteite te erken en verantwoordelikheid daarvoor te neem deur dit in besit te neem (vgl. 3.8.3) en as geïntegreerde (vgl. 1.9.6) holistiese eenhede (vgl. 2.3.1) te funksioneer.

Samevattend kan dus beweer word dat die persoonlikheid bestaan uit polariteite wat manifestasies van teenoorgestelde of konflikterende gedragspatrone, standarde of motiewe, soos haat en liefde behels. Verskillende vorme van polarisering kan voorkom, soos polariteite ten opsigte van emosies, die fisiese, die verstandelike, die geestelike, die intellektuele en die interindividuele. Die mees algemene polariteit wat voorkom is die sogenaamde “*topdog*” en “*underdog*”. Binne gestaltterapie word erkenning aan beide pole van polariteite geskenk en word daarna gestreef om dit te integreer, sodat individue as holistiese eenhede homeostase (vgl. 2.3.2) kan bereik.

## **2.4 BASIESE BEGINSELS VAN GESTALTTERAPIE**

Alhoewel gestaltterapie deur verskeie teoretiese modelle beïnvloed is en dit nie uitsluitlik uit nuwe en revolusionêre idees bestaan nie, het dit tog ‘n unieke karakter vanweë die wyse waarop dit gebruik en georganiseer word (Aronstam 1989:630).

*Die volgende beginsels word deur gestaltterapie vooropgestel:*

- ‘n Individue, as ‘n holistiese geheel, bestaan uit ‘n liggaam, emosies, denke, sensasies en persepsies. Die ondeskeie dele van die holistiese eenheid funksioneer onderling afhanklik van mekaar en geen deel kan buite die konteks van die individu as ‘n geheel doeltreffend verstaan word nie. (Vgl. Hansen *et al.* 1980:204 en Clarkson 1989:14.) Die individu behoort derhalwe in sy totaliteit tydens terapie benader te word, wat impliseer dat daar nie slegs op een aspek, byvoorbeeld sy emosies gefokus word nie maar dat alle aspekte soos sy liggaam, geestelike aspekte, taal, kultuur, denke en gedrag (vgl. 2.3.1) ook beklemtoon word.
- ‘n Individue is deel van sy omgewing en kan nie apart daarvan begryp word nie (Hansen *et al.* 1980:204). Die individu en sy omgewing beïnvloed mekaar wedersyds, wat meebring dat die individu nie in isolasie van sy omgewing kan funksioneer nie. Hy benodig byvoorbeeld sy omgewing om sy basiese behoeftes te bevredig soos wanneer hy suurstof vanuit die omgewing kry om asem te haal (vgl. 2.3.5).
- ‘n Individue is eerder proaktief as reaktief en bepaal sy eie respons tot die wêreld (Clarkson 1989:14). Elke individu bepaal deur selfregulering sy eie respons en deur bewustheid van wie hy werklik is en watter behoeftes hy ervaar, word hy in staat gestel om keuses te maak en sy eie bestaan te organiseer. Sodoende kry die individu beheer en kan hy verantwoordelikheid vir sy eie lewe neem (Joubert 1997:83). Hier kan afgelei word dat die individu deur bewustheid in kontak met sigself kan kom, sy eie behoeftes

kan bepaal en dit kan bevredig, ten einde as 'n selfregulerende eenheid (vgl. 2.3.2) te funksioneer, wat verantwoordelikheid vir sy eie lewe aanvaar.

- 'n Individue is in staat om ten volle bewus te wees van sy sensasies, denke, emosies en persepsies. (Vgl. Hansen *et al.* 1980:204 en Clarkson 1989:14.) 'n Eie interpretasie is dat die individu in staat gestel behoort te word om sy emosies en gevoelens te ervaar, ten einde in kontak met sigself te kom.
- 'n Individue is in staat om keuses te maak en is derhalwe, as gevolg van die proses van selfbewustheid, verantwoordelik vir sy eie gedrag. (Vgl. Hansen *et al.* 1980:204 en Clarkson 1989:14.) 'n Individue kan dus deur middel van bewustheid en die maak van keuses gelei word om verantwoordelikheid vir sy eie lewe te neem.
- Elke individu beskik oor die potensiaal en hulpbronne om effektief te leef en sy eie behoeftes te bevredig (Joubert 1997:83). Elke individu behoort dus in staat te wees om sy eie behoeftes te bepaal en te bevredig, wat impliseer dat hy selfregulerend (vgl. 2.3.2) moet kan funksioneer.
- Individue kan sigself slegs in die hede beleef. Hulle is wel in staat om die verlede en die toekoms in die hier en nou deur herinnering en voorstellings te ervaar. (Vgl. Hansen *et al.* 1980:204, Clarkson 1989:14 en Joubert 1997:83.) 'n Eie interpretasie is dat individue onvoltooidhede vanuit die verlede as onvoltooide gestalte in die hede (hier en nou) kan ervaar. Individue kan waarskynlik tydens gestaltherapie gelei word om hul onvoltooide gestalte na die hier en nou te bring, ten einde dit te voltooi.

Hier kan tot die slotsom gekom word dat 'n individu as 'n holistiese eenheid in 'n interafhanklike verhouding tot sy omgewing staan, dat hy sy eie response bepaal en dat hy in staat is om bewus te wees van sy liggaam, geestelike aspekte, taal, kultuur, denke en gedrag. 'n Individue is verder in staat om keuses te maak, verantwoordelikheid vir sy dade te neem en beskik oor die vermoë en hulpbronne om self sy behoeftes in die hier en nou deur die proses van selfregulering te bevredig.

## **2.5 DOELSTELLINGS VAN GESTALTTERAPIE**

Drie sentrale doelstellings word binne gestaltherapie onderskei, naamlik die verhoging van bewustheid en selfondersteuning en die fasilitering van persoonlike integrasie. (Vgl. Thompson en Rudolph 1996:144 en Blom 2000a:200.) Hierdie doelstellings word vervolgens bespreek:

### **2.5.1 Bewustheid**

Bewustheid word as die sentrale doelstelling van gestaltterapie beskou en behels volgens Hansen *et al.* (1980:209) dat die individu in kontak met sigself en sy omgewing is en in staat is om aandag te skenk aan dit wat op sy figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn. In samehang hiermee is Aronstam (1989:635) van mening dat die organisme deur volle bewustheid in staat gestel word om sy mees dominante behoefte te identifiseer en toepaslik kontak met sy omgewing te maak, ten einde sy behoefte te bevredig, aandag te gee aan hoe hy selfregulering (vgl. 2.3.2) onderbreek en verantwoordelikheid vir sy eie gedrag te aanvaar. Volgens Yontef (1993:150) behels bewustheid om die omgewing te ken, verantwoordelikheid vir keuses te neem, selfkennis, selfaanvaarding en die vermoë om kontak te maak. Vir Thompson en Rudolph (1996:144) en Sinay (1997:162-163) impliseer bewustheid om ten volle die hier en nou te ervaar. Volgens Sinay (1997:166) behels die hier en nou: “... a *continuous state of present*”. Menende dat ‘n individu in kontak is met dit wat hy op ‘n spesifieke oomblik doen, sonder om aan die verlede of aan die toekoms te dink. Bewustheid impliseer dus selfkennis, selfaanvaarding, kontakmaking met sigself en met die omgewing en die identifisering van die mees dominante behoeftes wat op ‘n spesifieke oomblik (hier en nou) op die figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn.

Vanuit bogenoemde kan afgelei word dat gestaltterapie ten doel het om die individu se bewustheid te verhoog, om hom in staat te stel om sigself en sy omgewing te ken, sigself te aanvaar, aandag te skenk aan sy mees dominante behoefte wat in die hier en nou op sy figuurgrond verskyn en toepaslike kontak te maak met sy omgewing om sodoende sy behoeftes te bevredig, te fokus op hoe hy selfregulering (vgl. 2.3.2) onderbreek en om verantwoordelikheid vir sy eie gedrag te aanvaar.

### **2.5.2 Selfondersteuning**

‘n Terapeutiese doelwit van gestaltterapie is om die individu te lei om meer verantwoordelikheid vir sigself te aanvaar en minder van omgewingsteun afhanklik te wees, om sodoende na rypheid en volwassenheid te beweeg (Aronstam 1989:639). In samehang hiermee is Korb *et al.* (1989:47,75) van mening dat ‘n individu selfondersteuning bekom wanneer hy van omgewingsteun oorgaan na selfondersteuning en besluitneming. Volgens Yontef (1993:26) behoort ‘n individu oor selfkennis te beskik en sigself te aanvaar, om selfondersteunend te kan wees. In aansluiting hierby is Sinay (1997:130,171) van mening dat ‘n individu wat selfondersteunend funksioneer oor die vermoë beskik om sigself te ken, te

aanvaar, verantwoordelikheid vir sigself te neem, sy eie behoeftes te bevredig, bewus te wees van sigself in die hier en nou en om sy eie onvoltooide gestalte te voltooi. Volgens Blom (2000b:klasaantekeninge) sluit selfondersteuning selfgerigte stellings, bemeestering en beheer in. Selfondersteuning behels dus om van omgewingsteun weg te beweeg na die neem van verantwoordelikheid vir sigself, selfkennis, selfaanvaarding, bewustheid in die hier en nou, selfgerigte stellings, bemeestering, beheer en behoeftebevrediging (selfregulering).

Hier kan afgelei word dat gestaltterapie ten doel het om 'n individu te lei om selfondersteunend te funksioneer, ten einde hom in staat te stel om bewus te wees van sigself, verantwoordelikheid vir sigself te neem, besluite te neem, selfregulerend te wees en derhalwe minder van omgewingsteun afhanklik te wees. 'n Eie interpretasie is dat die individu steeds ander persone in sy lewe nodig het, gesien in die lig daarvan dat hy 'n holistiese eenheid is wat nie geïsoleerd van sy omgewing kan leef nie. Daar kan dus akkoord gegaan word met Aronstam (1989:639) wat van mening is dat 'n individu begrip moet hê vir die verhouding tussen sigself en die omgewing, ten einde selfondersteunend te wees.

### **2.5.3 Integrasie**

Volgens Patterson (1980:453) word integrasie, as 'n gestaltterapeutiese doelstelling, bereik wanneer die totale individu, bestaande uit liggaam, emosies, gedrag, gees, taal en denke as 'n eenheid met sy fisiese en sosiale omgewing funksioneer. Die doel van integrasie is volgens Thompson en Rudolph (1996:144) om 'n individu te help om 'n sistemiese geheel te word, waarvan die innerlike staat en gedrag ooreenstem, sodat weinig energie in die sisteem vermors word. Volgens Sinay (1997:168) behels integrasie die proses waartydens die individu projeksies en vervreemde dele van die self in besit neem en hy verantwoordelikheid vir sy eie gevoelens, gedagtes, woorde en daade neem. Integrasie impliseer volgens Blom (2000a:203) dat die individu bygestaan moet word om, as 'n holistiese eenheid, sy denke, emosies, liggaam en sintuie te integreer ten einde onvoltooidhede op sy voorgrond te voltooi. Integrasie behels dus die proses waartydens die individu sy projeksies en vervreemde dele van sigself in besit neem, onvoltooidhede wat op sy figuurgrond verskyn voltooi en verantwoordelikheid vir sy eie gevoelens, gedagtes, woorde en daade neem en as 'n holistiese eenheid met sy fisiese en sosiale omgewing funksioneer.

Uit bogenoemde word afgelei dat gestaltterapie ten doel het om 'n individu te lei om integrasie te bereik, sodat hy in staat sal wees om sy denke, emosies, woorde, liggaam,

sintuïe en gedrag saam te voeg, verantwoordelikheid vir sy eie lewe te aanvaar en onvoltooidhede wat op sy voorgrond verskyn, te voltooi en sodoende as 'n holistiese eenheid met sy fisiese en sosiale omgewing te funksioneer.

Ten slotte word afgelei dat die sentrale doelstellings van gestaltterapie, naamlik bewustheid, selfondersteuning en integrasie 'n mate van oorvleueling toon deurdat al drie konsepte klem lê op die individu wat in staat gestel moet word om in die hier en nou kontak te maak, sigself te omskryf, bewus te word van dit wat op sy figuurgrond verskyn en sy onvoltooide gestalte te voltooi, asook om verantwoordelikheid vir sy lewe te neem.

## **2.6 SAMEVATTING**

Frederich (Fritz) Perls was die grondlegger van gestaltterapie in die vorige eeu. Gestalt dui op die proses van integrering van 'n reeks gedetailleerde persepsies ten einde 'n betekenisvolle geheelbeeld, wat meer as die som van sy dele is, te verkry. Gestaltterapie is 'n humanistiese, prosesgeoriënteerde vorm van psigoterapie, wat fokus op die hier en nou, ten einde die individu in staat te stel om bewustheid te ontwikkel en in kontak met sigself te kom, selfondersteuning te kry deur besluite te neem en verantwoordelikheid vir sy eie lewe te neem en integrasie te bereik deur sy verskillende dele te aanvaar en dit te integreer om sodoende as 'n selfregulerende eenheid sy ware self te word.

Bepaalde teoretiese uitgangspunte kan as kenmerkend van gestalttrapie beskou word. Die konsep van holisme word binne gestaltterapie beklemtoon, deurdat die individu as 'n geïntegreerde onafskeibare eenheid van liggaam, emosionele en geestelike aspekte, taal, denke en gedrag beskou word. Alle gedrag word gereguleer deur die proses van homeostase of selfregulering waardeur 'n individu sy ewililibrium in stand hou. Deur middel van selfregulering word behoeftes bevredig. Wanneer 'n behoefte bevredig is, is die gestalt voltooi en verskyn 'n nuwe behoefte of figuur op die voorgrond. Onvoltooide gestalte is onopgeloste situasies in die individu se lewe en moet in die hede, die hier en nou, ervaar word. Fragmentasie ontstaan wanneer die individu nie as 'n geheel funksioneer nie, maar optree vanuit verskillende fragmente. Deur die proses van kontak en onttrekking is die individu gedurig in interaksie met sy omgewing ten einde sy behoeftes te bevredig. Die individu maak by sy kontakgrens ("*ek*" en die "*nie ek nie*") kontak met sy omgewing. Kontakgrensversteurings kan ontstaan wanneer die individu nie meer in staat is om 'n goeie balans tussen sigself en die omgewing te vorm, ten einde die behoeftes op sy voorgrond

effektief te bevredig nie. Vyf kontakgrensversteurings word onderskei, naamlik introjeksie, projeksie, samevloeiing, retrofleksie en defleksie. Verskillende vorme van polarisering kan voorkom, soos polariteite ten opsigte van emosies, eienskappe van die self en eienskappe van ander. Konflik ontstaan dikwels tussen polariteite binne die individu, waarvan die “*topdog*” en “*underdog*” die bekendste is en kan aanleiding gee tot ‘n gefragmenteerde bestaan.

Volgens die basiese beginsels van gestaltterapie word die individu as ‘n holistiese eenheid in ‘n interafhanklike verhouding met sy omgewing beskou. Hy kan sy eie response bepaal en is in staat om bewus te wees van sy sensasies, denke, emosies en persepsies. Die individu is verder in staat om keuses te maak, verantwoordelikheid vir sy daade te neem en hy beskik oor die vermoë en hulpbronne om self sy behoeftes in die hier en nou deur selfregulering te bevredig. Die bevordering van bewustheid en selfondersteuning en die fasilitering van integrasie word as sentrale doelstelling van gestaltterapie beskou.



# **HOOFSTUK DRIE**

## **GESTALTGROEPWERK AS TERAPEUTIESE INTERVENSIE-VORM**

In hierdie hoofstuk word gefokus op gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm vir die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase se bewustheid, selfondersteuning en integrasie.

Ten aanvang word aandag geskenk aan die benutting van gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm. Drie gestaltgroepwerkmodelle, naamlik die tradisionele een-tot-een-model, die interaksie-/groepprosesmodel en die tweeledige model word verken, ten einde potensiële bruikbare elemente vir die ontwerp en ontwikkeling van die intervensieprogram te identifiseer. Die doelstellings van gestaltgroepwerk, die rolle en funksies van die gestaltgroepleier, asook die rol van groeplede word voorts in hierdie hoofstuk bespreek. Ook word aandag geskenk aan twee prosesse wat binne gestaltgroepwerk onderskei word, naamlik die groepproses en die proses van elke groeplid. Die hoofstuk word afgesluit deur te fokus op die samestelling van die groep, die duur daarvan en die daarstelling van groeppreëls.

### **3.1 DIE BENUTTING VAN GESTALTGROEPWERK AS TERAPEUTIESE INTERVENSIEVORM**

Gestaltgroepwerk, wat in wese nie van gestaltterapie verskil nie, is volgens Perls meer terapeuties en tydeffektief as in die geval van individuele gestaltterapie. (Vgl. Kitzler 1980:26-27 en Aronstam 1989:643.) In samehang hiermee is Little (1986:489) van mening dat gestaltgroepwerk aan groeplede leerervarings bied, interaksie bevorder en koste-effektief is vir instansies wat oor hoë kliënteladings, maar min mensekrag beskik. Die groep word 'n veilige laboratorium vir groeplede, deurdat dit 'n gevoel van aanvaarding en behoort aan kweek, bewustheid verhoog en aan groeplede geleentheid bied om hulle onderdrukte gevoelens uit te druk, hulle huidige gedrag in die hier en nou te ervaar en met nuwe gedrag te eksperimenteer. 'n Verskeidenheid probleme kan by wyse van gestaltgroepwerk hanteer word, terwyl dit nie altyd by wyse van individuele terapie hanteer kan word nie. (Vgl. Ginger en Ginger 2002:1 en Harris 2002d:4-5.) 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers met verskillende probleme waarskynlik deur middel van gestaltgroepwerk gehelp kan

word om bewus te word van hulle gevoelens in die hier en nou, ten einde dit uit te druk. Die groepopset kan waarskynlik aan hulle 'n veilige oefenskool bied om met nuwe gedrag te eksperimenteer, alvorens hulle dié gedrag buite die groepopset probeer toepas.

Gestaltgroepwerk stel groeplede verder in staat om met medegroeplede se ervarings te identifiseer, empatie te toon en met hulle eie gevoelens in kontak te kom. Sodoende word “*silent self-therapy*” bewerkstellig (Korb *et al.* 1989:107). Dit wil dus voorkom of toesighoudende, geskeide ouers tydens gestaltgroepwerk op 'n indirekte wyse deur middel van medegroeplede se ervarings van hulle eie gevoelens bewus kan word, selfondersteuning kan bekom en integrasie kan bereik.

Gestaltgroepwerk is verder 'n ideale opset om groeplede se kontak- en sosiale vaardighede te verbeter, deurdat dit hulle in staat stel om bewus te word van die blokkasies wat hul verhinder om met sigself en ander kontak te maak. (Vgl. Korb *et al.* 1989:107 en Oaklander 1999:165-167,174.) Ter aansluiting hierby is Oaklander (1999:165) van mening dat kontakvaardighede of kontakfunksies die gebruik van sintuie, naamlik sig, gehoor, tas, reuk, smaak, liggaamsbewustheid, liggaamsbeweging, die vermoë om gevoelens effektief uit te druk en die benutting van die intellek in verskeie vorme, soos leer, uitdrukking van idees, denke, behoeftes en afkeure, behels. Swak kontakvaardighede dui op 'n swak sin vir die self en kan lei tot swak sosiale vaardighede (Winter 2000:41). Hieruit kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers wat oor 'n swak sin vir die self beskik, moontlik probleme kan ervaar om kontak te maak en te sosialiseer. Hulle sin vir die self (vgl. 3.8.2) kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk bevorder word en hulle kan gelei word tot beter kontakmaking met sigself en met hul omgewing, aangesien die groepkonteks 'n veilige atmosfeer kan bied waar groeplede sigself kan definieer (vgl. 3.8.2.1) en met nuwe gedrag kan eksperimenteer.

Alhoewel gestaltgroepwerk as 'n ideale intervensievorm beskou word om hulpverlening aan individue in groepverband te bied, is literatuur ten opsigte van gestaltgroepwerk relatief skaars. Volgens Fatout (1992:105) is literatuur ten opsigte van gestaltterapie geredelik beskikbaar, maar “*no studies were found regarding the use of Gestalt groups*”. Ook Harris (2002c:1) het in sy soeke na literatuur ten opsigte van gestaltgroepwerk gevind dat, ten spyte van 'n groot belangstelling in gestaltgroepwerk daar weinig literatuur sedert 1985

daaromtrent beskikbaar is. Hy meld in dié verband: *“But, despite these flurries of interest, writing on the theory and practice of gestalt approaches to groups is still scarce”*.

Ter samevatting kan dus afgelei word dat gestaltgroepwerk as intervensievorm verskeie voordele vir groeplede (toesighoudende, geskeide ouers) kan inhou, deurdat dit aan groeplede geleentheid kan bied om hulle huidige gedrag in die hier en nou te ervaar, hulle onderdrukte gevoelens uit te druk, met nuwe gedrag te eksperimenteer, met medegroeplede se ervarings te identifiseer en met hulle eie gevoelens deur *“silent self-therapy”* in kontak te kom. Deur middel van gestaltgroepwerk kan groeplede se kontak en sosiale vaardighede verbeter word en kan instansies wat oor hoë kliënteladings, maar oor min mensekrag beskik, veral ten opsigte van faktore soos koste en tyd, by gestaltgroepwerk baat vind. Alhoewel gestaltgroepwerk as ‘n ideale intervensievorm deur Harris (2002c:1) beskou word, blyk dit of die teoretiese uitbreiding daarvan sedert 1985 agterweë gebly het.

### **3.2 GESTALTGROEPWERKMODELLE**

Twee oorhoofse gestaltgroepwerkmodelle word in die literatuur onderskei, naamlik die tradisionele een-tot-een-model en die interaksie-/groepprosesmodel. ‘n Kombinasie van die genoemde twee modelle, wat vir die doeleindes van hierdie navorsing benut word, verdien verdere vermelding. (Vgl. Ohlsen *et al.* 1988:65-66, Yontef en Simkin 1989:349-350 en Yontef 1993:168-169.) Vervolgens word die onderskeie modelle bespreek.

#### **3.2.1 Tradisionele een-tot-een-model**

Fritz Perls se een-tot-een-werk in werkseminaarformaat het tot die ontstaan van die tradisionele een-tot-een-model aanleiding gegee. Tydens die toepassing van hierdie model val die fokus op een groeplid op ‘n keer en behels dit in wese individuele terapie binne groepverband, deurdat ‘n vrywillige groeplid die *“warm stoel”* inneem en saam met die gestaltgroepleier werk aan ‘n bepaalde probleem (met die klem op die hier en nou), terwyl die ander groeplede in stilte toekyk. Een-tot-een-episodes, waartydens die fokus op die interaksie tussen die groepleier en ‘n groeplid val, duur gemiddeld 20 minute, maar kan wissel van enkele minute tot 45 minute. Die medegroeplede wat as *“toeskouers”* optree, kry na afloop van die vrywillige groeplid se een-tot-een-werk geleentheid om terugvoer te gee ten opsigte van hoe sigself beïnvloed is, wat hulle waargeneem het en hoe hulle eie ervarings ooreenstem met dié van die groeplid waarmee gewerk is. Op dié wyse kan groeplede gestimuleer word om hul eie werk in stilte, met ander woorde *“silent self-therapy”*

(vgl. 3.1), te doen. Gestaltgroepleiers wat hiérdie model benut, fokus egter nie op groepdinamika nie of streef nie daarna om groepkohesie te bereik nie. Die verhoudingspatrone in die groep ten opsigte van die tradisionele een-tot-een-model kan met die speke van 'n wiel vergelyk word, met die groepleier waardeur alle interaksie beweeg, in die middel. Deurdat die gestaltgroepleier as't ware al die werk doen word direkte en spontane interaksie in groepverband ontmoedig. (Vgl. Kepner 1980:7-8, Corey 1990:344-345 en Yontef 1993:118,169.)

Die tradisionele een-tot-een-model blyk dus individuele terapie binne groepverband te wees, waar die fokus op die interaksie tussen die gestaltgroepleier en die groeplid in die “warm stoel” val. Die res van die groep tree as stil toeskouers op, wat na afloop van die een-tot-een-werk geleentheid kry om te reageer. Die groepleier is die kanaal waardeur alle interaksie gereguleer word en sodoende word groepdinamika en groepkohesie nie in berekening gebring nie. 'n Gebrek aan groepdinamika en groepkohesie kan groeplede waarskynlik daarvan weerhou om mekaar te vertrou en derhalwe in 'n veilige, geborge groeppatmosfeer by wyse van selfonthulling en emosionele uitdrukking in kontak met sigself en hul omgewing te kom. Sonder groepdinamika (vgl. 3.6) en groepkohesie<sup>2</sup> kan groeplede waarskynlik ook daarvan weerhou word om bewus te word van hoe hulle kontak met sigself en hul omgewing vermy. Gevolglik kan hulle daarvan ontnem word om nuwe hanteringswyses, in 'n veilige en geborge groep wat as 'n laboratorium dien, in te oefen en te bemeester alvorens hul dit buite groepverband met die nodige selfondersteuning toepas.

### **3.2.2 Interaksie-/groepprosesmodel**

Binne die interaksie-/groepprosesmodel word besondere klem geplaas op die interaksie (kontak) tussen groeplede en die groepproses. Die groepprosesmodel gaan van die veronderstelling uit dat gesonde verandering toegeskryf kan word aan die interaksie tussen groeplede en die voortspruitende ontwikkeling van terapeutiese kragte in die groep (groeppdinamika). Huidige groeppervaring, die groeppbewustheidsproses, aktiewe kontak tussen groeplede en die voorstelling van interaksionele eksperimente<sup>3</sup> deur aktiewe en

---

<sup>2</sup> Groepkohesie impliseer die aantrekkingskrag soos wedersydse aanvaarding en 'n samehorigheids/eenheidsgevoel wat 'n groep vir elk van sy lede inhou en wat bepaal tot welke mate die groep ontbinding sal weerstaan. Dit behels al die kragte binne of buite wat dit intak hou. (Vgl. Gouws *et al.* 1987:129 en Vaktaalkomitee vir Maatskaplike Werk 1995:28.)

<sup>3</sup> 'n Eksperiment is 'n gestaltnetiek wat ten doel het om individue se dryfkragte ten opsigte van aspekte in hulle lewens waar hulle “vasgehaak” het, te herstel. Dit behels 'n aktiwiteit waardeur individue in staat gestel

betrokke groepleiers word as sleutelbeginsels van die interaksie-/groepprosesmodel beskou. Vanuit 'n holistiese oogpunt onderskei die interaksie-/groepprosesmodel tussen drie prosesvlakke wat spontaan in gestaltgroepe voorkom, naamlik die individuele vlak (elke individu word as 'n geheel beskou), die interpersoonlike vlak (interaksie tussen sommige van die groeplede) en die groep, as 'n geheel. Die gestaltgroepleier kan bepaal op watter van die drie vlakke interaksie gefasiliteer behoort te word. (Vgl. Ohlsen *et al.* 1988:65, Corey 1990:345 en Harris 2002b:10.)

Dit wil dus voorkom asof die interaksie-/groepprosesmodel aandag skenk aan, sowel die interaksie tussen groeplede, as die groepsproses. Die gestaltgroepleier moet deurentyd bewus wees van die drie prosesvlakke, naamlik die individuele, interpersoonlike en groeplvlak, ten einde in staat te wees om interaksie tot voordeel van elke groeplid en die groep as geheel te fasiliteer om sodoende verhoogde bewustheid, integrasie en selfondersteuning te verseker.

Die werk van die gestaltgroepleier behels sowel werk met individuele groeplede, as werk met die groep as 'n sisteem. Gestaltgroepleiers maak tydens die benutting van die interaksie-/groepprosesmodel gebruik van sowel gestruktureerde as ongestruktureerde eksperimente, om bewustheid te verhoog deur te fokus op ervarings in die hier en nou. 'n Tipiese interaksie- of groepprosesmodel wat dikwels deur gestaltgroepleiers benut word, moedig die verhoging van bewustheid aan deur te fokus op kontak tussen groeplede en een-tot-een-werk in die groep. Anders as by die tradisionele een-tot-een-model word groeplede op 'n groter skaal by 'n groeplid se een-tot-een-werk betrek, deurdat hulle aangemoedig word om spontaan (sonder om eers hul beurt af te wag) tydens die groeplid se een-tot-een-werk te reageer. Op dié wyse word interaksie bevorder en kan groeplede deur mekaar se werk gemotiveer word om in kontak met hulle eie gevoelens te kom en dit te eksploreer. (Vgl. Kepner 1980:13, Yontef en Simkin 1989:350 en Yontef 1993:169-170.) Dit wil voorkom asof die gestaltgroepleier tydens die interaksie-/groepprosesmodel op sowel individuele groeplede as op die groep fokus, ten einde bewustheid te verhoog, groepinteraksie te bevorder en groeplede in staat te stel om deur mekaar se werk gemotiveer te word om tot

---

word om krisis in hul lewens in 'n veilige terapeutiese opset te konfronteer en uit te druk (Corey 1990:330). Gestalteksperimente kan byvoorbeeld uitgevoer word by wyse van 'n dialoog tussen twee dele van sigself ("topdog" en "underdog"), dramatisering van 'n krisis en die oorbeklemtoning van 'n sekere liggaamsbeweging (Corey 1990:330 en Philippson 2002a).

emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan. Die gestaltgroepleier behoort dus gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke (vgl. 4.1- 4.12) op so 'n wyse aan te wend, dat dit bewustheid verhoog en groeplede in staat stel om kontak met sigself en met mekaar te maak.

Volgens Harman (1989:19) kan een-tot-een-werk in enige gestaltgroep plaasvind en kan dit die volgende voordele vir groeplede inhou:

- Die betrokke groeplid wat in die “*warm stoel*” sit en wat werk, kan meer energie bekom vanweë al die aandag wat op hom gefokus word.
- Die groeplid wat instem om in die teenwoordigheid van medegroeplede te werk, leer om verantwoordelikheid vir eie gedrag te aanvaar en om aanvaarding of verwerping deur ander te hanteer.
- Deur die groepinteraksie waar te neem, kry die gestaltgroepleier geleentheid om die groeplid wat in die “*warm stoel*” werk se interaksie te evalueer, ten einde bewustheid asook die groep dienooreenkomstig te rig.
- Die nuwewerkende groeplede (toeskouers) kry geleentheid om persoonlike betekenis uit die werkende groeplid se werk te bekom en dit te assimileer (vgl. 2.3.5.1).
- Die groep kan vir eksperimentele doeleindes benut word wat nie in privaat, individuele sessies moontlik is nie.

Een-tot-een-werk kan dus voordelig in gestaltgroepwerk aangewend word, deurdat groeplede daardeur in staat gestel word om bewus te word van sigself en hul omgewing, verhoogde selfondersteuning (vgl. 2.5.2 en 3.3.2) te bekom en as geïntegreerde eenhede verantwoordelikheid vir hulle eie lewens te neem.

Spontane, ongestruktureerde deelname van medegroeplede tydens een-tot-een-werk kan egter risiko's inhou: een-tot-een-werk kan daardeur gefragmenteer word, groeplede kan te veel hulp aanbied, op onbelangrike sake fokus of die groeplid wat een-tot-een-werk verrig kan te veel blootgestel word aan medegroeplede se konfrontasie, met ander woorde meer as waarvoor hy ondersteuning het. (Vgl. Ohlsen *et al.* 1988:65, Yontef en Simkin 1989:350 en Yontef 1993:119,120,169,170.)

Hieruit kan afgelei word dat spontane, ongestruktureerde deelname van medegroeplede tydens een-tot-een-werk tot verhoogde interaksie en bewustheid aanleiding kan gee, maar

dat dit aan die ander kant waardevolle terapeutiese een-tot-een-werk kan saboteur. Die gestaltgroepleier het dus 'n belangrike taak om toe te sien dat die een-tot-een-werk van 'n vrywillige groeplid nie deur oorywerige medegroeplede se spontane insette benadeel word nie. Daar word akkoord gegaan met Yontef (1993:120) wat van mening is dat 'n gestaltgroepleier oor sekere vaardighede en houdings (byvoorbeeld 'n ferm houding en onderhandelingsvaardighede) moet beskik, ten einde moontlike negatiewe resultate te minimaliseer.

### **3.2.3 Tweeledige model**

Sommige gestaltgroepleiers is van mening dat die een-tot-een-model en die interaksie-/groepprosesmodel gekombineer kan word. 'n Fyn balans moet bewerkstellig word tussen die gestaltgroepleier, individuele groeplede en die groep wat betref die uitwerking van energie, tyd en fokus. Wanneer die fokus byvoorbeeld alleenlik op die gestaltgroepleier en 'n groeplid val, kan die groepkrag na die groepleier beweeg en meebring dat groeplede van die groepleier afhanklik word om vir hulle leiding te gee. Gevolglik kan die interaksieproses wat nodig is vir die ontwikkeling van die groep, ingeperk word. (Vgl. Ohlsen *et al.* 1988:65-66 en Harman 1989:31.) Dit blyk dus of die een-tot-een-model en die interaksie-/groepprosesmodel wel gekombineer kan word, maar dat 'n fyn balans deurentyd nodig is om te voorkom dat die groepinteraksieproses ingeperk word en die groeplede van die groepleier afhanklik word en sodoende nie vir hul eie lewens verantwoordelikheid neem nie.

Vir die doeleindes van hierdie navorsing word die tradisionele een-tot-een-model in kombinasie met die interaksie-/groepprosesmodel benut, aangesien die groeplede tydens gestaltgroepwerk, sowel by eksperimente wat groepinteraksie aanmoedig, as by een-tot-een-werk betrek word. Tydens die tradisionele een-tot-een-werk vind interaksie hoofsaaklik tussen die gestaltgroepleier en die vrywillige groeplid in die "*warm stoel*" plaas, terwyl die medegroeplede as stil toeskouers optree en eers toegelaat word om na afloop van die een-tot-een-werk te reageer. Anders as in die geval van die een-tot-een-model word die interaksie tussen die gestaltgroepleier en die individu (een-tot-een-werk) by die interaksie-/groepprosesmodel uitgebrei na die res van die groeplede, wat op spontane wyses insette tydens die vrywillige groeplid se werk in die "*warm stoel*" mag lewer. Vir die doeleindes van hierdie navorsing word die res van die groep (soos in die geval by die tradisionele een-tot-een-model) nie toegelaat om tydens 'n vrywillige groeplid se werk in die "*warm stoel*" insette te lewer nie. Hulle kan wel na afloop van die een-tot-een-werk geleentheid kry om insette te

lewer. Die rede wat vir laasgenoemde aangevoer word spruit voort uit die oortuiging dat groeplede deur 'n ongestruktureerde en spontane wyse (soos in die geval by die interaksie-/groepprosesmodel) moontlik kan inbreuk maak op 'n vrywillige groeplid se werk in die “warm stoel” en dat dit waarskynlik aanleiding kan gee tot die verbreking van laasgenoemde se kontak. Deur voortdurend die vrywillige groeplid se werk te onderbreek, kan medegroeplede waarskynlik poog om die aandag/fokus op sigself te plaas.

Ten einde maksimum groepdeelname en -interaksie tydens die kombinasie van die tradisionele een-tot-een-model en die groepproses-/interaksiemodel te verseker behoort groepaktiwiteite op so 'n wyse ingerig te word dat al die groeplede aan niebedreigende aktiwiteite blootgestel word, maar dat slegs vrywillige groeplede (wat bereid is om te werk) by een-tot-een-werk betrek word. Al die groeplede kan byvoorbeeld deur middel van die roosboomfantasie (vgl. 4.5.1) gelei word om met 'n roosboom te identifiseer en dit te teken, maar slegs diegene wat gewillig is om te “werk” kan versoek word om die “warm stoel” in te neem. Die gestaltgroepleier en die individu in die “warm stoel” tree dan in interaksie, ten einde laasgenoemde se probleme terapeuties aan te spreek. Op dié wyse word al die groeplede by 'n groepaktiwiteit (vgl. 4.5.1, roosboomfantasie) betrek, wat tot verhoogde groepkohesie en -interaksie kan aanleiding gee. Voortvloeiend kan die groeplede geleentheid kry om deur medegroeplede se een-tot-een-werk verhoogde bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) te bekom, tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan en/of integrasie deur middel van “silent therapy” (vgl. 3.1) te bereik.

Samevattend kan gestel word dat twee oorhoofse modelle binne gestaltgroepwerk onderskei word, naamlik die tradisionele een-tot-een-model en die interaksie-/groepprosesmodel. Die een-tot-een-model beklemtoon by wyse van die “warm stoel”-tegniek die interaksie tussen 'n vrywillige groeplid en die gestaltgroepleier, terwyl die ander groeplede as stil toeskouers optree en eers na afloop van die een-tot-een-werk hul ervarings daaromtrent mag deel. Groepinteraksie en groepkohesie geniet egter geen aandag tydens die benutting van dié model nie. Die interaksie-/groepprosesmodel daarenteen beklemtoon interaksie tussen groeplede en die groepproses. Deur die benutting van gestruktureerde en ongestruktureerde eksperimente word interaksie tussen die groeplede bewerkstellig en word ervarings in die hier en nou beklemtoon. Medegroeplede is meer aktief betrokke by 'n vrywillige groeplid se een-tot-een-werk, deurdat hul aangemoedig word om spontaan insette te lewer wanneer een-tot-een-werk gedoen word. Laasgenoemde twee modelle kan in kombinasie benut word,



maar 'n fyn balans is nodig ten einde groepinteraksie en groei te verseker. Vir die doeleindes van hierdie navorsing word die tradisionele een-tot-een-model en die interaksie-/groepprosesmodel in kombinasie benut, deurdat die fokus op beide een-tot-een-werk (soortgelyk aan die een-tot-een-model se werkswyse) en groepinteraksie val.

### **3.3 DOELSTELLINGS VAN GESTALTGROEPWERK**

Volgens Kitzler (1980:26) verskil gestaltgroepwerk in wese nie van gestaltterapie nie. Die doelstellings wat ten opsigte van gestaltgroepwerk gestel word kom dus ooreen met die oorkoepelende doelstellings van gestaltterapie (vgl. 2.5), naamlik bewustheid, selfondersteuning en integrasie. Voorts word die doelstellings van gestaltgroepwerk kortliks bespreek.

#### **3.3.1 Bewustheid**

Individuele bewustheid word as 'n doelstelling in gestaltgroepwerk beskou en impliseer dat 'n groeplid aandag skenk aan dit wat op sy voorgrond verskyn. 'n Groeplid kan ten opsigte van verskeie vlakke, naamlik emosioneel (hoe hy voel), fisies (wat hy fisies ervaar) en van sy omgewing (wat buite hom is) bewustheid ervaar. 'n Groeplid, wat in kontak met sigself en met sy omgewing is, is ten volle bewus van wat hy doen, dink, beplan en voel. (Vgl. Hansen *et al.* 1980:209 en Harman 1989:6.) In samehang hiermee is Corey (1990:318) van mening dat groeplede, as 'n gestaltgroepwerkdoelstelling uitgedaag behoort te word om bewus te word van die wyses waarop hulle, hul verantwoordelikhede ten opsigte van hul bewustheid vermy. Bewustheid word as genesend beskou, deurdat dit groeplede in staat stel om hul impasse en blokkasies te erken en die nodige selfondersteuning te vind om hul eie probleme op te los en weë te vind om verandering moontlik te maak. Deur bewustheid, wat die enigste basis vir kennis en kommunikasie is, kry groeplede ook geleentheid om die dele van sigself wat hul ontken te integreer en sodoende as 'n geheel te funksioneer. (Vgl. Hansen *et al.* 1980:209 en Corey 1995:294.)

Toesighoudende, geskeide ouers behoort dus tydens gestaltgroepwerk gelei te word om verhoogde bewustheid te bekom, ten einde hulle in staat te stel om hulle impasse en blokkasies te erken, selfondersteuning te bekom deur verantwoordelikheid vir hulle eie lewens te neem en om die ontkende dele van sigself te integreer en sodoende maksimaal tot voordeel van hulle kinders te funksioneer. Bewustheid blyk 'n kardinale rol te speel in die bereiking van die ander twee doelstellings, naamlik selfondersteuning en integrasie.

### 3.3.2 Selfondersteuning

Volgens Hansen *et al.* (1980:209) behels die primêre doel in gestaltgroepwerk om groeplede te lei tot “*rypheid*”, wat die wegbeweeg van omgewingsteun na selfondersteuning en die neem van eie verantwoordelikheid impliseer. Vanuit gestaltterapie impliseer die neem van verantwoordelikheid dat ‘n individu bereid moet wees om te sê: “*Ek is wat ek is*” of “*Ek is ek*” en sodoende sigself vryspreek van voorskrifte/introjekte wat vanuit die samelewing aanvaar is sonder om dit te assimileer (Hansen *et al.* 1980:209). In samehang hiermee beskou Corey (1990:318) die basiese doelstelling van gestaltgroepwerk om groeplede aan te moedig om interne steun (selfondersteuning) in plaas van omgewingsteun te soek. Hier kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers se selfondersteuning (vgl. 2.5.2) tydens gestaltgroepwerk verhoog behoort te word, ten einde hulle in staat te stel om nie deur introjekte (voorskrifte en reëls van die samelewing, vgl. 2.3.5.1) gemanipuleer te word nie, maar verantwoordelikheid vir hulle eie lewens te neem, hulle ware self te word en maksimaal tot voordeel van hulle kinders te funksioneer.

### 3.3.3 Integrasie

Gestaltgroepwerk het ook ten doel om groeplede te lei tot die bereiking van integrasie. Laasgenoemde impliseer die samevoeging van die verskillende dele van groeplede se sub siste me, naamlik gees, liggaam en siel, tot ‘n geheel eenheid. Klem word veral geplaas op die integrering van polariteite (vgl. 2.3.6) in ‘n groeplid se lewe, byvoorbeeld liefde en haat, “*topdog*” en “*underdog*” of ‘n individu se “*moets*” en wat hy “*wil*”. Integrasie is ‘n aaneenlopende proses wat nooit voltooi word nie, aangesien daar altyd in ‘n individu (‘n groeplid) se lewe leerervaringe bestaan wat geïntegreer moet word. (Vgl. Kepner 1980:8 en Hansen *et al.* 1980:210.) Toesighoudende, geskeide ouers behoort deur middel van gestaltgroepwerk gelei te word om hulle polariteite (vgl. 2.3.6) te integreer, ten einde hulle in staat te stel om as geïntegreerde eenhede (gees, liggaam en siel) hulle ware self te word en maksimaal tot voordeel van hulle kinders te funksioneer. ‘n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik in fragmente kan funksioneer indien hulle oor polariteite beskik wat nie in hulle lewens geïntegreer is nie. ‘n Toesghoudende, geskeide ouer kan byvoorbeeld by sy werk teruggetrokke en stil voorkom, maar deur familie en vriende as die teenoorgestelde ervaar word. Sodoende funksioneer hy volgens fragmente, aangesien hy nie altyd dieselfde optree nie.

Uit bogenoemde kan afgelei word dat gestaltgroepwerk oorkoepelend ten doel het om groeplede se bewustheid en selfondersteuning te verhoog en integrasie te bewerkstellig. In samehang hiermee is Zinker (1980:59) en Corey (1995:294) van mening dat gestaltgroepwerk se doelstellings veral vanuit twee invalshoeke beskou behoort te word, naamlik persoonlike doelstellings vir elke groeplid en doelstellings vir die groep as geheel (die groepproses). Vervolgens sal aan hiërdie doelstellings aandag geskenk word:

### **3.3.4 Doelstellings ten opsigte van elke groeplid**

Volgens Zinker (1980:59-60) en Corey (1995:294) behoort die volgende doelstellings ten opsigte van elke groeplid daargestel te word:

- Verhoging van sensoriese bewustheid. Daar behoort dus tydens gestaltgroepwerk gefokus te word op aktiwiteite en tegnieke (vgl. 4.8) om toesighoudende, geskeide ouers se sensoriese bewustheid te bevorder en hulle sodoende in staat te stel om kontak met sigself en die omgewing te maak.
- Verhoging en uitbreiding van bewustheid. Hier kan afgelei word dat gestaltgroepwerk tegnieke en -aktiwiteite (vgl. hoofstuk 4) sodanig geselekteer behoort te word, dat toesighoudende, geskeide ouers maksimale bewustheid en derhalwe kontak met sigself en die omgewing kan bereik.
- Die bereiking van kontak met die self en ander. Toesighoudende, geskeide ouers behoort dus tydens gestaltgroepwerk deur middel van gestaltgroepwerk tegnieke en -aktiwiteite (vgl. 4.1-4.13) gelei te word om in kontak met sigself en die omgewing te kom.
- Integrering van interne polariteite. Dit blyk dus dat toesighoudende, geskeide ouers tydens gestaltgroepwerk gelei behoort te word om bewus te word van interne konflik wat hulle moontlik vanweë geskille rondom die “*topdog*” en “*underdog*” (vgl. 2.3.6) kan ervaar. Deur middel van bewuswording kan hulle in staat gestel word om daarmee in kontak te kom en dit te integreer deur dit in besit te neem (vgl. 3.8.3) en verantwoordelikheid daarvoor te aanvaar.
- Leer om selfondersteunend te wees en minder van omgewingsteun afhanklik te wees. Toesighoudende, geskeide ouers behoort dus tydens gestaltgroepwerk gelei te word om hulle eie behoeftes te bevredig (selfregulering, vgl. 2.3.2) en minder van omgewingsteun afhanklik te wees.
- Bewuswording van persoonlike gevoelens, denke, fantasieë en optrede in die hede. Deur middel van gestaltgroepwerk tegnieke en -aktiwiteite (vgl. hoofstuk 4) kan

toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik in staat gestel word om in kontak met sigself en die omgewing in die hier en nou te kom.

- Definiëring van persoonlike grense met die nodige duidelikheid. Dit wil dus voorkom of toesighoudende, geskeide ouers in staat behoort te wees om sigself duidelik van hul omgewing te onderskei, met ander woorde “*dit wat hul is*” en “*dit wat hul nie is nie*”. ‘n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van kontakgrensversteurings (vgl. 2.3.5) wat hulle tydens gestaltgroepwerk benut bevorder behoort te word, om hulle in staat te stel om hulle persoonlike grense te definieer.
- Oorskakeling van bewustheid en insig na aksie. Toesighoudende, geskeide ouers behoort derhalwe tydens gestaltgroepwerk geleentheid te kry om besluite te neem ten opsigte van hulle bewuswording en sodoende verantwoordelikheid daarvoor te aanvaar. ‘n Toesighoudende, geskeide ouer kan byvoorbeeld bewus word van haatgevoelens jeens ‘n vorige huweliksmaat en besluit om uiting aan dié gevoelens te gee by wyse van fisiese oefeninge en die skryf van ‘n ongeadresseerde brief aan die betrokke gewese huweliksmaat.
- Bereidwilligheid om meer persoonlike insig te verkry deur betrokke te raak by kreatiewe eksperimente. Hier kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van sigself en hulle omstandighede bevorder kan word deur hulle aan eksperimente tydens gestaltgroepwerk bloot te stel.

‘n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers by die bereiking van die oorhoofse doelstellings van gestaltgroepwerk, naamlik bewustheid, selfondersteuning en integrasie waarskynlik oor meer energie sal beskik, wat hulle aanpassing by hulle egskedingsituasies kan vergemaklik en hulle in staat kan stel om maksimaal tot voordeel van hulle kinders te funksioneer.

### **3.3.5 Doelstellings wat op groepvlak deur die lede bereik moet word**

Die volgende doelstellings word deur Zinker (1980:59-60) en Corey (1995:294) vir groeplede in groepverband onderskei:

- Leer om duidelik en direk te vra wat hulle wil hê of benodig. Toesighoudende, geskeide ouers behoort derhalwe deur middel van gestaltgroepwerk gelei te word om hulle behoeftes te identifiseer en dit deur die proses van selfregulering (vgl. 2.3.2) te bevredig. Gesonde kontak met sigself en die omgewing is hiervoor nodig.

- Leer om met mekaar om te gaan in die teenwoordigheid van konflik. Hier kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers in kontak met hulle eie behoeftes behoort te wees (vgl. 2.3.2) en oor die nodige selfondersteuning (vgl. 2.5.2) behoort te beskik, ten einde in staat te wees om sigself van ander te onderskei en konfliktsituasies te hanteer. 'n Eie interpretasie is dat groeplede wat van samevloeiing (vgl. 2.3.5.3) as kontakgrensversteuring gebruik maak, waarskynlik sal poog om konfliktsituasies te vermy deur met die res van die groeplede saam te stem, sonder om 'n eie mening te lug.
- Leer om ondersteuning en energie aan mekaar te voorsien. 'n Veilige groeipatmosfeer en wedersydse vertroue kan waarskynlik daartoe lei dat toesighoudende, geskeide ouers mekaar ondersteun en van energie voorsien.
- Wedersydse uitdaging om die grense van bekendheid en veiligheid oor te steek. Deur middel van een-tot-een-werk (vgl. 3.2.1) en die rondte-tegniek (vgl. 4.1) kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik bewus word van hoe hulle hul gevoelens onderdruk en deur medegroeplede uitgedaag en gemotiveer word om met nuwe hanteringswyses ten opsigte van hulle gevoelens te eksperimenteer om sodoende groei te ervaar. Die vestiging van 'n veilige groeipatmosfeer en wedersydse vertroue is hier van kardinale belang, aangesien 'n toesighoudende, geskeide ouer (groeplid) dit waarskynlik moeilik kan vind om met nuwe gedrag in die groep te eksperimenteer, alvorens hy nie sy medegroeplede vertrou en veilig in die groep voel nie.
- Benutting van hulpbronne binne die groep, eerder as om op die groepleier te steun. Dit behels dat toesighoudende, geskeide ouers tydens gestaltgroepwerk aangemoedig behoort te word om nie op die groepleier te steun nie, maar om mekaar te ondersteun en met mekaar te kommunikeer.
- Skepping van 'n groepeenheid gebaseer op wedersydse respek, vertroue en ondersteuning, ten einde diep en betekenisvolle terapeutiese werk teweeg te bring. Gesprekvoering en 'n skriftelike ooreenkoms ten opsigte van wedersydse verwagtinge kan waarskynlik tydens die eerste groepwerksessie bydra tot diep terapeutiese werk, wedersydse vertroue, respek en ondersteuning.
- Leer om aan mekaar terugvoering te gee, sonder om 'n interpretasie daaraan te koppel. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik tydens die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid kry om terugvoer aan mekaar te gee. Hulle behoort daarop gewys te word dat interpretasie nie aan terugvoering gekoppel behoort te word nie, omdat dit hulle daarvan kan weerhou om verantwoordelikheid vir sigself te neem.

'n Gestaltgroep kan dus as 'n holistiese eenheid beskou word wat uit groeplede en 'n groepleier bestaan wat mekaar wedersyds beïnvloed, ten einde die oorhoofse doelstellings van gestaltterapie en -groepwerk, naamlik bewustheid, selfondersteuning en integrasie te bereik. 'n Veilige atmosfeer binne die groepopset kan waarskynlik bydra tot groepinteraksie, groepkohesie en groeplede se bereiking van wedersydse vertroue, spontane deelname, selfondersteuning en die neem van eie verantwoordelikheid.

### **3.4 ROLLE EN FUNKSIES VAN DIE GROEOPLEIER**

Vervolgens word die gestaltgroepleier se rolle en funksies tydens gestaltgroepwerk verken en beskryf. Zinker (1980:61) en Corey (1995:304) is van mening dat 'n kreatiewe gestaltgroepleier onder meer oor die volgende kwaliteite en vaardighede moet beskik in die uitvoering van sy werk:

- Ten einde 'n goeie “*ek-jy*”-verhouding met die groeplede teweeg te bring behoort die groepleier in kontak met sigself en ten volle teenwoordig te wees. Groeplede kan deur 'n ware “*ek-jy*”-verhouding met opregte groepleiers aangespoor word om ook opreg te wees. Die groepleier behoort dus met sy liggaam, emosies en gees, taal, denke en gedrag tydens gestaltgroepwerk teenwoordig te wees (vgl. 2.3.1), ten einde groeplede te lei om sigself te wees.
- Die groepleier moet in staat wees om sy waarnemings en intervensies op 'n teoretiese, kliniese en metodologiese vlak te verstaan. Hier kan afgelei word dat die groepleier oor die vermoë moet beskik om die teorie en praktyk te integreer.
- Uitbreiding van werk op 'n individuele vlak (intrapersoonlike vlak) na die groep (interpersoonlike en groepvlak). Hierdie aspek word verder onder 3.2.2 en 3.6.3 bespreek.
- Groeplede se interne energie behoort deur die groepleier geïdentifiseer en gekanaliseer te word. Die groepleier behoort tydens gestaltgroepwerk bewus te wees van elke toesighoudende, geskeide ouer se funksionering op intrapersoonlike vlak (vgl. 3.2.2), ten einde gestaltgroepwerktegnieke en -aktiwiteite (vgl. 4.1-4.13) op so 'n wyse aan te wend dat individuele groeplede, sowel as die groep in geheel, daarby kan baat vind en groei kan plaasvind.
- Hulpverlening aan groeplede om uiting aan hulle gevoelens te gee. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik deur middel van gestaltgroepwerktegnieke en -aktiwiteite

(vgl. 4.1- 4.13) gehelp word om met hulle gevoelens in kontak te kom en daaraan uiting te gee (vgl. 3.8.3).

- Die groep behoort deur die groepleier as 'n geheel/sisteem gesien te word, eerder as 'n versameling individue. Die holistiese beginsel moet dus deurentyd toegepas word (vgl. 2.3.1).
- Die groepleier moet die groeplede se individuele uniekheid, sowel as die unieke wyse waarop hulle met medegroeplede saamwerk om 'n eenheid te vorm kan erken. Toesighoudende, geskeide ouers moet derhalwe nie met mekaar vergelyk word nie, maar behoort as unieke eenhede beskou te word.
- Ten einde die groep te help om ten volle te ontwikkel, behoort die groepleier waarnemings ten opsigte van die groepsisteem na eksperimentele situasies om te skakel. Die gestaltgroepleier behoort dus van die intrapersoonlike (vgl. 3.2.2 en 3.6.3) na die groepvlak te kan beweeg, ten einde groei te bewerkstellig.
- Die groepleier se opregtheid en teenwoordigheid moet tot wedersydse respek aanleiding gee, ten einde selfontdekking en gemeenskapsverryking by die groeplede te ontlok. Hier kan afgelei word dat die groepleier in kontak met sigself moet wees en volgens sy ware self moet optree, ten einde 'n rolmodel vir die groeplede ten opsigte van opregtheid te wees. Laasgenoemde sal waarskynlik aanleiding gee tot wedersydse respek en groeplede motiveer om volgens hulle ware self op te tree.
- Die groep moet toegelaat word om self te ontwikkel, sonder om te veel op die groepleier se gesag te steun. Toesighoudende, geskeide ouers moet dus gelei word om selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer en om nie van die groepleier (omgewingsteun) afhanklik te wees nie.
- Die groepleier moet inskiklik wees deur sommige temas te laat vaar en na lewendiger areas te beweeg. 'n Afleiding word gemaak dat die groepleier daarteen moet waak om manipulerend te wees en eksperimente op groeplede af te dwing.
- Op eksperimentele en emosionele gebied behoort die groepleier in staat te wees om by die groep aan te pas. Hy moet byvoorbeeld 'n sagte, liefdevolle en 'n buigsame groepleier kan wees.
- 'n Samevatting ten opsigte van wat die groeplede geleer het, behoort deur die groepleier na afloop van 'n eksperiment gegee te word. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van dit wat hulle geleer het kan waarskynlik deur middel van 'n samevatting deur die gestaltgroepleier bevorder word.

Uit bogenoemde kan afgelei word dat die gestaltgroepleier 'n goeie waarnemer, opreg en ten volle teenwoordig (menende met sy liggaam, emosies en gees, taal, denke en gedrag) moet wees, ten einde die groep as 'n holistiese eenheid na verhoogde bewustheid, selfondersteuning, emosionele uitdrukking en die neem van verantwoordelikheid te lei. Die gestaltgroepleier behoort dus in kontak met sigself en die omgewing te wees, wat impliseer dat die betrokke oor die nodige selfkennis, selfaanvaarding (vgl. 3.6.2) en selfregulering (vgl. 2.3.2) moet beskik.

Die gestaltgroepleier se eerste taak behels om deur die modellering van gepaste gedrag 'n veilige atmosfeer vir die groeplede daar te stel. Sodoende word die groep in staat gestel om bewus te word van wat hulle in die hier en nou ervaar, hoe hulle sigself daarvan weerhou om in die hede te funksioneer, om geheime te deel, uiting aan hulle gevoelens te gee en aan eksperimente deel te neem. 'n Onveilige atmosfeer daarteenoor kan aanleiding gee tot geheimhouding, swak kontak en kan figuur-/voorgrondvorming (vgl. 2.3.3) belemmer. (Vgl. Feder 1980:44-45, Hansen *et al.* 1980:335 en Corey 1995:6.)

Dit wil voorkom asof die gestaltgroepleier se eie gedrag en optrede 'n veilige atmosfeer tydens gestaltgroepwerk teweeg kan bring, wat nodig blyk te wees om toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid en kontak te bevorder en om hulle in staat te stel om aan eksperimente deel te neem en tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan. 'n Gestaltgroepleier wat groeplede onvoorwaardelik aanvaar en hulle uniekheid hoog ag kan waarskynlik daardeur groeplede aanmoedig om hulle ware self te wees en sigself en mekaar te aanvaar. Sodoende kan 'n veilige atmosfeer geskep word, wat groei kan impliseer.

Groepveiligheid kan volgens Feder (1980:50) deur die volgende faktore beïnvloed word:

- Ou groeplede wat die groep verlaat. Die bestaande groepstruktuur kan waarskynlik versteur word wanneer bekende groeplede die groep verlaat, deurdit daartoe kan lei dat die oorblywende groeplede onseker kan voel vanweë die groepeenheid wat 'n verandering ondergaan het.
- Toetrede van nuwe individue in die groep. Die bestaande groep kan waarskynlik nuwe groeplede as indringers beskou wat kan meebring dat hulle onseker en bedreig voel en sodoende sigself daarvan weerhou om tot emosionele uitdrukking oor te gaan.
- Veranderings in die gestaltgroepleier se gemoedstemming en gesondheid. Dit wil voorkom asof 'n groepleier wat 'n gemoedsverandering of 'n verandering ten opsigte van



gesondheid ondergaan die groeplede op 'n eerlike wyse daarvan moet inlig, ten einde 'n voortspruitende groeipatmosfeer van onsekerheid en onveiligheid te verhoed. 'n Groepleier kan byvoorbeeld hartseer voel na die dood van 'n geliefde. Deur dié persoonlike gebeurtenis met die groeplede te deel kan hulle waarskynlik begrip ontwikkel vir die groepleier se gemoedsverandering en selfs daardeur aangespoor word om tot selfonthulling en emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan.

- Onderlinge verhoudings tussen medegestaltgroepleiers. Dit blyk dat medegestaltgroepleiers in staat behoort te wees om as 'n span saam te werk, wat impliseer dat hulle mekaar moet kan aanvul en dieselfde werksyfes en doelstellings voor oë moet hê, ten einde groepveiligheid te verseker.
- Die misbruik van vertroulikheid tussen groeplede. Groeplede wat met buitelanders of in onderlinge subgroepe oor groepgebeure praat, kan waarskynlik groeplede daarvan weerhou om tot emosionele uitdrukking en derhalwe groei oor te gaan, uit vrees dat hul agteraf bespreek kan word. Groepgebondenheid kan sodoende benadeel word.
- Vakansies. Die vorming van groepgebondenheid kan waarskynlik benadeel word wanneer van die groeplede tydens die verloop van gestaltgroepwerksessies met vakansie gaan of wanneer die gestaltgroepleier vir 'n tydperk nie die gestaltgroepwerksessies kan lei nie en 'n medeterapeut vir die betrokke groepleier moet instaan of indien daar geen medeterapeut beskikbaar is nie en die groepwerksessies sodoende vir 'n tydperk onderbreek moet word.
- Foute deur die gestaltgroepleier begaan. Groepveiligheid kan waarskynlik benadeel word wanneer die groepleier gestaltterapietegnieke op 'n onoordeelkundige wyse aanwend. Die benutting van die leëstoeltegniek tydens die eerste groepwerksessie kan groeplede byvoorbeeld bedreig laat voel, deurdat hulle op daardie stadium nog onseker kan voel en groepgebondenheid nog ontbreek.

Die gestaltgroepleier se persoonlikheid speel uiteraard 'n belangrike rol in die daarstelling van 'n veilige atmosfeer. Persoonlikheidseienskappe soos respek, buigsaamheid, sorgsaamheid en warmte kan bydra tot 'n veilige atmosfeer (Feder 1980:44-45). Ter aansluiting hierby is Corey (1995:303) van mening dat die gestaltgroepleier 'n verantwoordelike funksie het om 'n atmosfeer en struktuur te skep waarin groeplede se kreatiwiteit en vindingrykheid aangewakker kan word. Die gestaltgroepleier kan byvoorbeeld 'n tema in die groep identifiseer en dit orkestreer deur die groeplede met mekaar te verbind

en weë te vind om die groep as geheel te betrek by die eksplorering van die tema, byvoorbeeld “*alleenheid*”. ‘n Eie interpretasie is dat ‘n gestaltgroepleier met die nodige respek, buigsaamheid, warmte, sorgsaamheid en vermoë om die toesighoudende, geskeide ouers in die groep aan mekaar te bind, ‘n belangrike funksie het om ‘n veilige atmosfeer en struktuur te skep, ten einde kontak te bewerkstellig, groeplede se bewustheid ten opsigte van hulle gevoelens te bevorder en hulle te lei tot selfondersteuning (vgl. 2.5.2 en 3.3.2) en die bereiking van integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3).

Gestaltgroepleiers het ‘n belangrike funksie om groeplede se bewustheid in die hier en nou te bevorder, ten einde hulle in staat te stel om bewus te word van die wyse waarop hulle, hul bewustheid blokkeer, met die verskillende dele van hul persoonlikheid (polariteite) in kontak kom, hul gevoelens in besit neem en sodoende as geïntegreerde eenhede funksioneer. Groeplede is beter in staat om betekenisvolle keuses te maak en om tot direkte aksie oor te gaan wanneer hulle bewus word van wat hulle in die hier en nou doen. (Vgl. Hansen *et al.* 1980:208-209, Ohlsen *et al.* 1988:62 en Thompson en Rudolph 1996:144.) Hier kan dus afgelei word dat die gestaltgroepleier toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid in die hier en nou tydens gestaltgroepwerk behoort te bevorder, ten einde hulle in staat te stel om in kontak met sigself (vgl. 2.3.5) te kom, hul onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.2) na die hier en nou te bring, dit te voltooi, hul gevoelens in besit te neem (vgl. 3.8.3), keuses te maak (vgl. 3.8.2), tot aksie oor te gaan en as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer.

Die rol van die gestaltgroepleier is volgens Harman (1989:35) om kontak, bewustheid, eksperimentering en dialoog ten opsigte van elke groeplid te monitor en te fasiliteer. Die kwaliteit van die gestaltgroepleier se eie bewustheid in die groep is essensieel, aangesien dit die effektiwiteit van die werk verhoog. Gestaltgroepleiers moet deurentyd ‘n kognitiewe bewustheid hê van die groeplede se gedrag en wat in die groepproses gebeur. Die gestaltgroepleier moet byvoorbeeld let op wie waar sit, wie na die groepleier kyk en wie nie, wie wil werk en wie wil nie en indien een groeplid werk, wat die res van die groep doen. Afhangende van die kwaliteit van kontak in die groep kan gestaltgroepleiers soms hulle bewustheid ten opsigte van die groepproses met die groeplede deel. Indien daar goeie kontak in die groep bestaan kan ‘n groepleier se mededeling van sy bewustheid byvoorbeeld teenproduktiwiteit en inmenging met die groepproses teweeg bring. Ander kere kan kontak in die groep bevorder word indien die groepleier sy bewustheid ten opsigte van die

groepproses met groeplede deel (Harman 1989:35-36). In samehang hiermee waarsku Corey (1990:346) gestaltgroepleiers om nie die groeplede se liggaamsbeweging, -houding en fisiese simptome te interpreteer nie en is verder van mening dat groeplede eerder aangemoedig behoort te word om by hulle gevoelens te bly en hulle eie interpretasies te maak.

Op grond van bogenoemde word afgelei dat die gestaltgroepleier nie alleen oor 'n goeie selfbewustheid moet beskik nie, maar ook deurentyd 'n kognitiewe bewustheid moet hê ten opsigte van elke toesighoudende, geskeide ouer in die groep, sowel as van die groepproses, om kontak, bewustheid, eksperimentering en dialoog in die groep te monitor en te fasiliteer. Ten einde kontak te bewerkstellig blyk dit belangrik te wees dat die gestaltgroepleier in staat behoort te wees om te kan besluit of dit op 'n gegewe tydstip wenslik of onwenslik is om sy bewustheid ten opsigte van die groepproses met die groep te deel, al dan nie. Die groepleier moet hier egter bedag wees om nie eie interpretasies aan groepgebeure te koppel nie. 'n Eie interpretasie is dat die gestaltgroepleier eerder kontak kan bewerkstellig deur die groeplede te lei om self bewus te word van veranderinge of groei wat in die groepproses plaasvind. Die groepleier kan byvoorbeeld by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) aan die groeplede geleentheid bied om hulle bewuswordinge ten opsigte van die groepproses met mekaar te deel. Groepkohesie kan waarskynlik ook op dié wyse bevorder word.

Die groepleier het 'n belangrike funksie om die groeplede te help om by die lokalisering van die impasse<sup>4</sup> van eksterne steun (omgewingsteun) na interne steun (selfondersteuning) oor te gaan om sodoende groei moontlik te maak. Hiérdie is 'n moeilike funksie van die groepleier, aangesien groeplede by die bereiking van die punt van impasse glo dat hulle oor geen interne energie beskik om aan te gaan nie en kan hulle uit desperaatheid poog om ander te manipuleer om vir hulle te sê wat om te doen. Gestaltgroepleiers moet veral by die impassepunt versigtig wees om nie deur groeplede gemanipuleer te word nie. Deur te probeer "*help*" kan gestaltgroepleiers groeplede van hulle afhanklik maak en by hul 'n gevoel van hulpeloosheid en 'n onvermoë om selfondersteunend te wees kweek. In plaas daarvan om oplossings te bied moet gestaltgroepleiers eerder frustrasie aan groeplede bied, ten

---

<sup>4</sup> 'n Impasse is die kritieke punt in terapie en in groei en behels die plek waar omgewingsteun nie langer funksioneel is nie en selfondersteuning nog ontbreek (Van de Riet *et al.* 1980:103). Volgens Yontef en Simkin (1989:337) behels 'n impasse "... a situation in which external support is not forthcoming and the person believes he cannot support himself". Sien ook 3.6.13 vir 'n meer volledige bespreking van "*impasse*" as deel van Perls se lae van neurose.

einde hulle in staat te stel om hulle energie te mobiliseer om inisiatief en aksie in hul eie lewens te neem. Deur middel van frustrasie word groeplede gedwing om energie te mobiliseer, leer hulle om selfondersteunend (vgl. 2.5.2) te wees en nie die gestaltgroepleier vir ondersteuning te manupuleer nie. Groeplede moet terselfdertyd gehelp word om in kontak met hul eie behoeftes en hulpbronne te kom. (Vgl. Latner 1986:128-129, Harman 1989:51 en Corey 1995:303.) Hieruit kan afgelei word dat die gestaltgroepleier die toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) kan help deur hulle te frustreer en tot selfondersteuning (vgl. 2.5.2) te lei deur hulle bewustheid ten opsigte van hulle behoeftes en innerlike hulpbronne te verhoog en hul nie van advies te voorsien nie. Sodoende kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik gelei word om selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bekom deur interne energie te ontdek en verantwoordelikheid vir hulle eie lewens te neem, sonder om hulle omgewing te manupuleer om vir hul te sê hoe om te wees.

Konfrontasie is 'n sleutelement in gestaltterapie, deurdat daar vinnig tot die punt beweeg word en individue nie toegelaat word om rondom probleme rond te tas nie. Gestaltgroepleiers kan groeplede konfronteer deur teenstrydighede in hulle verbale en nieverbale gedrag uit te wys en voortdurend te poog om groeplede se bewustheid ten opsigte van hulle gevoelens en aksies op spesifieke tydstippe te verhoog. Groeplede kan deur middel van konfrontasie gelei word om hulle gevoelens en stellings wat hulle maak in besit te neem. (Vgl. Hansen *et al.* 1980:209 en Fiebert 2002:1.) Gestaltgroepleiers moet groeplede konfronteer, sodat hulle bewustheid ten opsigte van wat hulle doen verhoog kan word en hulle 'n keuse kan maak rondom die ontwikkeling van hulle potensiaal. Hierdie konfrontasie behels die uitdaging van groeplede om die blokkasies en hindernisse in sigself te ervaar en om kontak te maak met die frustrasies wat hieruit voortspruit (Corey 1995:303). Dit wil voorkom asof die gestaltgroepleier 'n belangrike funksie het om toesighoudende, geskeide ouers in die groep te konfronteer om laasgenoemde sodoende in staat te stel om in kontak met sigself te kom en verantwoordelikheid vir hul eie lewens te aanvaar, deur hulle gevoelens en verbale stellings in besit te neem (vgl. 3.8.3). Konfrontasie kan waarskynlik geskied deurdat die gestaltgroepleier die teenstrydighede ten opsigte van groeplede (toesighoudende, geskeide ouers) se verbale en nieverbale gedrag uitwys (sonder om dit te interpreteer) en voortdurend poog om groeplede se bewustheid rondom hulle gevoelens en aksies op spesifieke tydstippe te bevorder.

Gestaltgroepleiers het 'n belangrike funksie om gepaste tegnieke vanuit 'n verskeidenheid gestaltterapeutiese tegnieke te selekteer en op die regte tydstop aan te wend, ten einde groeplede te help om bewustheid te bereik en om hulle konflikte ten volle te ervaar. Dié tegnieke moet in ooreenstemming met gestaltgroepleiers se persoonlikhede aangewend word. Die oorbenutting van tegnieke moet ten alle koste vermy word, aangesien groepleiers met verskuilde agendas geassosieer kan word en dit tot “*vals*” terapie kan lei, wat weer groei belemmer. Hier kan dus afgelei word dat die gestaltgroepleier sy eie persoonlikheid in ag moet neem wanneer gestaltterapeutiese tegnieke en eksperimente vir gestaltgroepwerk geselekteer en aangewend word. Die tegnieke moet spaarsamig aangewend word met die doel om toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid en selfondersteuning te bevorder en hulle in staat te stel om hulle konflikte ten volle te ervaar en geïntegreerd te funksioneer.

Samevattend kan gemeld word dat die gestaltgroepleier verskeie rolle en funksies het om toesighoudende, geskeide ouers (groeplede) te lei na die bereiking van die sentrale doelstellings van gestaltgroepwerk, naamlik bewustheid, selfondersteuning en integrasie. Die groepleier moet 'n veilige atmosfeer en struktuur daarstel, groeplede deur middel van geselekteerde tegnieke en eksperimente lei om die hier en nou te ervaar en in kontak met sigself te kom. Deur middel van konfrontasie en frustrasie moet groeplede deur die impasse gelei word sodat hulle in staat gestel kan word om van omgewingsteun na selfondersteuning oor te gaan. Die groepleier moet deurentyd groeplede en die groepsproses monitor om sodoende groei te bewerkstellig.

### **3.5 ROL VAN DIE GROEPLEDE**

Daar bestaan geen duidelik gedefinieerde rolle vir groeplede nie, behalwe dat hulle verantwoordelikheid vir hul eie lewens moet aanvaar. Elke groeplid het die reg om self te bepaal tot watter mate hy aan die groepaktiwiteite wil deelneem en mag nie geforseer word om deel te neem as hy nie wil nie. 'n Groeplid het byvoorbeeld 'n keuse of hy in die “*warm stoel*” wil sit, al dan nie (Hansen *et al.* 1980:219). Hier kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers gerespekteer moet word en dat hulle uit vrye wil, sonder om geforseer te word, geleentheid moet kry om keuses te maak ten opsigte van hulle deelname aan groepaktiwiteite. Sodoende kan hulle bewustheid en selfondersteuning moontlik bevorder word, deurdat hulle deur die maak van keuses geleentheid kry om verantwoordelikheid vir hul eie lewens te aanvaar.

### 3.6 DIE GROEPPROSES

Volgens Harman (1989:28) verwys die gestaltgroepproses na die dinamika van die groep, wat neerkom op hoe groeplede sake (gebeure) in die groep verbaliseer en ervaar. Groepdinamika impliseer die krag in 'n groep (individue met soortgelyke maatskaplike probleme) wat die struktuur en funksionering van die groep bepaal (Vaktaalkomitee vir Maatskaplike Werk 1995:28). In samehang hiermee beskou Barker (1999:201) groepdinamika as: *“The flow of information and shifts of power influence among members of a social collective. These exchanges can be modified by group leaders ... and used to achieve certain predetermined objectives that may benefit the members.”* Ter aansluiting hierby is Harris (2002b:4) van mening dat groeplede se gedrag, interaksies, gevoelens en fantasieë as elemente van die gestaltgroepproses beskou moet word.

Hier kan dus afgelei word dat die groepproses verwys na groeplede (onder meer hul gedrag, gevoelens en fantasieë) waaruit die groep bestaan en die krag wat binne die groep bestaan wat bepaal hoe groeplede mekaar beïnvloed (gebeure in die groep). Die groepleier kan die groepproses, wat groepdinamika impliseer, met ander woorde die latente kragte, doelbewus benut en ontgin sodat die groep as 'n funksionele eenheid kan ontwikkel tot voordeel van elke groeplid se proses en uiteindelik ook andersom. 'n Eie interpretasie is dat elke groep se proses sal verskil vanweë die groeplede se unieke karaktereienskappe, optrede en behoeftes.

Ten einde 'n konseptualisering van 'n gestaltgroepproses vir hierdie navorsing te bekom, is dit nodig om outeurs se menings ten opsigte van die verloop van die groepproses te verken en te beskryf. Vir die doeleindes van hierdie studie word die groepproses van Harman (vgl. 3.6.3) as hoofkonseptuele raamwerk benut, deurdad dit beskou word as die nuutste toevoeging ten opsigte van gestaltgroepwerk en dit aansluiting vind by die proses waardeur elke groeplid (vgl. 3.7) ook individueel moet beweeg. Die menings van Zinker (vgl. 3.6.1) en Kepner (vgl. 3.6.2) ten opsigte van die verloop van die groepproses word verken en beskryf en met Harman (vgl. 3.6.3) se groepproses (lae van neurose) vergelyk en bruikbare elemente word geïdentifiseer wat moontlik kan bydra tot die konseptualisering van 'n gestaltgroepproses. Voorts word gefokus op die gestaltgroepproses soos beskryf deur, Harman (vgl. 3.6.1), Zinker (vgl. 3.6.2) en Kepner (vgl. 3.6.3).

### 3.6.1 Die groepproses van Harman

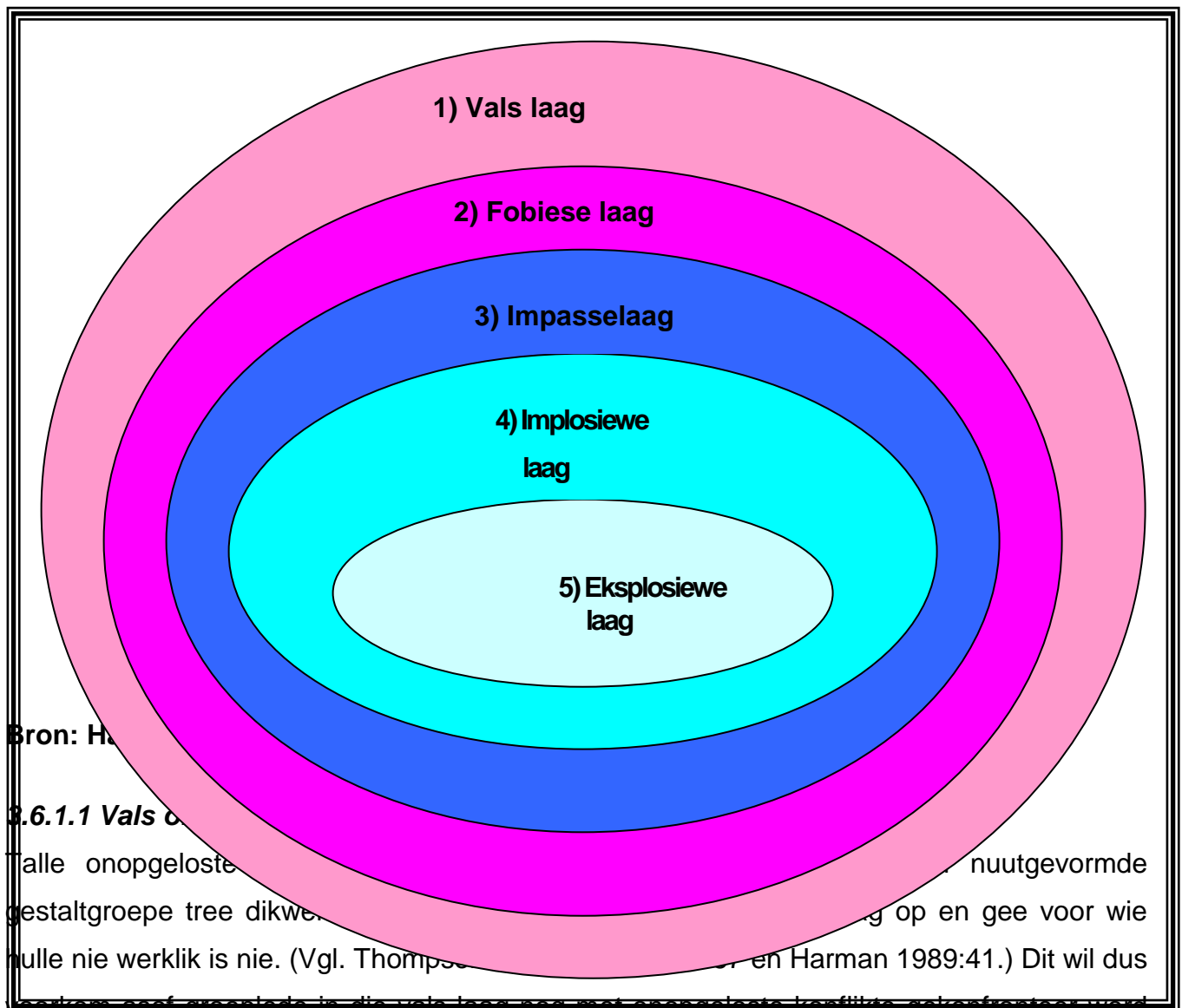
Vervolgens word die groepproses van Harman verken en beskryf.

Volgens Harman (1989:41) ontwikkel 'n gestaltgroep in ooreenstemming met wat Perls as lae van neurotiese beskryf, naamlik die: 1) "*cliché*"-of vals laag, 2) die fobiese laag of "*rolspeler*"- laag, 3) die impasselaag, 4) die implosiewe laag en 5) die eksplosiewe laag. Sowel die groep as 'n geheel, as elke groeplid beweeg deur hiërdie vyf lae (Harman 1989:41). Vanweë individuele verskille en lewenservaring verskil groeplede se prosesse van mekaar, wat meebring dat hulle op dieselfde tydstip op verskillende vlakke kan funksioneer. Een groeplid kan byvoorbeeld in die vals laag (vgl. 3.6.1.1) vashaak, terwyl 'n ander groeplid die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) betree. Terwyl elke groeplid vanuit sy onderskeie vlak funksioneer, kan die groep tydens die verloop van die groepproses op 'n ander vlak saamsmelt en byvoorbeeld die groep, as 'n eenheid, deur die impasse (vgl. 3.6.1.3) laat beweeg (Harman 1989:44).

Met die holistiese beginsel in ag geneem kan hier dus afgelei word dat twee soorte prosesse tydens gestaltgroepwerk manifesteer, naamlik die oorkoepelende gestaltgroepproses aan die een kant en die proses van elke groeplid aan die ander kant. Gesien in die lig dat elke groeplid uniek is, kan lede van dieselfde groep se prosesse van mekaar verskil. Gestaltgroepleiers het dus die verantwoordelikheid om deurentyd as fasiliteerders van die drie vlakke (intrapersoonlike, interpersoonlike en groepvlak) op te tree en terselfdertyd met sowel die proses van elke groeplid (intrapersoonlike vlak) as met die interpersoonlike en oorkoepelende groepprosesvlak, tred te hou.

Voorts word die vyf lae van neurose, waardeur sowel die groep as geheel, as elke groeplid beweeg, skematies aangedui en daarna bespreek.

**FIGUUR 2: DIE VYF LAE VAN NEUROSE**



en rolle aanneem om hulle ware self te verbloem om sodoende kontak met sigself en hul omgewing te vermy. 'n Eie interpretasie is dat onopgeloste konflikte in die vals laag moontlik ervaar kan word vanweë polariteitkonflik (vgl. 2.3.6) wat in groeplede kan ontstaan. Toesighoudende, geskeide ouers kan byvoorbeeld in die vals laag “*top dog*”- en “*underdog*” geskille (vgl. 2.3.6) ervaar, wanneer hulle worstel met hoe hulle behoort op te tree (“*top dog*”) en hoe hul eintlik wil optree (“*underdog*”).

Die vals laag word gekenmerk deur oppervlakkige kommunikasie deurdat groeplede demografiese inligting ten opsigte van mekaar versamel en van geprogrammeerde sinsnedes gebruik maak soos byvoorbeeld “*Goeie môre,*” “*Hoe gaan dit?,*” “*Is dit nie ‘n*



*heerlike oggend nie?”* Deur middel van oppervlakkige kommunikasie vermy groeplede om kontak met sigself en met ander (hul omgewing) te maak. Gedrag in hierdie laag kom hoflik en geprogrammeerd voor en het weinig betekenis. (Vgl. Harman 1989:41, Corey 1990:325 en O’Leary 1992:19.) Ware kontak ontbreek dus in die vals laag vanweë oppervlakkige kommunikasie en sinlose, geprogrammeerde gedrag. ‘n Eie interpretasie is dat groeplede waarskynlik in die vals laag nog onseker kan voel en sigself probeer beskerm deur oppervlakkig te kommunikeer en sinlose, geprogrammeerde gedrag openbaar wat as *“veilig”* en aanvaarbaar deur die samelewing beskou word. Derhalwe word hulle gedrag in die vals laag deur introjekte (vgl. 2.3.5.1) gerig.

In die vals laag kan toesighoudende, geskeide ouers met onopgeloste konflikte, moontlik vanweë polariteite in hulle lewens, worstel. Deur oppervlakkig te kommunikeer en voor te gee wie hulle nie werklik is nie, kan hul dit waarskynlik vermy om kontak met sigself en hul omgewing te maak (vgl. 2.3.5), selfregulerend (vgl. 2.3.2) te wees en as geïntegreerde eenhede (vgl. 2.5.3 en 3.3.3 ) wat verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hul eie lewens aanvaar te funksioneer. Deur middel van gestaltgroepwerk kan hulle moontlik gehelp word om bewus te word van hulle onopgeloste konflikte (polariteite, vgl. 2.3.6) en die wyses waarop hul kontak met sigself en die omgewing vermy, ten einde hul in staat te stel om in kontak met sigself en hul omgewing te kom en integrasie (vgl. 2.5.3 en 3.3.3 ) te bereik.

### **3.6.1.2 Fobiese laag of “rolspeler”-laag**

Die vals laag word gevolg deur die fobiese laag of laag van rolle. Tydens funksionering in hierdie laag tree groeplede op volgens rolle wat hulle meen reg is en wat van hul verwag word, byvoorbeeld om ‘n ouer, ‘n student, ondersteunend, stil of antagonisties te wees. Groeplede is as’t ware *“afwesig”* en word slegs verteenwoordig deur die rolle wat hulle vervul (Harman 1989:41).

Volgens Aronstam (1989:636) bied groeplede dikwels in die fobiese laag weerstand om te wees wat hulle kan wees. Die rolle wat groeplede aanneem help hulle om hul ware self of hulle persoonlike eienskappe of dit wat hulle nie van sigself hou nie, te vermy. Hulle neem rolle aan en gee voor wie hulle nie werklik is nie, ten einde deur ander individue aanvaar te word. Hulle glo dat ander meer van die persoon sal hou wat hul voorgee om te wees. Groeplede tree dus op asof hulle oor die eienskappe beskik wat van hul verwag word en speel speletjies in ‘n poging om kontak met hulle emosionele pyn, wat deur bewustheid na

vore kan kom, te vermy. 'n Swak selfbeeld is dikwels die onderliggende oorsaak van rolspeletjies. (Vgl. Corey 1990:325 en O'Leary 1992:19.) Namate groeplede bewus word van hulle rolle, word hul ook bewus van hul vrese wat die rolle in stand hou. Hierdie bewussyn gaan dikwels met angs gepaard (Thompson en Rudolph 1996:143). 'n Toesighoudende, geskeide ouer wat byvoorbeeld voorgee om baie selfvertroue te hê en die rol van 'n "geleerde" aanneem kan derhalwe angstig voel wanneer hy bewus word van die feit dat hy nie eintlik in homself glo nie.

Dit wil voorkom asof groeplede in die fobiese laag sigself daarvan weerhou om hulle ware self te wees uit vrees vir verwerping. Hulle neem derhalwe eerder rolle aan (moontlik vanweë introjekte, vgl. 2.3.5) wat hulle reken hul meer aanvaarbaar vir ander kan maak. Hulle kan egter angstig raak wanneer hulle bewus word van hul rolle en die vrese wat dit in stand hou. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van projektiewe tegnieke (vgl. 4.10 - 4.11) bevorder word. Sodoende kan hulle in staat gestel word om bewus te word van die rolle wat hulle vervul, met hul gevoelens in kontak te kom en keuses ten opsigte van toekomstige gedrag te maak.

### **3.6.1.3 Impasselaag**

Onder die fobiese laag is die impasselaag. Die bereiking van die impasselaag word as die kritieke punt in gestaltgroepwerk beskou, aangesien dit noodsaaklik vir groei en ontwikkeling is. In hierdie laag gee groeplede hulle rolle en speletjies van die vorige twee lae op, omrede dit nie verder funksioneel vir hulle is nie. 'n Gebrek aan energie word ervaar en 'n gevoel van doodsheid, leegheid, magteloosheid en nutteloosheid tree in. Die bereiking van hierdie laag is die moeilikste om te verwerk en lei gewoonlik tot weerstand, intense vrees en ongemak. (Vgl. Harman 1989:42, Corey 1990:325 en O'Leary 1992:19.) Dit wil voorkom asof die groep in die impasselaag 'n gebrek aan energie en 'n gevoel van doodsheid ervaar, vanweë groeplede se verhoogde bewustheid van die ondoeltreffendheid van hul rolle en speletjies van die vorige twee lae.

In die impasselaag is groeplede daarvan oortuig dat hulle nie sonder die omgewing se steun kan oorleef nie en dat hulle nie tot selfondersteuning in staat is nie. Groeplede poog derhalwe om hulle omgewing (gewoonlik die groepleier) te manipuleer om vir hulle besluite te neem en om namens hulle te dink, te sien, te hoor en te voel. (Vgl. Harman 1989:42 en Corey 1990:325.) Ter aansluiting hierby is O'Leary (1992:19) van mening dat hierdie

optredes van groeplede nie bewustelik en manipulerend is nie, maar dat groeplede gekonfronteer word deur 'n vakuum van leegheid, wat meebring dat hulle vassteek ten opsigte van hul groei. Groeplede kan dus in die impasselaag geneig wees om nie verantwoordelikheid vir hulle eie lewens te neem nie, maar hul eerder na die omgewing te wend vir steun. Sodoende word die verkryging van selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en die proses van selfregulering (vgl. 2.3.2) benadeel. Tydens gestaltgroepwerk kan toesighoudende, geskeide ouers moontlik by die bereiking van die impasselaag magteloos voel en glo dat hulle nie sigself kan help nie en hul derhalwe na die gestaltgroepleier of na mekaar wend vir hulp om vir hul te sê hoe hul moet wees.

Individue [groeplede] moet in die impasselaag besluit of hulle tot aksie wil oorgaan en voortgaan in hulle groeiproses of weerstand wil bied en sodoende in die impasselaag bly (O'Leary 1992:24, Joubert 1997:104 en Philippson 2002a:8). Groeplede moet in die impasselaag hulle ou prosesse van dink en doen agterlaat en nuwe wyses van dink en doen moet ontdek word, wat beter funksionering tot gevolg kan hê. Dit is juis wanneer die groep hierdie punt bereik dat groeplede weerstand kan openbaar en kan besluit om die groep te verlaat of ten minste oorweeg om dit te verlaat. Hierdie weerstand moet egter verwelkom en aangemoedig word, aangesien dit binne gestaltterapie op groei en vordering dui. (Vgl. Harman 1989:42 en Joubert 1997:104.) Weerstand kan dus tydens die impasselaag verwag word, aangesien dit die punt is waar groeplede gekonfronteer word met sowel hulle rolle en gedrag wat nie langer funksioneel is nie as met nuwe wyses van dink en doen wat ontdek moet word. Weerstand moet egter gerespekteer en verwelkom word aangesien dit op groei dui.

Ten einde groei te bewerkstellig moet die groepleier die groeplede deur die impasselaag help, deur te fokus op wat in die groep plaasvind. Groeplede kan byvoorbeeld gevra word om hul behoefte aan eksterne ondersteuning te eksploreer of hulle kan deur die gestaltgroepleier gemotiveer word om by hul "leë" gevoel, wat hul op daardie stadiuim ervaar, te bly. Hulle kan byvoorbeeld deur sinsnedes soos "*Wees uitdrukkingloos*", "*Wees verward*" en "*Wees leeg*" gelei word om hulle gevoelens van doodsheid, verwardheid en leegheid ten volle te ervaar, in stede daarvan om dit te ontken of daarvan weg te vlug. (Vgl. Van de Riet *et al.* 1980:103 en Harman 1989:42.) In samehang hiermee is O'Leary (1992:23) van mening dat groeplede op verskillende wyses gehelp kan word om deur die impasse te beweeg, onder andere deur frustrasie te skep, wat tot groei aanleiding gee en wel by wyse van 'n

eksperiment of konfrontasie. Groeplede kan byvoorbeeld deur “ek”-stellings te maak gehelp word om in kontak met sigself te bly en sodoende geleentheid kry om hul “pyn” te ervaar, alvorens hul kan besef dat hul “pyn” draaglik is (O’Leary 1992:24). Dit wil dus voorkom asof toesighoudende, geskeide ouers [groeplede] by die bereiking van die impasselaag gehelp moet word om in kontak met hulle gevoelens te kom en te bly, ten einde groei te kan ervaar.

Uit bogenoemde kan afgelei word dat die gestaltgroepleier die groep deur die impasselaag moet lei, ten einde groei te bewerkstellig. ‘n Eie interpretasie is dat dit vir sowel die groep as geheel as vir elke groeplid belangrik is om deur die impasse te beweeg ten einde groei te bewerkstellig. Die gestaltgroepleier kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk die groep (groeplak) en sy lede (intra- en interpersoonlike vlak), help om deur die impasselaag te beweeg deur te fokus op wat in die groep gebeur, groeplede te versoek om hul behoeftes rondom omgewingsteun te eksplorieer en deur te fokus op gevoelens soos doodsheid, verwardheid en leegheid wat die groep en groeplede moontlik kan ervaar. Dis verder belangrik dat groeplede (intrapersoonlike vlak) in kontak met sigself moet bly, wat waarskynlik deur middel van die benutting van die tegniek van “*behou die gevoel*” (vgl. 4.3) en deur die maak van “*ek-stellings*” (vgl. 3.8.2.1) bewerkstellig kan word.

#### **3.6.1.4 Implosiewe laag**

Sodra die groep deur die impasse beweeg het, bereik dit die implosiewe laag waar groeplede bewus word van hoe hul sigself inperk. Hulle is bereid om met nuwe gedrag in die implosiewe laag te eksperimenteer. (Vgl. Aronstam 1989:636 en Thompson en Rudolph 1996:143.) Alhoewel energie ervaar word, word dit teruggehou vanweë groeplede se intense bewustheid van die interaksie tussen die polariteite in hul lewens wat ‘n vorm van katatoniese verlamming veroorsaak. Leidrade waarop die gestaltgroepleier tydens dié fase kan let kan wissel van geagiteerde blikke, rustelose bewegings of beangste uitdrukkings. In die implosiewe laag word groeplede se verdedigingsmeganismes ontbloot en begin hulle om met hul ware self in kontak te kom. Groepinteraksie verhoog meestal soos wat groeplede aan hulle spanning begin uiting gee en daaraan betekenis en rigting heg. (Vgl. Harman 1989:43, Clarkson 1989:112 en Corey 1990:325.) ‘n Individu in die implosiewe laag beskik waarskynlik oor volle bewussyn van sy gedrag en emosies, hoewel hy ‘n gebrek aan energie ervaar, om verantwoordelikheid daarvoor te neem om iets daaraan te doen (Blom 2000a:199).

Dit wil dus voorkom of groeplede se bewustheid ten opsigte van hoe hul sigself blokkeer om te groei in die implosiewe laag, verhoog word sodat 'n positiewe gesindheid heers om met nuwe gedrag te eksperimenteer. Alhoewel energie tydens die laag ervaar word, word dit nog teruggehou vanweë polariteite wat groeplede in hul lewens ervaar. Groeplede blyk in die laag bewus te wees van hulle gevoelens, maar energie word nog teruggehou om verantwoordelikheid daarvoor te neem en tot aksie oor te gaan. Groepinteraksie kan in die laag toeneem, soos wat groeplede uitdrukking aan hul spanning gee. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik deur middel van gestaltgroepwerk meer bewus gemaak word van die polariteite (vgl. 2.3.6) in hul lewens en die kontakgrensversteurings (vgl. 2.3.5) wat hul aanwend om kontak met sigself en hul omgewing te vermy, ten einde hul in staat te stel om as geïntegreerde eenhede (vgl. 2.5.3 en 3.3.3) met nuwe gedrag te eksperimenteer en die laaste laag, naamlik die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5), te bereik en volgens hul ware self te funksioneer.

#### **3.6.1.5 Eksplosiewe laag**

Indien eksperimentering met nuwe gedrag suksesvol toegepas word, word die eksplosiewe laag bereik, waar groeplede in kontak kom met reserwe energie, wat voorheen vasgevang was vir die instandhouding van die vals laag (vgl. Thompson en Rudolph 1988:87). Tydens die bereiking van die eksplosiewe laag val die "skille" as't ware van groeplede se oë af en word hulle bewus van die emosies wat hulle óf onderdruk óf uitdruk. Groeplede laat die voorgeerolle van die vals laag vaar en energie word vrygestel wat vroeër deur hulle benut is om voor te gee wie hul nie werklik is nie. Die doodsheid van die impasselaag word vervang met 'n gevoel van opregtheid en lewe en groeplede word hul ware self, gestroop van die onegte, aangeleerde wyses van in-die-wêreld-wees. Groeplede wat in kontak met hul ware self is, bereik bewustheid, is selfregulerend en selfonderhoudend, strewende na die vorming van goeie gestalte en is toepaslik in kontak met die self en die omgewing. Diegene wat vanuit die eksplosiewe laag funksioneer kan begin om onvoltooidhede vanuit hul verlede te voltooi en is in staat om hul ware emosie te ervaar en uit te druk. Emosies kan byvoorbeeld tot uiting kom in die vorm van woede, wat ook gepaard kan gaan met liggaamsbeweging soos tranes, 'n geskreeu, skeltaal, 'n gelag, blydschap en pyn. Alhoewel kontak tussen sommige groeplede kan plaasvind, kan dit ook gebeur dat groeplede, sonder kontak met ander, innerlike verligting en uitdrukking kan ervaar. Die groep sal reflekteer en onttrek, soos wat elke

groeplid gebeurtenisse vir sigself assimileer. (Vgl. Aronstam 1989:636, Harman 1989:43 en O'Leary 1992:27.)

Hier kan afgelei word dat groeplede in die eksplosiewe laag in staat behoort te wees om nuwe gedrag, waarmee hulle vroeër geëksperimenteer het, suksesvol toe te pas. Energie wat tydens die vorige laag teruggehou is, word tydens die eksplosiewe laag vrygestel en groeplede word bewus van hulle onderdrukte gevoelens, word as't ware gestroop van hul onegte, aangeleerde gedrag en begin opreg optree, volgens hulle ware self. Groeplede wat vanuit die eksplosiewe laag funksioneer bereik bewustheid, is selfregulerend, selfonderhoudend en kan vanweë die vrystelling van energie onvoltooidhede vanuit hul verlede begin voltooi en is in staat om hul ware gevoelens te ervaar en uit te druk. Dit wil voorkom asof die oorhoofse gestaltdoelstellings (vgl. 2.3 en 2.8) tydens die eksplosiewe laag bereik word, deurdat groeplede tydens dié laag bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) bereik, onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.3) voltooi en as selfondersteunende (vgl. 2.5.2 en 3.3.2) en geïntegreerde (vgl. 2.5.3 en 3.3.3) eenhede begin funksioneer. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van hulle onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.3) kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van gestaltgroepwerktegnieke (vgl. 4.1- 4.13) bevorder word, ten einde hul in staat te stel om sowel in kontak met sigself as met die omgewing te kom en as selfondersteunende (vgl. 2.5.2 en 3.3.2) en geïntegreerde eenhede (vgl. 2.5.3 en 3.3.3) hulle ware self te word en verantwoordelikheid vir hul eie lewens te aanvaar.

Tydens gestaltgroepwerk is dit dus belangrik om sowel die individuele toesighoudende, geskeide ouers as die groep in geheel deur die vyf neorotiese lae (vgl. 3.6.1) te begelei, ten einde hul in staat te stel om bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) te bereik, kontak te maak, selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te wees en hul ware self te word, gestroop van onegte rolle. Deur die bereiking van die eksplosiewe laag behoort toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik in staat te wees om hul eie behoeftes te identifiseer, dit te bevredig (vgl. 2.3.2) en verantwoordelikheid vir hul eie lewens te aanvaar, ten einde as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3, en 3.3.3) te funksioneer en as ouers maksimaal tot voordeel van hulle kinders te funksioneer.

Volgens Harman (1984:482) kan dit gebeur dat groeplede saam met die groep deur die eksplosiewe laag beweeg, terwyl hulle op intrapersoonlike vlak nog by 'n ander laag, byvoorbeeld die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) kan vashaak. Hy meld verder in dié verband:

*“What stays foreground is their perceived inability to be this way in the ‘real’ world.”* Hieruit kan afgelei word dat ‘n toesighoudende, geskeide ouer in groepverband (wanneer die groep deur die eksplosiewe laag beweeg) verhoogde bewustheid, selfondersteuning en integrasie kan bereik, terwyl hy in sy persoonlike lewe, sonder die groep, nie as ‘n selfondersteunende en geïntegreerde eenheid kan funksioneer nie. Sodoende funksioneer hy in fragmente (vgl. 2.3.4)

Samevattend kan gemeld word dat Harman die groeiproses aan die hand van Perls se vyf lae van neurose beskou. Tydens die vals laag kom onopgeloste konflikte voor. Ware kontak ontbreek in die vals laag, deurdat groeplede oppervlakkig kommunikeer en volgens verwagte en voorspelbare gedrag optree. Groeplede neem in die fobiese laag rolle aan en gee voor wie hul nie werklik is nie in ‘n poging om deur ander aanvaar te word. Namate groeplede bewus word van hulle rolle, word hulle ook bewus van hulle vrese wat dié rolle in stand hou. Onder die fobiese laag is die impasselaag, wat as die kritieke punt in gestaltgroepwerk beskou kan word, aangesien dit noodsaaklik vir groei en ontwikkeling is. In die impasselaag gee groeplede hul rolle en speletjies van die vorige twee lae op, omrede dit nie verder vir hul funksioneel is nie. Hulle is in hiedie laag daarvan oortuig dat hulle nie sonder die omgewing se steun kan oorleef nie en dat hul nie tot selfondersteuning in staat is nie. ‘n Gevoel van doodsheid en ‘n gebrek aan energie word derhalwe in die impasselaag ervaar. Sodra die groep deur die impasse beweeg het, bereik dit die implosiewe laag waar groeplede bewus word van hoe hulle sigself inperk. Hulle is bereid om met nuwe gedrag in die implosiewe laag te eksperimenteer. Alhoewel energie in die implosiewe laag ervaar word, word dit teruggehou vanweë groeplede se intense bewustheid van die interaksie tussen die polariteite in hul lewens. Tydens die bereiking van die eksplosiewe laag, laat groeplede die voorgeerolle van die vals laag vaar en energie word vrygestel wat vroeër deur groeplede benut is om voor te gee wie hul nie werklik is nie. Groeplede bereik in die eksplosiewe laag bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en funksioneer selfregulerend (vgl. 2.3.2) en selfonderhoudend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2), strewe na die vorming van goeie gestalte (vgl. 2.3.3) en is as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) toepaslik in kontak met sigself en die omgewing. In die eksplosiewe laag word groeplede dus hul ware self, gestroop van die onegte, aangeleerde wyses van in-die-wêreld-wees.

### **3.6.2 Die groeiproses van Zinker**

Volgens Yalom volg gestaltgroepe, of dit werksinkels oor naweke of deurlopende groepwerk behels, 'n ontwikkelingspatroon soortgelyk aan ander terapeutiese groepe (Zinker 1980:76). Yalom onderskei die volgende fases in die ontwikkeling van 'n terapeutiese groep. (Vgl. Zinker 1980:76 en Harman 1989:17.):

- Die fase van oppervlakkige kontak en verkenning.
- Die fase van konflik en identiteit.
- Die fase van samevloeiing en isolasie.
- Die fase van hoë kohesie.

Hierdie fases van Yalom is egter deur Zinker (1980:76) in 'n gestaltgroepwerkproses geïntegreer en word vervolgens verken en beskryf.

### ***3.6.2.1 Fase van oppervlakkige kontak en verkenning***

Hiërdie aanvangsfase word gekenmerk deur ang en ongemak wat tussen groeplede heers. Alhoewel hoë vlakke van energie tydens dié fase heers, word die energie meestal as ang beleef. Humor kan die onderlinge gespanne atmosfeer breek en die vertrek met 'n vrolike gelag vul. Groeplede is geneig om tydens dié fase oppervlakkige opmerkings te maak, sonder om werklik na mekaar te kyk as hulle kommunikeer (Zinker 1980:56,75). Hier kan afgelei word dat werklike kontakmaking, vanweë die oppervlakkige kommunikasie wat voorkom, nog ontbreek.

'n Verkenning rondom die reëls vind plaas en groeplede begin wonder of hul die leier kan vertrou, oor wat toelaatbaar is en of die groep of groeplede hul nie sal bespot of aanval nie. Sommige van die groeplede kan stil bly totdat hul van mening is dat die atmosfeer ondersteunend genoeg is om sigself uit te druk. Die hoofokus tydens dié fase is op die groepleier, deurdat groeplede na die groepleier kyk om vas te stel watter onderwerp gewens is om in die groep te onthul en om vas te stel watter wyse van uitdrukking deur die groepleier gemodelleer en beloon word. (Vgl. Zinker 1980:62 en Yalom 1985:302.) 'n Eie interpretasie is dat groeplede waarskynlik in die fase te bang is om sigself te wees uit vrees dat hul nie deur die groepleier en die res van die groep aanvaar sal word nie. Groepkohesie ontbreek dus nog hier, deurdat die groeplede nie veilig voel om volgens hul ware self op te tree nie.

Die eerste fase van Zinker gaan derhalwe gepaard met ang, oppervlakkige kommunikasie en onsekerheid ten opsigte van wat om te verwag. Deur die verkenning van groeplede poog groeplede waarskynlik om inligting te bekom ten opsigte van watter optrede hul aanvaarbaar



vir die groepleier en medegroeplede kan maak. Groepkohesie (vgl. 3.2.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2 en 3.3.2) ontbreek dus, deurdat groeplede nie veilig voel om volgens hul ware self op te tree en verantwoordelikheid vir hul eie lewens te neem nie en hulle nog aangewese op omgewingsteun (groepleier) is. Werklike kontak ontbreek waarskynlik ook nog, deurdat groeplede nie volgens hul ware self optree nie. Dit wil dus voorkom asof Zinker se fase van oppervlakkige kontak en verkenning (vgl. 3.6.1.1), ooreenstemming toon met Harman se vals laag (vgl. 3.6.1.1), aangesien oppervlakkige kontak by beide dié fases voorkom en selfondersteuning (vgl. 2.5.2 en 3.3.2) ontbreek vanweë groeplede se optrede volgens voorspelbare en verwagte gedrag.

Uit bogenoemde blyk dit of hoë vlakke van energie tydens die aanvang van groepwerk in die groep kan heers en of toesighoudende, geskeide ouers (groeplede) met groepleëls kan worstel en onseker en angstig kan voel. Dit is derhalwe belangrik om hierdie aspekte tydens die ontwerp en ontwikkeling van die gestaltgroepwerkprogram in ag te neem. Onsekerheid kan waarskynlik geminimaliseer word deur toesighoudende, geskeide ouers voor die aanvang van die gestaltgroepwerksessies individueel te oriënteer ten opsigte van die werkswyse en verloop van die groepwerksessies. Deur tydens die eerste gestaltgroepwerksessie op groepleëls, wedersydse verwagtinge en 'n ontspanningsaktiwiteit te fokus, kan onsekerhede verder uit die weg geruim word, angs verminder word, meer energie genereer word en groepkohesie tot stand gebring word.

### **3.6.2.2 Fase van konflik en identiteit**

Individuele identiteit tree tydens dié fase na vore wanneer groeplede mekaar se stellings begin toets en peil en onderlinge konflik, naamlik tussen groeplede en/of tussen groeplede en die groepleier ontstaan. (Vg. Zinker 1980:63 en Yalom 1985:304.) Gestaltgroepleiers werk vanuit die standpunt dat onderlinge konflik aangemoedig moet word aangesien, groeplede geneig is om ander te konfronteer oor aspekte wat hulle in hul eie lewens vermy (projeksies) en derhalwe nie in besit wil neem nie. Groeplede kan byvoorbeeld 'n medegroepleid konfronteer deur die betrokkene daarop te wys dat hy soos 'n akteur optree wanneer hy oor die pynlike aspekte in sy lewe praat, terwyl sigself dit vermy om oor die pynlike aspekte in hul eie lewens te praat. In laasgenoemde geval kan die groepleier groeplede, wat dit vermy om oor hul gevoelens te praat, deur middel van 'n eksperiment versoek om hul gedagtes en gevoelens in die groep te dramatiseer. Sodoende kan groeplede geleentheid kry om in kontak te kom met die aspekte wat hulle in hul eie lewens

vermy. Tydens dié fase word groeplede daarvan bewus dat hulle iets van mekaar kan leer en dat hulle effektiewe leerervarings kan opdoen deur met nuwe gedrag te eksperimenteer (Zinker 1980:63-66). Dit wil voorkom of groepinteraksie (vgl. 3.2.2) en groepkohesie (vgl. 3.2.1) tydens die fase toeneem, deurdat groeplede oënskynlik veiliger begin voel om hulle menings met mekaar te deel.

Groeplede kan tydens die fase in opstand teen die groepleier kom, wanneer hulle tot die besef kom dat die groepleier nie die gewone tradisionele leierrol vervul wat antwoorde en oplossings voorsien nie, maar daarenteen groeplede motiveer om hul eie ondersteuningsbronne te ontdek en te benut in die bevrediging van hul behoeftes. Groeplede kan verder negatiewe gevoelens teenoor die gestaltgroepleier ervaar wanneer hulle ontdek dat die gestaltgroepleier geen onderskeid tussen groeplede tref nie en hul sodoende nie 'n geleentheid kan kry om die betrokke groepleier se gunstelinggroeplid te word nie. (Yalom 1985:305). Die groepleier se leierskapstyl en gedrag is bepalende faktore in dié geskille. Aggressie wat moontlik uit konfliksituasies mag voortspruit kan deur die gestaltgroepleier as 'n leerervaring binne die groep benut word. Yalom (1985:308) meld in die verband: “... *the therapist who withstands an attack without being either destroyed or destructively retaliatory, but instead responds by attempting to understand and work through the sources and effects of the attack, demonstrates to the group that aggression need not be lethal and that it can be expressed and understood in the group.*” 'n Eie interpretasie is dat onrealistiese verwagtinge wat die groeplede ten opsigte van die gestaltgroepleier kan hê reeds met die groeplede uitgeklaar behoort te word tydens individuele oriënteringssessies, vóór die aanvang van die groepwerksessies. Sodoende kan die groeplede reeds vooraf weet dat hulle nie op die groepleier kan reken om hulle probleme vir hul op te los nie, maar dat die groepleier hul wel sal lei om verantwoordelikheid vir hul eie lewens te neem, deur selfondersteunend te wees, hul eie behoeftes te bevredig en self hul probleme op te los.

Dit wil voorkom asof groeplede tydens hierdie fase minder oppervlakkig kommunikeer en meer selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) funksioneer as tydens die eerste fase, aangesien hulle hul eie menings begin lug en mekaar se stellings evalueer. Laasgenoemde kan egter tot onderlinge konflik aanleiding gee. Dit blyk of onderlinge konflik tussen groeplede in 'n positiewe lig beskou behoort te word, aangesien groeplede deur middel van konflik juis bewus gemaak kan word van die aspekte in hul eie lewens wat hul vermy en sodoende nie besit nie. Die gestaltgroepleier kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk op

onderlinge konflik fokus deur groeplede by projektiewe tegnieke (vgl. 4.10 en 4.11) te betrek, ten einde hul bewustheid ten opsigte van die aspekte wat hulle in hul lewens vermy (projeksies), te bevorder en hul sodoende in staat te stel om daarmee in kontak te kom en dit in besit te neem (vgl. 3.8.3).

### **3.6.2.3 Fase van samevloeiing en isolasie**

Groeplede, wat lank in dieselfde groep bly, kan ongeag of hulle in hul privaat lewe verander het, vasgevang word in rolle waarmee die groep hul assosieer. Hierdie voorafopgestelde rolle kan met verloop van tyd meebring dat die hele groep sy aanvanklike missie verloor. Die gestaltgroepleier kan deur middel van 'n eksperiment groeplede bewus maak van die rolle wat hul moet vertolk, deur elke groeplid te versoek om in die middel van die groep te gaan sit, sy rol te beskryf en aan te dui hoe hy bydra tot die aanvaarding van die spesifieke rol in die groep. Die doel van die eksperiment is om groeplede te help om hul rolle te identifiseer (groepsbewustheid te verhoog), vas te stel hoe die groep hierdie rolle ondersteun, geleentheid te bied om nuwe individuele identiteite in die groep te ontwikkel en die groep te help om meer geïntegreerd te funksioneer en kohesie te bereik (Zinker 1980:66-69).

Hier kan afgelei word dat groeplede tydens die fase van samevloeiing en isolasie probleme kan ondervind om vanuit ander rolle te funksioneer as waarmee die groep hul assosieer. Dit blyk belangrik te wees dat groeplede se bewustheid ten opsigte van die rolle waarvolgens hul funksioneer, tydens dié fase bevorder moet word, ten einde te voorkom dat die groep sy missie verloor en sodat groeplede in staat gestel kan word om kohesie te bereik en geïntegreerd te funksioneer deur hul ware self te word. Dit wil voorkom asof Zinker se derde fase ooreenstemming met Harman se fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) toon, deurdát beide dié fases gekenmerk word deur rolstereotipering wat plaasvind.

### **3.6.2.4 Fase van hoë kohesie**

Hiérdie fase word gekenmerk deur groeplede se besorgdheid jeens mekaar, wedersydse vertrouwe en aanvaarding, asook respek vir mekaar se individuele vlak van ontwikkeling. Groeplede kom tot die besef dat geen medegroeplid meer waardevol as hy is nie en dat elke groeplid iets spesiaals het om te gee en te ontvang. Groeplede begin met redelike gemak hul emosionele reaksies met mekaar deel en vanweë die hoë vlak van kontakmaking word

probleemplossing moontlik maak. Die groepproses duur voort vir solank as wat die groep funksioneer en dien as 'n forum vir sy lede se voortgesette ontwikkeling (Zinker 1980:69,75).

Dit wil voorkom asof goeplede se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van hul eie behoeftes tydens die fase van hoë kohesie verhoog en dat hul as selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) begin funksioneer. Die drie sentrale doelstellings van gestaltterapie en gestaltgroepwerk (vgl. 2.5 en 3.3) blyk dus tydens dié fase bereik te word. Die fase van hoë kohesie toon ooreenstemming met Harman se eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5) deurdat groeplede in beide fases met verhoogde bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) begin funksioneer.

Opsommend kan gemeld word dat die groepproses volgens Zinker in vier fases verloop. (Zinker 1980:62, Yalom 1985:300 en Harman 1989:17). Fase een, die fase van oppervlakkige kontak en verkenning, word gekenmerk deur oppervlakkige kontakmaking, energie wat as angs ervaar word, humor, afhanklikheid van die groepleier en die verkenning van reëls. Tydens fase twee, die konflik- en identiteitsfase, blyk dit of groeplede selfondersteunend (vgl. 2.5.2 en 3.3.2) begin optree, deurdat hulle hul eie mening lig en in staat is om hul voor- en afkeure te kommunikeer. Groeplede projekteer waarskynlik tydens dié fase hul gevoelens op die groepleier of op medegroeplede. Groeplede blyk tydens die fase van samevloeiing en isolasie volgens voorafopgestelde rolle in die groep op te tree (rolstereotipering). Die hoë kohesiefase word gekenmerk deur kontakmaking, wedersydse aanvaarding, respek, vertrouwe en emosionele uitdrukking. Dit wil voorkom asof die drie doelstellings van gestaltterapie en -groepwerk (vgl. 2.5 en 3.3) tydens fase vier bereik word deurdat groeplede vanweë verhoogde bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1), selfregulerend (vgl. 2.3.2), selfondersteunend (vgl. 2.5.2 en 3.3.2) en geïntegreerd (vgl. 2.5.3 en 3.3.3) funksioneer.

### **3.6.3 Die groepproses van Kepner**

Volgens Kepner (1980:17-23) beweeg gestaltgroepe deur drie ontwikkelingsfases, naamlik:

- Identiteit en afhanklikheid.
- Beïnvloeding en teenafhanklikheid.
- Intimiteit en interafhanklikheid.

Elk van die fases word voorts verken en beskryf.

### **3.6.3.1 Fase een: Identiteit en afhanklikheid**

Tydens hiërdie fase worstel groeplede met vrae ten opsigte van sigself, medegroeplede, die groepleier en die proses. (Vgl. Kepner 1980:167 en Harman 1989:16.) Groeplede word met die volgende drie stelle vrae tydens die aanvang van gestaltgroepwerk gekonfronteer (Kepner 1980:17):

Die eerste stel vrae handel oor *“ek en my identiteit”* en behels die volgende:

- *“Hoe moet ek myself voorstel?”*
- *“Wat wil ek hê en wat moet ek doen om dit te kry?”*
- *“Kan ek myself wees en aan dié groep behoort?”*
- *“Wat is veilig om ten opsigte van myself te sê?”*
- *“Sal ek gesien word as die unieke en spesiale mens wie ek werklik is?”*
- *“Sal ek so anders wees dat ek alleen gaan voel?”*

Die tweede stel vrae hou verband met die identiteit van die medegroeplede en behels die volgende:

- *“Is hier iemand anders soos ek?”*
- *“Sal ek begrip en ondersteuning van enigiemand in die groep kry?”*
- *“Hoe gaan hulle oor my voel en wat gaan hulle van my dink?”*

Die derde stel vrae hou verband met die leier en die proses en behels die volgende:

- *“Wat gaan ons hier doen?”*
- *“Watter reëls of verwagtinge is hier ter sprake?”*
- *“Wat gaan hulle van my uitvind en wat gaan ek omtrent myself uitvind waarvan ek nie bewus is nie of nie wil hê ander van my moet weet nie?”*
- *“Hoe gaan hulle my behandel? Gaan hulle oor my baasspeel, my oordeel, my verwerp of gaan hulle my aanvaar en vir my omgee?”*

Kepner (1980:18) en Harman (1989:16) is dit eens dat groeplede tydens die fase geneig is om van die groepleier te verwag om leiding te neem en sodoende die proses aan die gang te hou, in plaas daarvan om in sigself en in medegroeplede vir energie te soek. Beide outeurs waarsku gestaltgroepleiers om nie groeplede van hul afhanklik te maak nie. Volgens Harman

(1989:16) kan groepleiers die vraag “*Wat wil jy daaruit kry om hier te wees?*” vra om groeplede te help om die afhanklikheidsprobleem op te los.

Hier kan afgelei word dat groeplede tydens hierdie aanvangsfase worstel met vrae ten opsigte van sigself, medegroeplede, die groepleier en die proses, ten einde hulle veiligheid in die groep te evalueer. Groeplede blyk tydens die fase hulle na omgewingsteun (groepleier) te wend om die groepproses aan die gang te hou. Selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) ontbreek dus in hierdie fase. ‘n Eie interpretasie is dat bogenoemde vrae in ag geneem behoort te word by die oriëntering van toesighoudende, geskeide ouers ten opsigte van gestaltgroepwerksessies, ten einde onsekerhede wat tot angs aanleiding kan gee te beperk en die totstandkoming van groepkohesie aan te help. Dit wil voorkom of hierdie fase ooreenstemming toon met Yalom se eerste fase van oppervlakkige kontak en verkenning (vgl. 3.6.2.1), deurdat groeplede tydens beide fases worstel met vrae betreffende die groepproses, medegroeplede en die groepleier.

Gedurende hierdie fase is die primêre taak van die gestaltgroepleier om so spoedig moontlik verhoudings met en tussen groeplede te bewerkstellig en inligting ten opsigte van die drie stelle vrae waarmee groeplede intern worstel, te genereer (Kepner 1980:17). Daar is ‘n aantal aktiwiteite wat die gestaltgroepleier in dié verband kan help: Groeplede moet ingelig word rondom die take van die groep en die rol van die groepleier. Gestaltgroepleiers kan byvoorbeeld ‘n groep begin deur hul eie idees en waardes ten opsigte van persoonlike groei met groeplede te deel en hulle rolle, wat die fasilitering van bewustheid op die individuele/intrapersoonlike, interpersoonlike en op die groepprosesvlak behels, in die groep te bespreek. Die gestaltgroepleier kan onder meer geleenthede skep vir groeplede om op *intrapersoonlike vlak* relevante inligting ten opsigte van sigself te deel. Groeplede kan byvoorbeeld versoek word om sigself op een of ander manier aan die groep voor te stel, of hulle kan in subgroepe onderverdeel word en ‘n taak opgelê word om inligting, rakende sigself, onder mekaar uit te ruil. (Vgl. Kepner 1980:18-19 en Fatout 1992:96-97.)

Die gestaltgroepleier kan *interpersoonlike kontak* aanmoedig, deur te fokus op die interpersoonlike omgewing en deur die groep se hulpbronne te ontgin. Die groepleier kan byvoorbeeld wanneer oogkontak en verbale stellings direk aan hom gerig word, groeplede motiveer om oogkontak en kommunikasie ook na mekaar te rig. (Vgl. Kepner 1980:18 en Fatout 1992:96.)

Op *groepvlak* kan die gestaltgroepleier die groep deur verbale en nieverbale modellering inlig rondom die benadering wat gevolg word, deur byvoorbeeld sy eie interne proses (gevoelens en observasie) met die groep te deel. Ten einde werk op al drie vlakke (intrapersoonlike, interpersoonlike en groepproses) aan te moedig kan die gestaltgroepleier vanuit die veronderstelling werk dat groeplede spreukbuse vir mekaar kan wees ten opsigte van belangrike temas wat in groepverband aandag geniet. Die gestaltgroepleier kan byvoorbeeld aan groeplede vra of hul met 'n groeplid saamstem wat 'n belangrike probleem/tema in die groep geopper het. Sodoende word individuele probleme as algemene probleme beskou, wat as temas in groepverband hanteer kan word. (Vgl. Kepner 1980:18-19, Harman 1989:16 en Fatout 1992:97.)

Dit wil dus voorkom of die gestaltgroepleier so spoedig moontlik verhoudings met en tussen toesighoudende, geskeide ouers moet bewerkstellig en bewustheid op al drie vlakke, te wete intrapersoonlike, interpersoonlike en groepvlak (vgl. 3.2.2) moet fasiliteer, ten einde elke toesighoudende, geskeide ouer en die groepproses te bevoordeel. 'n Eie interpretasie is dat aktiwiteite en tegnieke sodanig vir die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers geselekteer behoort te word dat dit groei op die intrapersoonlike, interpersoonlike en groepvlak (vgl. 3.2.2) teweeg moet bring. Toesighoudende, geskeide ouers kan byvoorbeeld deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid kry om sigself tydens die eerste groepwerksessie aan die groep voor te stel (intrapersoonlike vlak). Die groepleier kan tydens laasgenoemde aktiwiteit groeplede motiveer om na mekaar te kyk (interpersoonlike vlak), wanneer hulle sigself aan die groep voorstel. Sodoende word eenrigtingkommunikasie tussen die groepleier en 'n groeplid beperk en word groepinteraksie (vgl. 3.2.2) bevorder. Deur groeplede verder te versoek om by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) hulle verwagtinge en behoeftes te verbaliseer kan groei waarskynlik op groepvlak gefasiliteer word.

Samevattend kan die rol van die gestaltgroepleier tydens die aanvangsfase beskou word as die daarstelling van verhoudings en 'n klimaat waar groeplede veilig kan voel en inligting kan bekom ten opsigte van vrae waarmee hul moontlik worstel. Die groepleier het 'n belangrike taak om bewustheid op al drie vlakke (intrapersoonlike, interpersoonlike en groepvlak, vgl. 3.2.2) te fasiliteer, ten einde sowel elke groeplid, as die groepproses te bevoordeel. Gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke behoort sodanig vir die ontwerp en ontwikkeling

van die gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie geselekteer te word, dat hulle groei op intrapersoonlike, interpersoonlike en groepvlak (vgl. 3.2.2) kan ervaar.

### **3.6.3.2 Fase twee: *Beïnvloeding en teenafhanklikheid***

Tydens die tweede fase word groeplede gekonfronteer met aspekte soos beïnvloeding, outoriteit en beheer. Elke groeplid is tydens die fase daarvan bewus dat hy beïnvloed word deur gebeurtenisse in die groep en dat sekere vanselfsprekende of duidelike norme geld, wat dit moeilik maak om anders op te tree as wat blyk aanvaarbaar te wees. Groepnorme behels dit wat aanvaarbaar of onaanvaarbaar binne die groepopset is en word afgelei vanuit gedrag en reflekteer die veronderstellings wat groeplede oor sigself en ander maak en hoe dinge “behoort” te wees. (Vgl. Kepner 1980:19 en Harman 1989:16-17.) Groeplede kan tydens dié fase die norme begin uitdaag deur dit te verbreek deur negatiewe reaksies jeens mekaar uit te druk of die gestaltgroepleier se gesag en bekwaamheid op ‘n direkte wyse bevraagteken. (Vgl. Kepner 1980:19-20, Harman 1989:16-17 en Fatout 1992:97.) ‘n Eie interpretasie is dat groeplede in dié fase die groepnorme (introjekte, vgl. 2.3.5.1) begin evalueer en dit wat vir hulle onaanvaarbaar is verwerp.

Dit wil voorkom asof groeplede tydens die fase bewus word van duidelike of vanselfsprekende norme wat geld (introjekte, vgl. 2.3.5.1) en hoe hul deur groepgebeurtenisse beïnvloed word. Laasgenoemde bewustheid kan meebring dat groeplede ten opsigte van die bestaande norme (introjekte, vgl. 2.3.5.1) rebelleer en die gesag van die groepleier bevraagteken, wat waarskynlik daarop dui dat hul meer selfondersteunend (vgl. 2.5.2 en 3.3.2) begin funksioneer deurdat hul in beheer blyk te wees. Hierdie fase toon ooreenstemming met Zinker se fase van konflik en identiteit (vgl. 3.6.2.2), asook die fase van samevloeiing en isolasie (vgl. 3.6.2.3), aangesien die genoemde fases op die groepnorme wat gekonfronteer word fokus en op moontlike onderlinge konflik. Verhoogde selfondersteuning (vgl. 2.5.2 en 3.3.2) kom ook in hierdie fase sowel as in Zinker (vgl. 3.6.2.3) se fase van samevloeiing en isolasie voor.

Dit is die primêre taak van die gestaltgroepleier om tydens dié fase te fokus op die verskille, uiteenlopendheid en rolbuigzaamheid tussen groeplede. Vervolgens word ‘n aantal aktiwiteite aangedui wat deur die groepleier uitgevoer kan word, ten einde hierdie taak te fasiliteer (Kepner 1980:19-21).



Die gestaltgroepleier kan die bewustheid rondom groepnorme verhoog deur die veronderstellings (norme) wat deur groeplede gemaak word in vroe te omskep. Die groepleier kan byvoorbeeld opmerk dat groeplede 'n norm aanhang wat daarop neerkom dat dit nie reg is om van die groep te verskil nie. Laasgenoemde kan dan in 'n vraag omskep word, byvoorbeeld: *“Is dit in orde om hier te verskil?”* Op hierdie wyse kry groeplede geleentheid om die norme wat in werking is te identifiseer en die gevolge daarvan te bepaal, asook besluite te neem om dit te verander deur hul eie gedrag te monitor (Kepner 1980:19-20). Groeplede blyk dus hier geleentheid te kry om groepnorme (introjekte, vgl. 2.3.5.1) te evalueer en dit wat vir hul aanvaarbaar is te assimileer (vgl. 2.3.5.1), of dit wat vir hulle onaanvaarbaar is te verwerp.

Groeplede moet aangemoedig word om duidelike uitdrukking te gee aan hul verskille en ontevredenheid. Konflik wat op 'n intrapersoonlike, interpersoonlike en groeplvlak ontstaan moet derhalwe toegelaat word. Die groepleier word hier gekonfronteer met belangrike keuses rakende die vlak van intervensie, naamlik: *“Moet ek aandag aan groeplede gee wat duidelik in pyn verkeer as gevolg van 'n ou onvoltooidheid wat na aanleiding van groepkonflik na vore getree het?”* (intrapersoonlike vlak) of *“Moet ek die groep raadpleeg rakende die wyse waarvolgens hulle konflik en verskille hanteer?”* (groeplvlak). Die groepleier moet daarop bedag wees om nie antwoorde te gee nie, maar moet eerder fokus op die dilemma wat ontstaan rondom die vlak van intervensie. (Vgl. Kepner 1980:20 en Fatout 1992:97-98).

Groeplede funksioneer dikwels in 'n groep volgens rolle wat ontstaan vanweë 'n behoefte wat die groep ervaar, eerder as wat dit 'n funksie van die persoonlikheid of karakter van 'n groeplid is. So byvoorbeeld kan 'n groeplid wat aanvanklik energie voorsien het om die groep aan die gang te sit, deur die groep toegewys word om in die vervolg die rol/funksie van energie-genererder in die groep te vervul. Groeplede se gedrag kan egter stereotiep raak wanneer sekere rolle/funksies net aan sekere groeplede toegesê word en van dié groeplede verwag word om vanuit hulle vasgestelde rolle te funksioneer. Sodra rolle vasgelê is, is die groep geneig om weerstand te bied wanneer een van die groeplede poog om van sy vasgestelde rol af te wyk – gesien in die lig dat 'n verandering in een groeplid die groep as 'n geheel beïnvloed. Die gestaltgroepleier kan groeplede bewus maak van hierdie stereotipe

rolle en hul help om bewus te word van die gevolge wat dit vir sowel die groep as 'n eenheid, as vir elke groeplid inhou. (Vgl. Kepner 1980:20-21 en Fatout 1992:98.)

Hier kan afgelei word dat stereotipering van rolle tydens die tweede fase kan plaasvind, vanweë rolle wat aan groeplede deur die groep toegesê word. Enige afwyking daarvan kan tot groepweerstand aanleiding gee. Die groepleier moet derhalwe deurentyd op die uitkyk wees vir die vorming van stereotipe rolle, ten einde groeplede daarvan bewus te maak en verandering te bewerkstellig. Sodoende kan die groepleier, wat deurentyd moet waak om nie raad aan die groeplede te gee nie, die groep se dinamika positief beïnvloed en moontlike groei laat plaasvind. Dit wil voorkom asof hierdie fase met Harman se fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) ooreenstemming toon, deurdat beide dié fases gekenmerk word deur rolstereotipering wat plaasvind. Voorts blyk dit of Zinker (vgl. 3.6.2.3) se derde fase (samevloeiing en isolasie) ook met Harman se impasselaag (vgl. 3.6.1.3) ooreenstemming toon, deurdat die fokus by dié fases op groeplede se verhoogde bewustheid ten opsigte van die rolle wat hul vertolk en op hoe hul daardeur beïnvloed word, val.

### **3.6.3.3 Fase drie: *Intimiteit en interafhanklikheid***

Tydens hierdie fase maak groeplede ware kontak. Na afloop van fase twee se stryd om mag en invloed, beskik groeplede tydens fase drie oor die nodige ondersteuning om hoë risiko's op die intra- en interpersoonlike vlak te neem. Groeplede funksioneer tydens hierdie fase onafhanklik en besef dat hul op mekaar kan staatmaak vir begrip, ondersteuning en aansporing. Groeplede word betekenisvol vir mekaar en die groep as sisteem word betekenisvol vir sy lede deurdat dit die nodige hulpmiddels voorsien vir groei. Die gestaltgroepleier word nie langer as die gesagsfiguur beskou nie, maar wel as 'n ervare hulpbron. (Vgl. Kepner 1980:21-22, Harman 1989:17 en Fatout 1992:98-99.)

Tydens die fase is die vlak van emosionele selfuitdrukking hoog en groeplede is in staat om hul emosionele pyn, soos rou, skeiding en verliese te hanteer, terwyl die groep in staat is om deur aanvaarding en ondersteuning van groeplede se pyn en angs te absorbeer. (Vgl. Kepner 1980:21-22 en Harman 1989:17.) Hier kan afgelei word dat groeplede tydens die fase selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) optree en tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oorgaan, hul ware self word en as geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede funksioneer. Hoë groepkohesie (vgl. 3.2.1) blyk 'n kenmerkende eienskap van die fase te wees, deurdat die groeplede veilig in mekaar se teenwoordigheid voel en besef dat hul op

mekaar kan staatmaak vir begrip, ondersteuning en aansporing. Sodoende word die oorkoepelende doelstellings, naamlik bewustheid, selfondersteuning en integrasie van gestaltterapie en -groepwerk (vgl. 3.3 en 2.5) bereik.

Die funksies van die gestaltgroepleier tydens dié fase behels onder meer, die volgende: Weinig intervensie word tydens die fase van die groepleier verwag. Die gestaltgroepleier moet die groep help om deur 'n afsluitingsproses te gaan, wat afskeid van mekaar en die hertoetrede tot die "*werklike lewe*" behels. Groeplede kan byvoorbeeld gevra word om hul beste leerervarings, wat hul tydens die groepwerksessies opgedoen het, met mekaar te deel en aan wyses te dink hoe hul voortaan sigself kan ondersteun. (Vgl. Kepner 1980:22 en Fatout 1992:99). 'n Eie interpretasie is dat die groep tydens die laaste fase geleentheid behoort te kry om afskeid te neem, aangesien hul daardeur in staat gestel word om nog 'n gestalt in hul lewens te voltooi (vgl. 2.3.3).

Vanweë die uniekheid van elke groep en sy lede eindig alle groepe nie noodwendig met die fase van intimiteit en interafhanklikheid nie. In laasgenoemde gevalle is dit nodig om die positiewe en negatiewe aspekte, vervulde behoeftes, asook onvervulde verwagtings en behoeftes van groeplede se ervarings van die groepwerk te erken. (Vgl. Kepner 1980:22-23 en Fatout 1992:99). Verskillende groepe se vordering ten opsigte van die fases behoort dus nie met mekaar vergelyk te word nie, deurdat groepe vanweë hul samestelling en uniekheid van mekaar kan verskil. Dit wil voorkom asof hierdie fase ooreenkomste toon met Harman se eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5) en Zinker se fase van hoë kohesie (vgl. 3.6.2.4), deurdat al drie die fases gekenmerk word deur ware kontakmaking, emosionele uitdrukking, groei en die moontlike bereiking van die oorkoepelende doelstellings, naamlik verhoogde bewustheid, selfondersteuning en integrasie, van gestaltterapie en -groepwerk (vgl. 2.5 en 3.3).

Opsommend kan gemeld word dat die groepproses volgens Kepner (vgl. 3.6.3) in drie fases verloop. In die fase van identiteit en afhanklikheid worstel groeplede met vrae ten opsigte van sigself, medegroeplede, die groepleier en die proses. Groeplede word tydens die fase van beïnvloeding en teenafhanklikheid gekonfronteer met aspekte soos beïnvloeding, outoriteit en beheer. Hulle blyk tydens die fase geleentheid te kry om bestaande groepnorme (introjekte, vgl. 2.3.5.1) te evalueer en te assimileer (vgl. 2.3.5.1). Sodoende word selfondersteuning bevorder. Rolstereotipering kom in die fase voor. Tydens die derde fase maak groeplede ware kontak. Hulle tree selfondersteunend (vgl. 2.5.2 en 3.3.2) op, gaan tot

emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor en funksioneer geïntegreerd (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) volgens hul ware self.

### 3.7 KONSEPTUALISERING VAN 'N GESTALTGROEPPROSES VIR DIE DOELEINDES VAN HIERDIE NAVORSING

Uit die voorafgaande bespreking (vgl. 3.6) kan 'n afleiding gemaak word dat die groepproses van Zinker (vgl. 3.6.2) en Kepner (vgl. 3.6.3) grootliks met Harman se groepproses (lae van neurose, vgl. 3.6.1) ooreenkoms toon. Tabel 2 bied 'n uiteensetting van die groepproses soos deur dié verskillende outeurs aangetoon (dieselfde kleure word benut ten einde ooreenkomste tussen die onderskeie fases aan te dui). Voorts word die ooreenkomste verder uitgelig.

**TABEL 2: KOMPONENTE VAN DIE GROEPPROSES AAN DIE HAND VAN VERSKILLENDE OUTEURS**

Die groepproses van Harman (vgl. 3.6.1)	Die groepproses van Zinker (vgl. 3.6.2)	Die groepproses van Kepner (vgl. 3.6.3)
1) Vals laag	1) Fase van oppervlakkige kontak en verkenning	1) Identiteit- en afhanklikheidsfase
2) Fobiese laag	2) Konflik- en identiteitsfase	2) Beïnvloeding- en teenafhanklikheidsfase
3) Impasselaag	3) Fase van samevloeiing en isolasie	3) Intimiteit- en interafhanklikheidsfase
4) Implosiewe laag	4) Hoë kohesiefase	
5) Eksplosiewe laag		

Zinker se fase van oppervlakkige kontak en verkenning (vgl. 3.6.2.1) toon ooreenstemming met Harman se vals laag (vgl. 3.6.1.1), deurdat oppervlakkige kontak by albei dié fases voorkom. Selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) blyk by Zinker se fase van oppervlakkige kontak en verkenning (vgl. 3.6.2.1), Kepner se fase van identiteit en afhanklikheid (vgl. 3.6.3.1) en Harman se vals laag (vgl. 3.6.1.1) te ontbreek deurdat groeplede by al drie die fases op die groepleier vir ondersteuning (omgewingsteun) fokus.

'n Eie interpretasie is dat Zinker se fase van konflik en identiteit (vgl. 3.6.2.2) en Kepner se fase van beïnvloeding en teenafhanklikheid (vgl. 3.6.3.2), waar groeplede in opstand teen die groepleier se gesag kom, waarskynlik ook by Harman (vgl. 3.6.1.3) se impasselaag kan voorkom. Groeplede kan moontlik by die bereiking van hul impassepunt, wanneer hul magteloos voel en glo dat hul oor geen innerlike energie beskik om selfondersteunend te wees nie (vgl. 3.6.1.3), in opstand kom teen die gestaltgroepleier wat dan weier om hul van raad en antwoorde te voorsien en hulle inteendeel frustreer. In die lig van laasgenoemde word Zinker (vgl. 3.6.2.2) se fase van konflik en identiteit en Kepner (vgl. 3.6.3.2) se fase van beïnvloeding en teenafhanklikheid vir die doeleindes van hierdie navorsing by Harman (vgl. 3.6.1.3) se impasselaag geïntegreer.

Dit wil voorts voorkom asof Zinker (vgl. 3.6.2.3) se derde fase (samevloeiing en isolasie) en Kepner (vgl. 3.6.3.2) se tweede fase (beïnvloeding en teenafhanklikheid) ooreenstemming met die fobiese laag en die impasselaag van Harman (vgl. 3.6.1.2 en 3.6.1.3) toon, deurdat die fokus by dié fases op groeplede se verhoogde bewustheid ten opsigte van die rolle wat hul vertolk en hoe hul daardeur beïnvloed word, val (rolstereotipering).

Zinker (vgl. 3.6.2.4) se fase van hoë kohesie en Kepner (vgl. 3.6.3.3) se fase van intimiteit en interafhanklikheid blyk ooreenkomste te toon met die eksplosiewe laag van Harman (vgl. 3.6.1.5), deurdat ware kontakmaking, emosionele uitdrukking, verhoogde selfondersteuning en integrasie by al drie dié fases voorkom. Komponente van Harman (vgl. 3.6.1.4) se implosiewe laag blyk nie by Zinker (vgl. 3.6.2) of Kepner (vgl. 3.6.3) se groepproses ingesluit te wees nie.

Uit bogenoemde blyk dit dus of Zinker (vgl. 3.6.2) en Kepner (vgl. 3.6.3) se fases by Harman (vgl. 3.6.1) se vyf neurotiese lae, wat vir die doeleindes van hierdie navorsing as die hoofkonseptuele raamwerk beskou word, geïntegreer kan word deurdat die fases grootliks ooreenstemming toon.

### **3.8 DIE PROSES VAN ELKE GROEPLID**

Gestaltterapie is prosesgeoriënteerd en plaas klem op die gesonde funksionering van die totale organisme. 'n Individu se bewustheid van sy proses kan tot verandering, groei en volwassewording lei, wat die ontplooiing van die volwassene se persoonlikheid, bestaande uit vyf lae (neurotiese lae, vgl. 3.6.1), naamlik die vals laag, die rolspelerlaag of die fobiese

laag, die impasselaag, die implosiewe laag en die eksplosiewe laag impliseer. (Vgl. Latner 1986:54 en Oaklander 1994b:143-145.) Soos reeds onder punt 3.6 (gestaltgroepproses) gemeld, behoort elke groeplid se unieke proses ook binne die oorkoepelende groepproses in ag geneem te word. Harman (1989:28) meld in die verband: *“At the same time that group process is occurring, each individual is involved in his or her own process.”* Hier kan dus afgelei word dat elke groeplid op sy eie deur die vyf lae van neurose/persoonlikheid beweeg, wat sy eie proses behels, terwyl hy ook saam met die groep as geheel deur die vyf lae van neurose beweeg, wat weer die groepproses (vgl. 3.6.1 en 3.7) behels.

Soos reeds onder 1.6.2.3 gemeld is Violet Oaklander (1988:298), 'n bekende Amerikaanse gestaltpeltherapeut, van mening dat gestaltpeltherapiebeginsels en -tegnieke ook op volwassenes van toepassing gemaak kan word. Sy gaan van die standpunt uit dat 'n spesifieke proses van gestaltpeltherapie met kinders bestaan, wat direk verband hou met die teoretiese veronderstellings wat in die gestaltterapie gemaak word (Oaklander 1994b:147). Laasgenoemde proses is deur Groenewald (2002a:70-76) tydens haar navorsing met volwasse toesighoudende, geskeide moeders aangepas en sodoende op volwassenes van toepassing gemaak. Dit bestaan uit die volgende komponente: sensoriese kontakmaking, versterking van die sin vir die self, emosionele uitdrukking en selfonderhouding en -vertroeteling. Vir die doeleindes van hierdie navorsing word die proses van elke groeplid aan die hand van die vyf lae van neurose (vgl. 3.6.1) en Groenewald (2002a:70-76) se vier komponente gekonseptualiseer. Vervolgens word die proses van elke groeplid na aanleiding van Groenewald (2002a:70-76) se vier komponente, te wete sensoriese kontakmaking, versterking van die sin vir die self, emosionele uitdrukking, selfonderhouding en vertroeteling bespreek.

### **3.8.1 Sensoriese kontakmaking**

Volgens Oaklander (1988:109) ervaar individue sigself en maak hul kontak met die omgewing deur middel van kontakmodaliteite, naamlik sig, gehoor, gevoel, smaak en reuk. Sy is egter van mening dat die kontakmodaliteite nie altyd effektief benut word nie: *“Yet somewhere along the line many of us lose full awareness of our senses; they become hazy and blurred and seem to operate automatically and apart from ourselves. We come to operate in life almost as if our senses, bodies, and emotions don't exist – as if we are nothing but giant heads, thinking, analyzing, fantasizing, mind-reading, fortunetelling, censoring.”* (Vgl. Oaklander 1988:109.) Ter aansluiting hierby is Clarkson (1989:82) van mening dat

individue dikwels hulle sensoriese bewustheid en sensitiwiteit ten opsigte van hul liggame verloor as 'n resultaat van ondraaglike konflik, pynvolle traumatiese gebeure en volgehoue verliese in hul lewens. In samehang hiermee is Yontef (1993:66) van mening dat kliënte wat gestaltterapie benodig dikwels nie sensories en emosioneel in kontak met sigself is nie. 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers vanweë die trauma en verliese wat met hul egskeidings gepaard gaan hulle waarskynlik ook sensories kan “*afsnj*”, moontlik in 'n poging om sigself teen verdere “*pyn*” te beskerm. In die lig gesien dat individue deur middel van hulle sintuie, naamlik sig, gehoor, gevoel, smaak en reuk kontak met sigself en die omgewing maak, blyk dit belangrik te wees om tydens gestaltgroepwerk toesighoudende, geskeide ouers se benutting van hul kontakmodaliteite te evalueer en hul bewustheid daaromtrent te verhoog, ten einde hulle in staat te stel om verbeterde kontak met sigself en met die omgewing te bewerkstellig.

Volgens O'Leary (1992:34-35) behoort spraak en liggaamsbeweging as addisionele kontakmodaliteite aandag te geniet. 'n Eie interpretasie is dat asemhaling ook as 'n belangrike kontakmakingmodaliteit beskou behoort te word, gesien in die lig dat Tyler (1980:110) dit beskou as die belangrikste element in gestaltterapie en Oaklander (1988:128) dit beskou as 'n belangrike aspek van liggaamsbewustheid. Voorts word die onderskeie kontakmodaliteite naamlik sig, gehoor, tas, smaak, reuk, spraak, liggaamsbeweging en asemhaling bespreek.

### **3.8.1.1 Sig**

Jong kinders is nie bang om te kyk nie. Hulle leer van die wêreld om hulle deur te kyk, waar te neem, kennis te neem, alles te ondersoek en deur te staar. Soos kinders ouer en volwasse word, “*gee hul dikwels hul oë weg*”, deurdat hul sigself en hul omgewing deur ander se oë begin sien en optree soos wat ander van hul verwag (Oaklander 1988:111). Dit wil dus voorkom of individue se vermoë om op 'n spontane wyse kontak deur middel van hul sigsintuig te maak ingeperk kan word soos wat hul ouer word, deurdat hulle hul omgewing deur ander se oë begin sien en derhalwe deur ander gemanipuleer word (vgl. 2.3.5.1, introjeksie) om te wees wie hul nie werklik is nie .

Sig alleen verseker nie kontak nie, maar wel die kwaliteit daarvan. Kwaliteitsig impliseer om ten volle met aandag te fokus op die objek of persoon met wie interaksie plaasvind. Individue kan deur te staar of deur weg te kyk kontak deur middel van sig verminder. 'n Individue wat

oogkontak vermy se bewustheid kan bevorder word deur byvoorbeeld aan hom te vra: “*Is jy bewus van jou oë as jy met my praat?*” (O’Leary 1992:32). Schoeman (1996b:43) beskou sig as die hoofkoördinerende sintuig, wat die individu help om die wêreld om hom te verstaan en sy is van mening dat kleur, vorm, helderheid en donkerte tydens visuele stimuleringsaktiwiteite beklemtoon moet word.

Hier kan afgelei word dat individue wat nie visueel gestremd is nie oor die vermoë moet beskik om die omgewing en individue om hul te kan sien, ten einde goeie kontak te maak. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid van hul sigsintuig, kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van visuele stimuleringsaktiwiteite (vgl. 4.8) verhoog word om hul in staat te stel om effektief kontak met hul omgewing te maak.

### **3.8.1.2 Gehoor**

Die bewuswording van klank is die eerste stap na kontak met die omgewing en impliseer die begin van kommunikasie (Oaklander 1988:13-14). Individue is geneig om te dagdroom wanneer ander met hulle praat, net te hoor wat hul wil hoor (byvoorbeeld kritiek) en dikwels die betekenis van dit wat hulle hoor te verander. Individue hoor, maar is geneig om nie te luister nie. Die aanleer van goeie luistervaardighede kan aanleiding gee tot die verbetering van verhoudings en kommunikasie met ander en derhalwe tot beter kontak met die omgewing. (Vgl. Oaklander 1988:113-114 en O’Leary 1992:32-33.) Toesighoudende geskeide, ouers kan dus kontak deur middel van hul gehoorsintuig vermy in ‘n poging om sigself te beskerm en derhalwe kontak met sigself en hul omgewing benadeel.

Klanke en gevoelens is nou verbind aan mekaar. Individue wat nie met klanke kontak het nie, kan probleme ondervind om met hulle onderliggende gevoelens in kontak te kom. Bewustheid rakende klanke kan verhoog word deur te praat oor klanke en gevoelens, byvoorbeeld hartseer klanke, gelukkige klanke en bang klanke. (Vgl. Oaklander 1988:114 en O’Leary 1992:44.) Dit blyk dus of daar ‘n nou verband tussen klanke en gevoelens bestaan. Deur middel van klanke kan individue wat nie gehoorgestremd is nie waarskynlik in staat gestel word om met hulle omgewing en sigself in kontak te kom. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid rondom hul gehoorsintuig kan oënskynlik tydens gestaltgroepwerk bevorder word, deur hul te betrek by luister-stimuleringsaktiwiteite (vgl. 4.8). Sodoende kan hul moontlik in staat gestel word om beter kontak met sigself en die omgewing te maak.



### **3.8.1.3 Tas**

Die vel is die grootste tasorgaan, wat vroeg reeds in individue se babajare belangrike oorlewings- en sosiale kontakfunksies vervul en as 'n kontakgrens beskou kan word. (Vgl. Latner 1986:40 en Schoeman 1996b:47.) Latner (1986:40) meld in die verband: *“Our skins are contact boundaries separating our bodies from the environment, they are also our point of meeting with it.”* Aanraking deur 'n ander individu impliseer altyd 'n sensoriese boodskap, wat observasie beïnvloed. Individue se vryheid om kontak deur middel van hul tassintuïe met ander te maak word soms deur sosiale en kulturele reëls ingeperk. 'n Kulturele verbod teen aanraking kom op verskillende wyses na vore, byvoorbeeld om 'n individu op die rug te klop in plaas daarvan om hom 'n drukkie te gee. (Vgl. O'Leary 1992:33-34 en Schoeman 1996b:47.)

Dit wil dus voorkom asof die vel, as kontakgrens, die grootste tasorgaan is waarmee individue kontak met hul omgewing maak. Vanweë kulturele reëls wat bestempel kan word as introjekte (vgl. 2.3.5.1) kan individue daarvan weerhou word om werklik kontak met hul omgewing te maak en derhalwe opregte sensoriese boodskappe aan mekaar deur te gee. 'n Eie interpretasie is dat individue sigself dikwels vanweë introjekte (vgl. 2.3.5.1) daarvan weerhou om hul ware self te wees en dienooreenkomstig hul behoeftes deur middel van hul tassintuïe te bevredig en kontak te maak. 'n Geskeide manspersoon kan byvoorbeeld 'n behoefte ervaar om 'n hartseer getroude vriendin 'n drukkie te gee, maar sigself daarvan weerhou uit vrees dat sy, sy sensoriese boodskap verkeerdelik kan vertolk en hom as *“opdringerig”* kan beskou. Sodoende kan individue kontak met hul eie behoeftes verloor en optree soos wat van hul verwag (introjekte, vgl. 2.3.5.1) word. Tydens gestaltgroepwerk kan toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van hul tassintuïg waarskynlik deur middel van tasaktiwiteite (vgl. 4.8) verhoog word, ten einde hul in staat te stel om binne 'n veilige gestaltgroepwerkomgewing kontak met hul werklike gevoelens en behoeftes, asook met hul omgewing te maak.

### **3.8.1.4 Smaak**

Die smaaksintuïg word veral met die tong geassosieer. Die tong is baie sensitief en word gebruik vir kou, sluk, praat en help onderskei tussen smake, te wete soet, suur, bitter en sout. Dit word verder gebruik as 'n instrument om uiting aan emosies te gee, byvoorbeeld 'n tong wat vir iemand uitgesteek word, kan 'n wyse wees om uiting aan aggressie te gee. Individue se smaakvoorkeure behoort gerespekteer te word, aangesien dit deel vorm van

hulle uniekheid en hulle in staat stel om kontak met hul omgewing te maak. (Vgl. Oaklander 1988:119, Schoeman 1996b:47 en O'Leary 1992:34.)

Individue kan dus deur middel van hulle smaaksintuie (tonge) in kontak met hul omgewing kom deur dit te gebruik om voedsel te verwerk, te praat en uiting aan hul emosies te gee. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van hul smaaksintuig kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van sensoriese kontakmakingsaktiwiteite (vgl. 4.8) bevorder word, ten einde hul in staat te stel om met sigself en hul omgewing in kontak te kom.

### **3.8.1.5 Reuk**

Volgens Denzilo (1994:49) beskik sommige individue oor akute reuksintuie, terwyl ander skaars daarvoor beskik. Die funksie van die reuksintuig word dikwels onderskat. Die reuksintuig word benut om inligting vanuit die omgewing te bekom en tussen aangename en onaangename reuke te onderskei. Reuke kan verbind word aan sekere emosies wat aangename of onaangename (hartseer/angs) herinneringe vanuit die verlede oproep. 'n Reuk, soos byvoorbeeld 'n eterreuk, kan 'n individu angstig laat voel en hom aan 'n hospitaalervaring herinner. (Vgl. O'Leary 1992:34 en Schoeman 1996b:45.) Hier kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers tydens gestaltgroepwerk deur middel van reuksintuigaktiwiteite (vgl. 4.8) in staat gestel kan word om tussen aangename en onaangename reuke te onderskei en om in kontak met hul emosies en moontlike onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) vanuit hul verlede te kom, wat waarskynlik tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) aanleiding kan gee. Toesighoudende, geskeide ouers se sin vir die self (vgl. 3.8.2) kan waarskynlik versterk word wanneer hul tydens gestaltgroepwerk geleentheid kry om deur middel van selfgerigte stellings (vgl. 3.8.2.1) tussen aangename en onaangename reuke te onderskei.

### **3.8.1.6 Spraak**

Spraak word beskou as 'n basiese kontakfunksie en omsluit twee komponente, naamlik stemtoon en taal. Die toon van 'n individu se stem bepaal die kwaliteit van die kontak wat gemaak word. Die vloeibaarheid van die kontakproses kan byvoorbeeld deur 'n sagte en 'n harde stemtoon onderbreek word, deurdat 'n sagte stemtoon die luisteraar kan strem om te hoor, terwyl 'n harde stemtoon die luisteraar kan oorweldig (O'Leary 1992:34).

Dit wil dus voorkom of individue deur middel van hulle stemme met hul omgewing kontak maak, maar dat die kwaliteit van hul stemtoon die proses van kontakmaking kan benadeel. Onderlinge kontak tussen die gestaltgroepleier en groeplede kan waarskynlik benadeel word wanneer die groepleier en groeplede te hard of te sag praat. Toesighoudende, geskeide ouers kan tydens gestaltgroepwerk bewus gemaak word van hul stemtoon en hoe dit kontakmaking beïnvloed en hul sodoende in staat stel om effektief met hul omgewing kontak te maak.

Taal is die verpersoonlikheid van denke. Kontak kan verminder word deur die benutting van “*taalspeletjies*.” Individue kan byvoorbeeld “*om dit praat*” wat hul eintlik wil sê en kontak vermy deur sigself te herhaal asook om sinsnedes soos “*yes-but*” en “*as-only*” te gebruik (O’Leary 1992:35). Toesighoudende, geskeide ouers kan dus deur middel van herhalings en sinsnedes kontak met sigself en met hul omgewing verminder. Tydens gestaltgroepwerk kan hulle bewustheid rakende hul taalgebruik waarskynlik deur middel van taaltegnieke (vgl. 4.2) bevorder word, ten einde hul in staat te stel om beter kontak met sigself en hul omgewing te maak.

### **3.8.1.7 Liggaamsbeweging**

Liggaamsbeweging word as ‘n betekenisvolle bron van kommunikasie en derhalwe van kontak beskou. Kommunikasie kan geblokkeer word wanneer die liggaamsbeweging vanweë introjeksie (vgl. 2.3.5.1) en retrofleksie (vgl. 2.3.5.4) ingeperk word. (Vgl. Tyler 1980:110 en O’Leary 1992:35.) In samehang hiermee is Oaklander (1997:297) van mening dat ‘n nou verband tussen emosie en die liggaam bestaan. Die keel en bors word byvoorbeeld styf en gespanne wanneer trane afgeweer word en die skouers word geboë wanneer ang of vrees ervaar word. Individue behoort gehelp te word om hul spiere, wat vanweë weerstand (retrofleksie, vgl. 2.3.5.4) ingeperk is, weer in gebruik te neem. (Vgl. Latner 1986:127 en Oaklander 1997:297.)

Dit blyk dus of toesighoudende, geskeide ouers hul gevoelens op nieverbale wyses (liggaamsbewegings) kan kommunikeer. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van hul liggaamsbewegings wat moontlik vanweë introjekte (vgl.2.3.5.1) en retrofleksie (vgl. 2.3.5.4) ingeperk word, kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur

middel van spierontspannings- en asemhalingsoefeninge (vgl. 4.8) verhoog word, ten einde hulle in staat te stel om met hul gevoelens, asook met hul omgewing, in kontak te kom.

### **3.8.1.8 Asemhaling**

Asemhaling word as 'n belangrike aspek van liggaamsbewustheid beskou, aangesien dit weerspieël hoe individue voel. Gespanne individue haal byvoorbeeld meer oppervlakkig asem en moet deur asemhalingsaktiwiteite gehelp word om dieper asem te haal en met hulle liggame in kontak te kom. Daar bestaan 'n nou verband tussen suurstof, angstigheid en opgewondenheid, aangesien opgewonde individue meer suurstof benodig om hul opgewonde gevoelens te ondersteun. Onvoldoende suurstofinname kan individue van opgewonde gevoelens ontnem en tot angstigheid lei. Diep asemhaling daarenteen kan angstigheid verdryf, plesier en opgewonde gevoelens verhoog en individue voorsien van krag en ondersteuning wat in sulke tye benodig word (Oaklander 1988:128-129). Volgens Oaklander (1997:297) kan individue deur beperkte asemhaling hulle verder van sigself afsny. Sy meld byvoorbeeld dat: *“... adults, when anxious and fearful, restrict the breath, thus cutting themselves off further from themselves”* (Oaklander 1997:297). Die afleiding kan gemaak word dat asemhaling, 'n belangrike aspek van liggaamsbewustheid, 'n aanduiding is van hoe individue voel. Dit wil voorkom asof 'n direkte verband tussen asemhaling en angstigheid bestaan, naamlik dat angstigheid aanleiding kan gee tot oppervlakkige asemhaling wat kontakmaking met sigself en die omgewing benadeel. Angstige groeplede kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van asemhalingsoefeninge (vgl. 4.8) in staat gestel word om dieper asem te haal, meer suurstof op te neem en sodoende beter met sigself en met hul omgewing kontak te maak.

Samevattend kan gemeld word dat individue deur middel van hulle onderskeie kontakmodaliteite naamlik sig, gehoor, tas, smaak, reuk, spraak, liggaamsbeweging en asemhaling kontak met sigself en met die omgewing maak. Individue kan egter vanweë traumatiese gebeure hulle gevoelens onderdruk en sensitiwiteit ten opsigte van hulle kontakmodaliteite verloor, waardeur effektiewe kontak met sigself en die omgewing benadeel word. So kan egskeidings in onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.2) eindig en meebring dat toesighoudende, geskeide ouers hulle gevoelens onderdruk en hul sensories afsny, waarskynlik in 'n poging om sigself teen pyn te beskerm (vgl. 2.3.2). 'n Eie interpretasie is dat daar 'n nou verband tussen individue se onderdrukte gevoelens en die benutting van hulle kontakmodaliteite bestaan, deurdat onderdrukte gevoelens individue waarskynlik

daarvan weerhou om effektief deur middel van hul kontakmodaliteite kontak met sigself en die omgewing te maak. 'n Individu wat byvoorbeeld sy angsgevoelens onderdruk sal waarskynlik met geboë skouers loop (vgl. 3.8.1.7), oppervlakkig asemhaal (vgl. 3.8.1.8) en nie in staat wees om al die geluide om hom te hoor nie (vgl. 3.8.1.2). Sodoende word die betrokke se liggaam (vgl. 3.8.1.7), sy asemhaling (vgl. 3.8.1.8) en sy gehoorkontakmodaliteit (vgl. 3.8.1.2) nie effektief benut om kontak te bewerkstellig nie. Dit wil dus voorkom of daar tydens gestaltgroepwerk op toesighoudende, geskeide ouers se onderskeie kontakmodaliteite naamlik sig, gehoor, tas, smaak, reuk, spraak, liggaamsbeweging en asemhaling gefokus behoort te word, ten einde hulle in staat te stel om effektief sensories en emosioneel kontak met sigself en met die omgewing te maak.

### **3.8.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)**

Die ontwikkeling van 'n innerlike ondersteuningsstelsel is een van die sentrale doelstellings wat gestaltterapeute as noodsaaklik vir gesonde funksionering beskou (Van de Riet *et al.* 1980:54). Die “*self*” word in gestaltterapie beskou as 'n eenheidskonsep wat die totale individu impliseer en omvat, onder meer sy fisiese, emosionele en kognitiewe aspekte (Latner 1986:38-39). Volgens Yontef (1993:429) behels die self die kontakgrens wat aan die werk is om figure en grond te vorm. Hier kan afgelei word dat die self binne gestaltterapie as 'n eenheid beskou word en dat dit as 'n kontakgrens 'n belangrike rol in die vorming van figure en grond speel.

Volgens Oaklander (1988:281) word individue se optrede, hul opgewassenheid in die lewe en selfbeheer bepaal deur hoe hul sigself sien en die waarde wat hul aan sigself heg. 'n Sterk sin vir die self is nodig om goeie kontak met die omgewing en die individue daarin te bewerkstellig (Oaklander 1992:65). Versterking van die sin vir die self kan volgens Oaklander (1997: 298) aanleiding gee tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en kan volgens Blom (2000b:klasaantekeninge) verbeter word deur definiëring van die self, bemeestering, verantwoordelikheid en beheer.

#### **3.8.2.1 Definiëring van die self**

Selfkennis word binne gestaltterapie as belangrik beskou, aangesien individue deur selfkennis in staat gestel word om keuses te maak en verantwoordelikheid vir hul eie lewens te neem. Tydens identifisering polariseer individue ervarings in goed of sleg, “*ek*” of “*nie ek nie*” (egogrens) en voordelig of nadelig. Individue wat nie in staat is om sigself uit te druk

ingevolge wat hul wil hê, dink en voel nie, kan van hul eksterne omgewing verwag om dit vir hul te doen (Van de Riet *et al.* 1980:50-51). Hier kan dus afgelei word dat individue wat probleme ondervind om sigself te definieer, waarskynlik geneig kan wees om van omgewingsteun gebruik te maak en sodoende sigself beperk om selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te wees. In samehang hiermee is Oaklander (1994b:150) van mening dat individue sigself moet ken alvorens sigself en hul egosterkte versterk kan word. Deur selfgerigte stellings kan individue gehelp word om stellings oor sigself te maak, byvoorbeeld “... is wie ek is”, “... is wie ek nie is nie”, “... is waarvan ek hou” en “ek wens...”. Individue verkry dus selfondersteuning soos hul sigself leer ken en sigself definieer deur uitdrukking te gee aan hulle wense, hul voor- en afkeure, hul behoeftes, hul idees, hul menings en deur bewus te word van hul egogrens, naamlik “... is wie ek is” en “... is wie ek nie is nie”. (Vgl. Oaklander 1994b:150, 1997:298-299 en 2000:werkswinkel.)

Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van gestalttegnieke en -aktiwiteite (vgl. 4.5.1, 4.8, 4.10 en 4.11) gelei word om sigself te beskryf, te leer ken en by wyse van selfgerigte stellings (vgl. 3.8.2.1) te definieer, ten einde hulle in staat te stel om verantwoordelikheid vir hul eie lewens te neem en selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer.

### **3.8.2.2 Bemeestering**

Volgens Oaklander (1997:300) kan kinders deur die benutting van projektiewe tegnieke tot bemeestering gelei word. Volwassenes kan waarskynlik ook deur middel van projektiewe tegnieke (vgl. 4.10 en 4.11) tot bemeestering gelei word. 'n Toesighoudende, geskeide ouer kan byvoorbeeld deur middel van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) bemagtig word om aan sy gewese huweliksmaat, wat hom steeds na die egskeding manipuleer, te sê wat die betrokke aan hom doen, dat hy nie daarvan hou nie en dat hy dit nie verder gaan duld nie.

### **3.8.2.3 Verantwoordelikheid en beheer**

Verantwoordelikheid vir die self beteken om in staat te wees om te reageer ten opsigte van eie verwagtinge, denke, gevoelens, houdings, begeertes, behoeftes, fantasieë en aksies. Hiërdie verantwoordelikheid ontstaan uit selfaanvaarding en uit aanvaarding van die omgewing. Individue benodig selfkennis wanneer hulle die verantwoordelikheid neem om

persoonlike keuses te maak (Van de Riet *et al.* 1980:57). Daar bestaan dus 'n nou verband tussen selfkennis, die neem van verantwoordelikheid en die maak van keuses. In samehang hiermee is Schoeman (1996c:173) en Oaklander (1997:299) van mening dat individue beheer kry wanneer hulle verantwoordelikheid vir hul eie lewens aanvaar en in staat is om self keuses te maak ten opsigte van hul eie funksionering. Individue moet dus soveel moontlik geleentheid kry om self keuses te maak (Oaklander 1997:299). Ten einde in staat te wees om verantwoordelikheid vir sigself te aanvaar behoort toesighoudende, geskeide ouers derhalwe oor selfkennis te beskik, sigself te aanvaar, selfregulerend (vgl. 2.3.2) te funksioneer en beheer te verkry deur verantwoordelikheid vir hul eie lewens te aanvaar en keuses te maak.

Toesighoudende, geskeide ouers kan dus selfondersteuning bekom deur middel van selfdefiniëring, byvoorbeeld deur uitdrukking te gee aan hulle wense, hul voor- en afkeure, hul behoeftes en hul menings, deur bemeestering en deur verantwoordelikheid vir hul eie lewens te aanvaar en keuses te maak. Selfkennis en selfaanvaarding blyk egter belangrike aspekte te wees wat met selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) gepaardgaan. 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers oor selfondersteuning moet beskik alvorens hul tot emosionele uitdrukking kan oorgaan.

Volgens Groenewald (2000a:74) moet volwassenes innerlik versterk word om in kontak te kom met hul onderdrukte gevoelens. Sy is van mening dat individue, wat nie positief oor sigself voel nie, verdedigend sal optree en nie oor genoegsame energie sal beskik om hul emosionele pyn te verwerk nie. Dit wil dus voorkom of toesighoudende, geskeide ouers se sin vir die self tydens gestaltgroepwerk versterk behoort te word en hul tot selfaanvaarding gelei moet word, ten einde hulle in staat te stel om in kontak met hul onderdrukte gevoelens te kom en oor genoegsame energie te beskik om hulle emosionele pyn te verwerk.

### **3.8.3 Emosionele uitdrukking**

Binne gestaltterapie word uitgelatenheid, spontaneïteit en luidkeelse emosionele uitdrukking as belangrike aspekte van 'n volwasse/ryp lewe beskou. Aangesien emosies beskou word as die hoofmanifestasie van die organisme se gestalting, word besondere klem gelê op die bewuswording en uitdrukking van emosies tydens gestaltterapie (Latner 1986:41,113). In

samehang hiermee beskou Clarkson (1989:118) emosionele uitdrukking as die suiwing van emosies deur onderdrukte emosies en denke na die voorgrond te bring. Deur die uitdrukking van ware gevoelens kan individue begin werk aan onverwerkte gevoelens (onvoltooide gestalte) vanuit hul verlede. Emosionele uitdrukking kan op verskillende wyses manifesteer, byvoorbeeld deur verbale uitdrukking soos deur te skreeu en skeltaal te gebruik en nieverbale (liggaamlike) uitdrukking soos trane, aggressie en 'n gesnik. Gesien in die lig daarvan dat gestaltterapie die liggaam en die psige as eenheid beskou, word alle uitdrukkings wat deur individue se spiere, stem en gevoelens geskied, beklemtoon. Hierdie emosionele uitdrukkings word beskou as individue se finale kontakmaking in die terapeutiese proses (Clarkson 1989:112-113).

Die beëindiging van 'n verhouding deur skielike dood of 'n egskeiding, eindig dikwels in onvoltooidhede en onvervulde behoeftes, deurdat individue hul gevoelens rondom hul verliese vermy en onderdruk. Gevoelens wat nie uitgespreek en hanteer word nie, kan individue se funksionering strem. (Vgl. O'Leary 1992:15-16 en Corey 1995:235.) Ter aansluiting hierby is Oaklander (1997:304) van mening dat 'n kind wat getraumatiseer is, hetsy deur siekte, die dood van 'n geliefde, die verlies van 'n troeteldier, mishandeling, egskeiding en geweld, hulp ten opsigte van emosionele uitdrukking benodig, ten einde deur die trauma te werk. Volwassenes kan waarskynlik ook hulp benodig om uiting aan hul emosies te gee en hul sodoende in staat te stel om deur hul trauma te werk.

Ten einde die self te versterk en tot emosionele uitdrukking en aksie oor te gaan, moet individue eers in kontak met hul aggressiewe energie gebring word. Aggressiewe energie behels die energie wat nodig is om byvoorbeeld 'n appel te byt, of 'n sterk emosie uit te druk. Dit bied aan individue selfondersteuning om tot aksie oor te gaan. Emosionele uitdrukking gaan dus met die vrystelling van energie gepaard. (Vgl. O'Leary 1992:16, Oaklander 1997:304-305 en Blom 2000a:227.) Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik deur middel van 'n klei-oefening (vgl. 4.11.1) tydens gestaltgroepwerk in staat gestel word om met hul aggressiewe energie in kontak te kom, wat nodig blyk te wees om selfondersteuning (vgl. 3.7.2) te bekom om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en aksie oor te gaan.

Volwassenes kan waarskynlik daarvan weerhou word om uiting aan hulle gevoelens te gee as gevolg van introjekte (vgl. 2.3.5.1) wat hulle vanuit hul kinderjare kritiekloos vanuit die omgewing aangeneem het of wat deur die samelewing as onvanpas vir die betrokke



ouderdom beskou word, byvoorbeeld “*Jy mag nie uiting aan jou ware gevoelens gee nie*” of “*Dis onaanvaarbaar om oor jou gevoelens te praat.*” Volgens Oaklander (1988:122) behoort kinders geleentheid te kry om oor gevoelens te praat en tussen verskillende gevoelens te onderskei, ten einde hulle te help om in kontak met hul eie gevoelens te kom. ‘n Volwassene se bewustheid ten opsigte van gevoelens behoort ook verhoog te word om hulle in staat te stel om hulle eie gevoelens te identifiseer en in kontak daarmee te kom. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van gevoelens kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk verhoog word deur hulle te versoek om met geslote oë aan ‘n gevoel (byvoorbeeld hartseer) te dink en bewus te word van waar hul die spesifieke gevoel in hulle liggame ervaar. Die gevoel kan verder versterk word deur dit te teken en met medegroepede te deel. Ter aansluiting hierby is Fontana en Slack (1998:54-55) van mening dat hoe meer individue insig verkry dat emosies ‘n natuurlike deel van die menslike natuur is en hul toegelaat word om hulle emosies te erken en te ervaar, hoe makliker sal hulle vaardighede kan aanleer om hulle emosies op ‘n gesonde en sosiaal aanvaarbare wyse te kan uitdruk.

‘n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers tydens gestaltgroepwerk geleentheid behoort te kry om in die groepopset oor gevoelens te verbaliseer en met nuwe vaardighede te eksperimenteer, ten einde hulle in staat te stel om keuses te maak ten opsigte van die benutting van meer effektiewe vaardighede/hanteringsmetodes. Deur middel van ‘n klei-oefening (vgl. 4.11.1) kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik geleentheid kry om tydens gestaltgroepwerk uiting aan hul aggressiewe gevoelens te gee. Wanneer hul na afloop van dié klei-ervaring besluit om hul aggressie in die toekoms op dieselfde wyse te hanteer, is meer effektiewe hanteringswyses ten opsigte van aggressie aangeleer.

Volgens Schoeman (1996a:68) kry individue geleenthede om traumas in hul lewens te hanteer deur hul gevoelens te projekteer. Individue kan deur middel van projektiewe tegnieke (vgl. 4.10 en 4.11) gelei word om uitdrukking aan hul eie individualiteit, gevoelens en ervarings te gee. Individue maak verklarings rakende sigself en hul prosesse, wanneer hul aspekte van hul projeksies in besit neem. ‘n Individue met ‘n swak selfbeeld kan byvoorbeeld sy positiewe eienskappe soos standvastigheid, betroubaar en interessant onbewustelik op ‘n klip projekteer en deur met die klip te identifiseer bewus word van sy eie goeie eienskappe. Deur selfgerigte stellings, byvoorbeeld “*Ek is interessant en betroubaar*”

te maak neem hy sy gevoelens in besit. (Vgl. Clarkson 1989:108 en Oaklander 1997:300-301.) In samehang hiermee is Aronstam (1989:638) van mening dat die nodigheid vir projeksie sal afneem namate individue hul geprojekteerde aspekte kan herken en as hul eie aanvaar.

Projektiewe tegnieke waar gebruik gemaak word van teken, sand, handpoppe en klei kan benut word om emosionele uitdrukking by volwassenes aan te moedig. Individue kan verder versoek word om hul gevoelens met klei te bou sodat hulle daarmee in kontak kan kom (Groenewald 2000a:75). Dit wil dus voorkom of toesighoudende, geskeide ouers tydens gestaltgroepwerk deur middel van projektiewe tegnieke waarskynlik in staat gestel kan word om uiting aan hul gevoelens te gee. Vir die doeleindes van hierdie navorsing is spesifieke projektiewe tegnieke (vgl. 4.10 en 4.11) vir emosionele uitdrukking geselekteer.

Hier kan tot die slotsom gekom word dat toesighoudende, geskeide ouers se bewuswording en uitdrukking van emosies tydens gestaltterapie beklemtoon moet word. Hulle moet in kontak met hul aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) kom, ten einde hul selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.3 en 3.8.2) te verhoog en hul in staat te stel om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en aksie oor te gaan. Vanweë moontlike introjekte (vgl. 2.3.5.1) in hul lewens kan toesighoudende, geskeide ouers dit vermy om oor hul gevoelens te praat. Dis egter belangrik dat hul bewustheid ten opsigte van gevoelens verhoog word deur oor verskillende gevoelens te praat en dit in hul liggame te ervaar. Dit sal hul in staat stel om hul eie gevoelens te identifiseer, te erken en in hul liggame te kan ervaar. Deur middel van projektiewe tegnieke (vgl. 4.10 en 4.11) kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik gelei word om uiting aan hulle gevoelens te gee. Wanneer toesighoudende, geskeide ouers hul projeksies kan identifiseer en moontlike “ek”-stellings (byvoorbeeld “*Ek is kwaad vir my vorige huweliksmaat*”) oor hul gevoelens kan maak, het hul waarskynlik hul gevoelens in besit geneem en sodoende kan integrasie bewerkstellig word. Toesighoudende, geskeide ouers behoort tydens gestaltterapie in staat gestel te word om effektiewe hanteringswyses vir die uitdrukking van hul gevoelens aan te leer en keuses te maak ten opsigte van die toepassing daarvan in hul lewens, sodat hulle as ouers maksimaal tot voordeel van hulle kinders kan funksioneer .

#### **3.8.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling**

Individue vind dit soms moeilik om beide kante van polariteite in sigself te aanvaar. Hulle ontken een kant van die polariteite in sigself (wat hul byvoorbeeld nie van sigself hou nie, soos woede en haat), ten einde met die ander kant van die polariteite in sigself te identifiseer. Dit is noodsaaklik dat individue hulle negatiewe dele, wat hul ontken, moet kan identifiseer en aanvaar om sodoende integrasie te bereik (Korb *et al.* 1989:15).

Kinders neem reeds vroeg in hulle lewens, wanneer hul nie oor die kognitiewe vermoë en rypheid beskik om te onderskei wat by hul pas al dan nie, foutiewe boodskappe rakende sigself (introjekte, vgl. 2.3.5.1) aan. Hierdie negatiewe boodskappe (introjekte), wat die aspekte van die self inperk en inmeng met gesonde groei, bly by kinders regdeur hul lewens en kom te voorskyn wanneer hul stres/spanning ervaar. Om groei en integrasie te bereik is aanvaarding van alle dele van die self, selfs die mees gehate dele, noodsaaklik (Oaklander 1997:311-312). Hier kan dus afgelei word dat volwassenes voortspruitend uit hul kinderjare oor introjekte (vgl. 2.3.5.1) kan beskik, wat negatiewe boodskappe rakende sigself kan impliseer en waardeur integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) verhoed kan word. Dit wil voorkom asof individue integrasie kan bereik wanneer hul in staat gestel word om al die aspekte van sigself (selfs die dele van sigself waarvan hul nie hou nie en wat hul ontken) te kan aanvaar. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk gelei word om bewus te word van die negatiewe dele van sigself, wat hul nie as deel van sigself wil beskou nie, ten einde dit te aanvaar en geïntegreerd (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer.

Selfvertroetelende werk is 'n noodsaaklike stap in die terapeutiese proses om individue te help om die dele van sigself wat hul haat te aanvaar en sigself te vertroetel. Individue se liefdevolle vertroetelende dele moet met hul negatiewe dele kan versoen en individue moet in staat wees om sigself te vergewe en te bederf. (Vgl. Oaklander 1994b:152, Schoeman 1996c:181 en Oaklander 1997:311.) Ter aansluiting hierby is Groenewald (2000a:75) van mening dat volwassenes veral skuldig voel wanneer hulle iets goeds vir sigself doen. Voorts stel sy dat toesighoudende, geskeide ouers vanweë skuldgevoelens rondom hul egskeidingsituasies, sigself dwing om al die tyd tot hul beskikking aan hul kinders te bestee. Toesighoudende, geskeide ouers behoort dus in staat te wees om hul negatiewe dele te aanvaar, ten einde integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik. Dit wil egter voorkom asof toesighoudende, geskeide ouers, vanweë moontlike skuldgevoelens voortspruitend uit hul egskeidingsituasies, dit waarskynlik moeilik kan vind om sigself te vertroetel.

Die eerste stap in selfvertroeteling is om dele wat individue van sigself haat (gewoonlik introjekte, vgl. 2.3.5.1) en wat gewoonlik hul sin vir die self oorskadu, te identifiseer en na die oppervlak te bring. (Vgl. Oaklander 1997:312 en Groenewald 2000a:75.) Volgens Oaklander (1997:312) kan kinders versoek word om die negatiewe dele, wat hul ten opsigte van sigself geïdentifiseer het, te teken, met klei te maak of 'n pop te soek wat dit kan verteenwoordig. Die negatiewe dele moet voorts volledig beskryf word en die kinders moet aangemoedig word om met hul negatiewe dele te praat. Sodoende kry kinders geleentheid om hulle aggressie uitwaarts te rig, in plaas daarvan om dit na sigself te rig. Op hierdie wyse bekom kinders selfondersteuning wat nodig is om 'n vertroetelingselement in sigself te vind. Die negatiewe/haatlike deel simboliseer soms 'n jonger weergawe van die individu, op 'n tydstip toe hy baie negatiewe selfboodskappe geabsorbeer het. Deur 'n dialoog met die jonger weergawe van die self te voer, kry die kind geleentheid om 'n selfvertroetelingshouding te ontwikkel (Oaklander 1997:312).

Volwassenes kan waarskynlik ook versoek word om negatiewe dele van sigself met 'n tekening, 'n voorwerp of klei voor te stel en daarmee te praat, ten einde hul in staat te stel om ten volle en op 'n meer konkrete wyse in kontak met sigself te kom. Volwassenes kan hul "*kleiner dele*" (negatiewe/swakker dele) troos deur dit byvoorbeeld in die leë stoel (vgl. 4.10.1) te plaas en 'n dialoog (vgl. 4.4) daarmee te voer of om 'n sagte kussing vas te hou wat die "*kleiner dele*" van die self simboliseer. Hierdeur kry individue geleentheid om te sê wat hul "*kleiner dele*" nog altyd wou hoor, om hul onvoltooidhede te voltooi, hul polariteite na vore te bring en integrasie te bewerkstellig (Groenewald 2000a:75). Die afleiding word gemaak dat toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur selfvertroetelingsaktiwiteite gelei kan word om sigself te ondersteun, deur hulle "*kleiner dele*" te troos, te aanvaar en te vertroetel en sodoende integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik.

Samevattend word afgelei dat toesighoudende, geskeide ouers dit moeilik kan vind om beide pole van polariteite in sigself te aanvaar. Deur middel van selfvertroetelende werk kan toesighoudende, geskeide ouers in staat gestel word om die dele van sigself wat hulle haat te identifiseer, daarmee in kontak te kom, dit te aanvaar, sigself te vertroetel en integrasie te bereik.

### 3.9 SAMESTELLING EN DUUR VAN GROEPWERK, ASOOK GROEPREËLS

Vervolgens word gefokus op die samestelling en duur van gestaltgroepwerksessies, asook groepleëls wat ten opsigte van gestaltgroepwerk gestel kan word.

#### 3.9.1 Samestelling en duur van gestaltgroepwerk

'n Gestaltgroepwerksessie wissel van 60 minute tot 180 minute, met 'n gemiddelde van 120 minute. 'n Tipiese gestaltgroep kan uit tot tien individue, van enige ouderdom, bestaan. (Vgl. Harman 1989:52, Fatout 1992:94 en Yontef 1993:168-169.) Harman (1989:65) verkies egter om nie gestaltgroepwerk met minder as vyf individue te doen nie. Die aantal sessies wat benodig word, kan wissel na gelang van die groepleier se voorkeur, die groeplede se behoeftes en die beskikbaarheid van die nodige fondse. 'n Tipiese groep in 'n privaat praktyk se ouderdomme kan wissel tussen 20 en 65 jaar, met 'n gemiddeld van tussen 30 en 50 jaar. Hieruit word afgelei dat 'n gestaltgroep saamgestel kan word uit individue wat hul in verskillende ontwikkelingsfases bevind, te wete vroeë, middel- en laatvolwassenheid. 'n Eie interpretasie is dat 'n gestaltgroep wat saamgestel word uit groeplede wat hul in dieselfde ontwikkelingsfase bevind waarskynlik makliker groepkohesie, vanweë hul gemeenskaplike belange en behoeftes, kan bereik as 'n groep wat byvoorbeeld saamgestel word uit 20-jarige studente (vroeë volwasse fase) en groeplede wat reeds afgetree het (laat volwasse fase) en derhalwe oor verskillende behoeftes en belange kan beskik.

Maksimum betrokkenheid word meestal verkry wanneer groeplede beide geslagte verteenwoordig. Aan die ander kant vind sommige gestaltterapeute dit meer effektief om groepwerk met afsonderlike geslagte te doen. (Vgl. Harman 1989:52, Fatout 1992:93 en Yontef 1993:168.) 'n Eie interpretasie is dat groeplede deur beide geslagte verteenwoordig behoort te word, ten einde groeplede geleentheid te bied om uitdrukking aan hul gevoelens te gee en nuwe gedrag binne 'n veilige groepopset aan te leer. 'n Manlike groeplid, wat dit moeilik vind om sigself in die teenwoordigheid van vrouens te handhaaf, kan byvoorbeeld in die groepopset geleentheid kry om by wyse van 'n semantiese opklaring (vgl. 4.2) aan elke vrou te sê: *“Ek wil nie van jou opdragte ontvang nie”*. Sodoende kan die betrokke groeplid beheer (vgl. 3.8.2.3) oor sy gevoelens kry en verantwoordelikheid daarvoor neem.

Individue behoort vooraf vir gestaltgroepwerk gekeur te word. Tydens keuring word ouderdom, sosio-ekonomiese klas en persoonlike funksionering nie as aspekte van belang by die samestelling van gestaltgroepe beskou nie. Individue word ook nie geselekteer om ten

opsigte van karaktereenskappe en gedrag by mekaar te pas nie (Fatout 1992:93-94). 'n Eie interpretasie is dat groeplede wel geselekteer behoort te word op grond van die ontwikkelingsfases waarin hulle sigself bevind, sodat hulle grotendeels oor dieselfde behoeftes en belangstellings kan beskik en groepkohesie deur dié homogeniteit bevorder kan word. In die lig van laasgenoemde word die gestaltgroep vir die doeleindes van hierdie navorsing saamgestel uit toesighoudende, geskeide ouers tussen 20 en 40 jaar (vroeë volwasse fase), ongeag hulle sosio-ekonomiese status, persoonlike funksionering, karaktereenskappe en gedrag.

Ten einde groeplede in staat te stel om by gestaltgroepwerk te baat, moet hulle gemotiveerd wees en bereid wees om te “werk”, eerlik te wees en hulle behoeftes uit te spreek. Indien moontlik behoort laasgenoemde inligting tydens 'n voorafonderhoud aan potensiële groeplede deurgegee te word. (Vgl. Harman 1989:52-55 en Yontef 1993:168-169.) Daar behoort dus by die keuring van toesighoudende, geskeide ouers vir die inskakeling by gestaltgroepwerk gelet te word op aspekte soos hulle motivering en bereidwilligheid om te “werk”, eerlik te wees en of hulle oor die vermoë beskik om hulle behoeftes te verbaliseer. 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers (groeplede) vooraf by individuele oriënteringssessies betrek behoort te word, ten einde hulle te oriënteer ten opsigte van die prosedure en werksyuses wat tydens gestaltgroepwerk gevolg sal word. Sodoende kan misverstande, onrealistiese verwagtinge, vrese en onsekerhede reeds voor die aanvang van gestaltgroepwerk uit die weg geruim word.

### **3.9.2 Groeppreëls**

Volgens Rosenblatt (1975:78) en Harman (1989:49) behoort groeplede tydens gestaltgroepwerk nie met te veel reëls/voorskrifte belas te word nie. Groeplede behoort deur middel van reëls voorsien te word van effektiewe wyses om hulle denke en hul gevoelens te verenig, asook bewustheid te bevorder (Harman 1989:49). Groeppreëls behoort dus die holistiese beginsel (vgl. 2.3.1) te ondersteun en by te dra tot die bereiking van bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3).

Die volgende reëls word deur Rosenblatt (1975:78), Harman (1989:49-50) en Harris (2003d:3) as belangrik by gestaltgroepwerk met groeplede beskou:

- Eerlikheid ten opsigte van denke en gevoelens.

- Gereelde en stiptelike bywoning van groepwerksessies.
- Gewilligheid om te “werk”.
- Gewilligheid om risiko’s te neem en nuwe dinge uit te toets. (Vgl. Rosenblatt 1975:78 en Harman 1989:49-50.)
- Vermyding van onderbreking van mekaar (Harman 1989:49-50).
- Vertroulikheid ten opsigte van groepgebeure. Die vertroulikheidsaspek word verbreek wanneer groeplede byvoorbeeld na iets verwys wat iemand in die groep doen, selfs al word geen naam genoem nie. (Vgl. Harman 1989:49-50 en Harris 2002d:3.)
- Geen geweld word tydens groepwerk toegelaat nie (Harris 2002d:3).

‘n Eie interpretasie is dat “*wedersydse respek*” as reël bygevoeg behoort te word, deurdadig dit waarskynlik kan bydra tot groepkohesie (vgl. 3.2.1) en die skep van ‘n veilige terapeutiese atmosfeer. Die voorafgaande reëls kan waarskynlik deur die gestaltgroepleier benut word om sekere groepbeweging teweeg te bring en derhalwe die groepdinamika (vgl. 3.6) te rig. Die groeplede se moontlik verder bydra tot die bevordering van groeplede se selfondersteuning (vgl. 3.5.2, 3.3.2 en 3.8.2), outonomie en sin van selfverantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3). Volgens Harris (2002d:3) kan sommige norme deur groeplede se introjekte (vgl. 2.3.5.1) in die groep ingebring word, byvoorbeeld “*Dis goeie maniere om jou beurt af te wag.*” Deur middel van gestaltgroepwerk kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik gelei word om bewus te word van introjekte (vgl. 2.3.5.1) wat hulle vanuit die omgewing aangeneem het sonder om dit te assimileer (vgl. 2.3.5.1), ten einde hulle in staat te stel om dit te evalueer en ‘n keuse te maak met betrekking tot die assimilering of die verwerping daarvan.

### **3.10 SAMEVATTING**

Gestaltgroepwerk, wat in wese nie van gestaltterapie verskil nie, word volgens Perls as meer terapeuties en tydeffektief as in die geval van individuele gestaltterapie beskou. Gestaltgroepwerk as intervensievorm kan verskeie voordele vir groeplede inhou naamlik, dit kan aan groeplede geleentheid bied om hul huidige gedrag in die hier en nou te ervaar, hul onderdrukte gevoelens uit te druk, met nuwe gedrag te eksperimenteer, met medegroeplede se ervarings te identifiseer en met hul eie gevoelens deur “*silent self-therapy*” in kontak te kom. Deur middel van gestaltgroepwerk kan groeplede se kontak en sosiale vaardighede verbeter word en kan instansies wat oor hoë kliënteladings, maar oor min mensekrag beskik

veral ten opsigte van faktore soos koste en tyd, by gestaltgroepwerk baat. As terapeutiese intervensievorm word deur middel van gestaltgroepwerk gestreef om die sentrale doelstellings van gestaltterapie, naamlik bewustheid, selfondersteuning en integrasie te bereik. Ten einde laasgenoemde te bereik word doelstellings ten opsigte van sowel elke groeplid as die groep as geheel gestel. Drie groepwerkmodelle word onderskei, naamlik die tradisionele een-tot-een-model, die interaksie-/groepprosesmodel en die tweeledige model, wat 'n kombinasie van die eersgenoemde twee modelle behels. By die tradisionele een-tot-een-model word individuele terapie in groepopset gedoen en word geen aandag aan groepinteraksie en groepkohesie gegee nie, terwyl groepinteraksie by die interaksie- of groepprosesmodel beklemtoon word. Vir die doeleindes van hierdie studie word die tweeledige model benut, deurdat die fokus op sowel een-tot-een-werk as die groepproses val.

Ten einde groeplede se bewustheid en selfondersteuning te verhoog en hulle in staat te stel om as geïntegreerde eenhede te funksioneer beskik die gestaltgroepleier oor verskeie rolle en funksies. Die betrokke gestaltgroepleier behoort 'n veilige atmosfeer en struktuur daar te stel en die groeplede deur middel van geselekteerde tegnieke en eksperimente te lei om in kontak met sigself te kom en die hier en nou te ervaar. Voorts behoort die groepleier sowel groeplede as die groepproses te monitor, ten einde maksimale groei te verseker. Groeplede behoort deur middel van konfrontasie en frustrasie deur die impasse gehelp te word en gelei te word om van omgewingsteun na selfondersteuning te beweeg. Geen duidelike gedefinieerde rolle bestaan vir groeplede nie, behalwe dat hulle verantwoordelikheid vir hul eie lewens moet aanvaar.

Binne gestaltgroepwerk word twee soorte prosesse beklemtoon, naamlik die groepproses en die proses wat ten opsigte van elke groeplid gestel word. Die groepproses behels die groepdinamika, met ander woorde die latente kragte wat doelbewus deur die groepleier benut en ontgin moet word, sodat die groep as 'n funksionele eenheid kan ontwikkel tot voordeel van die groeplid se proses en uiteindelik ook andersom. Vir die doeleindes van hierdie navorsing word Harman (vgl. 3.6.1) se lae van neurose as hoofkonseptuele raamwerk benut en word Zinker (vgl. 3.6.1) en Kepner (vgl. 3.6.2) se menings, wat grootliks ooreenstemming daarmee toon, daarby geïntegreer. Volgens Harman (vgl. 3.6.1) ontwikkel die groepproses in ooreenstemming met wat Perls as neurotiese lae beskryf, naamlik die vals laag, die fobiese of rolspelerlaag, die impasselaag, die implosiewe laag en die



eksplosiewe laag. Die groepproses word deur Zinker (vgl. 3.6.2), na aanleiding van Yalom se fases van groeppontwikkeling, beskou as die fase van oppervlakkige kontak en verkenning, die konflik- en identiteitsfase en die fase van hoë kohesie. Volgens Kepner (vgl. 3.6.3) behels die groepproses drie fases, naamlik die fase van identiteit en afhanklikheid, die fase van beïnvloeding en teenafhanklikheid en die fase van intimiteit en interafhanklikheid. Vanweë individuele verskille en lewenservaring verskil groeplede se prosesse van mekaar, wat meebring dat hulle op dieselfde tydstip op verskillende vlakke kan funksioneer. Terwyl groeplede individueel deur die vyf neurotiese lae beweeg, is hulle terselfdertyd ook by 'n ander individuele proses betrokke, wat sensoriese kontakmaking, die versterking van die sin vir die self, emosionele uitdrukking, asook selfonderhouding en selfvertroeteling behels.

Die grootte van gestaltgroepe wissel en kan uit tot tien individue (tussen 20 en 65 jaar) van albei geslagte of afsonderlike geslagte bestaan. Gemiddelde gestaltgroepwerksessies duur ongeveer twee ure. Deur middel van groeppreëls word groeplede van effektiewe wyses voorsien om hulle denke en gevoelens te verenig.

# **HOOFSTUK VIER**

## **GESTALTGROEPWERKAKTIWITEITE EN -TEGNIEKE**

In hierdie hoofstuk word gefokus op gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke wat vanuit 'n gestaltteoretiese perspektief vir die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase se bewustheid, selfondersteuning en integrasie benut kan word.

Volgens Fatout (1992:102) kan basies dieselfde gestalttegnieke wat ten opsigte van individue benut word ook op gestaltgroepe van toepassing gemaak word. Gestaltherapeutiese tegnieke behels grotendeels eksperimentele take wat daarop gerig is om direkte ervaring (bewustheid) en aktiewe eksperimentering deur die kliënt aan te moedig om kontak met die omgewing te bevorder. (Vgl. Yontef en Simkin 1989:340 en Clarkson en Mackewn 1994:97.) 'n Verskeidenheid aksiegeoriënteerde gestaltgroepwerktegnieke is ontwikkel om groeplede te ondersteun om deur die impasse te beweeg, om bewustheid in die hier en nou te bevorder en om beter kontak te bewerkstellig. (Vgl. Harman 1989:45, Corey 1990:305 en Thompson en Rudolph 1996:385.) Gepaste gestaltgroepwerktegnieke moet met groot oorleg in ooreenstemming met sowel groeplede as die groepproses aangewend word, aangesien die misbruik daarvan groei kan verhoed. (Vgl. Harman 1989:45, Corey 1995:305.) Gepaste gestaltgroepwerktegnieke en -aktiwiteite behoort derhalwe sodanig geselekteer te word dat groeplede daardeur in staat gestel kan word om kontak te maak, verhoogde bewustheid in die hier en nou te ervaar en deur die impasse te beweeg, wat groei impliseer.

Ten einde 'n eksperimentele klimaat daar te stel en verwarring te verdryf behoort die gestaltgroepleier die algemene terapeutiese doel van elke gestaltgroepwerktegniek wat benut word, byvoorbeeld die leëstoeltegniek, aan groeplede te verduidelik. Ingeligte groeplede kry sodoende geleentheid om die terapeutiese waarde van tegnieke in te sien en dit nie bloot as “*truuks*” te beskou nie, wat aanleiding kan gee tot meer gewillige deelname en vertroue in die gestaltgroepleier. Groeplede behoort verder ingelig te word dat hulle 'n keuse het om aan 'n eksperiment deel te neem, al dan nie en dat hulle kan besluit, wanneer hul so voel, om deelname te beëindig (Corey 1990:332-333). Toesighoudende, geskeide ouers behoort dus ingelig te word ten opsigte van die doel van elke tegniek wat tydens

gestaltgroepwerk benut word, ten einde positiewe deelname te bewerkstellig en moontlike verwarring, onsekerheid en ongemak uit te skakel. 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8) en beheer (vgl. 3.8) waarskynlik bevorder word, wanneer hulle verantwoordelikheid neem om te besluit om aan eksperimente/aktiwiteite deel te neem.

Voorts word gefokus op die aktiwiteite en tegnieke wat ten opsigte van hierdie navorsing vir die ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram geselekteer is, naamlik die rondte-tegniek, taalgebruik, "*behou die gevoel*"-tegniek, dialoog, fantasie, die pendel-tegniek, die "*warm stoel*"-tegniek, tegnieke vir sensoriese en liggaamlike kontakmaking, musiek, projektiewe tegnieke, tegnieke vir selfvertroeteling en die "*ek neem verantwoordelikheid*"-tegniek.

#### **4.1 DIE RONDTE-TEGNIK**

'n Gestaltgroepwerksessie kan met die rondte-tegniek begin word, waartydens groeplede beurtelings geleentheid kry om stellings hier en nou te maak ten opsigte van hulle bewustheid op daardie oomblik. 'n Groeplid kan byvoorbeeld deur middel van die rondte-tegniek bewus word van spanning wat hy ervaar vanweë seer nekspiere. (Vgl. Harman 1989:38, Corey 1990:331 en Fatout 1992:103.) 'n Eie interpretasie is dat die rondte-tegniek deurlopend tydens gestaltgroepwerksessies benut behoort te word, ten einde groeplede geleentheid te bied om hulle bewustheid in die hier en nou in die groep te deel en groepkohesie (vgl. 3.2.1) waarskynlik daardeur bevorder kan word. Vanuit die praktyk word waargeneem dat dié tegniek veral nuttig is om al die groeplede te betrek en geleentheid te gee om deel te neem en met sigself en die omgewing in kontak te kom.

#### **4.2 TAALGEBRUIK (SEMANTIESE OPKLARINGS)**

In gestaltterapie word klem geplaas op individue se woordgebruik (Aronstam 1989:643). Individue kan deur middel van hul eie woorde kontak met sigself bewerkstellig of kontak met sigself vermy. Deur middel van semantiese opklarings word individue in staat gestel om verantwoordelikheid vir hul gevoelens te neem en keuses ten opsigte van hul besluite te maak. (Vgl. Aronstam 1989:643 en Corey 1990:333.) Ter aansluiting hierby is Yontef (1993:76) van mening dat semantiese opklarings benut kan word as 'n wyse om observasie te verbeter en nuwe houdings en lewensbeskouings oor te dra. Dit word soos volg bewerkstellig:

- **“n Mens”, “hy”, “die meeste mense”, “sommige mense”, “almal”, “enigeen”, “dit of jy”** (tweede en derde persoon) moet vervang word met **“ek”**. Volgens Corey (1990:333) praat groeplede dikwels in die tweede en derde persoon om sigself te distansieer van hulle werklike gevoelens. Ter aansluiting hierby is O’Leary (1992:46) van mening dat individue wat geneig is om eksterne kragte, soos ander individue of omgewingsfaktore te blameer, gehelp kan word om verantwoordelikheid vir hulle eie gedrag, denke en gevoelens te neem deur gebruik te maak van **“ek-stellings”**. Toesighoudende, geskeide ouers wat projeksie (vgl. 2.3.5.2) as kontakgrensversteuring (vgl. 2.3.5) benut kan derhalwe deur middel van dié tegniek gehelp word om in kontak met sigself te kom en verantwoordelikheid vir hulle eie gevoelens te neem, sonder om ander verantwoordelik te hou (te blameer) vir hulle denke, gevoelens en gedrag.
- **“Ek moet of behoort of is veronderstel om”** word vervang met **“Ek kies om”**. Woorde soos **“veronderstel om”, “behoort”, “moet”** dui op advies, standarde of gedrag wat individue kritiekloos aangeneem het, sonder om dit te assimileer (introjekte). Individue wat van hiérdie woordkeuses gebruik maak is nie in staat om vir sigself besluite te neem nie en hulle gedrag word meestal bepaal deur wat ander reken hulle **“moet”** of **“behoort”** te doen. (Vgl. O’Leary 1992:49.) Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk bewus gemaak word van hulle introjekte (vgl. 2.3.5.1) deur hul te lei om eerder **“Ek kies om”** in stede van **“Ek moet of behoort of is veronderstel om”** te gebruik, ten einde hulle in staat te stel om introjekte te assimileer of te verwerp en sodoende integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik.
- **“Ek kan nie”** word vervang met **“Ek wil nie”**. (Vgl. Corey 1990:334, O’Leary 1992:49 en Thompson en Rudolph 1996:145.) Individue wat gebruik maak van woorde soos **“kan nie”** is onwillig om hulle huidige gedrag te verander. Deur **“kan nie”** met **“wil nie”** te vervang kry individue geleentheid om hulle gevoelens te identifiseer, dit te verbaliseer, daardeur te werk en beheer te bekom deur verantwoordelikheid vir hulle keuses te neem. (Vgl. O’Leary 1992:49.) Hier kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik deur stellings van **“wil nie”** in plaas van **“kan nie”** te gebruik, gelei kan word om in kontak met hulle eie gevoelens te kom en beheer in hul lewens te neem.
- **“Maar”** word met **“en”** vervang. Die woord **“maar”** bou ‘n dubbele boodskap in ‘n stelling. In die stelling **“Ek is lief vir jou, maar ek is kwaad vir jou”** word die woorde na **“maar”** weerspreek deur die voorafgaande woorde. **“En”** is ‘n voegwoord, waarmee die realiteit meer akkuraat afgebeeld kan word. Wanneer ‘n individu tegelykertyd twee feite,

naamlik liefde en woede ervaar kan hy soos volg gehelp word om meer akkuraat te kommunikeer: **“Ek is lief vir jou en ek is kwaad vir jou.”** (Vgl. Yontef 1993:77.) Deur toesighoudende, geskeide ouers te motiveer om **“en”** in plaas van **“maar”** te gebruik kan hulle waarskynlik in staat gestel word om met hulle eie gevoelens en moontlike polariteite (vgl. 2.3.6) in hulle lewens in kontak te kom, hulle ware gevoelens te kommunikeer en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik deur hulle gevoelens in besit te neem (vgl. 3.8.3).

- **Die stel van vrae.** (Vgl. Louw 1989:643, Corey 1990:333-336 en O’Leary 1992:51.) In ‘n gestaltgroep word individue ontmoedig om vrae te vra, deurdat vrae direkte aandag op die individue aan wie dit gerig word fokus. Dit kan tot verdediging aanleiding gee en die vraagstellers kan deur die stel van vrae sigself probeer beskerm. In stede daarvan om individue se vrae te interpreteer of te beantwoord, kan gestaltgroepleiers individue uitnooi om oor hulle vrae te eksplloreer, ten einde hulle in staat te stel om van hul onderliggende gevoelens bewus te word en om meer direk en opreg hul denke en gevoelens uit te druk. Daar is veral vyf vrae wat met vrug deur die gestaltherapeut (groepleier) gebruik kan word om individue se bewustheidsvlakke te bevorder, naamlik: *“Wat wil jy hê?”*, *“Wat voel jy?”*, *“Wat is jy besig om te doen?”*, *“Wat verwag jy?”* en *“Wat vermy jy?”* (Vgl. Aronstam 1989:641-642, Louw 1989:643 en Corey 1990:334.) Individue wat geneig is om te veel vrae in die groep te vra, kan volgens Corey (1995:307) versoek word om met enige van die volgende te eksperimenteer:

- *“In stede daarvan om ‘n vraag te vra, maak eerder ‘n direkte stelling teenoor ‘n medegroep lid en deel jou motivering rondom jou aanvanklike vraag.”*
- *“Vermy ‘**hoekom**’-vrae, aangesien dit tot ‘n reeks ‘**hoekom-sommer**’-response lei. Vra eerder ‘**hoe**’- en ‘**wat**’-vrae.”*
- *“Beoefen ‘**ek**’-stellings en neem sodoende verantwoordelikheid vir jou eie posisie, mening en voorkeure.”*

Toesighoudende, geskeide ouers kan derhalwe deur vrae te stel poog om die fokus op ander te plaas in ‘n poging om sigself te beskerm. Hulle kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk gelei word om hulle vrae in stellings te verander, gebruik te maak van *“ek”*-stellings en *“hoekom”*-vrae met *“hoe”* en *“wat”* te vervang, ten einde met hulle eie gevoelens in kontak te kom en verantwoordelikheid vir sigself te neem.

### **4.3 “BEHOU DIE GEVOEL”-TEGNIK**

Hierdie tegniek kan effektief benut word wanneer individue verwys na gevoelens, gemoedstoestand of onaangename gedagtes wat aan verdedigingsmeganismes, soos ontkenning of vermyding, gekoppel kan word. Deur individue te motiveer om by hulle gevoelens te bly (vgl. 3.6.1.3), word hulle bewustheid bevorder en kan hulle geleentheid kry om deur hul gevoelens te werk. (Vgl. Yontef 1993:156 en Thompson 1996:75.) Hierdie tegniek kan waarskynlik effektief tydens gestaltgroepwerk toegepas word, wanneer toesighoudende, geskeide ouers, sowel individueel as in die groep as geheel, die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) bereik, deurdat hulle bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) daardeur bevorder kan word en hulle geleentheid kan kry om deur hulle gevoelens te werk.

### **4.4 DIALOOG**

Binne gestaltterapie word die integrering van polariteite in persoonlike funksionering beklemtoon. Deur middel van fantasiedialoë word gepoog om bewustheid van interne verdeeldheid/polariteite, wat dikwels die gevolg van introjekte (vgl. 2.3.5.1) en projeksies (vgl. 2.3.5.2) is, te bewerkstellig. Hierdie tegniek het nie ten doel om van een kant/pool van 'n polariteit ontslae te raak nie, maar eerder om beide kante van die polariteit te integreer. Dialoë kan verskeie vorme aanneem, byvoorbeeld dialoë tussen teenoorgestelde kante van polariteite binne die self (soos manlik/vroulik, liefdevol/haatdraend, aggressief/passief, sag/hard) en dialoë met ouers of betekenisvolle ander, gefantaseerde ander of lewelse objekte. (Vgl. Corey 1995:310-311.) Deur middel van dialoë kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik tydens gestaltgroepwerk in staat gestel word om met die dele van sigself wat hul verwerp of vermy (introjekte, vgl. 2.3.5.1 en projeksies, vgl. 2.3.5.2) in kontak te kom, dit te aanvaar of te verwerp, ten einde integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bewerkstellig. Dialoë kan waarskynlik effektief by wyse van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) uitgevoer word, aangesien dié tegniek toesighoudende, geskeide ouers kan help om bewus te word van polariteite (vgl. 2.3.6) in hulle lewens of in sigself (byvoorbeeld “*topdog*”- en “*underdog*”-geskille) en dit te integreer.

### **4.5 FANTASIE**

Individue fantasieer dikwels in 'n poging om tydelik van die werklikheid wat soms vervelig, vermoeiend of skrikbaar kan wees, te ontsnap. Fantasieë kan as 'n waardevolle hulpmiddel in gestaltterapie benut word deurdat dit “*wakker drome*”, óf boodskappe aan individue om onvoltooide situasies te voltooi, impliseer (O'Leary 1992:85-86). Hieruit kan

afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers deur middel van fantasieë kan poog om van moontlike onaangename situasies te ontvlug. Belangrike inligting ten opsigte van toesighoudende, geskeide ouers se onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) kan waarskynlik by wyse van fantasiewerk bekom word.

Fantasie kan veral in 'n groepopset benut word om kontak te fasiliteer. Deur middel van fantasieë kan groeplede geleentheid kry om ervarings te herroep en met elemente van hul fantasieë te identifiseer, wat tot verhoogde selfbewustheid aanleiding kan gee. (Vgl. O'Leary 1992:86.) Fantasieë kan meer doeltreffend toegepas word wanneer individue vooraf met geslote oë in gemaklike sit- of lêposisies by ontspanningsoefeninge betrek word en in dieselfde gemaklike posisies bly tydens die fantasie-oefeninge. (Vgl. O'Leary 1992:87 en Thompson en Rudolph 1996:148.) Fantasie kan waarskynlik effektief tydens gestaltgroepwerk met toesighoudende, geskeide ouers toegepas word om hulle selfbewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.8.2) te bevorder en hulle in staat te stel om in kontak met hul gevoelens te kom. Gepaste agtergrondmusiek (vgl. 4.9) kan moontlik bydra om 'n ontspanne atmosfeer vir fantasiewerk te skep.

Volgens Thompson en Rudolph (1996:148) kan groeplede in 'n groepopset in pare verdeel word en versoek word om hulle fantasieë met mekaar te deel en na elke aktiwiteit/oefening die volgende stelling te voltooi: *"Ek het geleer dat ..."* Hiermee kan akkoord gegaan word, aangesien dié aktiwiteite binne die groepopset kan aanleiding gee tot die bevordering van groepinteraksie (vgl. 3.2.2) en bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1). 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers geleentheid behoort te kry om eers in pare hul fantasieë met mekaar te deel, alvorens 'n vrywillige groeplid versoek word om die *"warm stoel"* (vgl. 3.2 en 4.7) in te neem en intensief saam met die gestaltgroepleier aan 'n aspek/probleem in sy lewe te werk. Sodoende kan toesighoudende, geskeide ouers geleentheid kry om eers met hulle eie bewuswordinge na aanleiding van hul fantasieë in kontak te kom, alvorens hulle deur die vrywillige groeplid se werk geleentheid kry om hulle bewuswordinge uit te brei. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) kan waarskynlik verder bevorder word as hulle na afloop van elke gestaltgroepwerksessie geleentheid kan kry om in hulle onderskeie joernale aan te teken wat hulle geleer het en waarvan hulle bewus geword het.

Individue in 'n groepsituasie behoort na afloop van fantasieë geheroriënteer te word ten opsigte van die werklikheid. Die gestaltgroepleier kan byvoorbeeld groeplede help om vanuit hul fantasieë na die werklikheid terug te keer, deur hulle te versoek om stadig om hulle rond te kyk en weer met hulle omgewing vertrouwd te raak. (Vgl. O'Leary 1992:88 en Thompson en Rudolph 1996: 149.) Groeplede kan byvoorbeeld soos volg gelei word: *"In a few moments I am going to ask you to get ready to return to your own existence in this room ... Become aware of the floor under your feet ... Feel the chair supporting your body ... Become aware of your breathing and of the noises outside and the clock ticking here. When ready, open your eyes."* (Vgl. O'Leary 1992:88.) Gesien in die lig dat groeplede deur middel van fantasieë kan poog om van die werklikheid te ontsnap, blyk dit belangrik te wees om toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van die hier en nou (met ander woorde die werklikheid), na afloop van fantasiewerk, te verhoog.

Vir die doeleindes van hierdie navorsing is die roosboomfantasie en die fantasie van 'n veilige plek geselekteer vanweë die waarde daarvan om groeplede op 'n niebedreigende wyse in staat te stel om hulle gevoelens te projekteer en daarmee in kontak te kom.

#### **4.5.1 Roosboomfantasie**

Die roosboomtegniek kan as 'n nuttige fantasie- en projeksietegniek benut word. (Vgl. Oaklander 1988:32-33, Thompson en Rudolph 1996:148 en Blom 2000b:klasaanbieding.) Die roosboomtegniek behels 'n fantasietog waartydens 'n individu gelei word om met geslote oë sigself as 'n roosboom/-bos te fantaseer (Oaklander 1988:32-33). Volgens Oaklander (1988:32-33) en Thompson en Rudolph (1996:148) kan die volgende suggesties aan die individu gemaak word:

- Watter tipe roosboom/bos is jy – sterk of swak?
- Is jy baie klein of groot?
- Is jou wortelstelsel diep of oppervlakkig?
- Is jy vet? Is jy lank?
- Het jy blomme aan? Indien wel, is dit rose en wat is hulle kleur?
- Het jy te veel of te min blomme?
- Is jy in volle blom of is jy nog in die knopstadium?
- Het jy blare? Indien wel, watter soort?
- Hoe lyk jou stam en takke?



- Het jy dorings? Indien wel is daar te veel of te min?
- Hoe lyk jou omgewing?
- Waar staan jy? Is jy in 'n pot/direk in die grond, in 'n tuin/park/stad/woestyn?
- Deur wat word jy omring? Is daar plante, bome, diere, mense, voëls of is jy alleen?
- Lyk jy soos 'n roosboom of soos iets anders?
- Staan jy uit?
- Het jy genoeg spasie?
- Hoe kom jy met die ander plante oor die weg?
- Het jy 'n goeie toekoms?
- Is daar iets soos 'n heining om jou?
- Hoe oorleef jy? Versorg iemand jou? Wie versorg jou?
- Hoe lyk die weersomstandighede nou by jou?

Die individu word hierna versoek om sy roosboom te teken en dit aan die gestaltterapeut in die teenwoordige tyd te beskryf, asof hy die roosboom is (Oaklander 1988:32-33). Ter aansluiting hierby is Yontef (1993:157) van mening dat individue ervarings meer doeltreffend na die hier en nou kan bring deur hul fantasieë te visualiseer (teken). Vervolgens skryf die gestaltterapeut die individu se response neer en lees dit aan die individu voor, waarop laasgenoemde aangemoedig word om te let op ooreenkomste tussen sy roosboom en sy werklike lewe. (Vgl. Oaklander 1988:33 en Blom 2000a:255.) 'n Eie interpretasie is dat die gestaltterapeut die individu se response aan hom voorlees sonder om interpretasie daaraan te koppel. Die individu word wel aangemoedig om op sy gedrag, gevoelens en ervarings te fokus, ten einde hom in staat te stel om sy eie interpretasie te maak, begrip vir sy gevoelens en gedrag te ontwikkel en verantwoordelikheid daarvoor te neem.

Na aanleiding van bogenoemde kan die afleiding gemaak word dat individue deur die roosboomfantasie in staat gestel kan word om eie gevoelens op hulle roosbome te projekteer (vgl. 2.3.2) en sodoende met hulle onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in kontak te kom. Deur “ek”-stellings (vgl. 3.8.2.1), ten opsigte van die ooreenkoms tussen hulle eie lewens en hulle projeksies te maak, neem individue besit van hulle gevoelens (vgl. 3.8.3). Die roosboomfantasie kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk benut word om toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) te bevorder, hulle in kontak met hul onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) te bring, hulle in staat te stel om hul gevoelens te erken en te besit (vgl. 3.8.3), ten einde selfregulerend (vgl. 2.3.2) en selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2

en 3.8.2), as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer. Vanuit die praktyk word waargeneem dat die roosboomfantasie doeltreffend tydens emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3), as 'n belangrike aspek van die proses van elke groeplid (vgl. 3.8), benut kan word.

#### **4.5.2 Fantasie van 'n veilige plek**

Volgens Blom (2000a:255) kan 'n fantasie van 'n veilige plek aan die kind die geleentheid bied om vir sigself deur middel van fantasie 'n ruimte vir selfonderhouding en selfvertroeteling te skep. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik by die fantasie van 'n veilige plek baat, deurdat hul daardeur in staat gestel kan word om sigself, met hulle veeleisende enkelouerskapsrolle, te onderhou en te vertroetel.

Volgens Blom (2000a:254) word 'n individu tydens die toepassing van die fantasie van 'n veilige plek versoek om te ontspan en sy oë te sluit, waarna hy soos volg deur die gestaltterapeut begelei word:

*“Verbeel jou jy kan na 'n veilige plek gaan. Dit kan 'n plek wees wat jy onthou uit jou verlede of 'n plek waar jy nou lewe. Dit kan ook 'n plek wees wat jy vir jousef skep. Dit kan selfs op die maan wees. Dit kan enige plek wees. Dit kan ook 'n plek wees wat jy alreeds ken en wat jy vir jousef wil beter maak. Verbeel jou jy kan na daardie plek toe gaan. Kyk rond - hoe lyk dit, wat sien en hoor jy? Wat ruik, voel en proe jy? Wat doen jy in jou veilige plek? As jy gereed is, wil ek hê jy moet jou veilige plek teken. Niemand hoef dit te verstaan nie. Dit kan in enige lyne, vorms en kleure wees.”* (Vgl. Blom 2004:79.)

Die fantasie van 'n veilige plek kan waarskynlik effektief tydens die eerste gestaltgroepwerksessie, wat meestal gekenmerk word deur hoë angsvlakke (vgl. 3.6.2) toegepas word deurdat dit kontak in die groepopset fasiliteer en dit as selfvertroetelingsaktiwiteit vir groeplede, wat waarskynlik nog angstig/gespanne voel kan dien. 'n Eie interpretasie is dat die fantasie van 'n veilige plek tydens gestaltgroepwerksessies ingeoefen behoort te word, sodat dit na afloop van die gestaltgroepwerksessies as 'n effektiewe wyse deur toesighoudende, geskeide ouers benut kan word om hulle gevoelens in die toekoms te hanteer en sigself te vertroetel.

#### 4.6 PENDELTEGNIK

Deur middel van die pendeltegniek word 'n individu gelei om sy aandag voortdurend te wissel van een aktiwiteit of ervaring, na 'n ander (Patterson 1980:450). Die hoofdoel van die pendeltegniek is om groter bewustheid en integrasie te bewerkstellig. Met die pendeltegniek word 'n angstige individu byvoorbeeld versoek om te pendel tussen sy asemhaling en sy spiere, en tussen sy spiere en sy asemhaling. Hierdeur kom hy agter wat die verhouding tussen die twee is en gevolglik haal hy vryer asem en voel hy meer ontspanne. 'n Individu kan dus versoek word om te pendel tussen wat hy ervaar en wat hy nieverbaal toon. (Vgl. Aronstam 1989:643.)

Volgens Thompson (1996:75) kan die pendeltegniek benut word om tussen die realiteit en 'n fantasie te pendel. In samehang hiermee is Groenewald (2002a:106) van mening dat die pendeltegniek benut kan word om die individu te laat pendel na 'n veilige plek en sensoriese kontakmaking. Deur te pendel tussen hulle sensoriese kontakmodaliteite (vgl. 3.8.1) en 'n gefantaseerde veilige plek (vgl. 4.5.2), kan toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfvertroelingsvaardighede (vgl. 3.8.4 en 4.12) waarskynlik bevorder word en kan hulle leer hoe om te ontspan en in kontak met sigself te kom. In hoofstuk sewe word die pendeltegniek, soos dit vir die doeleindes van hierdie navorsing benut word, meer breedvoerig beskryf.

#### 4.7 DIE “WARM STOEL”-TEGNIK

Hierdie tegniek word veral tydens gestaltgroepwerk benut, ten einde groter selfbewustheid teweeg te bring. 'n Vrywillige groeplid, wat bereid is om “te werk” neem in die “warm stoel” teenoor die gestaltgroepleier plaas en begin sy lewensprobleem in die teenwoordige tyd, met ander woorde in die hier en nou, te vertel. Tydens die toepassing van dié tegniek val die fokus op die uitgebreide interaksie tussen die groeplid en die gestaltgroepleier, wat direk en aggressief die groeplid se probleem konfronteer. Die res van die groep kry na afloop van die werk in die “warm stoel” die geleentheid om terugvoer te gee rakende hoe sigself daardeur beïnvloed is, wat hulle waargeneem het en hoe hul eie ervarings ooreenstem met die ervarings waaraan die groeplid in die “warm stoel” gewerk het. 'n Sessie in die “warm stoel” kan duur van 'n paar minute tot 45 minute, met 'n gemiddelde van 30 minute, of totdat die betrokke groeplid en die gestaltgroepleier tevrede voel om af te sluit. (Vgl. Hansen *et al.* 1980:211, Yontef 1993:169 en Thompson 1996:71.) Indien geen groeplid na vore tree om in die “warm stoel” te werk nie, kan die gestaltgroepleier wag tot iemand wel na vore tree of

opwarmingsoefeninge inisieer (Hansen *et al.* 1980:211). 'n Eie interpretasie is dat groeplede dit waarskynlik moeilik kan vind om in 'n onveilige groeapatmosfeer, waar groepkohesie (vgl. 3.2.1) nog ontbreek, sigself gewillig te verklaar om die “warm stoel” te betree vir terapeutiese werk, met medegroeplede as toeskouers. 'n Veilige groeapatmosfeer en groepkohesie blyk dus belangrike aspekte te wees wat oorweeg moet word, alvorens die “warm stoel”-tegniek benut word. Dié tegniek hou die volgende voordele in:

- Die groeplid in die warm stoel kan 'n verhoogde gevoel van eenheid ervaar en sy “werk in die warm stoel” kan, vanweë die res van die groep se teenwoordigheid, meer betekenisvol voel.
- Die betrokke groeplid in die “warm stoel” kan geleentheid kry om sigself aan die groepleier en aan die res van die groep te openbaar/bekend te maak.
- Die res van die groep kan iets ten opsigte van sigself leer, deur die groeplid wat in die “warm stoel” werk, waar te neem (Hansen *et al.* 1980:211).

Uit bogenoemde word afgelei dat toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) deur die “warm stoel”-tegniek verhoog kan word ongeag of hulle self die “warm stoel” inneem om te werk of as toeskouers waarneem. Toesighoudende, geskeide ouers wat bereid is om die “warm stoel” in te neem, se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) kan waarskynlik daardeur bevorder word deurdat hul 'n keuse (vgl. 3.8.2.3) maak om te werk en geleentheid kry om sigself te definieer (vgl. 3.8.2.1).

#### **4.8 TEGNIEKE VIR SENSORIESE EN LIGGAAMLIKE KONTAKMAKING**

Deur middel van die kontakmodaliteite naamlik sig, tas, smaak, reuk en gehoor, ervaar individue sigself en maak hulle met die wêreld om hul kontak. Dit gebeur soms dat individue vanweë trauma hulle volle bewustheid ten opsigte van hulle sintuie verloor en dan outomaties en apart van sigself funksioneer. (Vgl. Oaklander 1988:109 en Clarkson 1989:83.) Sensoriese kontak is egter 'n voorvereiste vir individue om met sigself in kontak te kom. 'n Verskeidenheid tegnieke en aktiwiteite kan tydens gestaltpelterapie en waarskynlik ook tydens gestaltgroepwerk benut word om individue se kontakfunksies van tas, sig, gehoor, smaak en reuk te bevorder en word kortliks soos volg beskryf:

- **Tas:** Vingerverf, gebruik nat klei, plaas verskillende objekte in 'n sak en raai wat dit is, voel aan verskillende teksture (byvoorbeeld metaal, papier, hout, fluweel, diervelle, en

klip), beskryf hoe dit voel en meld watter herinneringe daardeur opgeroep word. (Vgl. Oaklander 1988:110, Oaklander 1994a:149 en Blom 2004:102.)

- **Sig:** Kyk na verskillende prente wat baie detail het of maak eenvoudige sketse van blomme en vrugte (Oaklander 1994b:149). Ter aansluiting hierby is Schoeman (1996b:43) van mening dat kleur, vorm, helderheid en donkerte tydens visuele stimuleringsaktiwiteite beklemtoon moet word. Toesighoudende, geskeide ouers se sig-kontakmodaliteite kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk gestimuleer word deur hulle te versoek om noukeurig na 'n prent, byvoorbeeld 'n prent met 'n verskuilde woord, te kyk en dan hulle visuele waarnemings met mekaar te deel. Deur middel van medegroeplede se response kan toesighoudende, geskeide ouers se visuele bewustheid verder bevorder word.
- **Gehoer:** Verf terwyl na musiek geluister word, luister na musiek en onderskei tussen verskillende toonhoogtes en musiekinstrumente. (Vgl. Oaklander 1994b:149 en Blom 2004:105.) Versoek groeplede om met geslote oë na geluide om hulle te luister en gevoelens daaraan te koppel, of in pare te verdeel en vir 'n paar minute na mekaar te luister, sonder om mekaar in die rede te val. Daar moet veral op die toonhoogte (hoog/laag), hardheid (sterk/swak) en die kwaliteit van die stem/klank gelet word (O'Leary 1992:32).
- **Smaak:** Proe aan verskillende smake – soet, suur, sout en bitter. Praat oor gunstelingsmake en onaangename smake (Oaklander 1994b:149 en Blom 2004:105.) Voorsien aan elke groeplid 'n lemoen en versoek hom om aan een van sy lemoenskywe te proe en die orige lemoenskywe onder mekaar uit te deel en die smaak daarvan met mekaar te vergelyk (Oaklander 1997:296). Gesprekvoering rondom smake (voorkeur en afkeur) en die fisiese proe aan verskillende smake (soet, suur, bitter en sout), kan tot verhoogde bewustheid van smaaksintuie lei. (Vgl. Oaklander 1994b:149 en 1997:296.) . Deur middel van selfgerigte stellings ten opsigte van aangename en onaangename smake kan toesighoudende, geskeide ouers se sin vir die self (vgl. 3.8.2) waarskynlik bevorder word. Toesighoudende, geskeide ouers kan moontlik deur middel van hul smaaksintuig (tong) in staat gestel word om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan, aangesien hulle deur dié sintuig geleentheid kan kry om hulle gevoelens op 'n verbale wyse uit te druk.
- **Reuk:** Ruik aan verskillende reukbotteltjies en identifiseer die verskillende reuke (Oaklander 1994b:149). Vra aan die individu waaraan elke reuk hom laat dink

(Schoeman 1996b:46). Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik deur middel van dié aktiwiteit met hulle gevoelens en moontlike onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in kontak kom. 'n Toesighoudende geskeide ouer kan byvoorbeeld aan tabak ruik en sodoende herinner word aan 'n vorige huweliksmaat.

Spierontspanning- en asemhalingsoefeninge behoort met die aanvang en ter afsluiting van elke gestaltgroepwerksessie aandag te geniet, ten einde groeplede se bewustheid ten opsigte van hulle liggame te bevorder en hul sodoende in staat te stel om bewus te word van hoe en waar in hul liggame energie geblokkeer word (Tyler 1980:110-111). In samehang hiermee is Oaklander (1988:125) van mening dat ontspanningsoefeninge individue kan help om meer ontspanne, verfris en *“teenwoordig”* tydens terapie te wees. Sy het gevind dat die volgende ontspannings- en asemhalingsoefening effektief ten opsigte van kinders toegepas kan word. *“Kom ons sluit ons oë. Trek nou gelyktydig elke spier in jou liggaam saam. Bene, arms, kakebeen, vuiste, gesig, skouers, maag. Hou dit ... styf. Ontspan nou en voel hoe die spanning uit jou liggaam wegspoel. Laat al die spanning uit jou liggaam en gedagtes wegspoel ... vervang die spanning met kalm, vreedsame energie ... laat elke asemteug wat jy neem kalmte en ontspanning in jou liggaam inbring”*. (Vgl. Oaklander 1988:125.) Vanuit die praktyk word ervaar dat die ontspanningsoefening ook effektief ten opsigte van volwassenes benut kan word.

Volgens O'Leary (1992:87) is dit belangrik dat 'n individu tydens gestaltterapie bewus moet word van sy hele liggaam en of hy enige fisiese pyn, moegheid of spanning in sy liggaam ervaar. Daar behoort ook op individue se asemhaling gefokus te word: *“Become aware of your breathing ... Be aware of the air as it comes in and goes out through your nostrils”*. (Vgl. O'Leary 1992:87.) Bogenoemde ontspanningsoefeninge kan waarskynlik effektief tydens gestaltgroepwerk met toesighoudende, geskeide ouers benut word, ten einde hulle in staat te stel om te ontspan en met sigself in kontak te kom.

'n Individu kan ook versoek word om gemaklik te sit en met geslote oë drie keer diep asem te haal en dit telkens uit te blaas. Hy moet voorts bewus raak van sy tone, voete, bene, rug, maag, borskas, asemhaling (diep of vlak), vingers, hande, polse, arms, skouers, spiere in sy skouers en nek (ontspanne of gespanne), kop, oë, neus, ore, mond en die smaak in sy mond (Groenewald 2002a:181). 'n Eie interpretasie is dat Oaklander (1988:125), O'Leary (1992:87) en Groenewald (2002a:181) se ontspanningstegnieke waarskynlik afsonderlik of

gekombineerd tydens die aanvang en afsluiting van elke gestaltgroepwerksessie benut kan word om groeplede in staat te stel om te ontspan, met sigself in kontak te kom en in die hier en nou teenwoordig te wees. Gepaste agtergrondmusiek (vgl. 4.9) kan waarskynlik bydra tot die skep van 'n ontspanne atmosfeer. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van hul stem en liggaamsbeweging kan waarskynlik deur middel van die vergrotings-/oordrywingstegniek en bewustheidstegnieke (nieverbale kommunikasie) verhoog word. Voorts word die twee tegnieke bespreek.

#### **4.8.1 Vergrotings-/oordrywingstegniek**

Dié tegniek behels 'n herhaling (met meer klem en met 'n vermeerdering van stemvolume) van belangrike stellings wat deur 'n individu gemaak word, ten einde laasgenoemde se bewustheid rondom die belangrikheid daarvan te bevorder. (Vgl. Patterson 1980:457.) Ter aansluiting hierby is Corey (1990:341) en Yontef (1993:82) van mening dat individue se bewustheid ten opsigte van hul liggaamstaal/beweging deur middel van die oordrywingstegniek bevorder kan word. Bewegings, houdings/postuur en gebare word vergroot, ten einde die betekenis wat dit kommunikeer duideliker te maak. Deur 'n beweging of gebaar herhaaldelik te vergroot, kan 'n individu in staat gestel word om die gevoel, wat met sy gedrag geassosieer word, meer intens te ervaar en meer bewus te word van die kernbetekenis daarvan (Corey 1990:341-342). Gedrag soos vingerwysing na iemand, styf gekruisde arms, bewerasie en saamgeperste vuiste en 'n "*gewoonte-glimlag*", terwyl pynvolle of negatiewe gevoelens uitgedruk word, kan veral deur die oordrywingstegniek aangespreek word.

Hier kan afgelei word dat die oordrywingstegniek waarskynlik tydens gestaltgroepwerk benut kan word om toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van hulle verbale en nieverbale kommunikasie te bevorder en hul in staat te stel om met hul gevoelens in kontak te kom (vgl. 2.3.5) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik deur middel van dié tegniek gelei word om bewus te word van die wyses waarop hulle, hul ware gevoelens verbloem en meer effektiewe wyses te vind om uitdrukking aan hulle gevoelens (vgl. 3.8.3) te gee. 'n Ouer kan byvoorbeeld tydens gestaltgroepwerk daarvan bewus word dat ander individue hom selde ernstig opneem, deurdat hy altyd glimlag, selfs as hy sy negatiewe/pynvolle gevoelens verbaliseer. Hy kan voorts gelei word om sy nieverbale kommunikasie te rig volgens sy ware negatiewe/pynvolle gevoelens. Hierdie tegniek kan waarskynlik saam met die leëstoeltegniek

(vgl. 4.10.1) benut word, ten einde groeplede se bewustheid ten opsigte van hulle nieverbale gedrag en gevoelens te bevorder.

#### **4.8.2 Bewustheidstegnieke: Nieverbale kommunikasie**

Binne gestaltterapie word besondere klem op individue se nieverbale kommunikasie (liggaamstaal) geplaas. (Vgl. Hansen *et al.* 1980:212 en O'Leary 1992:53.) Wanneer individue aspekte van hul persoonlikheid blokkeer vind die dele wat ontken word nieverbale wyses om hulself uit te druk, byvoorbeeld in liggaamsbeweging, stem, gesigsuitdrukking, gebare en liggaamshouding. Deur te fokus op individue se nieverbale kommunikasie, kan hulle bewustheid ten opsigte van wat hul in die hier en nou ervaar, bevorder word. 'n Individu wat op 'n verbale wyse kommunikeer dat hy woedend is, kan byvoorbeeld daarop gewys word dat sy nieverbale kommunikasie (glimlag) nie met sy verbale kommunikasie ooreenstem nie. Die individu kan versoek word om 'n dialoog tussen sy woorde en sy glimlag te voer of "*om sy glimlag te word*", ten einde hom in staat te stel om betekenis te heg aan die teenstrydighede wat tussen sy verbale en nieverbale kommunikasie bestaan. (Vgl. Corey 1990:335 en O'Leary 1992:54.) Dit wil voorkom asof dié tegniek in 'n groot mate ooreenstem met die vergrotings-/oordrywingstegniek, deurdat beide tegnieke op die nieverbale en verbale gedrag van individue wat ooreenstemming behoort te bereik, fokus.

In 'n groepsopset kan groeplede uitgenooi word om met geslote oë (in 'n poging om eksterne stimuli uit te skakel) te fokus op sekere dele van hul liggame, hul asemhaling en om bewus te word van "*gespanne areas*" in hul liggame. Hulle kan op dié wyses byvoorbeeld bewus word van hul vasgekleemde hande, oppervlakkige asemhaling en maagkrampe (O'Leary 1992:54-55). Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van liggaamsbewustheidstegnieke in staat gestel word om hulle bewustheid ten opsigte van hulle nieverbale kommunikasie en onderdrukte gevoelens te bevorder, ten einde met hul onderdrukte gevoelens in kontak te kom en as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer.

#### **4.9 MUSIEK**

Musiek kan as 'n waardevolle hulpmiddel tydens terapie aangewend word deurdat dit oor veelsydige funksies beskik. Musiek kan aangewend word om 'n bepaalde terapeutiese atmosfeer te skep, as aanknopingspunt vir verdere kommunikasie te dien en kan aanleiding gee tot intense terapeutiese insette. (Vgl. Smith 1981:113 en Matsemela en Van der Merwe



1996:164.) Musiek kan waarskynlik as 'n hulpmiddel tydens gestaltgroepwerk benut word om 'n terapeutiese atmosfeer te skep, kommunikasie te bevorder en groeplede tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) aan te spoor. Deur na mekaar se gunstelingmusieksnitte te luister, kan toesighoudende, geskeide ouers geleentheid kry om met hulle gehoor-kontakmodaliteite (vgl. 3.8.1.2) kontak te maak en oor gevoelens in die groepopset te kommunikeer en sodoende kan groepinteraksie waarskynlik bevorder word. Op dié wyse kan toesighoudende, geskeide ouers moontlik met introjekte (vgl. 2.3.5.1) van “*dis verkeerd om oor gevoelens te praat*” in kontak kom en tot insig gelei word dat alle individue oor gevoelens beskik en dat dit toelaatbaar is om oor gevoelens te praat. Sodoende word hulle moontlik voorberei om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan.

Musiek kan benut word om individue se gemoedstemminge te manupileer. (Vgl. Lull 1987:148 en Oaklander 1988:117.) Lull (1987:148) meld in die verband: “*Music may be used to establish, reinforce, or change moods.*” Hier kan dus afgelei word dat die gestaltgroepleier deur middel van musiek toesighoudende, geskeide ouers se gevoelens tydens die terapeutiese proses in 'n bepaalde rigting kan stuur. Volgens Blom (2000a:325) kan “*Coronation Mass*” van Mozart aanleiding gee tot die emosionele uitdrukking van woede. In samehang hiermee is Ackerman (2003) van mening dat musieksnitte van Mozart benut kan word om energie te genereer en aan woede uitdrukking te gee. Die benutting van geselekteerde musiek van Mozart kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik help om hul aggressiewe energie te ontgin en tydens die maak van kleimonsters (vgl. 4.12) met hulle woede/aggressie in kontak te kom.

Musiek kan as 'n vorm van simboliese kommunikasie beskou word, deurdat die aanhoor van sekere musiek, byvoorbeeld 'n “*goue oue*”, maklik 'n sekere tyd, plek, gevoelens en emosies vanuit 'n individu se verlede kan oproep (Lull 1987:199). Dit blyk dus of sekere musiek vir individue bepaalde herinneringe kan inhou. In die lig van laasgenoemde kan musiek waarskynlik in gestaltgroepwerk aangewend word om toesighoudende, geskeide ouers in staat te stel om hulle onverwerkte gevoelens en onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) na die hier en nou te bring vir verdere terapeutiese intervensies. Toesighoudende, geskeide ouers kan byvoorbeeld versoek word om hul gunstelingmusiek na 'n sekere gestaltgroepwerksessie te neem en saam met die res van die groep daarna luister. 'n Gesprek ten opsigte van gevoelens kan na afloop van die aanhoor van groeplede se verskillende musieksnitte volg, ten einde hul in staat te stel om met hul gevoelens in kontak te kom.

Musiek kan saam met ander aktiwiteite of tegnieke aangewend word om individue in staat te stel om te ontspan en emosioneel te ontlaai (Lull 1987:148). Volgens Ackerman (2003) kan panfluit- en klaviermusiek effektief benut word om groeplede te laat ontspan. Dit wil dus voorkom of gepaste musiek (byvoorbeeld panfluitmusiek) toesighoudende, geskeide ouers in staat kan stel om te ontspan en te fokus op dit waarmee hul besig is (soos tekenaktiwiteite) om hul sodoende te help om in kontak (vgl. 2.3.5) met sigself en hul gevoelens te kom en tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan.

Hier kan tot die slotsom gekom word dat musiek as 'n hulpmiddel waarskynlik effektief tydens gestaltgroepwerk aangewend kan word, deurdat dit kan bydra tot die skep van 'n ontspanne en/of terapeutiese atmosfeer, dit kommunikasie kan aanmoedig en groeplede kan motiveer om oor gevoelens te praat, van hul eie gevoelens bewus te word en tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan.

#### **4.10 PROJEKTIEWE TEGNIEKE**

Volgens Corey (1990:338) behels projeksie die toedig van 'n individu se idees, gevoelens of houdings (wat hy nie wil erken en aanvaar as sy eie nie) aan ander. Vanuit die gestaltteorie word projeksie as 'n kontakgrensversteuring beskou (vgl. 2.3.5.2), en word die omgewing verantwoordelik gehou vir dit wat in die self ontstaan. Projeksie kan egter ook positief tydens terapie benut word, deurdat die geprojekteerde dele van die self tydens terapie deur die toepassing van projektiewe tegnieke geïdentifiseer kan word en die individu in staat gestel kan word om van sy onaanvaarbare geprojekteerde dele bewus te word, dit te aanvaar en in besit te neem. (Vgl. Clarkson 1989:53, Hardy 1991:12 en Blom 2000a:261.)

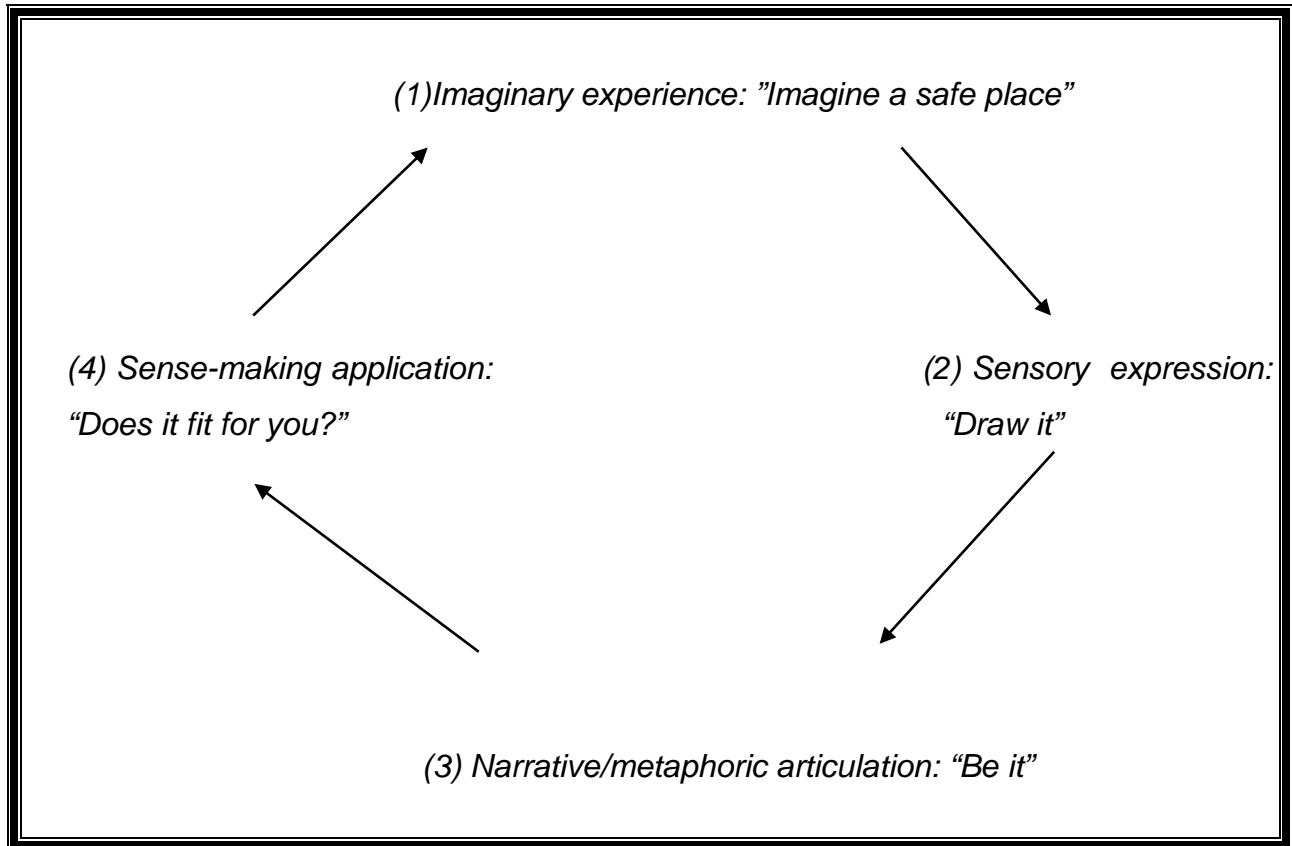
Individue se projeksies kan in groepverband hanteer word, deur hulle te versoek om hul projeksies "*uit te speel*". 'n Groeplid wat byvoorbeeld meld dat hy nie die groep kan vertrou nie, word versoek om die rol van 'n onbetroubare persoon te vertolk. Sodoende word hy sy projeksie (onbetroubare groep) en kry hy geleentheid om bewus te word van 'n polariteit in sy lewe, naamlik een kant van hom wat wil vertrou en 'n ander kant van hom wat nie kan vertrou nie (Corey 1990:338). In samehang hiermee is Thompson (1996:71) van mening dat groeplede se bewustheid ten opsigte van hul eie projeksies bevorder kan word deur hulle geleentheid te gee om hul projeksies deur middel van direkte stellings aan medegroeplede individueel te rig en dan dieselfde stelling ook aan sigself te rig. 'n Groeplid kan byvoorbeeld individueel aan elke groeplede sê: "*Ek dink jy is baie manipuleerbaar*", waarna hy dan 'n

selfstelling maak van: *“Ek is manipuleerbaar”*. Op dié wyse word groeplede in staat gestel om groter bewustheid ten opsigte van hul eie projeksies te kry.

Hier kan afgelei word dat groeplede se bewustheid ten opsigte van hul projeksies waarskynlik bevorder kan word, deur hulle geleentheid te bied om hul onaanvaarbare/verwerpte gevoelens deur middel van verbale stellings op medegroeplede te projekteer. Deur laasgenoemde stellings in *“ek”*-stellings (vgl. 3.8.2.1 en 4.2) te verander, kan groeplede waarskynlik groter bewustheid ten opsigte van hulle eie projeksies bekom. Hierdie tegnieke kan effektief tydens gestaltgroepwerk met toesighoudende, geskeide ouers toegepas word deurdat dit hul in staat kan stel om hul onaanvaarbare/verwerpte gevoelens op ‘n niebedreigende wyse te projekteer, dit te aanvaar en in besit te neem (vgl. 3.8.3).

Volgens Mortola (2000:werkswinkel) volg Oaklander ‘n vierledige reeks wanneer sy met projeksies werk en kan dit soos volg skematies voorgestel word:

**FIGUUR 3: VIERLEDIGE REEKS VAN OAKLANDER SE WERK TEN OPSIGTE VAN PROJEKSIES**



**Bron: Mortola (2002:werkswinkel).**

Bogenoemde model kan aan die hand van die volgende voorbeeld verduidelik word (Mortola 2000:werkswinkel):

- ❶ 'n Individu word gelei om aan 'n denkbeeldige *"veilige plek"* te dink. Hy dink byvoorbeeld aan 'n bomskuiling.
- ❷ Die individu word versoek om sy veilige plek (bomskuiling) te teken.
- ❸ Die individu word voorts versoek om die bomskuiling te word en hom dan self as bomskuiling te beskryf. Vrae (byvoorbeeld *"Wat doen jy?"*) kan aan die individu gevra word, ten einde die proses aan te help. Dialoë kan tussen verskillende objekte ten opsigte van sy veilige plek (bomskuiling) gevoer word.
- ❹ Laastens word aan die individu gevra of daar 'n ooreenkoms tussen hom en die bomskuiling (sy projeksie) is. 'n Afleiding word gemaak dat die individu hiër geleentheid kry om sy gevoelens in besit (vgl. 3.8.3) te neem.

Ter aansluiting hierby is Blom (2000a:262) van mening dat projeksies op twee vlakke in besit geneem kan word, naamlik op:

- *Simboliese vlak* - die individu deel inligting oor die situasie, maar slegs op die vlak van beeldspraak. Fragmentasie kom steeds op dié vlak voor.
- *Realiteitsvlak/persoonlike vlak* - die individu vind 'n verband tussen dit wat in die beeldspraak gebeur en dit wat hy in sy lewe ervaar. Vrae wat hier gevra word, is: “Voel jy ook so?” of “Hoe pas dit by jou lewe in?” Dit wil voorkom asof individue hul projeksies eers op 'n simboliese vlak moet besit, alvorens hul dit met hul eie lewe in verband kan bring (realiteits-/persoonlikevlak).

Vanuit die praktyk word waargeneem dat die leëstoeltegning, droomverwerking, onvoltooide sinne en kuns soos kleiwerk, teken en collage nuttig as niebedreigende projektiewe tegnieke met volwassenes tydens individuele terapie benut kan word. Vir die doeleindes van hierdie navorsing word laasgenoemde tegnieke en aktiwiteite benut om 'n analise te doen van die benutting daarvan in groepverband. Oaklander (Mortola 2000:werkswinkel) se werkswyse ten opsigte van projeksies, word vir die doeleindes van hierdie navorsing op 'n geïntegreerde wyse ten opsigte van die projektiewe tegnieke benut.

#### **4.10.1 Leëstoeltegning**

Die leëstoeltegning is 'n algemene tegning wat in gestaltgroepwerk benut word en werk vanuit die beginsel dat 'n groeplid in 'n stoel gaan sit en 'n vervreemde deel van sigself of ander individue in 'n leë stoel voor hom plaas. Die individu voer dan 'n dialoog met wie/wat hy ook al in die leë stoel geplaas het, ten einde konflik uit te klaar. Stoele word omgeruil terwyl die dialoog aan die gang is en op dié wyse kry die groeplid geleentheid om sy onvoltooidhede meer intens te beleef. 'n Groeplid wat byvoorbeeld vir sigself kwaad is vanweë sy aggressiewe gedrag, kan deur die gestaltgroepleier gelei word om sy gevoelens van aggressie in die leë stoel te plaas en 'n dialoog daarmee te voer. Deur stoele te ruil word die groeplid sy aggressie en word hy sodoende geforseer om met sy aggressie in kontak te kom, eerder as om net daarvoor te intellektualiseer of daarvoor te praat. Deur middel van die leëstoeltegning word emosies en konflikte uitgelok, impasses word bereik en opgelos en bewustheid en integrasie van polariteite, soos byvoorbeeld polariteite/verdeeldhede in die groeplid, tussen die groeplid en ander individue, of tussen wat die groeplid wil hê (“*underdog*”) en sosiale norme (“*topdog*”), mag ontwikkel. (Vgl. Hansen *et al.* 1980:213, Patterson 1980:451 en Corey 1990:339.)

Dit wil voorkom of die leëstoeltegniek veral ten opsigte van polariteite (vgl. 2.3.6) benut kan word. Die leëstoeltegniek kan waarskynlik positief benut word wanneer toesighoudende, geskeide ouers konflik ten opsigte van hul “*topdog-underdog*”-polariteite (vgl. 2.3.6) ervaar. Deur beurtelings in die leë stoel met hul “*topdog*” en “*underdog*” dialoë te voer, kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik in staat gestel word om beide kante van hul “*topdog-underdog*”-polariteit te ervaar en dit te integreer (vgl. 2.5.3 en 3.3.3).

Volgens Corey (1990:339) kan ‘n groeplid wat bang is om sy gevoelens en denke teenoor ‘n geliefde uit te druk, gelei word om voor die res van die groep in die hier en nou met sy geliefde, by wyse van die leëstoeltegniek, te praat. Die groeplid kan deur die gestaltgroepleier gelei word om ‘n dialoog met sy geliefde (byvoorbeeld sy ma) te voer. Die gestaltgroepleier kan die groeplid deur die volgende response lei om met sy ma in die leë stoel te praat: “*Vertel jou Ma wat jy haar die graagste wil laat hoor en wat jy haar nooit vertel het nie*”, “*Wat voel jy nou?*”, “*Is jy bereid om te vertel hoe jy voel?*” en “*Vertel nou jou Ma van alles wat jy reken met jou sou gebeur het, indien jy haar vertel het wat jy tot nou toe van haar weerhou het.*” Binne ‘n “*veilige*” groeppopset kan groeplede integrasie deur middel van die leëstoelfantasie bereik, sonder om hul gevoelens in die werklike lewe uit te druk (Corey 1990:339).

Hier kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van die leëstoeltegniek geleentheid kan kry om in kontak met hulle gevoelens te kom, hul onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.2) te voltooi en sodoende beheer (vgl. 3.8.2.3) oor hul lewens te verkry en as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer.

Tydens die benutting van die leëstoeltegniek kan groeplede se aggressie by wyse van agt stappe hanteer word. ‘n Groeplid wat aggressie beleef kan, na aanleiding van die agt stappe, soos volg deur ‘n gestaltgroepleier gelei word (O’Leary 1992:67):

- ❶ Verbeel jou dat die persoon wat jou kwel voor jou in die leë stoel sit. Sê met ‘n harde stem hoe kwaad jy is en hoekom jy kwaad is.
- ❷ Raak bewus van jou liggaam se reaksie op jou woede. Word woede in sommige dele van jou liggaam weerhou? Kniers jy op jou tande of maak jy ‘n vuis?
- ❸ Wanneer jy gereed voel, ruil rolle met die ander (denkbeeldige) persoon. Reageer asof die ander persoon werklik teenwoordig is.

- ④ Gaan voort met die dialoog en wissel voortdurend tussen die rolle.
- ⑤ Emosiebelaaide frases, byvoorbeeld “*Hou op om my te verneder*” of “*Hoekom het jy my nie beskerm nie?*”, moet verkeie kere (elke keer harder) herhaal word, totdat dit uitgeskreeu word. Dit wil voorkom asof die vergrotings/oordrywingstegniek (vgl. 4.8.1) hier benut kan word.
- ⑥ Staan op ‘n stewige stoel en verbeel jou dat die persoon teenoor wie jy woede ervaar, na jou opkyk.
- ⑦ Kyk af na die persoon (denkbeeldig) en sê aan hom wat jou kwaad maak en hoekom dit jou kwaad maak. Sê alles wat jy altyd wou sê, maar nie wou waag om te sê nie.
- ⑧ Verander van posisie indien jy so voel.

Ter aansluiting hierby is Greenberg en Pairo (1995:419) van mening dat individue deur middel van die leëstoeltegniek bemagtig word, deurdat hulle daardeur in staat gestel word om nie langer slagoffers te wees nie.

Gesien in die lig dat bogenoemde stappe blootstellend vir groeplede kan wees, behoort die gestaltgroepleier seker te maak dat, alvorens enige groeplid aan bogenoemde stappe blootgestel word, daar eers ‘n veilige groepatmosfeer en goeie vertrouensverhouding tussen die groeplede en tussen die groepleier en die groeplede moet bestaan. Ten einde die leëstoeltegniek meer konkreet te maak, kan individue wat in die leë stoel geplaas word, waarskynlik by wyse van foto’s, tekeninge en kleimodelle voorgestel word. ‘n Beheergevoel (vgl. 3.8.2.3) kan moontlik verkry word wanneer ‘n groeplid na afloop van die leëstoeltegniek geleentheid kry om die konkrete voorstelling (byvoorbeeld klei/tekening) van die “*gehate*” persoon in die leë stoel, te verwoes. ‘n Toesighoudende, geskeide ouer kan byvoorbeeld deur middel van die leëstoeltegniek geleentheid kry om met sy aggressie jeens sy vorige huweliksmaat in kontak te kom, om sy aggressie te hanteer en sodoende beheer (vgl. 3.8.2.3) te bekom, wat tot die bevordering van selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) kan aanleiding gee. Integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) kan verder bewerkstellig word wanneer die ouer bewus word van ‘n polariteit (vgl. 2.3.6) in sy lewe, byvoorbeeld liefde/haat wat hy moontlik ten opsigte van sy vorige huweliksmaat kan ervaar.

Volgens Groenewald (2002a:98-99) kan die leëstoeltegniek tydens selfvertroeteling benut word, deurdat individue hul jonger beseerde dele van sigself in die leë stoel kan plaas en die dele vertroos deur ‘n groot sagte kussing vas te hou, wat die jonger beseerde dele

simboliseer. Hiermee kan akkoord gegaan word, aangesien toesighoudende, geskeide ouers op dié wyse geleentheid kry om met hul “swakker” dele in kontak te kom, hul swakker dele te aanvaar (selfvertroeteling, vgl. 3.8.4) en sodoende integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik.

Hier word tot die slotsom gekom dat die leëstoeltegniek waarskynlik effektief tydens gestaltgroepwerk benut kan word, deurdat toesighoudende, geskeide ouers daardeur in staat gestel kan word om van hul gevoelens bewus te word, hul onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.2) te voltooi, selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bekom deur beheer (vgl. 3.8.2.3) te verkry en integrasie van polariteite (vgl. 2.3.6) te bereik.

#### **4.10.2 Droomwerk**

‘n Droom word binne gestaltterapie beskou as die mees spontane uitdrukking van die menslike wese, as die goue weg na integrasie en as ‘n boodskap aan die self van die self. (Vgl. Harman 1989:106, Corey 1990:342, Thompson en Rudolph 1996:149.) In samehang hiermee beskou Thompson (1996:77) drome as vensters na die onderbewussyn, wat as persoonlike briewe aan die self geopenbaar word. Drome verteenwoordig konflikte, begeertes en kerntemas in individue se lewens. Elke element van die droom word beskou as ‘n ongeïntegreerde en onvoltooide deel van die dromer se persoonlikheid. Droomwerk kan as ‘n waardevolle projeksietegniek benut word, deurdat die verskillende dele van ‘n droom as projeksies en konflikterende dele van ‘n individu se persoonlikheid beskou word. (Andrews, Clark en Zinker 1988:15, Aronstam 1989:642 en Corey 1990:343) Dit wil dus voorkom asof toesighoudende, geskeide ouers se ongeïntegreerde en onvoltooide dele van hulle persoonlikhede deur hul droomelemente verteenwoordig word. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik deur middel van droomwerk in staat gestel word om bewus te word van die boodskappe wat hul by wyse van hul drome aan sigself wil bekend maak. Sodoende kan hul in kontak kom met hul ongeïntegreerde en onvoltooide dele (vgl. 2.3.2).

Binne gestaltterapie word drome nie geïnterpreteer en geanaliseer nie, maar word gepoog om individue te help om hul drome in die hier en nou te herbeleef, om verantwoordelikheid vir die verskillende droomelemente te neem en om bewustheid rondom hul drome se boodskappe te bekom, ten einde integrasie van gefragmenteerde dele (vgl. 2.3.4) te bereik. (Vgl. Patterson 1980:452, Corey 1990:342 en Thompson en Rudolph 1996:149.) Hieruit word afgelei dat die gestaltgroepleier toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten



opsigte van hul drome in die hier en nou moet verhoog, sonder om 'n interpretasie daaraan te koppel. Dit kan bewerkstellig word deur toesighoudende, geskeide ouers geleentheid te bied om hul eie bewuswordinge te interpreteer.

Volgens O'Leary (1992:79) behoort 'n individu eers bewus gemaak te word van sy liggaam en asemhaling, alvorens met droomwerk begin kan word. Die toesighoudende, geskeide ouer moet dus ook gelei word om met sigself in kontak te kom, alvorens met droomwerk begin kan word. Dit kan deur middel van spierontspanning en asemhalingsoefeninge (vgl. 4.8) gedoen word.

Tydens gestaltgroepwerk word groeplede gelei om hul drome in die eerste persoon en in die teenwoordige tyd te vertel, om met die verskillende droomelemente te identifiseer deur dit te word (byvoorbeeld "*wees die tafel*") en dit in die hier en nou te beskryf en te ervaar. Nadat al die droomelemente op hierdie wyse deurgewerk is, kan groeplede met die verskillende elemente van hul drome dialoë deur middel van die leëstoeltegniek voer. Hierdeur word hul bewus van die vervreemde dele van hul persoonlikheid en kan integrasie bewerkstellig word. (Vgl. Patterson 1980:453, Aronstam 1989:642 en O'Leary 1992:79-84). Deurdat die verskillende droomelemente fragmente van die persoonlikheid verteenwoordig, kan toesighoudende, geskeide ouers dus deur middel van droomwerk geleentheid kry om bewus te word van die ongeïntegreerde en onvoltooide dele (vgl. 2.3.2) van hul persoonlikheid, ten einde dit te integreer en weer 'n "*geheel*" te word. Hulle kan byvoorbeeld ontdek dat die konflik wat hulle in hul lewens ervaar toegeskryf kan word aan konflik wat hul ten opsigte van hul "*topdog*" en "*underdog*" (vgl. 2.3.6) beleef. 'n Eie interpretasie is dat dromers se bewustheid waarskynlik bevorder kan word deur hul te versoek om hul drome te teken of in die vorm van klei voor te stel.

Deur middel van droomwerk kan groeplede in staat gestel word om hul probleme op te los en beter selfbewustheid te ontwikkel. Groeplede, wat dit moeilik vind of weerstand bied om sekere droomelemente te vertolk, is onwillig om hul verwerpte dele van sigself terug te neem en dit derhalwe in besit te neem. Gestaltherapeute behoort enige weerstand aan groeplede uit te wys en hul telkens te help om na die huidige situasie terug te keer. (Vgl. Patterson 1980:453, Aronstam 1989:642 en Thompson en Rudolph 1996:149.) Hier kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik deur middel van droomwerk in staat gestel kan word om hul selfbewustheid (vgl. 3.8.2.1) te verhoog, in kontak met hul vervreemde en

onvoltooide dele van hul persoonlikheid te kom, ten einde dit te integreer, hul probleme op te los en derhalwe selfregulerend (vgl. 2.3.2) en selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer.

Volgens Oaklander (1988:145-151), Yontef (1993:33) en Schoeman (1999:kursus) kan droomwerk aan die hand van die volgende stappe geskied:

- Vra aan die dromer om sy droom in die hede oor te vertel.
- Vra die dromer om met die verskillende dele van die droom te identifiseer en namens elke objek in die droom te praat.
- Vra die dromer om 'n einde vir sy droom te formuleer.
- Vra die dromer watse boodskap hy vanuit die droom kry. Tydens droomverwerking kan verder gefokus word op dele wat ontbreek, polariteite wat voorkom, kontakpunte of aspekte wat kontak verhoed, wense, asook aspekte wat deur die dromer vermy word.

Volgens Harman (1989:108) en Corey (1990:343) is dit belangrik om te fokus op hoe die dromer gevoel het toe hy wakker geword het. Daar moet byvoorbeeld gelet word of die dromer bang, gelukkig, hartseer, verbaas, gefrustreerd of kwaad gevoel het. Deur die gevoel te identifiseer kan die betekenis van die droom moontlik ontsluit word (Corey 1990:343). Volgens Harman (1989:108) en Corey (1990:343) kan verskeie vrae aan die dromer tydens droomverwerking gevra word. Voorts word dié vrae in samehangende verband gemeld:

- Wanneer het die droom plaasgevind?
- Is dit 'n terugkerende/herhalende droom? Volgens O'Leary (1992:76) word die belangrikste drome hehaal, wat daarop dui dat gestalte nog nie voltooi is nie.
- Wat doen jy in die droom?
- Wat voel jy in die droom?
- Wat wil jy in die droom hê?
- Wat is jou verhouding met die ander persone en objekte in die droom?
- Hoe voel jy nou oor jou droom?
- Wat se soort aksie kan jy nou neem?
- Wat vertel jou droom jou?

Sowel Harman (1989:107) as Thompson en Rudolph (1996:149) is van mening dat droomverwerking waardevol in groepverband benut kan word. Volgens Corey (1995:317) het

Zinker 'n nuwe benadering, te wete “*droomwerk as 'n teater*” ontwikkel, waarby die groep betrek word en groepkohesie bevorder word. Nadat 'n groeplid sy droom beskryf en daardeur gewerk het, word die res van die groep op 'n vrywillige basis genader om die verskillende dele van die droom te rolspel. Die dromer kan sy eie rol in die droom vertolk of kan as regisseur van sy droom optree. Op dié wyse kan groeplede geleentheid kry om met temas in die dromer se droom te identifiseer en groter selfbegrip te ontwikkel (Corey 1995:317).

'n Eie interpretasie is dat die aard van die droom en groeplede se ingesteldheid ten opsigte van drama/rollespel in ag geneem behoort te word wanneer oorweging geskenk word om die groep by 'n dromer se droomwerk te betrek. 'n Droom wat oor intimiteit handel kan byvoorbeeld tot ongemak by groeplede lei, wanneer hulle dit moet weergee of vertolk.

Ten einde dromers in staat te stel om hul drome te onthou, kan hul versoek word om “*droomdagboeke*” aan te hou en hul drome daarin neer te skryf, sodra hul wakker word. (Vgl. O'Leary 1992:343 en Thompson 1996:77.) Toesighoudende, geskeide ouers kan aangemoedig word om hul drome in hul joernale neer te skryf, ten einde hul in staat te stel om fyner besonderhede van hul droominhoud te onthou.

Samevattend kan gemeld word dat drome boodskappe aan die self en van die self impliseer, deurdat dit die individu in staat stel om bewus te word van dit wat hy in sy onderbewussyn onderdruk. Droomelemente kan vervreemde, ongeïntegreerde en onvoltooide dele van die persoonlikheid, asook konflik, begeertes en kerntemas in individue se lewens verteenwoordig. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik deur middel van droomwerk in staat gestel word om hul selfbewustheid (vgl. 3.8.2.1) te verhoog, in kontak met die vervreemde en onvoltooide dele van sigself te kom, ten einde dit te integreer, hul probleme op te los en derhalwe selfregulerend (vgl. 2.3.2) en selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer.

#### **4.10.3 Onvoltooide sinne**

Volgens Thompson en Rudolph (1988:159-160) kan onvoltooide sinne as 'n projektiewe tegniek beskou word en kan dit veral aangewend word om die gedagtes, gedrag en gevoelens van angstige individue, wat teensinnig is om te verbaliseer, te verstaan en hul probleemareas te identifiseer. Onvoltooide sinne kan handel oor voorkeure en afkeure,

gesinslede, familie, vriende, doelwitte, wense en aspekte wat die individu gelukkig of hartseer maak. Deur middel van onvoltooide sinne kan individue aangemoedig word om verklarings oor sigself te maak en bewus te word van die wyses waarvolgens hul sigself help en seermaak. Byvoorbeeld, “*Ek help myself wanneer ek ...*” of “*Ek blokkeer/maak myself seer wanneer ek ...*” (Vgl. Oaklander 1988:96, Thompson en Rudolph 1988:159-160 en Thompson en Rudolph 1996:145.)

Hier kan afgelei word dat individue se onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) deur middel van onvoltooide sinne geïdentifiseer kan word en dat individue deur onvoltooide sinne gelei kan word om selfgerigte stellings (vgl. 3.8.2.1) te maak, wat verhoogde selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) tot gevolg kan hê. Waardevolle inligting ten opsigte van toesighoudende, geskeide ouers se onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in hul lewens kan waarskynlik deur middel van onvoltooide sinne bekom word. Die onvoltooide sinne behoort volgens die moontlike behoeftes en probleme van toesighoudende, geskeide ouers geformuleer te word. Daar kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van onvoltooide sinne op toesighoudende, geskeide ouers se moontlike polariteite (vgl. 2.3.6) gefokus word, byvoorbeeld “*Ek is bly ...*” en “*Ek is hartseer ...*”, ten einde hul bewustheid ten opsigte van die polariteite in hul lewens te verhoog en sodoende integrasie te bewerkstellig. ‘n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers deur middel van onvoltooide sinne tydens die laaste gestaltgroepwerksessie geleentheid behoort te kry om die gestaltgroepwerksessies wat hul bygewoon het te evalueer.

#### **4.11 KUNSAKTIEWEITE BENUT AS PROJEKTIEWE TEGNIEKE**

Die fokus van gestaltekunste tegnieke is op die soeke na die ware self en nie om kunstalente te ontdek nie. Tydens die gebruik van kuns in gestaltgroepwerk word die verhouding tussen groeplede (organismes) en hul omgewing (kunsmateriaal) beklemtoon. Die kunsmateriaal word as die werktuig van die eksperiment beskou, net soos die leë stoel as ‘n werktuig tydens die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) beskou word. Kuns kan binne gestaltgroepwerk effektief as ‘n projektiewe tegniek aangewend word wanneer groeplede geleentheid kry om met hul kunswerke te identifiseer en hul gevoelens daarop te projekteer. ‘n Groeplid kan byvoorbeeld sy gevoelens (hou nie van die klip se koudheid nie) op sy kunswerk (klipwerk) projekteer en bewus word van sy onderdrukte gevoelens (sy eie koudheid, wat vroeër deur hom ontken is). Groeplede kan deur ander gestaltekunste tegnieke, byvoorbeeld die leëstoeltegniek in staat gestel word om ‘n dialoog met hul kunswerk, wat verskillende geprojekteerde dele

van sigself kan verteenwoordig, te voer. Sodoende kan hul geleentheid kry om die verskillende dele van hul persoonlikheid te integreer. In die lig daarvan dat elke groeplid se kunswerk uniek is en 'n boodskap rakende sy bestaan en sy menswees omsluit, is dit belangrik dat groeplede deur die groepleier vermaan word om nie hul kunswerke met mekaar te vergelyk nie en hul in te lig dat hul kunswerke nie as goed/sleg beoordeel word nie (Rapp 1980:86-87).

Toesighoudende, geskeide ouers kan moontlik angstig word by die aanhoor dat hul iets ('n kunswerk) moet skep. Die gestaltgroepleier kan hul gerus stel deur te meld dat hul kunswerk nie deur ander verstaan hoef te word nie, dat hulle hul kan verbeel dat hul slegs vyf jaar oud is wanneer hul die kunswerk skep en dat hul kunswerk nie deur die res van die groep en die groepleier beoordeel sal word nie. Die volgende kunsaktiwiteite (klei-aktiwiteit en tekenaktiwiteite naamlik, ervaring met gekleurde filtpenne en lap, ervaring met vetkryt en 'n "koekboks") wat vir die doeleindes van hierdie navorsingstudie geselekteer is, is deur Rapp (1980:86-104) ontwerp. Sy meld in dié verband: *"In designing experiments with stone, wire, clay and a variety of other art materials, I have relied upon my own experience over the years as a professional artist. My training as a sculptor coupled with my training as a Gestalt therapist has enabled me to design experiments which would have been impossible to invent without the foundation given by both disciplines."* (Vgl. Rapp 1980:88.)

#### **4.11.1 Klei**

Volgens Rapp (1980:91) kan kunsklei effektief benut word om groeplede van hul eie energie bewus te maak, deur aan hulle te demonstreer dat menslike hitte benodig word om die klei sag te maak. In samehang hiermee beskou Oaklander (1988:67-68) pottebakkersklei as 'n ideale medium vir terapie met individue van alle ouderdomme. Volgens laasgenoemde outeur beskik pottebakkersklei oor die volgende eienskappe:

- Klei is sag, sinlik, slap, beweegbaar en kan maklik van vorm verander. 'n Individu kan maklik "een" met die klei word, deurdat dit geleentheid vir ineenvloeiing met die individu verskaf.
- Dit bied kinestetiese en sensoriese stimulasie.
- Dit bevorder emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3).
- Klei is 'n driedimensionele medium wat meer kreatiewe vryheid toelaat.

- Klei dien as 'n brug tussen 'n individu se sintuie en sy gevoelens, deurdat individue wat nie met hul gevoelens in kontak is nie, gewoonlik ook nie in kontak met hul sintuie is nie.
- Klei bied aan individue, wat angstig en onveilig voel, 'n sin van bemeestering en beheer, deurdat hul die klei kan buig en vorm soos hul wil en daar geen voorskriftelike reëls vir die benutting van klei bestaan nie. Klei kan dus nie verkeerd gebruik word nie.
- Klei is 'n uitstekende medium om aggressie te hanteer, deurdat dit geslaan en gestamp/verpletter kan word.
- Klei voorsien aan die gestaltterapeut geleentheid om 'n individu se proses waar te neem. 'n Individue wat klei byvoorbeeld as morsig beskou, se emosionele probleme kan moontlik verband hou met sy drang om skoon te wees .
- Klei kan benut word om groeplede in 'n groepaktiwiteit te betrek en energie te genereer. Groeplede kan byvoorbeeld deur die gestaltgroepleier versoek word om vir hul elk 'n blok klei te kies en dit dan op enige wyse sag te maak. Hulle kan byvoorbeeld die klei draai, slaan, stamp en met hul hande druk, totdat hul liggaamshitte dit sag maak. Voorts kan hul versoek word om hul handpalms teenaan 'n medegroepleid se handpalms te hou (sonder om aan mekaar te raak) en bewus te word van mekaar se liggaamshitte (energie). Groeplede kan dan aan sigself raak en sodoende met hul eie energie in kontak kom. Diegene wat depressief is, of wat nie in kontak met hul lewenskrag is nie, kan nie met hul eie energie kontak maak nie. Deur hiërdie klei-oefening kan groeplede in staat gestel word om met hul eie energie in kontak te kom (Rapp 1980:93).

Dit wil voorkom of die voorafgaande vermelde energie ooreenstem met dit wat Oaklander (1997:304-305) "*aggressiewe energie*" (vgl. 3.8.3) noem. Soos reeds vermeld by punt 3.8.3, behels aggressiewe energie volgens Oaklander (1997:304-305) die energie wat 'n individu gebruik om 'n appel te byt, om 'n gevoel uit te druk, om 'n beheergevoel te gee, asook die energie wat selfondersteuning voorsien wat nodig is om tot aksie oor te gaan. Dit blyk dus tydens gestaltgroepeerwerk belangrik te wees om toesighoudende, geskeide ouers te help om met hul energie (aggressiewe energie) in kontak te kom, sodat hulle in staat sal wees om sigself te versterk, uiting aan hul gevoelens (vgl. 3.8.3) te gee en selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te wees.

Volgens Oaklander (1988:69) kan gereedskap soos 'n rubberhammer, 'n kaassnyer, 'n potlood, 'n skrap, 'n mes en 'n knoffeldrukker tydens kleiwerk benut word om individue se

ervarings rondom klei se buigbaarheid en veranderlikheid uit te brei en die moontlikheid van emosionele uitdrukking te verhoog. Sy stel die volgende oefening (met of sonder musiek) voor om individue se ervarings rondom klei uit te brei (Oaklander 1988:69-70):

- Probeer eers met geslote oë en dan weer met oop oë bewus raak van die gevoel van die klei in jou hande. Haal 'n paar keer diep asem.
- Voel aan die stuk klei soos wat dit nou is. Maak vriende daarmee. Is dit glad? Grof? Hard? Sag? Hobbelrig? Warm? Koud? Nat? Droog? Tel dit op en hou dit vas. Is dit lig/swaar? Sit dit neer en begin dit met albei hande knyp. Knyp dit stadig, dan vinniger. Neem groot knype en dan kleiner knype.
- Druk die klei en maak dit glad. Gebruik jou duime, vingers, palms en agterkant van jou hande. Nadat jy dit glad gemaak het, voel aan die gladde dele.
- Bondel die klei nou in 'n bal. Slaan dit. As dit plat word, bondel dit saam en slaan dit weer. Bondel dit weer saam en streel die klei. Klop dit en slaan dit al harder. Voel die gladde dele nadat jy dit geslaan het.
- Bondel die klei weer saam. Skeur klein en dan weer groot stukke af. Bondel dit weer saam. Tel die klei op en gooi dit so hard as wat jy kan neer. Gooi die klei weer harder en maak 'n harde geluid terwyl jy dit doen. Moenie bang wees om hard te slaan nie.
- Bondel die klei weer saam. Neem 'n vinger en boor 'n gat in die klei. Boor meer gate en boor regdeur die klei. Voel aan die kante van die gate wat jy geboor het.
- Bondel die klei weer saam en probeer om lyne, hobbels en klein gaatjies te maak met jou vingers en vingernaels. Voel aan die goed wat jy maak met verskillende dele van jou hand, byvoorbeeld jou handpalms, kneukels en die voorkant van jou hand.
- Skeur nou 'n stuk af en probeer 'n slang maak. Dit raak dunner en langer soos wat jy dit uitrol. Draai dit om jou ander hand of vinger. Neem nou 'n stuk klei en rol 'n klein balletjie tussen die palms van jou hande. Sit weer vir 'n oomblik met beide hande op jou stuk klei.

Na afloop van bogenoemde oefening volg 'n bespreking rondom die ervaring daarvan. Die volgende vrae kan in dié verband aan die individu/e gevra word (Oaklander 1988:70):

- Waarvan het jy die meeste gehou?
- Wat het jy gehaat om te doen?
- Waarvan het jy gehou en waarvan het jy nie gehou nie?
- Waaraan herinner dit jou?

'n Eie interpretasie is dat 'n klei-oefening soos deur Oaklander (1988:69-70) voorgestel in kombinasie met die klei-oefening van Rapp (1980:91) tydens gestaltgroepwerk met toesighoudende, geskeide ouers toegepas kan word, ten einde hulle in staat te stel om in kontak met hul aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) te kom, wat nodig is om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan.

#### **4.11.2 Teken**

Teken word binne gestaltterapie as 'n effektiewe projektiewe tegniek beskou waardeur onvoltooidhede na die figuurvoorgrond gebring kan word vir terapeutiese werk. Deur middel van 'n tekening kan 'n individu gehelp word om bewus te word van sigself en sy bestaan in die wêreld, deurdat 'n individu se tekening gewoonlik sy gevoelens ten opsigte van sigself, ander en sy omgewing reflekteer. 'n Individu se tekening kan dus as 'n kragtige uitdrukking van sy self beskou word, wat meehelp om sy selfidentiteit te vestig en dit voorsien 'n wyse van emosionele uitdrukking. (Vgl. Miller, Veltkamp en Jason 1987:49 en Oaklander 1988:47, 53, 298-299 en Groenewald 2002a:114.)

Dit wil dus voorkom of 'n individu se tekening as 'n projeksie van sigself beskou kan word, deurdat dit moontlik 'n refleksie van hom in sy wêreld behels. Deur middel van dié tegniek kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik tydens gestaltgroepwerk in staat gestel word om hulle gevoelens op hul tekeninge te projekteer (vgl. 2.3.5.2) en sodoende meer van sigself en hulle gevoelens bewus te word en uitdrukking (vgl. 3.8.3) daaraan te gee.

Tekeninge kan op verskillende wyses, vlakke en vir verskeie doeleindes by sowel kinders as volwassenes benut word. Individue kan onder meer versoek word om iets spesifiek te teken, byvoorbeeld 'n fantasie, 'n gevoel, sigself, sy familie en polariteite soos swak/sterk, gelukkig/ongelukkig, kwaad/kalm en liefde/haat. Hy kan ook versoek word om iets van sy eie keuse te teken. Binne 'n groepopset kan groeplede versoek word om saam op 'n stuk papier lyne en sirkels te teken. Sodoende kan interessante waarnemings ten opsigte van hul onderskeie prosesse gemaak word. Daar kan byvoorbeeld gefokus word op die verskillende wyses waarop groeplede konflik wat kan ontstaan vanweë die beperkte papierspasie wat hul met mekaar moet deel, hanteer. Gestaltherapeute behoort nie tekeninge te interpreteer nie, maar moet eerder individue lei om hul tekeninge te eksploreer. (Vgl. Oaklander 1988:23, 45, 47, 64, 65, 298-299 en Oaklander 2000:werkswinkel.)



Hier kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers tydens gestaltgroepwerk by verskeie tekenaktiwiteite betrek kan word. Die gestaltgroepleier behoort toesighoudende, geskeide ouers te lei om hul tekeninge te eksploreer en moet versigtig wees om nie hul tekeninge te interpreteer nie. Die tekentegniek kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk met toesighoudende, geskeide ouers saam met ander fantasie- en projektiewe tegnieke, soos die roosboomfantasie (vgl. 4.5.1), die fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2), droomverwerking (vgl. 4.10.2) en die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) aangewend word. Deur middel van tekeninge kan fantasieë en projeksies op 'n meer konkrete en visuele wyse vir terapeutiese werk tydens gestaltgroepwerk voorgestel word.

'n Verskeidenheid tekenmateriaal, onder meer verskillende groottes papier, kryte, pastelle, kleurpotlode, merkpenne, viltpenne en gewone potlode moet beskikbaar wees, ten einde aan individue geleentheid te bied om keuses te maak (Oaklander 1988:63). Toesighoudende, geskeide ouers se vermoëns om keuses te maak wat noodsaaklik is om selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bekom, kan hiër moontlik geassesseer word.

Volgens Oaklander (1988:53-56) kan die volgende 14 stappe gevolg word vir die hantering van projeksies deur tekeninge:

*Stap 1:* Motiveer die individu om sy ervaring ten opsigte van sy tekening, asook sy gevoelens en wyse waarop hy die taak benader het met die gestaltterapeut te deel.

*Stap 2:* Gee aan die individu geleentheid om sy tekening in sy eie woorde te beskryf. 'n Individu begin hier waarskynlik reeds om sy proses na die bewustheid te bring.

*Stap 3:* Motiveer die individu om op 'n dieper vlak op verskillende dele van sy tekening uit te brei, deur te fokus op vorms, kleure, voorstellings, objekte en mense.

*Stap 4:* Versoek die individu om die tekening te beskryf asof hy die tekening is. Die woorde *"Ek is die prent"* kan gebruik word. Byvoorbeeld: *"Ek is die prent, ek het rooi lyne oral op my en 'n blou vierkant in my middel."* Die individu deel dus sy prent hier op simboliese vlak (vgl. 4.10)

*Stap 5:* Kies spesifieke dele in die tekening waarmee die individu kan identifiseer, byvoorbeeld: *"Wees die blou vierkant en beskryf jouself verder."* Die individu kan byvoorbeeld gelei word om te sê hoe hy (as blou vierkant) lyk en wat sy funksie is.

*Stap 6:* Die volgende vrae kan verder aan die individu gevra word, ten einde die proses aan te help: *“Wat doen jy?”*, *“Wie is jy die naaste aan jou?”* en *“Wie gebruik jou?”*

*Stap 7:* Fokus die individu se aandag en verskerp sy bewustheid deur ‘n deel of dele van die tekening uit te lig en dit te oorbeklemtoon. Die individu moet aangemoedig word om daardie deel/dele so ver moontlik te beskryf. Die volgende vrae kan byvoorbeeld aan die individu gevra word: *“Waar gaan sy heen?”*, *“Wat gaan sy volgende doen?”*, *“Wat dink die sirkel?”*, *“Wat gaan met dit gebeur?”* Indien die individu meld dat hy nie weet nie, kan die gestaltterapeut ‘n suggestie maak, byvoorbeeld *“Kan dit wees dat ...”*, en vir die individu vra of dit reg is.

*Stap 8:* Versoek die individu om ‘n dialoog te voer tussen twee dele van die prent, byvoorbeeld tussen die pad en die motor of tussen ‘n gelukkige en ‘n ongelukkige deel. Hier word dus op moontlike polariteite (vgl. 2.3.6) in die individu se lewe gefokus.

*Stap 9:* Moedig die individu aan om aandag te skenk aan die kleure wat hy gebruik het. Die individu kan byvoorbeeld gevra word wat helder kleure vir hom beteken.

*Stap 10:* Let op vir leidrade in die individu se stem, liggaamshouding, gesigsuitdrukking, asemhaling en stiltes. Stiltes kan onder meer beteken dat die individu besig is om iets uit te sorteer, dat hy iets onthou, angs en spanning ervaar of sommer net van iets bewus is. ‘n Individu se bewustheid kan waarskynlik hier bevorder word deur aan hom byvoorbeeld uit te wys dat hy sy vuiste bal wanneer op ‘n sekere aspek van die tekening gefokus word. Sodoende kan hy moontlik in staat gestel word om bewus te word van sy onderdrukte gevoelens.

*Stap 11:* Werk aan identifisering deur die individu te help om dit wat oor sy tekening of dele daarvan gesê is te besit. Hy kan byvoorbeeld gevra word: *“Voel jy ooit so?”*, *“Doen jy dit ooit?”*, *“Pas dit op enige wyse in by jou lewe?”* of *“Is daar enige iets wat jy as roosboom gesê het wat ooreenstem met jou as persoon?”* ‘n Afleiding word gemaak dat ‘n individu hier tot emosionele uitdrukking gelei (vgl. 3.8.3) word, deurdat hy geleentheid kry om van sy gevoelens bewus te word, dit uit te druk en in besit te neem. Sodoende neem die individu sy projeksie op realiteitsvlak in besit (vgl. 4.10).

*Stap 12:* Die fokus verskuif nou van die tekening na die individu se lewensituasies en onvoltooidhede wat vanuit die tekening/projeksie na vore mag tree. Daar word dus gefokus

op dit wat op die individu se figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn en wat op moontlike onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in sy lewe kan dui.

*Stap 13:* Soek moontlike ontbrekende dele of leë ruimtes in die tekening en skenk daaraan aandag. Die ontbrekende dele hou waarskynlik verband met aspekte/gevoelens wat die individu in sy lewe vermy of onderdruk.

*Stap 14:* Fokus op die individu se figuurgrond en bly daarby. Indien nodig kan op polariteite gefokus word. Wanneer 'n individu byvoorbeeld alles in sy tekening positief beleef kan 'n gestaltterapeut met sy voorgrond se polariteit werk deur byvoorbeeld die volgende suggestie te maak: *“Ek raai dat daar nie so baie pret en plesier in jou eie lewe is nie.”*

Dit wil voorkom asof bogenoemde 14 stappe basies ooreenstem met Mortola (2000:werkswinkel) se uiteensetting van Oaklander se vierledige volgorde van werk ten opsigte van projeksies. Die individu word daartoe gelei om eers sy tekening op 'n simboliese vlak (vgl. 4.10) te besit, waarna daar oorgegaan word na die realiteitsvlak (vgl. 4.10) om te poog om ooreenkomste met die individu se eie lewe te vind. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid kan waarskynlik deur middel van gestaltgroepwerk bevorder word om hul in staat te stel om hul projeksies ten opsigte van die realiteitsvlak (vgl. 4.10) te besit. Volgens Blom (2000a:267) is dit nie altyd nodig vir die individu om sy projeksies op die realiteitsvlak in besit te neem ten einde katarsis te bereik nie, aangesien 'n individu deur die blote geleentheid om sy emosies te projekteer reeds katarsis kon bereik het. Dit wil dus voorkom asof toesighoudende, geskeide ouers nie altyd nodig het om al hul gevoelens in besit te neem (vgl. 3.8.3), ten einde integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik nie.

#### **4.11.2.1 Tekenaktiwiteit: Ervaring met gekleurde viltpenne en lap**

Volgens Rapp (1980:98-99) kan groeplede se bewustheid ten opsigte van sigself en hulle behoeftes deur middel van die volgende tekenaktiwiteit bevorder word en kan hulle gelei word om verantwoordelikheid vir hul eie lewens te aanvaar.

*Apparaat benodig:* Gekleurde viltpenne, verskillende soorte miniatuurhuisies (byvoorbeeld, eenvoudige huise, dubbelverdiepinghuise, hutte en huise met baie vlakke en torings) en 'n groot laken/lap.

Die aktiwiteit/eksperiment begin deurdat die gestaltgroepleier 'n groot laken in die vertrek op die vloer uitgooi en groeplede na 'n tafel begelei waar hulle een of twee huisies vanuit die

verskillende miniatuurhuisies kan kies. Die huisies wat hulle kies moet dele van sigself verteenwoordig. Voorts word groeplede versoek om hulle skoene uit te trek en op die lap te loop. Die volgende instruksies word dan deur die gestaltgroepleier gegee: *“Vir die volgende uur sal hierdie spasie jou wêreld word. Loop op die lap en word daarmee bekend. Vind ‘n plek waar jy die meeste op jou gemak voel. Wanneer jy seker is dat dit die plek is waar jy wil wees, neem dan daar plaas. Neem dan die spasie wat jy as jou eie wil hê. Gebruik ‘n merkpen om jou gebied te omlin. Neem soveel spasie as wat jy wil en plaas jou huise op enige plek in die spasie wat jy geneem het. Indien jy in jou buurman se spasie wil in beweeg, moet julle dit tussen julle uitwerk. Daar is net een reël – geen gepraat, asseblief. Nadat jy jou spasie omlin het, gebruik merkpenne om aan jouself alles te gee wat jy graag wil hê – ‘n erf vir jou huis, ‘n bergreeks, jou eie skihelling, mense, ‘n geldboom, ‘n helikopter – enigiets wat jy in jou verbeelding kan visualiseer om aan jouself te kan gee”* (Rapp 1980:98-99).

Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik deur middel van die tekenaktiwiteit geleentheid kry om groter selfbewustheid (vgl. 3.8.2.1) te bekom, sigself op hulle tekening te projekteer (vgl. 2.3.5.2), bewus te word van hulle geprojekteerde gevoelens, polariteite (vgl. 2.3.6) en onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) en dit te aanvaar en in besit te neem (vgl. 3.8.3), ten einde verantwoordelikheid vir hul eie lewens te neem (vgl. 3.8.2.3) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik. Hierdie tekenaktiwiteit kan waarskynlik effektief benut word om die sin vir die self (vgl. 3.8.2.1) te versterk en emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) aan te moedig.

Nadat groeplede hulle tekening voltooi het, word hulle versoek om op een hoek van die lap/laken bymekaar te kom en een vir een hulle tekening met die ander te deel. Die gestaltgroepleier kan vrywillige groeplede by een-tot-een-terapie betrek en sodoende hulle bewustheid ten opsigte van die dele van sigself verder bevorder. Die *“warm stoel”*-tegniek (vgl. 4.7) kan waarskynlik hier effektief benut word, deurdat ‘n vrywillige groeplid deur middel van dié tegniek geleentheid kan kry om aan probleme in sy lewe te werk. Medegroeplede kan waarskynlik terselfdertyd by sy werk baat deur daarmee te identifiseer en moontlike integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik. Hiërdie tekenaktiwiteit kan moontlik effektief tydens die fase van emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) aan die hand van Oaklander (1988:53-56) se werksmodel (vgl. 4.10) benut word, deurdat toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik daardeur in staat gestel kan word om hulle gevoelens te projekteer, met hulle geprojekteerde gevoelens, polariteite (vgl. 2.3.6) en onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in

kontak te kom, dit te aanvaar en in besit te neem (vgl. 3.8.3), om sodoende integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik en hul ware self te word.

#### **4.11.2.2 Tekenaktiwiteit: Ervaring met vetkryt en 'n "koekboks"**

Volgens Rapp (1980:100) kan groeplede deur middel van die volgende tekenaktiwiteit gelei word om van hulle innerlike en uiterlike omgewing as 'n eenheid bewus te word.

*Apparaat benodig:* Verskillende kleure vetkryt, wit "koekbokse" (plat karton, met aanhangsels/flappe by al vier kante) en skêre.

Die gestaltgroepleier begin deur die wit plat "koekbokse" aan groeplede uit te deel en dui terselfdertyd aan watter kant die binnekant en watter kant die buitekant van die boks moet verteenwoordig. Die gestaltgroepleier gee voorts die volgende instruksies: *"Die binnekant is wat binne in jou aangaan. Die buitekant is wat die wêreld sien. Begin op die binnekant van die boks teken en hou aan om na die verskillende voue en flappe te verwys as verskillende dele van jouself. Vind die 'kind'-dele eerste. Indien dinge opkom wat deurskyn na die buitekant, terwyl jy besig is om aan die binnekant te werk, draai dan die boks om en teken wat deurkom op die buitekant. As iets op die binnekant begin en verander na iets anders op die buitekant – laat dit gebeur. Jy het 'n skêre om na die buitekant deur te sny – as jy wil."* Sodoende word groeplede in staat gestel om diep betrokke te raak by 'n grafiese, veelvlaklike konseptualisering van waar hulle sigself sowel intern as ekstern in hulle lewens bevind. Hierdie tegniek kan waarskynlik toesighoudende, geskeide ouers se selfbewustheid (vgl. 3.8.2.1) bevorder, deurdat hulle daardeur in staat gestel word om dele van sigself te projekteer en daarvan bewus te word.

Wanneer al die groeplede hul bokswerk voltooi het teken die gestaltgroepleier 'n sirkel met bordkryt in die middel van die vertrek. Vrywillige groeplede wat hulle gestalte wil voltooi, word uitgenooi om na vore te tree en hulle vierkantige bokse (wat aanvanklik plat karton met flappe was) in die sirkel te plaas vir terapeutiese werk. Die bokse se kante bied eindelose moontlikhede vir terapeutiese werk. Groeplede kan byvoorbeeld versoek word om met die verskillende dele van hulle bokse te identifiseer en dit te word, soortgelyk as tydens droomwerk (Rapp 1980:101-102). Hierdie tegniek kan waarskynlik groeplede se selfbewustheid (vgl. 3.8.2.1) bevorder, deurdat hul daardeur in staat gestel word om dele van sigself te projekteer, daarvan bewus te word en sigself te definieer (vgl. 3.8.2.1) deur van

“ek”-stellings gebruik te maak. Groeplede kan waarskynlik verder deur middel van dié tekenaktiwiteit geleentheid kry om met geprojekteerde dele (vgl. 2.3.5.2) van sigself en hulle omgewing in kontak te kom en daarvan bewus te word.

Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van sigself, hul projeksies en polariteite in hulle lewens (byvoorbeeld die ligte/donker kant, die sterk/swak kant en die kind/volwasse kant) kan waarskynlik bevorder word deur Oaklander se vierledige model (vgl. 4.10) ten opsigte van projektiewe werk by dié tekening te benut. Sodoende kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik geleentheid kry om met die verskillende dele van sigself in kontak te kom, dialoë (vgl. 4.4) met die verskillende dele van sigself by wyse van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) te voer en op die wyse van hulle gevoelens bewus te word, dit in besit te neem (vgl. 3.8.3) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik.

Soos groeplede (een op ‘n keer) hulle werk bespreek word sigself en hul medegroeplede (waarnemers) bewus van sigself en hulle unieke wyses van kontakmaak met hul omgewing wat kan lei tot die volgende: *“I am who I am. I invent like no other, and I am my own person making contact with my external environment as only I can.”* (Vgl. Rapp 1980:102.) Die bewuswording en aanvaarding dat elke groeplid uniek is, kan hier waarskynlik dui op die bereiking van die eksplousiewe laag van die vyf lae van neurose (vgl. 3.6.1.5).

Samevattend word afgelei dat dié tekenaktiwiteit waarskynlik effektief benut kan word om toesighoudende, geskeide ouers in staat te stel om tydens die fase van emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) hulle gevoelens te projekteer, van hulle projeksies (vgl. 2.3.5.2) en polariteite (vgl. 2.3.6) bewus te word en dit in besit te neem (vgl. 3.8.3), ten einde integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik en hul ware self te word.

#### **4.11.2.3 Collage**

Volgens Oaklander (1988:81-83) is collage ‘n opwindende medium wat vir sensoriese ervaring, selfdefiniëring en emosionele uitdrukking by alle ouderdomsgroepe in groepverband of individueel benut kan word. ‘n Collage behels enige ontwerp of prent wat gemaak word deur die aanheg of vasplak van verskillende soorte materiaal op ‘n plat oppervlakte soos papier of lap. Soms kan ‘n collage saam met ‘n tekening, verf of met een of ander vorm van skrif gemaak word.

*Die volgende soorte materiale kan onder meer gebruik word om collagewerk te doen:*

- *Papier*: Alle soorte papier kan benut word, byvoorbeeld sneespapier, koerantpapier, geskenkpapier, ou gelukwensingskaarte, papiersakke, papierdoilies, riffelpapier en plakpapier.
- *Lappe van verskillende tekstuur*: Byvoorbeeld, katoen, wol, sy, kant, goiing en flennie.
- *Sagte goed*: Byvoorbeeld, vere, katoen en pels.
- *Growwe/ruwe goed*: Byvoorbeeld, staalwol, skuurpapier en spons.
- *Ander materiaal*: Byvoorbeeld, stukkies muskietnet, blare, skulpe, eierhouers, linte, knope, draad, karton, dryfhout, spoelklippies, saad, noedels, macaroni, aluminiumfoelie, lemoensakke en kurk.
- *Tydskrifte, kalenders* en enigiets met foto's of prente daarop.
- *Bykomende benodigdhede*: Skêre, gom en iets wat as agterkant vir die collage kan dien (byvoorbeeld hout, glas, plastiek of karton), krammasjientjies, wondergom of kleefplastiek (Oaklander 1988:53-56, 80-83).

Collagewerk is gemaklik en prettig en kan op verskillende wyses benut word. Groeplede kan byvoorbeeld versoek word om materiale te kies wat hulle interne gevoelens of hulle voor- en afkeure voorstel. Collagewerk kan verder volgens temas, byvoorbeeld: “*Ek*” of “*My bekommernisse*” uitgebeeld word en kan benut word om selfgerigte stellings te maak (Oaklander 1988:82-83). Toesighoudende geskeide ouers se sin vir die self (vgl. 3.8.2) kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk deur middel van collagewerk bevorder word, wanneer hulle geleentheid kry om uit verskillende soorte materiaal te kies en sigself sodoende aan die hand van collagewerk te definieer (vgl. 3.8.2.1) en aan die res van die groep voor te stel. Hulle kan waarskynlik gevoelens van bemeestering (vgl. 3.8.2.2) en beheer (vgl. 3.8.2.3) bekom wanneer hulle die verskillende soorte materiaal kies en benut om ‘n unieke kunswerk (collage) te skep. Toesighoudende, geskeide ouers se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) kan derhalwe deur collagewerk bevorder word, deurdat hulle daardeur in staat gestel word om sigself te definieer (vgl. 3.8.2.1), besluite te neem (3.8.2), ‘n kunswerk te bemeester (vgl. 3.8.2.2) en beheer (vgl. 3.8.2.3) te verkry. Collagewerk kan waarskynlik ook effektief tydens die fase van emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) aan die hand van Oaklander (1988:53-56) se werksmodel (vgl. 4.10) benut word, deurdat toesighoudende, geskeide ouers daardeur geleentheid kan kry om hulle gevoelens op hul kunswerke te projekteer (vgl. 2.3.5.2), met hul geprojekteerde gevoelens, polariteite (vgl. 2.3.6) en onvoltooidhede (vgl.

2.3.2) in kontak te kom, dit te aanvaar en in besit te neem (vgl. 3.8.3), om sodoende integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik en hul ware self te word.

#### **4.12 TEGNIEKE VIR SELFVERTROETELING (MONSTERTEGNIK)**

Soos reeds bespreek (vgl. 2.3.5.1) kan volwassenes, voortspruitend uit hul kinderjare, oor introjekte beskik wat negatiewe boodskappe rakende sigself kan impliseer en sodoende veroorsaak dat integrasie verhoed word. Ten einde groei en integrasie te bereik is selfaanvaarding van alle dele van die self, selfs die mees onaanvaarbare/mees gehate dele noodsaaklik (Oaklander 1997:311-312).

Selfvertroetelingswerk is 'n noodsaaklike stap in die terapeutiese proses (vgl. 3.8.4), ten einde individue te help om die dele van sigself wat hul onaanvaarbaar vind te aanvaar en sigself te vertroetel. Die proses van selfvertroeteling bestaan uit drie fases waartydens daar van verskillende projektiewe tegnieke (vgl. 4.10 en 4.11) gebruik gemaak kan word. Die eerste fase waar die individu in kontak kom met sy introjekte, of die deel van sigself wat hy onaanvaarbaar vind, kan deur middel van projektiewe tegnieke soos tekeninge en kleiwerk bereik word. (Vgl. Oaklander 1994b:152 en Blom 2000a:295.) Volgens Schoeman (1996b:68-69) en Blom (2000a:295-296) is die monstertegnik, as projektiewe tegnik, by uitstek geskik vir selfvertroetelingswerk. Hiermee kan akkoord gegaan word, aangesien daar in die praktyk gevind word dat die monstertegnik met sukses ten opsigte van sowel kinders as volwassenes aangewend kan word. Volgens Schoeman (1996b:68) kan onvoltooide situasies "*monsters*" in individue se lewens word en moet hulle gehelp word om hierdie "*monsters*" in hul lewens te identifiseer om dit te kan hanteer. Hier kan afgelei word dat die monstertegnik waarskynlik benut kan word om sowel toesighoudende, geskeide ouers in staat te stel om hul onaanvaarbare dele van sigself te identifiseer, te aanvaar en sigself te vertroetel, as om met hulle onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in kontak te kom en dit deur selfvertroetelingswerk te hanteer. Die monstertegnik word voorts na aanleiding van Schoeman (1996b:68-69) en Blom (2000a:295-296) bespreek.

➤ **Fase een:** Die individu word versoek om 'n monster in sy lewe te identifiseer en te teken of dit uit klei te skep, waarna 'n bespreking volg wat fokus op die volgende vrae en opdragte:

- Hoe lank bestaan die monster al?
- Is daar ander persone wat van die monster weet?



- Is daar enigiets van die monster wat jou bang maak?
  - Is jy bereid om die monster in jou lewe te hou en daarmee saam te leef?
  - Kan jy die monster 'n naam gee?
  - Hoe oud was jy toe jy die monster in jou lewe gekry het?
  - Is dit moontlik om die gevoelens wat jy oor die monster het te teken of uit klei te maak?
  - Versoek die individu om met die monster te praat (Schoeman 1996b:68-69.) Ter aansluiting hierby is Blom (2000b:klasaantekeninge) van mening dat die individu deur middel van die leëstoeltegniek in staat gestel kan word om met die monster in sy lewe te praat, sodat hy tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) kan oorgaan wat die bewuswording van gevoelens, die uitdrukking en in besit neem daarvan impliseer.
- **Fase twee:** Die individu kan tydens dié fase versoek word om hom te verbeel dat hy deur middel van 'n tydmasjien kan terugbeweeg tot op daardie spesifieke ouderdom, toe die monster in sy lewe gekom het. Hy kan dan bygestaan word om sy "*kleiner self*" (swakker/negatiewe deel van sigself) te vertroetel, deur hom te lei om met sy "*kleiner self*" te praat en hom te vertroetel (Blom 2000a:296). Ter aansluiting hierby is Groenewald (2002a:75) van mening dat 'n individu sy "*kleiner dele*" kan troos deur dit byvoorbeeld in die leë stoel te plaas of om 'n sagte kussing, wat die "*kleiner dele*" simboliseer, vas te hou.
- **Fase drie:** Wanneer die individu daarin kon slaag om sy "*kleiner self*" te vertroetel, kan die derde fase inwerking tree. Die derde fase behels die bespreking van wyses om die "*kleiner self*" te vertroetel en die gee van tuisopdragte om die self tuis op 'n daaglikse wyse te vertroetel. Die individu kan byvoorbeeld versoek word om 'n lys te maak van verskillende aangename aktiwiteite waarmee hy sigself kan bederf. Hy word dan aangemoedig om elke dag een van hierdie aktiwiteite te doen om sigself te vertroetel en te bederf (Blom 2000a:296).

Die monstertegniek kan waarskynlik effektief tydens gestaltgroepwerk aangewend word om aan toesighoudende, geskeide ouers wat met introjekte (vgl. 2.3.5.1), onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) en baie verantwoordelikhede as enkelouers in hulle egskeidingsituasies worstel, geleentheid te bied om met hulle kleiner/swakker/negatiewe dele van sigself in kontak te kom, dit te aanvaar en te vertroetel. Sodoende kan hulle bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik bevorder word, sodat hulle as

geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) maksimaal tot voordeel van hulle kinders kan funksioneer.

#### **4.13 “EK NEEM VERANTWOORDELIKHEID”- TEGNIEK**

Deur middel van hierdie tegniek kry kliënte (groeplede) geleentheid om hulle eie lewens deur onvoltooide sinsnedes te ondersoek en verantwoordelikheid daarvoor te neem. Byvoorbeeld: *“Ek voel nou ---- en ek neem verantwoordelikheid vir hoe ek voel.”* Hierdie tegniek kan veral effektief benut word ten opsigte van groeplede wat geneig is om hulle gevoelens te projekteer en ander te blameer vir hulle goeie en slegte gevoelens (Vgl. Fatout 1992:102 en Thompson en Rudolph 1996:145.) Toesighoudende, geskeide ouers kan derhalwe deur middel van hierdie tegniek gelei word om in kontak met hulle onderdrukte gevoelens te kom, hulle gevoelens in besit te neem (vgl. 3.8.3) en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) daarvoor te neem. Laasgenoemde kan waarskynlik aanleiding gee tot die bevordering van hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3).

#### **4.14 SAMEVATTING**

Samevattend kan gemeld word dat ‘n verskeidenheid gestaltterapeutiese- en gestaltgroepwerktegnieke, -aktiwiteite en mediums tydens gestaltgroepwerksessies benut kan word om die sentrale gestaltdoelstellings te bereik. Die tegnieke van gestaltterapie en gestaltgroepwerk is daarop gerig om direkte ervaring te bevorder. Die rondte-tegniek, taalgebruik (semantiese opklarings), *“behou die gevoel”*-tegniek, dialoog, fantasie, die pendel-tegniek en die *“warm stoel”*-tegniek kan deurentyd tydens die terapeutiese proses benut word. Sensoriese en liggaamlike kontakmaking kan deur middel van tas-, sig-, gehoor, smaak- en reukaktiwiteite, sowel as deur spierontspannings- en asemhalingsoefeninge bevorder word. Die vergroting-/oordrywingstegniek en die bewustheidstegnieke ten opsigte van nieverbale kommunikasie kan verder bydra tot die bevordering van sensoriese en liggaamlike kontakmaking. Musiek kan waarskynlik as ‘n effektiewe hulpmiddel tydens gestaltgroepwerk aangewend word, ten einde ‘n ontspanne en terapeutiese atmosfeer te skep, kommunikasie aan te moedig, groeplede te motiveer om oor gevoelens te praat, van hul gevoelens bewus te word en tot emosionele uitdrukking oor te gaan.

Verskillende projektiewe tegnieke kan benut word, waardeur groeplede in staat gestel kan word om hulle gevoelens te projekteer, van hul geprojekteerde gevoelens bewus te word en

dit in besit te neem. Oaklander (vgl. 4.10) se vierledige model ten opsigte van projektiewe werk kan deurentyd tydens projektiewe werk benut word en behels die skep van 'n denkbeeldige ervaring (dink byvoorbeeld aan 'n veilige plek), 'n sensoriese ervaring (teken die veilige plek), identifisering (word die veilige plek) en begripsvorming van ooreenkomste tussen die denkbeeldige ervaring en die realiteit (fokus op die ooreenkoms tussen die veilige plek en die individu se eie lewe). Sodoende kan groeplede gelei word om hulle projeksie binne te gaan en op 'n simboliese vlak te besit, voordat daar beweeg word na die realiteitsvlak waar groeplede daartoe gelei kan word om die verband tussen hulle projeksies en dit wat hulle in hul lewens ervaar te vind. Projektiewe tegnieke wat vir die doeleindes van hierdie studie geselekteer is sluit in die leëstoeltegniek, droomverwerking en onvoltooide sinne. Verskeie kunsaktiwiteite kan as projektiewe tegnieke benut word naamlik klei, teken en collage. Projektiewe tegnieke kan verder benut word om groeplede in staat te stel om hul negatiewe introjekte te besit en sigself te vertroetel. Die monstertegniek, waar die groeplid 'n aspek van sigself of van sy lewe as 'n monster voorstel, is by uitstek geskik hiervoor. Projektiewe tegnieke kan benut word om groeplede se selfondersteuning te bevorder deur te fokus op selfdefiniëring, besluitneming en bemeestering, hulle te help om tot emosionele uitdrukking oor te gaan en om sigself te ondersteun en te vertroetel. Deur middel van die *“ek neem verantwoordelikheid”*-tegniek kan groeplede waarskynlik in kontak met hulle onderdrukte gevoelens kom en verantwoordelikheid daarvoor aanvaar, wat weer aanleiding kan gee tot die bevordering van hulle bewustheid, selfondersteuning en integrasie.

# HOOFSTUK VYF

## EGSKEIDING

In hierdie hoofstuk word na aanleiding van Rothman en Thomas se eerste fase (vgl. 1.6.1.4) van die intervensiemodel, 'n teoretiese uiteensetting ten opsigte van egskeiding as probleemverskynsel gegee. Ten aanvang word 'n begripsomskrywing van egskeiding gebied, waarna op die wetlike aspekte van egskeiding gefokus word. Laastens word vier teoretiese modelle wat die egskeidingsproses beskryf van naderby verken en beskryf.

### 5.1 EGSKEIDING

Na die mening van Burgoyne *et al.* (1987:40) behels egskeiding “... *the legal transition that marks the final stage in the breakdown of a marriage, its formal dissolution and a legal rearrangement of the relationship between the spouses, particularly in relation to the children and property rights*”. Volgens Kritzinger en Eksteen (1989:121) kan egskeiding gedefinieer word as “*huweliksonbinding*”. Die Vaktaalkomitee vir Maatskaplike Werk (1995:19) en Barker (1999:136) definieer egskeiding as die ontbinding van die huwelik deur 'n geregtelike bevel. Egskeiding behels dus finale huweliksonbinding deur 'n geregtelike bevel.

Egskeiding word, naas die dood van 'n geliefde, gesien as die spanningvolste ervaring in die lewe van 'n volwassene (Turner 1985:27). Volgens Van Staden (1987:5) kan egskeiding gedefinieer word as 'n traumatiese, kritieke, spanningsvolle proses wat die wetlike beëindiging van 'n huwelik deur 'n hofbesluit en die vernietiging van die gesinstruktuur en -funksionering, die kommunikasie en ondersteunende netwerk, asook 'n verandering van die aanpassing, funksionering en interaksies van die gesinslede meebring. Volgens Welch (1988:6) behels egskeiding 'n stresvolle lewensgebeurtenis wat die individu meer vatbaar maak vir emosionele en fisieke wanorde. Egskeiding word volgens Clapp (1992:32) as sinoniem met ontwrigting, veranderinge, heraanpassing, herorganisering en stres beskou. Volgens Gold (1992:86) kan egskeiding nie as 'n enkele gebeurtenis beskou word nie, maar as 'n “... *chain of events, a process of change in the life of the family that can last for years*”. 'n Laaste definisie wat melding verdien, is die van Guttman (1993:31) wat egskeiding beskou as 'n persoonlike krisis, wat betrekking het op al die aspekte van 'n individu, naamlik sy sintuie, liggaam, gevoelens en intellek. Dit wil dus voorkom of die emosionele en gesinsfunksioneringsresultate van egskeiding ontwrigting, stresvolle veranderinge,

heraanpassing en herorganisering vir toesighoudende, geskeide ouers, as holistiese eenhede (vgl. 2.3.1), kan meebring.

Egskeiding kan dus beskou word as die formele ontbinding van die huweliksverhouding deur 'n geregtelike hofbevel. Dit behels 'n spanningsvolle, traumatiese proses wat gepaard kan gaan met veranderinge van die gesinstruktuur, sosiale situasie, kommunikasie binne gesinsverband en nuwe aanpassings. Gesien vanuit 'n holistiese oogpunt (vgl. 2.3.1), raak egskeiding die totale organisme (toesighoudende, geskeide ouer) en sy omgewing, naamlik egliede, kinders, ouers, vriende, familie en die medemens. In samehang hiermee is Clarkson (1989:8) van mening dat die interafhanklikheid van die individu en sy omgewing binne gestaltterapie beklemtoon word. Sy meld verder in die verband: *“A Gestaltist would always work within the matrix of the ‘person’ with ‘needs’ in a sociocultural ‘context’.”* (Vgl. Clarkson 1989:8.)

'n Toesighoudende, geskeide ouer is dus 'n geheel wat meer is as die som van die onderskeie dele waaruit hy bestaan en word derhalwe omsluit as 'n element van 'n groter geheel, wat impliseer dat hy en die groter geheel mekaar wedersyds beïnvloed (holisme, vgl. 2.3.1). Deur middel van gestaltgroepwerk kan toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) waarskynlik bevorder word, ten einde hulle in staat te stel om as holistiese eenhede (vgl. 2.3.1) effektief by hulle egskeidingsituasies aan te pas en maksimaal tot voordeel van hulle kinders te funksioneer.

## **5.2 WETLIKE ASPEKTE VAN EGSKEIDING**

In Suid-Afrika kan 'n wettige huwelik slegs deur die Hooggeregshof ontbind word, of deur die sterwe van een of beide partye. 'n Huwelik kan volgens Visser en Potgieter (1998:156) op die volgende vier maniere beëindig word:

- Deur die dood van een of albei gades.
- Deur die ontbinding kragtens die Wet op die Ontbinding van Huwelike (Wet 23 van 1979) by die vermoede van dood.
- Deur egskeiding ingevolge die Wet op Egskeiding (Wet 70 van 1979).
- Deur nietigverklaring van 'n vernietigbare huwelik.

Gesien in die lig dat hierdie navorsing die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers ten doel het, word dit nodig geag om te fokus op die wetlike aspekte ten opsigte van die ontbinding van 'n huwelik deur egskeiding (Wet op Egskeiding, Wet 70 van 1979), voogdyskap (Wet op Voogdyskap, Wet 129 van 1993), asook toesig en beheer. Hierdie aspekte word voorts toegelig.

### **5.2.1 Wet op Egskeiding (Wet 70 van 1979)**

Sedert 1 Julie 1979 is die ou egskeidingsreg in Suid-Afrika vervang met die nuwe egskeidingsreg, naamlik die Wet op Egskeiding (Wet 70 van 1979). Die grondslag van die ou reg was die skuldbegrip, terwyl die nuwe reg, wat egskeidingsgronde betref, skuld ignoreer en nagaan of die huwelik onherstelbaar verbrokkel het of nie. Die ou reg het vier egskeidingsgronde erken, naamlik owerspel, kwaadwillige of konstruktiewe verlatings, 'n verklaring tot 'n gewontemisdadiger en aanhouding in 'n gevangenis vir minstens vyf jaar en ongeneeslike kranksinnigheid en aanhouding in 'n inrigting vir sielsiekes vir minstens sewe jaar. Die eerste drie egskeidingsgronde is almal gebaseer op die skuld van een van die gades. (Vgl. Bosman en Eckard 1982:234, Visser en Potgieter 1998:157-158 en Van Rensburg 2001:52-53.)

Die nuwe wet poog volgens Bosman en Eckard (1982:237), asook Visser en Potgieter (1998:158) om meer realisties en doeltreffend te wees ten opsigte van die ontbinding van huwelike. Die Wet op Egskeiding (Wet 70 van 1979) erken geestesongesteldheid, voortdurende bewusteloosheid en onherstelbare verbrokkeling as die enigste drie egskeidingsgronde:

- **Die onherstelbare verbrokkeling van die huwelik (artikel 4):** Die hooggeregshof mag 'n egskeidingsbevel toestaan as die hof tevrede is dat die huweliksverhouding tussen die gades gedegenerer het tot die punt waar hul huwelik nie meer as 'n huwelik in die ware sin van die woord bestaan nie en daar geen redelike vooruitsig bestaan dat 'n normale huweliksverhouding tussen hulle hervat sal word nie. (Vgl. Bosman en Eckard 1982:237 en Visser en Potgieter 1998:159.) Die Wet op Egskeiding (Wet 70 van 1979) bepaal voorts dat 'n regter die volgende omstandighede as bewyse van die onherstelbare verbrokkeling van 'n huwelik kan aanvaar (vgl. Van Wyk en La Cock 1988:51, Van Schalkwyk 1992:283 en Visser en Potgieter 1998:161):
  - Waar die partye vir 'n ononderbroke tydperk van minstens een jaar voor die datum waarop die egskeiding ingestel is nie as man en vrou saamgeleef het nie.

- Waar een van die partye owerspel gepleeg het en die party wat die skeisaak aanhangig maak dit as onversoenbaar met 'n voortgesette huweliksverhouding beskou.
  - Waar die party teen wie 'n egskeiding ingestel is, as gewoontemisdadiger verklaar is en in die gevangenis is om sy vonnis uit te dien.
- **Ongeneeslike geestesongesteldheid (artikel 5(1)):** Die hooggeregshof kan 'n huwelik ontbind op grond van ongeneeslike geestesongesteldheid, soos bepaal deur artikel 5(1) van die genoemde wet. Bewys van ongeneeslike geestesongesteldheid sal egter gelewer moet word. (Vgl. Bosman en Eckard 1982:238 en Visser en Potgieter 1998:162.)
- **Voortdurende bewusteloosheid (artikel 5(2)):** Die hooggeregshof mag 'n egskeidingsbevel toestaan indien die verweerder as gevolg van 'n fisiese ongesteldheid in 'n staat van voortdurende bewusteloosheid verkeer (minstens ses ononderbroke maande) en daar geen redelike vooruitsig bestaan dat bewussynsherwinnig sal plaasvind nie. Geneeskundige getuienis sal egter deur die hof ingewin word, om te bepaal of daar geen redelike vooruitsig op herstel bestaan nie. (Vgl. Bosman en Eckard 1982:238, Visser en Potgieter 1998:162 en Van Rensburg 2001:54.)

Dit wil voorkom asof die vorige wetgewing grootliks daarop gefokus het om te bepaal wie die "skuldige party" in die verbrokkeling van die huwelik was. Met die instelling van die nuwe wetgewing het die fokus egter verskuif van die vasstelling van die skuldige party, na die bepaling of die huwelik inderdaad onherstelbaar verbrokkel het en of dit aan die egskeidingsgronde voldoen. Met die fokusverskuiwing is gepoog om die trauma wat met egskeiding geassosieer word, te verminder. Volgens Van Wyk en La Cock (1988:47) het die vervanging van die skuldbeginsel deur die verbrokkelingsbeginsel as basis van die Wet op Egskeiding (Wet 70 van 1979) 'n vermindering van bitterheid en konflik tussen gades wat skei teweeg gebring en gevolglik is die moontlikheid van versoening vergroot. Daarteenoor is Lind (1989:149-152) van mening dat die fokusverskuiwing van die skuldbeginsel na die verbrokkelingsbeginsel slegs daartoe gelei het dat dit makliker geword het vir gades om te skei en dat dit op emosionele vlak geen verskil gemaak het nie. Die stigmatisering van die "skuldige" party het wel verminder. Vanuit die praktyk word waargeneem dat egskeidings jaarliks toeneem en dat verbittering en konflik tussen gades wat skei steeds aan die orde van die dag is. 'n Eie interpretasie is dat die nuwe wetgewing ten opsigte van egskeiding dit tog

makliker vir gades maak om te skei en dat dit nie werklik 'n vermindering van emosionele implikasies meebring nie.

### **5.2.2 Voogdyskap (“guardianship”) oor kinders**

Voogdyskap word deur die Vaktaalkomitee vir Maatskaplike Werk (1995:69) beskou as die gesag van 'n voog, aangestel kragtens wetgewing, oor die persoon en eiendom van 'n ander. Ingevolge die Wet op Voogdyskap (Wet 192 van 1993), wat op 1 Maart 1994 in werking getree het, het beide die vader en die moeder gelykwaardige voogdy oor kinders. Alhoewel 'n ouer by die hof mag aansoek doen om sy voogdyskap te verwyder, beskou die hof sulke besluitneming as ernstig en word dit slegs in die mees ernstige omstandighede gemaak. (Vgl. Visser en Potgieter 1998:171 en Engelbrecht en Rencken-Wentzel en Venter 1999:85-86.) Voogdyskap impliseer dat-

- ouers hul kinders moet ondersteun in besluitneming ten opsigte van wetlike aspekte;
- die kind outomaties in die sorg van sy voogouer geplaas word met die afsterwe van sy toesighoudende ouer;
- kinders ingevolge die Wet op Voogdyskap (Wet 192 van 1993) daarop geregtig is om paspoorte te besit, maar dat hul nie die grense van die land mag verlaat sonder die skriftelike toestemming van beide ouers nie; en dat
- 'n ouer nie ten opsigte van sy kind aansoek om 'n visum mag doen nie of 'n vliegtuigkaartjie mag aankoop sonder skriftelike toestemming van albei die ouers nie (Engelbrecht *et al.* 1999:85-86).

Dit wil dus voorkom of beide ouers normaalweg gelykwaardige voogdy oor hul kinders het. Voogdyskap impliseer dat ouers hul kinders behoort te ondersteun in besluite ten opsigte van wetlike aspekte en dat beide ouers skriftelike toestemming moet gee wanneer die betrokke kinders die grense van Suid-Afrika wil verlaat. Wanneer die toesighoudende ouer sterf word die kind/ers outomaties in die sorg van sy voogouer geplaas. Vanuit die praktyk word waargeneem dat nietoesighoudende, geskeide ouers soms uit weerwraak of uit desperaatheid poog om hul kinders op onwettige wyses in hul sorg te kry, deur onder meer te poog om met hulle landuit te vlug. Vanuit bogenoemde word afgelei dat kinders in egskeidingsituasies deur die Wet op Voogdyskap (Wet 192 van 1993) beskerm kan word teen die moontlike verlating van die land saam met 'n ouer, sonder die ander ouer se medewete en/of toestemming.



### **5.2.3 Beheer en toesig**

Die hof reël by egskeiding ingevolge artikel 6(3) van die Wet op Egskeiding (Wet 70 van 1979) watter ouer die fisiese beheer en toesig (bewaring) oor die kinders sal hê. Die ouer met beheer en toesig is verantwoordelik vir die voorsiening van huisvesting, kos, klere, mediese hulp en opvoeding van die kind/ers en het verder beheer oor die kind/ers se daaglikse handel en wandel, skoolbesoek, kleredrag, vriendekring en godsdiens (Visser en Potgieter 1998:167-168). Vanuit die praktyk word waargeneem dat dit meestal moeders is wat beheer en toesig oor hul kinders bekom. Daar word drie tipes beheer en toesig onderskei, naamlik beheer en toesig aan een ouer, gedeelde beheer en toesig en gesamentlike beheer en toesig. (Vgl. Engelbrecht *et al.* 1999:87 en Van Rensburg 2001:59.)

#### **5.2.3.1 Beheer en toesig deur een ouer (“sole custody”)**

Wanneer beheer en toesig by wyse van ‘n egskeidingsbevel aan ‘n ouer toegeken word, impliseer dit dat daardie ouer verantwoordelik is vir die daaglikse reëlings en versorging van die kind/ers wat by hom aan huis bly. Die ouer wat dus beheer en toesig het, besluit primêr oor die kind/ers se morele, politieke en godsdienstige opvoeding, betrokkenheid by vriende/aktiwiteite, skoolbywoning, kerkbywoning, dissipline en sportaktiwiteite. (Vgl. Van Wyk en La Cock 1988:69-73 en Van Rensburg 2001:59.) Die ander ouer kry gewoonlik besoekregte en kan inspraak lewer ten opsigte van besoeke, asook in gevalle wanneer die toesighoudende ouer insette van hom versoek. Hy kan egter na aanleiding van die wet nie werklik inspraak lewer ten opsigte van aspekte soos watter skool die kind moet bywoon of lidmaatskap tot ‘n spesifieke kerk nie. (Weiner 1985:838-843 en Van Rensburg 2001:59). Vanuit die praktyk word waargeneem dat kinders meestal in die moeder se sorg geplaas word en dat geskille ten opsigte van kinders se opvoeding en versorging een van die grootste bronne van konflik vir gewese huweliksmaats in egskeidingsituasies meebring.

Vanuit bogenoemde kan afgelei word dat die term toesighoudende ouer verwys na die ouer wat deur middel van ‘n egskeidingsbevel beheer en toesig oor sy kind/ers bekom het, wat impliseer dat die kind/ers onder sy dak bly en dat hy as ouer primêr verantwoordelik is vir die versorging en opvoeding van die kind/ers. ‘n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers (as enkelouers) aan talle eise blootgestel word, vanweë die verantwoordelikhede wat op hulle skouers rus ten opsigte van die opvoeding en versorging van hul kinders.

### **5.2.3.2 Gedeelde beheer en toesig (“parallel custody”)**

In gevalle waar ‘n gesinsisteam in so ‘n mate verdeel is dat enige vorm van versoening hoogs onwaarskynlik, of selfs onmoontlik is, mag die Hof besluit op gedeelde toesig. Gedeelde of paralelle toesig impliseer dat die sibbe geskei word en dus by verskillende ouers grootword. Die argument van “*dieselfde geslag by dieselfde ouer*” word dikwels ten gunste van gedeelde toesig aangevoer. Die verdeling word beïnvloed deur koalisies wat in die gesin gevorm is deur die voorafgaande gebeure of deur die egskeiding self. Die kind toon byvoorbeeld ‘n spesifieke voorkeur om by een van die ouers te gaan woon. Dit gaan ook gewoonlik gepaard met negatiewe gevoelens jeens die ander ouer en ook jeens die ander sibbe wat deel vorm van die “*ander*” koalisie. Gedeelde beheer en toesig word as ‘n uiters onbevredigende oplossing beskou (Van Rensburg 2001:59).

Vanuit die praktyk word waargeneem dat geskeide huweliksmaats soms onderlangs besluit om hulle kinders te skei en dienooreenkomstig te versorg, ten spyte van die hof se beslissing dat een spesifieke ouer beheer en toesig oor die kind/ers verkry. Laasgenoemde vind veral plaas wanneer die toesighoudende, geskeide ouer probleme ondervind ten opsigte van ‘n kind en nie langer kans sien om hom te versorg nie en dan die ander ouer nader om “*oor te neem*”. Op die wyse kan ‘n kind tussen sy ouers begin pendel – afhangende van watter ouer vir hom kans sien. ‘n Eie interpretasie is dat meer wetlike kontrole oor die uitvoering van die egskeidingsakte deur wetsgeleerdes uitgevoer moet word en dat betrokke ouers deeglik ingelig behoort te word omtrent die korrekte kanale wat gevolg behoort te word om beheer en toesig te wysig.

### **5.2.3.3 Gesamentlike beheer en toesig (“joint custody”)**

Twee terme, naamlik gesamentlike fisiese bewaring en gesamentlike regsbeewaring, behoort by gesamentlike beheer en toesig in ag geneem te word. (Vgl. Engelbrecht *et al.* 1999:87-88 en Van Rensburg 2001:60.)

- **Gesamentlike fisiese bewaring:** Beide ouers is hiër betrokke by, sowel die fisiese bewaring, as die neem van gewigtige besluite ten opsigte van hul kind/ers se lewe, soos opvoeding, godsdiensoonderrig en gesondheid. Gesamentlike, fisiese bewaring impliseer letterlik dat die kind twee ouerhuise het en dat die kind afwisselend by elke ouer bly en genoegsame tyd by beide ouerhuise deurbring. (Vgl. Engelbrecht *et al.* 1999:88 en Van Rensburg 2001:60-61). ‘n Eie interpretasie is dat die kind se pendel tussen twee

ouerhuise waarskynlik sy sekuriteit kan versteur, veral in gevalle waar die betrokke twee ouers verskil ten opsigte van roetine, dissiplinerings en opvoeding. Aanpassingsprobleme kan moontlik voorkom wanneer die een ouer in 'n ander dorp bly en die kind byvoorbeeld vir ses maande by een ouer bly en die orige ses maande van 'n jaar by die ander ouer. 'n Alternatiewe vorm van gesamentlike fisiese bewaring is dat die kind in een huis bly en die ouers tussen hul "eie huis" en die "kind se huis" pendel. (Vgl. Benedek en Brown 1995:45-46 en Van Rensburg 2001:60-61.) 'n Eie interpretasie is dat laasgenoemde waarskynlik prakties moeilik uitvoerbaar kan wees, veral in gevalle waar een of beide ouers weer in die huwelik tree. Moontlike verwarring kan ook by die kind ontstaan indien die ouers se ouerskapstyle verskil. Aan die ander kant kan hierdie vorm van beheer en toesig werkbaar wees indien beide ouers ooreenstemming bereik het ten opsigte van hul kind/ers se opvoeding en hul werksomstandighede (byvoorbeeld 'n vlieënier en 'n lugwaardin) van so 'n aard is dat nie een ouer deurlopend fisies vir sy kind/ers beskikbaar kan wees nie.

- **Gesamentlike regsbeewaring:** Dit impliseer dat die kind by een ouer woon (wat dus verantwoordelik is vir die fisiese bewaring van die kind), maar dat beide ouers gesamentlik besluite neem oor belangrike aangeleenthede soos opvoeding, godsdiensonderrig en mediese sorg. Besluite ten opsigte van die daaglikse versorging word aan die ouer oorgelaat wat vir die kind se fisieke bewaring verantwoordelik is. (Vgl. Engelbrecht *et al.* 1999:87, Benedek en Brown 1995:45 en Van Rensburg 2001:60-61.) Gesamentlike regsbeewaring kan waarskynlik die "wen of verloor"-konsep minimaliseer, deurdat dit kan meebring dat die ouer wat nie die fisieke bewaring van die kind verkry het nie, minder "verontreg" en uitgesluit kan voel ten opsigte van belangrike besluitnemings aangaande sy kind/ers se opvoeding, godsdiensonderrig en mediese sorg. Die ouer wat die daaglikse versorging van die kind/ers waarneem se verantwoordelike slas ten opsigte van die kind/ers se opvoeding kan waarskynlik deur gesamentlike regsbeewaring verlig word. 'n Goeie verhouding tussen die gewese huweliksmaats blyk egter by dié vorm van beheer en toesig van kardinale belang te wees, aangesien hulle waarskynlik op 'n gereelde basis met mekaar moet kommunikeer om in belang van hul kind/ers op te tree.

Opsommend kan 'n afleiding gemaak word dat beide geskeide ouers ingevolge die Wet op Voogdyskap (Wet 192 van 1993) normaalweg voogdyskap oor hul kind/ers het. Verskillende

opsies bestaan ten opsigte van die beheer en toesig van kinders. Beheer en toesig aan een ouer impliseer dat een ouer primêr verantwoordelik is vir die kind/ers se totale versorging en opvoeding. Die betrokke sibbe word in die geval van gedeelde beheer en toesig geskei en word by verskillende ouers groot. Gesamentlike beheer en toesig kan op een van twee wyses geskied, te wete gesamentlike fisiese bewaring en gesamentlike regsbeewaring. By gesamentlike fisiese bewaring is beide ouers betrokke by, sowel die versorging, as die besluitneming ten opsigte van die kind/ers se lewe/ns soos opvoeding, godsdiensoonderrig en gesondheid. Gesamentlike regsbeewaring impliseer dat die kind/ers by een ouer bly, maar dat beide ouers gesamentlik besluite neem oor belangrike aangeleenthede soos opvoeding, godsdiensoonderrig en mediese sorg.

### **5.3 TEORETIESE MODELLE TEN OPSIGTE VAN DIE EGSKEIDINGSPROSES**

Die intervensienavorser behoort verskillende modelle te verken om sodoende potensiële bruikbare elemente vir intervensie te identifiseer. Die sintese van bestaande inligting help om rigting te gee aan die ontwerp en ontwikkeling van aktiwiteite. (Vgl. Fawcett *et al.* 1994:33 en De Vos 1998:392.) In die lig van laasgenoemde is dit ook belangrik om op modelle ten opsigte van die egskeidingsproses te fokus. Teoretici en navorsers het verskeie modelle ontwikkel wat die egskeidingsproses verduidelik (Vgl. Rice en Rice 1986:62-63 en Guttmann 1993:31.) Vier modelle is deur Guttmann (1993:32) uitgesonder vanweë dié modelle se verskillende teoretiese oriëntasies en hul vlakke van analisering ten opsigte van psigologiese, sosiale en praktiese dimensies. *Model een* fokus op egskeiding as 'n rouproses, *model twee* op die ses stadia van egskeiding, *model drie* op egskeiding as 'n psigologiese proses en *model vier* op egskeiding en Erikson se ontwikkelingsteorie. Vir die doeleindes van hierdie navorsing word op hierdie vier modelle, soos deur Guttmann (1993:32) uitgesonder is, gefokus.

#### **5.3.1 Model een: egskeiding as 'n rouproses**

Hierdie model is deur Wiseman gedurende 1975 na vore gebring en word gebaseer op die veronderstelling dat egskeiding 'n psigologiese krisis meebring, soortgelyk aan die dood van 'n gesinslid (Kübler-Ross se fases van sterwe). Die model behels vyf fases, naamlik ontkenning, verlies en depressie, woede en ambivalensie, heroriëntasie van lewenstyl en identiteit, aanvaarding, asook 'n nuwe vlak van funksionering. (Vgl. Rice en Rice 1986:36 en Guttmann 1993:31-32.)

### **5.3.1.1 Ontkenning**

Tydens die fase van ontkenning weier individue om die moontlikheid dat hul huwelik besig is “om te sterf” of dat dit “reeds gesterf” het, in die gesig te staar. Ontkenning word dikwels as ‘n meganisme benut om ‘n huwelik in staat te stel om voort te gaan. Op hierdie vlak funksioneer ‘n huwelik nog en kan dit selfs vir ‘n lang tydperk voortduur. Die volgende twee soorte ontkenningmeganismes kan geïdentifiseer word, naamlik:

- Die huweliksmaats gee te kenne dat hul aanpassing ten opsigte van hul huwelikslewe en hulle verhouding met mekaar bevredigend is, ongeag hulle probleme en verskille. Die huweliksmaats se “voorgegedrag” blyk ooreenstemming te toon met die vals- en fobiese laag van die lae van neurose (vgl. 3.6.1), waartydens individue nie volgens hulle ware self funksioneer nie.
- Die huweliksmaats erken dat hulle ernstige probleme ondervind, maar skryf dit toe aan eksterne faktore (soos kinders en die ekonomie) in ‘n poging om dit te vermy om ernstig oorweging aan ‘n egskeiding te skenk. (Vgl. Rice en Rice 1986:59 en Guttman 1993:33.)

Dit wil voorkom asof huweliksmaats tydens die fase van ontkenning hulle ware gevoelens onderdruk deur ander te blameer (projeksie – vgl. 2.3.5.2) in ‘n poging om nie die realiteit ten opsigte van hulle huweliksprobleme in die gesig te staar nie en sodoende vermy hulle dit om verantwoordelikheid vir hul eie gevoelens te neem.

Verwagtinge van die samelewing kan veroorsaak dat individue in die fase van ontkenning vashaak en daarvan weerhou word om na die volgende fases, wat noodsaaklik vir die rouproses is, te beweeg. Die samelewing kan byvoorbeeld diegene in egskeidingsituasies motiveer om braaf te wees, om emosioneel in beheer te bly en om so spoedig moontlik weer produktief en aktief te wees. (Vgl. Rice en Rice 1988:59 en Guttman 1993:33.) Individue kan derhalwe moontlik vanweë introjekte (vgl. 2.3.5.1) wat hul vanuit die samelewing aanneem, sonder om dit te assimileer (vgl. 2.3.5.1), in die ontkenningsfase vashaak en sodoende daarvan weerhou word om met hul werklike gevoelens in kontak te kom en dit met verloop van die fases in besit (vgl. 3.8.3) te neem. ‘n Eie interpretasie is dat individue wat volgens die samelewing se verwagtinge optree en wat in die fase van ontkenning vashaak waarskynlik vanuit die fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) funksioneer.

'n Stresvolle gebeurtenis kan die balans ten opsigte van die gesin se funksionering en sy verhoudings versteur en reaksies soortgelyk aan 'n krisis teweeg bring. Op hierdie stadium is die benutting van die ontkenningse meganisme nie meer moontlik nie en word egskeiding as 'n opsie oorweeg (Guttman 1993:33). Dit blyk dus of 'n stresvolle gebeurtenis soos die afsterwe van 'n geliefde of skielike werkloosheid 'n snellerreaksie tot gevolg kan hê, wat individue moontlik van hul ontkenningse meganisme (verdedigingse meganisme) kan ontnem. 'n Eie interpretasie is dat individue waarskynlik vanweë stresvolle gebeurtenisse by wyse van kontakgrensversteurings (vgl. 2.3.5) hulle gevoelens kan onderdruk in 'n poging om kontak met sigself en die omgewing te verbreek.

### **5.3.1.2 Verlies en depressie**

Die huweliksmaats word tydens hierdie fase, ongeag of die bron van stres intern of ekstern beleef word, bewus van die feit dat "*iets ernstigs*" met hul huwelik verkeerd is. Tydens hierdie fase word individue vir die eerste keer bewus van die erns van hul huweliksprobleme en hul onvermoë om afsonderlik of gesamentlik hul probleme te hanteer. Laasgenoemde bewustheid bring mee dat hul soortgelyke reaksies toon as in die geval van 'n betekenisvolle verlies, naamlik rou, depressie, 'n gevoel van alleenheid en die onvermoë om met ander te kommunikeer (Guttman 1993:33).

Dit wil derhalwe voorkom asof individue tydens die fase van verlies en depressie bewus word van hul oneffektiewe huweliksverhouding en hul onvermoë om iets daaraan te doen. Voortspruitend uit hul verhoogde bewustheid kan hul waarskynlik gevoelens van verlies (rou), depressie en alleenheid ervaar en kan hul probleme ondervind om met ander te kommunikeer, wat weer tot isolasie kan aanleiding gee. Individue funksioneer waarskynlik tydens die fase van verlies en depressie nie selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) nie, deurdat hul nie oor die vermoë beskik om hul probleme te hanteer nie. Individue se verhoogde bewustheid ten opsigte van hul onvermoë om hul probleme op te los, toon waarskynlik 'n ooreenkoms met die impasselaag (vgl. 3.6.1.3), waartydens individue magteloos voel en glo dat hul nie in staat is om selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer nie.

### **5.3.1.3 Woede en ambivalensie**

Gevoelens van woede (voortspruitend uit depressie) word sterker ervaar soos wat die egskeiding 'n meer realistiese opsie vir die huweliksmaats word. Hierdie woede word dikwels

ervaar in die tydperk wanneer besluitneming ten opsigte van die kinders se toesig, onderhoud, besoekregte en ander praktiese aangeleenthede gemaak moet word. Geskille rondom ernstige en minder ernstige aangeleenthede kan bydra tot woede en frustrasie en kan dien as 'n uitlaatklep vir gevoelens van onreg en pyn. Wanneer hierdie gevoelens nie openlik uitgedruk word nie, kan hul moontlik op 'n direkte of indirekte wyse later as minder gekontroleerd en konstruktief manifesteer. Dis belangrik dat individue tydens hierdie fase deur hul woede en ambivalensie, wat hul teenoor mekaar ervaar, moet werk om in staat te wees om hanteringsmeganismes te beplan en na die volgende fases te beweeg. Tydens die fase van woede en ambivalensie kan individue weer bepeins of hul werklik alles in hul vermoë gedoen het om hul huwelik te red. Hulle kan selfs weer pogings aanwend om hul huwelik te probeer red (Guttman 1993:33-34).

'n Afleiding word gemaak dat individue tydens hierdie fase met hul gevoelens, naamlik woede en ambivalensie (vgl. 6.3.8), in kontak kom en dat hulle kan pogings aanwend om hul huwelik te red. Individue se mislukte pogings om hul huwelik te red kan waarskynlik ooreenstem met die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) waartydens individue bewus word van die ondoeltreffendheid van hul rolle en speletjies van die vorige twee lae (vals- en fobiese laag, vgl. 3.6.1). Deur individue se bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van hulle woede en gevoelens van ambivalensie te bevorder kan hulle waarskynlik in staat gestel word om hul gevoelens in besit te neem (vgl. 3.8.3) en om na die volgende fases, wat groei impliseer, te beweeg.

#### **5.3.1.4 Heroriëntering van lewenswyse en identiteit**

Egskeiding word tydens hierdie fase as 'n realiteit aanvaar. Die heropening en herontwikkeling van ou, onopgeloste sake ten opsigte van identiteit, wat vermy of wat slegs gedeeltelik tydens die huwelik hanteer is, geniet tydens hierdie fase aandag. Vanweë die feit dat hul huwelik vroeër 'n groot rol gespeel het ten opsigte van hul identiteit, kan individue probleme ondervind om hul selfbeeld buite huweliksverband uit te bou. Individue ervaar 'n behoefte om sigself *“te vind”*, alvorens hul ten volle verandering ten opsigte van status en rolle kan aanvaar. 'n Herevaluering van professionele, sosiale en seksuele identiteit vind as deel van die evaluering van die selfbeeld plaas. Sommige geskeide individue is geneig om tydens die fase (sonder om emosioneel betrokke te raak) seksuele verhoudings met ander individue aan te knoop in 'n poging om hul *“beskadigde”* selfbeeld te herstel en om hul te help om positiewe gevoelens met betrekking tot seksuele verhoudings aan te kweek of hul

kan daardeur juis poog om emosionele verhoudings, wat elemente van verbinding bevat, te vermy (Guttman 1993:3-35).

Dit blyk of individue tydens hierdie fase onvoltooide situasies voltooi (vgl. 2.3.2), wat tot die aanvaarding van hul egskeiding aanleiding kan gee. Individue ervaar waarskynlik tydens hierdie fase verhoogde energie, vanweë behoeftes om sigself “te vind” en hul bereidwilligheid om met nuwe gedrag (byvoorbeeld om seksuele verhoudings aan te knoop) te eksperimenteer. In die lig van laasgenoemde toon die fase van heroriëntasie van die lewenstyl en identiteit waarskynlik ooreenstemming met die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4), waartydens individue bewus word van hoe hul sigself inperk en met nuwe gedrag begin eksperimenteer. Individue se selfbewustheid (vgl. 2.5.1, 3.3.1 en 3.8.2) kan waarskynlik deur middel van gestaltgroepwerk bevorder word, ten einde hulle selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te verbeter en hul in staat te stel om by hul egskeidingsituasies aan te pas.

#### **5.3.1.5 Aanvaarding en ‘n nuwe funksioneringsvlak**

Aanvaarding kom geleidelik soos geskeide individue sigself as toereikend op sosiale, seksuele en beroepsvlak begin ervaar. Hierdie fase word gekenmerk deur sowel ‘n gewilligheid om by langtermynverhoudings betrokke te raak, as die verwerping van die vermoë om ander te aanvaar en om deur ander aanvaar te word. Laasgenoemde vorm die basis waarop ‘n nuwe identiteit en funksioneringsvlak gebou word. Aanvaarding en geleentheid vir groei vind plaas wanneer gevoelens van woede jeens die vorige huweliksmaats plek maak vir begrip en samewerking, byvoorbeeld ten opsigte van die kind/ers. Tydens hierdie fase word nuwe ontwikkelde hanteringsmeganismes gevestig en kan ‘n volgende huwelik, soos wat vrese ten opsigte van nuwe verhoudings afneem, oorweeg word (Guttman 1993:35).

Hieruit word afgelei dat individue tydens dié fase verhoogde selfbewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) bekom en dat integrasie (vanweë onvoltooidhede wat voltooi is, vgl. 2.3.2 ) bewerkstellig word. Dit wil voorkom of hierdie fase ooreenstemming toon met die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5), deurdar beide gekenmerk word deur verhoogde bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) en verhoogde selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2), asook die bereiking van integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3).



Samevattend kan gemeld word dat model een uit vyf fases bestaan, wat ooreenstemming toon met Perls se vyf lae van neurose (vgl. 3.6.1). Tydens fase een ontdek individue dat hul huweliksprobleme ervaar. Fase twee, wat gekenmerk word deur individue se verhoogde bewustheid ten opsigte van gevoelens van verlies en depressie, word gevolg deur fase drie se ervaring van woede en ambivalensie. Tydens fase vier word onvoltooidhede voltooi en word individue met hul selfidentiteit vanweë veranderinge wat deur die egskedingsituasies veroorsaak word, gekonfronteer. Individue begin tydens fase vyf hul egskedingsituasies aanvaar, daarby aan te pas en as geïntegreerde eenhede met die nodige bewustheid en selfondersteuning funksioneer.

### **5.3.2 Model twee: Die ses stadiums van egskeding**

Volgens Kaslow en Schwartz (1987:25), Gerdes en Van Ede (1990:532) en Guttman (1993:36-39) beskou Bohannan die egskedingsproses op grond van ses parallelle stadiums, naamlik emosionele skeiding, wetlike skeiding, ekonomiese skeiding, skeiding van ouerskap, gemeenskapskeiding en psigiese skeiding. Bohannan se analise van die egskedingsproses staan volgens Guttman (1993:39) bekend as die model in egskeding wat die meeste aangehaal en na verwys word. Dit wil voorkom of Bohannan se model die individu as 'n holistiese eenheid (vgl. 2.3.1) beskou, deurdat interne (emosionele skeiding, ouerskap en psigiese skeiding) sowel as eksterne faktore (wetlike skeiding, ekonomiese skeiding en gemeenskapskeiding) by die model in ag geneem word.

Bohannan se egskedingsproses word deur Van Staden (1987:213) in drie stadiums, naamlik voor die egskeding, tydens die egskeding en na die egskeding onderverdeel. Vervolgens word Bohannan se egskedingsproses in samehang met Van Staden (1987:213) se drie stadiums, bespreek:

#### **5.3.2.1 Voor die egskeding**

Eerstens word op emosionele skeiding, voor die aanvang van egskeding, gefokus.

##### **➤ Emosionele skeiding**

Emosionele skeiding behels die huwelik se proses van disintegrasie. Tydens emosionele skeiding koel positiewe gevoelens van liefde en affeksie af en raak die huweliksmaats toenemend bewus van hulle ontevredenheid met mekaar. Die huweliksmaats begin op mekaar se negatiewe eienskappe fokus, wat aanleiding tot konfrontasie, konflik, blamering,

onttrekking en toenemende ambivalente en vyandige gevoelens gee. (Vgl. Van Staden 1987:213, Gerdes en Van Ede 1990:532 en Guttman 1993:36.)

Verskeie gevoelens kan tydens emosionele skeiding deur die betrokkenes ervaar word, onder meer ontnugtering, ontevredenheid, angs, ongeloof, vervreemding, wanhoop, skok, onvermoëns, lae selfrespek, verlies, frustrasie, ontkenning, ambivalensie, verwarring, disorganisasie, woede, aggressie, skuldgevoelens, depressie, mislukking en minderwaardigheid, eensaamheid, vrees, hartseer, rou, selfbejammering en gevoelens van verwerping. Individue kan tydens hierdie skeiding voorgee dat alles ten opsigte van hulle huwelikslewe in orde is. (Vgl. Van Staden 1987:6; 213 en Gerdes en Van Ede 1990:532.)

Dit blyk of die gevoelens wat tydens emosionele skeiding ervaar word ooreenstemming toon met model een se rouproses (fase een - ontkenning, fase twee - verlies en depressie en fase drie - woede en ambivalensie). Individue se “voorgegedrag” toon waarskynlik ook ooreenstemming met die vals laag (vgl. 3.6.1.1) en fobiese laag (vgl. 3.6.1.2), waartydens individue nie volgens hul ware gevoelens optree nie.

### **5.3.2.2 Tydens die egskeiding**

Voorts word aandag geskenk aan wetlike, ekonomiese skeiding, skeiding van ouerskap en gemeenskapskeiding wat tydens egskeiding ervaar word.

#### **➤ Wetlike skeiding**

Wetlike skeiding impliseer die toetrede van die staat, naamlik die wetlike instelling van egskeiding en die hofprosedure wanneer die huwelik ontbind word. Die regstelsel is dikwels verantwoordelik vir die hantering van probleme wat deur die emosionele skeiding veroorsaak word. 'n Oneffektiewe regsisteem kan lei tot verhoogde vyandskap en die betrokkenes van 'n ordelike en sosiaal-aanvaarbare ontlading van emosies, wat tydens die emosionele skeiding ontstaan, weerhou. Individue kan tydens hierdie skeiding onder meer gevoelens van isolasie, teneergedruktheid, woede, mislukking, selfbejammering en hulpeloosheid ervaar. (Vgl. Van Staden 1987:6-7;213, Buidendach 1990:18 en Guttman 1993:36-37.)

Wetlike skeiding behels dus die ontbinding van die huwelik deur wetlike kanale. Die regstelsel kan waarskynlik in sommige gevalle eerder tot die vermeerdering van huweliksonenigheid bydra as tot die oplossing daarvan en wel as gevolg van die wyse waarvolgens regsgeleerdes hul kliënte se verdediging behartig. Regsgeleerdes kan

byvoorbeeld hul kliënte aanmoedig om geen verbale kontak met hul huweliksmaats te hê nie en slegs deur middel van hul regsgeleerdes met mekaar te kommunikeer. Laasgenoemde kan waarskynlik aanleiding gee tot magteloosheid, frustrasie en aggressie, deurdat die betrokke partye nie geleentheid kry om hul behoeftes teenoor mekaar te verwoord nie en die moontlikheid vir versoening sodoende beperk word.

➤ ***Ekonomiese skeiding***

Die man en vrou in Westerse lande vorm 'n ekonomiese eenheid en sodoende word aanvaar dat daar tussen die betrokkenes in die egskeidingsituasie ook ekonomiese skeiding moet plaasvind. Ekonomiese skeiding vind tydens die hofprosedure plaas en impliseer die verdeling van die bates en die besinning oor onderhoud. Individue kan tydens ekonomiese skeiding met gevoelens van eensaamheid, moedeloosheid, verligting, woede en verdediging gekonfronteer word. (Vgl. Van Staden 1987:7, 213, Buidendach 1990:18 en Guttman 1993:37.) Hier kan afgelei word dat ekonomiese skeiding deel van die wetlike skeiding uitmaak en dat dit die verdeling van eiendom en geld, asook besluitneming ten opsigte van onderhoud behels. Vanuit die praktyk word waargeneem dat ekonomiese skeiding dikwels met konflik en aggressie gepaard gaan, aangesien huweliksmaats geneig is om tydens dié fase te wedywer om eiendom, geld en die betaling van onderhoud ten opsigte van hulle kinders.

➤ ***Skeiding van ouerskap***

Hierdie skeiding handel oor 'n gebruikelike reëling, naamlik om ouerlike mag ten opsigte van minderjarige kinders te verdeel met beheer en toesig by een ouer en die resterende mag en reg van toegang by die ander ouer. Die term "*mede-ouerlike skeiding*" reflekteer die begrip dat die ouers van mekaar skei, maar nie van hul kinders nie. Waar die ouers voorheen as 'n eenheid, naamlik as "*ouers*" gefunksioneer het, begin hul nou elk as 'n enkeling, as "*pa*" of "*ma*", funksioneer. Tydens hierdie skeiding kan individue gevoelens van ambivalensie, onsekerheid, kommer ten opsigte van hul kind/ers, asook gevoelloosheid ervaar. (Vgl. Van Staden 1987:7, 213, Gerdes en Van Ede 1990:532 en Guttman 1993:37-38.)

Dit wil dus voorkom of ouerlike skeiding handel oor die besluitneming ten opsigte van die betrokke minderjarige kind/ers se toekoms met betrekking tot toesig, beheer en toegang deur die nietoesighoudende ouer. Vanuit die praktyk word waargeneem dat die fase van ouerlike skeiding dikwels met gevoelens soos, pyn, bekommernis, vrees, skuld, woede,

verwyd en mislukking gepaard gaan. Daar kan dus akkoord gegaan word met Guttman (1993:38) wat van mening is dat ouerlike skeiding met pyn en wrywing gepaard kan gaan. Gesien vanuit 'n holistiese uitgangspunt (vgl. 2.3.1) blyk dit dus of ouerlike skeiding verandering in die omgewing (gesin) teweeg bring, deurdat die gesin nie langer as 'n eenheid funksioneer nie, maar in fragmente (vgl. 2.3.4) verdeel word.

### ➤ **Gemeenskapskeiding**

Gemeenskapskeiding vind plaas wanneer egskeiding realiseer. Hierdie skeiding bring 'n verandering en aanpassing ten opsigte van status mee, deurdat die geskeide individu moet aanpas by die status van “*n geskeide*” of “*n enkelouer*”. Gemeenskapskeiding kan veranderinge in vriendskappe (verbreking van ou vriendskapsbande) en dikwels 'n afkeurende houding van die gemeenskap teenoor die geskeide individu meebring wat kan lei tot eensaamheid. Die lang oorgangsperiode, wanneer die sosiale lewe verander en daar nie reeds óf 'n nuwe sosiale netwerk óf 'n identiteit gevorm is nie, is die moeilikste fase in die proses van gemeenskapskeiding. Individue kan tydens hierdie skeiding gevoelens van optimisme, opgewondenheid, moedeloosheid, ambivalensie, onttrekking en ontevredenheid ervaar. (Vgl. Van Staden 1987:7-8, 213, Buidendach 1990:18 en Guttman 1993:37-38.) Vanuit die praktyk word waargeneem dat geskeide pare veral gemeenskaplike vriende verloor, waarskynlik vanweë lojaliteitskonflik wat kan ontstaan. Vriendskapsbande met getroude egpare staan die kans om te verander of om selfs beëindig te word, gesien in die lig dat 'n geskeide individu se enkelskap moontlik 'n bedreiging vir getroude pare se verhoudings kan inhou, of gemeenskaplike belangstellings nie langer gedeel word nie. Die lang oorgangsperiode, wanneer die geskeide individu se sosiale lewe verander en daar nie reeds óf 'n nuwe sosiale netwerk óf 'n identiteit gevorm is nie, toon waarskynlik ooreenkoms met die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) waar individue ou prosesse van dink en doen agterlaat en nuwe wyses van dink en doen nog ontdek moet word, om tot beter funksionering aanleiding te gee. Laasgenoemde kan waarskynlik 'n gebrek aan energie en onder meer gevoelens van magteloosheid en moedeloosheid vir die geskeide individu teweeg bring.

### **5.3.2.3 Na die egskeiding**

Psigiese skeiding wat na egskeiding plaasvind, word voorts bespreek.

### ➤ **Psigiese skeiding**

Psigiese skeiding, wat laaste plaasvind, is dikwels die moeilikste om te bewerkstellig en behels die skeiding van die self van die persoonlikheid en beïnvloeding deur die vorige huweliksmaat. Dit behels 'n proses waartydens individuele outonomie, onafhanklikheid, integrasie en balans herwin word. Wanneer die huweliksmaats tot die besef kom dat die egskeiding die beste oplossing was en albei die partye 'n gebalanseerde siening van die gewese huweliksmaat het, sonder skuld- en wrokgevoelens, het daar 'n konstruktiewe egskeiding en dus psigiese skeiding plaasgevind. Die fase van psigiese skeiding behels die ontwikkeling van begrip vir wat gebeur het, aanvaarding, verhoogde selfbegrip en 'n gevoel van waarde, selfstandigheid, verantwoordelike aanvaarding, asook 'n afname van die preokkupasie met die verlede en die ontwikkeling van belangstelling in werk, vriende en die toekoms. Gevoelens wat individue tydens hierdie skeiding kan ervaar behels, aanvaarding, selfvertroue, opgewondenheid, outonomie en onafhanklikheid. Individue beskik tydens die psigiese skeiding oor nuwe lewenskrag en is toekomsgerig. (Vgl. Van Staden 1987:8; 213, Gerdes en Van Ede 1990:532 en Guttman 1993:39.) Volgens Van Staden (1987:213) kan individue tydens hierdie skeiding die volgende gedrag openbaar:

- Ontdekking van 'n nuwe identiteit.
- Voltooiing van psigiese skeiding/vryheid.
- Raak tevrede met nuwe lewensituasie en -styl.
- Lewe doelgerig.
- Help die kinders om die finaliteit van die egskeiding te verwerk en poog om die nahuwelikse verhouding ter wille van die kinders positief te laat verloop.

Hier kan afgelei word dat individue tydens die fase van psigiese skeiding waarskynlik verhoogde selfbewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) bekom en dat hulle as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) begin funksioneer. Individue bereik waarskynlik tydens die fase van psigiese skeiding die eksplisiete laag (vgl. 3.6.1.5) van neurose, deurdat hulle met verhoogde selfbewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) as selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) volgens hulle ware self begin funksioneer. Vanuit die praktyk word waargeneem dat geskeide individue soms in die vorige fase vashaak en terapeutiese hulp benodig om na die fase van psigiese skeiding te beweeg.

Opsommend kan gemeld word dat individue skeiding ten opsigte van ses stadiums tydens model twee se egskeidingsproses kan ervaar, naamlik emosionele skeiding, wetlike skeiding, ekonomiese skeiding, skeiding van ouerskap, gemeenskapskeiding en psigiese skeiding. Tydens die emosionele skeiding ervaar individue verskeie emosies wat geassosieer kan word met die rou oor die verbrekking van hul huwelik en tydens die ekonomiese skeiding vind die verdeling van bates en die besinning ten opsigte van onderhoud plaas. Die wetlike skeiding gaan gepaard met die wettige ontbinding van die huwelik, terwyl die skeiding van ouerskap handel oor die wetlike kwessie van toesig en beheer, asook toegang van die nietoesighoudende ouer. Tydens gemeenskapskeiding vind verandering ten opsigte van status en vriendskap plaas. Die psigologiese fase word gekenmerk deur groei, deurdat individue onafhanklik begin funksioneer en onvoltooide situasies voltooi word. Verhoogde selfbewustheid, selfondersteuning en die bereiking van integrasie blyk tydens psigiese skeiding plaas te vind. Hierdie model, wat ooreenstemming met die lae van neurose toon, behels waarskynlik 'n omvattende beskrywing van die egskeidingsproses, deurdat dit op ses ter sake aspekte verbonde aan 'n egskeidingsproses fokus.

### **5.3.3. Model drie: Egskeiding as 'n psigologiese proses**

Volgens Guttman (1993:39) verdeel Kessler die egskeidingsproses in sewe emosionele stadiums, naamlik ontnugtering, erosie, losmaking, fisiese skeiding, rou, tweede adolessensie, asook eksplorاسie en harde werk.

#### **5.3.3.1 Ontnugtering**

Ontnugtering vind plaas wanneer die vroeë "*romantiese blindheid*" vervaag en verskille en probleme ontdek word. Die onwilligheid om aan probleme te werk bring mee dat huweliksmaats op die negatiewe aspekte van hul verhouding begin fokus. Aan die begin word die ontnugtering op die onderbewussynsvlak ervaar, maar met verloop van tyd word dit op die bewussynsvlak ervaar en word die fokus gesentreer op die negatiewe eienskappe van die huweliksmaats. Op hierdie tydstip kan dit vir sowel buitestaanders as vir die betrokke individue voorkom asof die gesin nog as 'n soliede eenheid funksioneer. Indien die huweliksmaats in hierdie fase nie bereid is om oor hulle probleme te praat en daaraan te werk nie, sal die verhouding toenemend agteruitgang toon en na die volgende fase oorbeweeg (Guttman 1993:40).

Hier kan afgelei word dat individue tydens die ontnugteringsfase bewus word van die realiteit ten opsigte van die tekortkominge van hul huweliksverhouding. Dit wil voorkom asof individue tydens die fase van ontnugtering hul ware gevoelens onderdruk en voorgee of hul 'n "normale" huweliksverhouding het. Hierdie fase toon dus ooreenkoms met die vals laag (vgl. 3.6.1.1), deurdat beide die genoemde fases melding maak van individue wat hul ware gevoelens verbloem deur voor te gee wie hul nie werklik is nie. Die fase van ontkenning blyk verder ooreen te stem met model twee se emosionele skeiding, deurdat beide fases gekenmerk word deur die onderdrukking van gevoelens en daar gefokus word op huweliksmaats se negatiewe eienskappe.

### **5.3.3.2 Erosie**

Tydens die fase van erosie word die pyn, frustrasie en woede wat in die vorige fase onderdruk is, na buite uitgedruk. Alhoewel hulle kommunikasie op 'n negatiewe basis gegrond is, is die huweliksmaats tydens hierdie fase nog by mekaar betrokke. Verbale en nieverbale kommunikasie word algemene wyses om mekaar seer te maak, te vermy en te ignoreer. Hierdie nuwe kommunikasiestyl tussen die huweliksmaats word as die hoofstruikelblok beskou, deurdat dit gewoontevormend word. Tydens hierdie fase weier en ontken huweliksmaats dat "*iets verkeerd is*". Die behoefte aan emosionele bevrediging word soms deur buite-egtelike verhoudings wat al hoe belangriker word bevredig, terwyl die huweliksverhouding toenemend onbevredigend word (Guttman 1993:40-41).

Dit wil dus voorkom of individue tydens die fase van erosie uiting aan hul gevoelens begin gee, maar op oneffektiewe wyses, onder meer deur mekaar te ignoreer en te vermy. Individue kan waarskynlik deur die benutting van kontakgrensversteurings (vgl. 2.3.5) weerstand bied en sigself derhalwe van effektiewe kontak met hul omgewing (heweliksmaats) weerhou, moontlik in 'n poging om sigself te beskerm. Individue kan byvoorbeeld deur middel van defleksiewe gedrag (vgl. 2.3.5.5) kontak met hul huweliksmaats vermy deur hulle gevoelens te onderdruk, ontwykend op te tree en nie met mekaar oogkontak te maak nie. Deur middel van projektiewe gedrag (vgl. 2.3.5.2) kan individue verder kontak met hulle huweliksmaats probeer vermy deur mekaar te blameer vir die verbokkeling van hul huweliksverhouding. Die volgende stelling kan byvoorbeeld gemaak word: "*Dit is **jou** skuld dat ons huwelik nie wil werk nie.*" Die fase van erosie toon moontlik ooreenkoms met die impasselaag (vgl. 3.6.1.3), deurdat individue in beide dié lae weerstand bied.

### **5.3.3.3 Losmaking**

Die losmakingsfase impliseer 'n betekenisvolle vermindering in die waarde van die huwelik en 'n oorheersende gevoel van *“dat niks meer saak maak nie”*. Die positiewe aspekte wat vroeër in die huwelik teenwoordig was, word onderdruk of gekanaliseer na werk, stokperdjies of ander plaasvervangers. Dit gebeur selde dat beide huweliksmaats op dieselfde tydstip losmaking ervaar, maar sodra een van hulle wel gevoelens van losmaking ervaar, is die moontlikheid groot dat 'n egskeiding sal volg. Spanningsvolle stiltes, negatiewe verbale kommunikasie, voortdurende vermyding van intieme situasies en 'n geleidelike oriëntasieverandering van die verlede na die toekoms, is kenmerkende tekens van die psigologiese losmakingsproses. Idees en fantasieë ten opsigte van die lewe na 'n egskeiding begin gestalte aanneem (Guttman 1993:41-42). Dit blyk dus of individue tydens dié fase sigself emosioneel losmaak van hul huweliksverhoudings wat vroeër positief was. Individue kan waarskynlik tydens die fase van losmaking deur middel van fantasieë (vgl. 4.5), deur byvoorbeeld oor 'n rooskleurige toekoms sonder die lewensmaat te fantaseer, poog om van die realiteit te ontvlug.

### **5.3.3.4 Fisiese skeiding**

Fisiese skeiding is die mees traumatiese aspek van die hele emosionele egskeidingsproses. Dit is tydens hiérdie fase dat individue hul gevoelens van eensaamheid, angs, verwarring en hul behoefte aan 'n nuwe identiteit in die gesig staar. Kessler is oortuig dat huweliksmaats sowel ooreenkomste as verskille openbaar ten opsigte van die kwaliteit van probleme wat hul tydens die fisiese skeiding ervaar. Die individu wat die egskeiding geïnisieer het kan byvoorbeeld vanweë die geleentheid om sigself van die huwelik los te maak, meer toegerus wees om alleen te leef, terwyl die ander huweliksmaat minder toegerus kan wees en met gevoelens van verwerping kan worstel. Die huweliksmaat wat die egskeiding geïnisieer het kan, vanweë laasgenoemde daad, skuldgevoelens en gevoelens van mislukking ervaar, wat maklik in gevoelens van woede omgeskakel kan word. Individue word tydens die fisiese losmakingsfase grootliks deur gevoelens van *“alleenheid”* gekonfronteer. Alleenheid kan egter aanleiding gee tot kreatiwiteit, sterk determinasie, waagmoed en 'n gevoel van waarde. Ten einde laasgenoemde positiewe aspekte teweeg te bring behoort individue die angs, wat vanweë vrees vir die onbekende (egskeidingsituasie) ontstaan, in die gesig te staar en dit te hanteer (Guttman 1993:42).



Hier kan afgelei word dat individue tydens fisiese skeiding met gevoelens van eensaamheid, angs, verwarring en 'n behoefte aan 'n nuwe identiteit gekonfronteer word. Dit wil verder voorkom asof individue (huweliksmaats) se gevoelens en die intensiteit daarvan wat hul ten opsigte van egskedding ervaar, kan verskil. Toesighoudende, geskeide ouers wat hul egskeddings geïnisieer het blyk meer toegerus te wees om alleen te leef en met skuldgevoelens en met gevoelens van mislukking te worstel, wat maklik in gevoelens van woede omgeskakel kan word. Daarteenoor kan toesighoudende, geskeide ouers wat nie hul egskeddings geïnisieer het nie, minder toegerus wees en met gevoelens van verwerping worstel.

#### **5.3.3.5 Rou**

Rou behels 'n proses waartydens 'n verlies psigologies deurgewerk word en waartydens beide huweliksmaats poog om sigself vry te maak van die psigologiese teenwoordigheid van mekaar. Tydens die roufase kan aangename en onaangename herinneringe van die vorige huweliksverhouding dreig om die begin van nuutgevormende onafhanklikheid en selfvertroue te oorspoel (Guttman 1993:42).

Woede en depressie, as teenoorgestelde pole, word as belangrike komponente van die rouproses beskou. Destruktiewe woede spruit voort uit herhalende bitterheid wat tydens die huwelik kon opbou, of dit kan die resultaat wees van energie wat benut is om die ander huweliksmaat se foute te soek, of dit kan die vrylating van onderdrukte gevoelens ten opsigte van die individu se kinderjare behels. Konstruktiewe woede, daarteenoor, behels woede wat voortspruit uit die huidige realiteit, soos pogings om nuwe onafhanklikheid te bekom of frustrasies wat ervaar word ten opsigte van die bou van nuwe verhoudings met die vorige huweliksmaat, kinders en andere (Guttman 1993:43). 'n Afleiding word gemaak dat destruktiewe woede waarskynlik op onvoltooide gestalte (onvoltooidhede – vgl. 2.3.2) in 'n individu se lewe kan dui. Woede verander in depressie, wat gevolg word deur hartseer. Alhoewel depressie nie enige aksie kan meebring nie, kan hartseer wel tot aksie lei. Die oorgaan van destruktiewe woede na konstruktiewe woede en die oorgaan van depressie na hartseer, is nodig deurdat dit die voortsetting van die psigologiese werking deur die egskedding en die beweeg na die volgende fase van die proses meebring (Guttman 1993:43).

Dit blyk noodsaaklik vir individue in egskedingsituasies te wees om in kontak met hul gevoelens, naamlik woede, depressie en hartseer te kom, ten einde in staat te wees om deur die egskedingsproses te beweeg. 'n Eie interpretasie is dat die onderdrukking van gevoelens onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.2) in geskeide individue se lewens kan word, waardeur hulle van energie beroof word wat nodig is om by hul egskedingsituasies aan te pas.

#### **5.3.3.6 Tweede adolessensie**

Tydens hierdie fase is individue gereed om die “vryheid en verligting” wat met egskeding geassosieer word te aanvaar en met objektiwiteit na die verlede terug te kyk. Die verligting van druk en stres wat deel was van die daaglikse huwelikslewe en wat tydens die egskedingsproses ervaar is, stel die geskeide individue tydens dié fase in staat om die toekoms meer duidelik en optimisties te beskou. Die opgewondenheid en bekoring wat ten opsigte van die toekomstige moontlikhede ervaar word, is soortgelyk aan die ervarings van die adolessensiefase. Onderdrukte wense en begeertes kan nou bevredig word, met die risiko van oorreaksie op die nuwe vryheid (Guttman 1993:43).

Dit wil voorkom asof individue se onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) vanuit hul verlede tydens hierdie fase voltooi is en dat die energie wat waarskynlik vroeër in onvoltooidhede vasgevang was, nou beskikbaar word om vrygestel te word. Hierdie fase toon dus 'n mate van ooreenkoms met die implosiewe laag van neurose (vgl. 3.6.1.4), vanweë die verhoogde energie en gereedheid om met nuwe gedrag wat by beide fases voorkom te eksperimenteer.

#### **5.3.3.7 Eksplorاسie en harde werk**

Die fase van eksplorاسie en harde werk word gekenmerk deur 'n gevoel van vryheid om keuses ten opsigte van doelstellings te maak en die selfvertroue om dit te verwesenlik. Individue is tydens dié fase in staat om positiewe verhoudings aan te knoop, deurdát hulle oor die vermoë beskik om sigself op persoonlike en intieme vlak in 'n verhouding te deel. Individue wat hierdie fase bereik is bewus van die veranderinge wat hul in sigself ondergaan het en voel tevrede wanneer hulle na hul lewe terugkyk (Guttman 1993:43-44).

Hieruit kan afgelei word dat individue by dié punt selfbewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrاسie (vgl. 2.5.3 en 3.3.3) bereik, aangesien hulle met selfvertroue keuses kan maak, kontak met hul omgewing maak deur

nuwe verhoudings aan te knoop en tevrede voel om hul ware self te wees. 'n Eie interpretasie is dat individue by die bereiking van die fase van eksplorاسie en harde werk terselfertyd die eksplوسiewe laag (vgl. 3.6.1.5) van die lae van neurose bereik, deurdat hul in staat is om met verhoogde selfbewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) as geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede te funksioneer.

Samevattend kan hier afgelei word dat Kessler se model van die egskeidingsproses hoofsaaklik op die psigologiese effek van egskeiding fokus. Tydens die ontnugteringsfase word individue bewus van die negatiewe aspekte van hul huweliksverhouding, maar onderdruk nog hul ware gevoelens. Alhoewel individue tydens die erosiefase uiting aan hul pyn, frustrasie en woede by wyse van verbale en nieverbale kommunikasie gee, ontken hul nog die feit dat *“iets verkeerd is”*. Tydens die fase van losmaking vermy individue kontak deur waarskynlik van kontakgrensversteurings gebruik te maak. Die fase van fisiese skeiding waartydens individue gekonfronteer word met gevoelens van eensaamheid, angs, verwarring en 'n behoefte aan nuwe identiteitsvorming blyk die mees traumatiese fase te wees. Die fase van rou behels die proses waartydens individue hul verliese psigologies deurwerk en poog om sigself vry te maak van die psigologiese teenwoordigheid van hul huweliksmat. Tydens die fase van tweede adolessensie word verhoogde energie ervaar wanneer individue hul egskeidings begin aanvaar. Individue verkry tydens die fase van eksplorاسie en harde werk verhoogde selfbewustheid en selfondersteuning en begin as geïntegreerde eenhede te funksioneer. Alhoewel Kessler se model van sewe fases ten opsigte van die psigologiese effek van egskeiding omvattend voorkom, ontbreek dit egter aan die wetlike en ekonomiese raamwerk waarbinne egskeiding geskied. Dit kan derhalwe as 'n leemte van dié model beskou word.

#### **5.3.4 Model vier: Egskeiding en Erikson se ontwikkelingsteorie**

Smart het gedurende 1977 'n egskeidingsmodel ontwikkel, wat gebaseer is op Erikson se ontwikkelingsteorie. Erikson verdeel die lewensloop in agt stadia, waarvan elke stadium gekenmerk word deur 'n krisis, dit wil sê 'n situasie waarin die individu hom ten opsigte van twee teenoorgestelde pole moet oriënteer en dit moet oplos, ten einde voortgesette ontwikkeling van 'n gesonde persoonlikheid te verseker. Individue verskil ten opsigte van die vlak van oplossing by elke spesifieke stadium en ten opsigte van die totale proses. Dit is egter vanweë Erikson se aanvaarding dat daar geen grense vir persoonlike ontwikkeling

bestaan nie, dat dit onmoontlik is om enige krisis volledig op te los. Sodoende is daar altyd ruimte vir verbetering. (Vgl. Kaslow en Schwartz 1987:78-79 en Guttman 1993:44.) Lewenskrisisse wat later in individue se lewens ontstaan, kan dikwels lei tot regressie na vorige ontwikkelingsstadia wat nooit suksesvol opgelos is nie en wat relevant vir die huidige krisis is. Deur hierdie regressies ontstaan geleenthede om hoër vlakke van oplossing te bereik. Hoe intenser en hoe meer omvattend die huidige krisis is, hoe meer intens is die regressie. Egskeiding behels so 'n krisis. Dit veroorsaak 'n regressie en skud die fondasies van die oplossings (Erikson se agt stadia) wat vroeër in die lewe bereik is (Guttman 1993:44). Vervolgens word egskeiding op grond van Erikson se agt stadia bespreek, naamlik basiese vertrouwe teenoor wantroue in die babajare, outonomie teenoor skaamte en twyfel in die vroeë kinderjare, inisiatief teenoor skuld in die kinderjare, arbeidsaamheid teenoor minderwaardigheid in die laerskooljare, identiteit teenoor identiteitsverwarring in die adolensensiejare, intimiteit teenoor isolasie in die vroeë volwasse jare, generatiewe teenoor stagnasie in die middel- volwasse jare en integriteit teenoor wanhoop in die jare van bejaardheid. Daar moet in gedagte gehou word dat die naam van elke stadium telkens 'n aanduiding gee van die positiewe en negatiewe pole van die krisis. (Vgl. Kaslow en Schwartz 1987:13, Meyer en Van Ede 1990:62 en Guttman 1993:44.)

#### **5.3.4.1 Basiese vertrouwe versus wantroue**

In hierdie stadium, wat met die eerste lewensjaar saamval, moet die individu (kind) konflik ten opsigte van die polariteit vertrouwe versus wantroue in die gesig staar. Dit impliseer dat die individu 'n gevoel van basiese vertrouwe moet kry en terselfertyd 'n gevoel van basiese wantroue moet oorkom. Die kwaliteit van die verhouding met die moeder is van die allergrootste belang, deurdad dit die individu se plek op die kontinuum van basiese vertrouwe in mense op die een punt en wantroue en onveiligheid op die ander punt, bepaal. Egskeiding, wat die opbreek van die individu se mees intieme en betekenisvolle volwasse verhouding impliseer, bring mee dat die individu weer met die konflik van vertrouwe versus wantroue gekonfronteer word. (Vgl. Meyer en Van Ede 1990:62 en Guttman 1993:44.)

Hieruit kan afgelei word dat geskeide individue vanweë hul egskeidingsituasies moontlik na die fase van basiese vertrouwe versus wantroue kan regresseer en weer gekonfronteer word met die polariteit (vgl. 2.3.6), naamlik om ander te vertrou versus hul te wantrou. Individue kan waarskynlik hierdie polariteitskonflik meer intens ervaar in gevalle waar hul moeders nie aan hul die nodige sekuriteit as babas gebied het nie en/of in gevalle waar hul

huweliksmaats aan hul ontrou was, aangesien hierdie intieme verhoudings 'n belangrike rol blyk te speel ten opsigte van toekomstige vertrouensverhoudings. 'n Toesighoudende ouer wat vanweë sy huweliksmaat se ontrouheid geskei het, kan dit waarskynlik moeilik vind om vrouens in die algemeen te vertrou en na sy egskeiding by 'n intieme verhouding betrokke te raak.

#### **5.3.4.2 Outonomie teenoor skaamte en twyfel**

Outonomie ontwikkel vanuit die vryheid, wat ongeveer tydens sy tweede lewensjaar aan 'n individu gegee word om tussen verskeie moontlikhede te kies. 'n Gebrek aan hierdie vryheid kan aanleiding tot skaamte en twyfel gee. Die vermoë om keuses te maak het 'n "in beheer"-gevoel tot gevolg, wat weer die basis van samewerking en tevredenheid vorm. Afhanklikheid, 'n gebrek aan selfbeheersing en 'n sin van eksterne kontrole, vorm die basis vir gevoelens van skaamte en twyfel. Sommige individue dra hul kinderjare se afhanklikheid van hul ouers oor na hul maat in 'n huweliksverhouding en ontwikkel sodoende nie 'n sin van onafhanklikheid nie. Ander individue, wat onafhanklikheid voor hul huwelik ontwikkel het, kan vasgekeer en ingeperk in 'n huweliksverhouding voel. (Vgl. Meyer en Van Ede 1990:63 en Guttman 1993:45.) 'n Eie interpretasie is dat outonomie, wat dui op die vermoë om keuses te maak en onafhanklik te funksioneer, waarskynlik met selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) geassosieer kan word, aangesien selfondersteuning verkry word deur keuses (vgl. 3.8.2.3) te maak en te funksioneer sonder om van omgewingsteun afhanklik te wees.

'n Egskeidingsituasie, wat met nuwe vryheid, heropbou van die lewe, praktiese probleme en talle keuses gepaard gaan, kan die individu opnuut blootstel aan die konflik wat vroeër ten opsigte van die polariteit, outonomie versus skaamte en twyfel, ervaar is. In 'n egskeidingsituasie kan 'n individu byvoorbeeld konflik ervaar ten opsigte van vertroue in sigself om na sy eie sake om te sien en gevoelens van hulpeloosheid, twyfel en skaamte. Hierdie krisis in 'n egskeidingsituasie moet nie vermy word nie, maar behoort benut te word om 'n hoër vlak van outonomie te bereik (Guttman 1993:45). Geskeide individue kan waarskynlik deur middel van gestaltterapeutiese tegnieke (vgl. 4.1-4.13) tydens gestaltgroepwerk gelei word om verhoogde selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bekom, wat hul in staat stel om moontlike konflik wat ten opsigte van die polariteit, outonomie versus skaamte en twyfel kan ontstaan, te hanteer en 'n hoër vlak van outonomie te bereik.

#### **5.3.4.3 Inisiatief teenoor skuld**

Hierdie stadium op ongeveer drie- tot sesjarige ouderdom, is belangrik vir sosiale ontwikkeling en word gekenmerk deur die taak om te leer om inisiatief te toon en om gelyktydig 'n gevoel van skuld te bekamp. Tydens hierdie stadium poog individue om die kwaliteit van hulle interaksie met hul menslike en fisiese omgewing te ontdek. Hulle toets hul sterkte deur fisiese daade, persoonlike verhoudings, deur nuwe grense te verken en nuwe geleenthede te skep. Deur aktiwiteite wat demonstratief van aard is, poog individue om hul eie grense te bepaal. Die fokus verander dan na samewerking en verhoudings as wyses om hul sosiale horisonne te verbreed. Inisiatief impliseer die daarstelling van doelstellings en planne vir die bevrediging van outonomie, wat tydens die vorige stadium bereik is. Skuldgevoelens, in die vorm van inwaartsgekeerde woede, ontstaan vanuit die inisiatiewe wat geblokkeer of misluk het. Een van die hoofaspekte van 'n egskeidingskrisis en waarby aangepas moet word, is die sosiale leemte wat dit meebring en die behoefte om dit te vul. Vorige konflikoplossings speel 'n aanduidende rol by die vorming van nuwe vriendskapsbande. Ten spyte van vorige mislukkings en huidige onsekerhede, benut die inisieerder sy energie om sy sosiale behoeftes te bevredig. Daarteenoor weerhou die individu met dominerende skuldgevoelens hom daarvan om sy sosiale kringe uit te brei. (Vgl. Meyer en Van Ede 1990:63 en Guttman 1993:45-46.)

Dit wil dus voorkom of geskeide individue 'n sosiale leemte vanweë hul egskeidings kan ervaar, wat moontlik regressie na die fase van basiese inisiatief teenoor skuld kan meebring. Individue se sosiale horisonne kan waarskynlik deur middel van gestaltgroepwerk verbreed word, deurdat individue in 'n gestaltgroepopset geleentheid kan kry om verhoudings te bou en nuwe grense te verken. Deur middel van gestaltgroepwerk kan individue waarskynlik ook gelei word om by wyse van gestaltterapeutiese tegnieke (vgl. 4.1- 4.12) in kontak met hul gevoelens (soos woede en skuld) te kom, ten einde in staat te wees om hul gevoelens in besit te neem (vgl. 3.8.3) en as geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede te funksioneer.

#### **5.3.4.4 Arbeidsaamheid teenoor minderwaardigheid**

Hierdie stadium dek min of meer die individu se laerskooljare, dit wil sê vanaf ses jaar tot die begin van puberteit. Individue wil graag tydens hierdie stadium met maats speel en met hul kompeteer. Sukses tydens die skooljare is belangrik, ten einde minderwaardigheidsgevoelens te voorkom. Konflik ontstaan wanneer die individu se vermoë om probleme te

oorkom en te presteer deur hard te werk beïnvloed word deur sy basiese minderwaardigheidsgevoelens en mislukkings. Hierdie basiese konflik kan dan geheraktiveer word wanneer 'n individu vanweë sy egskeidingsituasie met praktiese en persoonlike probleme gekonfronteer word. Gevoelens van mislukking, onsekerheid en verlaagde eiewaarde, wat dikwels met egskeiding gepaard gaan, kan aanleiding tot regressie en konflik gee. Konflik ten opsigte van 'n behoefte wat die individu kan ervaar om sy probleme te hanteer (arbeidsaamheid) versus die oortuiging dat hy nie oor die vermoë beskik om sukses te bereik nie. (Vgl. Meyer en Van Ede 1990:64 en Guttman 1993:46.)

Die afleiding kan gemaak word dat geskeide individue konflik kan ervaar ten opsigte van moontlike behoeftes om hul egskeidings suksesvol te hanteer versus moontlike gevoelens van mislukking, onsekerheid en verlaagde eiewaarde, voortspruitend uit hul egskeidings. Dit blyk of selfondersteuning (vgl. 3.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) tydens hierdie stadium 'n belangrike rol speel, deurdat dit aspekte soos selfdefiniëring/-bewustheid (vgl. 3.8.2.1), bemeestering (vgl. 3.8.2.2) en beheer (vgl. 3.8.2.3) omsluit. Individue kan moontlik tydens gestaltgroepwerk gelei word om deur middel van gestaltterapeutiese tegnieke en aktiwiteite (4.1-4.12) verhoogde selfondersteuning (vgl. 3.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bekom, ten einde hul in staat te stel om hul positiewe eienskappe te identifiseer (selfdefiniëring - vgl. 3.8.2.1) en beheer (vgl. 3.8.2.3) oor hul egskeidingsituasies te verkry.

#### **5.3.4.5 Identiteit teenoor identiteitsverwarring**

Hierdie stadium strek oor 'n individu se fase van adolessensie, wat dikwels met 'n identiteitskrisis gepaard gaan. Die individu (adolesent) se taak tydens die stadium behels om 'n gevoel van identiteit te verkry, wat veral drie komponente behels, naamlik die individu se sekerheid oor sy eie eienskappe (dit wil sê 'n antwoord op die vraag "Wie is ek?"), sekerheid oor sy sosiale identiteit (dit wil sê 'n antwoord op die vraag "Tot watter groep/e behoort ek?") en sekerheid oor die eie waardes en ideale (dit wil sê 'n antwoord op die vraag "Wat wil ek bereik?"). Herdefiniëring van die self word as een van belangrikste uitdagings beskou wat 'n individu in 'n egskeidingsituasie in die gesig staar. Daar bestaan 'n risiko dat 'n individu in 'n egskeidingskrisis en die drastiese leefstylveranderinge wat dit meebring kan funksioneer op die basis van ou selfkonsepte, wat nie vir die nuwe realiteit geskik is nie en gevolglik kan rolverwarring ontstaan. (Vgl. Meyer en Van Ede 1990:64 en Guttman 1993:46-47.)

Dit wil voorkom asof geskeide individue vanweë hul egskeidingsituasies moontlik, net soos in hulle adolessente fase, voor 'n identiteitskrisis te staan kom. Rolverwarring kan moontlik ontstaan, wanneer geskeide individue nie oor die nodige selfondersteuning (vgl. 3.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en vaardighede beskik om by die egskeidingsituasies aan te pas nie. 'n Eie interpretasie is dat rolverwarring wat in hierdie fase voorkom waarskynlik ooreenstemming toon met die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) deurdat individue by die bereiking van hul impassepunt hul rolle en speletjies van die vorige twee lae opgee, omrede dit nie meer funksioneel vir hulle is nie. Deur middel van gestaltgroepwerk kan geskeide individue gelei word om sigself te herdefinieer (vgl. 3.8.2.1) en kan hul terselfertyd geleentheid kry om in 'n veilige groepsatmosfeer met nuwe gedrag en hanteringswyses te eksperimenteer. Dit kan hulle in staat stel om met verhoogde selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) positief by hulle egskeidingsituasies aan te pas en die konflik, wat moontlik tussen identiteit en identiteitsverwarring kan ontstaan, die hoof te bied.

#### **5.3.4.6 Intimiteit teenoor isolasie**

Tydens die vroeë volwasse stadium, is die ontwikkelingstaak om 'n gevoel van intimiteit te verwerf en om terselfertyd 'n gevoel van isolasie te bekamp. Intimiteit impliseer 'n noue verhouding met ander individue, wat meestal 'n huweliksverhouding insluit. Dit impliseer verder dat 'n individu benewens 'n eie identiteitsgevoel, 'n gemeenskaplike identiteitsgevoel met sodanige lewensmaat ontwikkel. Die negatiewe pool van hierdie stadium is isolasie, dit wil sê 'n neiging by die individu om hom van intieme kontak af te sluit (Meyer en Van Ede 1990:65). Isolاسie begin met emosionele losmaking van die huweliksmaat en bereik 'n hoogtepunt tydens fisiese skeiding, wanneer die samestelling en kwaliteit van sosiale verhoudings drasties verander. Die individu se verhouding met sy onmiddellike omgewing bereik 'n kruispad, soortgelyk aan die van adolessensie, waar een van twee basiese houdings aangeneem kan word. Een houding lei in toenemende mate tot die vorming van vriendskappe en nuwe intieme verhoudings, terwyl die ander houding in toenemende mate tot isolasie lei. Die aanpassing van die individu by sy nuwe egskeidingsituasie hang van sowel die houding wat hy as 'n jong volwassene teenoor ander ontwikkel het af as van die uitkoms van die na-egskeidingsworsteling met betrekking tot die ou konflik van intimiteit versus isolasie (Guttman 1993:47).

Individue wat na afloop van hul egskeiding geïsoleerd funksioneer kan waarskynlik deur die benutting van kontakgrensversteurings (vgl. 2.3.5) poog om kontak met sigself en die



omgewing te vermy om sigself te beskerm. Geskeide individue kan deur middel van gestaltgroepwerk gelei word om in kontak met hul onderdrukte gevoelens te kom, ten einde dit in besit te neem (vgl. 3.8.3), verantwoordelikheid daarvoor te aanvaar (vgl. 3.8.2.3) en as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer. Deur middel van gestaltgroepwerk kan geskeide individue waarskynlik ook in staat gestel word om nuwe vriendskapsbande te smee en sodoende kan isolasie beperk word.

#### **5.3.4.7 Generatieweit teenoor stagnasie**

Hierdie stadium dek die grootste deel van die individu se volwassenheid. Tydens hierdie stadium is die ontwikkelingstaak om 'n gevoel van generatieweit te verwerf en 'n gevoel van stagnasie en selfbeheptheid te voorkom. Generatieweit behels 'n wye konsep wat produktiwiteit, kreatiwiteit en kultuuroordrag insluit. Die individu wat generatieweit en sorgsaamheid verwerf, hou hom op die een of ander wyse besig met die verryking van die lewe vir sigself en ander individue. Dit kan op verskeie wyses geskied, byvoorbeeld deur sinvolle werk te lewer, kinders op te voed of deur kultuurgoedere te skep (Meyer en Van Ede 1990:65). Die fokus van hierdie konflik is tussen die algemene behoefte om voort te bring en die individu se toegee aan vrese en frustrasie wat tydens die bewuswording van hierdie behoefte kan ontstaan. Die herstel van 'n geskeide ouer se verhouding met sy kind/ers kan tot konflik ten opsigte van generatieweit versus stagnasie lei. Die toesighoudende, geskeide ouer kan byvoorbeeld van sy kind/ers geluk, bevrediging en kontinuïteit verkry, of sy kind/ers kan vir hom 'n bron van frustrasie wees en hom demp ten opsigte van nuwe ervarings en om selfaktualisering in ander areas te bereik (Guttman 1993:47).

Individue kan dus in egskeidingsituasies stagneer indien hul nie daarin slaag om sigself op sinvolle wyses besig te hou en te verryk nie. Onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in individue se lewens kan hul daarvan weerhou om selfaktualisering te bereik en by verrykende aktiwiteite betrokke te raak. Geskeide individue kan waarskynlik deur middel van gestaltgroepwerk gelei word om met hulle onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in kontak te kom, dit in besit te neem (vgl. 3.8.3) en as bewuste (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer en by verrykende aktiwiteite betrokke te raak.

#### **5.3.4.8 Ego-integriteit teenoor wanhoop**

Ego-integriteit het betrekking op die krag om te veg en die moed om van geleenthede in die lewe gebruik te maak om 'n hoër vlak van selfaktualisering te bereik. Wanhoop dui op 'n gevoel dat *“die tyd nou te kort is om 'n nuwe lewe te begin en om alternatiewe weë na integriteit te vind”*. 'n Individue wat ego-integriteit bereik het is tevrede met sy lewe en het relatief min vrees vir die dood (Schultz en Ewen 1993:205), terwyl 'n individue wat nie ego-integriteit bereik het nie, se lewe gekenmerk word deur ontevredenheid. (Vgl. Rice en Rice 1986:36 en Guttman 1993:48.) 'n Eie interpretasie is dat 'n individue wat ego-integriteit bereik het en tevrede met sy lewe is waarskynlik vanuit die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5) funksioneer, deurdat hy sigself aanvaar, oor energie beskik om geleenthede in die lewe te benut en geïntegreerd funksioneer.

Tydens hierdie stadium ervaar 'n geskeide individue die emosies (onder meer pyn en woede) wat vanuit hulle egskeidings voortvloei het, minder intens. Die deurwerk van emosies, sonder om dit te onderdruk of te vermy, bring 'n bewustheid en oopheid ten opsigte van nuwe geleenthede mee, asook geleenthede vir ego-integriteit. Die geskeide individue kan tydens hierdie stadium sy lewe heroriënteer om by sy nuwe lewensomstandighede aan te pas. Daar bestaan egter 'n risiko dat die aanpassing wat ten opsigte van die nuwe omstandighede gemaak moet word, ten opsigte van die probleme rondom die egskeidingsituasie gemaak word en sodoende kan wanhoop die fokus in so 'n individue se lewe word (Guttman 1993:48).

'n Afleiding kan dus gemaak word dat geskeide individue tydens hierdie stadium hul onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) kan voltooi en by hul egskeidingsituasies aanpas. Daarteenoor kan sommige individue se onvoltooidhede voortdurend op hul figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn en as probleme manifesteer in 'n poging om voltooi te word. Sodoende word energie vermors wat andersins deur individue benut kon word om by hulle egskeidingsituasies aan te pas.

Samevattend kan gemeld word dat model vier van Smart, op grond van Erikson se ontwikkelingsteorie ontwikkel is. Regressie na vorige lewenstadia kan plaasvind wanneer individue krisisse, byvoorbeeld egskeiding, ervaar. Egskeidingsituasies kan meebring dat geskeide individue weer gekonfronteer word met polariteite wat vroeër in hul lewens ervaar is, naamlik basiese vertrouwe teenoor wantroue in die babajare, outonomie teenoor skaamte

en twyfel in die vroeë kinderjare, inisiatief teenoor skuld in die kinderjare, arbeidsaamheid teenoor minderwaardigheid in die laerskooljare, identiteit teenoor identiteitsverwarring in die adolessensiejare, intimiteit teenoor isolasie in die vroeë volwasse jare, generatieweit teenoor stagnasie in die middel volwasse jare en integriteit teenoor wanhoop in die jare van bejaardheid. 'n Eie interpretasie is dat Smart se model help om die psigologiese konflik na aanleiding van 'n egskeiding met die vroeë ontwikkelingsstadia (Erikson) in verband te bring. Hierdie model kan waarskynlik waarde vir dié navorsing inhou deurdat toesighoudende, geskeide ouers se optrede met Erikson se eerste sewe ontwikkelingsstadia vergelyk kan word, ten einde hulle vlak van funksionering te verken en hul te lei na bewustheid, selfondersteuning en integrasie.

Tabel 2 bied 'n samevatting van die vier teoretiese egskeidingsmodelle, wat vir die doeleindes van hierdie navorsing verken en beskryf is, ten einde 'n wyer begrip van die egskeidingsproses te bekom.

**TABEL 3: SAMEVATTING VAN TEORETIESE MODELLE TEN OPSIGTE VAN EGSKEIDING**

<b>Model een: Egskeiding as 'n rouproses (Wiseman)</b>	<b>Model twee: Die ses stadiums van egskeiding (Bohannan)</b>	<b>Model drie: Egskeiding as 'n psigologiese proses (Kessler)</b>	<b>Model vier: Egskeiding en Erikson se ontwikkelingsteorie (Smart)</b>
<i>1. Ontkenning</i>	<i>1. Emosionele skeiding</i>	<i>1. Ontnugtering</i>	<i>1. Basiese vertrouwe versus wantroue</i>
<i>2. Verlies en depressie</i>	<i>2. Wetlike skeiding</i>	<i>2. Erosie</i>	<i>2. Outonomie versus skaamte en twyfel</i>
<i>3. Woede en ambivalensie</i>	<i>3. Ekonomiese skeiding</i>	<i>3. Losmaking</i>	<i>3. Inisiatief versus skuld</i>
<i>4. Heroriëntasie van die lewenstyl en identiteit</i>	<i>4. Skeiding van ouerskap</i>	<i>4. Fisiese skeiding</i>	<i>4. Arbeidsaamheid versus minderwaardigheid</i>
<i>5. Aanvaarding</i>	<i>5. Gemeenskapskeiding</i>	<i>5. Rou</i>	<i>5. Identiteit versus identiteitsverwarring</i>
	<i>6. Psigiese skeiding</i>	<i>6. Tweede adolesensie</i>	<i>6. Intimiteit versus isolasie</i>
		<i>7. Eksplorاسie en harde werk</i>	<i>7. Generatieweit versus stagnasie</i>
			<i>8. Integriteit versus wanhoop</i>

Samevattend kan gemeld word dat vir die doeleindes van hierdie navorsing vier teoretiese egskeidingsmodelle verken en beskryf is om 'n wyer begrip van die egskeidingsproses te bekom, wat kan meehelp in die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie. Gesien in die lig dat Perls se vyf lae van neurose (vgl. 3.6.1) as hoofkonseptuele raamwerk ten opsigte van die groepproses (vgl. 3.6) en die proses van elke groeplid (vgl. 3.8) vir die doeleindes van hierdie navorsing dien, is die eerste drie modelle (soos uitgesonder deur Gutmann) teen die agtergrond van die vyf neurotiese lae verken. Alhoewel model vier nie met Perls se vyf lae van neurose ooreenstemming toon nie, kan dit waarskynlik vir dié navorsing waarde inhou deurdat toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase se optrede met Erikson se eerste sewe ontwikkelingsstadia vergelyk kan word. Sodoende kan hulle vlak van funksionering verken word en kan hul na verbeterde bewustheid, selfondersteuning en integrasie gelei word.

Model een bestaan uit vyf fases en toon ooreenstemming met Perls se vyf lae van neurose (vgl. 3.6.1). Deurdat individue in fase een ontken dat hul huweliksprobleme ervaar toon dié fase ooreenstemming met die vals laag (vgl. 3.6.1.1) en fobiese laag (vgl. 3.6.1.2), waar individue hul ware gevoelens onderdruk en “voorgeerolle” vervul. Fase twee, waar individue verhoogde bewustheid ten opsigte van hul onvermoë om hul probleme op te los ervaar, toon waarskynlik ‘n ooreenkoms met die impasselaag (vgl. 3.6.1.3), waartydens individue magteloos voel en glo dat hul nie in staat is om sigself te help nie. Fase drie, waar individue se pogings om hulle huwelike te red misluk, stem waarskynlik ooreen met die impasselaag, waartydens individue bewus word van die ondoeltreffendheid van hul rolle en speletjies van die vorige twee lae (vals en fobiese laag). Tydens fase vier ervaar individue moontlik verhoogde energie, vanweë behoeftes om sigself “te vind” en hul bereidwilligheid om met nuwe gedrag te eksperimenteer. In die lig van laasgenoemde kan afgelei word dat fase vier waarskynlik ooreenstem met die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4), waartydens verhoogde energie ervaar word en individue bewus word van hoe hul sigself inperk en met nuwe gedrag begin eksperimenteer. Fase vyf stem ooreen met die eksplosiewe laag, deurdat beide gekenmerk word deur verhoogde bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2 en 3.3.2), asook die bereiking van integrasie (vgl. 2.5.3 en 3.3.3).

Model twee behels ‘n omvattende beskrywing van Bohannon se ses stadiums van ‘n egskeidingsproses, naamlik emosionele skeiding, wetlike skeiding, ekonomiese skeiding, skeiding van ouerskap, gemeenskapskeiding en psigiese skeiding. Hierdie model se fase een, naamlik emosionele skeiding, toon vanweë individue se “voorgegedrag” ooreenstemming met die vals laag (vgl. 3.6.1.1) en fobiese laag (vgl. 3.6.1.2). Die fase van psigiese skeiding toon waarskynlik verder ooreenkoms met die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5) deurdat beide gekenmerk word deur verhoogde selfbewustheid (vgl. 2.5.1, 3.3.1 en 3.8.2.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 2.5.3 en 3.3.3).

Kessler se model van die egskeidingsproses, naamlik model drie, fokus hoofsaaklik op die psigologiese effek van egskeiding. Tydens die ontnugteringsfase word individue bewus van die negatiewe aspekte van hulle huweliksverhouding, maar onderdruk nog hul ware gevoelens en gee voor dat hul ‘n “normale huwelik” het. Laasgenoemde fase toon derhalwe ooreenkoms met die vals laag (vgl. 3.6.1.1), deurdat beide die ontnugterings- en vals laag melding maak van individue wat hul ware gevoelens verbloem deur “voorgegedrag” te openbaar. Alhoewel individue tydens die erosiefase uiting aan hul pyn, frustrasie en woede

by wyse van verbale en nieverbale kommunikasie gee, ontken hul nog die feit dat “*iets verkeerd is*”. Individue bied waarskynlik tydens die erosiefase weerstand deur van kontakgrensversteurings gebruik te maak. Die fase van losmaking toon sodoende ooreenkoms met die impasselaag, deurdat individue in beide dié lae weerstand bied. Die fase van fisiese skeiding blyk die mees traumatiese fase te wees aangesien individue gekonfronteer word met gevoelens van eensaamheid, angs, verwarring en ‘n behoefte aan nuwe identiteitsvorming. Die fase van rou behels die proses waartydens individue hul verliese psigologies deurwerk en poog om sigself te bevry van die psigologiese teenwoordigheid van hul huweliksmaats. Tydens die fase van tweede adolessensie word verhoogde energie ervaar wanneer individue hul egskeidings begin aanvaar. Die fase van tweede adolessensie toon ooreenkoms met die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) vanweë die verhoogde energie wat in beide die fases voorkom. Individue ervaar tydens die fase van eksplorاسie en harde werk, soortgelyk aan die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5), verhoogde selfbewustheid (vgl. 2.5.1, 3.3.1 en 2.8.2.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en begin dan as geïntegreerde eenhede (vgl. 2.5.1 en 3.3.3) funksioneer.

Model vier is deur Smart, op grond van Erikson se ontwikkelingsteorie van agt fases ontwikkel. Volgens dié model kan regressie na vorige lewenstadia plaasvind wanneer individue krissise, byvoorbeeld egskeiding, ervaar. Egskeidingsituasies kan meebring dat geskeide individue weer gekonfronteer word met polariteite wat vroeër in hul lewens ervaar is, naamlik basiese vertrouwe teenoor wantroue in die babajare, outonomie teenoor skaamte en twyfel in die vroeë kinderjare, inisiatief teenoor skuld in die kinderjare, arbeidsaamheid teenoor minderwaardigheid in die laerskooljare, identiteit teenoor identiteitsverwarring in die adolessensiejare, intimiteit teenoor isolasie in die vroeë volwasse jare, generatiewiteit teenoor stagnasie in die middel-volwasse jare en integriteit teenoor wanhoop in die jare van bejaardheid. Uit voorafgaande blyk dit dus of die inligting wat met die verkenning van die vier modelle verkry is met gestaltterapie versoenbaar is en derhalwe as bruikbare elemente vir die ontwerp en ontwikkeling van ‘n gestaltgroepwerkprogram in ag geneem kan word.

### **5.3.5 SAMEVATTING**

Egskeiding kan beskou word as ‘n pynvolle krisis en ‘n traumatiese proses wat gekenmerk word deur die ontbinding van die huweliksverhouding deur ‘n geregtelike hofbevel, asook veranderinge van die gesinstruktuur, sosiale situasie, kommunikasie binne gesinsverband en

nuwe aanpassings. Gesien vanuit 'n holistiese oogpunt raak egskeiding die totale organisme en sy betrokke omgewing.

Vir die doeleindes van hierdie navorsing word gefokus op wetlike aspekte ten opsigte van die ontbinding van 'n huwelik deur egskeiding (Wet op Egskeiding, Wet 70 van 1979), voogdyskap (Wet op Voogdyskap, Wet 129 van 1993) en beheer en toesig. Beide die geskeide ouers kry normaalweg ingevolge die Wet op Voogdyskap (Wet 192 van 1993) voogdyskap oor hul kind/ers. Verskillende opsies ten opsigte van die beheer en toesig van kinders bestaan. Beheer en toesig aan een ouer impliseer dat een ouer primêr verantwoordelik is vir die kind/ers se totale versorging en opvoeding. Die betrokke sibbe word in die geval van gedeelde beheer en toesig geskei en word by verskillende ouers groot. Gesamentlike beheer en toesig kan op een van twee wyses geskied, te wete gesamentlike en fisiese bewaring, waar beide ouers, sowel die versorging as die besluitneming ten opsigte van die kind/ers deel en gesamentlike regsbewaring, wat impliseer dat die kind/ers by een ouer bly, maar dat beide ouers gesamentlik besluite oor belangrike aangeleenthede soos opvoeding, godsdiensoonderrig en mediese sorg neem.

Ten einde 'n breër begrip van die egskeidingsproses te bekom is vier teoretiese modelle, vanweë hul verskillende teoretiese oriëntasies en hul vlakke van analisering ten opsigte van psigologiese, sosiale en praktiese dimensies, vir die doeleindes van hierdie navorsing geselekteer en verken. Die vier modelle waarop gefokus is, behels *model een*: egskeiding as 'n rouproses, *model twee*: die ses stadia van egskeiding, *model drie*: egskeiding as 'n psigologiese proses en *model vier*: egskeiding en Erikson se ontwikkelingsteorie. Deurdat die inligting wat met die verkenning van die vier modelle verkry is met gestaltterapie versoenbaar is, kan dit as bruikbare elemente vir die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie in ag geneem word.

# **HOOFSTUK SES**

## **FAKTORE WAT TOESIGHOUDENDE, GESKEIDE OUIERS SE AANPASSING BY EGSKEIDINGSITUASIES KAN BEÏNVLOED**

Egskeiding het 'n onvermydelike nasleep. Dit veroorsaak beide interne en eksterne ontwrigting in verskeie areas van die lewens van geskeide individue. Egskeiding gaan meestal gepaard met verliese, 'n oorlading van ernstige en minder ernstige lewensveranderinge, eindelose praktiese probleme en intense, flukturerende emosies. Dit vereis van enkelouers die herstrukturering van verhoudings met hulle gewese huweliksmaats, met vriende en selfs met hulle kinders. Voorts behels dit die vorming van 'n nuwe identiteit en die heropbou van 'n nuwe lewenstyl (Clapp 1992:32).

Binne die konseptuele raamwerk van hierdie studie word die individu as 'n holistiese eenheid (vgl. 2.3.1) beskou, wat impliseer dat hy as 'n geïntegreerde organisme altyd as 'n absolute onskeibare eenheid van liggaam, emosionele en geestelike aspekte, taal, kultuur, denke en gedrag funksioneer. Derhalwe word 'n individu in sy totaliteit deur egskeiding beïnvloed. Dit blyk dus nodig te wees om aandag te skenk aan moontlike faktore wat toesighoudende, geskeide ouers as holistiese eenhede se aanpassing in egskeidingsituasies kan beïnvloed. Gevolglik word in hierdie hoofstuk gefokus op die verskillende faktore wat toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hulle egskeidingsituasies in die vroeë volwasse fase kan beïnvloed, naamlik geslag, persoonlike eienskappe, die vroeë volwasse ontwikkelingsfase en -take as sulks, die duur van die huweliksverhouding, finansiële posisie, verhouding met vorige huweliksmaats, asook alkohol- en substansmisbruik.

### **6.1 GESLAG**

Die vroulike geslag pas volgens Rice en Rice (1986:22) oor die algemeen makliker as die manlike geslag by egskeidingsituasies aan. Hulle voer as redes aan dat vrouens meestal egskeidings aanhangig maak en in vergelyking met mans, oor meer emosionele en huishoudelike vaardighede beskik om 'n outonome bestaan te voer. Vrouens gee makliker uiting aan hulle gevoelens en beskik meestal oor meer sosiale ondersteuningsbronne, wat hulle dan ook bystaan ten opsigte van hul aanpassing by hul egskeidingsituasies. Daarteenoor is Van Staden (1987:185) en Schultz en Ewen (1993:270) van mening dat



vrouens egskeidings meer oorweldigend as mans ervaar, omdat hulle hoofsaaklik gesinsgesentreerd leef en suksesvolle huwelike vir hul belangrik is. Volgens Spanier en Thompson (1984:160) baseer geskeide mans hulle gevoelens, begeertes en denke op hoe hulle hul huwelikslewe onthou en is hul geneig om aan laasgenoemde herinneringe vas te hou. Volgens Moos (1986:140) is geskeide mans wat oor swak sosiale netwerke beskik, geneig om moeilik by hul egskeidingsituasies aan te pas. Ter aansluiting hierby het Welch (1988:11) met sy navorsing bevind dat mans hulle egskeidings erger as vrouens beleef het, deurdat hul na afloop van hul egskeidings grotendeels 'n gebrek aan identiteit, gevoelens van verlies en 'n gebrek aan struktuur in hul lewens ervaar het. In samehang hiermee is Guttman (1993:119) van mening dat egskeidings groter psigologiese krisisse vir mans as vir vrouens veroorsaak.

Vanuit die praktyk word waargeneem dat dit meestal geskeide vrouens is wat om professionele hulp ten opsigte van hulle aanpassing by hul egskeidingsituasies aanklop. Suid-Afrikaanse mans vind dit waarskynlik moeilik om vir professionele hulp te vra, vanweë introjekte (vgl. 2.3.5.1) soos byvoorbeeld *“net mal mense gaan vir terapie”* of *“net swakkelingte gaan vir hulp/terapie”*, wat hul kritiekloos vanuit die samelewing aanneem. Deur middel van introjekte (vgl. 2.3.5.1) kan hulle daarvan weerhou word om van hul onderdrukte gevoelens bewus te word, dit in besit te neem (vgl. 3.8.3) en effektiewe hanteringswyses (vgl. 6.3.8) aan te leer om sodoende as selfregulerende (vgl. 2.3.2), selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer. 'n Eie interpretasie is dat beide geslagte egskeiding traumaties beleef en dat individue (hetsy manlik of vroulik) se persoonlike eienskappe (vgl. 6.2), asook die omstandighede wat die egskeiding voorafgegaan het (byvoorbeeld buite-egtelike verhoudings of geweld) hul aanpassing by egskeidingsituasies kan beïnvloed.

## **6.2 PERSOONLIKE EIENSKAPPE**

Persoonlike eienskappe (temperamente) van geskeide individue behoort as belangrike bepalende faktore van hulle aanpassing by hul egskeidingsituasies beskou te word (Rice en Rice 1986:23). Navorsingbevindinge (Rice en Rice 1986:23) dui aan dat individue wat die beste by hulle egskeidings aanpas, hoë tellings op metingskale van dominansie, selfhandhawing, selfversekering, intelligensie, kreatiwiteit/verbeelding, sosiale vrymoedigheid, liberalisme, selfonderhouding, egosterkte en bedaardheid bereik het. Op grond van die 16 PF- psigologiese toets is bevind dat individue wat *“beter”* aanpas by hulle

egskeidingsituasies minder gespanne, minder besorgd, meer emosioneel stabiel, meer “*sieletjie-sonder-sorg*” en meer waaghalsig is in vergelyking met diegene wat dit moeilik vind om by hul egskeidingsituasies aan te pas. Individue wat makliker by hulle egskeidingsituasies aanpas is buigsaam, verdraagsaam, beskik oor selfvertroue en is meer ontspanne. (Vgl. Rice en Rice 1986:23-24 en Welch 1988:12.)

Gespanne, rigiede en onverdraagsame toesighoudende, geskeide ouers wat oor weinig selfvertroue en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) beskik kan dit derhalwe moeilik vind om by hulle egskeidingsituasies aan te pas. Daarteenoor wil dit voorkom of toesighoudende, geskeide ouers wat ontspanne, emosioneel stabiel en oor waagmoed beskik dit waarskynlik makliker kan vind om by hulle egskeidingsituasies aan te pas. Toesighoudende, geskeide ouers kan tydens gestaltgroepwerk uitgedaag word om aan gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke deel te neem, ten einde hulle in staat te stel om sosiaal met medegroepede te verkeer, hulle te lei tot die bemeestering (vgl. 3.8.2.2) van ontspanningstegnieke (vgl. 4.8) en om selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer. Sodoende kan hulle aanpassing by hul egskeidingsituasies waarskynlik vergemaklik word.

### **6.3 ONTWIKKELINGSFASE**

Individue verander en groei in vele opsigte tydens die ontwikkelingstydperk van 20 tot 40 jaar, wat as vroeë volwassenhed bekend staan. Gedurende hierdie twee dekades neem individue baie besluite oor hulle gesondheid, geluk en sukses, waardeur die res van hulle lewens geaffekteer kan word (Olds en Papalia 1986:365). Volgens Gerdes (1988:341) bereik ‘n individu vroeë volwassenhed wanneer hy emosioneel onafhanklik van sy ouers is, wanneer hy in staat is om sigself te onderhou en die verantwoordelikhede van volwasserolle soos ‘n beroep, die huwelik en ouerskap aanvaar het. ‘n Toesighoudende, geskeide ouer word in sy vroeë volwasse jare gekonfronteer met sowel aanpassingseise met betrekking tot sy ontwikkelingsfase en individuele ontwikkelingstake, as die veranderinge wat in sy gesin as geheel moet plaasvind. Egskeiding en aanvaarding van die rol van gesinshoof bring ingrypende veranderinge vir die vrou mee, byvoorbeeld veranderinge met betrekking tot identiteit en gesins- en ekonomiese rolle, sonder dat hierdie veranderinge of nuwe rolle deur die samelewing onderskraag word. Vir die man bring dit ewe ingrypende veranderinge mee, veral met betrekking tot die versorging van kinders en die huishouding (Louw *et al.* 1993:570).

In die lig van voorafgaande is dit belangrik om die onderskeie aspekte met betrekking tot die toesighoudende, geskeide ouer se ontwikkeling in die vroeë volwasse fase en sy aanpassing in 'n egskeidingsituasie van naderby te verken. Voorts word gefokus op die toesighoudende, geskeide ouer se liggaamlike, kognitiewe, individuele en gesinstake, ouerskap, sosiale ontwikkeling, morele ontwikkeling en emosionele ontwikkeling.

### 6.3.1 Liggaamlike ontwikkeling

Vroeë volwassenheid word gekenmerk deur krag, energie en uithouvermoë. Baie aspekte van liggaamlike funksionering is in die twintigerjare op hul doeltreffendste en toon daarna 'n geleidelike afname (Vgl. Gerdes en Van Ede 1990:475 en Louw *et al.* 1993:570.)

- **Spierkrag en vaardigheid:** Spierkrag bereik tussen 25 en 30 jaar 'n hoogtepunt en neem geleidelik 10% in sterkte af tussen 30 en 60 jaar. Dit is veral die spierkrag in die rug en bene wat verswak. Handvaardigheid bereik 'n hoogtepunt gedurende vroeë volwassenheid, maar na die ouderdom van 33, word die bewegings van die vingers en die hand geleidelik minder vlug. (Vgl. Olds en Papalia 1986:365, Gerdes en Van Ede 1990:475 en Louw *et al.* 1993:570.) Soos reeds gemeld onder 3.8.1.7 maak individue deur middel van hul liggaamsbeweging kontak met sigself en met hul omgewing. Dit wil derhalwe voorkom of toesighoudende, geskeide ouers tussen 30 en 40 jaar se moontlike verswakte spierkrag kan aanleiding gee tot 'n vermindering in kontak deur middel van hul liggaamsbeweging (vgl. 3.8.1.7).
- **Sensoriese funksionering:** Sekere eienskappe van die oog bevorder gesigskerpte tydens die twintiger- en dertigerjare. Die pupille is byvoorbeeld groter as tydens die middeljare. Dit veroorsaak dat aanpassing by sowel sterk as swak lig, asook by skielike verandering van lig na donkerte, meer doeltreffend is as in latere jare wanneer die pupil kleiner word. Die gehoorsintuig is gewoonlik op ongeveer 20-jarige ouderdom op sy skerpste. Gehoor begin by die man in sy dertigerjare en by die vrou in haar laat dertigerjare afneem. Die afname wat in die gehoorsintuig plaasvind behels verminderde sensitiwiteit veral op hoë klanke, wat gewoonlik nie van alledaagse belang is om te hoor nie. Die smaak-, reuk- en tassintuie is tydens vroeë volwassenheid op hul doeltreffendste. (Vgl. Olds en Papalia 1986:365, Gerdes 1988:344 en Louw *et al.* 1993:481-482.)

Deur middel van kontakmodaliteite, naamlik sig (vgl. 3.8.1.1), gehoor (vgl. 3.8.1.2), tas (vgl. 3.8.1.3), smaak (vgl. 3.8.1.4) en reuk (vgl. 3.8.1.5), ervaar individue sigself en maak hul kontak met die omgewing. Deurdat toesighoudende, geskeide ouers in hul vroeë volwassenheid se smaak-, reuk- en tassintuie normaalweg doeltreffend funksioneer, kan afgelei word dat hulle sodoende in staat behoort te wees om deur middel van dié kontakmodaliteite kontak met sigself en met die omgewing te maak. Toesighoudende, geskeide ouers se gehoorsintuie kan in hul dertigerjare begin afneem wat waarskynlik kan meebring dat hul probleme kan ondervind om met hul onderliggende gevoelens in kontak te kom (vgl. 3.8.1.2). Deur middel van luisterstimuleringsaktiwiteite (vgl. 4.8) kan toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid met betrekking tot hul gehoorsintuie waarskynlik bevorder word, ten einde hul in staat te stel van hul onderliggende gevoelens bewus te word, dit in besit te neem (vgl. 3.8.3) en as selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde eenhede (vgl. 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer.

- **Gesondheid:** Oor die algemeen ervaar individue gedurende vroeë volwassenheid uitstekende of baie goeie gesondheid. Hospitalisasie voor die ouderdom van 35 is dikwels eerder die gevolg van ongelukke en kindergeboortes as die gevolg van siektes. Gesonde lewenswyses, soos 'n gebalanseerde dieet, gereelde oefening, voldoende slaap, nie rook nie, vermyding van oorgewig, nie drink of matig drink, gebruik van veiligheidsgordels in motors, 'n gesonde sekslewe, die vermyding van promiskuïteit en die doeltreffende hantering van spanning, dra by tot individue se gesondheid. (Vgl. Olds en Papalia 1986:365, 371-376 en Louw *et al.* 1993:482.) Stres wat vanuit egskeiding voortvloei kan nadelige gevolge vir die geskeide individu se gesondheid inhou, naamlik:
- Geskeide individue maak op 'n meer gereelde basis gebruik van gesondheidsdienste vir angsprome, depressie, woede en gevoelens van verwerping. Meer geskeide vrouens as geskeide mans besoek hul plaaslike geneesheer na afloop van hul egskeiding, onder meer vir periodes van angst en depressie. (Vgl. Burgoyne *et al.* 1987:116 en Clapp 1992:33.)
  - Geskeide individue is meer vatbaar vir virusse en ander siektes. (Vgl. Clapp 1992:33, Perlmutter en Hall 1992:326 en Hetherington, Bridges en Insabella 1998:174.)
  - Geskeide individue is geneig om meer motorongelukke ses maande voor en ses maande na hul egskeidings te maak (Clapp 1992:33).

- 'n Hoër graad van alkoholmisbruik, selfmoord en betrokkenheid by manslag kom onder geskeide individue voor. (Vgl. Clapp 1992:33 en Hetherington *et al.* 1998:174.)

Dit wil dus voorkom asof toesighoudende, geskeide ouers in hul vroeë volwassenheid oor die algemeen oor goeie gesondheid behoort te beskik, maar dat hul egskeidings negatiewe gevolge vir hul gesondheid kan meebring. Deur middel van spierontspanning- en asemhalingsoefeninge (vgl. 4.8) kan toesighoudende, geskeide ouers tydens gestaltgroepwerk gelei word om te ontspan, ten einde goeie gesondheid te verseker. 'n Eie interpretasie is dat gesonde toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik meer in staat sal wees om die fisiese versorging en emosionele ondersteuning van hulle kinders in egskeidingsituasies te hanteer as diegene wat oor swak gesondheid beskik.

- **Seksualiteit:** Dit is veral tydens die vroeë volwassenheid dat seksualiteit en emosionele intimiteit nader aan mekaar beweeg. Die vestiging van 'n eie identiteit is 'n voorvereiste vir 'n ryp, volwasse seksuele verhouding wat deur emosionele intimiteit, omgee en respek vir die ander individu gekenmerk word. Die man bereik waarskynlik sy hoogtepunt in seksualiteit laat in die tienerjare of vroeë twintigerjare, terwyl die vrou haar hoogtepunt eers later, aan die einde van die twintigerjare bereik (Louw *et al.* 1993:482). Egskeidingsituasies kan dus vir toesighoudende, geskeide ouers op seksuele gebied veranderinge, byvoorbeeld die beëindiging of vermindering van seksuele aktiwiteite teweeg bring waarby hul moet aanpas. 'n Afname in seksuele aktiwiteite kan toesighoudende, geskeide ouers wat moontlik in hulle lewens seksuele hoogtepunte bereik het met onvervulde behoeftes en frustrasie laat. Tydens gestaltgroepwerk kan toesighoudende, geskeide ouers moontlik met gevoelens van frustrasie in kontak kom en gelei word om alternatiewe wyses te vind om hul seksuele behoeftes buite huweliksverband effektief te bevredig en sodoende selfregulerend (vgl. 2.3.2) te funksioneer.

### 6.3.2 Kognitiewe ontwikkeling

Tydens vroeë volwassenheid moet voortdurend aan nuwe intellektuele uitdagings voldoen word. Hierdie uitdagings hou verband met die lewenstake van die volwassene, soos die toetrede tot 'n beroep, die vestiging van 'n tuiste, die hantering van interpersoonlike verhoudings by die werk en die opvoeding van kinders. Sulke sake vereis versigtige

nadenke, besluitneming en doeltreffende probleemoplossing. Daar word ook van die individu verwag om in hierdie stadium nuwe beroepsvaardighede aan te leer. Volgens Piaget word die hoogste vlak van kognitiewe ontwikkeling tydens die stadium van formeel-operasionele denke, wat tydens adolessensie 'n aanvang neem, bereik. Tydens vroeë volwassenheid, wat 'n prestasiestadium behels, behoort die individu formeel-operasionele denke op 'n doelgerigte wyse te benut, ten einde die take te kan uitvoer wat van hom vereis word in die vervulling van sy verskeie rolle as werknemer, huweliksmaat en ouer (Gerdes 1988:310, 346). Die volgende kenmerke kan met betrekking tot formeel-operasionele denke onderskei word:

- **Abstrakte denke:** Formeel-operasionele denke word veral gekenmerk deur die vermoë om abstrak te dink, of anders gestel, om oor onderwerpe te dink wat nie konkreet teenwoordig is nie. Die individu beskik dus oor die vermoë om self oor denke te dink. Abstrakte denke stel die individu in staat om te dink oor die verhoudings tussen abstrakte begrippe (byvoorbeeld liefde en haat), om verwantskappe tussen abstrakte begrippe (byvoorbeeld massa, energie en krag) te verstaan, om simbole deur ander simbole weer te gee of te vervang, om bestaande sosiale, politieke en religieuse stelsels te ondersoek en om waardestelsels of verbande tussen waardes en gedrag te bevraagteken. (Vgl. Thom 1990:418 en Louw *et al.* 1993:564.) 'n Afleiding word gemaak dat toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik oor die vermoë beskik om abstrak te dink, polariteite (vgl. 2.3.6) in hul lewens te verstaan, te projekteer (vgl. 2.3.5.2) en insig in hul eie gedrag te bekom. Dit wil voorkom of abstrakte denke toesighoudende, geskeide ouers in staat kan stel om polariteite (vgl. 2.3.6), byvoorbeeld liefde en haat vir dieselfde persoon in hul lewens, te verstaan en dit te integreer (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3).
- **Antisipering van moontlike gevolge:** Formeel-operasionele denke sluit ook die vermoë in om oor die gevolge van bepaalde handeling te besin en te antisipeer wat die gevolge kan wees. Daar word dus nie net oor die "is" of "hier en nou" gedink nie, maar daar word ook oorweging geskenk aan wat "kan" of "mag" gebeur. (Vgl. Gerdes 1988:311 en Thom 1990:418.) Toesighoudende, geskeide ouers behoort dus in staat te wees om in die hier en nou, wat 'n belangrike uitgangspunt binne gestaltterapie is, te dink en oor die gevolge van hul egskeiding te besin. Deur middel van gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke (vgl. hoofstuk 4) kan hul waarskynlik gelei word om bewus te word van die gevolge van hul egskeidings, verantwoordelikheid (vgl.

3.8.2.3) daarvoor te aanvaar, ten einde in staat te wees om as selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede beheer te kry (vgl. 3.8.2.3) en by hul egskeidingsituasies aan te pas.

- **Proposionele denke:** Die individu kan op grond van stellings of proposisies redeneer sonder om die werlikheid in ag te neem. Dit impliseer dat 'n individu stellings oor stellings maak en gevolgtrekkings oor ander gevolgtrekkings (Thom 1990:418).
- **Wetenskaplike denke:** Die individu ontwikkel die vermoë om ál die faktore in 'n situasie of ál die moontlike oplossings vir 'n probleem te oorweeg (Thom 1990:418). Dit wil dus voorkom of toesighoudende, geskeide ouers oor probleemoplossingsvaardighede behoort te beskik wat gekenmerk word deur die vermoë om al die faktore of ál die moontlike oplossings vir probleme te oorweeg en besluite te neem ten einde dit op te los. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk gelei word om bewus te word van hul probleme, besluite (vgl. 3.8.2.3) ten opsigte van die hantering daarvan te neem, ten einde selfregulerend (vgl. 2.3.2) te wees, verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hul eie lewens te aanvaar en selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer.
- **Hipoteties-destruktiewe denke:** Dit verwys na die individu se vermoë om gegewens te ondersoek, hipoteses oor moontlike oplossings te stel en sekere afleidings (destruksies) daaromtrent te maak (Vgl. Gerdes 1988:310 en Thom 1990:420.)
- **Introspeksie:** Dit behels die vermoë om oor eie gedagtes te dink en is kenmerkend van formeel-operasionele denke. Dit word in kritiese selfevaluering openbaar en hou verband met bewuste pogings om die self te verbeter (Gerdes 1988:311). Hieruit kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase waarskynlik oor die vermoë beskik om sigself te definieer (vgl. 3.8.2.1). Deur middel van selfdefiniëring (vgl. 3.8.2.1) kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik selfkennis bekom, wat hul in staat kan stel om keuses te maak en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hul eie lewens te neem wat nodig is om selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer.

Die term postformele denke word aan kognitiewe ontwikkeling tydens volwassenheid gekoppel om dit van adolessente kognitiewe ontwikkeling te onderskei. Postformele denke ontwikkel namate lewenservaring toeneem en het derhalwe die geneigdheid om tydens

volwassenheid toe te neem (Louw *et al.* 1993:571). Volgens laasgenoemde outeurs sluit postformele denke die volgende eienskappe in:

- Die vermoë om meer objektief na sake te kyk.
- Die vermoë om verskillende perspektiewe op 'n vraag te verskaf.
- Die vermoë om verder as teenstrydige perspektiewe te beweeg, ten einde 'n sintese te vind wat hierdie perspektiewe integreer. 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase polariteite (vgl. 2.3.4) in hul lewens behoort te begryp en in staat te wees om dit te integreer.

Individue in die vroeë volwasse fase besef dat meningskategorieë soos “*reg en verkeerd*” en “*goed en sleg*” te rigied en subjektief is om altyd as maatstawwe te gebruik. Postformele denke behels die individu se vermoë om nie in detail vasgevang te word en kennis wat opgegaan is op 'n meganiese wyse aan te wend nie, maar om eerder 'n geheelbeeld van sake te hê. Postformele denke kom nie by alle volwassenes tot volle ontplooiing nie en baie bly vasgevang in konvensionele moraliteit, 'n onvermoë om meer as een kant van 'n saak raak te sien en rigiede denkpatrone (Louw *et al.* 1993:571). Toesighoudende, geskeide ouers wat slegs een kant van 'n saak raaksien en wat oor rigiede denkpatrone beskik, beskik waarskynlik nie oor ten volle ontwikkelde postformele denke nie en kan dit moeilik vind om by hul egskeidingsituasies aan te pas.

Samevattend kan hier gemeld word dat individue tydens hul vroeë volwassenheid in staat behoort te wees om formeel-operasionele denke op 'n doelgerigte wyse te benut om die take te kan uitvoer wat van hulle vereis word in die vervulling van hul verskeie rolle as werknemers, huweliksmaats en ouers. Formeel-operasionele denke en postformele denke impliseer dat individue oor die vermoë behoort te beskik om abstrak te dink, die gevolge van hul dade in te sien, selfanaliserend en objektief te wees, probleme op te los, polariteite in hul lewens te begryp en nie in detail vasgevang te word nie, maar eerder 'n geheelbeeld van sake te hê.

### **6.3.3 Individuele ontwikkelingstake**

Die ontwikkeling van 'n individuele lewenstruktuur word as die basiese ontwikkelingsproses in die vroeë volwasse fase beskou (Colarusso en Nemiroff 1981:37). Volgens Duvall en Miller (1985:47) ontstaan ontwikkelingstake tydens sensitiewe tydperke in individuele groei, wanneer andere van die individu sekere prestasies verwag. Ontwikkelingstake, wat deur



Gerdes (1988:342) en Gerdes en Van Ede (1990:475-476) as van die belangrikste in die vroeë volwasse fase beskou word, word voorts vermeld:

➤ ***Take met betrekking tot die self***

- Bereiking van onafhanklikheid en verantwoordelikheid.
- Vestiging en stabilisering van identiteit.
- Omlýning van waardes.
- Ontwikkeling van die vermoë om aan ander verbonde te wees.

➤ ***Take wat betrekking het op die gesin***

- Keuse van 'n maat.
- Saamleef met 'n huweliksmaat.
- Ouerskap en die grootmaak van kinders.
- Vestiging en bestuur van 'n huishouding.

➤ ***Take wat betrekking het op werk en vryetydsbesteding***

- Vestiging van 'n beroep.
- Ontwikkeling van 'n patroon van ontspanning.

➤ ***Take wat betrekking het op die gemeenskap***

- Gemeenskapsbetrokkenheid en die lewering van 'n bydrae.

Etlike van hierdie take moet min of meer gelyktydig onderneem word en dit verg baie van die individu in die vroeë volwasse fase. Dit blyk dus of vroeë volwassenheid 'n belangrike fase behels, deurdat individue tydens dié fase lewenstrukture moet ontwikkel en belangrike ontwikkelingstake ten opsigte van sigself, hul gesin, werk en gemeenskap moet kan uitvoer en bemeester (vgl. 3.8.2.2). Die vroeë volwasse fase gaan dus met baie verantwoordelikhede gepaard. Toesighoudende, geskeide ouers word waarskynlik meer blootgestel aan die verantwoordelikhede wat met individuele ontwikkelingstake gepaard gaan, deurdat hul primêr vir hul kinders se versorging verantwoordelik is.

Egskeiding kan ernstige veranderinge in die lewenstruktuur teweeg bring, wat bestaande ontwikkelingslyne erg kan ontwig. Hoë verwagtinge word aan individue in egskeidingsituasies gestel, omrede verskeie gekompliseerde take, aanpassings en veranderinge tegelyk hanteer moet word. Geskeide individue word onder meer gekonfronteer met gekompliseerde take soos dat hulle betekenis moet kan heg aan hul gebroke huwelike, die redes daarvoor kan begryp en die verliese vanweë hul gebroke

huweliksverhoudings kan aanvaar. Hulle behoort gevoelens van verlies (rou), woede en persoonlike mislukking te oorkom, sowel as hul vertwyfeling ten opsigte van hul vermoëns om permanente verhoudings te handhaaf. Die ernstige intrapsigiese herorganisasie wat met egskeidings gepaard gaan, beïnvloed geskeide individue se identiteit, hul sin vir die self en kan tot verswakte egosterkte lei. (Vgl. Colarusso en Nemiroff 1981:177, Moos 1986:139 en Van Staden 1987:1.) Individue kan verder in hul egskeidingsituasies aan die volgende veranderinge blootgestel word (Van Staden 1987:131):

- Die hantering van die regsisteem se besluit/e.
- Die herstrukturering van gesinsrolle.
- Verandering van die ekonomiese omstandighede.
- Die aanleer van wyses om 'n enkelopende en enkelouer te wees.
- Die ontwikkeling van 'n outonome en onafhanklike identiteit.
- Die herinskakeling en -aanpassing by die gemeenskap, vriende, familie en die kerk.

Die hantering van bogenoemde take, aanpassings en veranderinge kan vir baie individue moeilik en vir sommiges self onmoontlik wees sonder die nodige ondersteuning van 'n berader of 'n betroubare en belangstellende vriend/in (Van Staden 1987:131).

Die vroeë volwasse fase behels dus die ontwikkeling van 'n individuele lewenstruktuur, wat met ontwikkelingstake gepaard gaan tydens sensitiewe tydperke in individuele groei wanneer andere (die samelewing) van hul sekere prestasies verwag. Etlieke van die ontwikkelingstake, wat min of meer gelyktydig onderneem moet word, verg baie tyd en energie van die individu in die vroeë volwasse fase. Egskeiding kan egter ernstige veranderinge in die lewenstruktuur van 'n individu wat hom in die vroeë volwasse fase bevind, teweeg bring en kan bestaande ontwikkelingslyne vanweë komplekse take, aanpassings en veranderinge, erg ontwig. Egskeiding kan lei tot die verswakking van 'n individu se egosterkte en kan sy rol in die gesin, byvoorbeeld as ouer en sy rol in die gemeenskap beïnvloed. Toesighoudende geskeide ouers blyk dus terselfdertyd gekonfronteer te word met, sowel die ontwikkelingstake ten opsigte van die vroeë volwasse fase, as met die gekompliseerde veranderinge, take en aanpassings wat deur hul egskeidingsituasies teweeg gebring word. Deur middel van gestaltterapeutiese tegnieke (vgl. 4.1 tot 4.13) kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik tydens gestaltgroepwerk gelei word om verhoogde bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bekom en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.3.3 en

2.8.3) te bereik, ten einde hulle aanpassing by hulle egskeidingsituasies te vergemaklik en maksimaal tot voordeel van hulle kinders te funksioneer.

#### **6.3.4 Gesinslewensiklus**

Die tradisionele gesin, wat uit 'n vader en moeder met 'n kind/ers bestaan, beweeg deur verskillende fases in die gesinslewensiklus. Die gesin beweeg deur al die fases waarin die kinders tot volwassenheid groei, die huis verlaat en die ouerpaar weer as oorspronklike paar alleen agterbly. Die beweging van die gesin deur die verskillende fases en die invloed van buitengewone gebeure, het voortdurende verandering in gesinsontwikkelingstake van individue in die gesin tot gevolg en verg voortdurend aanpassings van gesinslede. Nuwe vaardighede moet aangeleer, grense aangepas, nuwe lede geakkommodeer en ander lede wat nie meer deel van die gesin is nie, moet ontbeer word (Scott 1987:211-212). Die volgende saamgestelde tabel bied 'n oorkoepelende oorsig van hoe die gesinslewensiklus se verskillende stadia, sekere lewensgebeurtenisse, gesinsontwikkelingstake en die meegaande ouderdom van die kinders en hul ouers, met mekaar in verband staan. (Vgl. Duvall en Miller 1985:62, Scott 1987:213 en Gerdes en Van Ede 1990:521.)

**TABEL 4 : LEWENSLOOP EN GESINSTADIA**

	GESINSTADIA	GEBEURTENIS	GESINSONTWIKKELINGSTAAK	GETAL JARE	OUDERDOM VAN OUERS
8	Ouerwordende gesinslede	Aftrede	Word opgewasse om verlies en alleenheid te hanteer.		Aftrede tot af-sterwe van beide man en vrou
7	Leë-nesperiode	Laaste kind verlaat ouerhuis	Bou voort aan huweliksverhouding. Behou gesinsbande met ouer en jonger geslagte.	Ongeveer 15-25 jaar.	Ongeveer 55 jaar +
6	Periode van loodsing	Kind/ers verlaat ouerhuis	Stel jong volwassenes vry om te werk, te trou en vir naskoolse opleiding. Behou die huis as ondersteunende basis.	Ongeveer 8 jaar.	Ongeveer 45-54 jaar
5	Periode van hoërskoolkinders	Kind/ers na hoërskool	Balanseer vryheid met verantwoorde-likheid soos adolessente onafhanklik word. Ontwikkel belangstellings en loopbaan as ouers.	Ongeveer 7 jaar	Ongeveer 38-48 jaar
4	Periode van laerskoolkinders	Kind/ers na laerskool	Pas konstruktief aan by skool en verwante sisteme. Moedig kinders aan om te presteer.	Ongeveer 7 jaar.	Ongeveer 28-38 jaar
3	Periode van voorskoolse kinders	Kind/ers tuis of in kleuterskool	Pas aan by behoeftes en belangstellings van voorskoolse kinders, op 'n groeigeoriënteerde wyse. Wees op-gewasse teen dreinerings van energie en verlies van privaatheid.	Ongeveer 5 jaar.	Ongeveer 25-32 jaar
2	Periode van geboorteskiening	Geboorte van kind of kinders	Kry, pas aan, en moedig ontwikkeling van baba aan. Bring 'n bevredigende tuiste vir ouers en baba/s tot stand.	Ongeveer 5 jaar	Ongeveer 22-27 jaar
1	Kinderlose stadium	Huwelik	Bring wedersyds bevredigende huwelik tot stand. Pas aan by swangerskap en pas in by gesinsnetwerk.	Ongeveer 1-3 jaar	Ongeveer 20-26 jaar

**Bron: Aangepas na aanleiding van Duvall en Miller (1985:62), Scott (1987:213) en Gerdes en Van Ede (1990:521).**

Vanuit bogenoemde tabel kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase hulle tussen die tweede en vyfde fase in die gesinslewensiklus, wat sekere gesinsontwikkelingstake vereis, kan bevind. By die terminering van die huwelik (egskeiding) word die gesinslewensiklus nie op sigself verbreek nie, maar die uitvoering

van die toepaslike take gekoppel aan die fases in die gesinslewensiklus mag verander, vertraag of belemmer word.

Volgens Walsh (1982:300) en Everett (1989:81) kan egskeiding 'n krisis in die gesinslewensiklus meebring, aangesien dit die gesin se ewilibrum versteur en die herorganisering van rolle en grense teweeg bring. Die gesinstake bly onveranderd terwyl die veranderinge wat in die gesinsisteem plaasvind, rondom die herverdeling van take (wie sal watter take uitvoer) en nuwe metodes van organisering (hoe take uitgevoer sal word) fokus. Die kinders kan byvoorbeeld meer verantwoordelikheid vir die uitvoering van dagtake kry. In sommige gesinne word die ewilibrum herstel deur lede wat onvanpaste rolle aanneem, byvoorbeeld 'n kind wat sy afwesige vader se rol oorneem ten einde die gesinsisteem te stabiliseer (Walsh 1982:300-301). Egskeidingsituasies bring verder mee dat gesinslede interafhanklik van mekaar bly en mekaar beïnvloed. So kan 'n nietoesighoudende vader byvoorbeeld vergeet om sy seun op 'n afgespreekte tyd vir 'n naweekbesoek op te laai wat meebring dat die toesighoudende moeder, haar naweekplanne moet kanselleer. Die moeder is kwaad en lig die kind in dat sy vader onverantwoordelik is. Die kind voel vasgevang tussen sy lojaliteite vir sy ouers, maar besluit om hom aan sy moeder se kant te skaar. Wanneer die seun weier om die volgende keer na sy vader te gaan, reageer die gekrenkte vader deur die onderhoudstoelaag twee weke laat te betaal (Walsh 1982:301).

'n Egskeiding kan derhalwe 'n krisis in die gesinslewensiklus teweeg bring, waartydens die herrangskikking van rolle, take en verantwoordelikhede van die afwesige ouer waarskynlik in die gesin oorgeskuif word na die oorblywene gesinslede. So kan die gedeelde verantwoordelikheid van die ouerpaar vir die uitvoering van gesinsfunksies, byvoorbeeld versorging, sosialisering en opvoeding van die kind/ers na egskeiding, na die toesighoudende, geskeide ouer verskuif. Die moontlikheid bestaan dat behoeftes, probleme, spanning of knelpunte hieruit mag voortspruit wat die gesonde funksionering van die toesighoudende, geskeide ouer en sy gesin kan belemmer.

### **6.3.5 Ouerskap**

Ouerskap behels 'n belangrike stadium in die volwassene se ontwikkeling. Dit bring talle veranderinge mee wat aanpassings noodsaak. Die sukses van hierdie aanpassing by die nuwe situasie sal die individu se verdere ontwikkeling beïnvloed. Hoewel ouers 'n

belangrike invloed op hul kinders het, beïnvloed die kinders ook hul ouers. Ouers verander dus as gevolg van hul ouerskap (Gerdes 1988:363). Ten einde die verandering in ouerskapstake gedurende vroeë volwassenheid aan te dui, word 'n opsomming van die ouerskapstake aan die hand van Gerdes (1988:375) in tabel 5 verskaf.

**TABEL 5: OUERSKAPSTAKE GEDURENDE VERSKILLENDE STADIA IN DIE GESINSLEWENSIKLUS**

Die volgende take dui sommige van die hoofouerskapstake aan waarvoor ouers in die vroeë volwasse fase verantwoordelikheid behoort te aanvaar		
Suigelingstadium	Voorskools	Laerskool
<i>Fisieke versorging:</i> Voed, bad, was, verpleeg tydens siekte.	<i>Fisieke versorging en ontwikkeling:</i> Beskerm hul teen fisieke gevaar en swak gesondheid, verpleeg hul tydens siekte, voorsien 'n gesonde dieet, verleen hulp, maar moedig ook onafhanklikheid en die benutting van motoriese vermoëns en vaardighede aan.	<i>Fisieke ontwikkeling:</i> Bied gesondheidsorg en 'n gebalanseerde dieet, moedig goeie eet- en slaapgewoontes aan.
<i>Emosionele ontwikkeling:</i> vertroetel en gee liefde, reageer op hul emosies van woede, vreugde en vrees.	<i>Emosionele ontwikkeling:</i> Aanvaar hulle en gee liefde, reageer op hulle emosionele behoeftes.	<i>Emosionele ontwikkeling:</i> Verskaf aanvaar-ding en liefde, moedig hulle aan om hulle gevoelens te deel.
<i>Intellektuele ontwikkeling:</i> Verskaf sensoriese stimulasie, praat en speel met hulle en reageer op hulle.	<i>Intellektuele ontwikkeling:</i> Verskaf sensoriese en intellektuele stimulasie, beantwoord hulle vrae en moedig die gebruik van hulle vermoëns en vaardighede aan.	<i>Intellektuele ontwikkeling:</i> Verseker dat skool bygewoon en huiswerk voltooi word, help kinders om antwoorde op vrae te soek en te vind, moedig stokperdjies en belang-stellings aan.
<i>Psigososiale ontwikkeling:</i> Bevorder die ontwikkeling van vertroue deur liefdevolle versorging.	<i>Psigososiale ontwikkeling:</i> Moedig die ontwikkeling van outonomie en inisiatief aan.	<i>Psigososiale ontwikkeling:</i> Bevorder ywer en bekwaamheid.
	<i>Sosiale ontwikkeling:</i> Speel met hulle, voorsien kontak met maats, leer hulle maniere, beloon goeie gedrag en keur onaanvaarbare gedrag af, leer hulle kulturele waardes en geloof.	<i>Sosiale ontwikkeling:</i> Reël geleenthede vir sosiale interaksie, beloon goeie gedrag en ontmoedig onaanvaarbare gedrag, deel sosiale aktiwiteite, leer hulle maniere en gedrag wat ander in ag neem, gee leiding met betrekking tot gedragsnorme, waardes en geloof.

**Bron: Gerdes (1988:375).**

'n Eie interpretasie is dat ouerskapstake ten opsigte van hoërskoolkinders bygevoeg behoort te word, aangesien toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase (vgl. tabel 4) waarskynlik ook hoërskoolkinders in hul sorg kan hê. Die volgende

ouerskapstake word deur Olds en Papalia (1986:424) ten opsigte van adolessente (hoërskoolkinders) aangedui:

- Help adolessente om hul seksuele drange op positiewe wyses te hanteer.
- Help adolessente om onafhanklikheid ten opsigte van hul ouers en ander gesaghebbende volwassenes te bereik. In samehang hiermee is Gerdes en Van Ede (1990:527) van mening dat ouers van adolessente 'n belangrike taak het om 'n balans te handhaaf tussen die beoefening van beheer aan die een kant en die aanmoediging van onafhanklikheid aan die ander kant.
- Moedig adolessente aan om hul eie waardes te vorm.
- Moedig en help adolessente met opvoedkundige en loopbaanverwante doelstellings.

Vanuit bogenoemde is dit duidelik dat ouerskap 'n belangrike stadium van die individu in die vroeë volwasse fase se ontwikkeling behels. Egskeidingsituasies bring waarskynlik bykomende verantwoordelikhede vir toesighoudende, geskeide ouers mee, deurdadig dit verandering in rolle kan veroorsaak waarby hulle moet aanpas. 'n Toesighoudende, geskeide ouer se rol verander byvoorbeeld van 'n getroude ouer na 'n enkelouer wat waarskynlik bykomende verantwoordelikheid ten opsigte van sy kind/ers se fisieke, emosionele, intellektuele, psigososiale en sosiale ontwikkeling impliseer.

Volgens Rice en Rice (1986:28) beïnvloed ouers en hul kinders mekaar wedersyds ten opsigte van hul aanpassing by egskeidingsituasies: *"The better the parent's adjustment, the more likely that the child will be adjusted and the better the adjustment of the child, the happier the parent."* Ter aansluiting hierby is Hodges (1991:37) van mening dat sowel ouers (toesighoudende ouers), as hul kinders se funksionering deur egskeidingsituasies beïnvloed word. In samehang hiermee is Benedek en Brown (1995:88-89) van mening dat egskeidingsituasies meebring dat kinders se grootste behoefte aan aandag en liefde, juis kom op die tydstip wat hulle ouers tyd benodig om ewilibrum te bereik en hul emosies en stres na afloop van hul egskeiding te hanteer. Ouers kan egter so vasgevang word in hul eie probleme dat hul weinig energie vir hul kinders beskikbaar het en nalaat om laasgenoemde op 'n konsekwente wyse te dissiplineer. Kinders is egter geneig om meer aanspraak op behoeftebevrediging en aandag te maak, soos wat hul ouers sigself onttrek. Ouers en kinders kan mekaar se probleme vererger, wanneer beide van hulle hul emosionele ewilibrum verloor (Benedek en Brown 1995:88-89). Volgens Hetherington *et al.* (1998:175) toon kinders van geskeide ouers, hetsy of hul in hul moeder of vader se sorg

is, meer probleme as kinders in volledige gesinne. In die lig gesien van laasgenoemde en vanweë die wedersydse invloed wat ouers en hul kinders op mekaar het, word dit nodig geag om kortliks te let op kinders van verskillende ouderdomsgroepe se reaksies op hul ouers se egskeidings, om sodoende 'n analise te doen van hoe toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hul egskeidingsituasies daardeur geraak kan word. Voorts word die reaksies van die verskillende ouderdomsgroepe, naamlik babas tot driejariges, drie- tot vyfjariges (kleuterfase), ses- tot agtjariges en nege- tot twaalfjariges (laerskooltydperk) en die adolessente fase, op egskeiding bespreek.

➤ ***Baba tot drie jaar***

Babas en peuters se aanpassing in 'n egskeidingsituasie word vanweë hulle afhanklikheid grootliks deur hul ouers se optrede en reaksies beïnvloed (Neuman 1998:87). 'n Onderbreking in die ouer-kindverhouding tydens die fase kan volgens Clapp (1992:100-101), Cronje (1997:20) en Van Rensburg (2001:13) aanleiding gee tot:

- Slaapversteurings
- Regressie
- Skeidingsangs
- Woedebuie
- Geïrriteerdheid
- Voedingsprobleme.

Na 'n egskeiding is die toesighoudende ouer, vanweë eie verwardheid en gevoelens van onsekerheid, nie altyd in staat om liefde, koestering en warmte aan 'n baba te gee nie. Dit veroorsaak dat roetine met betrekking tot die baba agterweë gelaat kan word. Hoe gouer die toesighoudende ouer aanpas, hoe gouer behoort die baba se probleme te verdwyn. (Vgl. Pretorius 1993:27-28 en Groenewald 2002a:138.) 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende ouers (enkelouers), wat waarskynlik vanweë hul egskeidingsituasies reeds 'n gebrek aan energie beleef, verder van energie ontnem kan word deur hul babas en/of peuters se reaksie op hul egskeiding (byvoorbeeld slaaploosheid). Laasgenoemde kan waarskynlik 'n sneebaleffek tot gevolg hê wat toesighoudende, geskeide ouers van energie ontnem, wat andersins konstruktief benut kon word om by hul egskeidingsituasies aan te pas.



### ➤ **Drie- tot vyfjariges**

Kleuters tussen drie en vyf jaar is geneig om hulle ouers se egskeiding vanuit 'n egosentriese perspektief te beleef (Hodges 1991:15). Volgens Cronje (1997:20) koppel drie- tot vyfjariges gevoelens van gehegtheid en toegeneentheid aan fisiese nabyheid en wanneer een ouer dus die gesin verlaat, voel kleuters in hierdie ouderdomsgroep dikwels dat hulle iets verkeerd gedoen het om hierdie fisiese afstand te veroorsaak. Drie- tot vyfjariges kan onder meer die volgende reaksies op hul ouers se egskeidings toon (vgl. Hodges 1991:77-79, Cronje 1997:20-21 en Neuman 1998:109-115):

- Groter afhanklikheid
- Skeidingsangs
- Vrees vir verlating
- Regressie
- Gevoelens van verwerping
- Verwarring, aangesien die voorspelbaarheid en betroubaarheid van die kleuter se omgewing bedreig word
- Skuldgevoelens en selfblaam
- Verhoogde aggressie of inhibisie van aggressie
- Rustelose en raserige gedrag
- Huilerigheid
- Angstigtheid
- Gevoelens van intense hartseer
- Fantasie en ontkenning word benut om trauma te hanteer
- Uitreagerende gedrag en swak samewerking tuis en in die skoolopset
- Inhibering van speelaktiwiteite

Kleuters is nie in staat om twee konflikterende opinies van byvoorbeeld hulle ouers te hanteer nie. Gevolglik sal die kleuter hom by sy moeder skaar as sy byvoorbeeld vertel dat die vader nie genoeg geld voorsien nie. Hierdie vervreemding sal omgekeer word indien die vader byvoorbeeld vir die kleuter vertel dat die moeder geld mors. Kleuters word gou verward en kan met hulle stories ouerlike konflik vererger (Wakeford 2001:55).

Kleuters se begripsvorming van polariteite (vgl. 2.3.6) ontbreek waarskynlik nog in hul lewens, wat kan aanleiding gee tot verwardheid en ouerlike konflik. 'n Eie interpretasie is

dat toesighoudende, geskeide ouers in hul egskeidingsituasies, buiten die gewone ouertake (vgl. tabel 5) wat hul as enkelouer moet uitvoer, verder gekonfronteer kan word met moontlike gedragsveranderinge/-probleme wat hul drie- tot vyfjarige kleuters voortspruitend uit hul egskeidingsituasies kan openbaar. Laasgenoemde kan waarskynlik aanleiding gee tot verhoogde spanning en gevoelens van ontoereikendheid, wat die toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hul egskeidingsituasies moontlik negatief kan beïnvloed.

### ➤ **Ses- tot agtjariges**

In hierdie ouderdomsgroep word seuns veral die ergste deur roureaksies (intense hartseer en droefheid) getref, deurdat hul die meeste verlies en wanhoop ervaar en sterk verlang na die afwesige ouer. Ses tot agtjariges glo dat hul beide ouers nodig het om te oorleef en is ontvanklik vir gevoelens van verwerping en is bekommerd dat hulle verlaat en “*vervang*” sal word, byvoorbeeld “*Gaan my pappa nou ‘n nuwe dogtertjie kry?*”. Hulle ervaar ouerlike konflik traumaties, veral vanweë hul desperaatheid om aan beide ouers lojaal te wees. Ses tot agtjariges wat woede ervaar, druk dit meestal op ‘n indirekte wyse uit. Hulle kan byvoorbeeld hul woede na hul vriende, onderwysers en sibbe verplaas en weier om hul huiswerk te doen. Sodoende word hulle woede nie op ‘n direkte wyse teenoor hul ouers uitgedruk nie (Clapp 1992:102). Ander reaksies wat ses tot agtjariges na aanleiding van hul ouers se egskeiding kan toon, sluit in (vgl. Cantor en Drake 1983:6, Cronje 1997:21 en Neuman 1998:125-131):

- Angstigheid
- Onttrekking en depressie
- Fantasië oor hereniging van ouers
- Skuldgevoelens

Dit wil dus voorkom of ses- tot agtjariges besonder kwesbaar vir hul ouers se egskeidings kan wees en dat hul intens rou oor die verlies aan ‘n volledige ouersubsisteem. Voorts blyk dit dat hierdie ouderdomsgroep geneig is om hul woede na hul eksterne omgewing (ouers uitgesluit) te verplaas. Vanuit die praktyk word waargeneem dat hierdie ouderdomsgroep dikwels wangedrag, byvoorbeeld aggressiewe gedrag, openbaar wat hul in onguns by hul portuurgroep, onderwysers of sibbe bring. Laasgenoemde wangedrag laat toesighoudende, geskeide ouers meestal met gevoelens van magteloosheid, ontoereikendheid, hartseer, woede en skuldgevoelens. Toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hul

egskeidingsituasies kan waarskynlik beïnvloed word deur die aanskouing van hul kinders se verdriet en moontlike skuldgevoelens wat dit by hul, as ouers, ontlok.

➤ **Nege- tot twaalfjariges**

Alhoewel nege- tot twaalfjarige kinders meer onafhanklikheid verwerf en hulle portuurgroep 'n groot rol in hulle lewens speel, bly hulle van hul ouers afhanklik vir emosionele steun en leiding. Hierdie tydperk word veral gekenmerk deur die kind se bewuswording van sy identiteit en 'n sin vir wat reg en verkeerd is (Clapp 1992:103). Die nege- tot twaalfjarige kind is geneig om sy ouers se egskedding te beoordeel op grond van watter ouer goed of sleg is. Die volgende reaksies is by nege- tot twaalfjarige kinders waarneembaar (vgl. Cantor en Drake 1983:6-7, Cronje 1997:21-22 en Neuman 1998:145;147;154):

- Angs
- Gevoelens van verlies en verwerping
- Verlaagde selfbeeld
- Psigosomatiese simptome, soos hoof- en maagpyn
- Skaamtegevoelens en gevoelens van verleentheid oor hul ouers se egskedding en pogings tot verbloeming daarvan
- Gevoelens van eensaamheid
- Skolastiese probleme
- Depressie
- Intense woede en ope vyandigheid, hoofsaaklik gerig teenoor die ouer wat die kind blameer vir die egskedding
- Fantasieë rondom hulle ouers se versoening
- Verdeelde lojaliteite wat ontstaan wanneer die kind by sy ouers se konfliktsituasies betrokke raak en tussen sy ouers kant kies. Nege- tot twaalfjariges kan 'n alliansie met een ouer vorm om so nodig, belangrik en in beheer te voel.

Dit wil dus voorkom asof nege- tot twaalfjariges geneig kan wees om op hul ouers se egskedding te reageer deur intense woede te ervaar, hul ouers se egskedding te beoordeel op grond van watter ouer goed of sleg is, hul woede te rig jeens die ouer wat hul vir die egskedding blameer, verdeelde lojaliteite ten opsigte van hul ouers te ervaar en kant te kies in 'n poging om beheer oor die egskeddingsituasie te bekom. Toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hul egskeddingsituasies kan waarskynlik negatief beïnvloed word

wanneer hulle verantwoordelik was vir die inisiëring van hul egskeiding en hul dus op 'n direkte wyse deur hul nege- tot twaalfjariges vir gesinsverbrokkeling geblameer word. Laasgenoemde kan waarskynlik vererger word indien die nege- tot twaalfjariges hul aan die kant van hul nietoesighoudende ouer, wat hul negatief jeens hul toesighoudende ouer kan probeer beïnvloed, skaar. Sodoende kan ouerlike konflik in egskeidingsituasies voortgesit word wat toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hul egskeidingsituasies negatief beïnvloed.

➤ **Adolescente (13- tot 18-jariges)**

Die adolessente tydperk behels 'n eksperimentele periode en word gekenmerk deur die proses van onafhanklikheidswording, waartydens die adolessent streef om sy identiteit te formuleer. Dit is belangrik dat adolessente tydens hierdie tydperk oor rolmodelle wat hul kan naboots moet beskik, aangesien hul daardeur inligting vir hul eie identiteitsvorming verkry. (Vgl. Cantor en Drake 1983:7, Gerdes en Van Ede 1990:527 en Mallaby 2001:14).

Dit wil dus voorkom of adolessente streef om hul identiteit te formuleer te midde van baie konflikterende en kontrasterende eise en take. Aan die ander kant, kan toesighoudende ouers sigself ook, vanweë hul egskeidingsituasies, in 'n krisis bevind en besig wees om hul eie waardes, rolle en seksualiteit in heroorweging te neem (vgl. 5.3.4.5). Die verhouding tussen toesighoudende, geskeide ouers en hul adolessente kinders kan waarskynlik bemoeilik word wanneer hulle gelyktydig 'n "soortgelyke" identiteitskrisis beleef waartydens hulle hul eie waardes, rolle en seksualiteit evalueer en hul met mekaar begin meeding. 'n Toesighoudende vader kan byvoorbeeld as gevolg van sy egskeiding 'n identiteitskrisis beleef wat kan meebring dat hy op sy fisiese voorkoms begin fokus, soos sy adolessente seun aantrek en met die teenoorgestelde geslag, wat ouderdomsgewys nader aan sy seun se ouderdom is, sosiaal verkeer.

Adolescente kan die volgende reaksies op hul ouers se egskeiding openbaar (vgl. Clapp 1992:104, Neuman 1998:169 en Van Rensburg 2001:15-16):

- Gevoelens van verlies en simptome van 'n rouproses
- Identiteitsprobleme
- Woede
- Gevoelens van leegheid
- Konsentrasieprobleme

- Vrese oor die toekoms
- Onttrekking en depressie
- Angs rondom eie verhoudings en 'n latere huwelik
- Gevoelens van skaamte en vrees vir stigmatisering
- Toename in egosentrisme en verlaagde empatie met ouers
- Alkohol- en dwelmmisbruik
- Betrokkenheid by seksuele of kriminele aktiwiteite
- Verdeelde lojaliteite en aggressiewe gedrag.

Uit voorafgaande kan afgelei word dat adolessente in hul strewe na onafhanklikheid deur hul ouers se egskeidings negatief geraak kan word. Toesighoudende, geskeide ouers kan vanweë hul egskeiding identiteitskrisisse ervaar (vgl. 5.3.4.5), terwyl hul adolessente kinders hul terselfdertyd in 'n fase kan bevind wat ook met 'n identiteitskrisis gepaard gaan. Toesighoudende, geskeide ouers wat identiteitskrisisse ervaar kan in so 'n mate onseker voel ten opsigte van hul eie waardes, rolle en seksualiteit, dat hul dit moeilik vind om aan hul adolessente, wat soortgelyke onsekerhede ervaar, die nodige ondersteuning te bied. Laasgenoemde kan waarskynlik toesighoudende, geskeide ouers verward en ontoereikend as ouers laat voel en hul aanpassing by hul egskeidingsituasies negatief beïnvloed. Toesighoudende, geskeide ouers wat hul soos adolessente gedra, se aanpassing by hul egskeidingsituasies kan waarskynlik ook negatief beïnvloed word wanneer hul vanweë mededinging in konflik met hul adolessente kinders kom. Deur middel van gestaltgroepwerktegnieke en -aktiwiteite (vgl. 4.1- 4.12) kan toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) waarskynlik tydens gestaltgroepwerk bevorder word en kan hulle gelei word om met sigself in kontak te kom, sigself te aanvaar en hul ware self te word om as selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede maksimaal tot voordeel van hulle adolessente kinders te funksioneer.

#### ➤ ***Ouer as kind en kind as ouer***

'n Hewige, ongewenste of brutale egskeiding het die potensiaal om 'n volwassene te laat terugkeer na vorige ontwikkelingsfases of kan lei tot ongewone gedrag by die individu. Sommige geskeide volwassenes kan sover gaan om hulpeloos en afhanklik te word van ander, insluitende een of meer van hulle kinders, om na hul om te sien. 'n Rolverandering

vind plaas, waartydens die kinders die ouers se versorgers, beraders en vertrouelinge kan word. Hierdie ouers, wat meestal depressief, alleen en weerstandig is, of nie in staat is om na sigself om te sien nie, kan hulle kinders gebruik om hul pyn ten opsigte van die dag se werk en die alleenheid van die aande, te ontlaai. Die “ouerlike kinders” kan byvoorbeeld die huis na skool skoonmaak, koskook en na hul ouers se klagtes ten opsigte van gebeure by die werk luister. Eensaamheid kan ook meebring dat ouers oorbeskermend en oorbetrokke by hul kinders raak in ‘n poging om hul pyn te onderdruk. Ouers kan hul alleenheid probeer verdryf deur hul kinders by hul te laat slaap, of hul kan van alkohol en dwelmmiddels afhanklik word (vgl. 6.8). In ekstreme gevalle kan ouers so ver gaan om bloedskaande met hul eie kinders, as plaasvervangers van hul vorige huweliksmaats, te pleeg. (Vgl. Van Wyk en La Cock 1988:101, Hodges 1991:23 en Benedek en Brown 1995:90-92).

Eensame toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik in ‘n poging om hul pyn te onderdruk en verantwoordelikheid vir hul eie lewens te vermy, met hul kinders rolle omruil. ‘n Eie interpretasie is dat laasgenoemde gedrag ouers se aanpassing by hul egskeidingsituasies kan bemoeilik, deurdat hul van omgewingsteun afhanklik bly en nie selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) funksioneer nie. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van moontlike afhanklikheid van hul “ouerlike kind/ers” kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk bevorder word. Deur die gestaltgroepwerk kan hul in staat gestel word om met hul ware gevoelens (byvoorbeeld eensaamheid) in kontak te kom, dit in besit te neem (vgl. 3.8.3), verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hul eie lewe te neem en as selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede te funksioneer.

Die volgende word as waarskuwingstekens deur Benedek en Brown (1995:93) beskou en kan as aanduiding dien of ouers te veel van hul kinders afhanklik is:

- Reken op oudste kinders om grotendeels na jonger gesinslede om te sien.
- Verwag van kinders om maaltye voor te berei en die huishouding in so ‘n mate te behartig dat dit inmeng met die kinders se skoolwerk en sosiale aktiwiteite.
- Bespreek finansiële probleme in detail met hul kinders.
- Vra kinders se toestemming om uit te gaan (afsprake).
- Voorsien kinders van gedetailleerde inligting omtrent hul afsprake.
- Deel intieme inligting ten opsigte van hul huwelik en egskeiding met hul kinders.

- Praat oor hul seksuele aktiwiteite met hul kinders.
- Probeer om hul alleenheid of depressie te verlig deur die kinders tuis, weg van hul skole, te hou.
- Poog om hul kinders negatief te beïnvloed ten opsigte van besoeke aan nietoesighoudende ouers.
- Kla teenoor hul kinders oor *“hoe hard die lewe is”*.

Alhoewel toesighoudende ouers hul kinders by huishoudelike take behoort te betrek, moet dit ooreenkomstig hul ouderdom en ontwikkeling geskied. Gewoonlik behoort kinders onder 10 jaar nie sonder toesig gelaat te word nie, terwyl kinders onder 12 nie in beheer oor jonger kinders geplaas behoort te word nie. Ouer kinders behoort ook nie totaal verantwoordelik gehou te word vir die versorging van jonger broers en susters nie. Take wat aan kinders opglê word behoort nie met hul skoolwerk, slaap of tye saam met hul vriende in te meng nie. Sommige geskeide ouers kan vanweë skuldgevoelens wat na aanleiding van hul egskeidings ontstaan, alles self doen en geen take op hul kinders lê nie (Benedek en Brown 1995:95-96).

Dit wil dus voorkom of toesighoudende, geskeide ouers wel huishoudelike take aan hul kinders kan opdra, maar dat dit in oorleg met laasgenoemde se ouderdomme moet geskied. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik hulle kinders daarvan weerhou om selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer, wanneer hul alles self wil doen en hul kinders nie geleentheid wil bied om take te bemeester nie. Dit kan daartoe aanleiding gee dat die kinders van hul ouers afhanklik bly.

### **6.3.6 Sosiale ontwikkeling**

Volgens Erikson se teorie behoort individue tydens hul vroeë volwassenheid intimiteit met ander te kan ontwikkel. Hierdie intimiteit impliseer die vermoë tot hegte verhoudings met andere, 'n verhouding wat sowel die gee as die ontvang van liefde en vriendskap beteken. Die individu is nou gereed om sy eie identiteit, wat reeds in sy adolessente fase bereik is, met dié van ander individue saam te smelt. Dit kan opofferings en kompromieë vereis. Individue wat nie bereid is om sigself op laasgenoemde wyse in verhoudings te gee nie, kan eindig met gevoelens van isolasie en selfdemping. (Vgl. Olds en Papalia 1986:399 en Gerdes en Van Ede 1990:507.) Toesighoudende, geskeide ouers behoort dus in hul vroeë volwasse fase in staat te wees om hegte verhoudings, wat die gee en ontvang van liefde

en vriendskap beteken, met andere aan te knoop, ten einde isolasie en selfdemping te voorkom.

Alhoewel daar tydens vroeë volwassenheid minder geleentheid vir sosialisering is, vanweë die groot werklading wat spruit uit die kombinasie van verskeie nuwe rolle (byvoorbeeld, die gesins- en die werkkrol), speel vriendskap steeds 'n belangrike rol. Die bande wat individue tydens vroeë volwassenheid met familie en vriende smee, duur meestal voort deur die res van hul lewens. (Vgl. Olds en Papalia 1986: 427-428 en Gerdes 1988:353.) Individue in hul vroeë volwasse fase is geneig om meer van sigself in hul persoonlike verhoudings te gee en bekommer hul minder oor wat ander individue van hulle dink. Hulle is beter in staat om ander individue te aanvaar soos wat hulle is, te respekteer, te vertrou, hul geselskap te geniet en is minder op die verdediging en minder angstig in hul interpersoonlike verhoudings. Hulle toon groter belangstelling in ander individue se idees en is bereid om hul idees met ander te deel. In hierdie stadium is vriendskap geneig om hartlik en beleefd te wees. Individue in hul vroeë volwasse fase is tot werklike empatie in staat en is minder egoïsties as vroeër (Gerdes 1988:353). Dit blyk dus of individue se sosiale ontwikkeling in hul vroeë volwasse fase waarskynlik gekenmerk word deur empatie, aanvaarding van ander, minder egoïsties van aard te wees, minder begaan oor wat ander van hul dink en 'n bereidwilligheid om meer van sigself te gee.

Dit is gewoonlik tydens die vroeë volwasse jare wat die meeste individue 'n lewensmaat kies, onder meer iemand wat vertrou kan word, aan wie dinge toevertrou kan word en op wie geleun kan word vir begrip, ondersteuning, lojaliteit en vir ego-ondersteuning. Getroude individue maak tydens die vroeë volwasse tydperk op 'n nuwe dimensie, naamlik as huwelikspare, nuwe vriende. Hierdie is 'n element wat vriendskapsvorming meer kompleks maak, aangesien huweliksmaats se voorkeur ten opsigte van vriende kan verskil en dit die smee van gesamentlike vriendskapsbande kan bemoeilik. Huweliksmaats kan besluit om apart van mekaar vriendskapsbande te smee en/of gesamentlik met ander individue/huweliksmaats vriendskapsbande te smee, ten einde isolasie te vermy en om ekstra stimuleringsbronne te bekom. (Vgl. Olds en Papalia 1986: 427,429 en Gerdes 1988:353-354,360). Individue word derhalwe in hulle vroeë volwasse jare gekonfronteer met belangrike besluitneming ten opsigte van vriende en huweliksmaats om op te leun vir begrip, ondersteuning, lojaliteit en ego-ondersteuning.



Egskeidings bring dikwels veranderinge mee vir huweliksmaats ten opsigte van hul verhoudings met hul familie en vriende. Dit is veral mans (vgl. 6.1) wat na afloop van hul egskeidings probleme ondervind om te sosialiseer en nuwe vriendskapsbande aan te gaan (Burgoyne *et al.* 1987:109). In samehang hiermee is Guttman (1993:96) van mening dat, anders as enkelvaders, baie enkelmoeders in staat is om ou vriendskapsbande te behou of nuwe vriendskapsbande te smee. Egskeiding kan egter sosiale onttrekking en isolasie teweeg bring. Toesighoudende, geskeide ouers kan sosiale kontak beperk vanweë skuldgevoelens en gevoelens van verleentheid of bloot vanweë die hoë eise wat enkelouerskap aan hul stel. Gemeenskaplike vriende kan vanweë lojaliteitskonflikte dit problematies vind om met beide die geskeide huweliksmaats vriende te bly en derhalwe kan daar verbreking van vriendskapsbande voorkom. Getroude pare kan bedreig voel deur geskeide individue en onderliggende vrese mag gekoester word dat een van die geskeide individue 'n "derde party" in hulle huwelik kan word. (Vgl. Steyn, Van Wyk en Le Roux 1987:138, Guttman 1993:96-98 en Van Rensburg 2001:41-42).

Ter aansluiting hierby onderskei Clapp (1992:19-20) drie fases waarvolgens geskeide individue se verhoudings met getroude vriende na afloop van hul egskeidings kan ontwikkel:

**Fase een:** Tydens die eerste fase is die getroude vriende geneig om simpatiek na die nuut geskeide individue te luister, hulle te ondersteun en te bemoedig.

**Fase twee:** Tydens die tweede fase sien die getroude vriende die geskeide individu nie langer as 'n vriend in nood nie, maar as iemand wat in 'n nuwe rigting beweeg. Sommiges kan ondersteunend bly, ander kan bedreig of ongemaklik voel en sommige kan hul vriendskap tot een van die geskeide partye beperk. Diegene vir wie die egskeiding te pynlik is, kan hul vriendskap onttrek.

**Fase drie:** Geskeide individue kan tydens die derde fase wegbeweeg van die meeste van hul getroude vriende, deurdat hul nie langer dieselfde lewenstyl, belangstellings en bekommernisse deel nie. Nuwe vriendskapsbande word nou met ander individue, wat meer in gemeen het, gesmee. Geskeide individue kan vir tydperke alleen en geïsoleerd voel totdat nuwe vriendskapsbande gesmee word (Clapp 1992:19-20).

Dit blyk of egskeiding vir geskeide individue 'n verlies aan vriende inhou. Toesighoudende, geskeide ouers wat in 'n kwesbare tydperk hulle huweliksmaats verloor word waarskynlik gekonfronteer met 'n verlies aan vriende wat moontlik ondersteuning aan hul sou kon bied.

Vanuit die praktyk word waargeneem dat geskeide individue dikwels vanweë hul egskeidings ook bande met hul skoonfamilie, met wie hul vroeër goeie verhoudings gehandhaaf het, verloor. Geskeide individue kan sodoende van steun deur skoonfamilie ontnem word en dit kan moontlik tot verdere isolasie aanleiding gee. Daar word dus akkoord gegaan met Van Staden (1987:157) wat vriendskap, geselskap en kameraadskap van ander individue as 'n belangrike komponent vir die suksesvolle aanpassing by egskeidingsituasies beskou.

Geskeide vrouens wat 'n meer tradisionele geslagsrol beklee, of diegene wie se lewens tydens getroude lewe om hul huweliksmaats en kinders gesentreerd was, ondervind oor die algemeen meer probleme as beroepsvrouens om by hul egskeidingsituasies aan te pas (Van Rensburg 2001:41-42). 'n Eie interpretasie is dat geskeide vroue wat die beroepswêreld na hul egskeidings moet betree aan bykomende spanning en aanpassing blootgestel word, wat hulle aanpassing by hul egskeidingsituasie kan bemoeilik. Die geskeide beroepsvroue wat deurentyd in die beroepswêreld gebly het word nie aan sodanige bykomende aanpassing blootgestel nie.

Die meeste toesighoudende, geskeide moeders ondervind 'n gevoel van stigmatisering en isolasie, asook stremmings in hul verhoudings met mans. Getroude vriendinne wantrou hulle en hulle ervaar soms probleme om nuwe mansvriende te leer ken, aangesien hulle bang is dat hulle, onder andere, seksueel uitgebuit kan word. Alhoewel vriende geneig is om geskeide individue te verlaat, kan die teendeel ook waar wees, byvoorbeeld wanneer geskeide enkelouers ontuis voel tussen hul getroude vriende of hul vanweë finansiële probleme nie langer aan hul vriende se lewenstyl kan voldoen nie. (Vgl. Steyn *et al.* 1987:138, Guttman 1993:96-98 en Van Rensburg 2001:41-42.) Geskeide individue wat vir 'n derde party verlaat is, kan dit waarskynlik ook moeilik vind om met die teenoorgestelde geslag verhoudings aan te gaan, vanweë 'n gebrek aan vertrou.

Toesighoudende, geskeide ouers kan hulle na afloop van hul egskeidings na hul ouers wend vir ondersteuning. Alhoewel sodanige ouerlike betrokkenheid sekuriteit vir toesighoudende, geskeide ouers en hul gesinne kan bied, kan dit ook aanleiding gee tot spanning, afhanklikheidsgevoelens en ongevraagde advies ten opsigte van kinderopvoeding. (Vgl. Steyn *et al.* 1987:138 en Guttman 1993:96.) Vanuit die praktyk word waargeneem dat veral vroulike geskeide, toesighoudende ouers dikwels na afloop

van hul egskeidings, as gevolg van hul verlaagde lewenstandaard, vir 'n tydperk van hul ouers vir finansiële bystand afhanklik is. Sommige geskeides word finansiëel genoodsaak om, kinders en al, weer by hul ouers aan huis te gaan bly. Dit gee dikwels aanleiding tot generasiekonflik ten opsigte van die kinders se opvoeding en die toesighoudende ouers se doen en late. Toesighoudende, geskeide ouers wat emosioneel en finansiëel van hul ouers en ander vorme van omgewingsteun afhanklik bly, weerhou hul waarskynlik op dié wyse daarvan om selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer. Deur middel van gestaltgroepwerk kan toesighoudende, geskeide ouers se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik bevorder word, ten einde hul in staat te stel om selfregulerend (vgl. 2.3.2) te funksioneer, verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hul eie lewens te aanvaar en minder van omgewingsteun afhanklik te wees.

Samevattend kan afgelei word dat individue tydens hul vroeë volwasse jare intimiteit met ander ontwikkel. Hulle sosiale ontwikkeling word gekenmerk deur empatie, aanvaarding van ander, minder egoïsme, 'n mindere begaandheid oor wat ander van hul dink en 'n bereidwilligheid om meer van sigself te gee. Individue word in hul vroeë volwasse jare gekonfronteer met belangrike besluitneming ten opsigte van huweliksmaats om op te leun vir begrip, ondersteuning, lojaliteit en ego-ondersteuning. Egskeiding kan egter vir die individu in die vroeë volwasse fase sosiale verliese meebring, naamlik dié van 'n huweliksmaat, vriende en selfs familie.

### **6.3.7 Morele ontwikkeling**

Morele ontwikkeling verwys na die veranderinge wat in die individu se etiese en morele oordele plaasvind (Gerdes 1988:320). Vanuit die praktyk word waargeneem dat egskeiding dikwels aanleiding gee tot veranderinge in toesighoudende, geskeide ouers se etiese en morele oordele. Toesighoudende, geskeide ouers wat byvoorbeeld voor hul egskeidings saamleefverhoudings negatief beoordeel het, raak dikwels na hul egskeidings in saamleefverhoudings wat vir hul *“aanvaarbaar”* word, betrokke. Die ontwikkeling van morele oordeel vind volgens Kohlberg se teorie op drie vlakke plaas, waarvan elkeen uit twee stadia bestaan. Die drie vlakke behels die prekonvensionele vlak, die vlak van moraliteit of konvensionele moraliteit en die vlak van moraliteit van selfaanvaarde of outonome morele beginsels (of die postkonvensionele vlak). (Vgl. Gerdes 1988:320-321, asook Louw, Schoeman, Van Ede en Wait 1990:360.) Tabel 6 bied 'n voorstelling van Kohlberg se vlakke en stadia van morele ontwikkeling (Gerdes 1988:321).

**TABEL 6 : KOHLBERG SE TEORIE VAN MORELE ONTWIKKELINGVLAKKE EN STADIA**

<b>Vlak</b>	<b>Stadia</b>
<p><b>Vlak een: Prekonvensioneel</b> (ouderdomme 4-10 jaar)</p>	<p><b>Stadium een:</b> Moraliteit word bepaal deur die vrees vir straf en deur gehoorsaamheid.</p> <p><b>Stadium twee:</b> Moraliteit word bepaal deur eiebelang; dit wil sê goeie gedrag ten einde belonings te ontvang.</p>
<p><b>Vlak twee: Moraliteit van konvensionele rolkonformiteit</b> (ouderdomme 10-13 jaar)</p>	<p><b>Stadium drie:</b> "Goeie seun"-moraliteit: soeke na goedkeuring, deur byvoorbeeld ander te help.</p> <p><b>Stadium vier:</b> Respek vir die behoud van sosiale orde, om jou plig te doen.</p>
<p><b>Vlak drie: Moraliteit van selfaanvaarde beginsels</b> (gewoonlik gedurende postadolessensie en vroeë volwassenheid, soms vroeër en soms nooit)</p>	<p><b>Stadium vyf:</b> Moraliteit van kontrak, van individuele regte en demokraties aanvaarde wette, gehoorsaamheid aan die wet.</p> <p><b>Stadium ses:</b> Moraliteit van universele etiese beginsels, gehoorsaamheid aan persoonlike beginsels, standarde en die gewete.</p>

**Bron: Gerdes (1988:321).**

Vir die doeleindes van hierdie navorsing word slegs op vlak drie gefokus, naamlik die vlak van moraliteit van selfaanvaarde beginsels, wat volgens Gerdes (1988:321) gewoonlik gedurende die postadolessensie en vroeë volwassenheid bereik word.

➤ ***Vlak drie: Moraliteit van selfaanvaarde beginsels***

Op die derde vlak van morele ontwikkeling omskryf die individu moraliteit volgens die nakoming van maatskaplik aanvaarde standarde, regte of pligte. Individue is op hierdie vlak in staat om rasioneel besluite oor botsende standarde te neem (Gerdes 1988:322). Volgens Thom (1990:430) word morele waardes en beginsels wat geldig is en wat toegepas kan word, onafhanklik van die gesag van groepe of individue wat hierdie

beginsels handhaaf, nou deur die individu gedefinieer. Individue kan byvoorbeeld vanweë hul bewustheid ten opsigte van hul persoonlike waardes en menings nie verder hul ouers se sosiale en politieke waardes onvoorwaardelik aanvaar nie. Dit wil dus voorkom of toesighoudende, geskeide ouers in hul vroeë volwasse fase tydens die derde vlak van morele ontwikkeling in staat behoort te wees om op 'n onafhanklike wyse die samelewing se morele waardes en beginsels te evalueer en dit te assimileer (vgl. 2.3.5.1) of te verwerp. 'n Toesighoudende, geskeide ouer wat in samevloeiing (vgl. 2.3.5.3) met sy gewese huweliksmaat was, sal dit waarskynlik vanweë 'n gebrek aan selfondersteuning (vgl. 3.8.2) moeilik vind om na hul egskeiding die samelewing se morele waardes op 'n onafhanklike wyse (sonder die gewese huweliksmaat) te evalueer en rasioneel besluite oor botsende standaarde te neem. Deur middel van gestaltgroepwerktegnieke en -aktiwiteite (vgl. 4.2 en 4.11.2.3) kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik gelei word tot verhoogde selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2), ten einde hulle in staat te stel om hulle eie menings te lug (vgl. 2.8.2.1), besluite te neem (vgl. 3.8.2.3) en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hul eie lewens te neem.

- ***Stadium vyf: Moraliteit van kontrak, individuele regte en demokraties aanvaarde reg***

Gedurende hierdie stadium word die norme van korrek en verkeerd omskryf volgens wette en vasgestelde reëls en word hulle beskou as rasioneel, as verteenwoordigend van wat vir die meerderheid aanvaarbaar is en wat tot die welsyn van die samelewing bydra. Wette word beskou as arbitrêr en feilbaar, maar word desondanks as norm van wat reg is aanvaar. Verpligtinge word beskou as kontrakte eerder as die noodsaaklike bevrediging van die individuele behoeftes van ander. Benewens hierdie konformering met algemene standaarde, dien die individu se persoonlike waardes en menings ook as maatstaf vir wat korrek of verkeerd is. Wanneer daar egter konflik tussen individue se standaarde en vasgestelde reëls en wette is, sal laasgenoemde aanvaar word, vanweë die siening dat dit moreel verpligtend is om die samelewing se reëls te handhaaf. (Vgl. Gerdes 1988:322 en Thom 1990:430).

Dit wil voorkom asof toesighoudende, geskeide ouers tydens hierdie stadium norme van wat korrek en verkeerd is vanuit sowel die samelewing se wette en vasgestelde reëls, as hul eie waardes en menings beoordeel. Die samelewing se wette en vasgestelde reëls blyk die swaarste te weeg en eerder, as gevolg van die nakoming van morele pligte, aanvaar te

word. 'n Eie interpretasie is dat die samelewing se wette en vasgestelde reëls introjekte (vgl. 2.3.5.1) in toesighoudende, geskeide ouers se lewens kan word, deurdat hulle dit kritiekloos kan inneem sonder om dit te assimileer (vgl. 2.3.5.1). Toesighoudende, geskeide ouers kan hier moontlik konflik ervaar ten opsigte van hul “*topdog*”- en “*underdog*”- verskille (vgl. 2.3.6), deurdat hul kan worstel met wat hulle behoort te doen (die voorskrifte van die samelewing wat deur die “*topdog*” verteenwoordig word) en wat hul graag wil doen (persoonlike norme en beginsels wat deur die “*underdog*” verteenwoordig word). 'n Toesighoudende, geskeide ouer kan byvoorbeeld worstel met 'n begeerte om weer in die huwelik te tree (“*underdog*”) teenoor die samelewing, byvoorbeeld die kerk se voorskrifte (“*topdog*”), dat dit verkeerd is om na 'n egskeiding met iemand anders, buiten die betrokke se gewese huweliksmaat, in die huwelik te tree. Laasgenoemde konflik kan waarskynlik 'n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) in die betrokke toesighoudende, geskeide ouer se lewe word wat hom van energie kan beroof en hom daarvan weerhou om as geïntegreerde eenheid (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) met sy lewe voort te gaan.

- ***Stadium ses: Moraliteit van individuele gewetensbeginsels***

In hierdie finale stadium van die morele ontwikkeling beskou individue moraliteit nie net volgens die bestaande norme nie, maar ook volgens hul gewete of selfverkose geïnternaliseerde abstrakte etiese beginsels. Hierdie beginsels behels dus nie konkrete morele reëls nie, maar universele beginsels oor geregtigheid, gelykheid van menseregte en respek vir die waardigheid van die mens as individu. Individue wat hierdie vlak van morele oordeel bereik, tree volgens hul beginsels op, ongeag ander se reaksies. Die gewete word beskou as 'n belangriker rigsgnoer as die reaksies van ander en indien individue nie volgens hul eie beginsels optree nie, ervaar hul skuldgevoelens en veroordeel hulle hul eie optrede. (Vgl. Gerdes 1988:322 en Thom 1990:430).

Dit wil voorkom asof toesighoudende, geskeide ouers wat hierdie stadium van morele ontwikkeling bereik in staat is om hulle eie beginsels te vorm en voorskrifte vanuit die samelewing te evalueer en slegs dit te assimileer (vgl. 2.3.5.1) wat ooreenstemming toon met hul eie waardes en beginsels. 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers tydens hierdie stadium selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) funksioneer, deurdat hulle in kontak met hul eie beginsels (gevoelens) is, nie sondermeer voorskrifte vanuit die samelewing inneem sonder om dit te assimileer nie en nie van omgewingsteun afhanklik is om vir hul voor te skryf hoe om op te tree of te dink nie. In die lig daarvan dat

individue hulle eie optrede veroordeel en skuldgevoelens ervaar wanneer hulle nie hulle eie beginsels gehoorsaam nie, kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers wat negatief oor egskeidings voel, nie hulle egskeidings geïnisieer het nie en nie uit vrye wil wou skei nie, waarskynlik met skuldgevoelens en selfbeoordeling kan worstel wanneer hulle dan wel na aanleiding van hul huweliksmaats se optrede skei en hulle dan voel dat hulle nie volgens hul eie beginsels opgetree het nie. Laasgenoemde skuldgevoelens en selfbeoordeling kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik daarvan weerhou om as bewuste (vgl. 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde eenhede (vgl. 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer.

Samevattend kan gemeld word dat morele ontwikkeling verwys na die veranderinge wat in die individu se etiese en morele oordele plaasvind. Die ontwikkeling van morele oordeel vind volgens Kohlberg se teorie op drie vlakke plaas, waarvan elkeen uit twee stadia bestaan. Vir die doeleindes van hierdie navorsing word hoofsaaklik gefokus op die vlak van moraliteit van selfaanvaarde beginsels wat gewoonlik gedurende die postadolessensie en vroeë volwassenheid bereik word. Laasgenoemde vlak bestaan uit stadium vyf (moraliteit van kontrak, individuele regte en demokratiese aanvaarde reg) en stadium ses (moraliteit van individuele gewetensbeginsels). Toesighoudende, geskeide ouers kan in stadium vyf moontlik konflik ervaar ten opsigte van hul “*topdog*”- en “*underdog*”- verskille (vgl. 2.3.6), deurdat hulle kan worstel met wat hulle behoort te doen (die voorskrifte van die samelewing wat deur die “*topdog*” verteenwoordig word) en wat hulle graag wil doen (persoonlike norme en beginsels wat deur die “*underdog*” verteenwoordig word). Indien konflik tussen die toesighoudende, geskeide ouer se standaard (“*underdog*”) en die samelewing se vasgestelde reëls en wette (“*topdog*”) ontstaan, sal laasgenoemde aanvaar word, vanweë die siening dat dit moreel verpligtend is om die samelewing se reëls te handhaaf. Wanneer ‘n toesighoudende, geskeide ouer nie in staat is om integrasie (vgl. 2.5.3 en 3.3.3) ten opsigte van sy polariteitsgeskille (vgl. 2.3.6, “*topdog-underdog*”) te bereik nie kan hy waarskynlik die samelewing se wette en vasgestelde reëls inneem sonder om dit te assimileer en kan dit uiteindelik introjekte (vgl. 2.3.5.1) in sy lewe word. Toesighoudende, geskeide ouers wat stadium ses van die morele oordeel bereik, tree volgens hul beginsels op, ongeag ander se reaksies. Hulle tree dus met bewustheid, selfondersteuning en volgens hul ware self op.

### 6.3.8 Emosionele ontwikkeling

Individue in hul vroeë volwassenheid wat hul op die nuwe terreine van werk, die huwelik en ouerskap bevind, ervaar dikwels aansienlike spanning, vanweë onsekerheid oor hoe om onder bepaalde omstandighede op te tree. Die ervaring van sodanige spanning word verskerp deur die emosionele onbestendigheid wat kenmerkend van vroeë volwassenheid is. In die dertigerjare, wanneer jong volwassenes hulle in hul beroepe en huwelike vestig, word hulle oor die algemeen kalmer. Individue in die vroeë volwasse stadium is tot werklike empatie in staat, is minder egoïsties as vroeër en gee meer vir ander om (Gerdes 1988:353).

Egskeiding, wat 'n tydperk van pynvolle aanpassing behels, kan egter onvermydelike spanning vir huweliksmaats in die vroeë volwassenheid meebring. (Vgl. Olds en Papalia 1986:413, Rice en Rice 1986:36 en Clapp 1992:32.) Na afloop van hul egskedings kan individue hulle in 'n toestand bevind wat elemente van rou bevat (Suid-Afrikaanse Nasionale Raad vir Kinder- en Gesinsorg 1988:36). In samehang hiermee beskou Rice en Rice (1986:36) en Van Wyk en La Cock (1988:100) die tydperk na 'n egskeding as 'n tydperk van rou. Volgens Rice en Rice (1986:59) behels die rouproses na afloop van 'n egskeding vier fases. Tydens die *eerste fase* van die rouproses weier geskeide individue om die realiteit van hul "*dooië*" huwelik te erken. Ontkenning dien as 'n buffer teen die skokkende nuus en behels meestal 'n tydelike verdedigingsmeganisme (Groenewald 2002a:146).

Die *tweede fase* behels 'n protesstadium, waartydens geskeide individue gevoelens van aggressie, woede, afguns en gekrenktheid ervaar. Aggressie, wat geskeide individue teenoor familieledes kan rig, kan die gevolg wees van selfbejammering, die graad van verwerping, ego-beskadiging en 'n innerlike vrees dat hul nie oor die vermoë beskik om liefgehê te word nie. Volgehoue blaam en aggressie kan geskeide individue daarvan weerhou om bewus te word van hul aandeel/verantwoordelikheid vir die verbrokkeling van hul huwelik. (Vgl. Rice en Rice 1986:60 en Groenewald 2001a:146.)

Die *derde fase* van die rouproses behels wanhoop, rou en depressie en word gekenmerk deur hartseer, terughouding, vrees, onttrekking van ander, gevoelens van persoonlike mislukking en verwardheid. Die *vierde* en finale fase van losmaking behels emosionele aanvaarding en heraanpassing. Geskeide individue voel tydens dié fase emosioneel geskei



van hul vorige huweliksmaats en begin vanweë nuut vrygestelde energie hul lewens herstruktureer, ten einde die realiteit van hul nuwe enkelstatus te reflekteer (Rice en Rice 1986:60).

‘n Eie interpretasie is dat geskeide individue tydens die finale fase van rou vanuit hul eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5) funksioneer deurdat hulle onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) tydens die fase voltooi blyk te wees en hulle nuut verwerfde energie aanwend om by hul egskeidingsituasies aan te pas en voort te gaan met hul lewens. Ter aansluiting hierby beskou Van Wyk en La Cock (1988:100) die routyperk na afloop van egskeiding as ‘n tydperk waartydens individue sigself werklik losmaak van hul vorige huweliksmaats, stabiliteit en sekuriteit herwin en weer perspektief op hul lewensituasie kry. Dit is van uiterste belang dat geskeide individue oor hul mislukte huwelike moet rou. (Vgl. Buidendach 1990:242, Clapp 1992:40 en Groenewald 2001a:144.) Rouwerk behoort met groot deeglikheid gedoen te word, anders kan die geskeide individu voortdurend lewe in die teenwoordigheid van die “*oop kis*” van die “*dooie*” huwelik (Buidendach 1990:243).

Hieruit kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers se onderdrukte gevoelens onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in hul lewens kan word wat voortdurend met hul lewens kan inmeng deur voortdurend op hul figuurgrond (vgl. 2.3.3) te verskyn ten einde voltooi te word. Hierdie onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) kan hul aanpassing by hul egskeidingsituasies negatief beïnvloed. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik deur middel van gestaltgroepwerk gelei word tot verhoogde bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2), ten einde verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hul eie lewens te aanvaar, en as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te rou oor hul egskeidings en daarby aan te pas.

Geskeide ouers voel die meeste angstig, depressief, kwaad, verwerp en onbevoeg een jaar na hul egskeiding (Hultsch en Deutsch 1981:274). Dit kan vir geskeide individue tussen twee en vier jaar neem om volkome oor hul egskeidings te kom. (Vgl. Rice en Rice 1986:19 en Van Staden 1987:102.) In samehang hiermee is Engelbrecht *et al.* (1999:45) van mening dat dit tussen twee tot drie en ‘n half jaar vir individue kan neem om emosioneel na hul egskeidings te herstel. Die herstelproses gaan gepaard met die vermoë om hul lewens te herorganiseer, hul eie behoeftes van hul kinders se behoeftes te onderskei, verantwoordelikheid vir sigself en hul behoeftes te aanvaar en betekenis te heg aan die

redes vir hul egskeidings. Dit wil dus voorkom asof die herstelproses na afloop van 'n egskeiding gepaard gaan met bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) om behoeftes te identifiseer, selfregulerend (vgl. 2.3.2) te funksioneer en verantwoordelikheid (vgl. 2.8.2.3) vir sigself te aanvaar, wat dus ooreenstemming met die doelstellings van gestaltterapie (vgl. 2.5) en gestaltgroepwerk toon (vgl. 3.3). 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) benodig, ten einde by hul egskeidingsituasies aan te pas en maksimaal tot voordeel van hulle kinders te funksioneer.

Die volgende tekens kan volgens Van Staden (1987:141) daarop dui dat die rouproses, wat met egskeiding gepaard gaan, min of meer voltooi is:

- Bitterheid en wraakgevoelens teenoor die gewese huweliksmaat kom slegs van tyd tot tyd voor.
- Die teenoorgestelde geslag word nie meer as 'n bedreiging beskou nie.
- Pogings word aangewend om oplossings te vind.
- Kontak met vriende word herstel en nuwe vriende word gemaak.
- Daar word aanvaar dat egskeiding die enigste werklike oplossing vir 'n destruktiewe huwelik was.

Toesighoudende, geskeide individue se rouproses na afloop van hul egskeiding is waarskynlik voltooi wanneer hul onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) ten opsigte van hul egskeiding voltooi is, hul selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerd (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) funksioneer en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hul eie lewe aanvaar. Hulle sal waarskynlik na afloop van hul rouproses oor meer energie beskik en in staat wees om met hul lewens voort te gaan, wanneer hul deur al die lae van neurose (vgl. 3.6.1) beweeg het en volgens hul ware self begin funksioneer.

Verskeie outeurs (Van Staden 1987:132-141, Clapp 1992:32-45 en Groenewald 2002a:160-164) is van mening dat verskillende gevoelens, wat mekaar afwissel, tydens die tydperk van rou kan manifesteer. Hierdie gevoelens sluit in ontkenning, ambivalensie, onsekerheid, vrees, spanning, ang, wrewel, vyandigheid, bitterheid, woede, hartseer, rou, eensaamheid, negatiewe selfbeeld en ervaring van die self as 'n mislukking, selfverwyt, skuld- en berougevoelens, wanhoop en depressie. Voorts word die onderskeie gevoelens bespreek.

### ➤ **Ontkenning**

Gewoonlik is ontkenning die eerste respons na 'n egskeiding. Emosioneel verkeer individue wat nie hul egskeiding wil erken nie, in 'n toestand van skok. Hulle is stomgeslaan en voel soos robotte. Aanvanklike ontkenning is normaal, aangesien geskeide individue daardeur van tyd voorsien word om krag op te bou om die realiteit van hul egskeidings op latere stadiums in die gesig te staar. (Vgl. Burgoyne *et al.* 1987:113,115 en Clapp 1992:39). Sommige individue kan poog om hul gevoelens te onderdruk, deur hulle van hul gevoelens te distansieer. Hulle kan byvoorbeeld hul gevoelens ignoreer en hul verliese ontken of hul energie in hul werk belê en hul fanaties besig hou en sodoende weinig energie en tyd oorbê om in hul persoonlike behoeftes en hul geliefdes (kinders) se behoeftes te voorsien. Volgehoue ontkenning kan egter selfvernietigend wees, deurdat individue deur die ontkenning en onderdrukking van hul gevoelens emosioneel aan hul vorige huwelik en huweliksmaat gebind kan bly. Sodoende kan individue sigself daarvan weerhou om met hul lewens voort te gaan en by hul egskeidingsituasies aan te pas. (Vgl. Clapp 1992:36 en Benedek en Brown 1995:94.)

Toesighoudende, geskeide ouers kan sigself derhalwe probeer beskerm deur hul ware gevoelens te ontken. Volgehoue ontkenning kan hulle waarskynlik daarvan weerhou om as selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede te funksioneer en by hul egskeidingsituasies aan te pas, deurdat hul onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) ten opsigte van hul vorige huwelikslewe voortdurend op hul figuurgrond (vgl. 2.3.3) kan verskyn om voltooi te word en sodoende met hul lewens kan inmeng. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid (vgl. 1.9.6, 2.5.1 en 3.3.1) kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk bevorder word, ten einde hul in staat te stel om met gevoelens wat hul ontken in kontak te kom, dit in besit te neem (vgl. 3.8.3) en effektiewe wyses te vind om dit in die toekoms te hanteer.

### ➤ **Ambivalensie**

Geskeide individue kan na afloop van hul egskeidings met ambivalente gevoelens gekonfronteer word. Hulle kan byvoorbeeld op dieselfde tydstip gevoelens van verligting en verlies, haat en woede en afwisselende behoeftes aan toenadering en verwerping ervaar. Hierdie ambivalente gevoelens kan geskeide individue daarvan weerhou of dit bemoeilik om finale oplossings te vind. (Vgl. Parkinson 1987:121, Hoffman en Pincus 1989:12 en Groenewald 2002a:164.) 'n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers

waarskynlik ambivalente gevoelens kan ervaar vanweë konflik wat tussen hul “*topdog*” en “*underdog*” (vgl. 2.3.6) kan ontstaan. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk geleentheid kry om van hul ambivalente gevoelens (vgl. 2.3.6, “*topdog*”- en “*underdog*”-verskille) by wyse van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) bewus te word en dit te integreer (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3), ten einde as geïntegreerde eenhede te funksioneer.

➤ ***Onsekerheid, vrees, spanning en ang***

Die emosionele band van die huwelik word nie sonder meer vernietig sodra die betrokkenes finaal geskei is nie. Die fokussering op die verlore figuur na die egskeiding kan tot skeidingsangs aanleiding gee. “*Uitgestelde rou*” kan voorkom wanneer daar sporadies kontak gemaak word of die gewese huweliksmaat dikwels aanwesig is en die hoop op versoening bestaan (Van Staden 1987:141). Preokkupasie met gedagtes en fantasieë ten opsigte van die gewese huweliksmaat kan plaasvind en die gewese huweliksverhouding kan voortdurend herleef word. (Vgl. Jacobson 1983:214, 220 en Buitendach 1987:68.)

Gevoelens van intense ongemak kan ontstaan wanneer die verlore huweliksmaat nie toeganklik is nie, wat kan meebring dat die betrokke geskeide individu opstandigheid en woede oor die verlies kan ervaar. Sommige geskeide individue kan innerlik weier om sigself as geskei te beskou en kan dit moeilik vind om in ‘n kort tydperk die band met hul gewese huweliksmaats te verbreek. In sommige gevalle kan laasgenoemde selfs aanleiding gee tot voortgesette seksuele verhoudings met gewese huweliksmaats. (Vgl. Burgoyne *et al.* 1987:112 en Van Staden 1987:132-133).

Dit wil dus voorkom asof toesighoudende, geskeide ouers in die verlede kan leef of fantaseer in ‘n poging om hul gevoelens te onderdruk en nie die realiteit van die “*hier en nou*” in die gesig te staar nie. Deur te fokus op die polariteit (vgl. 2.3.6) van hul vorige huwelikslewe (goeie en slegte tye) kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik gelei word om hul gevoelens in die hier en nou te ervaar en dit in besit te neem (vgl. 3.8.3), ten einde in staat te wees om as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer.

Alhoewel beide huweliksmaats deur egskeiding, wat naas die dood as die stresvolste gebeurtenis beskou word, geraak word is dit veral die huweliksmaat wat nie die egskeiding

geïnisieer het nie en wat derhalwe onvoorbereid was, wat die meeste spanning ervaar (Clapp 1992:32). Angs kan in egskeidingsituasies ontstaan wanneer die bekende verlede met 'n onbekende toekoms vervang word, wanneer emosies onstuimig is, besluite geneem moet word en daaglikse probleme oplossings vereis. Die tydperk na die egskeiding word ook deur angsdrome en soms paniek gekenmerk. Toetrede tot die beroepswêreld en finansiële probleme kan vir geskeide individue vrees en onsekerheid meebring. Dit is veral geskeide vrouens wat intense vrees vir die toekoms toon vanweë die verlies aan 'n manlike huweliksmaat, wat tradisioneel in die huishouding vir die fisieke beskerming en veiligheid van die gesin verantwoordelik was. (Vgl. Van Staden 1987:132,141 en Van Rensburg 2001:44.)

Die veranderinge en verliese wat met egskeidingsituasies gepaardgaan kan dus moontlik vir toesighoudende, geskeide ouers spanning, onsekerheid en angs meebring. Onderdrukte gevoelens kan waarskynlik die noodsaaklike rouproses uitstel, wat toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hul egskeidingsituasies negatief kan beïnvloed. Toesighoudende, geskeide ouers kan tydens gestaltgroepwerk deur middel van gestaltterapeutiese tegnieke en aktiwiteite (vgl. 4.1- 4.13) moontlik gelei word om bewus te word van hul gevoelens, dit te erken en in besit te neem (vgl. 3.8.3) en effektiewe wyses (byvoorbeeld die bemeestering van ontspanningstegnieke) te vind om dit in die toekoms te hanteer, sodat hul daardeur in staat gestel kan word om as bewuste (vgl. 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede by hul egskeidingsituasies aan te pas.

➤ ***Wrewel, vyandigheid en bitterheid***

Die meeste egskeidings is gevul met wrewel en bitterheid. Dit is die belangrikste faktor na 'n egskeiding wat kommunikasie tussen geskeide pare afbreek, onnodig druk op die kinders plaas en in die pad staan van 'n nuwe begin. Individue wat baie swaar gedurende hul huwelikslewe gekry het en diegene wat sigself as die verloorder in die egskeidingsituasie beskou, kan mismoedig, wrewelig en verbitterd voel (Van Wyk en La Cock 1988:104). Vanuit die praktyk word waargeneem dat wrewel en bitterheid dikwels aanleiding gee tot uitgerekte konfliktsituasies tussen die gewese huweliksmaats, met die kinders wat meestal as tussengangers ("*speelballe*") betrek word. Deur middel van gestaltterapeutiese tegnieke en aktiwiteite (vgl. 4.1-4.13) kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik tydens gestaltgroepwerk gelei word om in kontak met hul moontlike

gevoelens van wrewel, vyandigheid en bitterheid te kom en bewus te word van hoe dit hul aanpassing by hul egskeidingsituasies beïnvloed, sodat hul daardeur in staat gestel kan word om hul gevoelens te erken en dit in besit te neem (vgl. 3.8.3) en as selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede verantwoordelikheid vir hul eie lewens te neem.

### ➤ **Woede**

Woede en egskeiding gaan hand aan hand en derhalwe kan woede in egskeidingsituasies vermag word (Clapp 1992:58). Woede kan uit verskeie gevoelens voortspruit, byvoorbeeld vernedering, seerkry, verwerping, bedreiging en hulpeloosheid en wel vanweë die volgende redes (Clapp 1992:58):

- Opgeboude frustrasie
- Onvervulde verwagtinge
- Verliese en teleurstellings
- Gekrenkte selfbeeld
- Onbevredeigde behoeftes aan liefde
- Onsekerheid oor die toekoms
- Konflik ten opsigte van eiendomsverdeling, onderhoud en beheer en toesig

Vanuit die praktyk word waargeneem dat gewese huweliksmaats dikwels na afloop van hul egskeidings konflik ten opsigte van die betaling van onderhoud en die opvoeding van hul kinders ervaar. Nietoesighoudende ouers se kontakgeleenthede met hul kinders wek verder konflik, veral in gevalle waar die nietoesighoudende ouers beloftes in dié verband nie nakom nie of waar die nietoesighoudende ouers reken dat die toesighoudende ouers die kinders negatief beïnvloed om kontak met hul te verhoed.

Geskeide individue bly aan hul vorige huweliksmaats gebonde vir solank as wat hul kwaad bly. Deur emosionele energie in woede en weerwraak te belê, word individue daarvan weerhou om nuwe lewens na hul egskeidings op te bou. Die verwerking van woede word as noodsaaklik beskou ten einde by egskeidingsituasies aan te pas. Woede wat uitgedruk word neig om die bande met die vorige huweliksmaat te verbreek, terwyl onderdrukte woede neig om die bande in stand te hou. (Vgl. Cantor en Drake 1983:8 en Clapp 1992:58-59, 61, 77.)

Hieruit kan afgelei word dat dit vir toesighoudende, geskeide ouers normaal is om woedend na afloop van hul egskeidings te voel, maar dat volgehoue woede hul aanpassing by hul egskeidingsituasies negatief kan beïnvloed. Volgehoue woede dui waarskynlik op geskeide individue se onvermoë om sigself emosioneel van hul vorige huwelike los te maak en derhalwe om hul onvoltooidhede (vgl. 2.5.3) te voltooi. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van hul gevoelens van woede kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk bevorder word, ten einde hul in staat te stel om hul woede te erken, dit in besit te neem (vgl. 3.8.3) en daarvoor verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) te neem deur 'n keuse te maak om hul woede meer effektief in die toekoms te hanteer.

Daar kan tussen “ou” en “nuwe” woede onderskei word. “Ou” woede behels situasies wat nie verander kan word nie, byvoorbeeld die seerkry wat in die verlede plaasgevind het kan nie verander word nie. “Nuwe” woede spruit voort uit situasies in die hier en nou, byvoorbeeld vorige huweliksmaats wat nalaat om onderhoud ten opsigte van hul kind/ers te betaal. Ten einde in staat te wees om by hul egskeidingsituasies aan te pas behoort geskeide individue van sowel hul “ou” as hul “nuwe” woede ontslae te raak (Clapp 1992:60). Geskeide individue kan gelei word om hul woede, wat eers erken moet word, op die volgende konstruktiewe wyses te hanteer (Clapp 1992:61-67):

- Skryf aan vorige huweliksmaats briewe en meld alles wat in die verlede seergemaak het. Die briewe, wat nooit gepos word nie, kan geskeide individue help om bewus te word van hul gevoelens, dit te erken en dit te besit. Vanuit die praktyk word waargeneem dat die skryf van briewe 'n niebedreigende wyse is om veral introverte wat dit moeilik kan vind om hul gevoelens verbaal uit te druk in staat stel om met hul onderdrukte gevoelens in kontak te kom.
- Fisiese oefening is 'n uitstekende wyse om die emosionele energie, wat deur die woede voortgebring word, te kanaliseer.
- Herkanaliseer emosionele energie na konstruktiewe aktiwiteite, byvoorbeeld kunsaktiwiteite.
- Praat oor gevoelens.
- Hou 'n joernaal aan waarin gevoelens skriftelik uitgedruk en gemonitor kan word.
- Huil.
- Skreeu en slaan 'n kussing.

- Voer onbedwingbare drange om wraak te neem in fantasieë uit (nie in die realiteit). Wysig selfspraak deur “*moets*” te elimineer en te vervang met voor- en afkeure.
- Skep deur middel van fantasie ‘n humoristiese beeld ten opsigte van ‘n vorige huweliksmaat (fantaseer hom/haar byvoorbeeld as ‘n groot baba met ‘n vuil doek, harige bene en wat ‘n fopspeen suig) en dink daaraan wanneer jy weer vir hom kwaad word.

Dit wil voorkom of toesighoudende, geskeide ouers ten einde in staat te wees om by hulle egskeidingsituasies aan te pas, in staat behoort te wees om hul gevoelens van woede te erken en op positiewe wyses te hanteer. “*Ou*” woede kan moontlik op onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in die lewens van toesighoudende, geskeide ouers dui. Laasgenoemde kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk geleentheid kry om met meer effektiewe wyses te eksperimenteer om hulle woede te hanteer, ten einde hul in staat te stel om hul konflik meer effektief in die toekoms te hanteer en as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer.

#### ➤ **Hartseer en rou**

Na die egskeiding word individue gekonfronteer met verhoudings wat bestaan het en steeds benodig word maar tans vernietig is en daarmee saam, vroeëre gedragpatrone wat nie meer van toepassing is nie. In egskeidingsituasies kan individue aan sowel goeie herinneringe, as aan die laaste slegte herinneringe van hul huwelikslewe dink en nabetraging doen van wat was en wat kon gewees het. Laasgenoemde en die doelgerigte verwerping deur huweliksmaats kan tot intense gevoelens van verlies en hartseer aanleiding gee. (Vgl. Van Staden 1987:132 en Clapp 1992:39.) Geskeide individue kan in so ‘n mate deur hul hartseer oorweldig word dat hul uit beheer, hulpeloos en gedreineer kan voel en probleme kan ondervind om te slaap, te eet en te konsentreer. Geskeide individue kan hul gevoelens van hartseer en verlies vermy deur hul werklike gevoelens te verbloem en voor te gee dat hul gelukkig voel oor die beëindiging van hul huwelike. Hulle besef nie dat die erkenning van hulle gevoelens van hartseer en rou hulle kan help om van hul vorige huweliksverhoudings bevry te word nie (Clapp 1992:40).

Hieruit kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers kan poog om sigself teen hul gevoelens van hartseer te beskerm deur “*voorgegedrag*” te openbaar en sodoende hul ware gevoelens te ontken. Geskeide individue tree waarskynlik hier nog vanuit hul vals



laag (vgl. 3.6.1.1) en fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) op, deurdat hulle nie volgens hul ware self optree nie. Toesighoudende, geskeide ouers wat hul ware rou en gevoelens van hartseer onderdruk en vermy, kan waarskynlik tydens gestaltgroepwerk gelei word tot verhoogde bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) van hulle gevoelens, ten einde hul in staat te stel om hul gevoelens te erken en dit in besit te neem (vgl. 3.8.3) en as selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede te funksioneer.

Geskeide individue kan deur uiting aan hul gevoelens van hartseer te gee hul mislukte huwelike agterlaat en met hul lewens voortgaan. Gevoelens van hartseer kan op die volgende wyses hanteer word (Clapp 1992:40, 41):

- Skeduleer vir elke dag 'n tyd, nie langer as 60 minute nie, om te fokus op gevoelens van hartseer, verliese en selfbejammering. Sodoende kan geskeide individue gehelp word om beheer oor hul gevoelens vir die res van die dag te kry. Toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid ten opsigte van hul gevoelens van hartseer kan dus bevorder word deur daaglik 'n spesifieke tyd in te ruim om daarop te fokus. Terselfdertyd kan hulle beheer (vgl. 3.8.2.3) oor hul gevoelens bekom deur 'n besluit te neem oor wanneer hulle hartseer wil voel en dit kan regkry om slegs in die geskeduleerde tyd hartseer te voel.
- Hou 'n joernaal aan waarin gevoelens skriftelik uitgedruk en gemonitor kan word.
- Praat met iemand oor gevoelens wat ervaar word.
- Dink aan onaangename tye saam met vorige huweliksmaats wanneer gevoelens van hartseer buite die geskeduleerde tye die oorhand wil kry.
- Skryf briewe ten opsigte van die verliese wat met die egskeidingsituasies gepaard gaan. Fokus in die briewe op dit wat na aanleiding van egskeidings gemis word en dit wat nie gemis word nie. Toesighoudende, geskeide ouers kan dus deur middel van die skryf van briewe met moontlike polariteite (vgl. 2.5.6) in hul lewens in kontak kom.

Vanuit die praktyk word waargeneem dat geskeide mans dit soms moeilik vind om uiting aan hul gevoelens van hartseer te gee. Dit kan waarskynlik toegeskryf word aan introjekte (vgl. 2.3.5.1), byvoorbeeld "*mans mag nie huil nie*", wat hul vanuit die samelewing kon aangeneem het sonder om dit krities te evalueer. Toesighoudende, geskeide ouers kan moonlik tydens gestaltgroepwerk gelei word om met hul gevoelens van hartseer in kontak te kom, dit in besit te neem (vgl. 3.8.3) en blootgestel word aan effektiewe wyses om hul

gevoelens in die toekoms te hanteer. Deur middel van gestaltgroepwerk kan hulle ook die geleentheid kry om moontlike introjekte (vgl. 2.3.5.1) in hul lewens te identifiseer en dit krities te evalueer, ten einde dit te assimileer (vgl. 2.3.5.1) of te verwerp en as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer.

### ➤ **Eensaamheid**

Eensaamheid behels 'n gevoel van innerlike ontoereikendheid en onbekwaamheid, asook 'n gevoel van leegheid binne die individu. In egskeidingsituasies kan geskeide individue eensaam voel as gevolg van die afwesigheid van intimiteit wat hulle met hul gewese huweliksmaats ervaar het. Wanneer geskeide individue nie bereid is om hulle eensaamheid in die gesig te staar nie, kan hul persoonlike behoeftes oorweldigend wees en kan dit 'n verlaging in selfvertroue tot gevolg hê. Eensame individue kan, in plaas daarvan om hul eie behoeftes te identifiseer en wyses te vind om dit te bevredig, omstandighede of ander blameer of manipuleer vir hulle mislukking. Eensame individue onttrek hulle dikwels aan kontak met die buitewêreld en vereensaam sodoende (Van Staden 1987:98-99). 'n Eie interpretasie is dat egskeiding soms met 'n verlies aan vriende en skoonfamilie gepaard gaan, wat opsigself tot die vereensaming van geskeide individue kan aanleiding gee.

Dit wil dus voorkom of geskeide individue wat vereensaam waarskynlik nie selfondersteund (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) funksioneer nie en van kontakgrensversteurings (vgl. 2.3.5), soos projeksie (vgl. 2.3.5.2 - deur ander verantwoordelik te hou vir wat in die self ontstaan) en defleksie (vgl. 2.3.5.5 - deur kontak met ander te vermy) gebruik maak om kontak met sigself en hul omgewing te vermy. Eensaamheid, soos reeds gemeld onder 6.3.5, "*Ouer as kind en kind as ouer*", kan volgens Van Wyk en La Cock (1988:101) meebring dat geskeide ouers oorbeskermend en oorbetrokke by hulle kinders kan raak in 'n poging om hul pyn te onderdruk. 'n Eie interpretasie is dat die gevaar bestaan dat geskeide ouers wat oorbetrokke by hul kinders raak waarskynlik in samevloeiing (kontakgrensversteuring – vgl. 2.3.5.3) met laasgenoemde kan gaan, wat hul daarvan kan weerhou om selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer. Deur middel van gestaltgroepwerk kan toesighoudende, geskeide ouers waarskynlik gelei word om in kontak met hul gevoelens van eensaamheid te kom en om bewus te word van hoe hul kontak met sigself en met hul omgewing vermy, sodat hul in staat gestel kan word om hul gevoelens van eensaamheid te erken, dit in besit te neem (vgl. 3.8.3) en effektiewe weë te vind om hul eensaamheid in die

toekoms te hanteer. Die gestaltgroepwerk kan waarskynlik op sigself as ondersteunings- en sosialiseringbron dien vir eensame toesighoudende, geskeide ouers.

➤ ***Negatiewe selfbeeld en ervaring van mislukking***

Die aard van die selfkonsep is 'n bepalende faktor by die gedrag en aanpassing van geskeide individue in hul egskeidingsituasies (Van Staden 1987:105). In die algemeen ervaar een of beide huweliksmaats gevoelens van verwerping na afloop van hul egskeiding. Dubbelbindingboodskappe vanuit die samelewing kan bydra tot die verhoging van gevoelens van verwerping en mislukking. Die samelewing kan byvoorbeeld aan die een kant mondelings egskeidings aanvaar, maar aan die anderkant die beginsel “*tot die dood ons skei*” oorbeklemtoon en verwys na “*mislukte huwelike*” en min ondersteuning aan geskeide individue bied (Clapp 1992:44). In samehang hiermee is Van Rensburg (2001:43) van mening dat geskeide individue dikwels, wanneer hul egskeidings met buite-egtelike verhoudings gepaardgaan, verlaagde selfwaarde ervaar. Sy is verder van mening dat verlaagde selfwaarde en die verlies aan toekomsvisie aanleiding gee tot gevoelens van minderwaardigheid en mislukking.

Hiermee kan akkoord gegaan word, aangesien vanuit die praktyk waargeneem word dat geskeide individue se eiewaarde dikwels verswak wanneer hul gewese huweliksmaats sowel voor as tydens die egskeidingsproses, by buite-egtelike verhoudings betrokke raak. Geskeide individue se selfwaarde kan waarskynlik ook verswak en gevoelens van minderwaardigheid kan moontlik ontstaan, wanneer hul egskeidings 'n verlaging in inkomste (vgl. 6.6) teweeg bring en hul lewenstandaard en status derhalwe ook in die proses negatief geraak word.

➤ ***Selfverwyt, skuldgevoelens, berou, wanhoop en depressie***

Geskeide individue kan na afloop van hulle egskeidings aan sigself twyfel, sigself verwyt vir hul mislukte huweliksverhoudings en wonder oor hul eie vermoëns om weer verhoudings aan te knoop. Dit wil voorkom asof geskeide individue wat in sigself twyfel, moontlik nie oor die nodige selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) beskik om as geïntegreerde (vgl. 2.5.3 en 3.3.3) eenhede te funksioneer nie. Die individu wat die keuse uitgeoefen het om te skei, ervaar dikwels selfblaam vir die krisis waarin hy die gesin gedompel het, veral wanneer dit blyk dat die kinders getraumatiseer is deur die gebeure. Skuldgevoelens ontstaan wanneer geskeide individue sigself verwyt en voel dat hul iets verkeerd of sleg

gedoen het en kan onder meer na vore tree in stellings soos: *“Ek het ander mense diep seergemaak”*, *“Ek het my familie in die steek gelaat”*, *“Ek het my kinders verlaat”*, *“Ek was nie ‘n goeie huweliksmaat nie”* en *“Ek was te selfsugtig in die verhouding”*.

‘n Eie interpretasie is dat toesighoudende, geskeide ouers met skuldgevoelens waarskynlik konflik ten opsigte van hul *“topdog”* (blameer - vgl. 2.3.6) en *“underdog”* (probeer om verskonings te maak – vgl. 2.3.6) kan ervaar. Skuldgevoelens kan aanleiding gee tot gevoelens van berou en selfdestruktiewe optrede, wat op die lange duur kan lei tot wanhoop en depressie. (Vgl. Van Wyk en La Cock 1988:103 en Van Rensburg 2001:40). Geskeide individue kan ernstig depressief raak en selfs die wil om te lewe verloor wanneer hulle nie oor alternatiewe bronne beskik om hulle identiteit op te bou nie. (Vgl. Parkinson 1987:6 en Perlmutter en Hall 1992:326.) Selfmoordgedagtes, selfmoordpogings en selfmoord kom meer by geskeide individue voor as individue wat iemand deur die dood verloor het. Bewustelik en onbewustelik kan selfmoord ‘n poging wees om die huweliksmaat te straf. (Vgl. Von Caues 1991:39 en Singh en McBroom 1992:114.)

Selfmoord en selfmoordpogings kan waarskynlik as ‘n vorm van retrofleksie (vgl. 2.3.5.4) beskou word, deurdat geskeide individue hul aggressiewe gevoelens, wat hul waarskynlik jeens hul vorige huweliksmaats ervaar, na sigself rig. Deur middel van gestaltgroepwerk kan toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid (vgl. 3.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van hul gevoelens en die kontakgrensversteurings (vgl. 2.3.5) wat hul aanwend om kontak met sigself en hul omgewing te vermy en hul selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik bevorder word. Dit kan hul dan in staat stel om in kontak met hul gevoelens te kom, hul gevoelens in besit te neem (vgl. 3.8.3), vir hul eie lewens verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) te aanvaar en as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer. Deur middel van selfvertroetelingstegnieke (vgl. 4.12) kan toesighoudende, geskeide ouers moontlik tydens gestaltgroepwerk gelei word om sigself te vergewe, te aanvaar en te vertroetel.

Opsommend kan hier afgelei word dat egskeiding ‘n tydperk van pynvolle aanpassing behels wat onvermydelike spanning vir geskeide individue in die vroeë volwasse fase kan meebring. Dit wil voorkom of die tydperk na ‘n egskeiding elemente van rou bevat. Routerapie blyk van kardinale belang te wees om te voorkom dat geskeide individue se mislukte huwelike onvoltooidhede in hul lewens word en veroorsaak dat groei en

aanpassing met betrekking tot hul egskeidingsituasies benadeel word. Dit wil voorkom of verskillende gevoelens afwisselend tydens toesighoudende, geskeide ouers se tydperk van rou kan manifesteer, onder meer ontkenning, ambivalensie, onsekerheid, vrees, spanning, angs, wrewel, vyandigheid, bitterheid, woede, hartseer, rou, eensaamheid, negatiewe selfbeeld en die ervaring van mislukking, selfverwyt, skuldgevoelens en gevoelens van berou, wanhoop en depressie. Toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hul egskeidingsituasies kan deur faktore voortspruitend uit die vroeë volwasse fase waarin hulle hul bevind, beïnvloed word. Hulle aanpassing kan deur faktore soos liggaamlike en kognitiewe ontwikkeling, individuele en gesinsontwikkelingstake, ouerskap, sosiale, morele en emosionele ontwikkeling beïnvloed word.

#### **6.4 DUUR VAN DIE HUWELIK**

Individue wat vir 'n lang tydperk getroud was, kan vanweë die herinneringe en vriende wat hul tydens hul getroude lewe opgebou het, dit moeilik vind om by hul egskeidingsituasies aan te pas. Hoe langer huweliksmaats getroud was en hoe minder egskeiding verwag is, hoe moeiliker kan hul dit vind om by hul egskeidingsituasies aan te pas (Gathorne-Hardy 1981:166, 171). Ter aansluiting hierby is Van Staden (1987:101) van mening dat egskeiding in die eerste twee jaar van getroude lewe makliker as in enige tydperk daarna hanteer kan word, omrede die man en die vrou hulle in hulle onderskeie rolle, asook die moontlike rol van ouer wees, na 'n tydperk van twee jaar inleef wat dan die aanpassing by die egskeidingsituasie bemoeilik. Dit wil voorkom asof toesighoudende, geskeide ouers vanweë hul ouerskap dit moeiliker kan vind om by hul egskeidingsituasies aan te pas as diegene wat skei sonder dat kinders betrokke is. Toesighoudende, geskeide ouers wat vir lang tydperke getroud was kan dit waarskynlik moeilik vind om by hul egskeidingsituasies aan te pas vanweë verliese wat voortspruit uit lang verbintenisse met hul gewese huweliksmaats en gesamentlike vriende, verbintenisse in die direkte omgewing, materiële dinge wat oor jare bekom is en gerieflike huisvestings en moontlike status wat opgegee moes word.

#### **6.5 DIE HUWELIKSMAAT WAT DIE HUIS VERLAAT EN DIE EEN WAT AGTERBLY**

Die huweliksmaat wat die huis verlaat kan gevoelens van skuld en onsekerheid ervaar om nuwe bindinge te maak. Aan die ander kant kan die individu (hetsy manlik of vroulik), wat verlaat word, as gevolg van die verlating gevoelens van desperaatheid, hulpeloosheid, verwilderheid, ontoereikendheid en verwerping ervaar. Hulle kan ook sterk gevoelens van

óf liefde óf haat en pyn ten opsigte van hul gewese huweliksmaats ervaar. Huweliksmaats wat nie wou skei nie kan hul kinders as verskoning gebruik om met hul gewese huweliksmaats te kommunikeer en hul kinders as bronne aanwend om inligting ten opsigte van hul gewese huweliksmaats se liefdeslewe te bekom. Op dié wyse bly hul emosioneel aan hul gewese huweliksmaats verbind, wat hul daarvan kan weerhou om by hul egskeidingsituasies aan te pas en nuwe verhoudings aan te knoop. (Vgl. Gathorne-Hardy 1981:172-173, Spanier en Thompson 1984:160 en Van Staden 1987:101.)

Hieruit kan afgelei word dat toesighoudende, geskeide ouers wat deur hul huweliksmaats verlaat is, dit veral moeilik kan vind om hul emosioneel van hul gewese huweliksmaats los te maak. Vanuit die praktyk word waargeneem dat huweliksmaats wat verlaat is, dikwels deur middel van hul kinders poog om volgehoue kontak met hul gewese huweliksmaats te behou. Tydens gestaltgroepwerk kan toesighoudende, geskeide ouers moontlik deur middel van gestaltgroepwerktegnieke (vgl. 4.1-4.12) gelei word om in kontak met hul gevoelens van verlies te kom, ten einde in staat te wees om hierdie gevoelens te erken en in besit te neem (vgl. 3.8.3).

## **6.6 FINANSIËLE POSISIE**

Probleme met betrekking tot finansies speel 'n definitiewe rol in die aanpassing wat volg na egkeiding (Hayslip en Panek 1989:287). Egskeidingsituasies hou groter finansiële implikasies vir vrouens in as vir mans. (Vgl. Van Staden 1987:180, Clapp 1992:18 en Slaughter 2000:37.) In samehang hiermee is Steyn *et al.* (1987:136) van mening dat 'n geskeide vrou se inkomste in die eerste jaar na 'n egskeiding met 73% afneem, teenoor die afname in die geskeide man s'n wat tot 42% kan wees. Alhoewel beide ouers finansiëel deur egskeiding geraak word, blyk dit veral toesighoudende ouers te wees wat die ergste finansiëel geraak word, aangesien hulle verantwoordelik is vir die daaglikse uitgawes van die gesin, wat soms onvoorspelbaar kan wees. (Vgl. Carbone 1996:181 en Van Rensburg 2001:36.)

Dit blyk dus of geskeide individue se finansiële posisies na afloop van hul egskeidings kan verswak. Verlaagde toesighoudende, geskeide ouers wat verantwoordelik is vir die kinders se daaglikse versorging, blyk die meeste in dié verband geraak te word. Vanuit die praktyk word waargeneem dat nietoesighoudende geskeide ouers dikwels té laat of glad nie onderhoud ten opsigte van hul kinders betaal nie. Op dié wyse word toesighoudende,

geskeide ouers se finansiële las verhoog, wat meestal aanleiding gee tot spanning en konflik tussen die gewese huweliksmaats.

Egskeiding gaan gewoonlik, veral in die geval van bestrede egskeidings, met hoë regskoste gepaard. Daarbenewens moet verdeling van materiële goedere, asook van 'n gesamentlike inkomste plaasvind, wat dikwels tot konflik en 'n verlaging in lewenstandaard aanleiding gee. 'n Laer of verlaagde inkomste het benewens die moontlikheid van werklike fisieke tekort en die verbeuring van luukshede (byvoorbeeld sportdeelname, ontspanningsaktiwiteite, mediese sorg en lewensdekking) tot gevolg dat toesighoudende ouers en hul gesinne dikwels na ander en minder goeie behuising moet verhuis. Dit gaan dan ook dikwels gepaard met verlies aan 'n bekende omgewing, 'n milieu wat bepaalde betekenis vir die geskeide individu het, verlies aan vriende, ondersteuningsisteme, stokperdjies en aan 'n bepaalde posisie/rol in die gemeenskap (status).

Soms kan verhuising ook verandering van werksomstandighede (met verminderde inkomste) meebring of die geskeide, toesighoudende ouer (meestal die vrou) wat vir 'n lang tydperk nie gewerk het nie, noodsaak om weer die arbeidsmark te betree. Hiërdie moeders kan dit moeilik vind om betaalde werk te vind, aangesien die jare wat hulle uit die arbeidsmark was teen hulle kan tel. Toesighoudende, geskeide ouers kan verder finansiële stremming ondervind wanneer die onderhoudstoelae wat aan hul vir die versorging van hul kinders toegesê is, op 'n ongereelde basis of glad nie betaal word nie. (Vgl. Suid-Afrikaanse Nasionale Raad vir Kinder- en Gesinsorg 1988:39-40, Benedek en Brown 1995:89-90 en Van Rensburg 2001:36-38.)

Verswakte finansiële posisies vanweë egskeiding kan toesighoudende, geskeide ouers derhalwe aan talle verliese en veranderinge blootstel, soos moontlike verhuising en die gepaardgaande verlies aan 'n bekende omgewing, vriende en ondersteuningsbronne. Toesighoudende, geskeide ouers wat vanweë hul finansiële posisies verplig word om die arbeidsmark te betree of van werk te verander, kan aan verdere aanpassing en gepaardgaande spanning blootgestel word.

Die verlaging in sosio-ekonomiese status en finansiële nood dien dikwels as die sneller vir fisiese en emosionele problematiek wat by volwassenes na hul egskeiding ontstaan. Volgens Hetherington *et al.* (1998:168) kan stresvolle lewenservarings, insluitende

ekonomiese agteruitgang vanweë egskedings tot oerlike spanning, kommer en verswakke welsyn lei, wat gereflekteer word in sielkundige probleme soos depressie, angs, antisosiale gedrag, irritasie en stresverwante gesondheidsprobleme. 'n Eie interpretasie is dat spanning vanweë 'n verswakte finansiële posisie, bykomende uitgawes vir toesighoudende, geskeide ouers kan meebring indien dit sielkundige en gesondheidsprobleme veroorsaak wat terapie en/of mediese behandeling noodsaak.

## **6.7 VERHOUDING MET DIE VORIGE HUWELIKSMAAT**

Egskeding beëindig 'n huwelik, maar nie 'n gesin nie. Dit verwyder slegs een ouer uit die huishouding. Daar bestaan steeds 'n verhouding tussen al die gesinslede, alhoewel dit 'n veranderde verhouding is (Steyn *et al.* 1987:139). In die nuwe struktuur na die egskeding maak die betrokkenes hoofsaaklik kontak deur middel van hul ouerrolle. (Vgl. Spanier en Thompson 1984:134 en Van Staden 1987:161). Die afwesige (nietoesighoudende) ouer is soms nog aktief betrokke en in interaksie met die gesin. Die rol wat die nietoesighoudende ouer speel kan varieer van 'n uiterste "*leë dop*"-verhouding tot 'n essensiële verhouding met gereelde interaksie en kohesie. Die aktiewe betrokkenheid van die nietoesighoudende ouer by die gesinslewe hou egter sekere risiko's in. Indien die gewese huweliksmaats byvoorbeeld in konflik verkeer, kan bykomende spanning vir al die gesinslede geskep word en kan dit ook die aanpassing van die toesighoudende, geskeide ouer en sy gesin by die egskedingsituasie benadeel. Konflik ten opsigte van geld en kinderopvoeding/ondersteuning kom dikwels na egskedings voor. (Vgl. Steyn *et al.* 1987:139 en Clapp 1992:17.) Ouerskap kan dus gewese huweliksmaats, ten spyte van hul egskeding, vir die res van hul lewens aan mekaar bind. Konflik kan moontlik na afloop van die egskeding ontstaan/voortduur en sodoende toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hul egskedingsituasies negatief beïnvloed. Toesighoudende, geskeide ouers kan waarskynlik deur middel van gestaltterapeutiese tegnieke en aktiwiteite (vgl. 4.1-4.12) tydens gestaltgroepwerk gelei word om verhoogde bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bekom, ten einde as selfondersteunende, onafhanklike en geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.3.3 en 3.3.3) eenhede verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hul eie lewens te neem en maksimaal tot voordeel van hulle kinders te funksioneer.

Wanneer een betrokke die ander blameer, word vyandigheid 'n faset van die na-huwelike verhouding. Waar jaloesie aanwesig is, toon betrokkenes intenser en meer



negatiewe gevoelens (Van Staden 1987:161). 'n Eie interpretasie is dat geskeide individue wat hul gewese huweliksmaats blameer, poog om sigself te beskerm deur van projeksie (vgl. 2.3.5.2), as kontakgrensversteuring gebruik te maak. Ten spyte van finansiële probleme, kinders se eise en ander probleme kan sommige gewese huweliksmaats vriende bly. Geleenthede word geskep waar hulle saam eet, kuier en vermaak bywoon. Sommiges kan selfs 'n seksuele verbintenis met mekaar behou. (Vgl. Cantor en Drake 1983:8 en Van Staden 1987:161.) Vanuit die praktyk word waargeneem dat sommige gewese huweliksmaats meer verdraagsaam teenoor mekaar word soos die tyd verloop en beide partye weer by ander individue betrokke raak. Dit kom egter nie algemeen voor nie. Die meer algemene tendens is dat gewese huweliksmaats mekaar vyandiggesind is, deur middel van die betrokke kinders op mekaar se lewens spioeneer, afgunstig op mekaar is en dikwels in konfliktsituasies beland ten opsigte van die betaling van onderhoud en die nietoesighoudende ouers se besoekregte.

## **6.8 ALKOHOL- EN SUBSTANSMISBRUIK**

Geskeide individue, veral mans, kan vanweë hul egskeidingsituasie in toenemende mate van alkohol begin gebruik maak, ten einde te poog om hul pyn te verdoof of om hul selfvertroue te verhoog (Burgoyne *et al.* 1887:116). In samehang hiermee is Van Rensburg (2001:43-44) van mening dat getraumatiseerde geskeide individue se risiko vir alkohol- en substansmisbruik skynbaar hoër is as dié van niegetraumatiseerde individue.

Geskeide individue wat alkohol en/of dwelmmiddels misbruik is waarskynlik nie in staat om selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te funksioneer nie, vanweë hul afhanklikheid van omgewingsteun (alkohol en/of dwelmmiddels). Toesighoudende, geskeide individue wat van alkohol en/of dwelmmiddels gebruik maak om hul egskeidingsituasies te hanteer, poog moontlik daardeur om kontak met sigself en met hul omgewing (realiteit) te vermy. Deur nie verantwoordelikheid vir hul lewens te aanvaar nie, weerhou hul sodoende sigself daarvan om selfondersteund (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerd (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer.

## **6.9 SAMEVATTING**

Toesighoudende, geskeide ouers word as holistiese eenhede deur egskeiding geraak. In hierdie hoofstuk is aandag geskenk aan die moontlike faktore wat toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hulle egskeidingsituasies kan beïnvloed. Buiten faktore

soos geslag en persoonlike eienskappe kan toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hul egskeidingsituasies beïnvloed word deur die 20 tot 40 jaar-ontwikkelings tydperk waarin hulle hul bevind en wat as vroeë volwassenheid bekend staan. Vroeë volwassenheid word gekenmerk deur krag, energie en uithou vermoë. Baie aspekte van liggaamlike funksionering, soos spierkrag en vaardigheid, asook sensoriese funksionering is in die twintigerjare op hul doeltreffendste en toon daarna 'n geleidelike afname. Alhoewel individue in die vroeë volwasse fase oor die algemeen oor goeie gesondheid beskik, kan egskeiding negatiewe gevolge vir hulle gesondheid meebring.

Tydens vroeë volwassenheid moet voortdurend aan nuwe intellektuele uitdagings wat kognitiewe ontwikkeling behels, voldoen word. Hierdie uitdagings hou verband met die lewensake van die volwassene, soos die toetreding tot 'n beroep, die vestiging van 'n tuiste, die hantering van interpersoonlike verhoudings by die werk en die opvoeding van kinders. Sulke sake vereis versigtige nadenke, besluitneming en doeltreffende probleemoplossing. Volgens Piaget word die hoogste vlak van kognitiewe ontwikkeling tydens die stadium van formeel-operasionele denke, wat tydens adolessensie 'n aanvang neem, bereik. Tydens die vroeë volwasse fase wat 'n prestasiestadium behels, behoort die individu formeel-operasionele denke op 'n doelgerigte wyse te benut, ten einde die take te kan uitvoer wat van hom vereis word in die vervulling van sy verskeie rolle as werknemer, huweliksmaat en ouer. Formeel-operasionele denke en postformele denke impliseer dat individue oor die vermoë behoort te beskik om abstrak te dink, die gevolge van hul dade in te sien, selfanaliserend en objektief te wees, probleme op te los, polariteite in hul lewens te begryp en nie in detail vasgevang te word nie, maar eerder 'n geheelbeeld van sake te hê.

Die ontwikkeling van 'n individuele lewensstruktuur word as die basiese ontwikkelingsproses in die vroeë volwasse fase beskou. Ontwikkelingsake ontstaan tydens sensitiewe tydperke in individuele groei, wanneer andere van die individu sekere prestasies verwag. Individue in die vroeë volwasse fase se take het betrekking op die self, die gesin, werk, vryetydsbesteding en die gemeenskap.

Die tradisionele gesin, wat uit 'n vader en moeder met 'n kind of kinders bestaan, beweeg deur verskillende fases in die gesinslewensiklus. Die gesin beweeg deur al die fases waarin die kinders tot volwassenheid groei, die huis verlaat en die ouerpaar weer as oorspronklike paar alleen agterbly. Die beweging van die gesin deur die verskillende fases

en die invloed van buitengewone gebeure, het voortdurende verandering in gesinsontwikkelingstake van individue in die gesin tot gevolg en verg voortdurend aanpassings van gesinslede. Nuwe vaardighede moet aangeleer, grense aangepas en nuwe lede geakkommodeer word en ander lede, wat nie meer deel van die gesin is nie, moet ontbeer word. Egskeiding kan 'n krisis in die gesinslewensiklus meebring, deurdat dit die gesin se ewilibrum versteur en die herorganisering van rolle en grense teweeg bring. Ouerskap behels 'n belangrike stadium in die volwassene se ontwikkeling. Dit bring talle veranderinge mee wat aanpassing noodsaak. Egskeidingsituasies kan bykomende verantwoordelikhede vir toesighoudende, geskeide ouers impliseer, deurdat dit verandering in rolle en bykomende verantwoordelikhede waarby hulle moet aanpas kan veroorsaak. Ouers en kinders beïnvloed mekaar wedersyds ten opsigte van hulle aanpassing by egskeidingsituasies. Daar is gefokus op die reaksies op hulle ouers se egskeidings van kinders van verskillende ouderdomsgroepe, naamlik baba tot drie jaar, drie- tot vyfjariges, ses- tot agtjariges, nege- tot twaalfjariges en adolessente.

Volgens Erikson se teorie behoort individue ten opsigte van hulle sosiale ontwikkeling tydens die vroeë volwasse fase intimiteit met ander te ontwikkel. Hierdie intimiteit impliseer die vermoë tot hegte verhoudings met andere, 'n verhouding wat sowel die gee as die ontvang van liefde en vriendskap beteken. Die individu behoort in die vroeë volwasse fase sy eie identiteit, wat reeds in sy adolessente fase bereik is, met dié van ander individue saam te smelt. Egskeidings bring dikwels veranderinge mee vir huweliksmaats ten opsigte van hulle verhoudings met hulle familie en vriende. Dit kan sosiale onttrekking en isolasie tot gevolg hê.

Morele ontwikkeling verwys na die veranderinge wat in die individu se etiese en morele oordele plaasvind. Die ontwikkeling van morele oordeel vind volgens Kohlberg se teorie op drie vlakke plaas, waarvan elkeen uit twee stadia bestaan. Die drie vlakke behels die prekonvensionele vlak, die vlak van moraliteit of konvensionele moraliteit en die vlak van moraliteit van selfaanvaarde of outonome morele beginsels (of die postkonvensionele vlak). Vir die doeleindes van hierdie navorsing is slegs gefokus op vlak drie, naamlik die vlak van moraliteit van selfaanvaarde beginsels (of die postkonvensionele vlak) wat gewoonlik gedurende die postadolessensie en vroeë volwassenheid bereik word.

Individue in hul vroeë volwassenheid wat hul op die nuwe terreine van werk, die huwelik en ouerskap bevind, ervaar dikwels aansienlike spanning vanweë onsekerheid van hoe om onder bepaalde omstandighede op te tree. Die ervaring van sodanige spanning word verskerp deur die emosionele onbestendigheid wat kenmerkend van vroeë volwassenheid is. In die dertigerjare, wanneer jong volwassenes hulle in hul beroepe en huwelike vestig, word hulle oor die algemeen kalmer. Individue in die vroeë volwasse stadium is tot werklike empatie in staat, is minder egoïsties as vroeër en gee meer vir ander om. Egskeiding, wat 'n tydperk van pynvolle aanpassing behels, kan egter onvermydelike spanning vir huweliksmaats in die vroeë volwassenheid meebring. Na afloop van hul egskeidings kan individue hulle in 'n toestand bevind wat elemente van rou bevat. Verskillende gevoelens, wat mekaar afwissel, kan tydens toesighoudende, geskeide ouers se tydperk van rou manifesteer, onder meer ontkenning, ambivalensie, onsekerheid, vrees, spanning, angs, wrewel, vyandigheid, bitterheid, woede, hartseer, eensaamheid, negatiewe selfbeeld en ervaring van mislukking, selfverwyf, skuldgevoelens en gevoelens van berou, wanhoop en depressie.

Individue wat vir lang tydperke getroud was, kan vanweë die herinneringe en vriende wat hulle tydens hul getroude lewe opgebou het, dit moeilik vind om by egskeidingsituasies aan te pas. Die huweliksmaat wat die huis verlaat kan gevoelens van skuld en onsekerheid ervaar om nuwe bindinge te maak. Aan die ander kant kan die individu wat verlaat word, as gevolg van die verlating gevoelens van desperaatheid, hulpeloosheid, verwildertheid, ontoereikendheid en verwerping ervaar. Probleme met betrekking tot finansies speel 'n definitiewe rol in die aanpassing wat na egkeiding volg. Alhoewel beide ouers finansiëel deur egskeiding geraak word, is dit veral toesighoudende ouers wat die ergste finansiëel geraak word, aangesien hulle verantwoordelik is vir die daaglikse uitgawes van die gesin, wat soms onvoorspelbaar kan wees. Verswakte finansiële posisies vanweë egskeiding kan toesighoudende, geskeide ouers aan talle verliese en veranderinge blootstel, soos moontlike verhuising en die gepaardgaande verlies van 'n bekende omgewing, vriende en ondersteuningsbronne. Toesighoudende, geskeide ouers wat vanweë hul finansiële posisies verplig word om die arbeidsmark te betree of van werk te verander, kan aan verdere aanpassing en gepaardgaande spanning blootgestel word. Die verlaging in sosio-ekonomiese status en finansiële nood kan as 'n sneller vir fisiese en emosionele problematiek dien wat by volwassenes na hul egskeidings kan ontstaan. Geskeide

individue kan vanweë hulle egskeidingsituasies by wyse van alkohol- en substansmisbruik poog om hulle pyn te verdoof of om hulle selfvertroue te verhoog.

# **HOOFSTUK SEWE**

## **PROGRAMONTWERP EN VROEË ONTWIKKELING VIR INTER- VENSIE**

Hoofstukke een tot ses van die navorsingsverslag bied 'n omvatting van die eerste twee fases van die intervensienavorsingsontwerp en -ontwikkelingsmodel, naamlik dié van probleemanalise en projekbeplanning (vgl. 1.6.1) en inligtingsinsameling en -sintese (vgl. 1.6.2). Hoofstukke sewe tot nege fokus op fases drie en vier van hiérdie model, naamlik die fases van ontwerp en vroeë ontwikkeling (vgl. 1.6.3) en die loodsondersoek (vgl. 1.6.4). Hoofstukke sewe en agt word benut om verslag te doen oor die empiriese gedeelte van die navorsing, ten einde in hoofstuk nege gevolgtrekkings en aanbevelings te maak met betrekking tot 'n gestaltgroepwerkprogram in maatskaplike werk vir toesighoudende, geskeide ouers.

In hierdie hoofstuk word die doel van die navorsing kortliks bespreek (vgl. 1.5) en in verband gebring met die empiriese gedeelte van die navorsing. Voorts word 'n beskrywing gegee van die metodologie wat tydens die fase van ontwerp en vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek gevolg word, asook 'n volledige uiteensetting van die konsep-gestaltgroepwerkprogram, soos dit in hierdie navorsing geïmplementeer is.

### **7.1 DOEL VAN DIE STUDIE**

Die doel van die studie is om deur middel van intervensienavorsing 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers te ontwerp en te ontwikkel, sodat wetenskaplik gefundeerde hulpverlening op toesighoudende, geskeide ouers afgestem kan word. Ten einde hiérdie doel te bereik, is die volgende stappe met betrekking tot die fases van ontwerp en vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek van toepassing:

- Die daarstelling van 'n konsep-gestaltgroepwerkprogram (vgl. 7.3 vir 'n volledige uiteensetting) op grond van die literatuurstudie waarin toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase binne die gestaltgroepwerkproses geïntegreer word.
- Die toepassing van doelgerigte steekproefneming (vgl. 7.2.1.1) ten einde ses toesighoudende, geskeide ouers tussen 20 en 40 jaar as deelnemers vir die navorsing te bekom.

- Die implementering van die konsep-gestaltgroepwerkprogram ten opsigte van die ses deelnemers binne 'n bestek van tien gestaltgroepwerksessies.
- Die insameling van kwalitatiewe data by wyse van regstreekse stelselmatige en deelnemende waarneming tydens die tien gestaltgroepwerksessies.
- Die weergee van die kwalitatiewe data wat tydens elke gestaltgroepwerksessie van die konsep-gestaltgroepwerkprogram deur middel van gevallestudies verkry word.
- 'n Analisering van die navorsingsresultate aan die hand van die voorafgaande literatuurstudie. (Vgl. hoofstuk agt vir die beskrywing van die kwalitatiewe waarnemings tydens elke sessie, gevolg deur die analisering daarvan.)
- Die maak van gevolgtrekkings en aanbevelings met betrekking tot 'n gestaltgroepwerkprogram in maatskaplike werk vir toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase. (Vgl. hoofstuk nege vir 'n volledige uiteensetting van gevolgtrekkings en aanbevelings met betrekking tot die navorsingsbevindinge.)

## **7.2 FASES VAN ONTWERP EN VROEË ONTWIKKELING EN DIE LOODSONDER- SOEK**

Volgens Fawcett *et al.* (1994:33-34) is die fases van ontwerp en vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek van intervensienavorsing onderling verbind aan mekaar. Die fase van ontwerp bestaan, soos reeds beskryf in 1.6.3 en 1.6.4, uit twee aksies, naamlik die spesifisering van die waarnemingsstelsel en die spesifisering van die prosedure-elemente van die intervensie. Die fase van vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek behels vier aksies, naamlik die ontwikkeling van voorlopige intervensieprosedures, die uitvoering van die voorlopige intervensie, die insameling en analisering van data en die toepassing van ontwerp kriteria op die voorlopige intervensiekonsep (vgl. 1.6.4). Voorts word die metodologie waarvolgens dié aksies wat tydens hierdie navorsing uitgevoer is, uiteengesit.

### **7.2.1 Metodologie met betrekking tot die fases van vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek**

Waarneming behels die proses waardeur die navorser die werklikheid met sy teoretiese veronderstellings in verbinding stel (Mouton en Marais 1989:164). Die waarnemingsstelsel is nou verbind aan die proses van ontwerp en dit dien as 'n terugvoersistelsel vir die verfyning van vroeë prototipes. (Vgl. Fawcett *et al.* 1994:34 en De Vos 1998:393.) Die intervensienavorser moet 'n wyse vind waarop die gebeure wat verband hou met die

fenomeen, op 'n natuurlike wyse waargeneem kan word (Fawcett *et al.* 1994:34.) In hierdie navorsing is kwalitatiewe navorsing benut om gebeure op 'n natuurlike wyse tydens die implementering van 'n konsep-gestaltgroepwerkprogram waar te neem en wel om die volgende redes:

- Volgens Landman (1988:17) behels kwalitatiewe navorsing die bestudering van individue onder natuurlike omstandighede ten einde vas te stel op welke wyse hulle betekenis in sosiale situasies toeken. In samehang hiermee is Stainback en Stainback (1988:1) van mening dat kwalitatiewe navorsing gerig is op die verkryging van 'n beter begrip van idees, gevoelens, motiewe en oortuiginge wat onderliggend aan die individu se daede of gedrag is. Die kwalitatiewe navorser poog dus om die sosiale werklikheid vanuit die deelnemer se oogpunt te beskryf. Waarneming in kwalitatiewe navorsing is subjektiverend, kontekstualiserend en oop, sodat enige onverwagte gebeure geregistreer kan word. Die kwalitatiewe navorser is betrokke in en by gebeure/verskynsels en het meestal 'n openheid om waar te neem as en soos handeling hulle voordoet (Mouton en Marais 1990:166-167). In samehang hiermee meld Royse (1991:219): *“Qualitative research allows investigators to know their subjects personally and to understand their struggles and explanations to their world.”* Kwalitatiewe navorsing het dit vir die navorser moontlik gemaak om tydens gestaltgroepwerksessies persoonlik in en by gebeure/verskynsels betrokke te wees, deelnemers se handeling tydens elke gestaltgroepwerksessie waar te neem en begrip en insig daarvoor te ontwikkel. Ten einde te verseker dat die betekenis wat deelnemers aan situasies geheg het korrek weergegee word, is alle moontlike interpretasies met deelnemers tydens gestaltgroepwerksessies geverifieer.
- Hipoteses word dikwels tydens kwalitatiewe navorsing verswyg of slegs in die vorm van 'n algemene navorsingsdoel gestel (Mouton en Marais 1989:162-164). In hierdie navorsingstudie is geen hipoteses aan die begin van die navorsing gestel nie. In ooreenstemming met kwalitatiewe navorsing is daar gebruik gemaak van 'n induktiewe vorm van evaluering, waar teorieë oor dít wat gebeur, op die direkte programervaring eerder as op voorafgestelde hipoteses gegrond word. (Vgl. Patton 1987:15, Neuman 1998:334 en Schurink 1998a:242.) In hierdie navorsingstudie is uitsluitlik op deelnemers se reaksie en ervarings tydens die implementering van die gestaltgroepwerkprogram gefokus.



- Navorsers wat induktief te werk gaan begin by 'n individuele geval of gevalle waarna hulle na die algemene, 'n teorie, beweeg. (Vgl. Patton 1987:15 en Huysamen 1993:16). 'n Induktiewe werkswyse is in hierdie navorsing gevolg: daar is aanvanklik op elke deelnemer se individuele proses asook op die groepproses gefokus, waarna daar na die algemene beweeg is en deelnemers se ervarings met mekaar vergelyk is en met gestaltterapie in verband gebring is. (Vgl. Patton 1987:15, Maxwell 1996:17,19, Neuman 1998:334 en hoofstuk agt).
- Kwalitatiewe navorsing het te doen met die kwaliteit van menslike handeling en maak nie van die objektiewe beginsels van kwantitatiewe navorsing gebruik nie. Kwalitatiewe navorsingsmetodes: *"... assumes that the subjective dimensions of human experience are continuously changing and cannot be studied using the objective principles of quantitative research methodology. Instead, emphasis is placed on fully describing and comprehending the subjective meanings of events to individuals and groups caught up in them."* (Vgl. Grinnell 1988:187.) Ter aansluiting hierby is Denzin en Lincoln (1994:2) van mening dat kwalitatiewe navorsing gebruik maak van kwalitatiewe tegnieke en data-insamelingsmetodes om sosiale interaksie te beskryf, te verstaan en te interpreteer ingevolge die betekenis wat deelnemers daaraan gee. Geen gestandaardiseerde vorm van meting (tradisionele wetenskapskontrole) is tydens hierdie navorsingstudie benut nie. Deur direkte en persoonlike betrokkenheid by die gestaltgroepwerksessies is deelnemers se reaksie op die gestaltgroepwerkprogram waargeneem en begrip ten opsigte van hulle belewing van hul sosiale omgewing bekom. Soos reeds gemeld is alle moontlike interpretasies (assesserings) ten opsigte van deelnemers se betekenisgewing aan hul sosiale situasies met hulle tydens gestaltgroepwerksessies geverifieer.
- Kwalitatiewe navorsers werk vanuit 'n holistiese perspektief, aangesien elke deelnemer as 'n komplekse sisteem, wat meer is as die som van die dele waaruit dit bestaan, beskou en geanaliseer word. (Vgl. Neuman 1998:331 en Schurink 1998a:243.) Daar is in hierdie studie vanuit 'n holistiese perspektief te werk gegaan, aangesien daar voortdurend gepoog is om elke deelnemer tydens data-insameling as 'n unieke, holistiese individu wat sy eie betekenis aan situasies heg en wat deel vorm van 'n groter geheel (groep) te beskou.

- Kwalitatiewe metodes is volgens Patton (1987:18) toepaslik vir die ontwikkeling van nuwe programme of die verandering van bestaande programme wat gerig is op meer effektiewe implementering. Die outeur meld verder in dié verband: “... *innovative programs are often changed as practitioners learn what works and what does not, as they experiment, and as they develop and change their priorities. Such conditions call for a dynamic evaluation approach that is process-orientated, capable of capturing and monitoring not only anticipated outcomes but also unanticipated consequences, treatment changes, and the larger context of program implementation and development. Qualitative methods are well suited for these challenges*”. (Vgl. Patton 1987:19.) In samehang hiermee is Schurink (1998b:243) van mening dat kwalitatiewe navorsing gekenmerk word deur buigsamheid deur die loop van die navorsingsproses. Kwalitatiewe navorsing het toepaslik geblyk te wees vir die ontwerp en vroeë ontwikkeling van ‘n prosesgeoriënteerde gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers vanweë die buigsame aard daarvan, deurdat veranderinge soos nodig blyk te wees deur die loop van die navorsingsproses aangebring kon word, ten einde die program en die implementering daarvan te verbeter. Die fokus van hierdie navorsing het op die dinamiese programprosesse en die holistiese effek daarvan op die deelnemers geval (Patton 1987:18). Sodoende is die fokus nie geplaas op die gevorderde ontwikkeling en meting van die effek van die program, waar ‘n gestandaardiseerde prosedure meer toepaslik sou wees nie.
- In hierdie studie is data weergegee by wyse van gevallestudies ten opsigte van ‘n klein aantal deelnemers, wat nie veralgemening van die navorsingsresultate moontlik maak het nie. (Vgl. Patton 1987:19 en hoofstuk 8.) Deur middel van gevallestudies kan ‘n spesifieke probleem of situasie in groter diepte begryp word en is die fokus op geïndividualiseerde uitkomst vir alle deelnemers, eerder as op algemene uitkomst vir alle deelnemers. (Vgl. Patton 1987:19 en Neuman 1998:331.) Deur middel van gevallestudies kon elke deelnemer van die gestaltgroepwerkprogram as ‘n unieke, holistiese eenheid begryp en weergegee word.

Die metodologie met betrekking tot die fases van ontwerp en vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek word voorts verder toegelig met verwysing na die metodes van steekproeftrekking, data-insameling en data-analise, die mate waartoe die metodologie

bydra tot die geloofwaardigheid van die navorsingsresultate en die metodologie wat gevolg word met betrekking tot die spesifisering van die prosedure-elemente van die intervensie.

### **7.2.1.1 Metode van steekproeftrekking**

In hierdie navorsingstudie is gebruik gemaak van doelgerigte steekproeftrekking wat die belangrikste soort nieraarskynlikheidseleksie behels. Doelgerigte steekproeftrekking berus volkome op die oordeel van die navorser, wat sy eie ervaring, vindingrykheid en/of vorige navorsingsresultate benut om 'n steekproef individue saam te stel wat die kenmerkende eienskappe van die populasie openbaar (Vgl. Huysamen 1993:46 en Strydom en De Vos 1998:198.)

Die universum (vgl. 1.7) vir hierdie studie het bestaan uit alle toesighoudende, geskeide ouers (beide geslagte), tussen 20 en 40 jaar, woonagtig in die Bethlehem-distrik en afkomstig uit 'n Westerse kulturele agtergrond, wat tussen Oktober 2002 en Oktober 2003 geskei het en na aanleiding van 'n uitnodiging tot deelname in die plaaslike koerant (vgl. Bylae 1: Koerantuitnodiging tot deelname), deur middel van verwysings deur plaaslike prokureurs (vgl. Bylae 2: Korrespondensie met prokureurs ten opsigte van werwing van vrywillige deelnemers), plaaslike skole en kleuterskole onder die navorser se aandag gekom het.

Een manlike toesighoudende, geskeide ouer (na aanleiding van die uitnodiging tot deelname in die plaaslike koerant), een manlike en vyf vroulike toesighoudende, geskeide ouers (na aanleiding van verwysings ontvang van plaaslike skole) en twee vroulike toesighoudende, geskeide ouers (verwys deur prokureurs) het aan die vermeldde vereistes van die universum voldoen en is derhalwe deur middel van nieraarskynlikheidseleksie, naamlik doelgerigte steekproefneming, uit die universum as potensiële deelnemers geselekteer om aan die navorsingstudie deel te neem.

Individuele onderhoude is met die potensiële deelnemers gevoer, ten einde hulle persoonlik te ontmoet, die doel en werkswyse van die navorsing aan hulle te verduidelik, agtergrondinligting van hulle te bekom en onsekerhede uit die weg te ruim. Die potensiële deelnemers is ook van 'n skriftelike uiteensetting van die werkswyse, doel en verwagtinge ten opsigte van die tien gestaltgroepwerksessies voorsien. (Vgl. Bylae 3: Inligtingstuk aan potensiële deelnemers.) Hulle is geleentheid gegun om oor hulle deelname te besin,

alvorens hulle sigself op 'n vrywillige basis daartoe sou bind. Ses van die nege potensiële deelnemers het sigself verbind om aan die gestaltgroepwerkprogram, wat in Oktober 2003 'n aanvang geneem het, deel te neem.

### **7.2.1.2 Metode van data-insameling**

In kwalitatiewe navorsing is die navorser die primêre instrument wat ingespan word om data te versamel. (Vgl. Stainback en Stainback 1988:7 en Lötter 1995:47.) Daar bestaan geen vaste “resep” waarvolgens data vanuit 'n kwalitatiewe perspektief ingesamel behoort te word nie. Die enigste vereiste wat gestel word is dat deelnemers oor 'n tydsperiode sistematies waargeneem behoort te word (Schurink 1998c:261). In hierdie navorsing is van regstreekse stelselmatige waarneming gebruik gemaak om deelnemers se reaksie op die gestaltgroepwerkprogram waar te neem. Waar regstreekse stelselmatige waarneming as data-insamelingsprosedure gebruik word, is die waarnemer soos by kwalitatiewe navorsing die eintlike meetinstrument. Meganiese middels, byvoorbeeld oudio- of videobande kan gebruik word om dit wat waargeneem word vas te lê. Die rekord wat op hierdie wyse verkry word, moet ook deur een of meer onafhanklike waarnemers waargeneem en gekodeer of beoordeel word. 'n Voordeel van hierdie data-insamelingsmetode is dat dit die gedrag wat bestudeer moet word, eerstehands vaslê. Gedragsvorme soos nieverbale gedrag kan sodoende waargeneem word, wat andersins nie by wyse van vraelyste moontlik sou wees nie. (Huysamen 1993:144). Moontlike probleme wat regstreekse stelselmatige waarneming as metode van data-insameling vir die geloofwaardigheid van die navorsingsresultate kan inhou, word in 7.2.1.4 bespreek.

Die ses geselekteerde deelnemers is oor 'n tydperk van tien weke by gestaltgroepwerksessies betrek, wat elk ongeveer 120 minute geduur het. Tydens hierdie gestaltgroepwerksessies is die beplande aktiwiteite, soos uiteengesit in 7.3, uitgevoer en regstreeks, stelselmatig deur die navorser waargeneem. Deelnemende waarneming is ook as wyse van data-insameling benut, aangesien die navorser met tye op verskillende wyses aan die programaktiwiteite deelgeneem het en dus op 'n nieveroordelende wyse begrip ten opsigte van deelnemers se gevoelens, posisie en leefwêreld kon vorm. (Vgl. 7.3 vir volledige uiteensetting van die konsep-gestaltgroepwerkprogram.) Volgens Huysamen (1993:175) behels die taak van die navorser by deelnemende waarneming om doelbewus die aktiwiteite en ervarings van die groep noukeurig waar te neem met die oog daarop om dit te boekstaaf. Van elke gestaltgroepwerksessie is 'n videobandopname gemaak, ten einde doeltreffende

rekordhouding te vergemaklik en die onafhanklike waarnemer geleentheid te bied om ook gebeure in die groep waar te neem en te rapporteer. Die navorser behoort volgens Huysamen (1993:177) breedvoerig observasie-aantekeninge te maak ten opsigte van gebeure deur byvoorbeeld neer te skryf *wat wie, waar, wanneer, en hoe aan wie* gedoen het. Na afloop van elke gestaltgroepwerksessie is daar met behulp van die videobandopname volledige observasie-aantekeninge van die sessie gemaak, ten einde te verseker dat soveel as moontlik van die waarnemings behoue bly. Volgens Huysamen (1993:177) moet groeplede se waarnemings van hulle omgewing en wat met hulle gebeur, soos dit in hulle optrede, verbaal (uitgesproke gevoelens, gedagtes en oortuigings) sowel as nieverbaal (gesigsuitdrukkings, gebare en stemtoon) tot uiting kom, aangeteken word. Deelnemers is elk van 'n joernaal voorsien, waarin hulle na afloop van elke gestaltgroepwerksessie enige bewuswordinge ten opsigte van sigself en hulle omgewing (groep) moes aanteken. Verbale toestemming is van deelnemers bekom om foto's van hulle tekeninge en collagewerk te neem, asook om hulle joernale vir rekorddoeleindes te hou. Volgens Schurink, Schurink en Poggenpoel (1998:327-329) is foto's, films en videobandopnames die mees algemene oudio-visuele metodes wat in kwalitatiewe navorsing benut word.

Volgens Patton (1987:11) behoort die kwalitatiewe navorser 'n struktuur daar te stel waarvolgens deelnemers geleentheid kan kry om hul mening ten opsigte van die program akkuraat weer te gee: *"The task of the qualitative evaluator is to provide a framework within which people can respond in a way that represents accurately and thoroughly their point of view about the program."* Na afloop van die gestaltgroepwerksessies is data ten opsigte van deelnemers se belewing van die oorkoepelende gestaltgroepwerkprogram by wyse van 'n vraelys met oop vrae (onvoltooide sinne) bekom. (Vgl. Bylae 13.1: Onvoltooide sinnetoets soos benut tydens groepwerksessie een.) Volgens Patton (1987:10-11) kan kwalitatiewe data by wyse van oop vrae bekom word, ten einde die navorser geleentheid te bied om die programdeelnemers se wêreld te sien soos hulle dit ervaar.

### **7.2.1.3 Metode van data-analise**

Daar bestaan volgens Patton (1987:146) nie een vasgestelde wyse waarvolgens kwalitatiewe data georganiseer, geanaliseer en geïnterpreteer behoort te word nie. Data-analise behels 'n kreatiewe poging om orde, struktuur en betekenis te verskaf aan die massa gekondenseerde data. Dit behels ook 'n voortdurende soeke na algemene stellings omtrent verhoudings tussen kategorieë van data en sodoende word gebou aan nuwe teorieë

(Marshall en Rossman 1989:112). Die kwalitatiewe navorser het 'n verskeidenheid data-analise opsies, waarvan drie hoofgroepe, naamlik memorandum, kategoriseringstrategieë, (byvoorbeeld kodering) en kontekstualiseringstrategieë (byvoorbeeld gevallestudies) onderskei word. Hierdie metodes moet verkieslik gekombineer word (Maxwell 1996:78).

Die kwalitatiewe navorser behoort gereeld memorandum tydens data-analise te skryf, deurdat dit kan bydra tot die fasilitering van analitiese denke en die stimulering van analitiese insig (Maxwell 1996:78). Soos reeds gemeld, is daar na afloop van die gestaltgroepwerksessies met behulp van die videobandopnames volledige observasie-aantekeninge van elke sessie gemaak.

In kwalitatiewe navorsing behels datakodering die opbreek en kategorisering van data, ten einde die vergelyking van data in en tussen kategorieë moontlik te maak en tot die ontwikkeling van teoretiese konsepte by te dra. Alhoewel sommige koderingstrategieë vanuit bestaande teorieë verkry word, word ander induktief tydens data-analise deur die navorser ontwikkel. (Vgl. Maxwell 1996:78-79 en Neuman 1998:334.) Data wat vanuit die gevallestudies verkry is, is geanaliseer deur dit te kategoriseer na aanleiding van die voorafgaande literatuurstudie. Bevindinge verkry vanuit deelnemers se reaksie ten opsigte van die gestaltgroepwerkprogram word in hoofstuk agt uiteengesit.

Deur kontekstualiseringstrategieë word gepoog om die data in konteks te verstaan. Verskeie metodes, soos gevallestudies, word gebruik om die verhoudings tussen die verskeie elemente van die teks te identifiseer. Daar word gefokus op verhoudings wat gebeur en stellings/mededelings in 'n samehangende geheel verbind (Maxwell 1996:79). Data vir gevallestudies bestaan uit alle inligting ten opsigte van die spesifieke geval waaroor beskik word. Dit is eers moontlik om verskille en ooreenkomste ten opsigte van die betrokke gevallestudies aan te toon nadat elke gevallestudie afsonderlik as 'n unieke, holistiese eenheid beskou is. Deur middel van gevallestudies word 'n holistiese beeld van elke deelnemer sowel as die program en gebeurde bekom. (Vgl. Patton 1987:19, 147-148 en Blom 2000a:308.) Die data wat deur middel van kwalitatiewe waarneming tydens die gestaltgroepwerksessies bekom is, is in hoofstuk agt uiteengesit by wyse van gevallestudies.

#### **7.2.1.4 Geloofwaardigheid van die kwalitatiewe navorsingsresultate**

Geloofwaardigheid in kwalitatiewe metodes hang in 'n groot mate van die vaardigheid en bevoegdheid van die navorser af, aangesien die navorser self die *meetinstrument* is. Die kwalitatiewe navorser moet die data-analise op so 'n wyse voorstel dat die bevindinge ook deur ander (insethouders) ondersoek en geldig bevind kan word (Patton 1987:12, 259). Die geloofwaardigheid van die kwalitatiewe navorsingsresultate kan egter bedreig word deur aspekte soos die beskrywing en interpretasie van data, bevooroordeeldheid van die navorser en reaktiwiteit (Maxwell 1996:89-91). Voorts word op hiërdie aspekte en die wyse waarop daar tydens dié navorsing gepoog is om dit te elimineer, gefokus.

##### **➤ Beskrywing van die versamelde data**

Versamelde kwalitatiewe data moet diepte hê, akkuraat, feitlik en deeglik wees (Patton 1987:12). Onakkurate of onvolledige beskrywing van data (wat gesien en gehoor is) kan derhalwe die geloofwaardigheid daarvan bedreig. Hiërdie probleem kan egter oorbrug word deur oudio- of videobandopnames te benut om data volledig skriftelik vas te lê (Maxwell 1996:89).

Ten einde die geloofwaardigheid van die versamelde data aan te spreek is videobandopnames ten opsigte van elke gestaltgroepwerksessie tydens die implementering van die program gemaak. Soos reeds gemeld is data met behulp van die videobandopnames in die vorm van observasie-aantekeninge en gevallestudies vasgelê. Die deelnemers se joernale, waarin hulle hul bewuswordinge aangeteken het, is verder benut om die data wat deur middel van die navorser se waarneming en videobandopnames verkry is, te verifieer. Data (videobandopnames en gevallestudies) is ook deur 'n objektiewe waarnemer, 'n kundige op die gebied van gestaltterapie, waargeneem en beoordeel (Neuman 1998:333).

##### **➤ Interpretasie van die versamelde data**

Die hoofbedreiging wat interpretasie van die versamelde data vir die geloofwaardigheid van die navorsing inhou, is dat die navorser sy eie betekenis aan die data heg, eerder as om die perspektief van deelnemers en die betekenis wat hulle aan hul woorde en aksies heg, te begryp. Om hierdie bedreiging te elimineer behoort die navorser 'n ernstige en sistematiese poging aan te wend om nie deelnemers in die studie se woorde en aksies in 'n eie raamwerk te plaas nie, maar eerder te poog om dit vanuit die deelnemers se oogpunt te begryp. (Vgl.

Maxwell 1996:89-90 en Neuman 1998:335.) Die geloofwaardigheid van interpretasie van versamelde data kan deur middel van lidkontrole bevorder word. Lidkontrole behels dat die navorser deelnemers betrek ten einde versamelde data te verifieer (Maxwell 1996:89-90, 94). In samehang hiermee is Corey (1995:293) en Fiebert (2002:1) dit eens dat die gestaltgroepleier nie groeplede (deelnemers) se gedrag, gevoelens en ervarings moet interpreteer nie, maar laasgenoemde moet lei om hulle eie interpretasies te maak en sigself die betekenis van hul ervarings te ontdek. Tydens elke gestaltgroepwerksessie is deelnemers se verbale en nieverbale gedrag deur die kwalitatiewe navorser waargeneem, geassesseer en met die betrokke deelnemers geverifieer. Op dié wyse is gepoog om moontlike foutiewe assesserings uit te klaar en aan deelnemers geleentheid te bied om hul eie gedrag, gevoelens en ervarings te interpreteer en addisionele inligting te voorsien.

Deur middel van die implimentering van triangulasie kan geloofwaardigheid van interpretasie van die versamelde data verder bevorder word. Triangulasie impliseer dat data van meer as een individu en volgens 'n verskeidenheid metodes/bronne ingesamel word. (Vgl. Mouton en Marais 1990:19 en Maxwell 1996:75-76,93.) Regstreekse stelselmatige en deelnemende waarneming, verifiëring van moontlike interpretasies met deelnemers, videobandopnames van elke gestaltgroepwerksessie en die voortspruitende observasie-aantekeninge asook deelnemers se joernale is as databronne vir die doeleindes van hierdie studie benut. (Vgl. hoofstuk 8.) Ten spyte van triangulasie is die waarskynlikheid nie uitgesluit dat die navorser soms subjektiewe betekenis aan data kon heg nie. Ten einde laasgenoemde te oorbrug is 'n onafhanklike waarnemer, kundige op die gebied van gestaltterapie, betrek om die navorsingsdata waar te neem en te beoordeel (Huysamen 1993:143-144). Die onafhanklike waarnemer, naamlik Rinda Blom, beskik minstens oor 'n dekade se praktykervaring, het 'n gedoseerde meestersgraad en 'n doktorsgraad in gestaltspelterapie en het gevorderde gestaltspelterapie-opleiding in die Verenigde State van Amerika by 'n wêreldkenner, Violet Oaklander, ontvang. Sy is ook die skrywer van "*Handbook of gestalt play therapy*" wat gedurende 2004 gepubliseer is.

#### ➤ **Bevooroordeeldheid van die navorser**

Die geldigheid en betroubaarheid van die versamelde data is afhanklik van die ervaring en kundigheid van die waarnemer. Die waarnemer se vooroordele kan hulle waarnemings en gevolglik die geldigheid van hul beoordelings affekteer (Huysamen 1993:144). In samehang hiermee is Maxwell (1996:90) van mening dat die geloofwaardigheid van die kwalitatiewe



navorsingsresultate bedreig kan word indien die navorser bevooroordeeld is, deur byvoorbeeld slegs data te selekteer wat inpas binne bestaande teorie of data te selekteer wat kenmerkend vir hom *uitstaan* bo ander. Betroubaarheid in kwalitatiewe navorsing hang dus grootliks van die navorser se integriteit af (Maxwell 1996:91). Alhoewel daar voortdurend gepoog is om data objektief te selekteer, is die navorser bewus van die feit dat die geloofwaardigheid van die navorsingsresultate tog in 'n mate deur die navorser beïnvloed kon word. Ter motivering word Neuman (1998:333) in dié verband aangehaal: *“Qualitative researchers assume it is impossible to eliminate the effect of the researcher completely.”*

### ➤ **Reaktiwiteit**

Afhangende van die besondere databron en die metode van data-insameling weet die individu dat hy die voorwerp van navorsing in die geesteswetenskappe is en reageer hy gewoonlik op hierdie feit. Hierdie verskynsel staan in die metodologie-literatuur bekend as die probleem van reaktiwiteit (Mouton en Marais 1990:78). Wanneer menslike gedrag of eienskappe die bron van data of inligting in die navorsingsprojek is, is reaktiwiteit die grootste bedreiging vir die geldigheid van die bevindinge. Ongeag of die data deur indirekte waarneming, soos projektiewe tegnieke of direkte waarneming, soos deelnemende waarneming ingesamel word, is die individu as deelnemer of subjek bewus van die navorser en reageer hy gewoonlik op een of ander manier op hierdie feit (Mouton en Marais 1990:79-80). Die teenwoordigheid van die waarnemer, tipies 'n vreemdeling, kan die gedrag wat waargeneem word, beïnvloed en sodoende lei tot reaktiwiteit (Huysamen 1993:144). Reaktiwiteit wat beskou word as die invloed wat die navorser op die individue wat bestudeer word het, kan volgens Maxwell (1996:91) nie ge-elimineer word nie. Die doel in 'n kwalitatiewe studie is nie om hierdie invloed te elimineer nie, maar eerder om dit te begryp en produktief te benut (Maxwell 1996:91).

In hierdie studie het die navorser daarop gefokus om 'n *“ek-jy”*-verhouding (vgl. 3.4) binne die groepopset daar te stel. Die navorser het gepoog om deelnemers op 'n gelyke vlak, ongeag hul ouderdom en geslag te beskou en om kontak wat bewustheid verhoog en persoonlike groei aanmoedig, te bewerkstellig. Ten einde deelnemers se selfondersteuning en selfregulering te bevorder het die navorser voortdurend gepoog om nie verantwoordelikheid vir deelnemers se lewens te neem nie (vgl. 1.4.3). Volgens Corsini en Wedding (1989:339) kan gestaltterapeute wat verantwoordelikheid vir hulle kliënte neem, laasgenoemde daarvan weerhou om selfondersteunend en selfregulerend te wees.

Sodoende is gepoog om die navorser se moontlike negatiewe invloed op die navorsingsresultate te elimineer en deelnemers in staat te stel om in 'n veilige atmosfeer hul ware self te wees en verantwoordelikheid vir hulle eie lewens te neem. In die lig daarvan dat die navorser se teenwoordigheid steeds deelnemers se natuurlike optrede kon beïnvloed het, word reaktiwiteit as 'n beperking van hierdie navorsing beskou.

➤ **Objektiwiteit van die navorser**

Gesien in die lig dat in hierdie studie van kwalitatiewe navorsingsmetodologie gebruik gemaak word, is die objektiwiteit van die navorser 'n veranderlike wat noodwendig verreken behoort te word. Derhalwe is dit nodig om 'n aantal faktore uit te lig wat tydens die ondersoek 'n rol kon speel in die insameling en interpretasie van die kwalitatiewe data, wat vanuit die empiriese ondersoek verkry is. Vanweë die konseptuele raamwerk van gestaltterapie wat tydens die navorsing gehandhaaf is, is interpretasie en betekenisgewing aan die resultate van die empiriese ondersoek vanuit 'n holistiese georiënteerde benadering gedoen. Daar is dus gefokus op die eenheid van die individu wat gebaseer is op die onskeibare eenheid van die liggaam, emosionele en geestelike aspekte, taal, denke en gedrag van die individu (vgl. 2.3.1). 'n Verdere faktor van belang is dat die temas en gestaltterapeutiese tegnieke en aktiwiteite waaraan aandag in die gestaltgroepwerkprogram geskenk is, deur die navorser geselekteer en gekonstrueer is. Dit sou 'n invloed kon uitoefen op die verloop en betekenisgewing aan data wat tydens die empiriese ondersoek verkry is, aangesien die rigting van die gestaltgroepwerksessies dus grootliks deur die navorser bepaal is.

Volgens Denzin en Lincoln (1994:3) behels kwalitatiewe navorsing 'n interaktiewe proses wat gevorm word deur die navorser se persoonlike geskiedenis, biografie, geslag, sosiale klas, ras en etnisiteit, maar ook deur die betrokkenes binne die konteks van die navorsing. Die navorser, 'n blanke getroude vrou met 'n sesjarige dogter, se Christelike lewensbeskouing, asook haar kennis en ondervinding wat sy in 14 jaar in die praktyk opgedoen het, kon derhalwe die verloop en betekenisgewing aan data, wat tydens die gestaltgroepwerksessies verkry is, beïnvloed het.

### **7.2.1.5 Metodologie met betrekking tot die spesifisering van die prosedure-elemente van die intervensie**

Deur die probleem waar te neem en verskeie toepaslike modelle en programme te bestudeer, kan navorsers prosedure-elemente identifiseer wat tydens die intervensie benut kan word. Hierdie prosedure-elemente, byvoorbeeld inligting en vaardighede, moet in genoegsame detail gespesifiseer word, ten einde herhaling daarvan deur ander individue met soortgelyke opleiding te verseker (De Vos 1998:394).

Die doelstellings en doelwitte van die konsep-gestaltgroepwerkprogram is ontwikkel na aanleiding van die inligting wat verkry is tydens die eerste twee fases van die intervensienavorsingsmodel, naamlik die fase van probleemanalise en projekbeplanning en die fase van inligtingsinsameling en -sintese (vgl.1.6). Daar is gepoog om deur middel van die doelstellings en doelwitte tydens elke gestaltgroepwerksessie aandag te skenk aan die oorkoepelende doelstellings van gestaltterapie en -groepwerk (vgl. 2.5 en 3.3), naamlik bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3). Potensiële aktiwiteite en tegnieke is sodanig geselekteer ten einde deelnemers te lei tot bewustheid, selfondersteuning en integrasie.

## **7.3 KONSEP-GESTALTGROEPWERKPROGRAM**

Die konsep-gestaltgroepwerkprogram wat tydens die fase van vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek (vgl. 1.6.4) van hierdie navorsing gevolg is, word voorts volledig weergegee. 'n Uiteensetting van die tien groepwerksessies word gebied aan die hand van doelstellings, doelwitte, asook 'n beskrywing van die aktiwiteite en tegnieke wat tydens elke sessie benut is en die opdragte wat aan deelnemers gegee is. In hoofstuk agt word die gebeure tydens die implementering van dié voorlopige intervensie en analisering van die verkrygte data uiteengesit.

### **7.3.1 Sessie een: Oriëntering**

#### ***Tema: Ons word georiënteer en leer mekaar ken***

In die lig daarvan gesien dat groeplede tydens die eerste groepwerksessie met groepleërs kan worstel, onseker en angstig kan voel (vgl. 3.6.2.1 en 3.6.3.1) en 'n gestaltgroepleier volgens Hansen *et al.* (1980:215) en Aronstam (1989:640.) 'n "ek-jy"-verhouding binne die groepopset behoort te kataliseer om kontak deur bewustheid te bevorder en persoonlike

groei aan te moedig (vgl. 1.4.3), word die volgende doelstellings en doelwitte ten opsigte van groepwerksessie een gestel.

➤ **Doelstellings**

- Om 'n terapeutiese “*ek-ly*”-*verhouding* (vgl. 1.4.3) tussen elke deelnemer en die gestaltgroepleier tot stand te bring, ten einde positiewe kontakmaking tussen die gestaltgroepleier en deelnemers te bewerkstellig.
- Om 'n positiewe verhouding tussen deelnemers te kataliseer, ten einde hulle op die weg te plaas om volgens hulle ware self (vgl. 3.6.1.5) te funksioneer.
- Om deelnemers te oriënteer ten opsigte van die groepwerksessies, ten einde hulle op hul gemak te stel deur ingelig te wees ten opsigte van wat om te verwag en wat van hulle verwag word (vgl. 3.6.2.1 en 3.6.3.1).
- Om deelnemers se belewenisse van sigself en moontlike onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in hulle lewens op 'n niebedreigende wyse te identifiseer om sodoende hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) te verhoog.
- Om deelnemers van joernale (kartonleërs) te voorsien om van hulle bewuswordinge na elke groepwerksessie rekord te hou, sodat hulle in staat sal wees om hulle bewuswordinge (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) op dié wyse te monitor en te bevorder.
- Om deelnemers te laat pendel (vgl. 4.6) tussen hulle sensoriese kontakmodaliteite (vgl. 3.8.1) en 'n gefantaseerde veilige plek (vgl. 4.5.2), ten einde hulle sensoriese bewustheid te bevorder, hulle te bemagtig, hulle te leer om te ontspan en sigself te vertroetel (vgl. 3.8.4).

➤ **Doelwitte**

- Om deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) deelnemers geleentheid te gee om sigself voor te stel en hulle verwagtinge ten opsigte van die gestaltgroepwerk met die groep te deel.
- Om deelnemers in te lig ten opsigte van die doelstellings van die gestaltgroepwerk en die werkswyse wat tydens gestaltgroepwerk gevolg word en hulle geleentheid te bied om vrae te vra om onsekerhede wat mag ontstaan, op te klaar (vgl. 3.6.2.1 en 3.6.3.1).
- Om wedersydse verwagtinge daar te stel en dit met 'n skriftelike ooreenkoms (vgl. Bylae 4.1: Skriftelike ooreenkoms aangaande wedersydse verwagtinge) te bevestig, ten einde

maksimale deelname en samewerking tussen die gestaltgroepleier en deelnemers en deelnemers onderling te verseker.

- Om deelnemers 'n onvoltooide sinnetoets (vgl. 4.10.3 en Bylae 4.3: Onvoltooide sinnetoets soos benut tydens groepwerksessie een) te laat voltooi, ten einde hulle in staat te stel om hulle belewenisse van sigself op 'n niebedreigende wyse te bepaal en moontlike onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in hulle lewens te identifiseer.
- Om aan deelnemers geleentheid te bied om hulle joernale volgens hulle eie keuse en met behulp van 'n mededeelnemer oor te trek, ten einde selfondersteuning (keuses, vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en groepinteraksie (vgl. 3.2.2) te bevorder.
- Om van rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9) as hulpmiddel gebruik te maak om deelnemers te lei om te pendel (vgl. 4.6) tussen hulle sensoriese kontakmodaliteite (vgl. 3.8.1) en 'n gefantaseerde veilige plek (vgl. 4.5.2).
- Om deur middel van 'n tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2) deelnemers geleentheid te gun om hulle veilige plek te teken en dit in die groep by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1), met mekaar te deel, ten einde selfvertroeteling (vgl. 3.8.4 en 4.12) tot stand te bring, groepsinteraksie (vgl. 3.2.2) te inisieer en rapport te bou.

### ➤ **Benodigdhede**

Ten einde uitvoering aan bogenoemde doelstellings en doelwitte te gee word die volgende benodig:

- ✓ CD- speler en musiek (byvoorbeeld panfluit of klavier, vgl. 4.9).
- ✓ Tafels en stoele.
- ✓ Onvoltooide sinne (vgl. 4.10.3 en Bylae 4.3: Onvoltooide sinnetoets soos benut tydens groepwerksessie een).
- ✓ Penne.
- ✓ Joernale.
- ✓ Verskillende gekleurde kartonleërs.
- ✓ Kleefplastiek.
- ✓ Naamplakkers.
- ✓ Skêre.
- ✓ Gekleurde penne.
- ✓ Vetkryt.

Voorts word 'n beskrywing van die aktiwiteite van die eerste gestaltgroepwerksessie gebied.

### **7.3.1.1 Aktiwiteit een: Kennismaking**

Die gestaltgroepleier behoort geleentheid te skep vir groeplede (deelnemers) om op *intrapersoonlike vlak* (vgl. 3.2.2) relevante inligting ten opsigte van sigself te deel. Groeplede kan byvoorbeeld versoek word om sigself op een of ander manier aan die groep voor te stel (vgl. 3.6.3.1), of hulle kan in subgroepe onderverdeel word en 'n taak opgelê word om inligting, rakende sigself, onder mekaar uit te ruil. (Vgl. Kepner 1980:18-19 en Fatout 1992:96-97.) In die lig van laasgenoemde word deelnemers tydens die eerste aktiwiteit versoek om in 'n sirkel te sit en beurtelings by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) sigself aan die res van die groep voor te stel. Hulle moet sigself voorstel aan die hand van 'n selfbeskrywende woord wat met die eerste letter van hulle name ooreenstem, byvoorbeeld *"hartlike Hester"* en *"netjiese Nita"* en inligting ten opsigte van hulle kind/ers, werk, stokperdjies en enige allergieë. Hierdie inligting word benodig vir die tweede sessie se aktiwiteite.

### **7.3.1.2 Aktiwiteit twee: Oriëntering ten opsigte van gestaltgroepwerk**

Hierdie aktiwiteit (vgl. 3.6.2.1) behels die oriëntering van deelnemers ten opsigte van die gestaltgroepwerksessies. Die volgende inligting word aan deelnemers ten opsigte van die doel en werkswyse van die gestaltgroepwerksessies weergegee:

*"Vanuit gestaltterapie word elke individu as 'n geheel gesien en beskik elke individu oor die potensiaal om verantwoordelikheid vir sy/haar eie lewe te neem. Die doel van gestaltgroepwerk is om julle meer bewus te maak van juisself (soos onderdrukte gevoelens) en julle omgewing, julle sterk te maak in juisself (selfondersteuning) en teenstrydige gevoelens wat julle moontlik kan ervaar, byvoorbeeld liefde en haat vir dieselfde persoon, te versoen/integreer, sodat julle in staat kan wees om verantwoordelikheid vir julle eie lewens te aanvaar, makliker by julle egskeidingsituasies aan te pas en meer energie kan hê om aan julle kinders die nodige ondersteuning te bied.*

*Aktiwiteite vind meestal in groepverband plaas, maar geleentheid word tydens groepwerksessies geskep vir individuele werk, waartydens 'n vrywillige deelnemer en die gestaltgroepleier saam op 'n probleem in die deelnemer se lewe fokus terwyl die ander deelnemers toekyk en later geleentheid sal kry om insette te lewer. 'n Deelnemer mag nie deur hetsy die groepleier of deur mededeelnemers gedwing word om aan aktiwiteite deel te neem nie. Verskeie mediums, byvoorbeeld klei, 'n leë stoel, gekleurde penne, musiek, vetkryt, karton en papier word gebruik. Ek wil julle nou reeds gerus stel dat julle oor geen*

*kunsaanleg hoef te beskik nie. Niemand se kunswerk/skepping gaan beoordeel word nie. Die enigste vereiste wat wel gestel word is dat julle juisself moet geniet.”* Deelnemers word geleentheid gegun om vrae te vra en onduidelikhede op te klaar.

### **7.3.1.3 Aktiwiteit drie: Wedersydse verwagtinge**

Hierdié aktiwiteit behels die verkenning van wedersydse verwagtinge tussen die gestaltgroepleier en deelnemers. Geleentheid word aan deelnemers gebied om hulle verwagtinge ten opsigte van die groepwerk neer te skryf en dit dan verbaal by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) in die groep te stel. Hulle word voorts versoek om 'n ooreenkoms aangaande etiese aspekte (vgl. Bylae 4.2: Skriftelike ooreenkoms aangaande etiese aspekte) te onderteken. Ten einde 'n ontspanne atmosfeer te skep word panfluitmusiek in die agtergrond gespeel (vgl. 4.9).

#### ***Die volgende verwagtinge word deur die gestaltgroepleier gestel:***

- Deelnemers behoort al tien groepwerksessies op ooreengekome tye en datums by te woon.
- Indien 'n sessie nie bygewoon kan word nie, moet die gestaltgroepleier ten minste 24 uur voor die tyd, met uitsondering van onvoorsiene krisisse soos byvoorbeeld 'n ernstige motorongeluk, daarvan verwittig word, sodat 'n alternatiewe tyd gevind kan word.
- Deelnemers moet hulle bereidwillig verklaar om aan groepwerkaktiwiteite/-tegnieke deel te neem, met dien verstande dat hulle nie deur die groepleier of ander deelnemers tot deelname geforseer mag word nie.
- Wedersydse respek en streng vertroulikheidsbeginsels moet deurentyd gehandhaaf word.

### **7.3.1.4 Aktiwiteit vier: Onvoltooide sinne**

Hiérdie aktiwiteit behels die benutting van 'n onvoltooide sinnetoets (vgl. 4.10.3 en Bylae 4.3: Onvoltooide sinnetoets soos benut tydens groepwerksessie een), ten einde deelnemers se belewenisse van sigself op 'n niebedreigende wyse te bepaal en moontlike onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in hulle lewens te identifiseer. Deelnemers se response ten opsigte van die voltooide sinne word by hoofstuk agt (vgl. 8.1) ingesluit.

- Voorsien elke deelnemer van 'n onvoltooide sinnetoets en 'n pen.

- Verduidelik aan hulle dat daar geen regte of verkeerde antwoorde bestaan nie. Versoek hulle om die onvoltooide sinne te voltooi op grond van die eerste gedagte wat by hulle opkom.
- Deelnemers word versoek om na afloop van die voltooiing van hulle onvoltooide sinne enige voortspruitende bewuswordinge (vgl. Bylae 4.10: Bewuswording) in hulle joernale aan te teken en by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) in die groep te deel.

### **7.3.1.5 Aktiwiteit vyf: Pendel na veilige plek en fantasie van 'n veilige plek**

Dié aktiwiteit behels die benutting van die pendel-tegniek (vgl. 4.6) saam met fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2), ten einde deelnemers se sensoriese bewustheid (vgl. 3.8.1) te bevorder, hulle te bemagtig (vgl. 3.8.2.2), hulle te leer om te ontspan (vgl. 4.8) en sigself te vertroetel (vgl. 3.8.4). Deelnemers word voorts, met musiek (vgl. 4.9) as hulpmiddel, soos volg na sensoriese kontakmaking en 'n gefantaseerde veilige plek gelei:

*“Sit gemaklik en maak jou oë toe, trek jou asem drie keer vir vyf sekondes diep in en blaas dit dan weer uit. Raak bewus van jou tone, voete, bene, sitvlak, rug, maag, borskas, asemhaling (diep of vlak), vingers, hande, polse, arms, skouers, spiere in jou borskas, rug en nek (ontspanne of gespanne), kop, oë, neus, ore, mond en die smaak in jou mond. Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit. (Vgl. Groenewald 2002a:181.)*

*“Verbeel jou jy kan na 'n veilige plek gaan. Dit kan 'n plek wees wat jy onthou uit jou verlede of 'n plek waar jy nou lewe. Dit kan ook 'n plek wees wat jy vir jousef skep. Dit kan selfs op die maan wees. Dit kan enige plek wees. Dit kan ook 'n plek wees wat jy alreeds ken en wat jy vir jousef beter wil maak. Verbeel jou jy kan na daardie plek toe gaan. Kyk rond - hoe lyk dit, wat sien en hoor jy? Wat ruik, voel en proe jy? Wat doen jy in jou veilige plek? ” (Vgl. Blom 2000a:254.) Sê dan aan jousef: ‘Ek voel veilig, ek voel rustig en ek weet ek het die sterkte om emosionele pyn te kan oorwin’. (Vgl. Groenewald 2002a:181.) As jy gereed is, wil ek hê jy moet jou veilige plek teken. Niemand hoef dit te verstaan nie. Dit kan in enige lyne, vorms en kleure wees. (Vgl. Blom 2000a:254.) Word bewus van die vloer onder jou voete ... voel die stoel wat jou liggaam ondersteun ... Word bewus van jou asemhaling en die geluide buitekant en die musiek wat hier in die vertrek speel. Wanneer jy gereed voel kan jy maar jou oë oopmaak” (vgl. 4.5).*

Gee voorts aan deelnemers geleentheid om deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer in die groepopset te gee ten opsigte van hulle veilige plek. Motiveer deelnemers



om in hulle gedagtes na hulle veilige plek te gaan, wanneer hulle bekommerd en bang voel of voel dat dinge vir hulle te veel word.

### **7.3.1.6 Aktiwiteit ses: Keuse en oortrek van joernale**

Die sesde aktiwiteit behels die oortrek van joernale, wat voortaan vir rekorddoeleindes benut word. Deur die aktiwiteit word deelnemers geleentheid gebied om keuses te maak en rapport deur onderlinge samewerking te bou.

*Dié aktiwiteit behels die volgende:*

- Versoek deelnemers om vir hulle elk 'n leêr vanuit 'n verskeidenheid gekleurde leêrs te kies.
- Voorsien elke deelnemer van kleefplastiek, 'n skêr, 'n leê naamlakker en gekleurde penne.
- Deelnemers moet hulle selfbeskrywende naam op hulle naamlakker, met 'n gekleurde pen van hulle eie keuse, aandui en voor op hulle joernale plak.
- Deelnemers moet in pare verdeel en mekaar help om hulle onderskeie joernale met kleefplastiek oor te trek.

Die groepwerksessie verdaag nadat die groepleier en deelnemers ooreenstemming bereik ten opsigte van 'n datum en tyd vir die volgende groepwerksessie.

### **7.3.2 Sessie twee: Sensoriese en liggaamlike kontakmaking**

***Tema: Ek maak kontak met my sintuie en liggaam***

Deur middel van kontakmodaliteite naamlik sig, tas, smaak, reuk en gehoor ervaar individue sigself en maak hulle met die wêreld om hulle kontak (vgl. 3.8.1). Dit gebeur soms dat individue vanweë trauma hulle volle bewustheid ten opsigte van hulle sintuie verloor en dan outomaties en apart van sigself funksioneer. (Vgl. Oaklander 1988:109 en Clarkson 1989:83.) Aangesien sensoriese en liggaamlike kontak as 'n voorvereiste beskou word vir individue om met sigself en die omgewing kontak te maak (vgl. 4.8), word die volgende doelstelling en doelwitte ten opsigte van deelnemers gestel.

#### **➤ Doelstelling**

- Om deelnemers met behulp van sensoriese en 'n asemhalings- en ontspanningsoefening (vgl. 4.8) in staat te stel om kontak met sigself en die omgewing te maak, ten einde hulle vermoë tot 'n sterk sin vir die self (vgl. 3.8.2) en emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) te bevorder.

➤ **Doelwitte**

- Om aan deelnemers verskillende sensoriese ervarings ten opsigte van hulle sensoriese kontakfunksies (vgl. 4.8) te voorsien, ten einde hierdie kontakfunksies te bevorder.
- Om deelnemers se liggaamsbewustheid (vgl. 3.8.1.7) en asemhaling (vgl. 3.8.1.8) deur middel van 'n ontspanningsaktiwiteit (vgl. 4.8) te bevorder.
- Om aktiwiteite in groepverband (vgl. 3.2.3) te doen, ten einde groepinteraksie (vgl. 3.2.2) te bevorder.

➤ **Benodigdhede**

Ten einde uitvoering aan bogenoemde doelstellings en doelwitte te gee word die volgende benodig.

- ✓ CD-speler.
- ✓ Musiek vir die gehoorstimuleringsaktiwiteit (vgl. 4.8 en 4.9).
- ✓ Proe-objekte, (vgl. 4.8, soet, suur, sout en bitter) en teelepels.
- ✓ Drie sakkies met objekte van verskillende teksture (vgl. 4.8).
- ✓ 'n Prent met 'n versteekte woord (vgl. 4.8).
- ✓ Verskillende reukbotteltjies (vgl. 4.8).
- ✓ Musiek, byvoorbeeld panfluitmusiek (vgl. 4.9), vir die ontspanningsaktiwiteit (vgl. 4.8).
- ✓ Sponsmatrasse vir die ontspanningsaktiwiteit.

Voorts word 'n beskrywing gebied ten opsigte van die verloop van die tweede sessie.

➤ **Verloop van die gestaltgroepwerksessie**

Ten einde 'n eksperimentele klimaat daar te stel en verwarring te verdryf behoort die gestaltgroepleier die algemene terapeutiese doel van elke gestaltgroepwerktegniek wat benut word, byvoorbeeld die leëstoeltegniek aan groeplede te verduidelik. Ingeligte groeplede kry sodoende geleentheid om die terapeutiese waarde van tegnieke in te sien en dit nie as “truuks” te beskou nie, wat kan aanleiding gee tot meer gewillige deelname en vertrouwe in die gestaltgroepleier (Corey 1990:332-333). In die lig van laasgenoemde word deelnemers soos volg deur die groepleier ingelig ten opsigte van die doel van groepwerksessie twee se aktiwiteite. *“Veronderstel jou kind se skool voorsien jou en 'n ander persoon van 'n voorraadlys en R5000 en versoek julle om aankope vir 'n skoolfunksie by Pick 'n Pay te doen. Jy hou die lys en beursie vas, terwyl die ander persoon die trollie stoot. Op 'n stadium sit jy ingedagte die beursie op 'n winkelrak neer om na 'n blikkie sop te kyk. Jy en die ander persoon raak aan die gesels en loop verder. By die betaalpunt gekom vra die*

*ander persoon die beursie om vir die artikels te betaal. Jy kyk af na jou hande en sien die beursie is weg! Jy skrik en is paniekbevange. Op daardie oomblik sny jou sintuie uit. Jy sien nie 'n vrou met 'n pienk rok by jou verby loop nie, jy voel nie iemand stamp liggies aan jou nie, jy ruik nie die vrou wat agter jou staan se parfuim nie en jy proe nie die pepermentlekkertjie in jou mond nie. Egskeiding kan 'n soortgelyke effek op 'n persoon se sintuie hê en kan veroorsaak dat 'n persoon byvoorbeeld nie goed kan konsentreer en/of fokus nie. Vandag gaan ons op ons sintuie fokus, ten einde dit 'wakker' te maak.”*

### **7.3.2.1 Aktiwiteit een: Gehoorstimuleringsaktiwiteit**

Die eerste aktiwiteit behels 'n gehoorstimuleringsaktiwiteit (vgl. 4.8). Deelnemers word versoek om met geslote oë na die beginpunt van 'n musiekstuk, naamlik Maid Marion's Lament van Tol en Tol, te luister en die verskillende geluide, te wete voëls, krieke, reën/waterval, donderweer en musiekinstrumente soos 'n blaashoring, panfluit, viool, kitaar/harp en klavier te identifiseer, dit in hulle joernaal (vgl. Bylae 5.1: Kontakstimuleringsaktiwiteite) aan te teken en by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) met die res van die groep te deel.

### **7.3.2.2 Aktiwiteit twee: Proe-aktiwiteit**

Tydens hierdie aktiwiteit (vgl. 4.8) word deelnemers versoek om in pare (A en B) saam te werk. Al die A-deelnemers word voorsien van 'n houër, wat die volgende proe-objekte bevat: 'n "suurwurm-lekker", 'n blokkie soet sjokolade, sout aartappelskyfies en marmite. Die deelnemers in groep B word ook van 'n houër met ander proe-objekte voorsien, naamlik 'n suurlermoenskyfie, 'n soutkoekie, 'n soet suiglekker en 'n blokkie bitter donkersjokolade. Al die B-deelnemers word versoek om hulle oë te sluit en aan die verskillende proe-objekte wat deur deelnemers A aan hulle voorsien word, te proe en die onderskeie smake te identifiseer. Hulle moet ook meld of hulle daarvan hou al dan nie en of dit hulle aan iets of iemand laat dink. Deelnemers B se response word vir rekorddoeleindes deur deelnemers A neergeskryf (vgl. Bylae 5.1: Kontakstimuleringsaktiwiteite) en later aan die res van die groep by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) deurgegee. Die hele proses word dan herhaal deurdat deelnemers A aan deelnemers B se proe-objekte proe.

### **7.3.2.3 Aktiwiteit drie: Sig-stimuleringsaktiwiteit**

Die derde aktiwiteit behels 'n sig-stimuleringsaktiwiteit (vgl. 4.8). Deelnemers word elk van 'n prent met 'n verskuilde woord, naamlik "LYF" (vgl. Bylae 5.1: "LYF") voorsien en versoek om

aandagtig daarna te kyk, dit te beskryf en hulle response in hulle joernale (vgl. Bylae 5.1: Kontakstimuleringsaktiwiteite) aan te teken en later in die groep deur te gee.

#### **7.3.2.4 Aktiwiteit vier: Tas-stimuleringsaktiwiteit**

Tydens hierdie aktiwiteit, wat 'n tas-stimuleringsaktiwiteit behels (vgl. 4.8), word deelnemers versoek om in nuwe pare saam te werk. Elke paar word van 'n kardoessakkie voorsien met objekte van verskillende teksture, naamlik skuurwol, watte, 'n stukkie skaapvel, skuurpapier, 'n gladde klippe, 'n sagte sykous, 'n harde gholfbal, 'n growwe houtwasgoedpennetjie en 'n gladde kers. Die pare moet beurtelings met geslote oë 'n objek uit die kardoessakkie neem, daaraan voel, dit beskryf en meld waaraan dit hulle laat dink. Deelnemers moet mekaar se response vir rekorddoeleindes in die onderskeie joernale (vgl. Bylae 5.1: Kontakstimuleringsaktiwiteite) aanteken.

#### **7.3.2.5 Aktiwiteit vyf: Reuk-stimuleringsaktiwiteit**

Die vyfde aktiwiteit behels 'n reuk-stimuleringsaktiwiteit (vgl. 4.8) wat in subgroepe uitgevoer word. Deelnemers word versoek om weer in nuwe pare saam te werk. Elke paar word van 'n houër met verskillende reukbotteltjies voorsien. Deelnemers word versoek om beurtelings aan die verskillende reukbotteltjies te ruik. Hierdie botteltjies bevat onder meer Vicks, wasgoedversagmiddel, tabak, potpourri, Dettol (ontsmettingsmiddel), badolie, vanieljegeursel, tandepasta, knoffelsout en wyn. Dan moet die verskillende reuke as aangenaam of onaangenaam beskryf word en deelnemers moet meld of dit hulle aan iets of iemand laat dink. Deelnemers moet mekaar se response in hulle onderskeie joernale aanteken. (Vgl. Bylae 5.1: Kontakstimuleringsaktiwiteite.) Hulle word voorts versoek om in die groepopset by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.8) te meld van watter reuk/e hulle die meeste/minste gehou het en te motiveer waarom.

#### **7.3.2.6 Aktiwiteit ses: Liggaamsbewustheid en asemhaling**

Hierdie aktiwiteit behels die bevordering van deelnemers se liggaamsbewustheid en asemhaling (vgl. 4.8). Deelnemers word versoek om gemaklik plat op hulle rûe op 'n sponsmatras te lê en met geslote oë, sonder verbale response, na die volgende instruksies gepaardgaande met agtergrondmusiek (vgl. 4.9) te luister:

*“Word bewus van jou hele liggaam. Hoe voel jou tone, jou voete, jou enkels, jou kuite, jou knieë, jou bo-bene en jou sitvlak? Haal drie keer diep asem - hou jou asem vir vyf sekondes in, voordat jy dit weer uitblaas. Word bewus van jou rug, jou maag, jou borskas, jou skouers,*

*jou arms, jou hande en jou vingerpunte. Haal weer drie keer diep asem - hou jou asem vir vyf sekondes in, voordat jy dit weer uitblaas. Hoe voel jou nek, jou ken, jou lippe, jou wange, jou neus, jou ore, jou oë, jou voorkop, jou hare en jou hele gesig? Ervaar jy iewers in jou liggaam enige pyn, spanning en/of moegheid? Waar in jou liggaam ervaar jy dit? Word bewus van jou asemhaling ... Voel hoe die lug heen en weer deur jou neus beweeg. Trek jou asem vir vyf sekondes lank diep in ... voel hoe jou longe groter en vol suurstof word ... Blaas nou jou asem stadig uit. Haal nog twee keer diep asem. Ek gaan nou tot vyf tel dan kan jy maar jou oë oopmaak en weer regop sit.”*

### **7.3.2.7 Opdrag**

Deelnemers word versoek om met die voorafgaande oefening tuis te gaan eksperimenteer. Hulle word verder versoek om vier foto's van sigself, naamlik as baba, laerskoolkind, hoërskoolkind en volwassene na die volgende byeenkoms saam te bring. Die groepwerksessie verdaag nadat die groepleier en deelnemers ooreenstemming bereik ten opsigte van 'n datum en tyd vir die volgende groepwerksessie.

### **7.3.3 Sessie drie: Sin vir die self (Selfondersteuning)**

#### ***Tema: Ek stel myself voor***

Volgens Oaklander (1988:281) word individue se optrede, in watter mate hulle opgewasse is vir die lewe en selfbeheer bepaal deur hoe hul sigself sien en die waarde wat hul aan sigself heg. 'n Sterk sin vir die self is nodig om goeie kontak met die omgewing en die individue daarin te bewerkstellig (Oaklander 1992:65). Versterking van die sin vir die self kan volgens Oaklander (1997:298) aanleiding gee tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en kan bevorder word deur definiëring van die self, bemeestering, verantwoordelikheid en beheer (Blom 2000b:klasaantekeninge). Ten einde deelnemers se sin vir sigself te bevorder en hulle in staat te stel om goeie kontak met die omgewing en die individue daarin te bewerkstellig en tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan word die volgende doelstelling en doelwitte ten opsigte van sessie drie gestel.

#### **➤ Doelstelling**

- Om deur middel van geselekteerde aktiwiteite deelnemers se sin vir die self (vgl. 3.8.2.1) te bevorder, ten einde kontakmaking met sigself en die omgewing te bevorder en hulle in staat te stel om hulle onderdrukte gevoelens te kan uitdruk (vgl. 3.8.3).

➤ **Doelwitte**

- Om deelnemers deur middel van foto's/selfbeskrywing (vgl. 3.8.2.1) in staat te stel om sigself op 'n niebedreigende wyse te definieer om moontlike introjekte (vgl. 2.3.5.1) in hulle lewens te identifiseer en hulle selfbewustheid (vgl. 3.8.2.1) te bevorder.
- Om deelnemers deur middel van collagewerk (vgl. 4.11.2.3) in staat te stel om selfgerigte stellings (vgl. 3.8.2.1) te maak, ten einde hulle selfkennis daardeur te bevorder.
- Om deelnemers geleentheid te bied om keuses (vgl. 3.8.2.3) te maak om sodoende hulle innerlike sterkte (vgl. 3.8.2) daardeur te bevorder.
- Om deur middel van collagewerk (vgl. 4.11.2.3) deelnemers geleentheid te bied om gevoelens van bemeestering en beheer (vgl. 3.8.2.2 en 3.8.2.3) te ervaar, ten einde hulle innerlike sterkte (vgl. 3.8.2) daardeur te bevorder.
- Om te fokus op polariteite (vgl. 2.3.6) wat deelnemers in sigself ervaar, ten einde integrasie (vgl. 1.9.6) van gefragmenteerde aspekte sodoende te bevorder.
- Om groepdeelname en -kohesie (vgl. 3.2.1) binne 'n ontspanne en verbeeldingryke atmosfeer te bevorder, deur deelnemers geleentheid te bied om sigself op 'n niebedreigende wyse te definieer en mekaar terselfdertyd te leer ken.
- Om deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) deelnemers geleentheid te bied om te pendel na 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) om bemagtiging en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) te bewerkstellig.
- Om deelnemers se bewustheid (vgl. 3.8.2.1) ten opsigte van introjekte (vgl. 2.3.5.1) wat moontlik hulle sin van die self (vgl. 3.8.2) kan beïnvloed, te bevorder sodat hulle dit kan assimileer of dit kan verwerp.

➤ **Benodigdhede**

Ten einde uitvoering aan bogenoemde doelstellings en doelwitte te gee word die volgende benodig:

- ✓ CD-speler en rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9).
- ✓ Tafels en stoele.
- ✓ Stiffiegom, krammasjientjies, wondergom, skêre, karton, waterverf, verfkwaste, gekleurde penne, verskillende soorte papier (sneespapier, koerantpapier, geskenkpapier, papierdoilies, riffelpapier en plakpapier), verskillende tekstuur lappe (katoen, wol, sy, kant en goiing), sagte goed (vere, watte, wol), growwe/ruwe goed (staalwol, sandpapier en spons), ander materiaal (stukkies muskietnet, blare, skulpe, eierhouers, linte, knope, leë

toiletrolletjies, draad, karton, dryfhout, spoelklippies, saad, noedels, macaroni, aluminiumfoelie, lemoensakke, kurk en tydskrifte).

✓ Foto's van deelnemers.

Voorts word 'n beskrywing gebied ten opsigte van die verloop van die derde sessie.

### **7.3.3.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Ten einde deelnemers se bewustheid te bevorder kry hulle by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid om dit waarvan hulle op daardie spesifieke oomblik bewus is in die groep te verbaliseer.

### **7.3.3.2 Aktiwiteit twee: Selfbeskrywing**

Hierdie aktiwiteit behels die benutting van deelnemers se foto's van sigself/selfbeskrywing, ten einde selfdefiniëring en selfbewustheid (vgl. 3.8.2.1) te bevorder en moontlike introjekte (vgl. 2.3.5.1) in hulle lewens te identifiseer. Die groepleier verduidelik dat hierdie aktiwiteit ten doel het om deelnemers geleentheid te gee om sigself beter te leer ken, asook om mekaar beter te leer ken. Deelnemers word versoek om in pare hulle foto's aan mekaar te toon en deur middel van selfgerigte stellings (vgl. 3.8.2.1) die aspekte van sigself waarvan hulle hou en nie hou nie aan te dui. Diegene wat nie oor foto's beskik nie moet sigself deur middel van selfgerigte stellings (vgl. 3.8.2.1) beskryf met verwysing na hulle baba-, laerskool- hoërskool- en volwasse jare. (Vgl. Bylae 6.1: Selfbeskrywing.) Deelnemers word versoek om hulle response in hulle joernale aan te teken en sigself in die hier en nou (vgl. 2.4 en Bylae 6.1: Selfbeskrywing) by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) aan die groep te beskryf.

### **7.3.3.3 Aktiwiteit drie: Collagewerk**

Hierdie aktiwiteit behels collagewerk (vgl. 4.11.2.3), ten einde deelnemers se selfbewustheid deur selfdefiniëring (vgl. 3.8.2.1) te bevorder en terselfdertyd hulle geleentheid te bied om mekaar beter te leer ken en rapport te bou. Individue (deelnemers) behoort sigself te ken alvorens hulle egosterkte versterk kan word. Deur selfgerigte stellings kan individue (deelnemers) gehelp word om stellings oor sigself te maak, byvoorbeeld "... is wie ek is", "... is wie ek nie is nie", "... is waarvan ek hou" en "ek wens...". Individue (deelnemers) verkry dus selfondersteuning soos hulle sigself leer ken en sigself definieer deur uitdrukking te gee aan hulle wense, hul voor- en afkeure, hul behoeftes, hul idees, hul menings en deur bewus te word van hulle egogrens, naamlik "... is wie ek is" en "... is wie ek nie is nie." (Vgl. Oaklander 1994b:150, 1997:298-299 en 2000:werkswinkel.)

Tydens collagewerk (vgl. 4.11.2.3) word deelnemers aan verskillende mediums voorgestel en versoek om sigself, insluitende hulle voor- en afkeure, by wyse van 'n collage voor te stel. Hulle word gerusgestel dat daar geen voorgeskrewe reëls ten opsigte van collagewerk bestaan nie en word aangemoedig om vrye teuels aan hulle denke en kreatiwiteit te gee. Ten einde 'n ontspanne atmosfeer te skep word rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9) gespeel, terwyl deelnemers gestalte gee aan hulle collagewerk. Na afloop van dié aktiwiteit word deelnemers versoek om sigself aan die hand van hulle collage (vgl. Bylae 6.2: Collagewerk) in die groter groep by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) bekend te stel (te definieer). Hulle word deurentyd tydens selfdefiniëring aangemoedig om van "ek"-stellings gebruik te maak. Deelnemers word versoek om hulle response in hulle onderskeie joernale aan te teken.

#### **7.3.3.4 Aktiwiteit vier: Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek**

Die derde aktiwiteit behels die benutting van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2), ten einde deelnemers die geleentheid te bied om na afloop van collagewerk (vgl. 4.11.2.3) te ontspan, sigself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 3.8.4). Deelnemers word versoek om gemaklik te sit, hulle oë te sluit en sonder om verbaal te reageer aan die volgende eksperiment, wat rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9) insluit, deel te neem:

*"Trek jou asem drie keer vir vyf sekondes diep in en blaas dit dan weer uit. Trek nou gelyktydig elke spier in jou liggaam saam ... Jou bene, sitvlak, maag, skouers, arms, vuiste, gesig en kakebeen. Hou dit styf .... Ontspan nou en voel hoe die spanning uit jou liggaam wegspoel. Laat al die spanning uit jou liggaam en gedagtes wegspoel ... vervang die spanning met kalm, vreedsame energie ... Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit ... Laat elke asemteug wat jy neem kalmte en ontspanning in jou liggaam inbring. Verbeel jou jy kan na 'n veilige plek gaan. Dit kan 'n plek wees wat jy onthou uit jou verlede of 'n plek waar jy nou lewe. Dit kan ook 'n plek wees wat jy vir jousef skep. Dit kan selfs op die maan wees. Dit kan enige plek wees. Dit kan ook 'n plek wees wat jy alreeds ken en wat jy vir jousef beter wil maak. Verbeel jou jy kan na daardie plek toe gaan. Kyk rond - hoe lyk dit, wat sien en hoor jy? Wat ruik, voel en proe jy? Wat doen jy in jou veilige plek? Sê dan aan jousef: 'Ek voel veilig, ek voel rustig en ek weet ek het die sterkte om emosionele pyn te kan oorwin.' Word bewus van die vloer onder jou voete ... voel die stoel wat jou liggaam ondersteun ... Word bewus van jou asemhaling en die geluide buitekant en die musiek wat*



*hier in die vertrek speel. Wanneer jy gereed voel kan jy maar jou oë oopmaak”* (vgl. 4.8 en 4.5.2).

### **7.3.3.5 Aktiwiteit vyf: Rondte-tegniek**

Deelnemers word versoek om hulle bewuswordinge ten opsigte van die groepwerksessie (vgl. Bylae 6.9: Bewuswording) in hulle onderskeie joernale aan te teken en by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoering daaromtrent aan die groep te gee.

### **7.3.3.6 Opdrag**

Deelnemers word versoek om met die voorafgaande oefening tuis te gaan eksperimenteer. Hulle word verder versoek om hulle gunstelingmusiek, CD/kasset na die volgende byeenkoms saam te bring.

## **7.3.4 Sessie vier: Ontginning van aggressiewe energie en definiëring van gevoelens**

### ***Tema: Ek kom in kontak met my energie en fokus op basiese gevoelens***

Ten einde die self te versterk en tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en aksie oor te gaan, moet individue (deelnemers) eers in kontak met hulle aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) gebring word. Aggressiewe energie behels die energie wat nodig is om byvoorbeeld 'n appel te byt, of 'n sterk emosie uit te druk. Dit bied aan individue (deelnemers) selfondersteuning (vgl. 3.8.2) om tot aksie oor te gaan. Emosionele uitdrukking gaan dus met die vrystelling van energie gepaard. (Vgl. O'Leary 1992:16 Oaklander 1997:304-305 en Blom 2000a:227.) Individue (deelnemers) behoort ingelig te word dat emosies 'n natuurlike deel van die menslike natuur is en hulle moet toegelaat word om hulle gevoelens te erken en te ervaar (Fontana en Slack 1998:54-55). In die lig daarvan dat deelnemers aggressiewe energie benodig om tot emosionele uitdrukking oor te gaan (vgl. 3.8.3) en bewus moet wees van hulle gevoelens om daaraan uitdrukking te kan gee, word die volgende doelstellings ten opsigte van sessie vier gestel.

#### **➤ Doelstellings**

- Om aan deelnemers geleentheid te bied om hulle aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) te ontgin, ten einde aan hulle die nodige selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bied om met hulle onderdrukte gevoelens in kontak te kom.

- Om deur middel van verskillende aktiwiteite deelnemers se bewustheid ten opsigte van basiese gevoelens te bevorder (vgl. 3.8.3), ten einde hulle in staat te stel om hulle onderdrukte gevoelens te identifiseer en daarmee in kontak te kom.

➤ **Doelwitte**

- Om deur middel van 'n klei-eksperiment (vgl. 4.11.1) aan deelnemers geleentheid te bied om in kontak met hulle aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) te kom en daaraan uiting te gee.
- Om op basiese gevoelens, naamlik woede, blydschap, hartseer en vrees te fokus en deelnemers geleentheid te bied om bewus te word van waar in hulle liggame hul die onderskeie gevoelens ervaar.
- Om deur middel van 'n musiekaktiwiteit (vgl. 4.9) deelnemers geleentheid te bied om keuses te maak, sigself te definieer en met onderdrukte gevoelens in kontak te kom.
- Om aktiwiteite in groepverband te doen, ten einde groepinteraksie (vgl. 3.2.2) te bevorder.
- Om by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) deelnemers geleentheid te bied om hulle response en bewuswordinge in die groep te deel.
- Om deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) deelnemers geleentheid te bied om na 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) te pendel, om so bemagtiging en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) te bewerkstellig.

➤ **Benodighede**

Ten einde uitvoering aan bogenoemde doelstellings en doelwitte te gee word die volgende benodig:

- ✓ CD-speler.
- ✓ Tafels en stoele.
- ✓ Pottebakkersklei.
- ✓ Werkblad en water vir kleiwerk.
- ✓ Musiek wat energie genereer, byvoorbeeld Mozart-musieksnitte (vgl. 4.9).
- ✓ Deelnemers se gunstelingmusiek.
- ✓ Prent van 'n menslike liggaam. (Vgl. Bylae 7.3: Gevoelservaring ten opsigte van menslike liggaam.)
- ✓ Gekleurde penne.
- ✓ Deelnemers se joernale.

Voorts word 'n beskrywing van die vierde gestaltgroepwerksessie se aktiwiteite en tegnieke gebied.

#### **7.3.4.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Ten einde deelnemers se bewustheid te bevorder kry hulle by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid om hulle bewustheid op daardie spesifieke oomblik in die groep te verbaliseer.

#### **7.3.4.2 Aktiwiteit twee: Klei-eksperiment**

Hierdie aktiwiteit behels 'n klei-eksperiment (vgl. 4.11.1) wat met instrumentale agtergrondmusiek (Mozart, vgl. 4.9) uitgevoer word. Dit stel deelnemers in staat om met hulle aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) in kontak te kom en dit te ontgin. Deelnemers word versoek om hulle klei met hulle liggaamshitte sag te maak. Dit sou kon behels dat die klei gedraai, geslaan, gestamp en met hulle hande gedruk word. Voorts word deelnemers versoek om hulle handpalms naby die deelnemer aan hul regterkant se handpalms te hou, sonder om aan mekaar te raak en bewus te word van mekaar se liggaamshitte (energie). Deelnemers word daarna versoek om aan sigself te raak, bewus te word van hulle eie energie en die volgende instruksies te volg:

- Probeer eers met geslote oë en dan met oop oë bewus raak van die gevoel van die klei in jou hande. Haal 'n paar keer diep asem.
- Voel aan die stuk klei soos wat dit nou is. Maak vriende daarmee. Is dit glad? Grof? Hard? Sag? Hobbelrig? Warm? Koud? Nat? of Droog? Tel dit op en hou dit vas. Is dit lig/swaar? Sit dit neer en begin dit knyp met albei hande. Knyp dit stadig, dan vinniger. Neem groot knype en dan kleiner knype.
- Druk die klei en maak dit glad. Gebruik jou duime, vingers, palms en agterkant van jou hande. Nadat jy dit glad gemaak het, voel aan die gladde dele.
- Bondel die klei nou in 'n bal. Slaan dit. As dit plat word, bondel dit saam en slaan dit weer. Bondel dit weer saam en streel die klei. Klop dit en slaan dit al harder. Voel die gladde dele nadat jy dit geslaan het.
- Bondel die klei weer saam. Skeur klein en dan weer groot stukke af. Bondel dit weer saam. Tel die klei op en gooi dit so hard as wat jy kan neer. Gooi die klei weer harder en maak 'n harde geluid terwyl jy dit doen. Moenie bang wees om hard te slaan nie.

- Bondel die klei weer saam. Neem 'n vinger en boor 'n gat in die klei. Boor meer gate en boor regdeur die klei. Voel aan die kante van die gate wat jy geboor het.
- Bondel die klei weer saam en probeer om lyne, hobbels en klein gaatjies met jou vingers en vingernaels te maak. Voel aan die goed wat jy maak. Doen dit met verkillende dele van jou hand, byvoorbeeld met jou handpalms, kneukels en die voorkant van jou hand. Kyk wat jy kan maak.
- Skeur nou 'n stuk af en probeer 'n slang maak. Dit raak dunner en langer soos wat jy dit uitrol. Draai dit om jou ander hand of vinger. Neem nou 'n stuk klei en rol 'n klein balletjie tussen die palms van jou hande. Plaas weer vir 'n oomblik beide hande op jou stuk klei.

Na afloop van die eksperiment word deelnemers versoek om in pare hulle ervarings ten opsigte van dié klei-eksperiment aan die hand van die volgende vrae met mekaar te deel en in hulle onderskeie joernale aan te teken (vgl. Bylae 7.1: Klei-aktiwiteit):

- Wat het jy gehaat om te doen?
- Waarvan het jy gehou en waarvan het jy nie gehou nie?
- Waaraan herinner dit jou?

### **7.3.4.3 Aktiwiteit drie: Gevoelens**

Deelnemers word ingelig dat alle individue oor gevoelens beskik en dat dit ervaar en uitgedruk mag word. Die doel van die aktiwiteit word voorts aan deelnemers deurgegee, naamlik om hulle bewustheid ten opsigte van basiese gevoelens (kwaad, bly, hartseer en bang) te bevorder, ten einde hulle in staat te stel om hulle gevoelens te identifiseer en uiting daaraan te gee. Deelnemers word versoek om met geslote oë aan afsonderlike geleenthede te dink waartydens hulle kwaad, bly, hartseer en bang gevoel het, dit na die hier en nou te bring en bewus te word waar in hulle liggame hulle die spesifieke gevoel, byvoorbeeld hartseer, ervaar. (Vgl. Bylae 7.2: Basiese gevoelens.) Deelnemers word geleentheid gegun om op 'n menslike liggaamsuitbeelding (vgl. Bylae 7.3: Gevoelservaring ten opsigte van menslike liggaam) met gekleurde penne van hulle eie keuse aan te dui waar in hulle liggame hulle die verskillende gevoelens ervaar. Elke gevoel word met 'n spesifieke kleur pen aangedui. Deelnemers word versoek om hulle response en bewuswordinge in hul onderskeie joernale aan te teken en dit deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) in die groep te deel.

#### **7.3.4.4 Aktiwiteit vier: Musiek**

Musiek kan as 'n vorm van simboliese kommunikasie beskou word, deurdat die aanhoor van sekere musiek, byvoorbeeld 'n "goue oue" maklik 'n sekere tyd, plek, gevoelens en emosies vanuit 'n individu se verlede kan oproep (Lull 1987:199). Hiërdie musiekaktiwiteit het ten doel om deelnemers in staat te stel om met hulle gevoelens in kontak te kom en terselfdertyd hulle selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bevorder, deur hul gunstelingmusieksnit te kies, na mekaar se gunstelingmusieksnitte te luister en te meld of hulle daarvan hou al dan nie. Tydens hierdie aktiwiteit kry elke deelnemer geleentheid om met geslote oë na een van sy/haar gunstelingmusieksnitte saam met die res van die groep te luister en te meld waaraan die spesifieke musieksnit hom/haar laat dink. Die ander deelnemers kry ook geleentheid om te meld of hulle van die spesifieke musieksnit hou/nie hou en of dit hulle aan iets of iemand laat dink en in hulle joernale aan te teken. (Vgl. Bylae 7.4: Musiekaktiwiteit.) Deelnemers word versoek om hulle bewuswordinge in hul onderskeie joernale aan te teken en deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) in die groep te deel.

#### **7.3.4.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek**

Tydens hierdie aktiwiteit word deelnemers deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) geleentheid gebied om na 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) te pendel, ten einde verhoogde liggaamsbewustheid (vgl. 3.8.2), bemagtiging en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) te bekom.

Deelnemers word versoek om gemaklik te sit of te lê, hulle oë te sluit en sonder om verbaal te reageer aan die volgende eksperiment, wat rustige agtergrondmusiek, byvoorbeeld panfluit of klavier (vgl. 4.9) insluit, deel te neem:

*"Trek jou asem drie keer vir vyf sekondes diep in en blaas dit dan weer uit. Raak bewus van jou tone, voete, bene, sitvlak, rug, maag, borskas, asemhaling (diep of vlak), vingers, hande, polse, arms, skouers, nek, spiere in jou borskas, rug en nek (ontspanne of gespanne), kop, oë, neus, ore, mond en die smaak in jou mond. Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit. Verbeel jou jy kan na 'n veilige plek gaan. Dit kan 'n plek wees wat jy onthou uit jou verlede of 'n plek waar jy nou lewe. Dit kan ook 'n plek wees wat jy vir jouself skep. Dit kan selfs op die maan wees. Dit kan enige plek wees. Dit kan ook 'n plek wees wat jy alreeds ken en wat jy vir jouself beter wil maak. Verbeel jou jy kan na daardie plek toe gaan. Kyk rond - hoe lyk dit, wat sien en hoor jy? Wat ruik, voel en proe jy? Wat doen jy in jou veilige plek? Sê dan aan jouself: 'Ek voel veilig, ek voel rustig en ek weet ek het die sterkte om emosionele pyn te kan oorwin.' Word bewus van die vloer onder jou voete ... voel die*

*stoel wat jou liggaam ondersteun ... Word bewus van jou asemhaling en die geluide buitekant en die musiek wat hier in die vertrek speel. Wanneer jy gereed voel kan jy maar jou oë oopmaak". (Vgl. 4.8 en 4.5.2.)*

Deelnemers kry voorts geleentheid om enige bewuswordinge in hulle joernale aan te teken. (Vgl. Bylae 7.5: Bewuswording.) Die groepwerksessie verdaag nadat die groepleier en deelnemers ooreenstemming bereik ten opsigte van 'n datum en tyd vir die volgende groepwerksessie.

### **7.3.5 Sessie vyf: Emosionele uitdrukking (roosboomtegniek)**

#### ***Tema: Ek is 'n "roosboom" en gee uiting aan my gevoelens***

Binne gestaltterapie word uitgelatenheid, spontaneïteit en luidkeelse emosionele uitdrukking as belangrike aspekte van 'n volwasse/ryp lewe beskou. Emosionele uitdrukking behels die suiwering van emosies deur onderdrukte emosies en denke na die voorgrond te bring (Clarkson 1989:118). Deur die uitdrukking van ware gevoelens kan individue begin werk aan onverwerkte gevoelens (onvoltooide gestalte) vanuit hulle verlede. Emosionele uitdrukking kan op verskillende wyses manifesteer, onder meer deur verbale gedrag, byvoorbeeld deur te skreeu en skeltaal te gebruik en deur nieverbale (liggaamlike) uitdrukking, byvoorbeeld deur 'n gesnik, trane en aggressie. Gesien in die lig dat gestaltterapie besondere klem op die bewuswording en uitdrukking van gevoelens plaas, word die volgende doelstelling en doelwitte ten opsigte van groepwerksessie vyf gestel (Latner 1986:41,113).

#### ➤ **Doelstelling**

- Om deelnemers te lei om deur middel van 'n projektiewe tegniek (vgl. 4.5.1) hulle gevoelens te projekteer (4.10), te besit (vgl. 3.8.3) en keuses te maak ten opsigte van toekomstige hantering daarvan, ten einde hulle in staat te stel om met verhoogde bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) as geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede te funksioneer.

#### ➤ **Doelwitte**

- Om deelnemers deur blootstelling aan die roosboomfantasie (vgl. 4.5.1) te lei om hulle gevoelens te projekteer (vgl. 4.10).
- Om aktiwiteite en tegnieke sodanig aan te wend, dat maksimale deelname van deelnemers daardeur verkry kan word en groepinteraksie (vgl. 3.2.2) bevorder kan word.

- Om deur middel van Oaklander se stappe vir die hantering van projeksies (vgl. 4.10) deelnemers te lei om hulle geprojekteerde gevoelens te besit (vgl. 3.8.3) en sodoende hulle bewustheid ten opsigte van hulle gevoelens en behoeftes daaromtrent te bevorder.
- Om deelnemers se bewustheid ten opsigte van hulle polariteite (vgl. 2.3.6) te verhoog, ten einde hulle in staat te stel om hulle ambivalente gevoelens in dié verband te besit (vgl. 3.8.3) en te integreer (vgl. 1.9.6).
- Om deelnemers te lei om verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hulle eie gedrag te neem, deur hulle bloot te stel aan effektiewe wyses om hulle gevoelens te hanteer en hulle keuses te gee van wyses waarop hulle gevoelens in die toekoms hanteer kan word.
- Om deur middel van die pendeltegnyk (vgl. 4.6) deelnemers geleentheid te bied om na 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) te pendel, om so bemagtiging en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) te bewerkstellig.

#### ➤ **Benodigdhede**

Ten einde uitvoering aan bogenoemde doelstellings en doelwitte te gee word die volgende benodig:

- ✓ CD-speler.
- ✓ Panfluitmusiek.
- ✓ Tafels en stoele.
- ✓ Vetkryt, pastelle, potloodkryt en inkleurpenne.
- ✓ Deelnemers se joernale.

Voorts word 'n beskrywing van die vyfde sessie se aktiwiteite en tegnieke gegee.

#### **7.3.5.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Die aktiwiteit behels die bevordering van deelnemers se bewustheid in die hier en nou by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 2.14.1). Deelnemers word versoek om beurtelings in die groep stellings in die hier en nou ten opsigte van hulle bewustheid op daardie spesifieke tydstop te maak.

#### **7.3.5.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsoefening**

Hierdie aktiwiteit behels 'n ontspanningsoefening (vgl. 4.8) waardeur deelnemers geleentheid kry om in kontak met sigself te kom en te ontspan, alvorens hulle deur middel van die roosboomfantasie (vgl. 4.5.1) tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) gelei word.

Terwyl rustige agtergrondmusiek gespeel (vgl. 4.9) word, word deelnemers versoek om gemaklik te sit en met geslote oë aan die volgende oefening (vgl. 4.8) deel te neem:

*“Trek jou asem drie keer vir vyf sekondes diep in en blaas dit dan weer uit. Raak bewus van jou tone, voete, bene, sitvlak, maag, borskas, asemhaling (diep of vlak), vingers, hande, polse, arms, skouers, spiere in jou borskas, rug en nek (ontspanne of gespanne), kop, oë, neus, ore, mond en die smaak in jou mond. Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit”* (vgl. 4.8).

Deelnemers word versoek om met geslote oë te bly sit, terwyl daar na die roosboomfantasie (vgl. 4.5.1) oorbeweeg word.

### **7.3.5.3 Aktiwiteit drie: Roosboomfantasie en “warm stoel”-tegniek**

Die roosboomtegniek (vgl. 4.5.1) behels ‘n fantasietog waartydens deelnemers gelei word om sigself as ‘n roosboom/-bos te fantaseer, ten einde hulle in staat te stel om hulle gevoelens op die roosboom te projekteer (vgl. 4.10), daarvan bewus te word en dit in besit te neem (vgl. 3.8.3). Deelnemers word versoek om met geslote oë sigself as ‘n roosboom/-bos te fantaseer, terwyl die volgende suggesties deur die gestaltgroepleier aan hulle voorsien word:

- *Watter tipe roosboom/-bos is jy – sterk of swak?*
- *Is jy baie klein of groot?*
- *Is jou wortelstelsel diep of oppervlakkig, lank en reguit?*
- *Is jy vet? Is jy lank?*
- *Het jy blomme aan – indien wel, is dit rose en watter kleur is dit?*
- *Het jy te veel of te min blomme?*
- *Is jy in volle blom of is jy nog in die knopstadium?*
- *Het jy blare? Indien wel, watter soort?*
- *Hoe lyk jou stam en takke?*
- *Het jy dorings? Indien wel, is daar te veel of te min?*
- *Hoe lyk jou omgewing?*
- *Waar staan jy? Is jy in ‘n pot/direk in die grond, in ‘n tuin/park/stad/woestyn?*
- *Deur wat word jy omring? Is daar plante, bome, diere, mense, voëls of is jy alleen?*
- *Lyk jy soos ‘n roosboom of soos iets anders?*
- *Staan jy uit?*



- *Het jy genoeg spasie?*
- *Hoe kom jy met die ander plante oor die weg?*
- *Het jy 'n goeie toekoms?*
- *Is daar iets soos 'n heining om jou?*
- *Hoe oorleef jy? Versorg iemand jou? Wie versorg jou?*
- *Hoe lyk die weersomstandighede nou by jou?*

*“Oor 'n rukkie gaan ek vir jou vra om bewus te word van jou teenwoordigheid in die vertrek. Word bewus van die vloer onder jou voete ... voel die stoel wat jou liggaam ondersteun ... Word bewus van jou asemhaling, die geluide buitekant en die musiek wat hier in die vertrek speel. Wanneer jy gereed voel kan jy maar jou oë oopmaak” (vgl.4.5).*

Deelnemers word hierna versoek om hulle roosbome in hulle onderskeie joernale te teken en in pare in die teenwoordige tyd te beskryf, asof hulle die roosboom is. Hulle word versoek om hulle response in hulle joernale aan te teken en dit dan aan mekaar voor te lees. (Vgl. Bylae 8.1: Beskrywing van roosboom.) Voorts word 'n vrywillige deelnemer uitgenooi om in die *“warm stoel”* (vgl. 4.7) plek in te neem en individuele werk saam met die gestaltgroepleier te doen. Die res van die deelnemers word versoek om as stil toeskouers op te tree en met hulle insette te wag tot na afloop van dié individuele werk. Die deelnemer in die *“warm stoel”* (vgl. 4.7) word versoek om sy/haar roosboom aan die gestaltgroepleier te beskryf, asof hy/sy die roosboom is. Die gestaltgroepleier skryf die deelnemer se response neer en lees dit aan hom/haar voor, waarna die deelnemer, na aanleiding van Oaklander se hantering van projeksies (vgl. 4.10), gehelp word om ooreenkomste (byvoorbeeld, deur te vra *“Voel jy ook so?”* of *“Hoe pas dit by jou lewe in?”*) tussen sy/haar eie lewe en sy/haar projeksie te vind en dit in besit te neem. Die vrywillige deelnemer word gelei om op die polariteite in sy/haar lewe te fokus en bewus te word van die wyse waarop hy/sy gevoelens onderdruk/vermy.

Die res van die deelnemers kry na afloop van die vrywillige deelnemer se werk in die *“warm stoel”* (vgl. 4.7) geleentheid om tydens die volgende aktiwiteit by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer te gee. Meer effektiewe wyses om gevoelens in die toekoms uit te druk word in groepverband bespreek en deelnemers word aangemoedig om daarmee te eksperimenteer buite groepverband. Deelnemers word versoek om hulle bewuswordinge in hulle joernale aan te teken. (Vgl. Bylae 8.3: Bewuswording.) Musiek word deurlopend in die

agtergrond gespeel om 'n ontspanne atmosfeer te skep en eksterne geluide te neutraliseer (vgl. 4.9).

#### **7.3.5.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek**

Deelnemers word by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om terugvoer na afloop van die werk in die “warm stoel” (vgl. 4.7) van 'n vrywillige deelnemer te gee en terselfdertyd hulle bewustheid ten opsigte van hulle eie gevoelens te bevorder. Hulle word versoek om terugvoer te gee oor hoe sigself deur die vrywillige deelnemer se werk beïnvloed is, wat hulle waargeneem het en hoe hulle eie ervarings met die vrywillige deelnemer s'n ooreengestem het.

#### **7.3.5.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek**

Die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) word benut ten einde deelnemers die geleentheid te bied om na afloop van die roosboomfantasie (vgl. 4.5.1) te ontspan, sigself te bemagtig en te vertroetel. Deelnemers word versoek om gemaklik te sit, hul oë te sluit en sonder om verbaal te reageer aan die volgende eksperiment, wat rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9), byvoorbeeld panfluit of klavier insluit, deel te neem:

*“Trek jou asem drie keer vir vyf sekondes diep in en blaas dit dan weer uit. Trek nou gelyktydig elke spier in jou liggaam saam ... Jou bene, sitvlak, maag, skouers, arms, vuiste, gesig en kakebeen. Hou dit styf .... Ontspan nou en voel hoe die spanning uit jou liggaam wegspoel. Laat al die spanning uit jou liggaam en gedagtes wegspoel ... vervang die spanning met kalm, vreedsame energie ... Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit ... Laat elke asemteug wat jy neem kalmte en ontspanning in jou liggaam inbring. Verbeel jou jy kan na 'n veilige plek gaan. Dit kan 'n plek wees wat jy onthou uit jou verlede of 'n plek waar jy nou lewe. Dit kan ook 'n plek wees wat jy vir jousef skep. Dit kan selfs op die maan wees. Dit kan enige plek wees. Dit kan ook 'n plek wees wat jy alreeds ken en wat jy vir jousef beter wil maak. Verbeel jou jy kan na daardie plek toe gaan. Kyk rond - hoe lyk dit, wat sien en hoor jy? Wat ruik, voel en proe jy? Wat doen jy in jou veilige plek? Sê dan twee keer aan jousef: 'Ek voel veilig, ek voel rustig en ek weet ek het die sterkte om emosionele pyn te kan oorwin.' Word bewus van die vloer onder jou voete ... voel die stoel wat jou liggaam ondersteun ... Word bewus van jou asemhaling en die geluide buitekant en die musiek wat hier in die vertrek speel. Wanneer jy gereed voel kan jy maar jou oë oopmaak” (vgl. 4.5).*

### **7.3.5.6 Opdrag**

Deelnemers word uitgedaag om met effektiewe wyses ten opsigte van die hantering van hulle gevoelens te eksperimenteer. Hulle word voorts versoek om nota's van hulle droominhoud te maak en dit te hou vir die doeleindes van die sewende groepwerksessie. Die groepwerksessie verdaag nadat die groepleier en deelnemers ooreenstemming bereik ten opsigte van 'n datum en tyd vir die volgende groepwerksessie.

### **7.3.6 Sessie ses: Emosionele uitdrukking (tekenaktiwiteit)**

#### ***Tema: Ek teken en gee uiting aan my gevoelens***

Tydens die sesde gestaltgroepwerksessie word gefokus op deelnemers se emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3).

#### ➤ ***Doelstelling***

- Om deelnemers te lei om deur middel van 'n projektiewe tegniek (vgl. 4.11.2.1) hulle gevoelens te projekteer, te besit (vgl. 3.8.3) en keuses (vgl. 3.8.2) te maak ten opsigte van toekomstige hantering daarvan, ten einde hulle in staat te stel om met verhoogde bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer.

#### ➤ ***Doelwitte***

- Om deelnemers deur blootstelling aan 'n projektiewe tegniek (teken, vgl. 4.11.2.1) te lei om hulle gevoelens op hulle tekening te projekteer.
- Om aktiwiteite en tegnieke sodanig aan te wend, dat maksimale deelname van deelnemers daardeur verkry word en groepinteraksie (vgl. 3.2.2) bevorder kan word.
- Om deur middel van Oaklander se 14 stappe (vgl. 4.11.2) deelnemers te lei om hulle geprojekteerde gevoelens te besit en sodoende hulle bewustheid ten opsigte van hulle gevoelens en behoeftes daaromtrent te bevorder.
- Om deelnemers se bewustheid ten opsigte van hulle polariteite (vgl. 2.3.6) te verhoog, ten einde hulle in staat te stel om hulle ambivalente gevoelens in dié verband te besit (vgl. 3.8.3) en te integreer (vgl. 1.9.6).
- Om deelnemers te lei om verantwoordelikheid vir hulle eie gedrag te neem (vgl. 3.8.2.3), deur hulle bloot te stel aan effektiewe wyses om hulle gevoelens te hanteer en hulle keuses (vgl. 3.8.2) te gee om toekomstige gevoelens te hanteer.

- Om deur middel van die pendeltegnyk (vgl. 4.6) deelnemers geleentheid te bied om na 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) te pendel, om so bemagtiging en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) te bewerkstellig.

### ➤ **Benodigdhede**

Ten einde uitvoering aan bogenoemde doelstellings en doelwitte te gee word die volgende benodig:

- ✓ CD-speler.
- ✓ Musiek (vgl. 4.9).
- ✓ 'n Groot groot wit katoenlaken (vgl. 4.11.2.1).
- ✓ Gekleurde viltpenne en pastelle (vgl. 4.11.2.1).
- ✓ 14 verskillende soorte miniatuurhuisies (vgl. 4.11.2.1).
- ✓ Deelnemers se joernale.

Vervolgens word 'n beskrywing ten opsigte van die aktiwiteite en tegnieke, soos benut tydens die sesde gestaltgroepwerksessie, gebied.

#### **7.3.6.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegnyk**

Deelnemers kry by wyse van die rondte-tegnyk (vgl. 2.14.1) geleentheid om terugvoer te gee ten opsigte van die vorige groepwerksessie se opdrag en om beurtelings in die groep hulle bewustheid in die hier en nou te deel.

#### **7.3.6.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsaktiwiteit**

Deur hierdie ontspanningsoefening (vgl. 4.8) word deelnemers gelei om in kontak met sigself te kom, alvorens hulle deur middel van 'n projektiewe tegnyk (vgl. 4.11.2.1) tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) gelei word. Terwyl rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9) gespeel word, word deelnemers versoek om gemaklik te sit en met geslote oë aan die volgende eksperiment deel te neem:

*“Trek jou asem drie keer vir vyf sekondes diep in en blaas dit dan weer uit. Raak bewus van jou tone, voete, bene, sitvlak, rug, maag, borskas, asemhaling (diep of vlak), vingers, hande, polse, arms, skouers, nek, spiere in jou borskas, rug en nek (ontspanne of gespanne), kop, oë, neus, ore, mond en die smaak in jou mond. Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit.”*

### **7.3.6.3 Aktiwiteit drie: Tekenaktiwiteit**

Hierdie aktiwiteit behels 'n tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.1) waarby deelnemers betrek word, ten einde hulle in staat te stel om hulle gevoelens op hulle tekening te projekteer, hulle projeksies te erken en te besit (vgl. 3.8.3) en keuses (vgl. 3.8.2) ten opsigte van toekomstige hantering daarvan te maak.

Die aktiwiteit begin deurdat die gestaltgroepleier 'n groot laken in die vertrek op die vloer uitgooi en deelnemers versoek om vir hulle een of twee huisies vanuit die verskillende miniatuurhuisies te kies. Die huisies wat hulle kies moet dele van sigself verteenwoordig. Voorts word deelnemers uitgenooi om hulle skoene uit te trek en op die lap te loop. Die volgende instruksies word dan deur die gestaltgroepleier gegee: *“Vir die volgende 40 minute sal hierdie spasie jou wêreld word. Loop op die lap en word daarmee bekend. Vind 'n plek waar jy die meeste op jou gemak voel. Wanneer jy seker is dat dit die plek is waar jy wil wees, neem dan daar plaas. Neem dan die spasie wat jy as jou eie wil hê. Gebruik 'n merkpen om jou gebied te omlin. Neem soveel spasie as wat jy wil en plaas jou huis/e op enige plek in die spasie wat jy geneem het. Indien jy in jou buurman se spasie wil inbeweeg, moet julle dit (sonder om te praat) tussen julle uitwerk. Nadat jy jou spasie omlin het, gebruik merkpenne om aan jouself alles te gee wat jy graag wil hê – 'n erf vir jou huis, 'n bergreeks, jou eie skihelling, mense, 'n geldboom, 'n helikopter – enigiets wat jy in jou verbeelding kan sien/visualiseer om aan jouself te kan gee. Daar is net een reël, geen gepraat word toegelaat nie, asseblief.”* (vgl. 4.11.2.1).

Deelnemers word na afloop van die voltooiing van hul tekening geleentheid gegun om hulle tekening in pare met mekaar te deel en hulle response in hulle onderskeie joernale aan te dui. (Vgl. Bylae 9.1: Beskrywing van tekening.) Voorts word 'n vrywillige deelnemer uitgenooi om in die *“warm stoel”* (vgl. 4.7) plek in te neem en individuele werk saam met die gestaltgroepleier te doen. Die res van die deelnemers word versoek om as stil toeskouers op te tree en met hulle insette te wag tot na afloop van dié individuele werk. Die deelnemer in die *“warm stoel”* (vgl. 4.7) se tekening word vervolgens aan die hand van Oaklander se 14 stappe (vgl. 4.11.2) hanteer, ten einde die vrywillige deelnemer te lei om sy/haar gevoelens op die tekening te projekteer en dit in besit te neem (vgl. 3.8.3). Polariteite (vgl. 2.3.6) kan by wyse van dialoë (vgl. 4.4) en/of die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) hanteer word om die deelnemer te lei tot verhoogde bewustheid van ambivalente gevoelens en die integrasie (vgl. 1.9.6) daarvan.

Die res van die deelnemers kry na afloop van die vrywillige deelnemer se werk in die “warm stoel” (vgl. 4.7) geleentheid om tydens die volgende aktiwiteit by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer te gee. Deur middel van bewustheidstegnieke met betrekking tot nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2), oordrywingstegnieke (vgl. 4.8.1) en semantiese opklarings (vgl. 4.2) word deelnemers se bewustheid ten opsigte van hulle verbale en nieverbale gedrag deur die verloop van die sessie bevorder. Meer effektiewe wyses om gevoelens in die toekoms uit te druk word in groepverband bespreek en deelnemers word aangemoedig om daarmee buite groepverband te eksperimenteer. Deelnemers word versoek om hulle bewuswordinge in hulle joernale aan te teken. (Vgl. Bylae 9.3: Bewuswording.) Musiek word deurlopend in die agtergrond gespeel, ten einde ‘n ontspanne atmosfeer te skep (vgl. 4.9).

#### **7.3.6.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek**

Deelnemers word by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om terugvoer na afloop van die werk in die “warm stoel” (vgl. 4.7) van ‘n vrywillige deelnemer te gee en terselfdertyd hulle bewustheid ten opsigte van hulle eie gevoelens te bevorder. Deelnemers word versoek om beurtelings aan die groep terugvoer te gee ten opsigte van hoe sigself deur die vrywillige deelnemer se werk beïnvloed is, wat hulle waargeneem het en hoe hulle eie ervarings met die vrywillige deelnemer s’n ooreengestem het.

#### **7.3.6.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegnyk, fantasie van ‘n veilige plek en rondte-tegniek**

Hierdie aktiwiteit behels die benutting van die pendeltegnyk (vgl. 4.6) en fantasie van ‘n veilige plek (vgl. 4.5.2), ten einde deelnemers geleentheid te bied om na afloop van die tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.1) te ontspan (vgl. 4.8), sigself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 3.8.4). Deelnemers word versoek om gemaklik te sit of te lê, hulle oë te sluit en sonder om verbaal te reageer aan die volgende eksperiment, wat rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9), byvoorbeeld panfluit of klavier insluit, deel te neem:

*Trek jou asem drie keer vir vyf sekondes diep in en blaas dit dan weer uit. Trek nou gelyktydig elke spier in jou liggaam saam ... Jou bene, sitvlak, maag, skouers, arms, vuiste, gesig en kakebeen. Hou dit styf .... Ontspan nou en voel hoe die spanning uit jou liggaam wegspoel. Laat al die spanning uit jou liggaam en gedagtes wegspoel ... vervang die spanning met kalm, vreedsame energie ... Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit ... Laat elke asemteug wat jy neem kalmte en ontspanning in jou liggaam inbring. Verbeel jou jy kan na ‘n veilige plek gaan. Dit kan ‘n plek wees wat jy onthou uit jou verlede*

of 'n plek waar jy nou lewe. Dit kan ook 'n plek wees wat jy vir jouself skep. Dit kan selfs op die maan wees. Dit kan enige plek wees. Dit kan ook 'n plek wees wat jy alreeds ken en wat jy vir jouself beter wil maak. Verbeel jou jy kan na daardie plek toe gaan. Kyk rond - hoe lyk dit, wat sien en hoor jy? Wat ruik, voel en proe jy? Wat doen jy in jou veilige plek? Sê dan twee keer aan jouself: 'Ek voel veilig, ek voel rustig en ek weet ek het die sterkte om emosionele pyn te kan oorwin.' Word bewus van die vloer onder jou voete ... voel die stoel wat jou liggaam ondersteun ... Word bewus van jou asemhaling en die geluide buitekant en die musiek wat hier in die vertrek speel. Wanneer jy gereed voel kan jy maar jou oë oopmaak" (vgl. 4.5) Deelnemers word voorts versoek om hulle bewuswordinge in die hier en nou in hulle joernale aan te teken en dit by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) in die groep te deel.

#### **7.3.6.6 Opdrag**

Deelnemers word uitgedaag om te eksperimenteer met effektiewe wyses om hulle gevoelens te hanteer, notas van hulle droominhoud te maak en dit te hou vir die doeleindes van die sewende groepwerksessie. Die groepwerksessie verdaag nadat die groepleier en deelnemers ooreenstemming bereik ten opsigte van 'n datum en tyd vir die volgende groepwerksessie.

#### **7.3.7 Sessie sewe: Emosionele uitdrukking (droomwerk)**

##### ***Tema: Ek droom en gee uiting aan my gevoelens***

Tydens die sewende gestaltgroepwerksessie word op deelnemers se emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) gefokus.

##### **➤ Doelstelling**

- Om deelnemers te lei om deur middel van 'n projektiewe tegniek (vgl. 4.10.2) hulle gevoelens te projekteer, te besit (vgl. 3.8.3) en keuses (vgl. 3.8.2) ten opsigte van toekomstige hantering daarvan te maak, ten einde hulle in staat te stel om met verhoogde bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer.

➤ **Doelwitte**

- Om drome as 'n projeksiemedium (vgl. 4.10.2) vir emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) te benut, ten einde deelnemers in die hier en nou in kontak te bring met emosionele onvoltooidhede (vgl. 2.3.2).
- Om aktiwiteite en tegnieke sodanig aan te wend, dat maksimale deelname van deelnemers daardeur verkry word en groepinteraksie (vgl. 3.2.2) bevorder kan word.
- Om deur middel van Oaklander se stappe vir die hantering van drome (projeksies, vgl. 4.10) deelnemers te lei om hulle geprojekteerde gevoelens te besit (vgl. 3.8.3) en sodoende hulle bewustheid ten opsigte van hulle gevoelens en behoeftes daaromtrent te bevorder.
- Om deelnemers se bewustheid ten opsigte van hulle polariteite (vgl. 2.3.6) te bevorder, ten einde hulle in staat te stel om hulle ambivalente gevoelens in dié verband te besit (vgl. 3.8.3) en te integreer (vgl. 1.9.6).
- Om deelnemers te lei om verantwoordelikheid (vgl. 3.8.3) vir hulle eie gedrag te neem, deur hulle bloot te stel aan effektiewe wyses om hulle gevoelens te hanteer en hulle keuses (vgl. 3.8.2) te gee om toekomstige gevoelens te hanteer.
- Om deelnemers deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) te leer ontspan en hulle geleentheid te bied om sigself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 3.8.4) deur hulle na 'n veilige plek in fantasie (vgl. 4.5.2) te lei.

➤ **Benodigdhede**

Ten einde uitvoering aan bogenoemde doelstellings en doelwitte te gee word die volgende benodig:

- ✓ CD-speler.
- ✓ Klaviermusiek, byvoorbeeld die van Richard Clayderman (vgl. 4.9).
- ✓ Tafels
- ✓ Vetkryt, pastelle, inkleurkryt en inkleurpenne.
- ✓ Deelnemers se joernale

Voorts word 'n beskrywing van die aktiwiteite en tegnieke van die sewende sessie gebied.



### **7.3.7.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Deelnemers kry by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid om terugvoer te gee oor die opdrag van die vorige groepwerksessie en om beurtelings in die groep hulle bewustheid in die hier en nou te deel.

### **7.3.7.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsoefening**

Deur 'n ontspanningsoefening (vgl. 4.8) word deelnemers gelei om in kontak met sigself te kom, alvorens hulle deur middel van 'n projektiewe tegniek, naamlik droomwerk (vgl. 4.10.2) tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) gelei word. Terwyl rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9) gespeel word, word deelnemers versoek om gemaklik te sit en met geslote oë aan die volgende eksperiment deel te neem:

*“Trek jou asem drie keer vir vyf sekondes diep in en blaas dit dan weer uit. Raak bewus van jou tone, voete, bene, sitvlak, rug, maag, borskas, asemhaling (diep of vlak), vingers, hande, polse, arms, skouers, nek, spiere in jou borskas, rug en nek (ontspanne of gespanne), kop, oë, neus, ore, mond en die smaak in jou mond. Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit.”*

Deelnemers word versoek om met geslote oë te bly sit en na die agtergrondmusiek te luister, alvorens na die volgende aktiwiteit (droomwerk, vgl. 4.10.2) oorbeweeg word.

### **7.3.7.3 Aktiwiteit drie: Droomwerk**

Hierdie aktiwiteit is daarop gerig om deelnemers in staat te stel om bewus te word van die vervreemde dele van hulle persoonlikheid en van die boodskap wat hulle deur hulle droom aan sigself gee (vgl. 4.10.2). In aansluiting by die vorige aktiwiteit word deelnemers versoek om met geslote oë aan 'n droom te dink en bewus te word van hulle voete wat aan die vloer raak, hulle asemhaling en die agtergrondmusiek (vgl. 4.9). Hulle word voorts versoek om hulle oë oop te maak en hulle droom, wat nie 'n kunswerk hoef te wees nie, te teken. Deelnemers kry na afloop van hulle tekening geleentheid om in pare hulle drome met mekaar te deel en dit kortliks in hulle onderskeie joernale te beskryf. (Vgl. Bylae 10.1: Droomwerk.) Voorts word 'n vrywillige deelnemer uitgenooi om in die *“warm stoel”* (vgl. 4.7) plek in te neem en individuele werk saam met die gestaltgroepleier te doen. Die res van die deelnemers word versoek om as stil toeskouers op te tree en met hulle insette te wag tot na afloop van dié individuele werk. Die deelnemer (dromer) in die *“warm stoel”* (vgl. 4.7) word voorts na aanleiding van Oaklander se stappe ten opsigte van projektiewe werk (vgl. 4.10)

gelei om sy/haar droom in die eerste persoon in die teenwoordige tyd te vertel, om met die verskillende droomelemente te identifiseer (deur dit te word) en dit in die hier en nou te beskryf en te ervaar. Nadat al die droomelemente op hierdie wyse deurgewerk is, word die dromer geleentheid gegun om dialoë (vgl. 4.4) by wyse van die leëstoeltegnyk (vgl. 4.10.1) met die verskillende droomelemente en polariteite (vgl. 2.3.6) te voer. Die dromer word voorts gelei om 'n einde vir sy/haar droom te formuleer en 'n boodskap uit sy/haar droom te kry. Die volgende vrae (vgl. 4.10.2) word aan die dromer gevra, ten einde hom/haar te help om die boodskap van sy/haar droom te vind:

- Wanneer vind die droom plaas?
- Is dit 'n terugkerende/herhalende droom?
- Wat doen jy in die droom?
- Wat voel jy?
- Wat wil jy in die droom hê?
- Wat is jou verhouding met die ander persone en objekte in die droom?
- Hoe voel jy nou oor jou droom?
- Wat se soort aksie kan jy nou neem?
- Wat vertel jou droom jou? Wat is die boodskap daarin?

Die res van die deelnemers kry na afloop van die vrywillige deelnemer se droomwerk geleentheid om hulle eie response ten opsigte van laasgenoemde se werk (vgl. Bylae 10.3: Droomwerk na afloop van 'n vrywillige deelnemer se werk in die “warm stoel”) deur middel van die rondte-tegnyk (vgl. 4.1) terugvoer te gee. Meer effektiewe wyses om gevoelens in die toekoms uit te druk word in groepverband bespreek en deelnemers word aangemoedig om daarmee buite groepverband te eksperimenteer. Deurentyd word bewustheidstegnieke met betrekking tot nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2), oordrywingstegnieke (vgl. 4.8.1) en semantiese opklarings (vgl. 4.2) benut ten einde deelnemers se bewustheid ten opsigte van hulle verbale en nieverbale gedrag te bevorder. Deelnemers word versoek om hulle bewuswordinge ten opsigte van die hier en nou in hulle onderskeie joernale aan te teken. Musiek (vgl. 4.9) word in die agtergrond gespeel, ten einde 'n ontspanne atmosfeer te skep.

#### **7.3.7.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegnyk**

Deelnemers word by wyse van die rondte-tegnyk (vgl. 4.1) geleentheid gebied om terugvoer na afloop van die werk in die “warm stoel” (vgl. 4.7) van 'n vrywillige deelnemer (dromer) te

gee en terselfdertyd hulle bewustheid ten opsigte van hulle eie gevoelens te bevorder. Deelnemers word versoek om beurtelings aan die groep terugvoer te gee ten opsigte van hoe sigself deur die vrywillige deelnemer se werk beïnvloed is, hoe hulle eie ervarings ooreengestem het met die vrywillige deelnemer s'n en waarvan hulle bewus geword het in die hier en nou.

#### **7.3.7.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek**

Hierdie aktiwiteit behels die benutting van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2), ten einde deelnemers geleentheid te bied om na afloop van droomwerk (vgl. 4.10.2) te ontspan (vgl. 4.8), sigself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 3.8.4). Deelnemers word versoek om gemaklik te sit, hulle oë te sluit en sonder om verbaal te reageer, aan die volgende eksperiment met rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9) van panfluit of klavier, deel te neem:

*“Trek jou asem drie keer vir vyf sekondes diep in en blaas dit dan weer uit. Trek nou gelyktydig elke spier in jou liggaam saam ... Jou bene, sitvlak, maag, skouers, arms, vuiste, gesig en kakebeen. Hou dit styf .... Ontspan nou en voel hoe die spanning uit jou liggaam wegspoel. Laat al die spanning uit jou liggaam en gedagtes wegspoel ... vervang die spanning met kalm, vreedsame energie ... Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit ... Laat elke asemteug wat jy neem kalmte en ontspanning in jou liggaam inbring. Verbeel jou jy kan na 'n veilige plek gaan. Dit kan 'n plek wees wat jy onthou uit jou verlede of 'n plek waar jy nou lewe. Dit kan ook 'n plek wees wat jy vir jouself skep. Dit kan selfs op die maan wees. Dit kan enige plek wees. Dit kan ook 'n plek wees wat jy alreeds ken en wat jy vir jouself beter wil maak. Verbeel jou jy kan na daardie plek toe gaan. Kyk rond - hoe lyk dit, wat sien en hoor jy? Wat ruik, voel en proe jy? Wat doen jy in jou veilige plek? Sê twee keer aan jouself: 'Ek voel veilig, ek voel rustig en ek weet ek het die sterkte om emosionele pyn te kan oorwin.' Word bewus van die vloer onder jou voete ... voel die stoel wat jou liggaam ondersteun ... Word bewus van jou asemhaling en die geluide buitekant en die musiek wat hier in die vertrek speel. Wanneer jy gereed voel kan jy maar jou oë oopmaak”* (vgl. 4.5).

#### **7.3.7.6 Opdrag**

Deelnemers word uitgedaag om ongeadresseerde briewe aan individue (gewese huweliksmaats) wat hulle hartseer of kwaad maak, te rig. Die groepwerksessie verdaag

nadat die groepleier en deelnemers ooreenstemming bereik ten opsigte van 'n datum en tyd vir die volgende groepwerksessie.

### **7.3.8 Sessie agt: Emosionele uitdrukking (tekenaktiwiteit)**

#### ***Tema: Ek teken op 'n "koekboks" en gee uiting aan my gevoelens***

Die agtste gestaltgroepwerksessie fokus op deelnemers se emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3).

#### ➤ ***Doelstelling***

- Om deelnemers te lei om deur middel van 'n projektiewe tegniek (vgl. 4.11.2.2) kontak met sigself te maak, hulle gevoelens te projekteer (vgl. 4.10), te erken en te besit (vgl. 3.8.3) en keuses (vgl. 3.8.2) ten opsigte van die toekomstige hantering daarvan te maak, ten einde hulle in staat te stel om met verhoogde bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) as geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede te funksioneer.

#### ➤ ***Doelwitte***

- Om 'n tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.2) as 'n projeksiemedium vir emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) te benut, ten einde deelnemers in die hier en nou in kontak met sigself en moontlike onvoltooidhede te bring.
- Om aktiwiteite en tegnieke sodanig aan te wend, dat maksimale deelname van deelnemers daardeur verkry kan word en groepinteraksie (vgl. 3.2.2) bevorder kan word.
- Om deur middel van Oaklander se stappe (vgl. 4.10) vir die hantering van projeksies deelnemers te lei om hulle geprojekteerde gevoelens te besit (vgl. 3.8.3) en sodoende hulle bewustheid ten opsigte van hulle gevoelens en behoeftes daaromtrent te bevorder.
- Om deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1 en 2.5.1) ten opsigte van hulle polariteite (vgl. 2.3.6) te verhoog, ten einde hulle in staat te stel om hulle ambivalente gevoelens in dié verband te besit (vgl. 3.8.3) en te integreer (vgl. 1.9.6).
- Om deelnemers te lei om verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hulle eie gedrag te neem, deur hulle bloot te stel aan effektiewe wyses om hulle gevoelens te hanteer en hulle keuses (vgl. 3.8.2) te gee om toekomstige gevoelens te hanteer.
- Om deelnemers deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) te leer ontspan en hulle geleentheid te bied om sigself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 3.8.4) deur na hulle veilige plek in fantasie (vgl. 4.5.2) te beweeg.

### ➤ **Benodigdhede**

Ten einde uitvoering aan bogenoemde doelstellings en doelwitte te gee word die volgende benodig:

- ✓ CD-speler.
- ✓ Rustige instrumentale musiek (vgl. 4.9).
- ✓ Tafels.
- ✓ Wit “*koekbokse*” (plat karton, met aanhangsels/flappe by al vier kante, vgl. 4.11.2.2).
- ✓ Verskillende kleure vetkryt (vgl. 4.11.2.2).
- ✓ Skêre.
- ✓ Deelnemers se joernale.

Voorts word ‘n beskrywing van die agste gestaltgroepwerksessie se aktiwiteite en tegnieke gegee.

#### **7.3.8.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Deelnemers kry by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid om terugvoer te gee ten opsigte van die opdrag van die vorige groepwerksessie en om beurtelings in die groep hulle bewustheid in die hier en nou te deel.

#### **7.3.8.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsaktiwiteit en fantasie**

Deur hierdie ontspanningsaktiwiteit (vgl. 4.8) word deelnemers gelei om in kontak met sigself te kom en sigself as ‘n “*koekboks*” te fantaseer, alvorens hulle deur middel van ‘n aansluitende projektiewe tegniek (tekenaktiwiteit, vgl. 4.11.2.2) tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) gelei word. Terwyl rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9) gespeel word, word deelnemers versoek om gemaklik te sit en met geslote oë aan die volgende eksperiment deel te neem:

*“Trek jou asem drie keer vir vyf sekondes diep in en blaas dit dan weer uit. Raak bewus van jou tone, voete, bene, sitvlak, rug, maag, borskas, asemhaling (diep of vlak), vingers, hande, polse, arms, skouers, nek, spiere in jou borskas, rug en nek (ontspanne of gespanne), kop, oë, neus, ore, mond en die smaak in jou mond. Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit.”*

Deelnemers word versoek om met geslote oë te bly sit, na die agtergrondmusiek te luister en sigself as ‘n “*koekboks*” te fantaseer. Hulle word soos volg gelei om sigself as ‘n “*koekboks*” te fantaseer (vgl. 4.5): “*Verbeel jou dat jy ‘n ‘koekboks’ is. Die binnekant is wat binne in jou*

*aangaan en die buitekant is wat die wêreld sien. Die verskillende voue en flappe is die verskillende dele van jouself. Jy gaan oor 'n rukkies van 'n 'koekboks' voorsien word waarop jy gaan teken. Raak bewus van jou asemhaling en die musiek in die agtergrond. Wanneer jy gereed voel kan jy jou oë oopmaak."*

### **7.3.8.3 Aktiwiteit drie: Tekenervaring met vetkryt en 'n "koekboks"**

Tydens hierdie aktiwiteit word deelnemers deur middel van 'n ervaring met vetkryt en 'n "koekboks" (tekenaktiwiteit, vgl. 2.11.2.2) geleentheid gebied om van hulle innerlike en uiterlike omgewing as 'n eenheid bewus te word.

Na aanleiding van die vorige aktiwiteit se fantasie (vgl. 4.5) word deelnemers elk van 'n wit plat "koekboks" voorsien, waarvan die een kant die binnekant en die ander kant die buitekant van die boks verteenwoordig. Die volgende instruksies word ten opsigte van die benutting van die boks gegee: *"Die binnekant (van die boks) is wat binne in jou aangaan. Die buitekant is wat die wêreld sien. Begin op die binnekant van die boks teken en hou aan om na die verskillende voue en flappe te verwys as verskillende dele van jouself. Vind die 'kind'-dele eerste. Indien dinge opkom wat deurskyn na die buitekant, terwyl jy besig is om aan die binnekant te werk, draai dan die boks om en teken wat deurkom op die buitekant. As iets op die binnekant begin en verander na iets anders op die buitekant - laat dit gebeur. Jy het 'n skêr om na die buitekant deur te sny – as jy wil."* 'n Voorbeeld van 'n voltooide "koekboks" word aan deelnemers getoon, ten einde die gebruik daarvan te illustreer.

Na afloop van die voltooiing van die bokswerk, kry deelnemers geleentheid om hulle "koekbokse" in hulle joernale te beskryf (vgl. Bylae 11.1: Beskrywing van sigself aan die hand van 'n "koekboks"-tekening) en in pare hulle werk met mekaar te deel. 'n Vrywillige deelnemer word versoek om in die "warm stoel" (vgl. 4.7) plek in te neem vir individuele werk saam met die gestaltgroepleier. Die res van die deelnemers word versoek om as stil toeskouers op te tree en met hulle insette te wag tot na afloop van dié individuele werk. Oaklander se vierledige model (vgl. 4.10) ten opsigte van projektiewe werk word benut, ten einde die vrywillige deelnemer geleentheid te bied om met sy/haar projeksies (vgl. 2.3.5.2 en 4.10), polariteite (vgl. 2.3.6) en met die verskillende dele van sigself in kontak te kom, dialoë (vgl. 4.4) met die verskillende dele van sigself by wyse van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) te voer en op dié wyse van sy/haar gevoelens bewus te word en dit in besit (vgl. 3.8.3) te neem.

Die res van die deelnemers kry na afloop van die vrywillige deelnemer se werk geleentheid om tydens die volgende aktiwiteit deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer te gee. Meer effektiewe wyses om gevoelens in die toekoms uit te druk word in groepverband bespreek en deelnemers word aangemoedig om daarmee buite groepverband te eksperimenteer. Deurentyd word bewustheidstegnieke ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2.), vergrotings-/oordrywingstegnieke (vgl. 4.8.1) en semantiese opklarings (vgl. 4.2) benut ten einde deelnemers se bewustheid ten opsigte van hulle verbale en nieverbale gedrag te verhoog. Deelnemers word versoek om hulle bewuswordinge in die hier en nou in hulle onderskeie joernale aan te teken. Musiek word deurlopend in die agtergrond gespeel, ten einde 'n ontspanne atmosfeer te skep (vgl. 4.9).

#### **7.3.8.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek**

Deelnemers word by wyse van die rondte tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om terugvoer na afloop van die werk in die “warm stoel” (vgl. 4.7) van 'n vrywillige deelnemer te gee en terselfdertyd hulle bewustheid ten opsigte van hulle eie gevoelens te bevorder. Deelnemers word versoek om beurtelings in die groep geleentheid te kry om terugvoer te gee ten opsigte van hoe sigself deur die vrywillige deelnemer se werk beïnvloed is, wat hulle waargeneem het en hoe hulle eie ervarings ooreengestem het met die vrywillige deelnemer s'n.

#### **7.3.8.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegnyk en fantasie van 'n veilige plek**

Hierdie aktiwiteit behels die benutting van die pendeltegnyk (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2), ten einde deelnemers geleentheid te bied om na afloop van die tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.1) te ontspan (vgl. 4.8), sigself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 3.8.4). Deelnemers word versoek om gemaklik te sit of te lê, hulle oë te sluit en sonder om verbaal te reageer, aan die volgende eksperiment wat rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9), soos panfluit of klavier insluit, deel te neem:

*“Trek jou asem drie keer vir vyf sekondes diep in en blaas dit dan weer uit. Trek nou gelyktydig elke spier in jou liggaam saam ... Jou bene, sitvlak, maag, skouers, arms, vuiste, gesig en kakebeen. Hou dit styf .... Ontspan nou en voel hoe die spanning uit jou liggaam wegspoel. Laat al die spanning uit jou liggaam en gedagtes wegspoel ... vervang die spanning met kalm, vreedsame energie ... Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit ... Laat elke asemteug wat jy neem kalmte en ontspanning in jou liggaam inbring. Verbeel jou jy kan na 'n veilige plek gaan. Dit kan 'n plek wees wat jy onthou uit jou verlede*

*of 'n plek waar jy nou lewe. Dit kan ook 'n plek wees wat jy vir jousef skep. Dit kan selfs op die maan wees. Dit kan enige plek wees. Dit kan ook 'n plek wees wat jy alreeds ken en wat jy vir jousef beter wil maak. Verbeel jou jy kan na daardie plek toe gaan. Kyk rond - hoe lyk dit, wat sien en hoor jy? Wat ruik, voel en proe jy? Wat doen jy in jou veilige plek? Sê dan twee keer aan jousef: 'Ek voel veilig, ek voel rustig en ek weet ek het die sterkte om emosionele pyn te kan oorwin.' Word bewus van die vloer onder jou voete ... voel die stoel wat jou liggaam ondersteun ... Word bewus van jou asemhaling en die geluide buitekant en die musiek wat hier in die vertrek speel. Wanneer jy gereed voel kan jy maar jou oë oopmaak” (vgl. 4.5). Deelnemers word voorts versoek om hulle bewuswordinge in die hier en nou in hulle joernale aan te teken en dit by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) in die groep te deel.*

### **7.3.8.6 Opdrag**

Deelnemers word versoek om tuis op 'n daaglikse wyse met bogenoemde ontspanningsoefening te eksperimenteer en om vir die volgende groepwerksessie 'n lys van hulle sterktes en uitdagings te maak. (Vgl. Bylae 11.4: Tuisopdrag vir die doeleindes van groepwerksessie nege.) Die groepwerksessie verdaag nadat die groepleier en deelnemers ooreenstemming bereik ten opsigte van 'n datum en tyd vir die volgende groepwerksessie.

### **7.3.9 Sessie nege: Hantering van aggressie en selfvertroeteling**

#### ***Tema: Ek kom in kontak met my aggressiewe gevoelens en vertroetel myself***

Die meeste egskedings is gevul met wrewel en bitterheid. Dit is die belangrikste faktor na 'n egskeding wat kommunikasie tussen geskeide pare afbreek, onnodig druk op die kinders plaas en in die pad van 'n nuwe begin staan (Van Wyk en La Cock 1988:104). In samehang hiermee is Clapp (1992:58) van mening dat woede en egskeding hand aan hand gaan en dat woede derhalwe in egskedingsituasies verwag kan word. Dit blyk dus belangrik te wees om deelnemers geleentheid te bied om met hulle gevoelens van aggressie en woede in kontak te kom en op 'n effektiewe wyse daaraan uiting te gee, ten einde hulle in staat te stel om by hulle egskedingsituasies aan te pas en met hulle lewens voort te gaan. Selfvertroetelende werk is 'n noodsaaklike stap in die gestaltterapeutiese proses om individue te help om die dele van sigself wat hulle haat te aanvaar en sigself te vertroetel. Individue se liefdevolle, vertroetelende dele moet met hulle negatiewe dele kan versoen en hulle moet in staat wees om sigself te vergewe en te bederf, ten einde as geïntegreerde eenhede te kan funksioneer. (Vgl. Oaklander 1994b:152, Schoeman 1996c:181 en



Oaklander 1997:311.) Met voorafgaande in ag geneem, word daar tydens groepwerksessie nege gefokus op die uitdrukking van woede/aggressie (vgl. 6.3.8) en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4 en 4.12). Die volgende doelstellings en doelwitte word ten opsigte van groepwerksessie nege gestel.

➤ **Doelstellings**

- Om deelnemers te lei om in kontak met hulle aggressiewe gevoelens te kom en uiting daaraan te gee, sodat hulle dit in besit (vgl. 3.8.3) kan neem, verantwoordelikheid daarvoor kan aanvaar en as bewuste (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede kan funksioneer.
- Om deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van hulle polariteite (vgl. 2.3.6) te verhoog, sodat hulle hul ambivalente gevoelens in besit (vgl. 3.8.3) kan neem en as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6) kan funksioneer.
- Om deelnemers bloot te stel aan selfvertroetelingsaktiwiteite (vgl. 4.12), ten einde hulle in staat te stel om sigself te aanvaar en sigself in die toekoms te vertroetel.

➤ **Doelwitte**

- Om deur middel van die monstertegniek (vgl. 4.12) en die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) deelnemers in staat te stel om in kontak met hulle gevoelens van aggressie (vgl. 6.3.8) te kom en daaraan uiting te gee.
- Om deur middel van selfdefiniëring (vgl. 3.8.2.1) deelnemers geleentheid te bied om op hulle sterktes en uitdagings te fokus, ten einde hulle bewustheid ten opsigte van sigself en hulle polariteite (vgl. 2.3.6) te verhoog en integrasie (vgl. 1.9.6) te bevorder.
- Om deelnemers die geleentheid te bied om met hulle “*kleiner dele*” (negatiewe/swakker dele, vgl. 3.8.4) in kontak te kom en sigself te aanvaar en te vertroetel (vgl. 3.8.4 en 4.12).

➤ **Benodigdhede**

Ten einde uitvoering aan bogenoemde doelstellings en doelwitte te gee word die volgende benodig:

- ✓ CD-speler.
- ✓ Musiek, byvoorbeeld Mozart (vgl. 4.9).
- ✓ Tafels.

- ✓ Klei.
- ✓ Hamers.
- ✓ Werkborde.
- ✓ Lyste van deelnemers se sterktes en uitdagings.
- ✓ Joernale.
- ✓ 'n Leë stoel.
- ✓ Kussings.
- ✓ Penne.

Die aktiwiteite en tegnieke wat tydens die negende gestaltgroepwerksessie benut word, word voorts beskryf.

### **7.3.9.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Dié aktiwiteit behels terugvoer ten opsigte van 'n vorige opdrag (om met 'n ontspanningsoefening, vgl. 7.3.8.5, te eksperimenteer) en die bevordering van deelnemers se bewustheid in die hier en nou. Deelnemers word versoek om beurtelings in die groep stellings in die hier en nou te maak, ten opsigte van hulle bewustheid op daardie spesifieke tydstip.

### **7.3.9.2 Aktiwiteit twee: Selfdefiniëring**

Tydens die tweede aktiwiteit kry deelnemers geleentheid om deur middel van selfdefiniëring (vgl. 3.8.2.1) op hulle sterktes en uitdagings (polatiteite, vgl. 2.3.6) te fokus. Deelnemers word versoek om in twee groepe te verdeel en sonder om kommentaar te lewer hulle sterktes en uitdagings met mekaar te deel. Deelnemers word versoek om na afloop van dié aktiwiteit enige bewuswordinge in hulle joernale aan te teken.

### **7.3.9.3 Aktiwiteit drie: Monstertegniek en leëstoeltegniek**

Aktiwiteit drie behels die blootstelling van deelnemers aan die monstertegniek (vgl. 4.12) en die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1), ten einde hulle bewustheid ten opsigte van moontlike onderdrukte aggressie (vgl. 6.3.8) te bevorder en hulle geleentheid te bied om daaraan uiting te gee.

Deelnemers word elk van 'n werkbord en klei voorsien. Hulle word versoek om hulle klei sag te maak en daaraan te voel en te ruik. Voorts word hulle versoek om hulle klei in 'n bondel saam te pers, hulle hande daarop te plaas en met geslote oë die volgende instruksies te volg: *“Word bewus van die klei in jou hande, voel hoe jou liggaam daarmee ineenvloei. Haal*

*drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit. Raak bewus van jou tone, voete, bene, sitvlak, rug, maag, borskas, asemhaling (diep of vlak), vingers, hande, polse, arms, skouers, nek, spiere in jou borskas, rug en nek (ontspanne of gespanne), kop, oë, neus, ore, mond en die smaak in jou mond. Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit. Luister na die musiek en dink aan 'n monster in jou lewe wat jou kwaad maak. Die monster kan iets of iemand wees of 'n deel van jouself wat jy nie van hou nie. Maak nou met geslote oë die monster in jou lewe met die klei” (vgl. 4.12).*

Deelnemers word versoek om na die voltooiing van hulle monsters laasgenoemde in hulle joernale aan te teken en aan mekaar te beskryf. (Vgl. Bylae 12.1: Kleimonster.) 'n Vrywillige deelnemer word dan versoek om in die “warm stoel” (vgl. 4.7) plek in te neem vir individuele werk saam met die gestaltgroepleier. Die res van die deelnemers word versoek om as stil toeskouers op te tree en met hulle insette te wag tot na afloop van dié individuele werk. Die vrywillige deelnemer word by 'n bespreking (vgl. 4.12) betrek, wat fokus op die volgende vrae:

- *Hoe lank bestaan die monster al?*
- *Is daar ander persone wat van die monster weet?*
- *Is daar enigiets van die monster wat jou bang maak?*
- *Is jy bereid om die monster in jou lewe te hou en daarmee saam te leef?*
- *Kan jy die monster 'n naam gee?*

Die vrywillige deelnemer word uitgedaag om die monster in die leë stoel (vgl. 4.10.1) teenoor hom/haar te plaas. Hy/sy word voorts gelei om 'n dialoog (vgl. 4.4) met die monster in sy/haar lewe te voer:

- *Verbeel jouself dat die “monster” wat jou kwel, werklik voor jou in die leë stoel sit. Sê met 'n harde stem wat hy aan jou doen, hoe kwaad jy is en hoekom jy kwaad is.*
- *Raak bewus van jou liggaam se reaksie op jou woede. Word woede in sommige dele van jou liggaam weerhou? Kniers jy op jou tande of maak jy 'n vuis?*
- *Wanneer jy gereed voel, ruil rolle met die monster.*
- *Gaan voort met die dialoog en wissel voortdurend tussen die rolle.*
- *Emosiebelaaide frases, byvoorbeeld “Hou op om my te verneder” of “Hoekom het jy my nie beskerm nie?”, moet verkeie kere (elke keer harder) herhaal word, totdat dit uitgeskreeu word.*

- *Sê alles wat jy altyd wou sê, maar nie wou waag om te sê nie.*
- *Hoe voel jy nou? Het jy van enigiets bewus geword?*

Deelnemers word van hamers voorsien en versoek om saam met die vrywillige deelnemer hulle monsters te verwoes. Deelnemers word aangemoedig om harde oorwinningsgeluide te maak, terwyl hulle die monsters verwoes.

#### **7.3.9.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek**

Deelnemers word by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om terugvoer na afloop van die werk in die “warm stoel” (vgl. 4.7) van ‘n vrywillige deelnemer te gee en terselfdertyd hulle bewustheid ten opsigte van hulle eie gevoelens te bevorder. Deelnemers word versoek om beurtelings in die groep terugvoer te gee ten opsigte van hoe sigself deur die vrywillige deelnemer se werk beïnvloed is, hoe hulle eie ervarings ooreengestem het met die vrywillige deelnemer s’n en waarvan hulle bewus geword het in die hier en nou. (Vgl. Bylae 12.2: Terugvoer na afloop van ‘n vrywillige deelnemer se werk in die “warm stoel”.)

#### **7.3.9.5 Aktiwiteit vyf: Selfvertroeteling en rondte-tegniek**

Terwyl strelende agtergrondmusiek (vgl. 4.9), byvoorbeeld panfluitmusiek gespeel word, word deelnemers versoek om vir hulle elk ‘n kussing en ‘n privaat plek in die vertrek te kies en daar te gaan sit. Hulle word voorts versoek om hulle oë te sluit, die kussing styf vas te hou en hulle te verbeel dat dit hulle kwesbare, sensitiewe en swakker deel verteenwoordig, wat vertrous moet word. Hulle moet deur middel van selfspraak op hulle sterktes fokus en vir hulle swakker deel sê: *“Ek is lief vir jou en aanvaar jou net soos jy is, al fouteer jy soms. Jy is baie spesiaal net soos jy is.”* Deelnemers word voorts versoek om hulle bewuswordinge in hulle onderskeie joernale aan te teken en by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer te gee ten opsigte van hulle response.

#### **7.3.9.6 Opdrag**

Deelnemers word uitgedaag om te besluit hoe hulle in die toekoms hulle monsters wat weer te voorskyn kan kom, gaan hanteer en ‘n lys in hulle joernaal saam te stel op grond waarvan hulle sigself daagliks in die toekoms kan bederf/vertroetel. (Vgl. Bylae 12.4: Tuisopdrag vir die doeleindes van groepwerksessie tien.) Hulle word voorberei op terminering van die groepwerksessies en versoek om eet- en drinkgoed na die afsluitingsessie saam te bring. Die groepwerksessie verdaag nadat die groepleier en deelnemers ooreenstemming bereik ten opsigte van ‘n datum en tyd vir die volgende groepwerksessie.

### 7.3.10 Sessie tien: Finalisering en terminering van gestaltgroepwerk

#### ***Tema: Ons sê tot siens vir mekaar***

Die gestaltgroepleier moet die groep help om deur 'n afsluitingsproses te gaan, wat afskeid van mekaar en die hertoetrede tot die “*werklike lewe*” behels. Groeplede kan byvoorbeeld gevra word om hulle beste leerervarings wat hul tydens die groepwerksessies opgedoen het, met mekaar te deel en aan wyses te dink hoe hulle voortaan sigself kan ondersteun. (Vgl. Kepner 1980:22 en Fatout 1992:99). Ten einde deelnemers en die groepleier geleentheid te bied om die groepwerksessies te finaliseer en af te sluit word die volgende doelstelling en doelwitte ten opsigte van groepwerksessie tien gestel.

#### ➤ ***Doelstelling***

- Om die hulpverleningsproses (vgl. 1.6.4.4) te termineer deur middel van 'n evaluerende groepwerksessie, ten einde deelnemers geleentheid te bied om nog 'n gestalt in hulle lewens te voltooi.

#### ➤ ***Doelwitte***

- Om deelnemers deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid te bied om terugvoer te gee ten opsigte van die vorige nege gestaltgroepwerksessies, ten einde te evalueer of die groepwerksessies aan deelnemers se verwagtinge (vgl. 8.1.1.3) voldoen het en of hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.10), selfondersteuning (vgl. 2.5.2 , 3.3.2 en 3.3.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) in die proses bevorder is.
- Om in groepverband wyses om gevoelens in die toekoms effektief te hanteer te hersien, ten einde deelnemers te bemagtig om hulle gevoelens effektief te hanteer.
- Om aan deelnemers en die gestaltgroepleier geleentheid te bied om afskeid van mekaar te neem, ten einde gestaltvoltooing (vgl. 2.3.2) in die verband teweeg te bring.

#### ➤ ***Benodigdhede***

Ten einde uitvoering aan bogenoemde doelstellings en doelwitte te gee word die volgende benodig:

- ✓ CD- speler.
- ✓ Musiek.
- ✓ Tafels.
- ✓ Penne.

- ✓ Koeverte.
- ✓ Klein kaartjies (10 x 10 cm).
- ✓ Deelnemers se joernale.

Die laaste gestaltgroepwerksessie verloop volgens die volgende aktiwiteite en tegnieke.

### **7.3.10.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Deelnemers kry deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid om terugvoer te gee ten opsigte van hoe hulle sigself kan bederf en hulle besluitneming met betrekking tot die hantering van hulle monsters in die toekoms.

### **7.3.10.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsoefening en rondte-tegniek**

Deur die ontspanningsoefening (vgl. 4.8) word deelnemers gelei om in kontak met sigself te kom en te ontspan, alvorens hulle geleentheid kry om die gestaltgroepwerksessies op te som en deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer ten opsigte van hulle bewuswordinge te gee. Terwyl rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9) gespeel word, word deelnemers versoek om gemaklik te sit en met geslote oë aan die volgende eksperiment deel te neem: *“Trek jou asem drie keer vir vyf sekondes diep in en blaas dit dan weer uit. Raak bewus van jou tone, voete, bene, sitvlak, maag, borskas, asemhaling (diep of vlak), vingers, hande, polse, arms, skouers, spiere in jou borskas, rug en nek (ontspanne of gespanne), kop, oë, neus, ore, mond en die smaak in jou mond. Haal weer drie keer diep asem en blaas dit dan weer uit.”*

Elke deelnemer word voorts van ‘n los folio papier en ‘n pen voorsien en versoek om rustig deur hulle joernale te blaai en elke groepwerksessie skriftelik op te som op grond van wat hulle van sigself bewus geword het en watter gevoel/ens hulle tydens elke sessie ervaar het. Sodoende kry hulle geleentheid om die groepwerksessies te hersien, hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.10) te bevorder en hulle groei te monitor.

### **7.3.10.3 Aktiwiteit drie: Onvoltooide sinne**

Hiërdie aktiwiteit behels die benutting van ‘n onvoltooide sinnetoets (vgl. 4.10.3) om die groepwerksessies in geheel te evalueer. Deelnemers word elk van ‘n onvoltooide sinnetoets (vgl. 4.10.3 en Bylae 13.1: Onvoltooide sinnetoets soos benut tydens groepwerksessie tien) en ‘n pen voorsien en versoek om dit eerlik te voltooi. Response ten opsigte van die onvolvoltooide sinne word in hoofstuk agt onder 8.1.10.3 bespreek.

#### **7.3.10.4 Aktiwiteit vier: Afsluiting**

Hierdie aktiwiteit is daarop gerig om deelnemers en die gestaltgroepleier geleentheid te bied om van mekaar afskeid te neem en sodoende nog 'n gestalt in hulle lewens te voltooi. Deelnemers word elk van vyf kaartjies voorsien met mededeelnemers se name afsonderlik op elke kaartjie aangedui. Hulle word versoek om van elke deelnemer, op sy/haar spesifieke kaartjie, twee sterktes neer te skryf. Koeverte met 'n deelnemer se naam daarop, word voorts in die groep gesirkuleer en deelnemers word versoek om mededeelnemers se onderskeie kaartjies in hulle spesifieke naamkoeverte te plaas. Elke deelnemer word na die voltooiing van dié opdrag van sy/haar naamkoevert voorsien en deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om die inhoud van sy/haar kaartjies in die groep te deel. Deelnemers word ingelig ten opsigte van die oopdeurbeleid, indien hulle verdere individuele terapie in die toekoms sou benodig. Die groep kry geleentheid om adresse en telefoonnommers uit te ruil, waarna die groep gesellig verkeer en verdaag.

#### **7.4 SAMEVATTING**

Die gestaltgroepwerk hulpprogram, soos van toepassing op hierdie navorsing, bestaan uit tien gestaltgroepwerksessies, wat die bevordering van deelnemers se bewustheid en selfondersteuning, asook die inisiëring van integrasie ten doel het. Tydens die eerste gestaltgroepwerksessie val die klem op die oriëntering van deelnemers en die daarstel van rapport. Die tweede en derde gestaltgroepwerksessies is daarop gerig om deelnemers se sin vir die self deur middel van selfdefiniëring, keuses en bemeestering te bevorder, terwyl die vierde gestaltgroepwerksessie daarop gerig is om deelnemers geleentheid te bied om met hulle aggressiewe energie in kontak te kom, dit te ontgin en hulle bewustheid ten opsigte van die basiese gevoelens (woede, hartseer, blydskap en vrees) te bevorder, ten einde hulle in staat te stel om tot emosionele uitdrukking oor te gaan. Tydens die vyfde tot die agtste gestaltgroepwerksessies word verskeie projektiewe tegnieke benut, ten einde deelnemers geleentheid te bied om hulle gevoelens te projekteer, hulle geprojekteerde gevoelens in besit te neem en keuses te maak ten opsigte van die toekomstige hantering daarvan. Die negende gestaltgroepwerksessie is daarop gerig om deelnemers in kontak met hulle aggressiewe gevoelens en polariteite te bring, ten einde dit in besit te neem en verantwoordelikheid daarvoor te aanvaar. Laasgenoemde groepwerksessie is ook daarop gerig om deelnemers te lei om selfvertroetelend in hulle egskeidingsituasies te funksioneer.

Die laaste sessie behels die finalisering en terminering van die gestaltgroepwerksessies, waartydens deelnemers geleentheid kry om die groepwerksessies wat hulle bygewoon het te evalueer en hulle groei te monitor. Deur middel van 'n afsluitingsaktiwiteit kry die groepleier en deelnemers geleentheid om tydens die laaste sessie vir mekaar tot siens te sê en derhalwe nog 'n gestalt in hulle lewens te voltooi.



# **HOOFSTUK AGT**

## **EMPIRIESE ONDERSOEK**

In hoofstuk sewe is gefokus op die metodologie ten opsigte van die fases van programontwerp (vgl. 1.6.3) en vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek (vgl. 1.6.4) van intervensienavorsing, soos van toepassing op hiërdie navorsing. Die prosedure-elemente van die beplande intervensie is gespesifiseer deur 'n volledige uiteensetting van die konsep-gestaltgroepwerkprogram wat tydens die fase van vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek geïmplementeer is.

Hierdie hoofstuk behels 'n uiteensetting van die empiriese resultate wat bekom is tydens die fase van vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek met spesifieke verwysing na die aksies wat verband hou met die uitvoering van die voorlopige intervensie, asook die insameling en analisering van data (vgl. 1.6.4.2 en 1.6.4.3). Kwalitatiewe waarnemings wat tydens die implementering van die konsepprogram gemaak is, word aan die hand van gevallestudies beskryf, deurdat 'n volledige uiteensetting gegee word van sowel die deelnemers as die groep se reaksie tydens elke gestaltgroepwerksessie. Die resultate, waarnemings en assessering ten opsigte van die ses deelnemers wat by tien groepwerksessies betrek is, word grotendeels in tabelvorm weergegee om die visuele uiteensetting daarvan te vergemaklik. Met die vertroulikheidsaspek in ag geneem, word vir die doeleindes van hierdie navorsing aan elke deelnemer 'n nommer toegeken en word skuilname, byvoorbeeld [*Linda*] benut indien van toepassing.

### **8.1 GEVALLESTUDIES**

As werkwyse vir kwalitatiewe navorsing word waarneming aan die hand van gevallestudies gedoen. Die gevallestudie metode kan in baie gevalle beskou word as die eerste stap tot die verstaan van en insig in die individuele geval (Smit 1985:47). 'n Gevallestudie vind op 'n kleiner skaal plaas as opnamestudies. Net 'n paar individue word betrek en 'n indiepte studie word gedoen van die individuele geval, sy lewensgeskiedenis, huidige gevoelens, gedagtes, gedragpatrone en van die veelheid van interaksies tussen al die onafhanklike veranderlikes (Joubert 1997: 15). In samehang hiermee beskou Fouché (2002:275) 'n gevallestudie as 'n indiepte ondersoek ten opsigte van 'n enkele geval of 'n paar gevalle oor 'n tydperk. Die geval wat bestudeer word kan verwys na 'n proses, 'n aktiwiteit, 'n gebeurtenis, 'n program,

'n individu of individue. Gevallestudies kan gebaseer word op direkte observasie, onderhoudvoering, organisatoriese rekords en ontleding van dokumentasie en of 'n kombinasie daarvan. Deur middel van gevallestudies word individue wat deel van 'n gevallestudie uitmaak, in staat gestel om betekenis aan hulle eie lewens te gee en sodoende kan hulle as waardevolle databronne dien (Monette, Sullivan en De Jong 2002: 248-249). Vir die doeleindes van hierdie navorsing word sowel op deelnemers individueel as op die groep gefokus. Data word by wyse van direkte observasie, rekords (deelnemers se joernale) en deur deelnemers se interpretasie van gebeure bekom.

Volgens Graveher en Forzano (2003:175) kan 'n gevallestudie 'n intervensie of behandeling deur die navorsers insluit. 'n Gevallestudie fokus op 'n fenomeen wat oor herkenbare grense beskik. Ontoepaslike data word nie benut nie, tensy dit indirek die aard van die geval reflekteer. Die geval en die interaksie tussen die inhoud en aksie vorm gewoonlik die eenheid van analise. 'n Beskrywing van hoe, waar, wanneer en hoekom vorm 'n belangrike deel van die studie (Henning 2004:41). Gevallestudies is dus 'n indiepte ondersoek van 'n geval of 'n paar gevalle na aanleiding van observasie waar terapeutiese intervensie ook bestudeer kan word. Vir die doeleindes van hierdie navorsingstudie word data by wyse van gevallestudies ten opsigte van ses deelnemers weergegee.

Alvorens op die resultate, waarnemings en assessering van die gestaltgroepwerksessies gefokus word, word agtergrondsinligting ten opsigte van die ses deelnemers wat tussen Oktober 2002 en Oktober 2003 geskei het, verskaf. Die deelnemers se huwelike het tussen 3 en 20 jaar geduur en is op grond van onherstelbare verbrokkeling (vgl. 5.2.1) tot niet verklaar. Die ses deelnemers is oor 'n tydperk van tien weke by tien groepwerksessies (twee uur elk) betrek.

### **8.1.1 Deelnemer een**

Deelnemer een is 'n 34-jarige geskeide ouer wat alleen toesig en beheer ("*sole custody*") oor haar twee dogters van onderskeidelik vier en sewe jaar en haar vyfjarige seun bekom het. Haar huwelikslewe van agt jaar is gekenmerk deur emosionele spanning vanweë haar gewese huweliksmaat se onvoorspelbare woedebuie. Deelnemer een het in 'n buite-egtelike verhouding betrokke geraak en haar gewese huweliksmaat om 'n egskeiding gedagvaar. Sy is aanvanklik vir ouerleiding met betrekking tot die hantering van haar kinders, deur die skool na die Kinderleidingklinik verwy. Deelnemer een het spanning, aggressie en angs ervaar

en het nie oor genoegsame emosionele energie beskik om haar kinders in die egskeidingsituasie te ondersteun en te hanteer nie. Sy het self 'n behoefte aan hulpverlening ervaar en het haarself bereid verklaar om by die gestaltgroepwerksessies in te skakel.

### **8.1.2 Deelnemer twee**

Deelnemer twee is 'n 33-jarige geskeide ouer wat alleen toesig en beheer oor sy vyfjarige seun en tweejarige dogter verkry het. Hy het na 'n huwelikslewe van vyfjaar die egskeiding aanhangig gemaak, vanweë sy gewese huweliksmaat se buite-egtelike verhoudings. Deelnemer twee is deur die betrokke kleuterskool vir ouerleiding met betrekking tot die hantering van sy seun se aggressie na die Kinderleidingkliniek verwys. Hy het die gestaltgroepwerkprogram as 'n potensiële groei-geleentheid na sy egskeiding beskou en homself bereid verklaar om by die gestaltgroepwerksessies in te skakel.

### **8.1.3 Deelnemer drie**

Deelnemer drie is 'n 29-jarige geskeide ouer wat alleen toesig en beheer oor haar tweejarige dogter bekom het. Sy het haar huwelikslewe van driejaar beëindig vanweë haar emosioneel onstabiele huweliksmaat se alkoholmisbruik en seksuele molestering van hul dogter. Deelnemer drie het deur middel van die betrokke kleuterskool die Kinderleidingkliniek genader vir leiding ten opsigte van die hantering en ondersteuning van haar gemolesteerde dogtertjie. Deelnemer drie het slaapprobleme, spier- en hoofpyn, angs en aggressie ervaar en was gretig om hulp by wyse van gestaltgroepwerk te bekom.

### **8.2.4 Deelnemer vier**

Deelnemer vier is 'n 28-jarige, geskeide ouer wat na 'n huwelikslewe van sewejaar alleen toesig en beheer oor sy driejarige seun en sesjarige dogter verkry het. Hy het die egskeiding aanhangig gemaak, deurdat sy gewese huweliksmaat vanweë 'n ernstige psigologiese versteuring (skisofrenie) die lewe vir hom en sy kinders onuithoubaar gemaak het. Deelnemer vier en sy kinders het as gevolg van sy egskeiding aanpassingsprobleme ervaar. Hy het na aanleiding van die uitnodiging in die plaaslike koerant (vgl. Bylae 1: Koerantuitnodiging tot deelname) homself bereid verklaar om aan die gestaltgroepwerksessies deel te neem.

### **8.1.5 Deelnemer vyf**

Deelnemer vyf is 'n 33-jarige, geskeide ouer. Sy en haar agtjarige seun, oor wie sy alleen toesig en beheer verkry het, is vanweë finansiële redes genoodsaak om na afloop van haar egskeiding by haar ouers aan huis te woon. Deelnemer vyf het na 'n huwelikslewe van agtjaar haar gewese huweliksmaat, vanweë sy buite-egtelike verhoudings, om 'n egskeiding gevra. Sy het sedert haar egskeiding aan slaaploosheid gely, was prikkelbaar, angstig en het las van spier-en hoofpyn ondervind en het per geleentheid gepoog om selfmoord te pleeg. Deelnemer vyf is na aanleiding van aanpassingsprobleme ten opsigte van haar egskeiding deur haar prokureur (vgl. Bylae 2: Korrespondensie met prokureurs ten opsigte van werwing van vrywillige deelnemers) omtrent die gestaltgroepwerksessies ingelig en het haar bereid verklaar om daarby in te skakel.

### **8.1.6 Deelnemer ses**

Deelnemer ses is 'n 40-jarige, geskeide ouer wat alleen toesig en beheer oor haar twee dogters, onderskeidelik 16 en 18 jaar en haar 11-jarige seun verkry het. Haar gewese huweliksmaat het haar na 'n huwelikslewe van 20 jaar om 'n egskeiding gevra vanweë 'n buite-egtelike verhouding waarby hy betrokke geraak het. Deelnemer ses se eetlus en konsentrasie het afgeneem en sy het spanning en aanpassingsprobleme na afloop van haar egskeiding ervaar. Sy is by wyse van haar prokureur vir moontlike inskakeling by die gestaltgroepwerkprogram verwys. (Vgl. Bylae 2: Korrespondensie met prokureurs ten opsigte van werwing van vrywillige deelnemers.)

Samevattend kan gemeld word dat al die deelnemers na hulle egskeidings toesig en beheer oor hulle kind/ers bekom het. Vyf deelnemers het hul egskeidings aanhangig gemaak, terwyl een deelnemer deur haar gewese huweliksmaat om 'n egskeiding gevra is. Vier deelnemers se huwelikslewe is vanweë buite-egtelike verhoudings beëindig. Een deelnemer het na aanleiding van die uitnodiging in die plaaslike koerant by die navorsingstudie ingeskakel, terwyl twee deelnemers deur die toedoen van hulle onderskeie prokureurs by die navorsingstudie betrokke geraak. Drie deelnemers het hulle bereid verklaar om by die navorsingstudie betrokke te raak nadat hulle deur hulle kind/ers se onderskeie skole vir ouerleiding na die Kinderleidingklinik verwy is. Die ses deelnemers wat hulle in die vroeë volwasse fase bevind het, se huwelikslewe het tussen 3 en 20 jaar geduur.

## **8.2 RESULTATE VAN GEGEWENS VERKRY VANUIT DIE GEVALLESTUDIES**

Vervolgens word die verloop van elke gestaltgroepwerksessie beskryf met die fokus op aktiwiteite en tegnieke wat tydens elke sessie benut is, deelnemers en die groep se reaksie, asook groei of weerstand deur deelnemers en/of die groep getoon.

### **8.2.1 Gestaltgroepwerksessie een: *Tema – Ons word georiënteer en leer mekaar ken***

Die oorhoofse doel met hierdie sessie was om deelnemers ten opsigte van die groepwerksessies te oriënteer, 'n terapeutiese “ek-jy”-verhouding (vgl. 1.4.3) tussen elke deelnemer en die gestaltgroepleier daar te stel en 'n positiewe verhouding tussen deelnemers te kataliseer om deelnemers sodoende op hulle gemak te stel en op die weg te plaas om hulle ware self (vgl. 3.6.1.5) te wees. Groepwerksessie een het soos volg verloop.

#### **8.2.1.1 Aktiwiteit een: *Kennismaking***

Al die deelnemers het tydens sessie een positief ten opsigte van die groepwerk voorgekom en was gewillig om deel te neem aan die aktiwiteit waartydens hulle hulleself aan die hand van 'n selfbeskrywing (vgl. 3.8.2.1) moes voorstel. Sodoende is kontak op intrapersoonlike vlak bevorder (vgl. 3.6.3.1). Hoë vlakke van energie het in die groep voorgekom, wat waarskynlik op angs kon dui (vgl. 3.6.2.1). Deelnemer een het in teenstelling met die res van die groep oor min energie beskik, aangesien haar nieverbale liggaamshouding en stemtoon moeg voorgekom het. Die aktiwiteit is gekenmerk deur oppervlakkige kontak en humor, wat waarskynlik daarop kon dui dat deelnemers vanuit die vals laag (vgl. 3.6.1.1) gefunksioneer het.

#### **8.2.1.2 Aktiwiteit twee: *Oriëntering ten opsigte van gestaltgroepwerk***

Deelnemers is tydens hierdie aktiwiteit georiënteer ten opsigte van die doel en werkswyse van die gestaltgroepwerksessies (vgl. 7.3.1.2).

#### **8.2.1.3 Aktiwiteit drie: *Wedersydse verwagtinge***

Aktiwiteit drie het die daarstelling van wedersydse verwagtinge (vgl. 7.3.1.3) tussen die gestaltgroepleier en deelnemers (vgl. Bylae 4.1: Skriftelike ooreenkoms aangaande wedersydse verwagtinge) behels, asook die ondertekening van 'n skriftelike ooreenkoms aangaande etiese aspekte. (Vgl. Bylae 4.2: Skriftelike ooreenkoms aangaande etiese aspekte.) Deelnemers se reaksie op die daarstelling van wedersydse verwagtinge word voorts in tabelvorm voorgestel.

**TABEL 7: WEDERSYDSE VERWAGTINGE**

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i>  <i>Sessie 1: Aktiwiteit 3</i></p>	<p><i>Deelnemers se verwagtinge en/of reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei of weerstand getoon</i></p>
<p>Nadat deelnemers ingelig is ten opsigte van wat van hulle verwag sou word (vgl. 7.3.1.3) is hulle versoek om hulle verwagtinge ten opsigte van die groepwerk-sessies in hulle joernale aan te teken en deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) aan die groep terugvoer te gee.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het die vertroulikheidsbeginsel as groepverwagting beklemtoon. Sy wou na aanleiding van die groepwerksessies 'n beter en geduldiger ouer vir haar kinders wees. Deelnemer 1 wou alles in perspektief sien en het gehoop om antwoorde op vrae, soos <i>“Hoekom het dinge so uitgewerk?”</i> te kry. Sy het 'n behoefte ervaar aan <i>“... 'n nuwe/heel ek met 'n nuwe lewe”</i>. Deelnemer 1 het begin huil en geverbaliseer dat sy daardie dag drie weke van haar gewese huweliksmaat geskei was en dat sy verward en skuldig gevoel het.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder deurdat sy in staat was om haar verwagtinge ten opsigte van die groepwerk te stel en haar behoeftes, naamlik om 'n goeie ouer te wees en 'n <i>“heel”</i> mens te word, kon verbaliseer. Deelnemer 1 se onsekerheid en skuldgevoelens toon ooreenkoms met wat in 6.3.8 van die literatuurstudie bevind is, naamlik dat geskeide individue onseker en skuldig na afloop van hulle egskeidings kan voel.</p>
	<p><b>Deelnemer 2</b> het bewus geword dat hy oor baie geduld beskik het en dat hy 'n behoefte ervaar het om te sorg dat sy kinders <i>“ordentlik grootword”</i>. Hy het gedink dat groepwerk vir hom nodig was en wou daardeur innerlik sterker word om vir sy kinders 'n goeie ouer te wees.</p>	<p><b>Deelnemer 2</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1 2.5.1 en 3.3.1) en self-ondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder deurdat hy in staat was om by wyse van 'n <i>“ek”</i>-stelling (vgl. 3.8.2.1) te verbaliseer dat hy oor baie geduld beskik het en sy behoefte, naamlik om 'n goeie ouer vir sy kinders te wees, kon verbaliseer (vgl. 3.8.2.1).</p>
	<p><b>Deelnemer 3</b> wou van haar <i>“seer en pyn wat soos 'n sweer net elke keer 'n pleister opkry”</i> ontslae raak. Sy wou na afloop van die groepwerksessies <i>“in beheer wees om situasies te hanteer”</i> en as 'n <i>“sterker en gesonder”</i> mens met 'n goeie emosionele en fisiese balans funksioneer. Sy wou positief en sterker vir haar kind wees en wou 'n <i>“harder”</i> mens word deurdat sy haarself as te kwesbaar beskou het.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en self-ondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder deurdat sy in staat was om by wyse van <i>“ek”</i>-stellings (vgl. 3.8.2.1) haar behoeftes, naamlik om uiting aan haar gevoelens te gee, innerlik sterker, in beheer en meer gebalanseerd te funksioneer, te verbaliseer en haarself kon definieer (vgl. 3.8.2.1) deur te erken dat sy kwesbaar was.</p>
	<p><b>Deelnemer 4</b> het aanvanklik geverbaliseer dat sy verwagtinge dieselfde as deelnemer 3 s'n was. Hy het ook geen verwagtinge in sy joernaal aangeteken nie en het 'n humoristiese opmerking in dié verband gemaak. Nadat hy gelei is om sy eie verwagtinge met die groep te</p>	<p>Deurdat <b>deelnemer 4</b> in samevloeiing met sy omgewing (deelnemer 3) was en <i>“ons”</i> as voor-naamwoord gebruik het, het hy waarskynlik deur middel van samevloeiing (vgl. 2.3.5.3) kontak met homself en die omgewing</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 1: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers se verwagtinge en/of reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei of weerstand getoon</b>
	deel het hy eers gelag, ernstiger geword en ge verbaliseer: <i>“Ons voel ons is heel okay, maar ons is nie. Mens probeer iets wegsteek. Weet self nie wat jou jaag nie. Soos maskers. Voel die fout lê nie by jou nie, maar slegs by jou kinders.”</i> Deelnemer 4 wou na aanleiding van laasgenoemde bewuswording innerlik sterker word om ‘n beter ouer vir sy kinders te wees.	probeer vermy. Hy het oënskynlik deur middel van defleksie (vgl. 2.3.5.5) kontak met homself en die omgewing probeer vermy, deur humoristiese opmerkings te maak.
	<b>Deelnemer 5</b> wou na afloop van die gestaltgroepwerksessies ‘n beter mens wees, meer begrip vir haar kind en werk hê en haarself aanvaar. Sy het ‘n behoefte gehad om positief te kon bly, ten spyte van negatiewe gevoelens en mense.	Deelnemer 5 se bewustheid (vgl. 1.9.1 2.5.1 en 3.3.1) en self-ondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder deurdat sy in staat was om haar behoeftes te verbaliseer. Sy het haarself moontlik nie aanvaar nie, deurdat sy aanvaarding van haarself nou as ‘n verwagting gestel het.
	<b>Deelnemer 6</b> wou deur middel van die groepwerksessies bewus word <i>“van dinge binne onself wat onself nie van weet nie”</i> en dat die groepwerksessies <i>“... ons sal help om ons situasie beter te verstaan.”</i>	<b>Deelnemer 6</b> het waarskynlik deur in die derde persoon, naamlik <i>“ons”</i> (vgl. 4.2) te verbaliseer gepoog om deur middel van samevloeiing (vgl. 2.3.5.3) haarself te distansieer van haar werklike gevoelens.
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b> Die groepleier het aan deelnemers gevra of hulle soortgelyke gevoelens as deelnemer 1 ervaar het, ten einde kontak op groepvlak te bevorder (vgl. 3.6.3.1).	Deelnemers het besef dat hulle soortgelyke verwagtinge en behoeftes gehad het. Van die deelnemers het spontaan met mekaar begin kommunikeer. Deelnemer 3 het byvoorbeeld vir deelnemer 1 probeer bemoedig toe sy hartseer geword het. Die ander deelnemers het deur middel van die groepleier bevestig dat hulle soortgelyke gevoelens as deelnemer 1 ervaar het.	Groepkohesie (vgl. 3.2.1) het waarskynlik tot stand gekom, deurdat groeplede spontaan met mekaar gekommunikeer het. Alhoewel kommunikasie hoofsaaklik tot die groepleier gerig was het deelnemers mekaar begin ondersteun deur byvoorbeeld deelnemer 1 gerus te stel dat hulle dieselfde gevoelens as sy ervaar het.

#### **82.1.4 Aktiwiteit vier: Onvoltooides sinne**

Ten einde deelnemers se belewenisse van hulleself op ‘n niebedreigende wyse te bepaal en moontlike onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in hulle lewens te identifiseer, is deelnemers elk van ‘n onvoltooides sinnetoets (vgl. 4.10.3, 7.3.1.4 en Bylae 4.3: Onvoltooides sinnetoets soos benut tydens groepwerksessie een) en ‘n pen voorsien en versoek om die onvoltooides sinne te

voltooi op grond van die eerste gedagte wat by hulle sou opkom. Hulle is na voltooiing van die sinne versoek om enige voortspruitende bewuswordinge (vgl. Bylae 4.10: Bewuswording) in hulle joernale aan te teken en by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) met die groep te deel.

Die response van elke deelnemer op die onvoltooide sinnetoets (vgl. Bylae 4.3: Onvoltooide sinnetoets soos benut tydens groepwerksessie een) word voorts bespreek.

#### ➤ DEELNEMER EEN

1. **Ek hou van** “*werk – besig wees*”.
2. **Die gelukkigste oomblik** “*kinders se geboortes*.”
3. **Voor ek snags aan die slaap raak dink ek** “*werk – beplanning vir môre – en oor wat die dag gebeur het*.”
4. **Ek wil baie graag** “*beter wees – ‘n beter mamma*.”
5. **Ek voel** “*moeg en sat*.”
6. **My vriende** “*is baie belangrik vir my*.”
7. **Mense** “*praat baie*.”
8. **Ek vererg my** “*oor niks – maar vergeet dit ook gou*.”
9. **My grootste vrees** “*dat ek weer vir [Daan] val*.”
10. **Ek kon nog nooit** “*net ek wees nie – ag nie rerig [sic] nie*.”
11. **Toe ek jonger was** “*het ek minder verantwoordelikheid gehad*.”
12. **Ek sal nooit vergeet** “*hoe lekker sorgvry dit was om kind te wees nie*.”
13. **Ek word kwaad** “*ek voel magteloos*.”
14. **My grootste bekommernis is** “*dat ek nie finansieel sal kan sorg nie*.”
15. **Ek wonder soms** “*of al die bekommernis en die gejaag en strewe die moeite werd is*.”
16. **Ek voel hartseer** “*oor ek voel ek faal*.”
17. **As ek dinge kon verander** “*vroeër weet wat ek nou weet en ‘n ander pad loop*.”
18. **Dit pla my** “*dat ek emosioneel onstabiel is– huil– lag– gelukkig*.”
19. **Ek verkies** “*om alleen te wees – om gelukkig te wees*.”
20. **Wat ek nodig het** “*geen meer stress [sic] nie*.”
21. **Mense wat nie van my hou nie** “*kan my nie pla nie*.”
22. **Ek het geen tyd vir** “*skinder nie*.”
23. **Ek wens** “*ek kon ten volle gelukkig wees– straal*.”
24. **My finansies** “*is ‘n gemors*.”



25. **Ek is spyt** “dat ek so ongeduldig met die kinders is.”
26. **My Ma** “is wonderlik – ‘n ware steunpilaar.”
27. **Ek haat** “jaloesie en besitlikheid.”
28. **Ek is jammer** “vir my kinders.”
29. **Ek is baie** “emosioneel.”
30. **Ek wens ek kon vir my gewese huweliksmaat sê** “hoekom het jy my nie beter opgepas en gekoester nie.”
31. **Ek verbeel my soms** “ek is weer ‘n kind.”
32. **My Pa** “is my held– is wonderlik – steunpilaar.”
33. **My kinders** “is pragtig en wonderlik.”
34. **Dit is my skuld** “dat ek is waar ek is.”
35. **Ek kan nie verstaan** “waarom alles so deurmekaar en seer moet wees nie.”
36. **Ek verlang** “na onbesorgde dae.”
37. **My huwelikslewe** “wil ek nie oorhê nie.”
38. **Toe ek nog ‘n kind was** “het ek so baie drome gehad.”
39. **Ek voel teleurgesteld** “in myself.”
40. **Ek voel alleen** “as al die druk en verantwoordelikheid kom.”
41. **Ek vind dit moeilik** “om alles te hanteer.”
42. **My werk** “is te stresvol op die oomblik.”
43. **Ek voel skaam** “dat ek so kwaai met die kinders is.”
44. **My behuising** “is lekker. Ek bly lekker.”
45. **Naweke** “vang my. Nie so besig nie– kuier dan by familie.”
46. **Ek slaap** “baie.”
47. **Ek voel magteloos** “oor alles.”
48. **My eetlus** “wissel baie van baie na niks.”
49. **Egskeiding** “is goed as ‘n mens nie mekaar kan opbou nie.”

Vanuit deelnemer een se response op die onvoltooide sinne blyk dit of sy moontlik ‘n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) met betrekking tot haar egskedding ervaar het. Na aanleiding van deelnemer een se skriftelike response (vgl. onvoltooide sinne: nommers 5, 13, 18, 29, 35, 41 en 47) wil dit voorkom of sy grotendeels moeg, moedeloos en nie in beheer van haar gevoelens was nie, finansiële druk ervaar het en dit moeilik gevind het om haar kinders te ondersteun. Deelnemer een se ongeduld en optrede (vgl. onvoltooide sinne: nommers 25 en

43) teenoor haar kinders het waarskynlik verband gehou met haar worsteling om by haar egskeiding wat drie weke vantevore gefinaliseer is, aan te pas. Haar reaksie op haar egskeiding toon dus ooreenstemming met wat in 1.1 van die literatuurstudie bevind is, naamlik dat egskeidingsituasies ouers vanweë die emosionele, wetlike en persoonlike uitvloeisels daarvan in 'n emosionele oorlewingstryd dompel, wat hulle ontnem van energie om sensitief ten opsigte van hulle kinders se behoeftes te wees. Deelnemer een se respons, naamlik dat sy nie haarself kon wees nie (vgl. onvoltooide sinne: nommer 10) het waarskynlik gedui op identiteitsverwarring (vgl. 5.3.4.5) wat sy sedert haar huwelikslewe ervaar het. Haar respons op die onvoltooide sin: **Mense wat nie van my hou nie** “*kan my nie pla nie*”, toon ooreenstemming met wat in die literatuurstudie (vgl. 6.3.6) bevind is, naamlik dat individue in die vroeë volwasse fase hulle minder bekommer oor wat ander individue van hulle dink. Deelnemer een se swak finansiële posisie (vgl. onvoltooide sinne: nommer 24) toon ooreenstemming met wat in die literatuurstudie (vgl. 6.6) bevind is, naamlik dat egskeiding finansiële implikasies veral vir die vrou inhou.

Na aanleiding van die voltooiing van die onvoltooide sinnetoets het deelnemer een gehuil en by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) aan die groep erken dat sy hartseer, skuldig en onseker gevoel het en getwyfel het of sy reg opgetree het deur van haar gewese eggenoot te skei. Dit het vir haar gevoel of “*niks*” vir haar wou “*regloop*” nie. Sy het terselfdertyd besef hoe bevoorreg sy was om wonderlike vriende en familie te kon hê wat haar ondersteun en met haar kinders kon help. Laasgenoemde negatiewe-positiewe bewustheid het deelnemer een waarskynlik in kontak met 'n polariteit (vgl. 2.3.6) in haar lewe gebring. Sy het moontlik vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdadig sy moeg, moedeloos en verward gevoel het en 'n gebrek aan selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en energie ervaar het.

#### ➤ DEELNEMER TWEE

1. **Ek hou van** “*sport*”.
2. **Die gelukkigste oomblik** “*toe ek gekies is as 'n Springbok.*”
3. **Voor ek snags aan die slaap raak dink ek** “*oor die dag se gebeure.*”
4. **Ek wil baie graag** “*'n goeie pa wees.*”
5. **Ek voel** “*opgewonde oor die sessies.*”
6. **My vriende** “*'s baie belangrik vir my.*”
7. **Mense** “*'s die snaakste lewende spesie.*”

8. **Ek vererg my** “*nie maklik nie.*”
9. **My grootste vrees** “*dat my kinders iets moet oorkom.*”
10. **Ek kon nog nooit** “*‘n mens verstaan nie.*”
11. **Toe ek jonger was** “*was die lewe ‘n uitdaging.*”
12. **Ek sal nooit vergeet** “*toe ek my eks vrou, saam met ‘n ander man kry.*”
13. **Ek word kwaad** “*as mense my vals beskuldig.*”
14. **My grootste bekommernis is** “*my kinders se lewe.*”
15. **Ek wonder soms** “*of ek ‘n goeie pa vir my kinders is.*”
16. **Ek voel hartseer** “*as my kinders droeftig is.*”
17. **As ek dinge kon verander** “*sou ek nie dieselfde wil oorhê nie.*”
18. **Dit pla my** “*agressie [sic] van my kinders.*”
19. **Ek verkies** “*liefde.*”
20. **Wat ek nodig het** “*is ‘n baie goeie vriendin.*”
21. **Mense wat nie van my hou nie** “*moet my uitlos.*”
22. **Ek het geen tyd vir** “*skinderbekke nie.*”
23. **Ek wens** “*ek het ‘n goeie lewe saam met my kinders.*”
24. **My finansies** “*moet reg kom [sic].*”
25. **Ek is spyt** “*ek het ‘n ruk opgehou golf [sic] speel.*”
26. **My Ma** “*help my baie met my kinders.*”
27. **Ek haat** “*agter af [sic] mense.*”
28. **Ek is jammer** “*vir die ongerief vir my kinders.*”
29. **Ek is baie** “*lief vir dans.*”
30. **Ek wens ek kon vir my gewese huweliksmaat sê** “*ek is lief vir jou.*”
31. **Ek verbeel my soms** “*ek is ‘n vis in die see.*”
32. **My Pa** “*ken ek nie— is dood.*”
33. **My kinders** “*is lief vir lekkers en speel.*”
34. **Dit is my skuld** “*dat my finansies is soos wat dit nou is.*”
35. **Ek kan nie verstaan** “*hoekom die lewe so erg is nie.*”
36. **Ek verlang** “*na die dae op skool.*”
37. **My huwelikslewe** “*was nie die moeite werd nie.*”
38. **Toe ek nog ‘n kind was** “*was ek lief vir sing.*”
39. **Ek voel teleurgesteld** “*in my lewe.*”
40. **Ek voel alleen** “*sonder ‘n maat.*”

41. **Ek vind dit moeilik** “*om probleme op te los.*”
42. **My werk** “*is baie hard.*”
43. **Ek voel skaam** “*oor my lewe.*”
44. **My behuising** “*is baie netjies.*”
45. **Naweke** “*doen ek sport of kyk sport.*”
46. **Ek slaap** “*nie maklik nie.*”
47. **Ek voel magteloos** “*as my kinders baie huil.*”
48. **My eetlus** “*het af geneem [sic].*”
49. **Egskeiding** “*was nodig vir my.*”

Vanuit deelnemer twee se response op sy onvoltooide sinnetoets wil dit voorkom of sy egskeiding (vgl. onvoltooide sinne: nommers 12, 30, 35, 37, 39, 40, 41 en 43) ‘n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) in sy lewe kon wees. Sy behoefte om vir sy kinders ‘n goeie ouer te wees was ‘n dominante behoefte (vgl. 2.3.2) wat waarskynlik op sy figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het vanweë moontlike skuldgevoelens (vgl. 6.3.8) voorspruitend uit sy egskeiding en/of sy eie verlies aan ‘n vaderfiguur. Hy het waarskynlik selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) benodig, aangesien hy dit moeilik gevind het om probleme op te los (vgl. onvoltooide sinne: nommer 41) en derhalwe selfregulerend (vgl. 2.3.2) te funksioneer.

Na die voltooiing van die onvoltooide sinnetoets (vgl. 4.10.3) het deelnemer twee by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) sy bewuswording in die vorm van ‘n “*ek*”-stelling geverbaliseer, naamlik “*ek dink ek is ‘n baie oorbekermde pa vir my kinders*”. Sy selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.3 en 3.8.2) is waarskynlik deur selfdefiniëring (vgl. 3.8.2.1) in die vorm van ‘n “*ek*”-stelling bevorder.

#### ➤ **DEELNEMER DRIE**

1. **Ek hou van** “*kosmaak en tyd saam met my ouers en kind.*”
2. **Die gelukkigste oomblik** “*is saam met my kind.*”
3. **Voor ek snags aan die slaap raak dink ek** “*aan iemand wat ek nie ken nie.*”
4. **Ek wil baie graag** “*sukksesvol wees.*”
5. **Ek voel** “*hartseer en deurmekaar.*”
6. **My vriende** “*staan by my.*”
7. **Mense** “*dink ek is ok, maar ek is nie.*”
8. **Ek vererg my** “*baie baie gou.*”

9. **My grootste vrees** “*is dat ek my kind verloor.*”
10. **Ek kon nog nooit** “*die regte mense na my toe aantrek nie.*”
11. **Toe ek jonger was** “*was ek onskuldig en gelukkig.*”
12. **Ek sal nooit vergeet** “*hoe opgewonde ek was toe [Linda] gebore is nie.*”
13. **Ek word kwaad** “*as mense met my sukkel–aanmerkings.*”
14. **My grootste bekommernis is** “*dat ek ‘n goeie ma vir my kind sal wees.*”
15. **Ek wonder soms** “*of ek ooit ware liefde sal ervaar.*”
16. **Ek voel hartseer** “*en alleen.*”
17. **As ek dinge kon verander** “*sou ek nie met hom getrou het nie.*”
18. **Dit pla my** “*dat ek so deurmekaar en emosioneel is. Twyfel baie.*”
19. **Ek verkies** “*om in beheer te wees van my emosies.*”
20. **Wat ek nodig het** “*is mense wat in dieselfde bootjie is.*”
21. **Mense wat nie van my hou nie** “*skinner [sic] en maak my sleg.*”
22. **Ek het geen tyd vir** “*oneerlike en slinkse agteraf mense nie.*”
23. **Ek wens** “*ek kon stabiel en gebalanseerd wees.*”
24. **My finansies** “*gahos [sic]. Kom nie uit.*”
25. **Ek is spyt** “*dat ek my frustrasies op [Linda] uithaal.*”
26. **My Ma** “*en Pa dra my en ondersteun my en [Linda].*”
27. **Ek haat** “*dat ek nie weet wat met my en my kind gaan gebeur nie. Soms haat ek myself, dat ek nie sterker en meer vir hom gegee het nie. Miskien sou hy haar dan uitgelos het.*”
28. **Ek is jammer** “*dat ek nie kon keer dat hy my en my kind kon seer maak nie.*”
29. **Ek is baie** “*ongelooflik baie lief vir my ma, pa en kind.*”
30. **Ek wens ek kon vir my gewese huweliksmat sê** “*Sies jou vark! Vat my en los jou eie kind uit.*”
31. **Ek verbeel my soms** “*dat hy haar afteken en verdwyn.*”
32. **My Pa** “*staan bankvas agter my en [Linda].*”
33. **My kind** “*is my alfa en omega.*”
34. **Dit is my skuld** “*dat [Ben] haar nie kon uitlos nie.*”
35. **Ek kan nie verstaan** “*hoe kan jy dit met jou eie kind doen.*”
36. **Ek verlang** “*na iemand om my en [Linda] te beskerm.*”
37. **My huwelikslewe** “*was aaklig, baie seer en ongelukkig.*”
38. **Toe ek nog ‘n kind was** “*het my nefie met my gelol.*”
39. **Ek voel teleurgesteld** “*in my self.*”

40. **Ek voel alleen** “*nou en baie keer veral Sondaes.*”
41. **Ek vind dit moeilik** “*om enige man te vertrou en naby my toe te laat.*”
42. **My werk** “*is ‘n groot frustrasie en stresvol.*”
43. **Ek voel skaam** “*oor my liggaam.*”
44. **My behuising** “*is baie, baie lekker en warm.*”
45. **Naweke** “*is ek alleen.*”
46. **Ek slaap** “*nie baie goed nie.*”
47. **Ek voel magteloos** “*as my kind emosioneel en hartseer is.*”
48. **My eetlus** “*het toegeneem en afgeneem.*”
49. **Egskeiding** “*was tramaties [sic].*”

Vanuit deelnemer drie se response op die onvoltooide sinne blyk dit of sy moontlik onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) met betrekking tot haar egskedding en haar dogter se molestering ervaar het en dat sy as kind deur haar nefie gemolesteer is (vgl. onvoltooide sinne: nommers 5, 7, 17, 18, 19, 23, 27, 28, 30, 31, 34, 35, 37, 38, 41, 47 en 49). Na aanleiding van deelnemer drie se skriftelike response (vgl. onvoltooide sinne: nommers 27, 28, 30 en 34) wil dit voorkom of sy haarself verwyrt (vgl. 6.3.8) omrede sy nie haar kind teen haar gewese huweliksmaat beskerm het nie. Sy het moontlik nie haarself aanvaar nie, deurdat sy skaam vir haar liggaam was en teleurgesteld in haarself gevoel het (vgl. onvoltooide sinne: nommers 39 en 43). Deelnemer drie het grotendeels hartseer, alleen en deurmekaar gevoel en ‘n behoefte ervaar om in beheer van haar gevoelens te wees en gebalanseerd te funksioneer (vgl. onvoltooide sinne: nommers 5, 16, 18, 19, 23, 40 en 45). Deurdat sy haar frustrasies (vgl. onvoltooide sinne: nommer 25) op haar kind uitgehaal het, emosioneel, deurmekaar en ‘n gebrek aan balans en beheer ervaar het, het sy waarskynlik oor min energie en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) beskik om sensitief ten opsigte van haar gemolesteerde kind se behoeftes te wees. Haar swak finansiële posisie (vgl. onvoltooide sinne: nommer 24) toon ook ooreenstemming met wat in die literatuurstudie (vgl. 6.6) bevind is, naamlik dat egskedding finansiële implikasies inhou.

Deelnemer drie het na afloop van voltooiing van die onvoltooide sinne (vgl. 4.10.3) bewus geword van almal in die groep se pyn en teleurstelling in hulleself. Sy het deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) aan mededeelnemers geverbaliseer dat hulle mekaar sou kon ondersteun en baie by mekaar sou kon leer.

➤ **DEELNEMER VIER**

1. **Ek hou van** “saam met my kinders te wees.”
2. **Die gelukkigste oomblik** “saam met my kinders.”
3. **Voor ek snags aan die slaap raak dink ek** “aan al my probleme.”
4. **Ek wil baie graag** “ryk wees.”
5. **Ek voel** “arm.”
6. **My vriende** “ondersteun my.”
7. **Mense** “maak my onrustig.”
8. **Ek vererg my** “baie vinnig.”
9. **My grootste vrees** “dat ek my vrou moet terugvat.”
10. **Ek kon nog nooit** “sukses behaal nie.”
11. **Toe ek jonger was** “gespot.”
12. **Ek sal nooit vergeet** “gespottery oor my voete.”
13. **Ek word kwaad** “vir die kleinste dinge.”
14. **My grootste bekommernis is** “dat ek nie ‘n goeie Pa vir my kinders is nie.”
15. **Ek wonder soms** “hoekom ek?”
16. **Ek voel hartseer** “as ek my kinders gelukkig sien.”
17. **As ek dinge kon verander** “alles wat fout was.”
18. **Dit pla my** “of ek die oorsaak van alles is.”
19. **Ek verkies** “om reg te lewe.”
20. **Wat ek nodig het** “is hulp.”
21. **Mense wat nie van my hou nie** “vermy ek.”
22. **Ek het geen tyd vir** “myself.”
23. **Ek wens** “alles is verby.”
24. **My finansies** “is hopeloos.”
25. **Ek is spyt:** Geen respons van deelnemer vier
26. **My Ma** “is ek baie lief voor.”
27. **Ek haat** “mense wat lelik praat van my. Mense wat my indoen.”
28. **Ek is jammer** “vir my kinders.”
29. **Ek is baie** “lief vir my kinders.”
30. **Ek wens ek kon vir my gewese huweliksmaat sê** “loop en los my en die kinders net uit.”
31. **Ek verbeel my soms** “sy het die emmer geskop.”

32. **My Pa** “*is altyd daar vir my.*”
33. **My kind/ers** “*is alles.*”
34. **Dit is my skuld** “*dat die kinders swaarkry.*”
35. **Ek kan nie verstaan** “*hoekom nie?*”
36. **Ek verlang** “*na die dae wat Ma en Pa vir my sorg.*”
37. **My huwelikslewe** “*total [sic] mislukking.*”
38. **Toe ek nog ‘n kind was** “*sonder worries.*”
39. **Ek voel teleurgesteld** “*in alles wat met my gebeur.*”
40. **Ek voel alleen** “*somtyds.*”
41. **Ek vind dit moeilik** “*om met my dogtertjie te praat.*”
42. **My werk** “*gaan agteruit.*”
43. **Ek voel skaam** “*oor my egskeiding.*”
44. **My behuising** “*moes verkoop.*”
45. **Naweke** “*spandeer ek ten volle aan my kinders.*”
46. **Ek slaap** “*min.*”
47. **Ek voel magteloos** “*min geld.*”
48. **My eetlus** “*so-so.*”
49. **Egskeiding** “*nooit weer nie.*”

Vanuit deelnemer vier se response op die onvoltooide sinne blyk dit of hy moontlik onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) met betrekking tot sy egskeiding ervaar (vgl. onvoltooide sinne: nommers 9, 18, 30, 31, 35, 37, 39, 43 en 49). Na aanleiding van deelnemer vier se skriftelike response (vgl. onvoltooide sinne: nommers 18 en 34) wil dit voorkom of hy homself verwyf (vgl. 6.3.8) vir sy kinders se “*swaarkry*”. Hy het waarskynlik vanweë introjekte (vgl. 2.3.5.1) deurdat, hy gespot is en nooit sukses kon behaal nie (vgl. onvoltooide sinne: nommers 10, 11, 12 en 27) nie goed oor homself gevoel nie. Deelnemer vier het ‘n behoefte aan meer geld ervaar vanweë sy swak finansiële posisie (vgl. onvoltooide sinne: nommers 5, 24, 44 en 47) – wat ‘n kenmerkende gevolg van egskeiding blyk te wees (vgl. 6.6).

Na die voltooiing van die onvoltooide sinnetoets (vgl. 4.10.3) het deelnemer vier sy bewuswording, naamlik “*Die toekoms lyk nog duister*” by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) met die groep gedeel. Sy onsekerheid kan moontlik aan ‘n gebrek aan selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) toegeskryf word, deurdat hy oënskynlik ‘n gebrek aan beheer (vgl. 3.8.2.3) ervaar het.



➤ **DEELNEMER VYF**

1. **Ek hou van** “*my seun [Willie].*”
2. **Die gelukkigste oomblik** “*was toe ek [Willie] kon vashou.*”
3. **Voor ek snags aan die slaap raak dink ek** “*aan môre en wat kan lekker wees.*”
4. **Ek wil baie graag** “*my kind alles gee.*”
5. **Ek voel** “*verneder, verneuk, gebruik.*”
6. **My vriende** “*laat my in die steek.*”
7. **Mense** “*dra maskers.*”
8. **Ek vererg my** “*vir ‘n vuil badkamer.*”
9. **My grootste vrees** “*is dat my kind iets kan oorkom.*”
10. **Ek kon nog nooit** “*bestuur nie.*”
11. **Toe ek jonger was** “*het ek gedroom.*”
12. **Ek sal nooit vergeet** “*die dag van my egskeiding.*”
13. **Ek word kwaad** “*wanneer ek [Gert] sien.*”
14. **My grootste bekommernis is** “*wat word van my ouers.*”
15. **Ek wonder soms** “*hoe sal dit wees om ryk te wees.*”
16. **Ek voel hartseer** “*want ek kan nie vergeet nie.*”
17. **As ek dinge kon verander** “*sal ek dit weer doen, net doodseker maak.*”
18. **Dit pla my** “*as ek iets verkeerd gedoen het.*”
19. **Ek verkies** “*my God bo alles.*”
20. **Wat ek nodig het** “*is ‘n lang vakansie.*”
21. **Mense wat nie van my hou nie** “*moet vlieg en ken my nie.*”
22. **Ek het geen tyd vir** “*agterbakse mense nie.*”
23. **Ek wens** “[*Willie*] *kon ‘n ander pa gehad het.*”
24. **My finansies** “*is ‘n ramp.*”
25. **Ek is spyt** “*dat ek nie dieper kon kyk nie.*”
26. **My Ma** “*is vir my kosbaar.*”
27. **Ek haat** “*egskeiding.*”
28. **Ek is jammer** “*dat my kind alles moes deurmaak.*”
29. **Ek is baie** “*teruggetrokke.*”
30. **Ek wens ek kon vir my gewese huweliksmaat sê** “*gaan bly sover as moontlik weg van ons.*”
31. **Ek verbeel my soms** “*ek is sonder probleme.*”

32. **My Pa** “*is my kind se 2 de Pa.*”
33. **My kind** “*is kosbaarste.*”
34. **Dit is my skuld**, “*dat [Gert] geloop het.*”
35. **Ek kan nie verstaan** “*hoekom ek skuldig voel nie.*”
36. **Ek verlang** “*na my 1ste liefde.*”
37. **My huwelikslewe** “*was sleg.*”
38. **Toe ek nog ‘n kind was** “*gedroom van sprokieshuwelik.*”
39. **Ek voel teleurgesteld** “*in my vriende.*”
40. **Ek voel alleen** “*wanneer ek in my bed is.*”
41. **Ek vind dit moeilik** “*om my kind te laat gaan.*”
42. **My werk** “*is baie belangrik.*”
43. **Ek voel skaam** “*om partykeer in straat te loop.*”
44. **My behuising** “*is nie soos dit moet nie.*”
45. **Naweke** “*wil ek my kind hê.*”
46. **Ek slaap** “*glad nie goed nie.*”
47. **Ek voel magteloos** “*as [Willie] by sy pa [Gert] is.*”
48. **My eetlus** “*word meer, meer, meeer [sic]!*”
49. **Egskeiding** “*wil nie weer deurmaak nie.*”

Vanuit deelnemer vyf se response op die onvoltooide sinne blyk dit of sy moontlik ‘n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) met betrekking tot haar egskedding ervaar het (vgl. onvoltooide sinne: nommers 5, 12, 13, 16, 27, 30, 34, 37 en 49). Na aanleiding van deelnemer vyf se skriftelike response (vgl. onvoltooide sinne: nommers 5, 16, 34 en 35) wil dit voorkom of haar gevoelens, naamlik vernedering, misbruik, hartseer, asook skuldgevoelens, ooreenstemming toon met wat in die literatuurstudie bevind is (vgl. 6.3.8). Haar ervaring dat haar vriende haar in die steek gelaat het (vgl. onvoltooide sinne: nommers 6 en 39) stem ook ooreen met 6.3.6 wat in die literatuurstudie bevind is. In die lig gesien van deelnemer vyf se respons **Mense wat nie van my hou nie** “*moet vlieg en ken my nie*” kan afgelei word dat sy waarskynlik, soos in die literatuurstudie (vgl. 6.3.6) bevind, haar nie bekommer het oor wat ander individue van haar dink nie. Haar swak finansiële posisie (vgl. agtergrondinligting, 8.1.5 en onvoltooide sinne: nommer 24) toon ooreenstemming met wat in die literatuurstudie (vgl. 6.6) bevind is, deurdat egskedding finansiële implikasies vir veral die vrou inhou.

Deelnemer vyf het by wyse van die rondte-tegnielk (vgl. 4.1) haar bewustheid, naamlik “As ek nie oopmaak nie, kan ek nie weer heelmens word nie” in die groep gedeel. Sy het waarskynlik deur haar bewustheid besef dat sy verantwoordelikheid vir haar eie lewe moes neem, ten einde as ‘n selfondersteunenede (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenheid te funksioneer .

➤ **DEELNEMER SES**

1. **Ek hou van** “*werk en besig bly.*”
2. **Die gelukkigste oomblik** “*daar was baie.*”
3. **Voor ek snags aan die slaap raak dink ek** “*aan God want ek wil nooit sonder Hom wees nie.*”
4. **Ek wil baie graag** “*sukksesvol wees.*”
5. **Ek voel** “*baie vir mense.*”
6. **My vriende** “*sal ek nooit vergeet.*”
7. **Mense** “*is vir my belangrik.*”
8. **Ek vererg my** “*vir mense wat niks vir ander voel.*”
9. **My grootste vrees** “*sal ek nie alleen dra maar aan Hom opdra.*”
10. **Ek kon nog nooit** “*‘n ‘vreeslike party animal’ wees.*”
11. **Toe ek jonger was** “*altyd positief en gelukkig.*”
12. **Ek sal nooit vergeet** “*hoe gelukkig ons was.*”
13. **Ek word kwaad** “*vir hom omdat hy so selfsugtig is.*”
14. **My grootste bekommernis is** “*my middelste kind.*”
15. **Ek wonder soms** “*hoekom?*”
16. **Ek voel hartseer** “*want ons is nie meer volle gesin.*”
17. **As ek dinge kon verander** “*sou dit wonderlik wees maar dit is nou onmoontlik.*”
18. **Dit pla my** “*dat ek dalk alleen gaan oud word.*”
19. **Ek verkies** “*die lewe soos dit nou is.*”
20. **Wat ek nodig het** “*sal God voorsien.*”
21. **Mense wat nie van my hou nie** “*hierdie vrou.*”
22. **Ek het geen tyd vir** “*mense wat huwelike laat verbrokkel.*”
23. **Ek wens** “*ek kan weer op ‘n plaas bly.*”
24. **My finansies** “*ek sal dit hanteer.*”
25. **Ek is spyt** “*oor niks want ek het alles probeer.*”

26. **My Ma** “*sy is vir my belangrik.*”
27. **Ek haat** “*niemand nie.*”
28. **Ek is jammer** “*vir hom as sy oë moet oop gaan.*”
29. **Ek is baie** “*seker dat egskeiding ‘n fout is.*”
30. **Ek wens ek kon vir my gewese huweliksmaat sê** “*ek het gedoen soos ek gesê het ek loop vorentoe.*”
31. **Ek verbeel my soms** “*dit is nie die einde van die verhaal.*”
32. **My Pa** “*was kalm en beheerst [sic].*”
33. **My kind/ers** “*is vir my alles.*”
34. **Dit is my skuld** “*as ek foute maak in die lewe.*”
35. **Ek kan nie verstaan** “*dat dit alles vir hom niks beteken nie.*”
36. **Ek verlang** “*na die plaas.*”
37. **My huwelikslewe** “*was gelukkig tot hy op die verkeerde pad gegaan het.*”
38. **Toe ek nog ‘n kind was** “*was ek baie gelukkig.*”
39. **Ek voel teleurgesteld** “*ek het my motorfiets leerling lisensie gedop.*”
40. **Ek voel alleen** “*soms.*”
41. **Ek vind dit moeilik** “*om te verstaan hoe hy nou dink.*”
42. **My werk** “*is belangrik ek sal dit goed doen.*”
43. **Ek voel skaam** “*nie oor ek geskei is ek kon niks daaraan doen.*”
44. **My behuising** “*baie goed.*”
45. **Naweke** “*baie saam my kinders.*”
46. **Ek slaap** “*maar eintlik sleg.*”
47. **Ek voel magteloos** “*sonder die Here.*”
48. **My eetlus** “*goed.*”
49. **Egskeiding** “*in my geval is die laaste ding wat ek ooit gedink het sal met my gebeur.*”

Vanuit deelnemer ses se response op die onvoltooide sinne (vgl. nommers 12, 13, 15, 16, 18, 21, 22, 28, 29, 35, 37 en 49) wil dit voorkom of sy moontlik ‘n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) met betrekking tot haar egskeiding ervaar het. Sy het waarskynlik vanuit stadium ses, naamlik moraliteit van individuele gewetensbeginsels (vgl. 6.3.7) gefunksioneer, deurdat mense vir haar belangrik was (onvoltooide sinne, vgl. nommers 5, 7 en 8), sy teen egskeiding gekant was (onvoltooide sinne, vgl. nommer 29) en sterk Christelike beginsels (onvoltooide sinne, vgl. nommers 3, 9, 20 en 47) gehad het. Hieruit kan afgelei word dat

deelnemer ses waarskynlik in staat was om haar eie beginsels te vorm en voorskrifte vanuit die samelewing te evalueer en slegs dit te assimileer (vgl. 2.3.5.1) wat ooreenstemming met haar eie waardes en beginsels getoon het. Na aanleiding van die literatuurstudie (vgl. 6.3.7) kon deelnemer ses haarself waarskynlik veroordeel het en moontlike skuldgevoelens ervaar het, deurdat haar gewese huweliksmaat besluit het om van haar te skei en sy derhalwe nie volgens haar eie beginsels, naamlik dat dit verkeerd was om te skei, kon optree nie.

Deelnemer ses het by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) in die groep erken dat die onvoltooide sinnetoets haar in kontak met haar onbewuste pyn/seer gebring het. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik by wyse van die onvoltooide sinnetoets (vgl. 4.10.3) bevorder.

#### **8.2.1.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek**

Die pendeltegniek (vgl. 4.6) is saam met die fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) benut, ten einde deelnemers se sensoriese bewustheid (vgl. 3.8.1) te bevorder, hulle te bemagtig (vgl. 3.8.2.2), hulle te leer ontspan (vgl. 4.8) en hulleself te vertroetel (vgl. 3.8.4). Deelnemers het positief aan die aktiwiteit deelgeneem en was in staat om vir hulleself 'n veilige plek te fantaseer, te teken en by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer in die groepopset te gee ten opsigte van hulle veilige plek. Deelnemer een se veilige plek was 'n bekende plek waar sy kort vantevore was, naamlik Houtbaai. (Vgl. Bylae 4.4: Deelnemer een se veilige plek.) Deelnemer twee se veilige plek was by sy huis, rustig voor die vuur. (Vgl. Bylae 4.5: Deelnemer twee se veilige plek.) Deelnemer drie het haar veilige plek in 'n woud gefantaseer (vgl. Bylae 4.6: Deelnemer drie se veilige plek.), terwyl deelnemer vier sy veilige plek (vgl. Bylae 4.7: Deelnemer vier se veilige plek) as 'n verlate eiland waar daar rus en vrede sonder 'n selfoon was, gefantaseer het. Deelnemer vyf se veilige plek was by die see (vgl. Bylae 4.8: Deelnemer vyf se veilige plek) en deelnemer ses het 'n uitgestrekte landskap met 'n paar skapies (vgl. Bylae 4.9: Deelnemer ses se veilige plek) as haar veilige plek gefantaseer. Deelnemers is gemotiveer om in hulle gedagtes na hulle veilige plek te gaan, wanneer hulle bekommerd en bang gevoel het of gevoel het dat dinge vir hulle te veel geword het.

#### **8.2.1.6 Aktiwiteit ses: Keuse en oortrek van joernale**

Die sesde aktiwiteit het die kies en oortrek van joernale behels. Vanweë 'n gebrek aan tyd het deelnemers vir hulleself 'n joernaal gekies en is gesamentlik besluit om die oortrek daarvan tot die volgende sessie te laat oorstaan. Deelnemers was in staat om vinnig vir

hulleself 'n gekleurde joernaal te kies en was bereid om onderling uit te ruil om sodoende 'n joernaal van hulle gunstelingkleur te bekom.

Vanuit deelnemers se response op die onvoltooide sinnetoets kan afgelei word dat al die deelnemers onvoltooidhede ten opsigte van hulle egskeidings ervaar het. Deelnemers een, drie, vier en vyf het in ooreenstemming met wat in die literatuurstudie bevind is, hulleself na aanleiding van hulle egskeidings in swak finansiële posisies bevind. 'n Afleiding word gemaak dat die gestelde doelstellings ten opsigte van sessie een bereik is, deurdat positiewe kontakmaking tussen die gestaltgroepleier en deelnemers bewerkstellig is, 'n positiewe verhouding tussen deelnemers gekataliseer is, wedersydse verwagtinge gestel is en deelnemers deur middel van onvoltooide sinne (vgl. 4.10.3) in staat gestel is om met moontlike onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in hulle lewens kontak te maak. Deelnemers is van joernale voorsien en groepinteraksie (vgl. 3.2.2) is ten spyte van 'n gebrek aan tyd om hulle joernale saam oor te trek, wel bevorder. Deelnemers is deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) na 'n fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) gelei waar hulle sensoriese bewustheid (vgl. 3.8.1) waarskynlik bevorder is en hulle moontlik geleer het om te ontspan en hulleself te vertroetel (vgl. 3.8.4). Sowel die groep as deelnemers twee, drie, vier, vyf en ses het waarskynlik vanuit die vals laag (vgl. 3.6.1.1) gefunksioneer, deurdat oppervlakkige kommunikasie voorgekom het en werklike kontakmaking nog ontbreek het. Deelnemer een het waarskynlik vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat sy moeg, moedeloos en verward gevoel het en 'n gebrek aan selfondersteuning (vgl. 3.3.2 en 3.8.2) en energie ervaar het. Deelnemers en die groep se funksionering ten opsigte van Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose tydens die eerste groepwerksessie word soos volg in tabelvorm weergegee.

**TABEL 8: DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE**

DEELNEMERS:	1	2	3	4	5	6	Groep
Vals laag							
Fobiese laag							
Impasselaag							
Implosiewe laag							
Eksplosiewe laag							

**8.2.2 Gestaltgroepwerksessie twee: Sensoriese en liggaamlike kontakmaking. Tema – *Ek maak kontak met my sintuie en liggaam***

Gestaltgroepwerksessie twee het ten doel gehad om deelnemers met behulp van sensoriese en 'n asemhalings- en ontspanningsoefening (vgl. 4.8) in staat te stel om kontak met hulleself en die omgewing te maak (vgl. 2.3.5), ten einde hulle vermoë tot 'n sterk sin vir die self (vgl. 3.8.2) en emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) te bevorder (vgl. 7.3.2). Deelnemers het aanvanklik geleentheid gekry om in pare hulle joernale oor te trek, waarna tot groepwerksessie twee se vyf sensoriese aktiwiteite en 'n liggaamsbewustheid- en asemhalingsoefening (vgl. 4.8) oorgegaan is. Deelnemers se reaksie op sessie twee se ses aktiwiteite word voorts in tabelvorm weergegee. Deelnemer vyf was tydens die sessie afwesig.

**TABEL 9: SENSORIESE EN LIGGAAMLIKE KONTAKMAKING**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 2: Aktiwiteit 1- 6</i>	<i>Deelnemers se reaksie</i> <i>(deelnemer 5 was afwesig)</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is by vyf sensoriese aktiwiteite (vgl. 4.8) betrek. Ten einde groepinteraksie (vgl. 3.2.3) te bevorder moes deelnemers in pare wat na elke aktiwiteit moes verander, saamwerk en by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) aan die groter groep terugvoer gee. Tydens die vyf aktiwiteite moes deelnemers:		Groepinteraksie (vgl. 3.2.3) is oënskynlik positief deur middel van die vyf sensoriese aktiwiteite bevorder, deurdat deelnemers tydens die aktiwiteite spontaan verbaal en nieverbaal (deur byvoorbeeld die aangee van proe/tas/ruikobjekte) met mekaar gekommunikeer het.

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 2: Aktiwiteit 1- 6</b>	<b>Deelnemers se reaksie (deelnemer 5 was afwesig)</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<b>Luister</b> na 'n musieksnit en die volgende geluide identifiseer: voëls, krieke, donderweer, reën/waterval, 'n kitaar/harp, blaas-horing, panfluit, viool en 'n klavier. (Vgl. Bylae 5.1: Kontakstimuleringsaktiwiteite.)	Deelnemers 1, 2, 3 en 4 was in staat om 7 van die 9 geluide te hoor en te identifiseer. Deelnemer 6 was slegs in staat om 5 van die 9 geluide te hoor en te identifiseer. Laasgenoemde deelnemer het spontaan erken dat sy sedert haar egskeiding konsentrasieprobleme ondervind het.	Deelnemers 1, 2, 3, 4 en 6 sou waarskynlik vanweë hulle onermoë om hulle gehoorsintuie ten volle te benut, probleme kon ondervind om met hulle onderdrukte gevoelens in kontak te kom (vgl. 3.8.1.2)
<b>Proe</b> aan verskeie soet, suur, sout en bitter objekte. (Vgl. 4.2.4.2 en Bylae 5.1: Kontakstimuleringsaktiwiteite.) Deelnemers het soos volg in pare saamgewerk: → Deelnemers 1 en 4 → Deelnemers 2 en 3 → Deelnemer 6 en die groepleier (deelnemende deelnemer, vgl. 7.2.1.2)	Al die deelnemers was in staat om tussen soet, suur, sout en bitter smake te onderskei en te meld of hulle daarvan gehou het al dan nie.	Deelnemers was in staat om deur middel van hulle smaak-sintuie kontak met hulleself en die omgewing te maak (vgl. 4.8). Laasgenoemde toon dus ooreenkoms met wat in die literatuurstudie (vgl. 6.3.1) bevind is, naamlik dat individue se smaaksintuie in die vroeë volwassefase doeltreffend behoort te funksioneer. Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik deur die aktiwiteit bevorder.
<b>Kyk</b> na 'n wit bladsy met 'n verskuilde woord, naamlik "LYF" en beskryf dit. (Vgl. Bylae 5.2: "LYF".)	Al vyf deelnemers was in staat om die verskuilde woord as losstaande objekte te beskryf, maar slegs deelnemers 2 en 4 was in staat om die verskuilde woord, naamlik "LYF" te identifiseer.	Alhoewel al die deelnemers nie die verskuilde woord kon identifiseer nie, was hulle wel in staat om met hulle sigsintuie kontak met hulleself en met die omgewing te maak, deurdad hulle die verskuilde woord deeglik as losstaande objekte kon sien en beskryf.
<b>Ruik</b> aan verskillende reukbotteltjies. (Vgl. 4.2.4.5 en Bylae 5.1: Kontakstimuleringsaktiwiteite.) Deelnemers moes meld van watter reuke hulle gehou en nie van gehou het nie en motiverings daarvoor gee. Deelnemers het tydens die ruik-aktiwiteit soos volg in pare saamgewerk: → Deelnemers 1 en 3 → Deelnemers 2 en 6 → Deelnemer 4 en die groepleier (deelnemende deelnemer, vgl. 7.2.1.2)	Al vyf deelnemers was in staat om tussen die verskillende reuke te onderskei, te meld of hulle daarvan gehou het, al dan nie en hulle response te motiveer.	Al die deelnemers was in staat om deur middel van hulle reuksintuie kontak met hulleself en die omgewing te maak (vgl. 4.8). Laasgenoemde toon dus ooreenkoms met wat in die literatuurstudie (vgl. 6.3.1) bevind is, naamlik dat individue se reuksintuie in die vroeë volwasse fase doeltreffend behoort te funksioneer. Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik deur die aktiwiteit bevorder.



<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 2: Aktiwiteite 1- 6</i>	<i>Deelnemers se reaksie (deelnemer 5 was afwesig)</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<p><b>Vat</b> aan objekte van verskillende teksture naamlik, sag, hard, grof en glad. (Vgl. 4.2.4.4 en Bylae 5.1: Kontakstimuleringsaktiwiteite.) Deelnemers moes die objekte beskryf en meld waaraan dit hulle laat dink het. Deelnemers het tydens die aktiwiteit soos volg in pare saamgewerk:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Deelnemers 1 en 2</li> <li>→ Deelnemers 4 en 6</li> <li>→ Deelnemer 3 en die groepleier.</li> </ul>	<p>Al vyf deelnemers het aan die verskillende tekstuur objekte gevat en was in staat om tussen grof, glad, sag en hard te onderskei en te meld waaraan die objekte hulle laat dink het.</p>	<p>Deelnemers was in staat om deur middel van hulle tassintuie kontak met hulleself en die omgewing te maak (vgl. 4.8). Laasgenoemde toon dus ooreenkoms met wat in die literatuurstudie (vgl. 6.3.1) bevind is, naamlik dat individue se tassintuie in die vroeë volwasse fase doeltreffend behoort te funksioneer. Hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik deur die aktiwiteit bevorder.</p>
<p><b>Aktiwiteit ses: liggaamsbewustheid en asemhalingsoefening (vgl. 4.8).</b></p>	<p>Deelnemers het positief aan die liggaamsbewustheid en asemhalingsoefening deelgeneem. Deelnemer 3 het spontaan gemeld dat sy met die ontspanningsoefening van die vorige week geëksperimenteer het en meer ontspanne na afloop daarvan gevoel het.</p>	<p>Deelnemers se liggaamsbewustheid en asemhaling (vgl. 4.8) is moontlik deur middel van dié aktiwiteit bevorder, aangesien hulle na afloop daarvan meer ontspanne voorgekom het.</p>
<p><b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b></p>	<p>'n Ontspanne en vrolike groepatmosfeer het geheers, deurdat deelnemers dikwels gelag en spontaan verbaal en nieverbaal deur, byvoorbeeld die aangee van proe-/tas-/ruikobjekte, met mekaar gekommunikeer het.</p>	<p>Groepinteraksie (vgl. 3.2.3) is oënskynlik tydens sessie 2 bevorder deurdat deelnemers geleentheid gekry het om die vyf sensoriese stimuleringsaktiwiteite telkens saam met iemand anders uit te voer, gemaklik in mekaar se teenwoordigheid voorgekom het en positief aan die aktiwiteite deelgeneem het. Die groep het waarskynlik vanuit die <b>vals laag</b> (vgl. 3.6.1.1) gefunksioneer, deurdat oppervlakkige kommunikasie voorgekom het en ware kontakmaking nog ontbreek het.</p>

Deelnemers is na afloop van sessie twee versoek om met die liggaamsbewustheid- en asemhalingsoefening (vgl. 4.8) tuis te gaan eksperimenteer en vier foto's van hulleself, naamlik as baba, laerskoolkind, hoërskoolkind en volwassene na die volgende groepwerksessie saam te bring.

Vanuit bogenoemde tabel wil dit voorkom asof groepwerksessie twee se doelstelling en doelwitte bereik is, deurdat al die aktiwiteite wat op deelnemers se sensoriese en liggaamlike kontakmaking gerig was, positief deur hulle uitgevoer is. Groepinteraksie is bevorder deurdat deelnemers geleentheid gekry het om in pare wat deurentyd gewissel het, saam te werk. Sowel die groep as deelnemers twee, drie, vier, vyf en ses het waarskynlik vanuit die vals laag (vgl. 3.6.1.1) gefunksioneer, deurdat oppervlakkige kommunikasie voorgekom het en werklike kontakmaking nog ontbreek het. Deelnemer een het waarskynlik nog vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, aangesien dit wou voorkom of sy nog 'n gebrek aan selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en energie ervaar het. Deelnemers en die groep se groei deur die lae van neurose (vgl. 3.6.1) word voorts in tabelvorm weergegee.

**TABEL 10: DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE**

<b>DEELNEMERS:</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>Groep</b>
<b>Vals laag</b>							
<b>Fobiese laag</b>							
<b>Impasselaag</b>							
<b>Implosiewe laag</b>							
<b>Eksplosiewe laag</b>							

### **8.2.3 Gestaltgroepwerksessie drie: Sin vir die self. Tema – Ek stel myself voor**

Groepwerksessie drie het ten doel gehad om deelnemers se sin vir die self (vgl. 3.8.2) deur middel van vyf geselekteerde aktiwiteite te bevorder, ten einde kontakmaking met hulleself en die omgewing te bevorder en hulle in staat te stel om uiting aan hulle onderdrukte gevoelens te gee (vgl. 3.8.3). Deelnemer ses was tydens die sessie afwesig. Voorts word 'n beskrywing gebied ten opsigte van die verloop van sessie drie.

#### **8.2.3.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Aktiwiteit een het die benutting van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) behels, ten einde deelnemers se bewustheid (vgl.1.9.1) met aanvang van die groepwerksessie te bevorder (vgl. 7.3.3.1). Resultate van die aktiwiteit word voorts in tabelvorm weergegee.

**TABEL 11: SESSIE 3 (AKTIWITEIT 1)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 3: Aktiwiteit 1</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) te meld hoe hulle op daardie oomblik voel.	<b>Deelnemer 1</b> het moeg en tam gevoel. Sy was vir 'n besigheidstransaksie na Lesotho en het later daarvandaan vertrek as wat sy beplan het. Haar liggaamshouding het moeg voorgekom.	Al die deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder deurdat hulle by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) in staat gestel is om op hulle gevoelens in die hier en nou te fokus.
<b>Deelnemer 2</b>	<b>Deelnemer 2</b> het baie rustig en ontspanne gevoel, omrede hy reeds met vakansie was en die volgende dag see toe sou vertrek. Sy liggaamshouding het ontspanne voorgekom.	
<b>Deelnemer 3</b>	<b>Deelnemer 3</b> het goed gevoel en het oogkontak met die groep gemaak en geverbaliseer ten opsigte van 'n kollega se negatiewe optrede. Haar liggaamshouding het ontspanne voorgekom.	
<b>Deelnemer 4</b>	<b>Deelnemer 4</b> het gevoel dat hy 'n vakansie nodig het. Hy was moeg na die dag se harde werk. Sy liggaamshouding het ontspanne voorgekom.	
<b>Deelnemer 5</b>	<b>Deelnemer 5</b> het rustig gevoel na afloop van haar vorige week se vakansie by die see. Dit het vir haar gevoel of haar probleme en swaarkry van die afgelope 15 jaar na die week se vakansie by die see verdwyn het.	
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	'n Ontspanne en vrolike groep-atmosfeer het geheers, deurdat deelnemers dikwels gelag en oppervlakkig met mekaar gekommunikeer het.	Groepinteraksie (vgl. 3.2.3) is waarskynlik bevorder deurdat deelnemers op 'n spontane en oppervlakkige wyse gekommunikeer het.

### 8.2.3.2 Aktiwiteit twee: Selfbeskrywing

Die tweede aktiwiteit het die benutting van deelnemers se foto's van hulleself/selfbeskrywing (vgl. 3.8.2.1) behels, ten einde selfbewustheid (vgl. 1.9.1) deur selfdefiniëring (vgl. 3.8.2.1) te bevorder en moontlike introjekte (vgl. 2.3.5.1) in deelnemers se lewens te identifiseer (vgl. 7.3.3.2). Die aktiwiteit het soos volg verloop.

**TABEL 12: SESSIE 3 (AKTIWITEIT 2)**

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 3: Aktiwiteit 2</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b> <b>(Deelnemer 6 was afwesig)</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>Deelnemers is versoek om in pare te verdeel en hulleself met of sonder foto's met verwysing na hulle baba-, laerskool-, hoërskool- en volwasse jare (hede) te beskryf (vgl. 3.8.2.1 en Bylae 6.1: Selfbeskrywing.) Deelnemers moes voorts by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) in die groter groep meld hoe hulle op daardie oomblik oor hulleself voel.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> was 'n ronde, vet, mooi babatjie met swart hare. Sy is as laerskoolkind gespot vanweë haar vroeë liggaamlike ontwikkeling. As adolessent was sy vet, skaam en teruggetrokke. Sy was ten tye van die sessie tevrede met haar voorkoms en het geverbaliseer dat sy nie omgee “<i>wie wat sê nie</i>”. Die uiterlike was vir haar minder belangrik.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder deurdat sy haarself aanvaar het. Sy was oënskynlik in kontak met haarself deurdat sy sonder die benutting van 'n kontakgrensversteuring, soos introjeksie (vgl. 2.3.5.1), kon assimileer (vgl. 2.3.5.1) wat aanvaarbaar van haar was.</p>
<p><b>Deelnemer 2</b></p>	<p><b>Deelnemer 2</b> was 'n baie soet, vet baba wat 5,2 kilogram by geboorte geweeg het. Hy het hom as 'n baie slim en sportiewe laerskoolkind beskryf. Op hoërskool was hy baie fiks en goed gebou. Deelnemer 2 het op 'n humoristiese wyse homself in die hede as onfiks en vetter beskryf. Sy gewigstoename het hom egter nie gepla nie. Hy het gehou van sy mooi oë en voete.</p>	<p><b>Deelnemer 2</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder deurdat hy in staat was om homself te definieer (vgl. 3.8.2.1). Deelnemer 2 het moontlik vanuit sy <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer deurdat hy voorgegee het dat sy gewigstoename hom nie pla nie, terwyl hy sy “<i>gewigsprobleem</i>” tydens sessie nege as 'n uitdaging gestel het (vgl. 8.1.9.2).</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 3: Aktiwiteit 2</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b> <b>(Deelnemer 6 was afwesig)</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<b>Deelnemer 3</b>	<p><b>Deelnemer 3</b> was 'n koliekbaba met "ronde gepofde wange en woeste hare". Sy het haar laerskooljare "gehaat", omrede sy disleksies was en baie gesukkel het op skool. Sy is tydens haar hoërskooljare, wat sy "gehaat" het, deur seuns as kort en dik beskou. Deelnemer 3 het egter in dié hier en nou goed gevoel oor haarself deurdat sy baie gewig verloor het. Sy was tevrede met haarself en het haar nie meer aan ander se opinies ten opsigte van haar voorkoms gesteur nie. Haar oë en lippe was vir haar mooi.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> het waarskynlik vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer, aangesien sy moontlik voorgegee dat sy tevrede met haar liggaam was, terwyl sy tydens sessie een by wyse van die onvoltooide sinne (nommer 43) gemeld het dat sy skaam vir haar liggaam was. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder deurdat sy in staat was om haarself te definieer. Sy het in ooreenstemming met wat in die literatuurstudie (vgl. 6.3.6) bevind is gereageer deur haar in die vroeë volwasse fase nie te bekommer oor wat ander van haar dink nie.</p>
<b>Deelnemer 4</b>	<p><b>Deelnemer 4</b> is met gebrekkige voete ("klompvoete") gebore. Hy is op laerskool en hoërskool oor sy gebrek gespot. Na afloop van 'n reeks operasies kon hy begin dans en rugby speel. Deelnemer 4 was in dié hier en nou tevrede met sy liggaam, veral omrede sy gebrek na afloop van die operasies minder opsigtelik was en hy positief deur sy mededeelnemers aanvaar is. Hy het terselfdertyd geverbaliseer dat hy graag gewig wou verloor.</p>	<p><b>Deelnemer 4</b> het oënskynlik met 'n introjek (vgl. 2.3.5.1) ten opsigte van sy gebrek vanuit sy kinderjare in kontak gekom, dit geassimileer en besef dat hy as volwassene in die hier en nou aanvaarbaar was. Alhoewel hy geverbaliseer het dat hy in die hier en nou met sy liggaam tevrede was, wou hy tog gewig verloor, wat waarskynlik daarop kon dui dat hy homself nie werklik aanvaar het nie en derhalwe voorgegedrag openbaar het.</p>

Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 3: Aktiwiteit 2	Deelnemers/groep se reaksie (Deelnemer 6 was afwesig)	Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon
<b>Deelnemer 5</b>	<b>Deelnemer 5</b> het haarself as 'n baie mooi baba beskryf wat almal graag wou vashou. Sy het haar laerskooljare geniet en het aan baie sportsoorte deelgeneem. Sy het egter op hoërskool “uit gevoel”, was eensaam en is deur die kinders vanweë haar liggaamsbou geterg en gespot. Deelnemer 5 sou graag in die hier en nou gewig wou verloor om beter te voel en te lyk. Sy het in die hier en nou soos 'n nuwe mens gevoel: <i>“Ek voel soos 'n nuwe mens, die ou slegte dinge is verby, bv. egskeiding, verkeerde vriende en uit dit kan ek leer en nie dieselfde foute maak nie.”</i>	<b>Deelnemer 5</b> het waarskynlik vanweë 'n introjek (vgl. 2.3.5.1) wat sy sedert haar hoërskooljare ten opsigte van haar liggaamsbou ervaar het, dit moeilik gevind om haarself (oorgewig) in die hier en nou te aanvaar. Sy het moontlik met 'n polariteit (vgl. 2.3.6) ten opsigte van haar egskeiding in kontak gekom, deurdat sy bewus geword het van die slegte dinge van die verlede teenoor 'n beter hede.
<b>Obsevasie ten opsigte van groepvlak</b>	Die groep het tydens die aktiwiteit ontspanne voorgekom en het dikwels gelag. Deelnemers het op 'n spontane wyse gekommunikeer ten opsigte van hulle baba-, laerskool- en hoërskooljare en hoe hulle op daardie oomblik hulleself ervaar het.	Die groep het oënskynlik vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer deurdat kommunikasie meestal oppervlakkig was, humor en voorgegedrag voorgekom het.

### 8.2.3.3 Aktiwiteit drie: Collagewerk

Die derde aktiwiteit het collagewerk (vgl. 4.11.2.3) behels en het ten doel gehad om deelnemers se selfbewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) deur selfdefiniëring (vgl. 3.8.2.1) te bevorder en terselfdertyd hulle geleentheid te bied om mekaar beter te leer ken en rapport te bewerkstellig (vgl. 7.3.3.3). Die uitkoms van aktiwiteit drie word voorts in tabelvorm weergegee.

**TABEL 13: SESSIE 3 (AKTIWITEIT 3)**

<p><b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 3: Aktiwiteit 3</b></p>	<p><b>Deelnemers/groep se reaksie</b></p>	<p><b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b></p>
<p>Deelnemers is versoek om hulself, hulle voor- en afkeure, by wyse van 'n collage (vgl. 4.11.2.3) voor te stel en in hulle joernale aan te teken. (Vgl. Bylae 6.2: Collagewerk.) Hulle kon vanuit 'n verskeidenheid materiaal kies om hul collage te maak. Deelnemers is voorts versoek om hulleself aan die hand van hulle collagewerk by wyse van die rondte-tegniek (vgl.1.9.1) in die groep te definieer. Hulle is deurentyd aangemoedig om van “ek”-stellings (vgl. 3.8.2.1) gebruik te maak.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het verlang na haar sorgvrye kinderjare toe sy geen verantwoordelikhede gehad het nie. Sy het 'n sterk behoefte gehad om net “Ma” vir haar kinders te wees, sonder om in die manswêreld vir haar en haar kinders 'n bestaan te maak. Sy was “moeg en sat” vir haar verantwoordelikhede en het gedroom van 'n ridder op sy wit perd wat haar ver van haar verantwoordelikhede sou vat, wat die lewe vir haar makliker sou maak, sodat sy net “vrou en mamma” en kind van God kon wees. Deelnemer een was so vasgevang in haar verantwoordelikhede dat sy dit moeilik gevind het om haar voor- en afkeure te verbaliseer. Met die nodige aanmoediging van die groepleier het sy geverbaliseer dat sy van die buitelewe, tuinmaak, stap en enige vorm van oefening gehou het. Sy het haar verantwoordelikhede as enigste broodwinner as die enigste afkeur in haar lewe beskou. (Vgl. Bylae 6.3 Deelnemer 1 se collage.)</p>	<p>Alhoewel <b>deelnemer 1</b> in staat was om haar behoefte, naamlik om net 'n ouer te wees en haar drome van 'n ridder op 'n wit perd te verbaliseer, het dit voorgekom of sy 'n gebrek aan selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) ervaar het, deurdadig dat sy dit sonder die groepleier se aanmoediging moeilik gevind het om haarself te definieer (vgl. 3.8.2.1). Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder toe sy bewus geword het van haar verantwoordelikhede as enigste broodwinner wat op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het en sy met haar gevoelens, naamlik “moeg en sat” in kontak gekom het.</p>
<p><b>Deelnemer 2</b></p>	<p><b>Deelnemer 2</b> het 'n behoefte gehad om saam met sy kinders by die see te wees. Hy het baie van die see, sy kinders en kosmaak gehou. Hy het niks van slange gehou nie. (Vgl. Bylae 6.4: Deelnemer 2 se collage.)</p>	<p><b>Deelnemer 2</b> was in staat om homself by wyse van “ek”-stellings te definieer. Sy bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik daardeur bevorder.</p>

Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 3: Aktiwiteit 3	Deelnemers/groep se reaksie	Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon
<b>Deelnemer 3</b>	<b>Deelnemer 3</b> het gehou van blomme, plante, die natuur, baie kleure en die warmte van 'n kaggelvuur. Sy het 'n behoefte gehad aan iemand om oomblikke mee te deel en het haarself beskryf as 'n " <i>liefdevolle mens</i> ", wat alles gee. Deelnemer 3 het nie van die " <i>diep seer</i> " in haar hart gehou nie. Sy het ook nie daarvan gehou om soos 'n vuur te brand wat verwoesting saai nie, seer te kry nie en dat haar lewe deur geld oorheers word nie. (Vgl. Bylae 6.5: Deelnemer 3 se collage.)	<b>Deelnemer 3</b> was in staat om haarself by wyse van "ek"-stellings te definieer. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik daardeur bevorder.
<b>Deelnemer 4</b>	<b>Deelnemer 4</b> het van sy werk, sy salaris en sy kinders gehou. (Vgl. Bylae 6.7: Deelnemer 4 se collage.) Hy het veral daarvan gehou as sy kinders glimlag en hy almal om hom gelukkig sien. Hy het 'n behoefte gehad om eendag na alles terug te kyk en te sit en te ontspan. Deelnemer 4 is deur die groepleier gelei om "ek"-stellings te maak deurdat hy geneig was om in die algemeen stellings te maak. Hy het byvoorbeeld geverbaliseer: " <i>As mense jou misbruik</i> ". Hy het nie gehou van die lewe wat vir hom swart, donker, onseker en 'n " <i>hel</i> " was nie. (Vgl. Bylae 6.6: Deelnemer 4 se collage.) Hy het ook nie daarvan gehou as mense vir hom jok of hom misbruik nie. Deelnemer vier was tydens dié aktiwiteit onseker en het twee keer gepoog om omgewingsteun, naamlik van die groepleier te bekom.	<b>Deelnemer 4</b> het waarskynlik 'n gebrek aan selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) ervaar, deurdat hy dit aanvanklik moeilik gevind het om homself by wyse van "ek"-stellings te definieer en gepoog het om van omgewingsteun gebruik te maak. Hy wou moontlik poog om aanvaar te word en gepas op te tree en het hom derhalwe na omgewingsteun (groepleier) gewend om vir hom te sê hoe hy moes opree (vgl. 3.6.2). Dit wou voorkom of deelnemer 4 deur die gebruik van veralgemenings defleksie (vgl. 2.3.5.5) as kontakgrensversteuring benut het om kontak met homself en die omgewing te vermy. Hy het waarskynlik vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer deurdat hy gepoog het om op te tree soos hy gereken het van hom verwag word.



<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 3: Aktiwiteit 2</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<b>Deelnemer 5</b>	<p><b>Deelnemer 5</b> het gehou van haar gesin, 'n blommetuin, die see, sand, skulpe, rustigheid, naaldwerk, brei, om mooi te lyk en haarself goed te versorg. Sy het 'n behoefte gehad aan genoeg geld ten einde vir haar en haar seun te sorg. Sy was veral bly dat sy na haar selfmoordpoging nog gelewe het. Deelnemer 5 het nie van swart, herfs, herfsblare en <i>“dinge wat knyp”</i> gehou nie. Sy wou nie meer die <i>“strooi”</i> in haar lewe hê nie en wou weer haarself wees. Sy het nie daarvan gehou om <i>“klippe te gooi”</i> of <i>“gegooi te word”</i> nie, om deur die lewe <i>“geskuur”</i> te word nie en om vet te wees nie. Die Here mag haar egter <i>“skuur”</i> soos Hy haar wou hê. (Vgl. Bylae 6.8: Deelnemer 5 se collage.)</p>	<p><b>Deelnemer 5</b> was oënskynlik in staat om haarself by wyse van <i>“ek”</i>-stellings (vgl. 3.8.2.1) te definieer. Sy het moontlik met 'n behoefte aan geld, haar bewuswording ten opsigte van haar blydskap om te leef na 'n selfmoordpoging en met 'n polariteit (vgl. 2.3.6) in haar lewe, naamlik dood teenoor lewe, in kontak gekom. Deelnemer 5 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik deur dié aktiwiteit bevorder.</p>
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	<p>Die groep het positief aan die aktiwiteit deelgeneem. Deelnemers het op 'n spontane wyse kommunikasie na mekaar begin rig. Deelnemer vyf het byvoorbeeld spontaan in die groep vertel dat sy in haar egskeidingsituasie haar na God gewend het. Sy het deelnemer een aangemoedig om dieselfde te doen. Deelnemer vier het aan die groep erken dat hy lank tevore in die kerk was. Hy kon vanweë sy gewese huweliksmaat se beskuldigings, naamlik dat hy net kerk toe gegaan het om na vrouens te kyk, homself nie sover kry om weer kerk toe te gaan nie. Al was hulle reeds geskei, was hy steeds bang vir sy gewese huweliksmaat se beskuldigings. Deelnemers het bewus geword van die feit dat hulle lewens uit sowel goed as sleg bestaan het.</p>	<p>Groepinteraksie (vgl. 3.2.2) en -kohesie (vgl. 3.2.1) is waarskynlik bevorder deurdat deelnemers kommunikasie na mekaar gerig het en op 'n spontane wyse persoonlike aangeleent-hede met mekaar begin deel het. 'n Veilige groeipatmosfeer (vgl. 3.4) het moontlik bygedra tot laasgenoemde. Deelnemers het oënskynlik met 'n polariteit (vgl. 2.3.6) in kontak gekom, naamlik dat die lewe uit goed en sleg bestaan. Hulle selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik deur die collagewerk bevorder, deurdat hulle in staat was om keuses te maak en 'n collage te bemeester (vgl. 3.8.2.2), waarvolgens hulle hulself kon definieer.</p>

### 8.2.3.4 Aktiwiteit vier: Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek

Die pendeltegniek (vgl. 4.6) is saam met die fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) benut, ten einde deelnemers geleentheid te bied om na afloop van collagewerk (vgl. 4.11.2.3 en 7.3.3.3) te ontspan, hulleself te bemagtig en te vertroetel.

**TABEL 14: SESSIE 3 (AKTIWITEIT 4)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 3: Aktiwiteit 4</i>	<i>Deelnemers se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Benutting van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2). Deelnemers is versoek om gemaklik te sit, hulle oë te sluit en sonder om verbaal te reageer aan 'n eksperiment (vgl. 4.8), wat rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9) ingesluit het, deel te neem.	Dit wil voorkom of al die deelnemers, behalwe deelnemer 1 meer ontspanne na afloop van die eksperiment was. Deelnemer 1 het in haar joernaal aangeteken dat sy dit moeilik gevind het om af te skakel, deurdat sy haastig was om by haar kinders te kom.	Deelnemers 2, 3, 4 en 5 is waarskynlik deur middel van dié aktiwiteit in staat gestel om te ontspan, hulleself te bemagtig en te vertroetel. Deelnemer 1 het dit moeilik gevind om te ontspan vanweë 'n dominante behoefte (om by haar kinders te kom) wat op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het.

### 8.2.3.5 Aktiwiteit vyf: Rondte-tegniek

Aktiwiteit vyf het die benutting van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) behels en het ten doel gehad om deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1 en Bylae 6.9: Bewuswording) na afloop van al die aktiwiteite van die groepwerksessie te bevorder (vgl. 7.3.3.5). Die aktiwiteit het soos volg verloop.

**TABEL 15: SESSIE 3 (AKTIWITEIT 5)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 3: Aktiwiteit 5</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om in hulle joernale aan te teken waarvan hulle na afloop van die aktiwiteite bewus geword het (vgl. Bylae 6.9: Bewuswording) en dit by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 1.9.1) aan die groep te deel.	<b>Deelnemer 1</b> het bewus geword van hoe deurmekaar alles vir haar was en dat sy tot die dood toe moeg was vir druk vanweë verantwoordelikhede en verpligtinge. Sy het ook bewus geword van 'n pyn, 'n "stresgevoel" in haar bors en dat sy probleme ervaar het om haar van haar verantwoordelikhede af te sluit. Haar stemtoon was sag en het moeg geklink.	<b>Deelnemer 1</b> se bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) is oënskynlik bevorder deurdat sy in kontak gekom het met die spanning wat sy in haar liggaam ervaar het en haar gevoelens, naamlik "deurmekaar en moeg". Sy het moontlik vanuit die <b>impasselaag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat sy deurmekaar en moeg gevoel het en dit voorgekom het asof sy 'n gebrek aan selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en energie ervaar het.

Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 3: Aktiwiteit 5	Deelnemers/groep se reaksie	Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon
<b>Deelnemer 2</b>	<b>Deelnemer 2</b> het bewus geword van kalmte, rustigheid en veiligheid wat hy by sy veilige plek (huis) ervaar het. Hy het tot die besef gekom dat hy bly was om “Pa” te wees.	<b>Deelnemer 2</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik bevorder deurdat hy in kontak met sy gevoel van blydschap om ‘n ouer te wees, gekom het.
<b>Deelnemer 3</b>	<b>Deelnemer 3</b> het bewus geword van die diep seer in haar hart en haar soeke na rustigheid, kalmte en genesing vir haar seer. Sy het besef dat sy niemand sou kon vertrou of naby haar toelaat alvorens sy nie “genees” het nie. Sy het ook bewus geword van ‘n behoefte om ‘n beter “Ma” vir haar kind te wees.	Deurdat <b>deelnemer 3</b> oënskynlik in kontak met sowel haar gevoelens van pyn en wantroue as haar behoefte aan rustigheid, kalmte, emosionele genesing en om ‘n beter ouer te wees gekom het, is haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik daardeur bevorder.
<b>Deelnemer 4</b>	<b>Deelnemer 4</b> het bewus geword van die feit dat hy nie alleen deur die “hel” gegaan het nie. Hy het verder tot die besef gekom dat hy vër van Jesus was, wat vir sy sondes gesterf het en hom liefgehad het.	<b>Deelnemer 4</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van die “hel” waarin hy homself bevind het, teenoor Jesus se liefde, het hom moontlik met ‘n geestelike polariteit (vgl. 2.3.6) in sy lewe in kontak gebring.
<b>Deelnemer 5</b>	<b>Deelnemer 5</b> het bewus geword van haar veilige plekkie, naamlik die hemel waar geen pyn, hartseer, dood en negatiewe dinge was nie, waarheen sy in haar verbeelding kon gaan wanneer sy gevoel het of dinge vir haar te veel geword het. Sy het ook bewus geword van spanning in haar lewe vanweë die versuiming van haar gewese huweliksmaat om haar seun se onderhoud te betaal. Deelnemer 5 het tot die besef gekom dat sy van haar probleme vergeet het terwyl sy met vakansie was, maar dat sy haar probleme net onderdruk het en dat dit steeds in haar lewe was en nie verdwyn het nie.	<b>Deelnemer 5</b> het moontlik bewus geword van ‘n polariteit (vgl. 2.3.6) in haar lewe (vrede teenoor spanning). Sy het waarskynlik integrasie (1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) bereik deur bewus te word van haar veilige plek waarheen sy in haar verbeelding kon gaan wanneer die spanning in haar lewe te veel geword het. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder deurdat sy besef het dat sy haar gevoelens onderdruk het. Dit blyk of sy vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer het, deurdat sy met die aanvang van die sessie voorgegee het dat haar probleme verdwyn het, maar teen die einde van die sessie spanning ervaar het toe sy besef het dat haar probleme nooit verdwyn het nie.

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 3: Aktiwiteit 5</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<p><b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b> Die groepleier het werk op 'n intrapersoonlike vlak (vgl. 3.2.2, 3.4 en 3.6.3) na die groepvlak uitgebrei, deur deelnemer 4 se beskrywing van sy lewe, naamlik "hel" te benut om die groep se bewustheid, rakende die lewe wat uit polariteite bestaan, te bevorder.</p>	<p>Die groep het bewus geword van die feit dat hulle probleme nie verdwyn wanneer hulle dit ignoreer of probeer onderdruk nie. Hulle het besef dat hulle in die teenswoordige (hier en nou) moes leef en dat hulle verlede in die vorm van onvoltooidhede (onderdrukte gevoelens) hulle van energie beroof het en daarvan weerhou het om aan te gaan met hulle lewens. Die groep het bewus geword van negatiewe en positiewe dinge (polariteite) in hulle eie lewens.</p>	<p>Die groep het waarskynlik integrasie (1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) bereik deur bewus te word van die lewe wat uit polariteite (vgl. 2.3.6) bestaan.</p>

Ter afsluiting van groepwerksessie drie is deelnemers versoek om met die ontspanningsoefening (vgl. 8.2.3.4) tuis te eksperimenteer. Hulle is verder versoek om hulle gunstelingmusiek, CD/kasset na die volgende byeenkoms saam te neem.

Vanuit bogenoemde kan afgelei word dat groepwerksessie drie se gestelde doelstelling en doelwitte oënskynlik bereik is, deurdat deelnemers se sin vir die self (vgl. 3.8.2) deur middel van selfbeskrywing (vgl. 3.8.2.1) en collagewerk (vgl. 4.11.2.3) bevorder is. Deelnemers se innerlike sterkte (selfondersteuning, vgl. 3.8.2) is waarskynlik bevorder deurdat hulle by wyse van collagewerk geleentheid gekry het om keuses (vgl. 3.8.2.3) te maak, 'n taak (collage) te bemeester (vgl. 3.8.2.2) en beheer (vgl. 3.8.2.3) na die voltooiing daarvan te bekom. Deur collagewerk (vgl. 4.11.2.3) is deelnemers verder in staat gestel om met moontlike polariteite (vgl. 2.3.6) wat hulle ten opsigte van hulleself ervaar het, in kontak te kom. Groepkohesie (vgl. 3.2.1) is oënskynlik bevorder deurdat deelnemers positief en op 'n spontane wyse aan die groepaktiwiteite deelgeneem het en op 'n niebedreigende wyse geleentheid gekry het om hulleself te definieer (vgl. 3.8.2.1) en mekaar beter te leer ken. Deelnemers is waarskynlik deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) in staat gestel om hulleself te bemagtig en te vertroetel. Sowel die groep as deelnemers twee, drie, vier en vyf het moontlik vanuit die fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer, deurdat voorgegedrag voorgekom het en werklike kontakmaking nog ontbreek het. Deelnemer een het waarskynlik nog vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat sy nog 'n

gebrek aan selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) ervaar het. Deelnemers en die groep se groei deur die lae van neurose (vgl. 3.6.1) word voorts in tabelvorm weergegee.

**TABEL 16: DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE**

DEELNEMERS:	1	2	3	4	5	6	Groep
Vals laag							
Fobiese laag							
Impasselaag							
Implosiewe laag							
Eksplosiewe laag							

#### **8.2.4 Sessie vier: Ontginning van aggressiewe energie en definiëring van gevoelens**

##### ***Tema – Ek kom in kontak met my energie en fokus op basiese gevoelens***

Gestaltgroepwerksessie vier (vgl. 7.3.4) het ten doel gehad om deelnemers voor te berei op emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en het die ontginning van deelnemers se aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) en die bevordering van hulle bewustheid ten opsigte van basiese gevoelens (vgl. 3.8.3) behels. Dié sessie het uit vyf aktiwiteite bestaan en het verloop soos volgens aangedui sal word. (Deelnemer twee was tydens die sessie afwesig).

##### **8.2.4.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Aktiwiteit een het die benutting van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) behels, om deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) met die aanvang van die groepwerksessie te bevorder (vgl. 7.3.4.1). Die aktiwiteit word voorts in tabelvorm bespreek.

**TABEL 17: SESSIE 4 (AKTIWITEIT 1)**

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 4: Aktiwiteit 1</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i> <i>(Deelnemer 2 was afwesig)</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p>Deelnemers is versoek om by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) te meld hoe hulle op daardie oomblik voel.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het baie opgewonde gevoel, deurdat sy 'n goeie besigheidstransaksie gekry het. Sy het oor aansienlik meer energie beskik en haar stemtoon was harder en vinniger as tydens die vorige groepwerksessie. Deelnemer een het spontaan kommunikasie na mededeelnemers gerig.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is oënskynlik bevorder deurdat sy in staat was om met haar gevoel van opgewondenheid in kontak te kom. Sy het moontlik integrasie bereik deurdat haar verbale en nieverbale gedrag ooreengekom het. In vergelyking met die vorige sessie het dit voorgekom asof deelnemer 1 meer in kontak met haarself en die omgewing (vgl. 2.3.5) was, deurdat sy in staat was om op 'n direkte, spontane wyse met mededeelnemers te kommunikeer.</p>
<p><b>Deelnemer 3</b></p>	<p><b>Deelnemer 3</b> het spontaan die groep meegedeel dat sy haar vorige werk opgegee het vir 'n eie besigheid (tuindienste en voorbereidings vir onthale). Sy het haar nuwe werk baie geniet en na aanleiding daarvan "uitstekend" gevoel. Haar liggaamshouding het ontspanne voorgekom en sy het oënskynlik oor meer energie beskik.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik bevorder deurdat sy in staat was om met haar gevoel, naamlik "uitstekend" in kontak te kom.</p>
<p><b>Deelnemer 4</b></p>	<p><b>Deelnemer 4</b> het verbaliseer dat hy nie positief of negatief voel nie. Sy liggaamshouding het ontspanne voorgekom.</p>	<p><b>Deelnemer 4</b> het moontlik deur 'n neutrale reaksie te toon gepoog om by wyse van defleksie (vgl. 2.3.5.5) ontwykend op te tree.</p>
<p><b>Deelnemer 5</b></p>	<p><b>Deelnemer 5</b> het goed gevoel. Sy het energiek en opgewek voorgekom en vrolik gelag en die groep meegedeel dat sy en haar kollegas hulle dag geniet het aangesien hulle hoof met vakansie was.</p>	<p><b>Deelnemer 5</b> was oënskynlik in kontak met haarself en die omgewing deurdat sy in staat was om direk met die groep te kommunikeer. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder aangesien sy haar gevoel kon identifiseer en verbaliseer.</p>

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 4: Aktiwiteit 1</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<b>Deelnemer 6</b>	<b>Deelnemer 6</b> het baie geïrriteerd gevoel, deurdat sy te veel verpligtinge gehad het wat haar daarvan weerhou het om voldoende tyd saam met haar kinders te spandeer. Sy was ook gespanne vanweë 'n eksamen wat sy in die nabye toekoms moes aflê. Haar liggaamshouding het geslote voorgekom deurdat sy met gekruisde arms gesit het en min oogkontak met die groep gemaak het.	Dit blyk of <b>deelnemer 6</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) bevorder is, deurdat sy in staat was om haar gevoelens (" <i>geïrriteerd en gespanne</i> ") te identifiseer en te verbaliseer. Sy het waarskynlik deur middel van defleksie (vgl. 2.3.5.5) gepoog om kontak met die omgewing te vermy, aangesien sy oogkontak vermy het.
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	Deelnemers het op 'n gemaklike wyse geverbaliseer hoe hulle op daardie oomblik voel. Alhoewel deelnemers vrae na mekaar begin rig het was hulle kommunikasie hoofsaaklik nog tot die groepleier gerig.	Die groep het moontlik gepoog om die groepleier se goedkeuring te verkry deur kommunikasie hoofsaaklik tot die betrokke groepleier te rig. Dit het voorgekom asof die groep vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer het, deurdat kommunikasie hoofsaaklik tot die groepleier (omgewingsteun) gerig is en voorgegedrag voorgekom het.

#### **8.2.4.2 Aktiwiteit twee: Klei-eksperiment**

Aktiwiteit twee het die benutting van 'n klei-eksperiment (vgl. 4.11.1 en 7.3.4.2) behels om deelnemers in staat te stel om met hulle aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) in kontak te kom, dit te ontgin en aan hulle die nodige selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bied om met hulle onderdrukte gevoelens in kontak te kom. Voorts word die resultate ten opsigte van die aktiwiteit in tabelvorm weergegee.

**TABEL 18: SESSIE 4 (AKTIWITEIT 2)**

<p><b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b>  <b>Sessie 4: Aktiwiteit 2</b></p>	<p><b>Deelnemers/groep se reaksie</b></p>	<p><b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b></p>
<p>Deelnemers is versoek om 'n stuk pottebakkersklei te kies en dit sag te maak en aan 'n klei-eksperiment (vgl. 4.11.1) deel te neem. Na afloop van die eksperiment moes deelnemers in pare hulle belewinge ten opsigte van die kleiwerk met mekaar deel en in hulle onderskeie joernale aanteken. (Vgl. Bylae 7.1: Klei-aktiwiteit.) Deelnemers het soos volg in pare saamgewerk:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Deelnemer 1 en die groepleier (deelnemende waarnemer, vgl. 7.2.1.2)</li> <li>→ Deelnemers 3 en 6</li> <li>→ Deelnemers 4 en 5</li> </ul>	<p><b>Deelnemer 1</b> het die klei-eksperiment “grillerig, maar nie afstootlik nie” ervaar. Sy het nie daarvan gehou dat die klei haar hande en naels vuil maak nie. Sy het daarvan gehou om die klei glad te maak en dit te manipuleer soos sy dit wou hê. Die kleiwerk het haar aan haar kinderjare herinner en aan haar gewese huweliksmaat wat haar altyd wou manipuleer. Deelnemer 1 het bewus geword van haar vrees en gevoel van magtelosheid toe sy aan haar gewese huweliksmaat gedink het.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder, deurdat sy in staat was om haar voor- en afkeure (selfdefiniëring) ten opsigte van die kleiwerk te verbaliseer. Deelnemer 1 het waarskynlik vanuit die <b>impasselaag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat sy magtelos gevoel het toe 'n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar gewese huweliksmaat op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het.</p>
<p><b>Deelnemer 3</b></p>	<p><b>Deelnemer 3</b> het nie daarvan gehou om die aanvanklike harde klei sag te maak nie. Dit was vir haar lekker om die klei te vorm en daaraan te voel soos toe dit nat, droog, warm en koud was. Die kleiwerk het vir haar positiewe herinneringe ingehou. Dit het haar aan haar kinderjare laat dink toe sy, haar broer en maats kleilat gegooi het.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik bevorder, deurdat sy in staat was om deur middel van haar sintuie bewus te word van haar voor- en afkeure (selfdefiniëring, vgl. 3.8.2.1) ten opsigte van die kleiwerk en dit kon verbaliseer.</p>
<p><b>Deelnemer 4</b></p>	<p><b>Deelnemer 4</b> het nie daarvan gehou om die klei sag te maak nie. Hy het daarvan gehou om die klei te misvorm en hard te gooi. Die kleiwerk het hom aan sy kinderjare herinner toe hy en sy maats kleilat gegooi het.</p>	<p><b>Deelnemer 4</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is bevorder, deurdat hy in staat was om sy voor- en afkeure (selfdefiniëring, vgl. 3.8.2.1) ten opsigte van die kleiwerk te verbaliseer.</p>
<p><b>Deelnemer 5</b></p>	<p><b>Deelnemer 5</b> het nie daarvan gehou om die klei sag en nat te maak nie en het die klei onder haar naels grillerig gevind. Sy het daarvan gehou om die klei te gooi en te vorm soos sy wou.</p>	<p><b>Deelnemer 5</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is bevorder, deurdat sy in staat was om haar voor- en afkeure (selfdefiniëring, vgl. 3.8.2.1) ten opsigte van die kleiwerk te verbaliseer.</p>



<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 4: Aktiwiteit 2</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<b>Deelnemer 5</b>		<b>Deelnemer 5</b> het waarskynlik in beheer (vgl. 3.8.2.3) gevoel, deurdat sy die klei kon vorm soos sy wou.
<b>Deelnemer 6</b>	<b>Deelnemer 6</b> het nie daarvan gehou om die harde klei sag te maak nie. Sy het daarvan gehou toe die klei sag was en sy dit kon vorm en beheer. Die kleiwerk het haar aan haar laerskooljare herinner.	<b>Deelnemer 6</b> se se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder, deurdat sy in staat was om haar voor- en afkeure (selfdefiniëring, vgl. 3.8.2.1) ten opsigte van die kleiwerk te verbaliseer. Sy het moontlik in beheer (vgl. 3.8.2.3) gevoel, deurdat sy die klei kon vorm soos sy wou.
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	Alhoewel deelnemer 1 vir die klei "gegril" het, het sy saam met die groep op 'n positiewe wyse aan die klei-aktiwiteit deelgeneem. Deelnemers het tydens die aktiwiteit baie gelag en op 'n spontane wyse oppervlakkig met mekaar gekommunikeer. Hulle het meer energie na afloop van die aktiwiteit voorgekom.	Deelnemers is deur middel van die klei-aktiwiteit (vgl. 4.11.1) in staat gestel om 'n keuse te maak, met hulle aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) in kontak te kom en dit te ontgin. Sodoende is hul selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik bevorder. Groepinteraksie (vgl. 3.2.2) is moontlik deur die aktiwiteit bevorder, deurdat deelnemers spontaan op 'n oppervlakkige wyse met mekaar gekommunikeer het.

### **8.2.4.3 Aktiwiteit drie: Gevoelens**

Die derde aktiwiteit was daarop gerig om deelnemers se bewustheid (vgl. 2.5.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van basiese gevoelens (vgl. 3.8.3), naamlik woede, blydschap, hartseer en vrees te bevorder, sodat hulle in staat kon wees om hulle gevoelens te identifiseer en uiting daaraan te gee. (Vgl. 7.3.4.3 en Bylae 7.2: Basiese gevoelens.) Die rondte-tegniek (vgl. 4.1) is tydens die aktiwiteit benut om groepinteraksie (vgl. 3.2.2) en bewustheid (vgl. 2.5.1, 2.5.1 en 3.3.1) te bevorder. Vervolgens word die resultate ten opsigte van die aktiwiteit in tabelvorm weergegee.

**TABEL 19: SESSIE 4 (AKTIWITEIT 3)**

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i>  <i>Sessie 4: Aktiwiteit 3</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p>Deelnemers is versoek om met geslote oë aan afsonderlike geleenthede te dink waartydens hulle kwaad, bly, hartseer en bang gevoel het. (Vgl. Bylae 7.2: Basiese gevoelens.) Hulle moes die onderskeie gevoelens na die hier en nou bring en bewus word van waar in hulle liggame hulle die spesifieke gevoel, byvoorbeeld hartseer, ervaar het. Voorts is deelnemers geleentheid gegun om op 'n menslike liggaams-uitbeelding (vgl. Bylae 7.3: Gevoelservaring ten opsigte van menslike liggaam) met gekleurde penne van hulle eie keuse aan te dui waar in hulle liggame hulle die verskillende gevoelens ervaar het. Elke gevoel moes met 'n spesifieke kleur pen aangedui word. Deelnemers moes hulle response in hulle joernale aanteken, waarna hulle by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer aan die groter groep moes gee.</p>	<p>Al die deelnemers was in staat om aan afsonderlike geleenthede te dink waartydens hulle kwaad, bly, hartseer en bang gevoel het. Hulle het besef dat alle individue oor gevoelens beskik en dat dit toelaatbaar is om hulle gevoelens te verbaliseer. Al die deelnemers was in staat om op 'n menslike uitbeelding met gekleurde penne van hulle eie keuse aan te dui waar hulle die basiese gevoelens in hulle eie liggame ervaar het.</p>	<p>Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van basiese gevoelens (vgl. 3.8.3) is waarskynlik bevorder, deurdad hulle in staat was om die basiese gevoelens gepas in situasies te identifiseer en te beskryf waar in hulle liggame hulle dit ervaar het. Hulle selfondersteuning (vgl. 3.8.2) is terselfdertyd bevorder deurdad hulle in staat was om keuses ten opsigte van gekleurde penne te maak.</p>
<p><b>Deelnemer 1</b></p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het kwaad geword omrede sy so bang en angstig was wanneer haar gewese huweliksmaat haar gemanipuleer het. Sy was bly oor 'n groot besigheidskontrak wat sy gekry het. Haar egskeiding en die opbreek van haar gesin het haar hartseer laat voel. Sy was bang wanneer haar gewese huweliksmaat kwaad geword het. Sy het bewus geword van haar verligting om uit haar vorige huweliksituasie te wees.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het tydens die aktiwiteit rakende basiese gevoelens oënskynlik met 'n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar egskeiding in kontak gekom. Sy het waarskynlik met 'n polariteit (vgl. 2.3.6) in haar lewe in kontak gekom toe sy bewus geword het van haar gespanne huwelikslewe teenoor die verligting wat haar egskeiding meegebring het.</p>

Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 4: Aktiwiteit 3	Deelnemers/groep se reaksie	Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon
<b>Deelnemer 3</b>	<b>Deelnemer 3</b> het kwaad geword wanneer haar gewese huweliksmaat met haar oor <i>“niks en onnodige dinge”</i> baklei het. Sy was baie bly toe haar kind gebore is. Haar egskeiding en die <i>“dinge”</i> wat sy ten opsigte van haar gewese huweliksmaat uitgevind het, het haar hartseer gemaak. Sy was bang haar gewese huweliksmaat probeer haar kind van haar af wegneem of haar ontvoer. Deelnemer 3 het bewus geword van gevoelens van vrees, magteloosheid, woede en hartseer wat sy teenoor haar gewese, onvoorspelbare huweliksmaat ervaar het. Sy het terselfdertyd bewus geword van haar blydschap om haar kind in haar sorg te hê.	Dit blyk of <b>deelnemer 3</b> tydens die aktiwiteit rakende basiese gevoelens met ‘n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar egskeiding in kontak gekom het. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is deur die aktiwiteit bevorder, deurdat sy bewus geword het van gevoelens (vrees, magteloosheid, woede en hartseer) wat sy ten opsigte van haar gewese huweliksmaat in die hier en nou ervaar het. Deelnemer 3 het waarskynlik vanuit die <b>impasselaag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat sy angstig en magteloos gevoel het toe die onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar gewese huweliksmaat op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het en sy oënskynlik ‘n gebrek aan selfondersteuning (vgl. 2.5.12, 3.3.2 en 3.8.2) en energie ervaar het. Sy het moontlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) ten opsigte van ‘n polariteit (woede jeens haar gewese huweliksmaat teenoor blydschap om haar kind in haar sorg te hê) bereik.
<b>Deelnemer 4</b>	<b>Deelnemer 4</b> het geverbaliseer dat hy nie eintlik kwaad word nie. Hy het wel kwaad geword wanneer hy aan sy gewese huweliksmaat gedink het. Hy was bly dat sy kinders in sy lewe was en veral toe sy seun sy eerste vis gevang het. Sy egskeiding het hom hartseer gemaak. Met sy kinders se geboortes was hy bang dat hulle ook gebreklik sou wees. Deelnemer 4 het na afloop van die aktiwiteite bewus geword van die feit dat hy bly en dankbaar was dat hy kon lewe en dat sy selfbeeld verbeter het.	<b>Deelnemer 4</b> het moontlik voorgegee dat hy nie <i>“eintlik”</i> kwaad word nie, deurdat hy in sy onvoltooidde sinnetoets (vgl. 8.2.1.4) laat blyk het dat hy hom vinnig kon vererg en vir die <i>“kleinste dinge”</i> kon kwaad word. Hy het waarskynlik vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer, deurdat hy voorgegedrag openbaar het. ‘n Onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van sy egskeiding het oënskynlik tydens die aktiwiteit op sy figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn. Hy het moontlik met ‘n polariteit (vgl. 2.3.6) (hartseer teenoor blydschap) in kontak gekom.

Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 4: Aktiwiteit 3	Deelnemers/groep se reaksie	Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon
<b>Deelnemer 4</b>		<b>Deelnemer 4</b> se selfbewustheid (vgl. 3.8.2.1) is moontlik bevorder deurdat hy bewus geword het van sy selfbeeld wat verbeter het.
<p><b>Deelnemer 5</b></p> <p>Deelnemer 5 is deur middel van semantiese opklaring (vgl. 4.2) gelei om die woord “moet” met “<b>ek kies om</b>” te vervang en sodoende met ‘n introjek (vgl. 2.3.5.1) in haar lewe in kontak te kom.</p>	<p><b>Deelnemer 5</b> was kwaad vir haar gewese huweliksmaat wat laat onderhoud betaal het. Sy was bly toe sy alleen see toe kon gaan en doen wat sy wou. Haar egskeiding het haar laat hartseer voel. Sy was bang vir alleenheid en om alleen oud te word. Na aanleiding van laasgenoemde bewustheid het deelnemer 5 tydens die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geverbaliseer dat sy haarself “<b>moet</b>” dwing om tussen mense te wees. Sy het besef dat die predikant vir haar gewaarsku het om haarself nie van mense te distansieer nie. Deur middel van semantiese opklaring (vgl. 4.2) is sy gemotiveer om “<b>moet</b>” met “<b>Ek kies om</b>” te vervang. Sy het verder bewus geword van die feit dat sy bly was dat sy gesond was, kon lewe en ‘n kind gehad het.</p>	<p><b>Deelnemer 5</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder toe sy in kontak met haar gevoelens van vrees vir alleenheid en hartseer gekom het. Sy het oënskynlik met ‘n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar egskeiding in kontak gekom. Dit blyk of sy integrasie ten opsigte van ‘n polariteit (hartseer teenoor blydschap rakende haar egskeiding) bereik het.</p> <p>Deelnemer 5 het deur middel van semantiese opklaring (vgl. 4.2) met ‘n introjek (vgl. 2.3.5.1) wat sy kritiekloos vanuit die omgewing [predikant] aange neem het, in kontak gekom. Sy het waarskynlik vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer deurdat sy wou optree soos wat mense van haar verwag het.</p>
<b>Deelnemer 6</b>	<p><b>Deelnemer 6</b> was kwaad vir haar gewese huweliksmaat wat vir haar ‘n lelike “<i>handvinger-gebaar</i>” gemaak het toe sy vir hom gevra het waar hy was. Sy was bly met al drie haar kinders se geboortes. Die dood van haar babaseuntjie en haar egskeiding het haar hartseer laat voel. Deelnemer 6 het bang gevoel toe sy gedink het haar gewese huweliksmaat het verongeluk. Sy het bewus geword van haar gewese huweliksmaat se</p>	<p><b>Deelnemer 6</b> het oënskynlik met twee onvoltooidhede (vgl. 2.3.2), naamlik haar egskeiding en haar babaseuntjie se dood, in kontak gekom. Sy het moontlik voorgegee dat sy haar egskeiding verwerk het, aangesien sy nog gevoelens van verwerping ervaar het en teen die einde van dié groepwerksessie van emosionele pyn bewus geword het. Deelnemer 6 het waarskynlik vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer, deurdat sy voorgegedrag openbaar het.</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 4: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<b>Deelnemer 6</b>	"koudheid" en dat sy gevoelens van verwerping ervaar het. Deelnemer 6 het ook bewus geword van 'n gevoel van "rustigheid" en het laasgenoemde toegeskryf aan die feit dat sy haar egskeiding verwerk het.	Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder, deurdat sy in kontak met haar gevoelens van verwerping gekom het.
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	Die groep het na afloop van die aktiwiteit wat oor gevoelens gehandel het, bewus geword van hulle gemeenskaplike gevoelens ten opsigte van hulle gewese huweliksmaats (woede) en hulle egskeidings (hartseer). Die groep het bewus geword van die feit dat hulle oor negatiewe sowel as positiewe gevoelens beskik het. Hulle het mekaar uitgedaag om op die positiewe in hulle egskeidingsituasies te fokus.	Groepkohesie (vgl. 3.2.1) is waarskynlik bevorder, aangesien deelnemers bewus geword het van gemeenskaplike gevoelens. Die groep het moontlik integrasie (vgl. 1.9.6) ten opsigte van polariteite (vgl. 2.3.6) bereik deurdat deelnemers bewus geword het van hulle positiewe en negatiewe gevoelens. Deur mekaar uit te daag om op die positiewe te fokus is 'n doelstelling wat op groepvlak deur groeplede (vgl. 3.3.5) bereik moes word, moontlik bereik.

#### **8.2.4.4 Aktiwiteit vier: Musiek**

Musiek (vgl. 3.8) is vir die doeleindes van die vierde aktiwiteit benut om deelnemers met hulle gevoelens in kontak te bring en hulle selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bevorder (vgl. 7.3.4.4). Die rondte-tegniek (vgl. 4.1) is benut om deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1) tydens die musiekaktiwiteit en groepinteraksie (vgl. 3.2.2) te bevorder. Resultate ten opsigte van die musiekaktiwiteit word soos volg in tabelvorm weergegee.

**TABEL 20: SESSIE 4 (AKTIWITEIT 4)**

<p><b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 4: Aktiwiteit 4</b></p>	<p><b>Deelnemers/groep se reaksie</b></p>	<p><b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b></p>
<p>Deelnemers is beurtelings versoek om met geslote oë na een van sy/haar gunsteling-musieksnitte (CD/kasset) saam met die res van die groep te luister en te meld waaraan die spesifieke musieksnit hom/haar laat dink. Die ander deelnemers het ook geleentheid gekry om te meld of hulle van die spesifieke musieksnit gehou het al dan nie en of dit hulle aan iets of iemand laat dink het. Deelnemers is versoek om voortaan hulle bewuswordinge in hulle onderskeie joernale aan te teken (vgl. Bylae 7.4: Musiekaktiwiteit) en deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) in die groep te deel.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> se gunsteling-musieksnit "<i>n Song vir Anna</i>" het haar aan haar vry, ongebonde, rustige kinderjare met min verantwoordelikhede en mooi, skoon verbeeldingsvlugte laat dink. Deelnemer 3 se musieksnit was vir haar mooi en het haar laat hartseer voel. Sy het ook hartseer gevoel by die aanhoor van deelnemer 4 se musieksnit en bewus geword van 'n behoefte om 'n goeie "<i>mamma</i>" vir haar kinders te wees. Deelnemer 5 se musieksnit was vir haar mooi en het haar bewus gemaak dat die "<i>dieper</i>", en nie ligsinnige dinge, in die lewe saak maak. Deelnemer 6 se musieksnit het haar "<i>hoendervleis</i>" gegee en haar bewus gemaak van haar verlange na iemand en 'n behoefte om "<i>liefgehê</i>" te word.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het deur middel van die musiekaktiwiteit in kontak gekom met sowel haar hartseer en gevoelens van verlange, as haar behoeftes om 'n goeie ouer te wees en om "<i>liefgehê</i>" te word. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder deurdat sy in staat was om haar gevoelens en behoeftes te identifiseer en te verbaliseer.</p>
<p><b>Deelnemer 3</b></p>	<p><b>Deelnemer 3</b> se gunsteling musieksnit, "<i>Wild Horses</i>" van Smokey het haar hoop gegee en haar aan haarself en aan haar veilige plekkie laat dink. Deelnemer 1 se musieksnit het haar rustig en kalm laat voel en vir haar 'n boodskap van hoop ingehou. Deelnemer 4 se musieksnit het haar hartseer laat voel, terwyl deelnemer 5 se musieksnit vir haar oulik was en haar aan haar gelukkige, sorgvrye en humoristiese kinderjare laat dink het. Sy het by die aanhoor van deelnemer 6 se musieksnit rustig gevoel en bewus geword van haar verlange na iemand wat sy nie ken nie.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> het tydens die musiekaktiwiteit bewus geword en derhalwe in kontak gekom met haar gevoelens, naamlik hoop, rustigheid, verlange en hartseer en haar behoefte aan "<i>iemand</i>". Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is sodoende bevorder.</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 4: Aktiwiteit 4</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p><b>Deelnemer 4</b></p> <p>Deelnemer 4 is deur middel van die nieverbale bewustheids-tegniek (vgl. 4.8.2) gelei om te fokus op sy nieverbale gedrag, naamlik om te huil.</p>	<p><b>Deelnemer 4</b> het drie gunstelingmusieksnitte gekies, wat hom onderskeidelik aan sy dogtertjie, ("<i>Vissies</i>" van Vanessa), sy seuntjie ("<i>Pampoer</i>" van Steve Hoffmeyer) en die tydperk na sy egskeiding ("<i>Because I got high</i>") laat dink het. Hy het bewus geword van sy hartseer (trane) by die aanhoor van sy dogtertjie se liedjie. Hy het sy trane as blydskap ten opsigte van sy dogtertjie vertolk. Deelnemer 1 se musieksnit het hom rustig laat voel en hy het baie van deelnemer 3 se musieksnit gehou. Hy het energiek en lus vir die lewe gevoel by die aanhoor van deelnemer 5 se musieksnit. Hy het nie van deelnemer 6 se musieksnit gehou nie, aangesien dit te rustig vir hom was.</p>	<p><b>Deelnemer 4</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik bevorder deurdat hy in kontak gekom het met sowel sy gevoelens (hartseer, rustigheid en energie) as met sy liggaamlike reaksie, naamlik trane. Integrasie (vgl. 1.9.6) het waarskynlik plaasgevind aangesien deelnemer 4 in staat was om sy liggaamsreaksie en gevoelens te integreer. Deelnemer 4 se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder deurdat hy in staat was om te verbaliseer waarvan hy gehou het, al dan nie.</p>
<p><b>Deelnemer 5</b></p>	<p><b>Deelnemer 5</b> se gunstelingmusieksnit, "<i>Pennies op die spoor</i>" van Dozi, het haar aan haar sorgvrye kinderjare toe haar ouers nog vir haar gesorg het en aan treinry laat dink. Deelnemer 1 se musieksnit het haar kalm laat voel en deelnemer 3 se musieksnit het haar laat voel dat sy kan doen wat sy wil. Sy het by die aanhoor van deelnemer 4 se musieksnitte gevoelens van hartseer en blydskap ervaar. Deelnemer 6 se musieksnit het haar bewus gemaak van 'n gevoel van verlange en 'n begeerte dat iemand haar moes "<i>ontdek</i>".</p>	<p><b>Deelnemer 5</b> het tydens die musiekaktiwiteit bewus geword en waarskynlik in kontak gekom met haar gevoelens, naamlik kalmte, beheerstheid, hartseer, blydskap, verlange en 'n behoefte aan "<i>iemand</i>" wat haar moes ontdek. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik bevorder deurdat sy in staat was om haar gevoelens en behoefte te identifiseer en te verbaliseer.</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 4: Aktiwiteit 4</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<b>Deelnemer 6</b>	<b>Deelnemer 6</b> se gunsteling-musieksnit, <i>“Something about your look”</i> van Elton John, het haar laat dink aan gebondenheid aan mense. Sy het bewus geword van ‘n behoefte om <i>“voor omgee te word.”</i> Deelnemers 1 en 3 se musieksnitte het haar positief laat voel en haar moed gegee om aan te gaan met haar lewe. Deelnemer 4 se musieksnitte het haar bewus gemaak van vreugde, afhanklikheid van geestelike ondersteuning en haar kinders wat sy wou beskerm. Sy het nie van al deelnemer 4 se musieksnitte gehou nie. Deelnemer 5 se musieksnit het haar bewus gemaak van die lewe wat ook uit gelukkige en interessante dinge bestaan.	<b>Deelnemer 6</b> se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder deurdat sy in staat was om haar behoefte aan liefde te identifiseer en kon verbaliseer waarvan sy gehou het, al dan nie. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder toe sy met haar gevoelens, naamlik positiwiteit, hoop en vreugde in kontak gekom het.
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	Al die deelnemers het tydens die musiekaktiwiteit ontspanne en energiek voorgekom. Hulle het op ‘n spontane wyse met mekaar gekommunikeer en direk gevra wat hulle wou hê. Hulle het byvoorbeeld die groepleier versoek om sekere musieksnitte langer te speel of die volume aan te draai. Deelnemers was met tye saam vrolik, hartseer (gehuil) en ernstig en het mekaar ondersteun. Deelnemer 3 het byvoorbeeld vir deelnemer 4 ‘n sneesdoekie aangegee en sy arm ‘n drukkies gegee toe hy hartseer geword het. Die groep het bewus geword van hulle verhoogde energievlakke. Deelnemer 1 het byvoorbeeld geverbaliseer dat sy nie meer so ongeduldig met haar kinders was nie en dat sy meer energie ten opsigte van haar kinders gehad het.	Groepinteraksie (vgl. 3.2.2) en groepkohesie (vgl. 3.2.1) is oënskynlik deur middel van die musiekaktiwiteit bevorder, deurdat deelnemers op ‘n spontane wyse met mekaar gekommunikeer het, saam uiting aan hulle gevoelens gegee het, mekaar se verskille gerespekteer het, mekaar ondersteun en gemeenskaplike groei ten opsigte van die hantering van hulle kinders ervaar het. Hieruit kan afgelei word dat doelstellings wat deur groeplede (deelnemers) op groepvlak (vgl. 3.3.5) bereik moes word in ‘n groot mate deur die musiekaktiwiteit bereik is, deurdat deelnemers in staat was om direk te vra wat hulle wou hê, mekaar se verskille kon respekteer, hulpmiddels binne die groep kon benut en terugvoer aan mekaar kon gee, sonder om interpretasies daaraan te koppel. Deelnemers se vermoë om tydens die musiekaktiwiteit



<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 4: Aktiwiteit 4</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
	Die res van die deelnemers het dieselfde as deelnemer 1 ervaar. Die groep het verder bewus geword van die feit dat dit aanvaarbaar was om van mekaar te verskil en dat hulle mekaar ondersteun het.	met hulle gevoelens in kontak te kom, kan waarskynlik toegeskryf word aan hulle aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) wat ontgin is en wat oënskynlik tot die bevordering van hulle selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) gelei het.

#### **8.2.4.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek**

Aktiwiteit vyf (vgl. 7.3.4.5) is benut ten einde deelnemers deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) te lei om verhoogde liggaamsbewustheid (vgl. 3.8.2), bemagtiging en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) te bekom. Vervolgens word die resultate van die aktiwiteit in tabelvorm weergegee.

**TABEL 21: SESSIE 4 (AKTIWITEIT 5)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 4: Aktiwiteit 5</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om gemaklik te sit of te lê, hulle oë te sluit en sonder om verbaal te reageer aan 'n eksperiment (vgl. 4.6, 4.8 en 4.5.2) wat rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9) ingesluit het, deel te neem. Voorts moes hulle enige bewustheid in hulle onderskeie joernale aanteken. (Vgl. Bylae 7.5: Bewuswording.)	Dit wil voorkom of al die deelnemers meer ontspanne na afloop van die eksperiment was. Deelnemer 1 het in haar joernaal aangeteken dat sy bewus geword het van rustigheid, gelukkigheid en kalmte. Deelnemer 3 het bewus geword van rustigheid, kalmte, dat sy beter gevoel het en dat sy die spanning tussen haar en haar kind beter kon hanteer het. Deelnemer 4 het bewus geword van sy hartseer, pyn en blydschap. Deelnemer 5 het bewus geword van stilte, rustigheid en blydschap teenoor hartseer. Deelnemer 6 het van haar emosionele pyn bewus geword.	Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik bevorder deurdat hulle in kontak met hulle onderskeie gevoelens gekom het. Deelnemers 4 en 5 het met 'n polariteit (vgl. 2.3.6), naamlik hartseer teenoor blydschap in kontak gekom.

Vanuit bogenoemde kan afgelei word dat die doelstelling en doelwitte wat ten opsigte van groepwerksessie vier gestel is, bereik is deurdat deelnemers se aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) oënskynlik deur middel van die klei-eksperiment (vgl. 4.11.1) ontgin is en hulle bewustheid ten opsigte van basiese gevoelens (vgl. 3.8.3), naamlik woede, blydschap,

hartseer en vrees bevorder is, aangesien hulle in staat was om oor basiese gevoelens te verbaliseer en aan te dui waar in hulle liggame hulle die onderskeie gevoelens ervaar het. Deelnemers het deur middel van 'n musiekaktiwiteit in kontak met hulle gevoelens gekom en was in staat om uiting daaraan te gee. Groepinteraksie (vgl. 3.2.2) is moontlik bevorder deurdat aktiwiteite positief in groepverband uitgevoer is. Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik bevorder deurdat hulle by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gekry het om terugvoer ten opsigte van hulle bewuswordinge aan die groep te gee. Hulle is voorts deur middel van die pendel-tegniek (vgl. 4.6) in staat gestel om te pendel na 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) en sodoende is bemagtiging en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) bewerkstellig. Sowel die groep as deelnemers vier, vyf en ses het oënskynlik vanuit die fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer, deurdat kommunikasie hoofsaaklik tot die groepleier (omgewingsteun) gerig is en voorgegedrag voorgekom het. Deelnemers een en drie het waarskynlik vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat hulle magteloos gevoel het en oënskynlik 'n gebrek aan selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en energie ervaar het. Deelnemers en die groep se groei deur die lae van neurose (vgl. 3.6.1) word vervolgens in tabelvorm weergegee.

**TABEL 22: DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE**

DEELNEMERS:	1	2	3	4	5	6	Groep
Vals laag							
Fobiese laag							
Impasselaag							
Implosiewe laag							
Eksplosiewe laag							

**8.2.5 Sessie vyf: Emosionele uitdrukking (roosboomfantasie). Tema – Ek is 'n “roosboom” en gee uiting aan my gevoelens**

Sessies vyf tot agt het gefokus op deelnemers se emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) deur middel van verskillende projektiewe tegnieke (vgl. 4.10 en 4.11). Vervolgens word 'n beskrywing van sessie vyf wat uit vyf aktiwiteite bestaan het, gegee.

### 8.2.5.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek

Aktiwiteit een (vgl. 7.3.5.1) het die benutting van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) behels, ten einde deelnemers se bewustheid (vgl.1.9.1) met aanvang van die groepwerksessie te bevorder. Dié aktiwiteit word vervolgens in tabelvorm beskryf.

**TABEL 23: SESSIE 5 (AKTIWITEIT 1)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 5: Aktiwiteit 1</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) te meld hoe hulle op daardie oomblik gevoel het.	<p><b>Deelnemer 1</b> het rustig gevoel en was bewus van pyn wat sy ten opsigte van haar maag en nek gevoel het.</p> <p><b>Deelnemer 2</b> was bewus van sy moegheid, vanweë 'n reis wat hy die dag moes aflê.</p> <p><b>Deelnemer 3</b> was bly om die groep te sien en het gemeld dat die groep vir haar “lekker” was en dat sy telkens na die groepaktiwiteite uitgesien het.</p> <p><b>Deelnemer 4</b> was bewus van sy “sinus” en dat hy meer dikwels kwaad geword het.</p> <p><b>Deelnemer 5</b> het rustig en ontspanne gevoel en was bewus van pyn wat sy ten opsigte van sinus en haar nek ervaar het.</p> <p><b>Deelnemer 6</b> was bewus van die rustigheid van die natuur.</p>	Al die deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik bevorder deurdat hulle by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) in staat gestel is om met hulle gevoelens in die hier en nou in kontak te kom.
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	Deelnemers het spontaan met mekaar gekommunikeer. Hulle het mekaar byvoorbeeld geadviseer ten opsigte van medikasie vir die verligting van pyn en sinusitis. Deelnemer 5 het die vorige dag aan al die deelnemers sms'e gestuur en het positiewe terugvoer in die verband van mededeelnemers gekry.	Dit wil voorkom asof groep-interaksie (vgl. 3.2.2) deur die rondte-tegniek (vgl. 4.1) bevorder is, deurdat groeplede daardeur tot spontane kommunikasie aangespoor is.

### 8.1.5.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsoefening

Die tweede aktiwiteit (vgl. 7.3.5.2) het die benutting van 'n ontspanningsoefening (vgl. 4.8) behels, waardeur deelnemers in staat gestel is om met hulleself in kontak te kom en te ontspan, alvorens hulle deur middel van die roosboomfantasie (vgl. 4.5.1) tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) gelei sou word. Resultate van dié aktiwiteit word voorts in tabelvorm weergegee.

**TABEL 24: SESSIE 5 (AKTIWITEIT 2)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 5: Aktiwiteit 2</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om gemaklik te sit en met geslote oë aan die ontspanningsoefening (vgl. 4.8) deel te neem.	Al die deelnemers het positief op die ontspanningsoefening gereageer, deurdat hulle diep asemgehaal het en na afloop van die ontspanningsoefening ontspanne voorgekom het.	Deelnemers is waarskynlik deur middel van die ontspanningsoefening (vgl. 4.8) in staat gestel om met hulleself en hul omgewing kontak te maak.

### 8.2.5.3 Aktiwiteit drie: Roosboomfantasie en werk in die “warm stoel”

Die roosboomfantasie (vgl. 4.5.1) is as projektiewe tegniek (vgl. 4.10) benut, ten einde deelnemers in staat te stel om met hulleself in kontak te kom en tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan. Dié aktiwiteit word vervolgens in tabelvorm weergegee.

**TABEL 25: SESSIE 5 (AKTIWITEIT 3)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 5: Aktiwiteit 3</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om na afloop van die ontspanningsoefening (vgl. 4.8) hulself as 'n roosboom/-bos te fantaseer (vgl. 4.5.1) en dit in hulle joernale te teken. Om uitvoering aan laasgenoemde tekenaktiwiteit te gee kon hulle vanuit 'n verkeidenheid vetkryt, pastelle, inkleurkryt en -penne kies. Hulle moes in pare verdeel en hulself in die teenwoordige tyd as roosbome beskryf. (Vgl. Bylae 8.1: Beskrywing van roosboom.) Hulle het soos volg saamgewerk: Deelnemers 1 en 6 Deelnemers 2 en 5 Deelnemers 3 en 4	Deelnemers was in staat om hulleself as roosbome te fantaseer, te kies ten opsigte van tekenmateriaal en om hulle tekening met mekaar te deel.	Deelnemers was na afloop van die ontspanningsoefening (vgl. 4.8) in staat om hulleself as 'n roosboom te fantaseer. Hulle selfondersteuning (vgl. 3.8.2) is moontlik bevorder, deurdat hulle in staat was om keuses ten opsigte van tekenmateriaal te maak, hulleself as roosboom te fantaseer en by wyse van “ek”-stellings te beskryf.  Groepinteraksie (vgl. 3.2.2) is bevorder deurdat deelnemers geleentheid gekry het om hulle eie roosboomfantasieë met mekaar te deel.

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 5: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>'n Vrywillige deelnemer is versoek om 'n "warm stoel" (vgl. 4.7) teenoor die groepleier in te neem vir individuele werk. Die res van die deelnemers is versoek om as stil toeskouers op te tree en met hulle insette te wag tot na afloop van dié individuele werk.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> het vrywilliglik die "warm stoel" (vgl. 4.7) teenoor die groepleier vir individuele werk ingeneem. Sy het haarself as roosboom soos volg beskryf: <i>"Ek is 'n groot roosboom met sterk, diep wortels. Ek staan in 'n baie groot tuin in 'n bedding en word goed deur die eienaar versorg. Ek is 'n Peace roos en is oortrek met pragtige groot geel, rooi en pienk blomme, sommiges van hulle is knoppies en ander is mooi oop. My blomme ruik baie lekker en die bye hou baie van my roosknoppe. My blare is baie groen, blink en gesond. Ek is goed versorg en het redelik baie dorings op my stam en takke, maar minder naby my blomme. Die dorings hou goggas van my weg. Ek het genoeg spasie en groei in baie goeie, vrugbare grond en het geen luise en swamme nie. Daar is geen ander plante, behalwe 'n grondbedekker om my nie. Die grondbedekker hou my wortels koel en ons kom goed oor die weg. Daar is geen heining om my nie en in die toekoms gaan ek groter word."</i> (Vgl. Bylae 8.2: Deelnemer 3 se roosboom.)</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> was in staat om met haar roosboom (vgl. Bylae 8.2: Deelnemer 3 se roosboom) te identifiseer (vgl. 4.5.1), deurdat sy in staat was om haarself met die roosboom te vergelyk.</p>
<p>Deelnemer 3 se beskrywing van haarself as roosboom is aan haar voorgelees (vgl. 4.5.1) en sy is versoek om te dink of daar iets omtrent die roosboom is wat haar aan haar eie lewe herinner het (vgl. 4.10).</p>	<p>Deelnemer 3 het ook probeer sterk wees in haar lewe. Sy het bewus geword van haar geestelike lewe wat verbeter het en dat haar ouers haar steunpilare was.</p>	<p>Deelnemer 3 het bewus geword van haar omgewingsteun (ouers) en dat sy 'n behoefte aan selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) gehad het.</p>
<p>Deelnemer 3 is tot insig geleit ten opsigte van 'n kontakgrensversteuring, naamlik projeksie (vgl. 2.3.5.2), deurdat sy haar behoefte aan liefde en erkenning op ander projekteer het.</p>	<p>Sy het 'n behoefte gehad om meer vir ander te gee en hulle bly te maak. Sy het besef dat sy eintlik eensaam was en 'n behoefte gehad het om deur iemand erken, aanvaar, raakgesien en liefgehê te word.</p>	<p>Sy het moontlik deur middel van projeksie (vgl. 2.3.5.2) gepoog om verantwoordelikheid vir haar gevoelens te vermy. Haar bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder deurdat sy in kontak met haar eensaamheid en behoefte aan erken-</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 5: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>Deelnemer 3 is deur middel van die nieverbale bewustheids-tegniek (vgl. 4.8.2) gelei om te fokus op haar nieverbale gedrag.</p> <p>Deelnemer 3 is tot insig gelei ten opsigte van 'n polariteit (vgl. 2.3.6) in haar lewe, naamlik aan die een kant het sy 'n behoefte aan mansvriende gehad (vertroue) en aan die ander kant moes hulle van haar af wegbly (wantroue). Sy is tot insig gelei ten opsigte van 'n kontakgrensversteuring, naamlik defleksie (vgl. 2.3.5.5) wat sy benut het deur te lag en ontwykend op te tree deur <b>na "hulle"</b> en <b>"vorige mans"</b> in plaas van na haar <b>"gewese huweliksmaat"</b> te verwys.</p>	<p>Deelnemer 3 het ongemaklik in haar stoel begin rondskuif, haar keel probeer skoonmaak en vir water gevra toe daar op haar eensaamheid gefokus is. Sy het erken dat sy bewus was van haar liggaamsreaksie wat sy toegeskryf het aan spanning en ongemak vanweë haar toeskouers. Net soos haar roosboom dorings gehad het vir beskerming het sy haarself ook beskerm deur mans nie te naby aan haar toe te laat nie. Sy het begin lag. Deelnemer 3 was bewus daarvan dat sy gelag het en het as rede aangevoer dat dit vir haar snaaks was deurdat sy 'n behoefte aan mansvriende ervaar het, maar wanneer hulle naby haar sou kom sy sou wonder wanneer hulle soos die <b>"vorige mans"</b> sou word. Sy het skielik hardop begin huil en erken dat sy bang was <b>"hulle"</b> sou iets aan haar kind doen.</p>	<p>ning gekom het. Sy het waarskynlik integrasie (vgl. 1.9.6) bereik deurdat sy in staat was om haar liggaamsreaksie en gevoelens te integreer.</p> <p>Deelnemer 3 het moontlik konflik ten opsigte van die polariteit vertroue versus wantroue in die gesig gestaar (vgl. 3.3.4.1, Erikson se ontwikkelingsteorie).</p> <p>Sy het waarskynlik deur middel van defleksie (vgl. 2.3.5.5) gepoog om kontak met haarself en die omgewing te vermy.</p>
	<p>Deelnemer 3 het erken dat haar gewese huweliksmaat haar verkrag het en hulle dogtertjie seksueel gemolesteer het.</p>	<p>'n Onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar gewese huweliksmaat se optrede het oënskynlik op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn.</p>
<p>Deelnemer 3 is tot insig gelei ten opsigte van 'n kontakgrensversteuring, naamlik retrofleksie (vgl. 2.3.5.4) wat sy benut het deur haarself te verwyf.</p>	<p>Sy het haarself verwyf dat sy nie haar kind teen haar gewese huweliksmaat kon beskerm nie. Deelnemer 3 het besef dat sy alles in haar vermoë gedoen het om haar kind te help na die onthulling van die molestering en dat sy nie nodig gehad het om haarself te blameer vir wat gebeur het nie, aangesien sy onbewus van die molestering was en derhalwe nie haar kind teen haar vader kon beskerm nie.</p>	<p>Deelnemer 3 het waarskynlik deur middel van retrofleksie (vgl. 2.3.5.4) gepoog om kontak met haarself en die omgewing te vermy. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder deurdat sy besef het dat sy alles in haar vermoë gedoen het om haar kind te help, wat oënskynlik tot die bereiking van integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) aanleiding gegee het.</p>

Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 5: Aktiwiteit 3	Deelnemers/groep se reaksie	Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon
	Deelnemer drie het haar kind medies laat ondersoek, haar oor 'n tydperk van sewe maande vir terapie geneem en 'n interdik teen haar gewese huweliksmaat bekom. Sy was <i>"baie, baie bang"</i> vir haar gewese huweliksmaat wat haar ook hartseer en soms kwaad gemaak het. Sy het besef dat sy nie oor genoegsame <i>"dorings"</i> beskik het om haar en haar kind teen haar gewese huweliksmaat te beskerm nie.	Sy het van haar gevoelens (vrees, hartseer en woede) ten opsigte van haar gewese huweliksmaat bewus geword, dit erken en oënskynlik besit (vgl. 3.8.3). Deelnemer 3 het moontlik deur middel van 'n projeksie (dorings) bewus geword van haar gebrek aan selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.5.2 en 3.8.2).
Deelnemer 3 is deur middel van die <i>"behou die gevoel"</i> -tegniek (vgl. 4.3) gelei om by haar magtelose gevoelens te bly (vgl. 3.4, 3.6.1.3 en 4.3). Sy is ook gelei om te let op watter wyse sy haar gevoelens onderdruk het.	Deelnemer 3 het gesug en tussen haar trane deur erken dat sy haar gevoelens die heelyd onderdruk het, ten einde sterk vir haar kind te wees. Sy het bewus geword van die feit dat sy haar gevoelens onderdruk het deur altyd te lag en nie voor haar kind te huil nie.	Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder deurdat sy bewus geword het van die wyses wat sy benut het om haar gevoelens te onderdruk en sodoende kontak met haarself vermy het.
Deelnemer 3 is tot insig gelei ten opsigte van 'n introjek (vgl. 2.3.5.1) in haar lewe, naamlik dat sy altyd sterk moes wees.	Deelnemer 3 het besef dat haar dogtertjie se terapeut en ander mense onredelike eise aan haar gestel het, naamlik om altyd sterk te wees. Sy het bewus geword van 'n behoefte dat haar gewese huweliksmaat aan haar moes erken dat hy hulle kind gemolesteer het. Sy het egter nie kans gesien om haar gewese huweliksmaat in 'n leë stoel (vgl. 4.10.1) te plaas nie en het haar ongemak daarmee getoon deur te lag en te meld: <i>"Ek dink nie dis 'n goeie idee nie."</i> Sy het weer begin huil en gemeld dat sy haar gewese huweliksmaat met 'n passie haat en dat sy wens sy het oor haar kind se innerlike krag beskik, ten einde <i>"hom bloedneus te slaan"</i> . Sy het terselfdertyd ook 'n gevoel van jammerte ten opsigte van haar gewese huweliksmaat ervaar, deurdat sy bewus was van sy agtergrond en dat hy geen ander wyse geken het om	Deelnemer 3 het dus geleentheid gekry om 'n introjek (vgl. 2.3.5.1) wat sy vanuit die samelewing aangeneem het sonder om dit te assimileer, te evalueer en te verwerp. Deelnemer 3 se behoefte om met haar gewese huweliksmaat te kommunikeer het op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn. Sy het egter deur middel van defleksie (vgl. 2.3.5.5) weerstand (vgl. 3.6.1.3) gebied om met hom in die leë stoel (vgl. 4.10.1) te praat. Haar weerstand (vgl. 3.6.1.3) is gerespekteer, deurdat dit binne gestaltterapie op groei dui. Deelnemer 3 het van haar gevoelens, naamlik haat en jammerte ten opsigte van haar gewese huweliksmaat, bewus geword, dit erken en in besit geneem (vgl. 3.8.3).

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 5: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
Deelnemer 3 is gelei tot insigte ten opsigte van polariteite (vgl. 2.3.6) wat sy met betrekking tot haar gewese huweliksmaat ervaar het.	sy liefde te toon nie en dat hy altyd geld by haar wou leen. Sy het bewus geword van haar teenoorgestelde gevoelens wat sy jeens haar gewese huweliksmaat ervaar het en het besef dat dit in orde was om so te voel.	Sy het waarskynlik vanuit die <b>impasselaag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunsioneer, deurdat sy 'n gebrek aan selfondersteuning (vgl. 2.5.2 en 3.3.2 en 3.8.2) ervaar het en weerstand (vgl. 3.6.1.3) openbaar het deur nie kans te sien om met haar gewese huweliksmaat in die leë stoel te praat nie. Deelnemer 3 se polariteite (vgl. 2.3.6) wat sy ten opsigte van haar gewese huweliksmaat ervaar het, is waarskynlik geïntegreer toe sy bewus geword het van die feit dat sy teenoorgestelde gevoelens jeens hom mag ervaar het.
Deelnemer 3 is gelei om aan effektiewe wyses te dink om haar gevoelens te hanteer (vgl. 3.8.3)	Deelnemer 3 het geverbaliseer dat sy haar gevoelens voortaan kon hanteer deur te stap, met haar ouers te praat, kunswerk te doen en in die tuin te werk.	Deelnemer 3 was in staat om aan effektiewe wyses te dink waarvolgens sy haar gevoelens in die toekoms kon hanteer.

#### **8.2.5.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek**

Deelnemers is by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om terugvoer (vgl. Bylae 8.3: Bewuswording) na afloop van die vrywillige deelnemer se werk in die “warm stoel” (vgl. 4.7) te gee en terselfdertyd hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van hulle eie gevoelens te bevorder (vgl. 7.3.5.4). Hulle response word soos volg in tabelvorm weergegee.



**TABEL 26: SESSIE 5 (AKTIWITEIT 4)**

<p><b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 5: Aktiwiteit 4</b></p>	<p><b>Deelnemers/groep se reaksie</b></p>	<p><b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b></p>
<p>Deelnemers is versoek om by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer te gee ten opsigte van hoe hulle self deur <b>deelnemer 3</b> se werk beïnvloed is, wat hulle waargeneem het en hoe hulle eie ervarings ooreengestem het met deelnemer 3 s'n.</p> <p><b>Deelnemer 1</b> is deur middel van taalgebruik (vgl. 4.4) en die “<i>ek neem verantwoordelikheid</i>”-tegniek (vgl. 4.13) gelei om verantwoordelikheid vir haar gevoelens te neem.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het aan deelnemer 3 gekommunikeer dat sy ‘n “<i>wonderlike mamma</i>” vir haar kind was en dat sy ook graag so ‘n goeie “<i>mamma</i>” vir haar eie kinders wou wees. Net soos deelnemer 3 het deelnemer 1 ook gereken sy moes sterk wees vir haar kinders. Sy was bereid om die woord “<b>moet</b>” met die woorde “<b>ek neem die verantwoordelikheid</b>” te vervang en te verbaliseer: “<i>Ek neem die verantwoordelikheid om sterk te staan vir my kinders.</i>”</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het oënskynlik met ‘n introjek (vgl. 2.3.5.1), naamlik om sterk te wees vir haar kinders, in kontak gekom. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik bevorder deurdat sy bewus geword het van ‘n behoefte, naamlik om ‘n goeie ouer te wees en verantwoordelikheid aanvaar het om sterk te staan. Sy het waarskynlik vanuit die <b>impasse-laag</b> gefunksioneer (vgl. 3.6.1.3) deurdat sy besluit het om aksie te neem ten einde te groei.</p>
<p><b>Deelnemer 2</b> is deur middel van die “<i>ek neem verantwoordelikheid</i>”-tegniek (vgl. 4.13) gelei om verantwoordelikheid vir sy gevoelens te neem.</p>	<p><b>Deelnemer 2</b> het ook die verantwoordelikheid geneem om vir sy kinders sterk te wees en hulle te beskerm. Anders as deelnemer 3 het hy dit maklik gevind om oor sy gevoelens te praat en te wys hoe hy gevoel het. Hy het bewus geword van deelnemer 3 se gevoelens van woede en hartseer wat hy ook vroeër ervaar het. Deelnemer 2 het geverbaliseer dat hy sy egskedding verwerk het.</p>	<p><b>Deelnemer 2</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik bevorder deurdat hy verantwoordelikheid aanvaar het om sterk te staan. Hy het waarskynlik deur middel van defleksie (vgl. 2.3.5.5), deur na sy gevoelens van woede en hartseer in die verlede tyd te verwys, gepoog om kontak te vermy. Dit wil voorkom asof deelnemer 2 vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer het, deurdat hy wou voorgee dat hy reeds sy egskedding verwerk het.</p>
<p><b>Deelnemer 4</b></p>	<p><b>Deelnemer 4</b> het bewus geword van sy woede wat hy ten opsigte van sy gewese huweliksmaat ervaar het en dat hy sy gevoelens onderdruk het deur alkohol te gebruik.</p>	<p>Dit blyk of <b>deelnemer 4</b> van sy woede ten opsigte van sy gewese huweliksmaat bewus geword, dit erken en in besit geneem (vgl. 3.8.3) het. Sy bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder toe hy besef het dat hy deur alkohol te gebruik gepoog het om sy gevoelens te onderdruk. Hy het moontlik vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer, deurdat hy bewus geword het van sy drankmisbruik om sy emosionele pyn te vermy.</p>

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i>  <i>Sessie 5: Aktiwiteit 4</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei of weerstand getoon</i></p>
<p><b>Deelnemer 5</b> is versoek om aan enige twee deelnemers te sê: <i>“Ek is geneig om my gevoelens te onderdruk”</i> (vergrotinstegniek, vgl. 4.8.1), ten einde haar bewustheid te bevorder.</p>	<p><b>Deelnemer 5</b> het bewus geword van ‘n gevoel van woede wat deelnemer 3 se werk by haar uitgelok het. Sy was ook geneig om haar gevoelens te onderdruk deur “maskers” op te sit, te lag en sodoende voor te gee dat dit met haar goed gaan. Sy het daarvan bewus geword dat haar kollegas van haar verwag het om altyd te lag. Deelnemer 5 was bereid om aan deelnemers 1 en 4 te sê dat sy geneig was om haar gevoelens te onderdruk.</p>	<p><b>Deelnemer 5</b> het van haar gevoel van woede bewus geword, dit erken en besit (vgl. 3.8.3). Sy het daarvan bewus geword dat sy haar ware gevoelens deur voorgegedrag onderdruk het en opgetree het soos wat ander van haar verwag het. Laasgenoemde het moontlik ‘n introjek (vgl. 2.3.5.1) in haar lewe geword. Sy het waarskynlik vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer, deurdat sy bewus geword het van haar voorgegedrag. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is bevorder toe sy bereid was om deur middel van die vergrotinstegniek (vgl. 4.8.1) aan twee mededeelnemers te verbaliseer dat sy geneig was om haar gevoelens te onderdruk.</p>
<p>Interpersoonlike kontak is aangemoedig deur deelnemers te versoek om kommunikasie na mekaar te rig (vgl. 3.6.3.1)</p> <p><b>Deelnemer 6</b> is tot insig gelei ten opsigte van ‘n kontakgrensversteuring, naamlik defleksie (vgl. 2.3.5.5), wat sy benut het deur op ‘n indirekte wyse ten opsigte van deelnemer 3 te verbaliseer.</p>	<p><b>Deelnemer 6</b> was geneig om op ‘n indirekte wyse van deelnemer 3 te praat. Sy het byvoorbeeld van deelnemer 3 gepraat en dit vermy om direk met deelnemer 3 te praat. Sy het direk met deelnemer 3 begin kommunikeer nadat sy bewus geword het van haar optrede in dié verband.</p> <p>Deelnemer 6 het met ‘n sagte, simpatieke stem aan deelnemer 3 gesê dat sy waarlik lief vir haar kind was en dat sy op die ou end goed daarvan sou afkom, deurdat sy vergoed het vir al die hartseer wat haar kind moes deurmaak en dat God haar kind nooit sou verlaat nie. Deelnemer 3 het gereageer deur weer te begin huil.</p>	<p>Dit het voorgekom of <b>deelnemer 6</b> deur net op deelnemer 3 te fokus by wyse van defleksie (vgl. 2.3.5.5) gepoog het om haarself van eie gevoelens en die omgewing te distansieer. Deelnemer 6 het waarskynlik vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer, deurdat sy as’t ware afwesig was en slegs verteenwoordig is deur ‘n ondersteunende rol te vervul. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder toe sy in staat was om op ‘n direkte wyse verbale ondersteuning aan deelnemer 3 te verleen.</p>

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 5: Aktiwiteit 4</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<p><b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b> Die groepleier het werk op 'n intrapersoonlike vlak (vgl. 3.2.2, 3.4 en 3.6.3) na die groepvlak uitgebrei, deur deelnemer 3 se werk in die “warm stoel” te benut om die groep se bewustheid, ten opsigte van effektiewe wyses om hulle gevoelens te hanteer, te bevorder.</p>	<p>Deelnemers 1, 2, 4, 5 en 6 het ondersteunend na deelnemer 3 uitgereik. Deelnemer 4 het haar byvoorbeeld 'n drukkie gegee, deelnemers 3 en 5 het vir haar sneesdoekies aan-gegee toe sy gehuil het, terwyl deelnemers 1 en 6 haar verbaal ondersteun het. Deelnemers het bewus geword van gemeenskaplike gevoelens wat hulle vanweë hulle egskedingsituasies ervaar het. Die groep was in staat om aan die volgende effektiewe wyses te dink ten opsigte van hoe hulle gevoelens hanteer kon word: oefen, huil, praat met iemand en polering van motors.</p>	<p>Groepkohesie (vgl. 3.2.1) is waarskynlik na aanleiding van deelnemer 3 se werk bevorder, deurdat deelnemers bewus geword het van gemeenskaplike gevoelens en hulle mekaar verbaal en nieverbaal ondersteun het. Deelnemers se bewustheid ten opsigte van effektiewe wyses om gevoelens te hanteer is bevorder, deurdat hulle in staat was om aan vier wyses te dink. Dit wil voorkom asof die groep vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer het, deurdat die groep bewus geword het van rolle wat gespeel is, ten einde kontak met emosionele pyn te vermy.</p>

### **8.2.5.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek**

Aktiwiteit vyf (vgl. 7.3.5.5) het die benutting van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) behels om deelnemers geleentheid te bied om na afloop van die roosboomfantasie (vgl. 4.5.1) te ontspan (vgl. 4.8), hulleself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 3.8.4). Die aktiwiteit het soos volg verloop.

**TABEL 27: SESSIE 5 (AKTIWITEIT 5)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 5: Aktiwiteit 5</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<p>Deelnemers is versoek om gemaklik te sit, hulle oë te sluit en sonder om verbaal te reageer te pendel (vgl. pendeltegniek, 4.6) na 'n fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2). Rustige agtergrondmusiek (vgl. 3.9, panfluit) is gespeel om 'n ontspanne atmosfeer te skep.</p>	<p>Dit blyk of al die deelnemers positief aan die aktiwiteit deelgeneem het, deurdat hulle meer ontspanne na afloop daarvan voorgekom het.</p>	<p>Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van hulleself is moontlik deur middel van die aktiwiteit bevorder. Hulle is waarskynlik by wyse van die aktiwiteit in staat gestel om te ontspan, hulleself te bemagtig en te vertroetel.</p>

Deelnemers is uitgedaag om effektiewe wyses te kies om hulle gevoelens in die toekoms te hanteer. Hulle is voorts versoek om notas van hulle droominhoude te maak en dit te hou vir die doeleindes van groepwerksessie sewe.

Die doelstelling en doelwitte wat ten opsigte van groepwerksessie vyf gestel is, is moontlik bereik, deurdat deelnemers deur middel van die roosboomfantasie (vgl. 4.5.1) in staat gestel is om hulle gevoelens te projekteer, dit te erken, te besit en aan effektiewe wyses te dink om hulle gevoelens in die toekoms te hanteer. Deurdat polariteite (vgl. 2.3.6) tydens sessie 5 aandag geniet het, is deelnemers se bewustheid ten opsigte van moontlike polariteite (vgl. 2.3.6) in hulle lewens waarskynlik bevorder. Deelnemers twee, vier, vyf en ses het waarskynlik deur middel van “*silent therapy*” (vgl. 3.1) by deelnemer drie se werk in die “*warm stoel*” (vgl. 4.7) baat gevind. Beide deelnemers een en drie het oënskynlik vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, terwyl dit blyk of die ander deelnemers, sowel as die groep nog vanuit die fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer het. Voorts word deelnemers en die groep se groei deur Perls (Harman 1989: 41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1) in tabelvorm weergegee.

**TABEL 28: DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE**

DEELNEMERS:	1	2	3	4	5	6	Groep
Vals laag							
Fobiese laag							
Impasselaag							
Implosiewe laag							
Eksplousiewe laag							

**8.2.6 Sessie ses: Emosionele uitdrukking. Tema – Ek teken en gee uiting aan my gevoelens**

Tydens gestaltgroepwerksessie ses (vgl. 4.11.2.1 en 7.3.6) is gefokus op deelnemers se emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3). Vervolgens word ‘n beskrywing gebied ten opsigte van die verloop van gestaltgroepwerksessie ses wat uit vyf aktiwiteite bestaan het.

### 8.2.6.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek

Deelnemers het by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gekry om terugvoer te gee ten opsigte van die vorige groepwerksessie se opdrag en om beurtelings in die groep hulle bewustheid in die hier en nou te deel (vgl. 7.3.6.1). Hulle response word soos volg in tabelvorm weergegee.

**TABEL 29: SESSIE 6 (AKTIWITEIT 1)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 6: Aktiwiteit 1</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) te meld met watter effektiewe gevoelshanteringswyses hulle geëksperimenteer het en te meld hoe hulle op daardie oomblik gevoel het.	Slegs deelnemers 3 en 5 het met nuwe wyses geëksperimenteer om hulle gevoelens te hanteer. Deelnemer 3 het drie stringe krale geryg, terwyl deelnemer 5 begin stap het.  Al die deelnemers, behalwe deelnemer 6, het rustig gevoel. Deelnemer 6 het gespanne gevoel vanweë 'n eksamen wat sy moes aflê.	Deelnemers 1, 2, 4 en 6 het waarskynlik weerstand teen groei gebied deur nie met nuwe gedragswyses te eksperimenteer nie.  Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder, deurdat hulle geleentheid gekry het om op hulle bewustheid in die hier en nou te fokus.
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	Dit het voorgekom of die groep oor min energie beskik het, deurdat deelnemers se liggaamshoudings passief voorgekom het en hulle stiller was in vergelyking met die vorige sessies.	Die groep het waarskynlik vanuit die <b>impasselaag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, aangesien 'n gebrek aan energie voorgekom het.

### 8.2.6.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsaktiwiteit

Deelnemers is by wyse van 'n ontspanningsoefening (vgl. 4.8 en 7.3.6.2) gelei om in kontak met hulleself te kom, alvorens hulle deur middel van 'n projektiewe tegniek (vgl. 4.11.2.1) tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) gelei is. Resultate ten opsigte van die aktiwiteit word vervolgens in tabelvorm aangebied.

**TABEL 30: SESSIE 6 (AKTIWITEIT 2)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 6: Aktiwiteit 2</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om gemaklik te sit en met geslote oë aan die ontspanningsoefening (vgl. 4.8) deel te neem. Rustige agtergrondmusiek is benut, ten einde 'n ontspanne atmosfeer te skep (vgl. 4.9).	Al die deelnemers het positief op die ontspanningsoefening gereageer, deurdat hulle diep asemgehaal het en na afloop van die ontspanningsoefening ontspanne voorgekom het.	Dit blyk of deelnemers deur middel van die ontspanningsoefening (vgl. 4.8) in staat gestel is om met hulleself en hul omgewing kontak (vgl. 2.3.5) te maak.

**8.2.6.3 Aktiwiteit drie: Tekenaktiwiteit**

Tydens die derde aktiwiteit is deelnemers by 'n tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.1 en 7.3.6.3) betrek om hulle in staat te stel om hulle gevoelens op hulle tekeninge te projekteer (vgl. 4.10), hulle projeksies te besit (vgl. 3.8.3) en keuses (vgl. 3.8.2) te maak ten opsigte van toekomstige hantering daarvan. Vervolgens word resultate van die aktiwiteit in tabelvorm weergegee.

**TABEL 31: SESSIE 6 (AKTIWITEIT 3)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 6: Aktiwiteit 3</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om vir hulle een of twee huisies vanuit 'n verskeidenheid miniatuurhuisies wat dele van hulleself moes verteenwoordig, te kies en uitvoering aan 'n tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.1) te gee. Deelnemers moes na afloop van die tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.1) hulle tekeninge in hulle joernale beskryf en dit in pare met mekaar deel. (Vgl. Bylae 9.1: Beskrywing van tekening.) Hulle het soos volg in pare saamgewek: → Deelnemers 1 en 6 → Deelnemers 2 en 3 → Deelnemers 4 en 5	Al die deelnemers was in staat om huisies te kies, die tekenaktiwiteit uit te voer en hulle tekeninge met mekaar te deel.	Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik deur die aktiwiteit bevorder, deurdat hulle geleentheid gekry het om keuses te maak en op hulleself te fokus. Groepinteraksie (vgl. 3.2.2) is waarskynlik bevorder deurdat deelnemers geleentheid gekry het om hulle tekeninge met mekaar te deel.

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 6: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>'n Vrywillige deelnemer is versoek om 'n "warm stoel" (vgl. 4.7) teenoor die groepleier in te neem vir individuele werk. Die res van die deelnemers is versoek om as stil toeskouers op te tree en te wag met hulle insette tot na afloop van dié individuele werk. Die vrywillige deelnemer is gelei om haar tekening na aanleiding van Oaklander se 14 stappe (vgl. 4.11.2) te beskryf.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> was gewillig om 'n "warm stoel" (vgl. 4.7) teenoor die groepleier in te neem vir individuele werk. Sy het die tekenaktiwiteit geniet en het haar tekening beskryf as 'n groot plaas met berge, baie bome en bosse wat bestaan het uit koring- en aartappellanderye, 'n wildskamp, perske-, appelkoos- en kersieboorde, 'n rivier, 'n visvangdam, 'n strand en die see. Daar was twee huise waarvan een 'n vakansiestrandhuis was en die ander 'n "besige" huis waarin haar drie kinders gewoon het. Sy het spontaan met laasgenoemde woonhuis geïdentifiseer. Voor die woonhuis was 'n blomtuin, 'n spuitfontuindammetjie en 'n paadjie met 'n bruggie. Haar drie kinders het voor die woonhuis wat met musiek omring was, gestaan. Agter die woonhuis was 'n fabriek en hoenders wat sy nagelaat het om te teken. Langs die woonhuis was 'n groot boom. Die wildskamp was "rof en onbeskof" en was gevul met leeus en bokke. Deelnemer 1 het nagelaat om skape, reën en trekkers te teken en het as rede haar beperkte tekenvermoë aangevoer.</p>	<p>Deelnemer 1 het goeie samewerking gebied en was in staat om haar tekening te beskryf.</p>
<p>Deelnemer 1 is versoek om met verskillende objekte in haar tekening (vgl. Bylae 9.2: Deelnemer 1 se tekening) te identifiseer, dit te beskryf en dialoë tussen objekte te voer (vgl. 4.11.2).</p>	<p>Sy het positief met die verskillende objekte in haar tekening geïdentifiseer, dit beskryf en dialoë tussen geselekteerde objekte gevoer.</p>	<p>Deelnemer 1 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik bevorder deurdat sy in staat was om met die verskillende objekte te identifiseer en dialoë te voer (vgl. 4.11.2).</p>

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 6: Aktiwiteit 3</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p>Sy is gelei tot bewustheid ten opsigte van twee polariteite (vgl. 2.3.6) in haar lewe, naamlik verantwoordelikheid teenoor vryheid, en rustigheid na afloop van haar egskedding teenoor 'n gespanne huwelikslewe.</p>	<p>Deelnemer 1 se eie lewe het met haar tekening ooreengekom, deurdat sy net soos haar tekening sedert haar huwelikslewe finansieel moes voorsien, baie verantwoordelikhede gehad het en na 'n rustiger lewe gesmag het. Sy het terselfdertyd bewus geword van 'n behoefte aan vryheid. Deelnemer 1 het bewus geword van haar rustiger lewe na die egskedding, teenoor haar lewe saam met haar gewese huweliksmaat wat emosioneel onstabiel was.</p>	<p>Deelnemer 1 het moontlik integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) ten opsigte van die twee polariteite bereik.</p>
<p>Deelnemer 1 is deur middel van semantiese opklaring (vgl. 4.2) gelei om <b>“moet sorg”</b> met <b>“kies om”</b> te vervang. Sy is terselfdertyd deur middel van die <i>“neem verantwoordelikheid”</i>-tegniek (vgl. 4.13) gelei om verantwoordelikheid vir haar kinders se versorging te neem.</p>	<p>Sy het geverbaliseer dat sy vir haar kinders <b>“moet sorg”</b>. Sy was bereid om die woorde <b>“moet sorg”</b> met <b>“kies om”</b> te vervang.</p>	<p>Deelnemer 1 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik bevorder deurdat sy verantwoordelikheid ten opsigte van haar besluit om vir haar kinders te sorg, geneem het.</p>
	<p>Die wildskamp wat <i>“rof en onbeskof”</i> was het haar aan haar gewese huweliksmaat laat dink. Hy het altyd oor haar skouer geloer en haar probeer manipuleer en uit vrees vir hom en om die vrede te bewaar het sy gedoen wat hy gesê het. Sy het daarvan bewus geword dat sy in dié proses haar ware identiteit verloor het en dat sy 'n behoefte ervaar het om haarself weer te <i>“ontdek”</i>. Deelnemer 1 het bewus geword van die gevoel van vrees wat sy ten opsigte van haar gewese huweliksmaat, wat haar steeds na afloop van hulle egskedding probeer manipuleer het, ervaar het.</p>	<p>'n Onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar gewese huweliksmaat het oënskynlik deur middel van 'n projeksie (vgl. 4.10) op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn. Deelnemer 1 het waarskynlik deur middel van samevloeiing (vgl. 2.3.5.3) konflik met haar gewese huweliksmaat tydens hulle huwelikslewe probeer vermy en in die proses haar identiteit verloor. Haar identiteitsverwarring toon ooreenstemming met wat in die literatuurstudie (vgl. 5.3.4.5) bevind is. Deelnemer 1 se selfondersteuning (vgl. 3.8.2) is waarskynlik bevorder toe sy van 'n behoefte, naamlik om haarself weer te ontdek, bewus geword het. Deelnemer 1 het van haar vrees-gevoel bewus geword, dit erken en moontlik in besit geneem (vgl. 3.8.3).</p>



<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i>  <i>Sessie 6: Aktiwiteit 3</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
	<p>Sy het besef dat sy meer beheer bekom het, maar dat sy steeds nie opgewasse gevoel het om haar gewese huweliksmaat te hanteer nie. Sy wou nie vir hom bang wees nie en het twee keer sag en met 'n moeë stemtoon gemeld: <i>“Ek wil nie meer vir hom bang wees nie.”</i> Deelnemer 1 se nieverbale houding het weerspieël dat sy 'n gebrek aan energie ervaar het, deurdat haar skouers gehang het en haar stemtoon sag en moeg voorgekom het.</p>	<p>Alhoewel deelnemer 1 moontlik in kontak met haar angs gekom het, het sy oënskynlik nie oor energie beskik om daaraan aandag te skenk nie. Sy het waarskynlik vanuit die <b>impasse-laag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat sy angs en 'n gebrek aan energie ervaar het.</p>
<p>Deelnemer 1 is gelei om dialoë (vgl. 4.4) tussen verskillende objekte te voer om haar bewustheid ten opsigte van moontlike interne polariteite (vgl. 2.3.6) te bevorder.</p>	<p>Deelnemer 1 het tydens dialoë wat sy (as woonhuis) met haar kinders gevoer het bewus geword van haar gevoel van woede voortspruitend uit haar kinders se fantasieë dat sy en haar gewese huweliksmaat weer sou versoen.</p>	<p>Deelnemer 1 het moontlik bewus geword van haar woede, dit erken en in besit geneem (vgl. 3.8.3). Haar kinders se fantasieë dat hul ouers weer sou versoen blyk ooreenstemming met die literatuurstudie (vgl. 6.3.5) te toon.</p>
<p>Deelnemer 1 is deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) gelei om bewus te word van haar nieverbale kommunikasie.</p>	<p>Sy het haar <i>harder stemtoon en frons</i> toegeskryf aan haar gevoel van woede wat sy ten opsigte van haar gewese huweliksmaat ervaar het. Deelnemer 1 het <i>gesug</i> en bewus geword van haar frustrasie en magteloosheid wat sy ten opsigte van haar behuising ervaar het. Vanweë veiligheids- en finansiële redes was sy as enkelouer genoodsaak om haar plaas te verkoop.</p>	<p>Deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) is deelnemer 1 se bewustheid (vgl. 1.9.1) bevorder en het sy waarskynlik integrasie (vgl. 1.9.6) ten opsigte van haar gevoelens en nieverbale gedrag bereik. Deelnemer 1 se finansiële dilemma wat sy ten opsigte van haar behuising ervaar het, toon ooreenstemming met wat in die literatuurstudie (vgl. 6.6) bevind is.</p>
<p>Deelnemer 1 is gelei ten opsigte van 'n polariteit (vgl. 2.3.6) in haar lewe, naamlik twyfel teenoor sekerheid.</p>	<p>Sy het aanvanklik getwyfel of haar egskeiding die regte stap was, maar het rustigheid in dié verband gekry toe sy besef het dat sy en haar kinders na afloop van die egskeiding rustiger en minder gespanne was.</p>	<p>Deelnemer 1 het moontlik integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) ten opsigte van 'n polariteit (vgl. 2.3.6) rakende haar egskeiding bereik.</p>

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 6: Aktiwiteit 3</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemer 1 is gelei om te let op watter wyses sy haar gevoelens onderdruk het (vgl. 3.8.3)	Deelnemer 1 het besef dat sy haar gevoelens onderdruk het, deur nie daarvoor te praat nie en nie voor haar kinders te huil nie.	Sy het waarskynlik vanweë introjekte (vgl. 2.3.5.1) wat sy kritikloos vanuit die samelewing aangeneem het, haar gevoelens onderdruk en nie voor haar kinders gehuil nie. Deelnemer 1 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is oënskynlik bevorder, deurdat sy in staat was om te fokus op die wyses waarvolgens sy haar gevoelens onderdruk het.
Deelnemer 1 is gelei om aan effektiewe wyses te dink om haar gevoelens te hanteer (vgl. 3.8.3).	Deelnemer 1 het bewus geword van haar ondersteuningsbronne, naamlik haar ouers wat haar kon bystaan ten opsigte van al haar verantwoordelikhede as enkelouer. Sy kon met 'n standvastige vriend, naamlik die boom langs die woonhuis in haar tekening, haar vader en familie praat om haar gevoelens effektief te hanteer. Sy was bereid om elke dag 'n spesifieke tyd opsy te sit om aan haar gevoelens van vrees en woede te dink, ten einde beheer daarvoor te kry en te verhoed dat dié gevoelens haar die res van die dag sou "oorheers."	Deelnemer 1 was in staat om effektiewe gevoelshanteringswyses te identifiseer. Sy het verbaal haar bereid verklaar om met dié wyses te eksperimenteer.

#### **8.2.6.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek**

Deelnemers is by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om terugvoer na afloop van die vrywillige deelnemer se werk in die "warm stoel" (vgl. 4.7) te gee en terselfdertyd is hulle bewustheid ten opsigte van hulle eie gevoelens bevorder (vgl. 7.3.6.4). Vervolgens word die resulate van die aktiwiteit in tabelvorm weergegee.

**TABEL 32: SESSIE 6 (AKTIWITEIT 4)**

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i>  <i>Sessie 6: Aktiwiteit 4</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p>Deelnemers is versoek om by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer te gee ten opsigte van hoe hulle self deur <b>deelnemer 1</b> se werk beïnvloed is, wat hulle waargeneem het en hoe hulle eie ervarings ooreengestem het met deelnemer 1 s'n .</p>	<p>Deelnemers het op 'n spontane wyse met mekaar gekommunikeer en het positief aan die rondte-aktiwiteit deelgeneem.</p>	<p>Dit wil voorkom of groepinteraksie (vgl. 3.2.2) deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) bevorder is.</p>
<p><b>Deelnemer 2</b></p>	<p>Net soos deelnemer 1 het <b>deelnemer 2</b> ook baie verantwoordelike gehad. Hy het geverbaliseer dat hy nie sy gewese huweliksmaat gemis het nie, deurdat sy <i>“altyd geldgierig, veeleisend, selfsugtig en plesiersoekend”</i> was.</p>	<p><b>Deelnemer 2</b> het waarskynlik vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer, deurdat hy in sy onvoltooide sinnetoets (vgl. 8.1.1.4) gemeld het dat hy vir sy gewese huweliksmaat lief was en derhalwe sy werklike gevoelens ten opsigte van sy gewese huweliksmaat onderdruk het deur voor te gee dat hy haar nie mis nie.</p>
<p><b>Deelnemer 3</b> is deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) gelei, ten einde haar bewustheid in die hier en nou te bevorder.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> het bewus geword van God se belangrike rol in haar lewe. Sy was tydens haar huwelikslewe alleen verantwoordelik vir die finansiële en fisiese versorging van haar kind. Sy het besef dat sy nooit iets volgens haar gewese huweliksmaat reg doen het nie en dat sy dikwels net soos deelnemer 1 tydens haar huwelikslewe stilgebly het om vrede te bewaar. Deelnemer 3 het bewus geword van 'n liggaamsreaksie, naamlik bewe, wat sy vertolk het as vrees wat sy in die hier en nou ten opsigte van haar gewese huweliksmaat ervaar het. Sy het besef dat sy nog nie innerlik sterk genoeg was om haar gewese huweliksmaat te hanteer nie.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> het waarskynlik deur middel van samevloeiing (vgl. 2.3.5.3) konflik met haar gewese huweliksmaat tydens hulle huwelikslewe probeer vermy en in die proses haarself van selfondersteuning (vgl. 3.8.2) weerhou. Deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) is deelnemer 3 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) bevorder en het sy waarskynlik integrasie (vgl. 1.9.6) ten opsigte van haar gevoel (vrees) en nieverbale gedrag (bewe) bereik. Dit wil voorkom asof deelnemer 3 vanuit die <b>impasselaag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer het, deurdat sy bang (magteloos) gevoel het en selfondersteuning (vgl. 3.8.2) nog ontbreek het.</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 6: Aktiwiteit 4</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p><b>Deelnemer 4</b> is deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) gelei om sy bewustheid in die hier en nou te bevorder.</p> <p>Deelnemer 4 is tot insig gelei ten opsigte van 'n introjek (vgl. 2.3.5.1), naamlik dat hy nie na vrouens mag kyk en met hulle mag praat nie.</p>	<p>Net soos deelnemer 1 se gewese huweliksmaat altyd oor haar <i>“skouer geloer”</i> het, het <b>deelnemer 4</b> dieselfde in sy huwelikslewe ervaar. Tydens sy huwelikslewe het sy gewese huweliksmaat hom verbied om na ander vrouens te kyk en met hulle te praat.</p> <p>Deelnemer 4 het in die hier en nou bewus geword van sy <i>“rug wat sweet”</i> en 'n <i>“bang”</i>-gevoel wat hom skielik oorval het. Hy was bang dat hy <i>“weer iets verkeerds doen”</i>. Deelnemer 4 het besef dat hy toegelaat het dat sy gewese huweliksmaat hom steeds na afloop van hulle egskeiding gemanipuleer het, deurdat hy uit vrees vir wat sy gewese huweliksmaat sou sê, vrouens vermy het. Hy was bereid om aan elke vrou in die groep te sê: <i>“Ek mag met jou oogkontak maak en ek mag met jou praat”</i>.</p>	<p><b>Deelnemer 4</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is oënskynlik deur die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) bevorder, deurdat hy in staat was om sy gevoel van vrees na aanleiding van sy liggaamsreaksie te identifiseer. 'n Onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van sy gewese huweliksmaat het op sy figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn. Hy het waarskynlik vrouens vermy vanweë 'n introjek wat hy kritiekloos vanuit sy omgewing, naamlik sy gewese huweliksmaat, aangeneem het. Deelnemer 4 het moontlik integrasie bereik toe hy bereid was om aan homself toestemming te gee om met elke vrou in die groep te mag kommunikeer.</p>
<p><b>Deelnemer 5</b></p>	<p><b>Deelnemer 5</b> het soos deelnemer 1 bewus geword van haar behoefte aan rustigheid na afloop van 'n minder rustige huwelikslewe. Haar ouers was ook vir haar in haar egskeidingsituasie 'n belangrike ondersteuningsbron.</p>	<p><b>Deelnemer 5</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder deurdat sy bewus geword het van haar behoefte aan rustigheid. Dit wil voorkom asof sy vanuit die <b>fobiese laag</b> (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer het, deurdat sy haar ware gevoelens nog onderdruk het en waarskynlik opgetree het soos sy gereken het van haar verwag word.</p>

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <b>Sessie 6: Aktiwiteit 4</b>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<b>Deelnemer 6</b>	<b>Deelnemer 6</b> was tydens en na haar huwelikslewe verantwoordelik vir haar kinders se emosionele versorging. Sy het besef dat haar gewese huweliksmaat haar altyd met geld gemanipuleer het en dat sy dit toegelaat het. Sy het net soos deelnemer 1 haar identiteit tydens haar huwelikslewe prys gegee ter wille van vrede. Haar gewese huweliksmaat het haar emosioneel “afgekraak” en sy het ‘n behoefte gehad om haarself weer te ontdek.	<b>Deelnemer 6</b> het moontlik tydens haar huwelikslewe in samevloeiing (vgl. 2.3.5.3) met haar gewese huweliksmaat gefunksioneer, ten einde die vrede te bewaar en het in die proses haar identiteit prysgegee (vgl. 5.3.4.5) en haarself van selfondersteuning (vgl. 3.8.2) weerhou. Sy het waarskynlik vanuit die <b>impasselaag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat sy bewus geword het van haar ou prosesse van dink en doen (ou identiteit) wat sy wou agterlaat en nuwe wyses van dink en doen wat sy nog moes ontdek.
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	Deelnemers het positief aan die aktiwiteite deelgeneem en op ‘n spontane wyse met mekaar gekommunikeer. Die groep het bewus geword van gemeenskaplike gevoelens wat hulle na aanleiding van hulle egskeidingsituasies ervaar het. Die groep was in staat om aan effektiewe wyses te dink om hulle gevoelens te hanteer, naamlik fisiese oefening, huil, om met iemand te praat, ontspanningsoefeninge, skryf van ongeadresseerde briewe en om te luister na musiek.	Groepkohesie (vgl. 3.2.1) is waarskynlik na aanleiding van deelnemer 1 se werk bevorder, deurdat deelnemers bewus geword het van gemeenskaplike gevoelens. Deelnemers se bewustheid ten opsigte van effektiewe wyses om gevoelens te hanteer is bevorder, deurdat hulle in staat was om aan ses wyses te dink om hulle gevoelens te hanteer.

#### **8.2.6.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek, fantasie van ‘n veilige plek en rondte-tegniek**

Die vyfde aktiwiteit het die benutting van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van ‘n veilige plek (vgl. 4.5.2) behels, waardeur deelnemers geleentheid gebied is om na afloop van die tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.1) te ontspan (vgl. 4.8), hulleself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 3.8.4). Die rondte-tegniek (vgl. 4.1) is tydens die vyfde aktiwiteit benut om deelnemers se bewustheid in die hier en nou te bevorder. Resultate van die aktiwiteit word voorts in tabelvorm weergegee.

**TABEL 33: SESSIE 6 (AKTIWITEIT 5)**

<p><b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b>  <b>Sessie 6: Aktiwiteit 5</b></p>	<p><b>Deelnemers/groep se reaksie</b></p>	<p><b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b></p>
<p>Deelnemers is versoek om gemaklik te sit/lê, hulle oë te sluit en sonder om verbaal te reageer aan 'n eksperiment (pendeltegnyk, vgl. 4.6 en fantasie van 'n veilige plek, vgl. 4.5.2), wat rustige agtergrondmusiek (vgl. 3.9, panfluit) ingesluit het, deel te neem.</p> <p>Deelnemers is versoek om hulle bewuswordinge (vgl. Bylae 9.3: Bewuswording) in hulle joernale aan te teken en dit beurtelings (rondte-tegnyk, vgl. 4.1) in die groep te deel.</p>	<p>Dit blyk of al die deelnemers positief aan die eksperiment deelgeneem het, deurdat hulle gemeld het dat hulle meer ontspanne na afloop daarvan gevoel het.</p>	<p>Deelnemers se kontak met sigself en die omgewing is waarskynlik deur middel van die pendeltegnyk (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) bevorder. Hulle is moontlik ook deur middel van dié eksperiment bemagtig en gelei om te ontspan.</p>
<p><b>Deelnemer 1</b></p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het bewusgeword van haar behoefte aan rustigheid en dat sy meer in beheer van haar gevoelens was. Sy het positief oor die groepwerksessies gevoel en het gemeen “[die] sessies help baie vir my”.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder, deurdat sy meer beheer bekom het en in staat was om haar behoefte aan rustigheid te identifiseer.</p>
<p><b>Deelnemer 2</b></p>	<p><b>Deelnemer 2</b> het besef dat sy verantwoordelikhede ten opsigte van sy kinders na sy egskeiding onveranderd gebly het. Hy het egter vir sy verantwoordelikhede kans gesien, deurdat hy “Lig”, naamlik God, in sy lewe gekry het.</p>	<p><b>Deelnemer 2</b> het waarskynlik met 'n polariteit (vgl. 2.3.6) in sy lewe in kontak gekom, deurdat hy ten spyte van al sy verantwoordelikhede as enkelouer “Lig” (God) in sy lewe ervaar het.</p>
<p><b>Deelnemer 3</b></p>	<p><b>Deelnemer 3</b> het bewusgeword van haar vrees en woede ten opsigte van haar gewese huweliksmaat en het 'n behoefte aan vrede ervaar.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is bevorder, deurdat sy in kontak met sowel haar behoefte aan vrede as haar gevoelens, naamlik vrees en woede, gekom het. Sy was in staat om tydens emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) haar gevoelens te erken en in besit te neem (vgl. 3.8.3).</p>

Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 6: Aktiwiteit 5	Deelnemers/groep se reaksie	Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon
<b>Deelnemer 4</b>	<b>Deelnemer 4</b> het besef dat hy nog vrees ten opsigte van sy vorige huweliksmaat ervaar het. Hy het bewus geword van 'n behoefte om innerlik sterk te word en sy vrees te oorkom.	<b>Deelnemer 4</b> het waarskynlik vanuit die <b>impasselaag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat hy gekonfronteer is met ou prosesse van dink en doen wat hy moes agterlaat (sy vrees vir sy gewese huweliksmaat) en nuwe wyses van dink en doen (om innerlik sterk te word en sy vrees te oorkom).
<b>Deelnemer 5</b> se bewustheid is bevorder ten opsigte van 'n defleksie (" <b>n mens</b> ", vgl. 2.3.5.5).	<b>Deelnemer 5</b> het bewus geword van die kalmte en rustigheid wat sy na afloop van die groepwerkaktiwiteite ervaar het. Sy het tot die besef gekom dat " <b>n mens dink jou probleme is die grootste, maar 'n ander s'n is groter</b> ".	<b>Deelnemer 5</b> het moontlik deur middel van defleksie (vgl. 2.3.5.5) haar van haar gevoelens probeer distansieer deur na " <b>n mens</b> " (vgl. 4.2) te verwys .
<b>Deelnemer 6</b> is deur middel van semantiese opklaring (vgl. 4.2) gelei om verantwoordelikheid vir haar gevoelens te neem.	<b>Deelnemer 6</b> het bewus geword van haar finansiële en emosionele verantwoordelikheid as enkelouer. Sy het ook daarvan bewus geword dat " <b>n mens afgebreek is en nou weer jousef kan opbou</b> ". Sy was bereid om die woorde " <b>n mens</b> " met 'n " <b>ek</b> "-stelling te vervang.	<b>Deelnemer 6</b> het waarskynlik deur middel van projeksie (2.3.5.2) weerstand gebied en gepoog om haar gevoelens te vermy. Sy het waarskynlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik toe sy verantwoordelikheid vir haar gevoelens geneem het en bereid was om 'n " <b>ek</b> "-stelling te maak.

Deelnemers is uitgedaag om te eksperimenteer met effektiewe wyses om hulle gevoelens te hanteer en om notas van hulle droominhoud te maak en dit te hou vir die doeleindes van groepwerksessie sewe.

Vanuit bogenoemde kan afgelei word dat die doelstelling en doelwitte wat ten opsigte van groepwerksessie sewe gestel is, bereik is, deurdat deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) bevorder is. Deelnemers is deur middel van 'n projektiewe tegniek (vgl. 4.11.2.1) in staat gestel om hulle gevoelens te projekteer (vgl. 4.10), bewus te word van polariteite (vgl. 2.3.6) in hulle lewens, hulle gevoelens te erken en te besit (vgl. 3.8.3) en keuses (vgl. 3.8.2) te maak ten opsigte van toekomstige hantering daarvan. Groepaktiwiteite en -tegnieke is sodanig aangewend dat maksimale deelname van deelnemers verkry is en groepinteraksie (vgl. 3.2.2) daardeur bevorder is. Dit blyk of deelnemers een, drie, vier en ses asook die

groep vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer het, terwyl deelnemers twee en vyf nog vanuit die fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer het. Deelnemers en die groep se groei deur Perls se lae van neurose (Harman 1989:41) word soos volg in tabelvorm deurgegee.

**TABEL 34: DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE**

DEELNEMERS:	1	2	3	4	5	6	Groep
Vals laag							
Fobiese laag							
Impasselaag							
Implosiewe laag							
Eksplousiewe laag							

**8.2.7 Sessie sewe: Emosionele uitdrukking (droomwerk). Tema – Ek droom en gee uiting aan my gevoelens**

Tydens gestaltgroepwerksessie sewe (vgl. 7.3.7) is deur middel van droomwerk (vgl. 4.10.2) op deelnemers se emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) gefokus. Voorts word die verloop van sessie sewe, wat uit vyf aktiwiteite bestaan het, beskryf.

**8.2.7.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Deelnemers het by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gekry om terugvoer te gee ten opsigte van die opdrag van die vorige groepwerksessie en om hulle bewustheid in die hier en nou te deel. Resultate van dié aktiwiteit word voorts in tabelvorm weergegee.

**TABEL 35: SESSIE 7 (AKTIWITEIT 1)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 7: Aktiwiteit 1</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) te meld met watter effektiewe gevoelshanteringswyses hulle geëksperimenteer het en te meld hoe hulle op daardie spesifieke tydstep voel.	Al die deelnemers het met effektiewe wyses om hulle gevoelens te hanteer geëksperimenteer. Deelnemers 1, 3 en 4 het hulle gevoelens met iemand gedeel, terwyl deelnemers 2 en 5 fisies geoefen het. Deelnemer 6 het elke dag 'n spesifieke tyd benut om aan	Die groep het waarskynlik vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer deurdan deelnemers met hanteringswyses om hulle gevoelens effektief te hanteer, geëksperimenteer het.



<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 7: Aktiwiteit 1</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
	Haar gevoelens te dink.  Deelnemers 1, 3, 4 en 5 het rustig gevoel, terwyl deelnemer 2 moeg was vanweë erge hitte en 'n siektetoestand. Deelnemer 5 het tydens die dag fisies onwel gevoel, vanweë 'n maagvirus. Deelnemer 6 het goed gevoel.	Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder, deurdad hulle geleentheid gekry het om op hulle bewustheid in die hier en nou te fokus. Deelnemers 2 en 5 se siektetoestande vanweë 'n maagvirus het moontlik verband gehou met wat in die literatuurstudie bevind is, naamlik dat geskeide individue in die vroeë volwasse fase meer vatbaar vir virusse was (vgl. 6.3).
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	Deelnemers was bly om mekaar te sien en het op 'n spontane wyse met mekaar gekommunikeer.	Groepinteraksie (vgl. 3.2.2) is waarskynlik by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) bevorder.

### **8.2.7.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsoefening**

Deur die tweede aktiwiteit (vgl. 4.8 en 7.3.7.2) is deelnemers gelei om in kontak met hulleself te kom, alvorens hulle deur middel van 'n projektiewe tegniek, naamlik droomwerk (vgl. 4.10.2) tot emosionele uitdrukking gelei is. Die aktiwiteit het soos volg verloop.

**TABEL 36: SESSIE 7 (AKTIWITEIT 2)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 7: Aktiwiteit 2</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om gemaklik te sit en met geslote oë aan die ontspanningsoefening (vgl. 4.8) deel te neem. Rustige agtergrondmusiek is gespeel om 'n ontspanne atmosfeer te skep (vgl. 4.9). Deelnemers is versoek om met geslote oë te bly sit, alvorens na die volgende aktiwiteit, naamlik droomwerk (vgl. 4.10.2) oorbeweeg is.	Al die deelnemers het positief op die ontspanningsoefening gereageer, deurdad hulle diep asemgehaal het en na afloop van die ontspanningsoefening ontspanne voorgekom het.	Deelnemers is moontlik deur middel van die ontspanningsoefening (vgl. 4.8) in staat gestel om met hulleself en hul omgewing kontak (vgl. 2.3.5) te maak.

### **8.2.7.3 Aktiwiteit drie: Droomwerk**

Die derde aktiwiteit (vgl. 4.10.2 en 7.3.7.3) was daarop gerig om deelnemers in staat te stel om bewus te word van die vervreemde dele van hulle persoonlikheid en van die boodskap

wat hulle deur middel van hulle drome aan hulleself gegee het. Resultate van die aktiwiteit word vervolgens in tabelvorm weergegee.

**TABEL 37: SESSIE 7(AKTIWITEIT 3)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <b>Sessie 7: Aktiwiteit 3</b>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om met geslote oë aan 'n droom te dink, waarna hulle gelei is tot bewustheid van hulle voete wat aan die vloer geraak het, hulle asemhaling (vgl. 4.10.2) en van die agtergrondmusiek (vgl. 4.9). Hulle is voorts versoek om hulle oë te open, hulle drome te teken, in pare te deel en hulle drome aan mekaar te beskryf. (Vgl. 4.10.2 en Bylae 10.1: Droomwerk.)	Al die deelnemers het positief aan die bewuswordings-aktiwiteit (vgl. 4.10.2) deelgeneem en was in staat om tekenmateriaal te kies, hulle drome te teken en dit met mekaar te deel.	Groepinteraksie (vgl. 3.2.2) is oënskynlik deur middel van die aktiwiteit bevorder, deurdat deelnemers geleentheid gekry het om hulle drome met mekaar te deel. Deelnemers se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik bevorder deurdat hulle in staat was om tekenmateriaal te kies.
'n Vrywillige deelnemer is uitgenooi om in die <i>“warm stoel”</i> (vgl. 4.7) plek in te neem en individuele werk saam met die gestaltgroepleier te doen. Die res van die deelnemers is versoek om as stil toeskouers op te tree en met hulle insette te wag tot na afloop van dié individuele werk. Die deelnemer (dromer) in die <i>“warm stoel”</i> (vgl. 4.7) is voorts gelei om na aanleiding van Oaklander se stappe ten opsigte van projektiewe werk (vgl. 4.10), sy droom in die eerste persoon en in die teenwoordige tyd te beskryf.	<b>Deelnemer 2</b> was bereid om die <i>“warm stoel”</i> in te neem. Hy het in sy droom aan 'n groot junior stoeikampioenskap deelgeneem. Hy het al sy opponente gewen en 'n goue medalje en Springbokkleure verwerf, wat hom baie opgewonde en bly laat voel het. Sy droomelemente het bestaan uit sy afrigter, sy beste vriend wat ook 'n goue medalje gewen het, toeskouers, die beoordelingspaneel en sy grootste opponent, die mat waarop die stoei plaasgevind het, sy goue medalje en Springbokkleure. Deelnemer 2 het die spesifieke droom herhaaldelik gedurende sy kinderjare gedroom. (Vgl. Bylae 10.2: Deelnemer 2 se droom.)	Deelnemer 2 het goeie samewerking gebied en was in staat om sy droom te beskryf.
Deelnemer 2 (vrywillige deelnemer) is gelei om met die verskillende droomelemente te identifiseer deur dit te word en dit in die hier en nou te beskryf en te ervaar (vgl. 4.10).	Deelnemer 2 het dit aanvanklik moeilik gevind om sy droom in die teenwoordige tyd te vertel. Hy het later positief daarin geslaag om met die droomelemente te identifiseer, dit te beskryf en te ervaar.	Sy bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik bevorder deurdat hy in staat was om met die verskillende droomelemente te identifiseer, dit te beskryf en te ervaar.

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 7: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
Deelnemer 2 is gelei om dialoë (vgl. 4.4) by wyse van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) met sy verskillende droomelemente en polariteite te voer.	Deelnemer 2 het dialoë met al sy droomelemente gevoer en bewus geword van sy gevoelens van blydschap en opgewondenheid nadat hy gewen het.	Deelnemer 2 het oënskynlik in kontak met sy gevoelens, naamlik opgewondenheid en blydschap gekom.
Deelnemer 2 is versoek om deur middel van die vergrotings/oordrywingstegniek (vgl. 4.8.1) te herhaal dat hy baie opofferings moes maak en hard moes werk.	Hy het besef dat hy baie moes opoffer en hard moes werk om te kon wen en dat hy 'n goeie verhouding met sy afrigter gehad het.	Sy bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder deur die vergrotings/oordrywingstegniek (vgl. 4.8.1).
Deelnemer 2 is gelei ten opsigte van 'n polariteit (vgl. 2.3.6) in sy lewe, naamlik wen teenoor verloor.	Hy het tydens sy dialoog met sy opponent bewus geword van die hartseer wat met verloor gepaard gegaan het, maar het besef dat die lewe uit sowel wen as verloor bestaan. Deelnemer 2 het soos sy opponent in sy droom ook hartseer beleef toe hy uitgevind het van sy gewese huweliksmaat se buite-egtelike verhoudings.	Hy het moontlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik toe hy bewus geword het van 'n polariteit (vgl. 2.3.6) in sy lewe, naamlik wen teenoor verloor. Dit blyk of hy in kontak met sy hartseer gekom het, dit erken en in besit geneem het. 'n Onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van sy gewese huweliksmaat het waarskynlik deur middel van projeksie (vgl. 4.10) op sy figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn.
Deelnemer 2 is deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) gelei, ten einde sy bewustheid in die hier en nou te bevorder.	Deelnemer 2 se bene het tydens sy dialoog met sy opponent begin beweeg. Hy het dié liggaamsreaksie toegeskryf aan sy opgewondenheid vanweë sy prestasie (wen).	Hy het integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) ten opsigte van sy gevoel van opgewondenheid en sy liggaamsreaksie bereik (vgl. 1.9.6 en 2.5.3).
Die dromer is voorts gelei om 'n einde vir sy droom te formuleer en 'n boodskap uit sy droom te kry.	Deelnemer 2 sou sy droom wou eindig deur homself te sien as mededinger in die wêreldstoeikampioenskappe. Sy droom se boodskap aan hom was dat hy baie opofferings in sy lewe moes maak, wat hom van ander plesier weerhou het.	Dit blyk of deelnemer 2 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) bevorder is toe hy bewus geword het van die baie opofferings wat hy in sy lewe moes maak.

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 7: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>Deelnemer 2 is gelei om sy droom met sy werklike lewe te vergelyk (vgl. 4.10). Hy is deur middel van semantiese opklaring (vgl. 4.2) gelei om die woord “<b>moet</b>” met “<b>ek kies om</b>” te vervang, en deur middel van die “<i>ek neem verantwoordelikheid</i>”-tegniek, verantwoordelikheid vir sy daade te neem (vgl. 4.13).</p>	<p>Deelnemer 2 moes in sy werklike lewe ook baie opofferings ten opsigte van sy werk en sy kinders maak: “<i>Ek moet baie opofferings maak ten opsigte van my werk en my kinders.</i>”</p>	<p>Deelnemer 2 het moontlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik toe hy bereid was om deur middel van semantiese opklaring (vgl. 4.2) en die “<i>ek neem verantwoordelikheid</i>”-tegniek (vgl. 4.13), verantwoordelikheid vir sy daade te neem.</p>
<p>Deelnemer 2 is gelei om ‘n dialoog (vgl. 4.4) by wyse van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) met sy gewese huweliksmaat te voer. Hy moes namens homself en sy gewese huweliksmaat praat.</p> <p>Deelnemer 2 is gelei ten opsigte van ‘n polariteit (vgl. 2.3.6) in sy lewe, naamlik hartseer teenoor blydschap.</p>	<p>Deelnemer 2 was bereid om sy gewese huweliksmaat in die leë stoel te plaas en ‘n dialoog met haar te voer. Hy het bewus geword van die “<i>moeilike en pyn</i>” wat sy in sy lewe veroorsaak het en dat sy geen aandag aan hulle kinders gegee het nie. Hy het terselfdertyd bly gevoel dat sy gewese huweliksmaat nie langer deel van sy lewe was nie.</p>	<p>‘n Moontlike onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van sy egskeiding het deur middel van ‘n dialoog (vgl. 4.4) met sy gewese huweliksmaat in die leë stoel (vgl. 4.10.1) op sy figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn. Deelnemer 2 het waarskynlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) ten opsigte van ‘n polariteit (vgl. 2.3.6), naamlik hartseer (pyn) teenoor blydschap rakende sy egskeiding bereik.</p>
<p>Deelnemer 2 is tot insig gelei ten opsigte van ‘n kontakgrensversteuring, naamlik defleksie (vgl. 2.3.5.5) wat hy benut het deur op ‘n indirekte wyse ten opsigte van sy gewese huweliksmaat te verbaliseer.</p>	<p>Deelnemer 2 was tydens sy werk in die “<i>leë stoel</i>” geneig om op ‘n indirekte wyse na sy gewese huweliksmaat te verwys. Hy is byvoorbeeld deur die groepleier gelei om aan sy gewese huweliksmaat verbaal te noem wat sy aan hom gedoen het, waarop hy as volg gereageer het: “<i>Sy het hartseer en pyn veroorsaak.</i>” Hy het bewus geword van ‘n gevoel van jammerte wat hy ten opsigte van sy gewese huweliksmaat ervaar het, deurdad sy haar na die egskeiding in swakker omstandighede bevind het.</p>	<p>Dit het voorgekom asof hy deur middel van defleksie (vgl. 2.3.5.5) weerstand gebied het om kontak met sy gewese huweliksmaat te maak, deurdad hy op ‘n indirekte wyse na haar verwys het.</p> <p>Deelnemer 2 het oënskynlik bewus geword van sy gevoelens van pyn, hartseer en jammerte en het dit erken en in besit geneem (vgl. 3.8.3).</p>

Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 7: Aktiwiteit 3	Deelnemers/groep se reaksie	Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon
Deelnemer 2 se weerstand is gerespekteer (vgl. 3.6.1.3), deurdat geen druk op hom geplaas is ten opsigte van sy dialoog met sy gewese huweliksmaat nie.	Deelnemer 2 kon aan geen respons dink wat sy gewese huweliksmaat vanuit die leë stoel vir hom wou sê nie.	Deur kontak met sy gewese huweliksmaat te vermy het deelnemer 2 waarskynlik weerstand by wyse van <b>defleksie</b> (vgl. 2.3.5.5) gebied. Dit kom voor asof deelnemer 2 vanuit sy <b>impasselaag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer het, deurdat hy weerstand gebied het om aan 'n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) wat ten opsigte van sy egskeiding op sy figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het, te werk.

#### 8.2.7.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek

Deelnemers is by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om terugvoer na afloop van die vrywillige deelnemer (dromer) se werk in die “warm stoel” (vgl. 4.7) te gee en terselfdertyd is hulle bewustheid ten opsigte van hulle eie gevoelens bevorder (vgl. 7.3.7.4). Resultate van die aktiwiteit word soos volg in tabelvorm weergegee.

**TABEL 38: SESSIE 7 (AKTIWITEIT 4)**

Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 7: Aktiwiteit 4	Deelnemers/groep se reaksie	Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon
Deelnemers is versoek om by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer te gee ten opsigte van hoe hulleself deur deelnemer 2 se werk beïnvloed is, hoe hulle eie ervarings met deelnemer 2 s'n ooreengestem het en waarvan hulle bewus geword het in die hier en nou. (Vgl. Bylae 10.3: Droomwerk na afloop van 'n vrywillige deelnemer se werk in die “warm stoel”.)		
<b>Deelnemer 1</b> is deur middel van taalgebruik (vgl. 4.4) en die “ <i>ek neem verantwoordelikheid</i> ”-tegniek (vgl. 4.13) gelei om verantwoordelikheid (vgl. 4.13) vir haar gevoelens te neem.	<b>Deelnemer 1</b> het na aanleiding van deelnemer 2 se werk gekies om opofferings ten opsigte van haar kinders te maak en hard en doelgerig te werk om bo uit te kom.	<b>Deelnemer 1</b> het moontlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik, deurdat sy verantwoordelikheid geneem het deur te kies om opofferings ten opsigte van haar kinders te maak en hard en doelgerig te werk.

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 7: Aktiwiteit 4</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>Deelnemer 1 is tot insig gelei ten opsigte van 'n kontakgrensversteuring, naamlik projeksie (vgl. 2.3.5.2), wat sy benut het deur deelnemer 2 se gewese huweliksmaat te blameer vir wat in haarself ontstaan het.</p> <p>Deelnemer 1 is gekonfronteer (vgl. 3.4) ten opsigte van haar indirekte verwysing na haarself.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het aan deelnemer 2 gesê dat sy gewese huweliksmaat waarskynlik vir hom wou sê dat sy jammer was.</p> <p>Deelnemer 1 het op 'n indirekte wyse na haarself as "sy" verwys toe sy deelnemer 2 meegedeel het dat sy in 'n buite-egtelike verhouding betrokke geraak het vanweë 'n gebrek aan liefde, aanvaarding en koestering. Deur middel van konfrontasie (vgl. 3.4) het sy erken dat sy eintlik na haarself verwys het. Sy het die tydperk van haar buite-egtelike verhouding as die "seerste seer" in haar lewe beskryf en 'n opmerking gemaak dat niemand "klippe" moes gooi nie. Sy het besef dat alhoewel sy na aanleiding van haar buite-egtelike verhouding deur "seerkry en moeilike tye is", sy in die proses geestelik gegroei het en haarself nie as "sleg" beskou het nie.</p>	<p>Dit wil voorkom asof <b>deelnemer 1</b> deur middel van <b>projeksie</b> (vgl. 2.3.5.2) weerstand gebied het deur die omgewing (deelnemer 2 se gewese huweliksmaat) verantwoordelik te hou vir 'n gevoel van jammerte wat in haarself ontstaan het.</p> <p>Deelnemer 1 het waarskynlik deur middel van projeksie (vgl. 2.3.5.2) weerstand getoon en gepoog om haar van haar gevoelens te distansieer. Sy is deur middel van konfrontasie (vgl. 3.4) gelei om verantwoordelikheid vir haar geprojekteerde (vgl. 2.3.5.2) gevoelens te neem. Deelnemer 1 het moontlik vanuit die <b>impasselaag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat sy weerstand getoon het, haarself verontskuldig het en nie verantwoordelikheid vir haar daade geneem het nie. Sy het waarskynlik met 'n polariteit (vgl. 2.3.6) in haar lewe in kontak gekom toe sy bewus geword het van geestelike groei wat sy na aanleiding van haar buite-egtelike verhouding (moeilike tye) ervaar het.</p>
<p><b>Deelnemer 3</b></p>	<p><b>Deelnemer 3</b> is positief deur deelnemer 2 se droomwerk beïnvloed. Sy was opgewonde en vol verwagting, deurdat sy haar "trouman" ontmoet het en positief oor hulle verhouding gevoel het. Sy het rustig, kalm en in beheer gevoel en was nie meer bang vir haar gewese huweliksmaat nie. Sy het gekies om 'n goeie ouer vir haar kind te wees.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> se selfondersteuning (vgl. 3.8.2) is moontlik bevorder deurdat sy kans gesien het vir 'n nuwe verhouding, beheer (vgl. 3.8.2.2) gekry het oor haar vrees wat sy ten opsigte van haar gewese huweliksmaat ervaar het en 'n keuse kon maak. Dit blyk of sy vanuit die <b>implosiewelaag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer het, deurdat sy met nuwe gedrag geëksperimenteer het en oënskynlik oor verhoogde energie beskik het. Laasgenoemde is egter teruggehou vanweë haar gevoel van rustigheid en kalmte waarmee sy in kontak gekom het.</p>

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i>  <i>Sessie 7: Aktiwiteit 4</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p><b>Deelnemer 4</b></p> <p>Deelnemer 4 is gelei om deur middel van die vergrotings-/oordrywingstegniek (vgl. 4.8.1) verbaal te herhaal dat hy 'n behoefte aan geluk ervaar het.</p>	<p><b>Deelnemer 4</b> het vanuit deelnemer 2 se droomwerk bewus geword van mislukings wat hy vorentoe kon ervaar het, maar het besluit om soos deelnemer 2 positief te bly en die lewe as 'n uitdaging te sien. Hy het bewus geword van sy verligting om geskei te wees. Net soos deelnemer 2 moes hy ook talle opofferings maak terwyl hy getroud was. Hy moes byvoorbeeld met 'n "siek" huweliksmaat saamleef wat haar deur denkbeeldige stemme laat voorskryf het. Hy moes onder meer van sy honde en kokketiel ontslae raak toe sy gewese huweliksmaat daarvan oortuig was dat sy in 'n kat verander het. Deelnemer 4 het bewus geword van sowel gevoelens van hartseer as gevoelens van dankbaarheid teenoor sy gewese huweliksmaat wat vir hom twee kinders in die lewe gebring het. Hy het 'n potensiele lewensmaat ontmoet met wie sy kinders baie goed oor die weg gekom het. Hy het emosioneel geraak en sy hartseer as geluk vertolk aangesien dit hom gelukkig gemaak het om sy kinders gelukkig te sien. Deelnemer 4 het besluit dat sy gewese huweliksmaat nie verder 'n houvas oor hom sou hê nie en dat hy bo sy omstandighede wou uitstyg.</p> <p>Hy het 'n behoefte gehad om gelukkig te wees en het dieselfde vir elkeen in die groep toegewens.</p>	<p><b>Deelnemer 4</b> het moontlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) ten opsigte van 'n polariteit (vgl. 2.3.6) in sy lewe, naamlik mislukking teenoor uitdaging bereik. Hy het deur middel van deelnemer 2 se droomwerk bewus geword van 'n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) wat ten opsigte van sy gewese huweliksmaat op sy figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het. Deelnemer 4 het bewus geword van sy gevoelens, naamlik hartseer, dankbaarheid en geluk, dit erken en in besit geneem (vgl. 3.8.3). Hy het oënskynlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik toe hy bewus geword het van sy nieverbale reaksie en dit as blydschap kon identifiseer. Dit blyk of deelnemer 4 se bewustheid (1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) bevorder is, deurdat hy 'n besluit ten opsigte van sy gewese huweliksmaat kon neem en uiting aan 'n behoefte kon gee. Alhoewel dit voorkom asof hy oor energie beskik het en bewus was van sy eie gedrag en gevoelens, het hy oënskynlik nog sy energie teruggehou deur nie tot aksie oor te gaan nie. Sodoende het hy waarskynlik vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer .</p> <p>Sy bewustheid (1.9.1 en 3.3.1) ten opsigte van sy behoefte aan geluk is moontlik deur die vergrotings-/oordrywingstegniek (vgl. 4.8.1) bevorder.</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 7: Aktiwiteit 4</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<b>Deelnemer 5</b>	<b>Deelnemer 5</b> het besef dat die lewe uit wen en verloor bestaan het en dat albei aanvaar moes word. Sy het na aanleiding van haar egskeding soos 'n verloorder gevoel. Dit was vir deelnemer 5 "sleg" om van haar huweliksmaat te skei en sy het erken dat sy vir hom kwaad was. Net soos deelnemer 2 het sy ook jammer vir haar gewese huweliksmaat gevoel en het sy besef dat haar egskeding nie 'n fout was nie. Sy het bewus geword van 'n behoefte om "n goeie werkende mamma" te wees.	<b>Deelnemer 5</b> het moontlik met 'n polariteit (vgl. 2.3.6), naamlik wen teenoor verloor ten opsigte van haar egskeding in kontak gekom. 'n Onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar miskukte huwelik het waarskynlik op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn. Sy het besef dat sy as "verloorder" uit die huwelik getree het en het "sleg" daarvoor gevoel. Sy was in staat om haar gevoelens (woede en jammerte) te erken en te besit (vgl. 3.8.3). Dit wil voorkom asof deelnemer 5 vanuit die <b>impasselaag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer het, deurdat sy soos 'n verloorder gevoel het en waarskynlik 'n gebrek aan selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) ervaar het.
<b>Deelnemer 6</b>	<b>Deelnemer 6</b> het besef dat die lewe uit wen en verloor bestaan het. Sy het direk aan deelnemer 2 gesê dat sy agtergekom het dat hy 'n goeie man was. Sy het erken dat haar situasie soortgelyk aan deelnemer 2 s'n was, deurdat sy ook verwerp is. Deelnemer 6 het ook jammer vir haar gewese huweliksmaat gevoel, deurdat hy hom na die egskeding in 'n swakker finansiële posisie bevind het. Sy het bewus geword van die positiese ten opsigte van haar egskedingsituasie.	<b>Deelnemer 6</b> het waarskynlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) ten opsigte van 'n polariteit (vgl. 2.3.6) in haar lewe, naamlik wen teenoor verloor, bereik. Sy het oënskynlik bewus geword van haar gevoelens van verwerping en jammerte en het dit erken en in besit geneem (vgl. 3.8.3). Deelnemer 6 het waarskynlik vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) funksioneer deurdat sy nie weerstand openbaar het nie en met nuwe gedrag (direkte kommunikasie) geëksperimenteer het.
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b> Die groepleier het 'n observasie met die groep gedeel (vgl. 3.4), naamlik dat dit voorgekom het of hulle soos 'n eenheid gefunksioneer het en dat hulle mekaar vertrou het.	Deelnemers het spontaan met mekaar gekommunikeer en bewus geword van gemeenskaplike ervarings en gevoelens. Hulle het besef dat die lewe uit polariteite bestaan en dat hulle oor teenoorgestelde gevoelens kon beskik.	Groepkohesie (vgl. 3.2.1) is moontlik bevorder deurdat die groep positief as 'n eenheid gefunksioneer het en onderlinge vertroue voorgekom het. Die groep se bewustheid (1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van polariteite (vgl. 2.3.6) is bevorder.



<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 7: Aktiwiteit 4</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>		Dit wil voorkom asof die groep vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer het, deurdat hulle oor verhoogde energie beskik het en al hoe meer in kontak met hulle gevoelens gekom het. Die benutting van energie wat kenmerkend van die eksplousiewe laag (vgl. 3.6.1.5) is, het egter nog ontbreek. Energie is moontlik nog teruggehou vanweë deelnemers se intense bewustheid van die interaksie van polariteite (vgl. 2.6.3) in hulle lewens (vgl. 3.6.1.4).

#### **8.2.7.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek**

Aktiwiteit vyf (vgl. 7.3.7.5) het die benutting van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) behels, ten einde deelnemers geleentheid te bied om na afloop van droomwerk (vgl. 4.10.2) te ontspan (vgl. 4.8), hulleself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 3.8.4). Resultate van die aktiwiteit word vervolgens in tabelvorm weergegee.

**TABEL 39: SESSIE 7 (AKTIWITEIT 5)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 7: Aktiwiteit 5</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om gemaklik te sit, hulle oë te sluit en, sonder om verbaal te reageer, aan 'n eksperiment (vgl. 4.5, 4.6, 4.8 en 3.8.4) wat rustige agtergrondmusiek (vgl. 3.9) ingesluit het, deel te neem.	Dit wil voorkom of al die deelnemers positief aan die eksperiment deelgeneem het, deurdat hulle meer ontspanne na afloop daarvan voorgekom het.	Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van hulleself is waarskynlik deur middel van die aktiwiteit bevorder. Hulle is oënskynlik by wyse van die aktiwiteit in staat gestel om te ontspan, hulleself te bemagtig en te vertroetel.

As opdrag is deelnemers uitgedaag om ongeadresseerde briewe aan individue (gewese huweliksmaats), wat hulle hartseer of kwaad gemaak het te rig.

Vanuit bogenoemde word afgelei dat groepwerksessie sewe se doelstelling en doelwitte bereik is, deurdat deelnemers deur middel van 'n projektiewe tegniek, naamlik droomwerk (vgl. 4.10.2), in staat gestel is om hulle gevoelens te projekteer, in kontak te kom met hulle

emosionele onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) en polariteite (vgl. 2.3.6), hulle gevoelens te besit (vgl. 3.8.3) en keuses (vgl. 3.8.2) te maak ten opsigte van die toekomstige hantering daarvan, ten einde met verhoogde bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer. Deelnemers is deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) in staat gestel om te ontspan, hulleself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 4.12). Dit blyk of deelnemers een, twee en vyf tydens groepwerksessie sewe vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer het, terwyl deelnemers drie, vier en ses, asook die groep, vanuit die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer het. Deelnemers en die groep se groei deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1 en 3.8) tydens groepwerksessie sewe, word vervolgens in tabelvorm uiteengesit.

**TABEL 40: DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE**

<b>DEELNEMERS:</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>Groep</b>
<b>Vals laag</b>							
<b>Fobiese laag</b>							
<b>Impasselaag</b>							
<b>Implosiewe laag</b>							
<b>Eksplousiewe laag</b>							

**8.2.8 Sessie agt: Emosionele uitdrukking (tekenaktiwiteit). Tema – Ek teken op 'n "koekboks" en gee uiting aan my gevoelens**

Gestaltgroepwerksessie agt (vgl. 4.11.2.2 en 7.3.8) het gefokus op deelnemers se emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3). Die verloop van gestaltgroepwerksessie agt, wat uit vyf aktiwiteite bestaan het, word vervolgens beskryf.

**8.2.8.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Deelnemers het by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gekry om terugvoer ten opsigte van die vorige groepwerksessie se opdrag te gee en om beurtelings in die groep hulle bewustheid in die hier en nou te deel (vgl. 7.3.8.1). Resultate van die aktiwiteit word soos volg in tabelvorm weergegee.

**TABEL 41: SESSIE 8 (AKTIWITEIT 1)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 8: Aktiwiteit 1</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<p>Deelnemers is by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om terugvoer te gee ten opsigte van 'n vorige opdrag, naamlik om ongeadresseerde briewe aan persone (gewese huweliksmaats) wat hulle kwaad/hartseer gemaak het te skryf. Hulle is voorts versoek om beurtelings in die groep hulle bewustheid in die hier en nou te deel.</p>	<p>Deelnemers 1, 3, 5 en 6 het ongeadresseerde briewe aan hulle gewese huweliksmaats geskryf. Deelnemer 2 wou nie 'n brief aan sy gewese huweliksmaat skryf nie en het as rede aangevoer dat hy nie geweet het wat om vir haar te sê nie. Deelnemer 4 het vanweë onvoorsiene lang werksure nie tyd gekry om 'n brief aan sy gewese huweliksmaat te skryf nie.</p> <p>Deelnemers 1, 2, 4 en 5 het in die hier en nou moeg gevoel vanweë hitte en die dag se harde werk. Deelnemer 3 het moeg en rustig gevoel, terwyl deelnemer 6 goed gevoel het.</p>	<p>Deelnemer 2 het moontlik weerstand gebied, deurdat hy nie 'n brief aan sy gewese huweliksmaat wou skryf nie. Deelnemer 4 kon waarskynlik vanweë onvoorsiene lang werksure nie geleentheid kry om 'n brief aan sy gewese eggenoot te skryf nie. Die ander deelnemers was egter bereid om met 'n nuwe wyse om hulle gevoelens te hanteer, te eksperimenteer.</p> <p>Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder, deurdat hulle geleentheid gekry het om op hulle bewustheid in die hier en nou te fokus.</p>
<p><b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b></p>	<p>Die groep het rustig voorgekom en op 'n spontane wyse met mekaar gekommunikeer.</p>	<p>Dit wil voorkom of die groep oor energie beskik het, maar dat dit nog teruggehou is deurdat hulle rustig was. Sodoende het die groep moontlik vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer.</p>

**8.2.8.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsaktiwiteit en fantasie**

Deelnemers is deur middel van 'n ontspanningsaktiwiteit (vgl. 4.8) gelei om in kontak met hulleself te kom en hulself as 'n "koekboks" te fantaseer (vgl. 4.5) alvorens hulle deur middel van 'n projektiewe tegniek (tekenaktiwiteit, vgl. 4.11.2.2) tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) gelei is (vgl. 7.3.8.2). Die aktiwiteit se resultate word vervolgens in tabelvorm beskryf.

**TABEL 42: SESSIE 8 (AKTIWITEIT 2)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 8: Aktiwiteit 2</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om gemaklik te sit en met geslote oë aan die ontspanningsoefening (vgl. 4.8) deel te neem. Rustige agtergrondmusiek (vgl. 4.9) is gespeel om tot 'n ontspanne atmosfeer by te dra. Deelnemers is versoek om met geslote oë te bly sit en hulleself as 'n "koekboks" te fantaseer (vgl. 4.5), alvorens na die volgende tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.2) oorbeweeg is.	Al die deelnemers het positief op die ontspanningsoefening gereageer, deurdat hulle diep asemgehaal het en na afloop van die ontspanningsoefening ontspanne voorgekom het en in staat was om met die daaropvolgende tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.2) voort te gaan.	Deelnemers is deur middel van die ontspanningsoefening (vgl. 4.8) in staat gestel om met hulleself en hulle omgewing kontak te maak en hulleself as 'n "koekboks" te fantaseer (vgl. 4.5).

**8.2.8.3 Aktiwiteit drie: Tekenervaring met vetkryt en 'n "koekboks"**

Tydens die derde aktiwiteit (vgl. 7.3.8.3) is deelnemers deur middel van 'n ervaring met vetkryt en 'n "koekboks" (tekenaktiwiteit, vgl. 4.11.2.2) geleentheid gebied om van hulle innerlike en uiterlike omgewing as 'n eenheid bewus te word. Resultate van die aktiwiteit word soos volg in tabelvorm weergegee.

**TABEL 43: SESSIE 8 (AKTIWITEIT 3)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 8: Aktiwiteit 3</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is elk van 'n wit plat "koekboks" voorsien. Hulle is versoek om hulleself aan die hand van 'n tekenaktiwiteit op die "koekboks" te beskryf (vgl. 4.11.2.1). Musiek is deurlopend in die agtergrond gespeel, ten einde 'n ontspanne atmosfeer te skep (vgl. 4.9). Deelnemers moes na afloop van die tekenaktiwiteit hulle tekeninge in hulle joernale beskryf en dit in pare met mekaar deel. (Vgl. Bylae 11.1: Beskrywing van sigself aan die hand van 'n "koekboks"-tekening.) Hulle het soos volg in pare saamgewerk: → Deelnemers 1 en 6 → Deelnemers 2 en 3 → Deelnemers 4 en 5	Al die deelnemers was in staat om die tekenaktiwiteit uit te voer en hulle "koekboks"-tekeninge met mekaar te deel.	Dit blyk of groepinteraksie (vgl. 3.2.2) bevorder is deurdat deelnemers geleentheid gekry het om hulle "koekboks"-werk met mekaar te deel. Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) is oënskynlik deur middel van die tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.1) bevorder, deurdat hulle geleentheid gekry het om op hulleself te fokus en bewus te word van polariteite (vgl. 2.3.6) in hulleself.

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 8: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>'n Vrywillige deelnemer is versoek om 'n "warm stoel" (vgl. 4.7) teenoor die groepleier in te neem vir individuele werk. Die res van die deelnemers is versoek om as stil toeskouers op te tree en tot na afloop van dié individuele werk met hulle insette te wag. Die vrywillige deelnemer is versoek om haar tekening na aanleiding van 4.10 te beskryf.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> was gewillig om 'n "warm stoel" (vgl. 4.7) teenoor die groepleier in te neem vir individuele werk. Sy was in staat om verskillende dele van haarself aan die binnekant (vgl. Bylae 11.3: Binnekant van deelnemer 3 se tekening op 'n koekboks) en soos die wêreld haar sien aan die buitekant (vgl. Bylae 11.2: Buitekant van deelnemer 3 se tekening op 'n koekboks) van 'n "koekboks" uit te beeld. Deelnemer 3 het al die flappe en voue van die binnekant van haar "koekboks" benut en haarself as 'n gelukkige en sorgvrye kind in 'n hegte familieopset beskryf. Sy was as laerskoolkind ongelukkig en het skool gehaat vanweë lees- en konsentrasieprobleme. As hoërskoolkind is sy vanweë haar liggaamsbou gespot. Deelnemer 3 was lief vir blomme, plante en diere en was prakties aangelê. Sy het 'n passie vir God, haar kind en mense gehad en het haarself beskryf as 'n vrygewige persoon met 'n sagte hart wat maklik deur mense misbruik kon word. Sy het haarself ook as emosioneel en impulsief beskryf. Haar impulsiwiteit het haar dikwels in die moeilikheid gebring.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> was in staat om haarself as 'n "koekboks" te fantaseer (vgl. 4.5), te teken en te beskryf.</p>
<p>Deelnemer 3 is deur middel van Oaklander se stappe vir die hantering van projeksies (vgl. 4.10) en semantiese opklaring (vgl. 4.2) gelei om haar "koekboks" aan die hand van "ek"-stellings te beskryf.</p>	<p>Deelnemer 3 het tydens die tekenaktiwiteit al die flappe van die buitekant van haar "koekboks" benut om vanuit haar oogpunt te demonstreer hoe die wêreld haar gesien het. Sy was van mening dat die wêreld haar gesien het as 'n "sioletjie sonder sorg", rustig, kalm en 'n gelukkige, liefdevolle en glimlaggende "sonskynmens" met God as haar hoeksteen en steunpilaar. Haar liefde vir blomme, plante en diere asook haar passie vir stukkende mense en kinders wat sy intern ervaar het, was ook</p>	

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 8: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>Deelnemer 3 is versoek om met verskillende objekte in haar tekening te identifiseer en met behulp van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) dialoë tussen objekte te voer (vgl. 4.11.2).</p> <p>Sy is deur middel van die “<i>ek neem verantwoordelikheid</i>”-tegniek (vgl. 4.13) gelei om verantwoordelikheid vir haar optrede te neem.</p>	<p>aan die buitekant van haar “<i>koekboks</i>” sigbaar.</p> <p><b>Deelnemer 3</b> het tydens ‘n dialoog tussen haarself en haar impulsiwiteit bewus geword van negatiewe gevolge wat haar impulsiwiteit in haar lewe veroorsaak het, byvoorbeeld haar oorhaastige besluit in die verlede om met haar gewese huweliksmaat in die eg te tree. Sy het verantwoordelikheid aanvaar om voortaan te dink alvorens sy verbaal/nieverbaal sou optree.</p>	<p>Deelnemer 3 het oënskynlik met ‘n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) met betrekking tot haar impulsiwiteit in kontak gekom en waarskynlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik toe sy besluit het om beheer oor haar impulsiwiteit te neem en so-doende verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) daarvoor aanvaar het.</p>
<p>Sy is gelei ten opsigte van ‘n polariteit (vgl. 2.3.6) in haar lewe, naamlik kalmte en rustigheid teenoor stres.</p>	<p>Deelnemer 3 het bewus geword van teenoorgestelde gevoelens, naamlik rustigheid en kalmte aan die buitekant van haar “<i>koekboks</i>” teenoor stres aan die binnekant van haar “<i>koekboks</i>”. Sy het besef dat sy geneig was om haar interne stres wat sy ten opsigte van haar gewese huweliksmaat ervaar het van die buitewêreld te weerhou deur voor te gee dat sy rustig en kalm was. Sy het in die hier en nou bewus geword van die feit dat sy volgens haar ware self met haar eksterne wêreld begin kommunikeer het en rustigheid en kalmte begin ervaar het. Sy kon dit byvoorbeeld regkry om die seer in haar lewe wat sy vroeër weggesteek het, met haar nuwe vriend te deel.</p>	<p>Deelnemer 3 het moontlik integrasie ten opsigte van ‘n polariteit ten opsigte van haar gewese huweliksmaat bereik, deurdat sy bewus geword het van rustigheid en kalmte wat sy teenoor stres begin ervaar het. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder toe sy bewus geword het van haar voorgeerolle wat sy agtergelaat het en nuwe gedrag waarmee sy suksesvol begin eksperimenteer het om haar gevoelens effektief te hanteer.</p> <p>Deelnemer 3 het moontlik geïntegreerd (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) begin funksioneer, deurdat sy volgens haar ware self begin optree het.</p>
<p>Deelnemer 3 is gelei om met behulp van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) dialoë (vgl. 4.4) tussen verskillende objekte te voer om haar bewustheid ten opsigte van polariteite (vgl. 2.3.6) in haar lewe te bevorder.</p>	<p>Deelnemer 3 het tydens ‘n dialoog tussen haarself en mense wat haar misbruik het bewus geword van groei wat sy in dié opsig ervaar het. Sy het besef dat sy nie voortaan nodig gehad het om ten koste van haarself ander te plesier en gelukkig te hou nie.</p>	<p>Dit wil voorkom asof deelnemer 3 se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) bevorder is, deurdat sy beheersing (vgl. 3.8.2.2) en beheer (vgl. 3.8.2.3) ten opsigte van mense wat haar misbruik het, ervaar het.</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 8: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>Deelnemer 3 is gelei om met behulp van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) 'n dialoog (vgl. 4.4) met haar gewese huweliksmaat te voer om sodoende haar bewustheid ten opsigte van polariteite (vgl. 2.3.6) in haar lewe te bevorder.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> het aan haar gewese huweliksmaat geverbaliseer dat hy haar <i>“seergemaak, emosioneel afgebreek en misbruik”</i> het.</p>	<p>'n Onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar gewese huweliksmaat het moontlik deur middel van haar dialoog (vgl. 4.4) met die leë stoel (vgl. 4.10) op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn. Sy het oënskynlik met haar gevoelens (<i>“seergemaak, emosioneel afgebreek en misbruik”</i>) in kontak gekom.</p>
<p>Deelnemer 3 is uitgedaag om op 'n direkte wyse haar gewese huweliksmaat in die leë stoel verbaal aan te spreek deur <i>“hy”</i> met <i>“jy”</i> te vervang. Sy is gelei om by wyse van die vergrotings-/oordrywingstegniek (vgl. 4.8.2) 'n sinsnede, naamlik <i>“Jy het baie hartseer en pyn in my lewe veroorsaak”</i> te herhaal.</p>	<p>Sy het per geleentheid op 'n indirekte wyse met haar gewese huweliksmaat in die leë stoel gekommunikeer, deur te verbaliseer: <i>“Hy het baie hartseer en pyn in my lewe veroorsaak”</i>. Sy was bereid om <i>“Hy”</i> met <i>“Jy”</i> te vervang en haar sinsnede, naamlik <i>“Jy het baie hartseer en pyn in my lewe veroorsaak”</i> te herhaal.</p>	<p>Deelnemer 3 het waarskynlik deur middel van <b>defleksie</b> (vgl. 2.3.5.5) gepoog om kontak met haar gewese huweliksmaat in die leë stoel te vermy deur van hom te praat, sonder om hom direk aan te spreek. Kontakmaking is oënskynlik bevorder toe sy bereid was om op 'n direkte wyse met haar gewese huweliksmaat te kommunikeer deur die woord <i>“hy”</i> in die sinsnede <i>“Hy het baie hartseer en pyn in my lewe veroorsaak”</i> met <i>“jy”</i> te vervang en dit daarna te herhaal (vgl. 4.8.1).</p>
<p>Deelnemer 3 is deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.1) gelei om bewus te word van haar nieverbale kommunikasie.</p>	<p>Deelnemer 3 het tydens haar dialoog met haar gewese huweliksmaat bewus geword van 'n gevoel van rustigheid en dat sy nie langer vir hom bang was nie. Haar ontspanne liggaamshouding het ook aan haar kommunikeer dat sy nie langer vir haar gewese huweliksmaat bang was nie. Sy het jammer vir haar gewese huweliksmaat gevoel en aan hom gekommunikeer dat sy hom nie weer wou terughê nie.</p>	<p>Deelnemer 3 het oënskynlik met haar gevoelens (rustigheid, nie meer vrees en jammerte) in kontak gekom. Sy het moontlik integrasie bereik, deurdat sy beheer oor haar vrees gekry het en haar verbale en nieverbale kommunikasie in dié verband ooreenstemming bereik het. Haar selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en bewustheid (1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik daardeur bevorder. Sy het oënskynlik selfregulerend (vgl. 2.3.2) gefunksioneer deurdat sy in kontak met haar gevoelens was en kon verbaliseer wat sy benodig het.</p>

Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 8: Aktiwiteit 3	Deelnemers/groep se reaksie	Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon
<p>Deelnemer 3 se bewustheid (vgl. 1.9.1) ten opsigte van effektiewe wyses om haar gevoelens te hanteer (vgl. 3.8.3) is bevorder.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> was in die hier en nou, anders as tydens haar hoërskooljare, tevrede met haarself. Sy het bewus geword van die feit dat sy nie net haar lees- en konsentrasieprobleem deur harde, doelgerigte werk oorkom het nie, maar dat sy ook haar vrees ten opsigte van haar gewese huweliksmaat oorkom het. Deelnemer 3 het besef dat sy in die proses innerlik sterker geword het en groei ervaar het. Sy het geleer om haar gevoelens meer effektief te hanteer deur dit met haar moeder en vriend te deel, in die tuin te werk, fisies te oefen en kunswerk te doen.</p>	<p>Deelnemer 3 het waarskynlik selfondersteunend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) gefunksioneer deurdat sy haarself aanvaar het, bemeestering (vgl. 3.8.2.3) en groei ervaar het en geleer het om haar gevoelens effektief te hanteer. Deelnemer 3 wat volgens haar ware self begin optree het, het moontlik vanuit die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer, deurdat haar bewustheid (1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) oënskynlik bevorder is en sy in staat was om selfregulerend (vgl. 2.3.2) te funksioneer, te streef na die voltooiing van haar onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) en toepaslik in kontak (vgl. 2.3.5) met haarself en die omgewing was. Sy het ook nuwe hanteringswyses vir haar gevoelens suksesvol geïmplementeer.</p>

#### **8.2.8.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek**

Deelnemers is by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om terugvoer na afloop van deelnemer drie se werk in die “warm stoel” (vgl. 4.7) te gee en enige bewuswordinge in die groep te deel (vgl. 7.3.8.4). Resultate ten opsigte van die aktiwiteit word soos volg in tabelvorm bespreek.



**TABEL 44: SESSIE 8 (AKTIWITEIT 4)**

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i>  <b>Sessie 8: Aktiwiteit 4</b></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p>Deelnemers is versoek om by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer te gee ten opsigte van hoe hulleself deur <b>deelnemer 3</b> se werk beïnvloed is, wat hulle waargeneem het en hoe hulle eie ervarings ooreengestem het met deelnemer 3 s'n.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het opgemerk dat deelnemer 3 positief verander het, nie meer so baie "gehuil" het nie en dat sy haar vrese oorkom het. Deelnemer 1 het beseft dat sy soos deelnemer 3 doelgerig was en dat sy nie sondermeer "sou tou opgooi nie". Sy het bewus geword van kalmte en rustigheid in haar eie lewe en dat almal in die groep kinders van God was.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het bewus geword van deelnemer 3 se emosionele groei. Haar selfkennis en derhalwe haar bewustheid (1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2), is moontlik bevorder deurdat sy bewus geword het van 'n aspek van haarself, naamlik dat sy doelgerig was en oor uithou vermoë beskik het. Deurdat sy in kontak met haar gevoelens van kalmte en rustigheid gekom het, is haar bewustheid (1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) waarskynlik ook bevorder. Dit wil voorkom asof deelnemer 1 vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer het, deurdat sy bereid was om met nuwe gedrag te eksperimenteer, maar nog energie teruggehou het.</p>
<p><b>Deelnemer 2</b></p>	<p><b>Deelnemer 2</b> het opgemerk dat deelnemer 3 nie meer bang was nie en dat sy gelukkiger voorgekom het. Sy liefde vir sy kinders en vir mense het ooreengestem met deelnemer 3 se werk in die "warm stoel". Hy het bewus geword van die groep se emosionele groei sedert die aanvang van die groepwerk-sessies.</p>	<p><b>Deelnemer 2</b> se bewustheid (1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik deur deelnemer 3 se werk bevorder. Hy het oënskynlik vanuit die <b>impasse-laag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat hy homself daarvan weerhou het om groei te ervaar deur te weier om vir sy gewese huweliksmaat 'n ongeadresseerde brief te skryf en so in kontak met sy onderdrukte gevoelens te kom.</p>
<p><b>Deelnemer 4</b></p>	<p><b>Deelnemer 4</b> het opgemerk dat deelnemer 3 rustigheid in haar lewe gekry het en dat God haar steunpilaar was. Hy kon homself met deelnemer 3 se liefde vir mense vereenselwig. Deelnemer 4 het bewus geword van groei en verligting wat hy ten opsigte van sy emosionele pyn ervaar het.</p>	<p>Dit wil voorkom asof <b>deelnemer 4</b> vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer het, deurdat hy bewus geword het van sy emosionele groei. Sy energie is waarskynlik nog in die laag teruggehou deurdat hy nie tyd kon vind om vir sy gewese huweliksmaat 'n ongeadresseerde brief te skryf nie.</p>

Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 8: Aktiwiteit 4	Deelnemers/groep se reaksie	Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon
<b>Deelnemer 5</b>	<b>Deelnemer 5</b> het opgemerk dat deelnemer 3 rustiger en kalmer was. Soos in deelnemer 3 se lewe, was God en haar kind ook in haar eie lewe belangrik. Deelnemer 5 het bewus geword van rustigheid en kalmte in haar lewe en het 'n verlange na " <i>iemand spesiaal</i> " ervaar. Deelnemer 5 het ook besef dat sy geneig was om impulsief op te tree. Sy het besluit om voortaan te dink voor sy sou optree.	<b>Deelnemer 5</b> se bewustheid (1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) is moontlik bevorder, deurdat sy in staat was om haar gevoelens en 'n behoefte aan iemand spesiaal te erken, dit te verbaliseer en verantwoordelikheid vir haar optrede (impulsiwiteit) te neem. Sy het oënskynlik vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer deurdat sy bereid was om met nuwe gedrag te eksperimenteer. Sy het egter nog haar energie teruggehou.
<b>Deelnemer 6</b>	<b>Deelnemer 6</b> het opgemerk dat deelnemer 3 intense gevoelens oorbrug het. Sy het geverbaliseer dat haar egskeiding vir haar 'n teleurstelling was, maar dat sy dit verwerk het. Deelnemer 6 het bewus geword van haar geloof en wilskrag om positief aan te gaan met haar lewe. Sy het haar gevoelens leer hanteer deur op haarself te fokus en te evalueer wat vir haar positief sou wees om te doen. Ten opsigte van die groep het deelnemer 6 opgemerk dat almal kalmer voorgekom het en dat almal geleentheid gekry het om oor hulle " <i>diep seer</i> " te praat en dit te verwerk.	Dit wil voorkom asof <b>deelnemer 6</b> vanuit die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer het, deurdat haar bewustheid (1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) bevorder is en sy in staat was om selfregulerend (vgl. 2.3.2) te funksioneer en sy reeds effektiewe wyses om haar gevoelens effektief te hanteer, geïmplementeer het.
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	Deelnemers het op 'n positiewe wyse aan die groep-aktiwiteite deelgeneem. Die groep het bewus geword van die groei wat hulle (veral deelnemer 3) op emosionele vlak ervaar het. 'n Atmosfeer van rustigheid en kalmte het in die groep geheers.	Die groep het waarskynlik vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer, deurdat energie nog teruggehou is en 'n groepatmosfeer van rustigheid en kalmte geheers het.

### **8.2.8.5 Aktiwiteit vyf: Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek**

Die vyfde aktiwiteit (vgl. 7.3.8.5) het die benutting van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) behels en het ten doel gehad om deelnemers geleentheid te bied om na afloop van die tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.1) te ontspan (vgl. 4.8), hulleself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 3.8.4). Resultate van die aktiwiteit word soos volg in tabelvorm weergegee.

**TABEL 45: SESSIE 8 (AKTIWITEIT 5)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 8: Aktiwiteit 5</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om gemaklik te sit en met geslote oë die instruksies ten opsigte van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) te volg.	Al die deelnemers het positief aan die aktiwiteit deelgeneem en het na afloop daarvan ontspanne en positief voorgekom.	Deelnemers is moontlik deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) bemagtig en in staat gestel om te ontspan en hulleself te vertroetel.

Deelnemers is versoek om tuis op 'n daaglikse wyse met bogenoemde ontspanningsoefening te eksperimenteer en vir die volgende groepwerksessie 'n lys ten opsigte van hulle sterktes en uitdagings te maak. (Vgl. Bylae 11.4: Tuisopdrag.)

Vanuit bogenoemde kan afgelei word dat groepwerksessie agt se doelstelling en doelwitte bereik is, deurdat deelnemers deur middel van 'n projektiewe tegniek (vgl. 4.11.2.2) in staat gestel is om met hulleself in kontak te kom, hulle bewustheid ten opsigte van polariteite (vgl. 2.3.6) in hulleself te bevorder, hulle gevoelens te projekteer (vgl. 4.10), dit te erken en te besit (vgl. 3.8.3). Groepinteraksie (vgl. 3.2.2) is moontlik bevorder deurdat deelnemers geleentheid gekry het om aktiwiteite in groepverband te doen. Hulle is aan effektiewe wyses om hulle gevoelens te hanteer blootgestel en is deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) geleentheid gebied om te ontspan en hulleself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 3.8.4) deur na hulle veilige plek in fantasie (vgl. 4.5.2) te beweeg. Dit blyk of deelnemer twee tydens groepwerksessie agt nog vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer het, terwyl deelnemers een, vier en vyf, asook die groep, vanuit die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer het. Deelnemers drie en ses het oënskynlik reeds die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5) van Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose bereik en het derhalwe volgens hulle ware self begin funksioneer. Deelnemers en die groep se groei deur Perls (Harman

1989:41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1 en 3.8) tydens groepwerksessie agt word vervolgens in tabelvorm uiteengesit.

**TABEL 46: DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE**

DEELNEMERS:	1	2	3	4	5	6	Groep
Vals laag							
Fobiese laag							
Impasselaag							
Implosiewe laag							
Eksplousiewe laag							

**8.2.9 Sessie nege: Hantering van aggressie en selfvertroeteling. Tema – Ek kom in kontak met my aggressiewe gevoelens en vertroetel myself**

Groepwerksessie nege (vgl. 7.3.9) het ten doel gehad om deelnemers in staat te stel om uiting aan hulle gevoelens (vgl. 6.3.8) van aggressie te gee en hulleself te vertroetel (vgl. 4.12). Voorts word die verloop van dié gestaltgroepwerksessie bespreek.

**8.2.9.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Aktiwiteit een (vgl. 7.3.9.1) het die benutting van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) behels, ten einde deelnemers geleentheid te bied om terugvoer ten opsigte van vorige opdragte te gee en om hulle bewustheid (vgl. 1.9.1) met aanvang van die groepwerksessie te bevorder. Resultate ten opsigte van die aktiwiteit word vervolgens in tabelvorm uiteengesit.

**TABEL 47: SESSIE 9 (AKTIWITEIT 1)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 9: Aktiwiteit 1</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om terugvoer te gee ten opsigte van vorige twee opdragte, naamlik om hulle sterktes en uitdagings te lys en met die ontspanningstegniek (vgl. 8.1.8.5) te eksperimenteer. Hulle is voorts	Al die deelnemers het uitvoering aan die twee opdragte gegee. Deelnemer 4 het met rustelose bewegings geverbaliseer dat hy sy vorige opdrag, naamlik om 'n brief aan sy gewese huweliksmaat te skryf, uitgevoer het. Hy het egter ontwykend gereageer toe hy	Dit wil voorkom asof deelnemer 4 vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer het, deurdat hy rustelose bewegings openbaar het en bereid was om met 'n nuwe gevoelshanteringswyse te eksperimenteer. Deelnemer 4 het egter nog energie teruggehou deurdat hy nie uiting

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 9: Aktiwiteit 1</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>versoek om beurtelings in die groep hulle bewustheid in die hier en nou te deel.</p>	<p>versoek is om sy gevoelens na afloop van die skryf van dié brief in die groep te deel.</p> <p>Deelnemer 4 het rusteloos rondgeskuif en grappenderwys geverbaliseer dat hy “geseënd” gevoel het.</p> <p>Deelnemers 1 en 5 het in die hier en nou goed gevoel, terwyl deelnemer 4 beter gevoel het. Deelnemer 2 het moeg gevoel vanweë min slaap en hitte-uitputting. Deelnemer 3 het goed en rustig gevoel en deelnemer 6 het ontspanne gevoel.</p>	<p>aan sy ware gevoelens wou gee nie.</p> <p>Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder, deurdat hulle geleentheid gekry het om op hulle bewustheid in die hier en nou te fokus.</p>
<p><b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b></p>	<p>Die groep het rustig en ontspanne voorgekom. Deelnemers het op ‘n spontane wyse met mekaar gekommunikeer.</p>	<p>Groepinteraksie (vgl. 3.2.2) is oënskynlik deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) bevorder.</p>

### **8.2.9.2 Aktiwiteit twee: Selfdefiniëring**

Deelnemers is tydens aktiwiteit twee (vgl. 7.3.9.2) deur middel van selfdefiniëring (vgl. 3.8.2.1) geleentheid gebied om op hulle sterktes en uitdagings en derhalwe hulle polatiteite (vgl. 2.3.6) te fokus om sodoende hulle bewustheid ten opsigte van hulleself en hulle polariteite te bevorder. Die aktiwiteit se resultate word soos volg in tabelvorm weergegee.

**TABEL 48: SESSIE 9 (AKTIWITEIT 2)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 9: Aktiwiteit 2</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<p>Deelnemers is versoek om in twee groepe te verdeel en sonder om komentaar te lewer hulle sterktes en uitdagings met mekaar te deel. Hulle is versoek om na afloop van dié aktiwiteit enige bewuswordinge in hulle joernale aan te teken.</p> <p>Deelnemers het soos volg in subgroepverband saamgewerk:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Deelnemers 1, 3 en 4</li> <li>→ Deelnemers 2, 5 en 6</li> </ul>	<p>Al die deelnemers het positief uitvoering aan die opdrag gegee. Hulle het met positiewe gesindhede hulle sterktes en uitdagings met mekaar gedeel. Deelnemer 1 het besef dat almal in die groep oor sterktes en uitdagings beskik het, waaraan gewerk moes word. Deelnemer 2 het bewus geword van aggressie wat hy meer dikwels ervaar het. Deelnemer 3 het besluit om aan haar uitdagings te werk. Deelnemer 4 het besef dat hy minder gerook en alkohol gebruik het, terwyl deelnemer 5 besef het dat sy oorgewig was. Deelnemer 6 het bewus geword van haar konsentrasie wat sedert die aanvang van die sessies baie verbeter het.</p>	<p>Dit wil voorkom asof groep-interaksie (vgl. 3.2.2) deur middel van die aktiwiteit bevorder is, deurdat deelnemers hulle response oënskynlik spontaan en met positiewe gesindhede met mekaar gedeel het. Deelnemers se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik deur middel van die aktiwiteit bevorder, deurdat hulle daardeur geleentheid gekry het om hulleself te definieer (vgl. 3.8.2.1) deur op hulle sterktes en uitdagings te fokus. Hulle is waarskynlik ook deur dié aktiwiteit in staat gestel om kontak met polariteite (vgl. 2.3.6) ten opsigte van hulleself te maak en dit te integreer (vgl. 1.9.6 en 2.5.3).</p>

**8.2.9.3 Aktiwiteit drie: Monstertegniek en leëstoeltegniek**

Aktiwiteit drie (vgl. 7.3.9.3) het die blootstelling van deelnemers aan die monstertegniek (vgl. 4.12) en die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) behels, ten einde hulle bewustheid ten opsigte van moontlike onderdrukte aggressie (vgl. 6.3.8) te bevorder en hulle geleentheid te bied om daaraan uiting te gee. Resultate ten opsigte van dié aktiwiteit word vervolgens in tabelvorm bespreek.

**TABEL 49: SESSIE 9 (AKTIWITEIT 3)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 9: Aktiwiteit 3</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<p>Deelnemers is elk van 'n werkbord en klei voorsien. Hulle is versoek om hulle klei sag te maak en daaraan te voel en te ruik. Voorts moes hulle hul klei in 'n bondel saampers, hulle hande daarop plaas en met geslote oë aan 'n ontspanningsoefening (vgl. 4.8) deelneem.</p>	<p>Al die deelnemers het positief op die oefening gereageer, deurdat hulle in staat was om deur middel van hulle tas- en reuksintuie terugvoer ten opsigte van die klei te gee. Hulle het tydens die ontspanningsoefening diep asemgehaal en het ontspanne na afloop daarvan voorgekom.</p>	<p>Dit blyk of deelnemers deur middel van die sensoriese en liggaamlike ontspanningsoefening (vgl. 4.8) in staat gestel is om met hulleself en hul omgewing kontak te maak (vgl. 2.5.3) en te ontspan.</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 9: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>Deelnemers is gelei om aan 'n monster wat hulle kwaad gemaak het, te dink. Die monster kon iets of iemand wees of 'n deel van hulleself wat hul nie van gehou het nie. Deelnemers is voorts versoek om met geslote oë die monster in hulle lewens met klei te maak. Hulle moes na afloop van die kleiwerk (vgl. 4.11.1 en 4.12) hulle monsters in hulle joernale beskryf en dit in subgroepe met mekaar deel. (Vgl. Bylae 12.1: Kleimonster.) Hulle het soos volg saamge- werk:</p> <p>→ Deelnemers 1, 3 en 4.  → Deelnemers 2, 5 en 3</p>	<p>Deelnemers het hulle monsters in hulle joernale soos volg beskryf:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Deelnemer 1</b> het haar monster “<i>Onnodige pyn</i>” genoem wat na haar huwelikslewe en gewese huweliksmaat verwys het.</li> <li>➤ <b>Deelnemer 2</b> se monster, naamlik “<i>Mensejagter</i>”, het na sy gewese huweliksmaat verwys.</li> <li>➤ <b>Deelnemer 3</b> se monster, naamlik “<i>Ongeduld en Aggressie</i>”, het na 'n deel van haarself verwys.</li> <li>➤ <b>Deelnemer 4</b> se monster, naamlik “<i>Donsie</i>”, het 'n deel van homself wat “<i>te sag</i>” was verteenwoordig.</li> <li>➤ <b>Deelnemer 5</b> se gewese huweliksmaat was die monster in haar lewe. Sy het haar monster “[<i>Gert</i>]” genoem.</li> <li>➤ <b>Deelnemer 6</b> se monster, naamlik “<i>Scar</i>”, het haar gewese huweliksmaat se nuwe vrou verteenwoordig.</li> </ul>	<p>Deelnemers is waarskynlik deur middel van die klei-aktiwiteit (vgl. 4.12) in staat gestel om met die monsters in hulle lewens/hulself in kontak te kom. Deelnemers 3 en 4 se monsters het dele van hulleself verteenwoordig, terwyl deelnemers 1, 2 en 5 se kleimonsters na hulle gewese huweliksmaats verwys het. Deelnemer 6 se monster het verwys na haar gewese huweliksmaat se nuwe vrou.</p>
<p>'n Vrywillige deelnemer is versoek om 'n “<i>warm stoel</i>” (vgl. 4.7) teenoor die groepleier in te neem vir individuele werk. Die res van die deelnemers is versoek om as stil toeskouers op te tree en met hulle insette te wag tot na afloop van dié individuele werk.</p>		
<p>Die vrywillige deelnemer is versoek om haar monster na aanleiding van 4.12 te beskryf.</p> <p>Deelnemer 5 is versoek om haar monster in die leë stoel (vgl. 4.10.1) teenoor haar te plaas. Sy is voorts gelei om 'n dialoog (vgl. 4.4) met die monster in haar lewe te voer.</p>	<p><b>Deelnemer 5</b> was gewillig om die “<i>warm stoel</i>” in te neem. Almal wat haar geken het, het van die monster wat nagenoeg 10 jaar in haar lewe bestaan het, kennis gedra. Haar monster, naamlik haar gewese huweliksmaat het haar nie bang gemaak nie, maar wel kwaad. Sy was nie bereid om hom in haar lewe te hou nie.</p>	<p>'n Onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van deelnemer 5 se gewese huweliksmaat het moontlik deur middel van die monstertegniek (vgl. 4.12) op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn.</p>

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i>  <i>Sessie 9: Aktiwiteit 3</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p>Die vrywillige deelnemer is gelei om direk met haar monster in die leë stoel te praat (vgl. 4.4).</p>	<p><b>Deelnemer 5</b> het aan haar monster geverbaliseer dat sy woedend vir hom was en dat hy haar sielsongelukkig gemaak het deur te versuim om onderhoud ten opsigte van haar seun te betaal. Haar monster het haar verder ontstel deurdat hy leë beloftes aan haar seun gemaak het en nie vir laasgenoemde omgee het nie. Deelnemer 5 het aanvanklik op 'n indirekte wyse met haar monster gepraat deur kommunikasie na die groepleier te rig en van haar monster te praat in stede daarvan om direk met hom te praat. Sy was bereid om voortaan direk met haar monster in die leë stoel te praat.</p>	<p>Dit blyk of sy bewus geword het van haar gevoelens van woede, ongelukkigheid en ontsteltenis, dit erken het en oënskynlik in besit geneem (vgl. 3.8.3) het.</p> <p>Deelnemer 5 het waarskynlik by wyse van <b>defleksie</b> (vgl. 2.3.5.6) direkte kontak met haar gewese huweliksmaat probeer vermy.</p>
<p>Deelnemer 5 is deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) gelei om haar bewustheid in die hier en nou te bevorder.</p>	<p>Deelnemer 5 het bewus geword van die verandering in haar stemtoon (harder en driftiger) en van haar hande wat sy in vuiste gebal het. Sy het haar liggaamsreaksie toegeskryf aan die woede wat sy ten opsigte van haar monster in die hier en nou ervaar het.</p>	<p>Sy het oënskynlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik, deurdat sy bewus geword het van haar nieverbale reaksie en gevoelens wat ooreengestem het.</p>
	<p>Deelnemer 5 het tydens haar dialoog met haar monster besef dat haar monster nie onderhoud ten opsigte van haar seun betaal het nie, maar dat hy wel skuld vir sy nuwe vrou aangegaan het en laasgenoemde goed onderhou het. Dit het deelnemer 5 woedend gemaak. Sy het bewus geword van die aggressie en woede wat sy in haar liggaam, naamlik in haar skouers, stemtoon en hande ervaar het.</p>	<p>Deelnemer 5 het waarskynlik met haar woede en aggressie in kontak gekom, dit erken en besit (vgl. 3.8.3). Dit blyk of haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) in die hier en nou bevorder is en of sy integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik het, deurdat sy bewus geword het van die ooreenkoms tussen haar nieverbale gedrag en haar gevoelens.</p>



<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 9: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>Deelnemer 5 is deur middel van die vergrotings-/oordrywings-tegniek (vgl. 4.8.1) gelei om haar bewustheid in die hier en nou te bevorder.</p> <p>Deelnemer 5 is geleentheid gebied om alles aan haar monster te sê wat sy nie andersins wou waag om te sê nie (vgl. 4.10.1).</p>	<p>Deelnemer 5 was bereid om tydens die dialoog emosiebelaaide frases met 'n harder stemtoon te herhaal. Sy het byvoorbeeld die frase <i>"Jou vrou is 'n regte draak. Sy lyk slegter as wat ek ooit gelyk het. Ek hou nie van haar nie, sy is ongeskik" en "... dis bull shit."</i> herhaal en besef dat sy nie eintlik vir haar monster se vrou kwaad was nie, maar wel vir haar monster (gewese man) self.</p> <p>Deelnemer 5 het die volgende aan haar monster gesê: <i>"Jy is agteraf. Jy lyk soos 'n tang. Jy kan nie eers vir jouself sorg nie, hoe wil jy vir my kind sorg? Jy rook, doen enigiets en dan is jy nog 'n skynheilige diaken in die kerk ook. Hoe kan jy vir my kind sorg? Jou vrou hou ek nie van nie en haar attitude ook nie. Ek wil jou nie in my lewe hê nie."</i> Sy het daarvan bewus geword dat sy beter na afloop van die leëstoelwerk gevoel het.</p>	<p>Deelnemer 5 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder toe sy by wyse van die oordrywingstegniek (vgl. 4.8.1) geleentheid gekry het om emosiebelaaide frases te herhaal. Sy het waarskynlik met 'n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar gewese huweliksmaat se nuwe vrou in kontak gekom en integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik toe sy besef het dat sy eintlik vir haar gewese huweliksmaat kwaad was en nie vir sy vrou nie.</p> <p>Deelnemer 5 se selfondersteuning (vgl. 2.5.2 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik deur middel haar werk in die leë stoel (vgl. 4.10.1) bevorder, deurdadig sy in staat was om haar gevoelens en behoeftes ten opsigte van haar gewese huweliksmaat en sy vrou te erken en te verbaliseer. Sy het waarskynlik na afloop van die leëstoelwerk in kontak met 'n gevoel van verligting gekom.</p>
<p>Deelnemers is versoek om 'n hamer te kies en saam met deelnemer 5 hulle kleimonsters te verwoes, terwyl hulle aangemoedig is om harde oorwinningsgeluide te maak (vgl. 4.10.1).</p>	<p>Deelnemer 5 het die grootste hamer gekies en terwyl sy haar kleimonster met mening stukkend geslaan het, het sy herhalend en hard geskreeu: <i>"Ek haat jou!"</i> Sy het ná die verwoesting van haar kleimonster <i>"lekker"</i> gevoel.</p>	<p>Dit blyk of deelnemer 5 suksesvol aan 'n effektiewe wyse om uiting aan haar gevoelens van aggressie en woede te gee, blootgestel is. Sy het moontlik vanuit die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer, deurdadig haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2 3.3.2 en 3.8.2) oënskynlik bevorder is, sy oor aansienlik meer energie beskik het en sy in staat was om uiting aan haar gevoelens te gee, onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) vanuit haar verlede kon voltooi en nuwe gedrag suksesvol kon beheers (vgl. 3.8.2.2).</p>

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 9: Aktiwiteit 3</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
		Deelnemer 5 se gevoelsuitdrukking by wyse van skeltaal en woede blyk ook ooreenkoms met die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) te toon.

#### **8.2.9.4 Aktiwiteit vier: Rondte-tegniek**

Deelnemers is by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om terugvoer na afloop van deelnemer vyf se werk in die “warm stoel” (vgl. 4.7) te gee en terselfdertyd is hulle bewustheid ten opsigte van hulle eie gevoelens bevorder (vgl. 7.3.9.4). Resultate ten opsigte van die aktiwiteit word soos volg in tabelvorm weergegee.

**TABEL 50: SESSIE 9 (AKTIWITEIT 4)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 9: Aktiwiteit 4</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
Deelnemers is versoek om by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer te gee ten opsigte van hoe hulleself deur <b>deelnemer 5</b> se werk beïnvloed is, wat hulle waargeneem het en hoe hulle eie ervarings met die van deelnemer 5 s'n ooreengestem het. (Vgl. Bylae 12.2: Terugvoer na afloop van 'n vrywillige deelnemer se werk in die “warm stoel”.)	<b>Deelnemer 1</b> het deelnemer 5 se aggressie ten opsigte van haar gewese huweliksmaat en liefde vir haar kind waargeneem. Soos deelnemer 5 wou deelnemer 1 nie langer die monster in haar lewe hê nie. Sy het bewus geword van 'n behoefte om “n mooi skoon lewe” te lei, sonder monsters wat haar wou beheer.	<b>Deelnemer 1</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder deurdat sy bewus geword het van 'n behoefte, naamlik om “n mooi skoon lewe” te lei, sonder monsters wat haar wou beheer.
	<b>Deelnemer 1</b> het begin huil en erken dat haar gewese huweliksmaat haar bang, onseker en skuldig laat voel het. Haar gewese huweliksmaat wat met haar wou versoen, het dit telkens reggekry om haar te laat huil wanneer sy met hom gepraat het. Haar tranes het vir hom hoop op versoening beteken, deurdat hy dit verkeerdelik as liefde vir hom vertolk het.	Deur middel van deelnemer 5 se werk in die leëstoel het 'n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar gewese huweliksmaat waarskynlik op deelnemer 1 se figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn. Deelnemer 1 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder deurdat sy bewus geword het van haar skuldgevoelens, vrees en onsekerheid, dit oënskynlik kon erken en in besit kon neem (vgl. 3.8.3).

<p><b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 9: Aktiwiteit 4</b></p>	<p><b>Deelnemers/groep se reaksie</b></p>	<p><b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b></p>
<p>Deelnemer 1 is deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) gelei, ten einde haar bewustheid in die hier en nou te bevorder.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het haar tranen toegeskryf aan skuldgevoelens, deurdat sy die party was wat die egskeiding aanhangig gemaak het en haar gesin daardeur opgebreek het.</p>	<p>Dit blyk of deelnemer 1 integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik het toe sy bewus geword het van die betekenis van haar tranen. Sy het waarskynlik vanweë 'n introjek (vgl. 2.3.5.1) skuldig gevoel oor die gevolge van haar egskeiding. Haar reaksie deur skuldig te voel, toon ooreenkoms met wat in die literatuurstudie bevind is (vgl. 6.3.8).</p>
<p>Die leëstoelstegniek (vgl. 4.10.1) en dialoog (vgl. 4.4) is benut, ten einde deelnemer 1 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) te bevorder. Deelnemer 1 is deur middel van die vergrotings-/oordrywingstegniek (vgl. 4.8.1) gelei om 'n frase te herhaal.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het besef dat haar gewese huweliksmaat haar steeds emosioneel ontwrig het en was bereid om 'n dialoog met hom in die leë stoel te voer. Sy was bereid om die frase <i>“Jy krap my om net as ek dink ek is ‘all right’.</i> <i>Ek mis jou nooit nie”</i> met 'n harde stemtoon te herhaal.</p>	<p>Dit wil voorkom asof deelnemer 1 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) deur die vergrotings-/oordrywingstegniek (vgl. 4.8.1) bevorder is, deurdat sy bereid was om 'n emosiebelaaide frase te herhaal.</p>
	<p><b>Deelnemer 1</b> het in die hier en nou bewus geword van haar en haar kinders se vrees toe haar gewese huweliksmaat nog deel van hulle gesin was. Sy het deur laasgenoemde bewuswording besef dat haar kinders emosioneel deur haar egskeiding bevoordeel is. Deelnemer 1 het aan haar gewese huweliksmaat geverbaliseer dat hy haar identiteit verander het en dat hy haar in die proses afgekraak het.</p>	<p>Sy het oënskynlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) ten opsigte van haar egskeiding en skuldgevoelens bereik toe sy besef het dat sy en haar kinders tydens haar huwelikslewe aan vrees blootgestel was.</p>
<p>Deelnemer 1 is deur middel van die vergrotings-/oordrywingstegniek (vgl. 4.8.1) gelei om die frase <i>“Ek haat jou met ‘n passie”</i> te herhaal.</p>	<p>Met 'n harde en <i>“koue”</i> stemtoon het sy aan haar gewese huweliksmaat geverbaliseer: <i>“Ek haat jou met ‘n passie.”</i> Sy was bereid om laasgenoemde frase twee keer te herhaal.</p>	<p>Deelnemer 1 het met 'n gevoel van haat in kontak gekom, dit erken en oënskynlik in besit (vgl. 3.8.3) geneem. Dit blyk dus of haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) deur die vergrotings-/oordrywingstegniek (vgl. 4.8.1) bevorder is.</p>

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 9: Aktiwiteit 4</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p>Sy is deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) gelei om haar bewustheid in die hier en nou te bevorder.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> se liggaamsreaksie, naamlik oppervlakkige asemhaling en trane het haar bewus gemaak van die vrees wat sy steeds ten opsigte van haar gewese huweliksmaat ervaar het. Deelnemer 1 het 'n behoefte ervaar om nooit weer vir haar gewese huweliksmaat bang te wees nie, maar het terselfdertyd besef dat sy vanweë gevoelens van magtelosheid en weerloosheid gehuil het wanneer haar gewese huweliksmaat haar gemanipuleer het. Sy het erken dat sy in die hier en nou moeg, maar tog rustig gevoel het.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het waarskynlik vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer deurdat sy beangste uitdrukkings (vgl. 3.6.1.4) openbaar het en bewus geword het van hoe sy haarself ingeperk het deur te huil wanneer haar gewese huweliksmaat haar gemanipuleer het. Dit wil voorkom asof sy nog energie teruggehou het, deurdat sy rustig gevoel het. Sy het moontlik energie teruggehou vanweë haar intense bewustheid van die interaksie tussen polariteite in haar lewe, soos haar behoefte om sterk te wees en nie vir haar gewese huweliksmaat bang te wees nie teenoor haar weerloosheid (swakheid).</p>
<p>Deelnemer 1 is uitgedaag om 'n dialoog (vgl. 4.4) met haar trane te voer en deur middel van taalgebruik (vgl. 4.2) verantwoordelikheid vir haar optrede te aanvaar.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het tydens 'n dialoog met haar trane besef dat sy nie nodig gehad het om skuldig te voel nie. Sy het gekies om voortaan nie te huil wanneer sy met haar gewese huweliksmaat sou praat nie. Deelnemer 1 het besef dat sy reeds beheer gekry het, deurdat sy nie soos vroeër net stilgebly en gedoen het wat haar gewese huweliksmaat van haar verwag het nie. Deelnemer 1 het haar gewese huweliksmaat versoek om haar voortaan uit te los en verantwoordelikheid vir sy eie lewe te neem en haar nie verder met sy selfmoordpraatjies te manipuleer nie. Sy het na afloop van die dialoë verlig en kalm gevoel.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het oënskynlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik toe sy besef het dat sy nie nodig gehad het om skuldig te voel nie. Haar selfondersteuning (vgl. 2.5.2 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder, deurdat sy 'n keuse gemaak het om nie te huil wanneer sy met haar gewese huweliksmaat moes kommunikeer nie, dat sy meer in beheer gevoel het en dat sy in staat was om 'n behoefte, naamlik om uitgelos te word, aan haar gewese huweliksmaat in die leë stoel kon kommunikeer.</p>

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i>  <i>Sessie 9: Aktiwiteit 4</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p><b>Deelnemer 2</b></p>	<p><b>Deelnemer 2</b> het opgemerk dat deelnemer 5 lief was vir haar kind en hom wou beskerm en dat sy kwaad vir haar gewese huweliksmaat was. Hy het bewus geword van sy eie gevoelens van woede wat hy teenoor sy gewese huweliksmaat ervaar het, maar wat hy oorwin het. Deelnemer 2 het verligting ervaar nadat hy sy monster verwoes het.</p>	<p>Dit blyk of <b>deelnemer 2</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1 en 3.3.1) bevorder is deurdat hy bewus geword het van sy woede wat hy jeens sy gewese huweliksmaat ervaar het, dit oënskynlik kon erken en in besit kon neem. Sy selfondersteuning (vgl. 2.5.2 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik bevorder deurdat deelnemer 2 'n gevoel van bemeestering ervaar het toe hy geverbaliseer het dat hy sy monster oorwin het. Gesien in die lig dat deelnemer 2 nie verantwoordelikheid wou neem om vir sy gewese huweliksmaat 'n ongeadresseerde brief te skryf nie (vorige opdrag), het hy waarskynlik nog energie teruggehou wat hom daarvan weerhou het om 'n onvoltooidheid ten opsigte van sy gewese huweliksmaat te voltooi. Deelnemer 2 het moontlik vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer deurdat hy oënskynlik onderdrukte gevoelens ten opsigte van sy gewese huweliksmaat vermy het en sodoende nog sy energie teruggehou het.</p>
<p><b>Deelnemer 3</b></p>	<p><b>Deelnemer 3</b> het waargeneem dat deelnemer 5 kwaad, aggressief en ongelukkig ten opsigte van haar gewese huweliksmaat gevoel het. Sy het bewus geword van haar eie gevoelens van woede en haat wat sy in die verlede ten opsigte van haar gewese huweliksmaat ervaar het, maar wat sy nie langer in die hier en nou ervaar het nie.</p>	<p><b>Deelnemer 3</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik bevorder toe sy gevoelens van verligting wat haar woede jeens haar gewese huweliksmaat betref, ervaar het. Dit wil voorkom asof sy vanuit die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer het, deurdat sy oënskynlik haar onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar gewese huweliksmaat voltooi het en as 'n geïntegreerde eenheid (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) gefunksioneer het.</p>

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i>  <i>Sessie 9: Aktiwiteit 4</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p><b>Deelnemer 4</b></p>	<p><b>Deelnemer 4</b> het bewus geword van deelnemer 5 se gevoelens van woede jeens haar gewese huweliksmaat en laasgenoemde se liefdeloosheid teenoor sy kind.</p> <p>Deelnemer 4 het bewus geword van sy eie gevoelens van woede wat hy ten opsigte van sy gewese skoonfamilie ervaar het, deurdat hulle hom vir alles verwyd het en ook nie vir sy kinders omgee het nie. Hy het besluit om beheer oor sy monster te neem deur nie verder “sag” te wees en stil te bly in situasies waar sy kinders benadeel kon word nie.</p>	<p><b>Deelnemer 4</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder toe hy van sy gebrek aan selfhandhawing en woede bewus geword het, dit kon erken en oënskynlik in besit kon neem (vgl. 3.8.3).</p> <p>Deelnemer 4 het waarskynlik met ‘n introjek (vgl. 2.3.5.1), (dat alles wat verkeerd gegaan het sy skuld was), wat hy moontlik kritiekloos vanuit sy omgewing (gewese skoonouers) aangeeem het, in kontak gekom. Dit blyk of deelnemer 4 se selfondersteuning (vgl. 2.5.2 3.3.2 en 3.8.2) bevorder is, deurdat hy in staat was om sy behoefte aan beheer (vgl. 3.8.2.3) te identifiseer en ‘n keuse (vgl. 3.8.2.3) in dié verband kon maak. Deelnemer 4 het waarskynlik nog vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer, deurdat hy ‘n besluit geneem het ten opsigte van die hantering van sy gewese skoonouers, maar nog nie in die realiteit geleentheid gekry het om sy nuwe hanteringstrategie suksesvol te implementeer nie.</p>
<p><b>Deelnemer 6</b></p>	<p><b>Deelnemer 6</b> het waargeneem dat deelnemer 5 woede ten opsigte van haar gewese huweliksmaat ervaar het. Sy het in vergelyking met deelnemer 5 minder woede ten opsigte van haar gewese huweliksmaat ervaar. Deelnemer 6 het tot die besef gekom dat sy sterker as haar monster was, deurdat sy oor ‘n sterker persoonlikheid en beter waardes as haar monster beskik het. Haar gewese huweliksmaat het pligsgetrou ‘n ruim onderhoud ten opsigte van haar en haar kinders betaal.</p>	<p><b>Deelnemer 6</b> se selfondersteuning (vgl. 2.5.2 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik bevorder toe sy besef het dat sy “sterker” as haar monster (haar gewese huweliksmaat se nuwe vrou) was.</p>

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 9: Aktiwiteit 4</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<b>Deelnemer 6</b>	<b>Deelnemer 6</b> het aanvanklik skuldig daarvoor gevoel, maar het besef dat dit nie nodig was om daarvoor skuldig te voel nie.	<b>Deelnemer 6</b> het waarskynlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik deur te besef dat sy nie nodig gehad het om skuldig te voel nie.
Die groep is voorts gelei om aan meer effektiewe wyses te dink om hulle monsters in die toekoms te hanteer. Hulle is uitgedaag om 'n besluit te neem om hulle monsters, wat weer te voorskyn kon kom, in die toekoms te hanteer.	In <b>groepverband</b> is besluit dat deelnemers hulle monsters in die toekoms kon hanteer deur fisiese oefeninge te doen, ou telefoonboeke op te skeur, koplussings te slaan, ongeadresseerde briewe te skryf en met iemand te praat. Hulle sou ook hulle monsters as babas fantaseer (vgl. 6.3.8).	Die groep se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van effektiewe hanteringswyses is oënskynlik bevorder, deurdat deelnemers wyses kon verbaliseer om hulle monsters in die toekoms te hanteer.
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	Deelnemers het op 'n positiewe wyse aan die groep-aktiwiteit deelgeneem. Hulle het op 'n spontane wyse met mekaar gekommunikeer. Die groep het na mekaar uitgereik. Deelnemer 2 het byvoorbeeld vir deelnemer 1 sneesdoekies aangegee toe sy begin huil het, terwyl deelnemer 3 haar fisies 'n drukkie gegee het. Deelnemers het oor verhoogde energie beskik en het vrolik na afloop van die aktiwiteit voorgekom.	Dit wil voorkom asof groepinteraksie (vgl. 3.2.1) en groepkohesie (vgl. 3.2.2) deur die aktiwiteit bevorder is, aangesien deelnemers spontaan met mekaar gekommunikeer het en mekaar ondersteun het. Die groep het waarskynlik vanuit die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer, deurdat energie vrygestel is en deelnemers oënskynlik volgens hulle ware self opgetree het.

#### **8.2.9.5 Aktiwiteit vyf: Selfvertroeteling**

Tydens aktiwiteit vyf (vgl. 7.3.9.5) het deelnemers geleentheid gekry om deur middel van selfvertroeteling (vgl. 4.12) beide kante van polariteite in hulleself (vgl. 3.8.4) te aanvaar om sodoende groei en integrasie (vgl. 1.9.1) te bereik. Resultate ten opsigte van die aktiwiteit word soos volg in tabelvorm weergegee.

**TABEL 51: SESSIE 9 (AKTIWITEIT 5)**

<p><b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 9: Aktiwiteit 5</b></p>	<p><b>Deelnemers/groep se reaksie</b></p>	<p><b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b></p>
<p>Terwyl strelende panfluitagtergrondmusiek gespeel is, is deelnemers versoek om vir hulleself 'n kussing te kies (vgl. 4.12), hulle oë te sluit en die kussing styf vas te hou en hulle te verbeel dat die kussing hulle kwesbare, sensitiewe swakker deel van hulleself wat vertroos moes word, verteenwoordig het. Hulle moes deur middel van selfspraak op hulle sterktes fokus en vir hulle swakker deel sê: <i>“Ek is lief vir jou en aanvaar jou net soos jy is, al fouteer jy soms. Jy is baie spesiaal – net soos jy is.”</i></p>	<p>Deelnemers het positief aan die vertroetelingsaktiwiteit (vgl. 4.12) deelgeneem.</p>	<p>Deelnemers is moontlik deur die vertroetelingsaktiwiteit (vgl. 4.12) in staat gestel om integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) ten opsigte van polariteite (vgl. 2.3.6) wat hulle ten opsigte van hulleself ervaar het, te bereik.</p>
<p>Deelnemers is versoek om hulle bewuswordinge na afloop van die groepwerksessie (vgl. 12.3) in hulle onderskeie joernale aan te teken (vgl. Bylae 12.3: Bewuswording) en by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer aan die groep te gee.</p>	<p><b>Deelnemer 1</b> het besef dat sy lief vir haarself mag wees, dat sy nie <i>“bad”</i> nie, maar <i>“all right”</i> was en dat sy haarself mag wees. Sy het besluit om nie verder gemanipuleer te word nie.</p>	<p>Dit wil voorkom asof <b>deelnemer 1</b> integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik het toe sy haar sterk en swakker deel van haarself kon versoen. Haar selfondersteuning (vgl. 2.5.2 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik bevorder, deurdat sy verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) aanvaar het deur 'n besluit te neem en haarself aanvaar het.</p>
<p><b>Deelnemer 2</b></p>	<p><b>Deelnemer 2</b> het bewus geword van sy woede en die verligting wat hy in die verband ervaar het. Hy het ook van ander se hartseer bewus geword.</p>	<p><b>Deelnemer 2</b> het oënskynlik met sy kwaad en woede in kontak gekom, dit erken en in besit geneem (vgl. 3.8.3).</p>
<p><b>Deelnemer 3</b></p>	<p><b>Deelnemer 3</b> het besef dat sy nie langer vir haar gewese huweliksmaat bang was nie en dat hy haar nie langer kon manipuleer nie. Sy het besluit om haarself op te bou en haar aggressie en ongeduld te oorwin.</p>	<p>Dit blyk of <b>deelnemer 3</b> selfondersteunend (vgl. 2.5.2 3.3.2 en 3.8.2) (vgl. 2.3.2) gefunksioneer het, deurdat sy oënskynlik beheer gekry het oor haar vrees ten opsigte van haar gewese huweliksmaat en 'n besluit geneem het om haarself op te bou.</p>



<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 9: Aktiwiteit 5</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<b>Deelnemer 4</b>	<b>Deelnemer 4</b> het besluit om sy “sagte deel” te oorwin deur voortaan op sy regte te staan.	<b>Deelnemer 4</b> se selfondersteuning (vgl. 2.5.2 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder deurdat hy verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir homself aanvaar het deur ‘n besluit te neem om op sy regte te staan.
<b>Deelnemer 5</b>	<b>Deelnemer 5</b> het bewus geword van haar woede en aggressie. Sy was bly dat sy haar gewese huweliksmaat in die leë stoel geplaas het. Laasgenoemde het haar laat “vry” voel. Sy het na afloop van haar emosionele uitdrukking (woede en aggressie) rustig en kalm gevoel en haarself toestemming gegee om weer iemand lief te hê.	Dit blyk of <b>deelnemer 5</b> in kontak met haar woede en aggressie gekom het, dit erken en oënskynlik in besit geneem het. Sy het waarskynlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik, deurdat haar onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar gewese huweliksmaat oënskynlik voltooi is.
<b>Deelnemer 6</b>	<b>Deelnemer 6</b> het die belangrikheid van selfliefde en selfaanvaarding beseef. Sy het bewus geword van die feit dat almal in die groep sterker as hulle monsters was.	Dit wil voorkom asof <b>deelnemer 6</b> integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik het deurdat sy beseef het dat sy haarself kon liefhê en aanvaar en dat sy “sterker” as haar monster was. Sy het moontlik vanuit die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer deurdat haar bewustheid (1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) oënskynlik bevorder is, sy in staat was om selfregulerend (vgl. 2.3.2, 8.2.8.4) te funksioneer, sy reeds effektiewe wyses om haar gevoelens effektief te hanteer geïmplementeer het en sy waarskynlik in kontak met haarself en die omgewing was.

Deelnemers is uitgedaag om te besluit hoe hulle hul monsters in die toekoms sou hanteer en ‘n lys in hulle joernale saam te stel op grond waarvan hulle hulself daagliks in die toekoms kon bederf en vertroetel. (Vgl. Bylae 12.4: Tuisopdrag.) Hulle is voorberei op die afsluiting van die gestaltgroepwerk en herinner om eet- en drinkgoed na die afsluitingsessie saam te neem.

Vanuit bogenoemde kan afgelei word dat al die doelstellings en doelwitte van groepwerksessie nege bereik is, deurdat deelnemers in staat gestel is om in kontak met hulle gevoelens van aggressie (vgl. 6.3.8) te kom en daaraan uiting te gee, bewus te word van polariteite (vgl. 2.3.6) ten opsigte van hulleself en deur middel van selfvertroelingsaktiwiteite (vgl. 4.12) integrasie te bereik, hulleself te aanvaar en in die toekoms te vertroetel. Deelnemers een, twee en vier het tydens groepwerksessie nege moontlik vanuit die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer, terwyl deelnemers drie, vyf en ses, asook die groep, oënskynlik vanuit die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer het. Deelnemers en die groep se groei deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1 en 3.8) tydens groepwerksessie nege, word vervolgens in tabelvorm uiteengesit.

**TABEL 52: DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE**

DEELNEMERS:	1	2	3	4	5	6	Groep
Vals laag							
Fobiese laag							
Impasselaag							
Implosiewe laag							
Eksplosiewe laag							

### **8.2.10 Sessie tien: Finalisering en terminering van gestaltgroepwerk. Tema – Ons sé totsiens vir mekaar**

Groepwerksessie tien (vgl. 7.3.10) het die finalisering en terminering van die gestaltgroepwerkprogram behels. Deelnemer 4 het met aanvang van die groepwerksessie verneem dat sy broer in 'n ernstige motorongeluk was en dat hy in die intensiewe afdeling om sy lewe geveg het. Die verloop van die laaste gestaltgroepwerksessie, wat uit vier aktiwiteite bestaan het, word vervolgens bespreek.

#### **8.2.10.1 Aktiwiteit een: Rondte-tegniek**

Deelnemers het deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gekry om terugvoer ten opsigte van twee opdragte (vgl. 7.3.9.6) te gee, naamlik hoe hulle hulself kan bederf en hulle besluitneming ten opsigte van wyses om hulle monsters in die toekoms te hanteer (vgl. 7.3.10.1). Resultate ten opsigte van die aktiwiteit word soos volg in tabelvorm bespreek.

**TABEL 53: SESSIE 10 (AKTIWITEIT 1)**

<p><b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b>  <b>Sessie 10: Aktiwiteit 1</b></p>	<p><b>Deelnemers/groep se reaksie</b></p>	<p><b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b></p>
<p>Die rondte-tegniek (vgl. 4.1), is benut, ten einde deelnemers geleentheid te bied om terugvoer te gee ten opsigte van wyses om hulleself in die toekoms te bederf.</p> <p>Deelnemers is deur middel van die “<i>ek neem verantwoordelikheid</i>”-tegniek (vgl. 4.13) gelei om verantwoordelikheid vir hulle besluit om hulself in die toekoms te bederf, te neem.</p>	<p>Deelnemers het soos volg besluit om hulleself te bederf:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>♥ <b>Deelnemer 1:</b> Skuimbad, musiek luister, tyd alleen deurbring en ‘n manikuur.</li> <li>♥ <b>Deelnemer 2:</b> Musiek luister, dans en skuimbad met blomme, wyn en musiek.</li> <li>♥ <b>Deelnemer 3:</b> Tyd alleen deurbring, Skuimbad besoek haarsalon, piekniek, tuinwerk, ontspan in tuin.</li> <li>♥ <b>Deelnemer 4:</b> Luister na musiek en streel troeteldiere.</li> <li>♥ <b>Deelnemer 5:</b> Skuimbad met kerse en sagte musiek, biltong en lekker wyn.</li> <li>♥ <b>Deelnemer 6:</b> Stap, draf, vriende oornooi, vakansie en skuimbad.</li> </ul>	<p>Deelnemers was in staat om aan wyses te dink, ten einde hulleself in die toekoms te vertroetel. Hulle selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik deur middel van die “<i>ek neem verantwoordelikheid</i>”-tegniek (vgl. 4.13) bevorder.</p>
<p>Die rondte-tegniek (vgl. 4.1), is benut om deelnemers geleentheid te bied om terugvoer te gee ten opsigte van wyses waarvolgens hulle hul monsters in die toekoms sou hanteer.</p> <p>Deelnemer 6 is gelei (vgl. 4.13) om verantwoordelikheid (vgl. 4.13) vir haar gevoel te neem.</p>	<p>Deelnemer 1 het besluit om nie in die toekoms deur haar monster gemanipuleer te word nie. Deelnemers 2 en 4 het besluit om hulle monsters in die toekoms te “<i>face</i>”. Deelnemer 3 het besluit om haar monster te hanteer deur boeke op te skeur, in die veld te gaan stap en te skreeu. Deelnemer 5 het besluit om haar monster te “<i>face</i>” en te sê wat haar ongelukkig maak. Deelnemer 6 het beseft dat sy haarself sou benadeel deur vir haar monster kwaad te word.</p> <p>Deelnemer 6 het besluit om verantwoordelikheid te aanvaar om nie vir haar monster kwaad te word nie en was bereid om hardop in die groep te verbaliseer: “<i>Ek neem verantwoordelikheid om nie vir my monster kwaad te word nie.</i>”</p>	<p>Deelnemers se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.5.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder, deurdat hulle verantwoordelikheid kon neem om ‘n besluit te neem ten opsigte van die toekomstige hantering van die monsters in hulle lewens.</p>

### 8.2.10.2 Aktiwiteit twee: Ontspanningsoefening en rondte-tegniek

Deur 'n ontspanningsoefening (vgl. 4.8) is deelnemers gelei om in kontak met hulleself te kom en te ontspan, alvorens hulle geleentheid gekry het om die gestaltgroepwerksessies op te som en deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) terugvoer aan die groep ten opsigte van hulle bewuswordinge te gee. Sodoende het hulle geleentheid gekry om die groepwerksessies te hersien, hulle bewustheid te bevorder en hulle groei te monitor (vgl. 7.3.10.2). Die aktiwiteit se resultate word voorts in tabelvorm aangebied.

**TABEL 54: SESSIE 10 (AKTIWITEIT 2)**

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <b>Sessie 10: Aktiwiteit 2</b>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<p>Deelnemers is versoek om gemaklik te sit en met geslote oë aan 'n ontspanningsoefening (vgl. 4.8) deel te neem, terwyl rustige agtergrondmusiek gespeel het.</p> <p>Deelnemers is versoek om opsommings van al die sessies wat hulle bygewoon het te maak deur te fokus op hulle bewuswordinge en gevoelens wat hulle tydens elke sessie ervaar het.</p> <p>Hulle is voorts versoek om hulle bewuswordinge in die hier en nou na afloop van die opsommings by wyse van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) in die groep te deel.</p>	<p>Al die deelnemers het positief op die ontspanningsoefening gereageer, deurdat hulle diep asemgehaal het en na afloop van die ontspanningsoefening ontspanne voorgekom het.</p> <p>Deelnemers het positief daarin geslaag om opsommings van hulle bewuswordinge en gevoelens te maak.</p>	<p>Deelnemers is deur middel van die ontspanningsoefening (vgl. 4.8) moontlik in staat gestel om met hulleself en hul omgewing kontak (vgl. 2.3.5) te maak en te ontspan.</p> <p>Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik deur die maak van opsommings bevorder, deurdat hulle daardeur in staat gestel is om weer met hulle vorige bewuswordinge en gevoelens in kontak te kom.</p>
<b>Deelnemer 1</b>	<b>Deelnemer 1</b> het bewus geword van die groei en verligting wat sy ervaar het, asook dat die groep lekker kon saamkuier.	<b>Deelnemer 1</b> se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder, deurdat sy groei ervaar het.
<b>Deelnemer 2</b>	<b>Deelnemer 2</b> was bly dat hy sover gekom het om vir sy gewese huweliksmaat 'n brief te skryf, want sodoende kon hy van sy aggressie ontslae geraak het en verligting ervaar het.	<b>Deelnemer 2</b> se selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder toe hy die verantwoordelikheid geneem het deur te besluit om vir sy gewese huweliksmaat 'n brief te skryf.

Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette Sessie 10: Aktiwiteit 2	Deelnemers/groep se reaksie	Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon
<b>Deelnemer 2</b>	<b>Deelnemer 2</b> het besef dat hy sy gewese huweliksmaat vergewe het en dat hy haar nie weer wou terughê nie. Hy het bewus geword van die groep se gevoelens van hartseer en woede wat hul aanvanklik vanweë hul egskeidings ervaar het en dat almal na afloop van die groepwerksessies beter gevoel het. Die groepwerk het hom baie gehelp deurdat hy geleer het om nie sy gevoelens te vermy nie, maar uiting daaraan te gee.	Hy het (vgl. 3.8.3) waarskynlik in kontak met sy aggressie gekom, dit erken en in besit geneem (vgl. 3.8.3) en so-doende beheer oor sy gevoelens gekry (vgl. 3.8.2.3). Deelnemer 2 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder toe hy besef het dat hy sy gewese huweliksmaat vergewe het. Dit wil voorkom asof deelnemer 2 vanuit die <b>eksplousiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer het, deurdat hy bereid was om 'n effektiewe hanteweringswyse te implementeer en tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oorgegaan het. 'n Onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van sy egskeiding is waarskynlik in die proses voltooi.
<b>Deelnemer 3</b>	<b>Deelnemer 3</b> het bewus geword van 'n "wow"-gevoel. Sy het in beheer gevoel deurdat sy nie langer vir haar gewese huweliksmaat bang was nie en sy meer geduld met haar kind gehad het. Deelnemer 3 het bewus geword van die groep se groei en gemeenskaplike ervarings.	<b>Deelnemer 3</b> se selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder deurdat sy beheer (vgl. 3.8.2.3) oor haar gevoelens gekry het. Sy was waarskynlik meer geduldig met haar kind vanweë innerlike groei wat sy ervaar het.
<b>Deelnemer 4</b>	<b>Deelnemer 4</b> het tydens die aktiwiteit humoristies probeer optree. Hy het na 'n ernstiger luim verander en het terugvoer gegee ten opsigte van innerlike groei wat hy ervaar het. Sy geduld en energie ten opsigte van sy kinders het toegeneem en hy het geleer om sy gevoelens te hanteer. Deelnemer 4 het bewus geword van die groei wat in die groep plaasgevind het en geverbaliseer dat die groep "lekker" kon "saamkuier".	<b>Deelnemer 4</b> het moontlik sy gevoelens ten opsigte van sy broer by wyse van defleksie (vgl. 2.3.5.5) onderdruk deur humoristies te probeer optree. Hy het waarskynlik weer in kontak (vgl. 2.3.5) met homself en die omgewing gekom toe hy in 'n ernstiger luim bewus geword het van groei wat hy ervaar het, meer geduld ten opsigte van sy kinders wat hy bekom het en dat hy geleer het hoe om sy gevoelens te hanteer.

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 10: Aktiwiteit 2</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p>Deur middel van taalgebruik (vgl. 4.2) is <b>deelnemer 4</b> uitgenooi om ten opsigte van sy vraag, naamlik “<i>ek sal nie weer met haar trou nie, nou wat maak mens nou ... ?</i>” te eksplloreer en sy eie mening te lug.</p>	<p><b>Deelnemer 4</b> het na afloop van die rondte-tegniek die groepleier vir omgewingsteun genader, deur laasgenoemde om advies te vra. Hy het aangedui dat die predikant hom oor sy saamleefverhouding aan huis besoek het en hom as ‘n geskeide man vermaan het om nie weer in die huwelik te tree nie, tensy dit met sy gewese huweliksmaat sou wees. Laasgenoemde het hom verwar, deurdathy gelukkig wou wees en weer later van tyd in die huwelik wou tree, maar nie kans gesien het om weer met sy gewese huweliksmaat in die huwelik te tree nie.</p>	<p><b>Deelnemer 4</b> het oënskynlik bewus geword van ‘n moontlike <b>introjek</b> (vgl. 2.3.5.1) in sy lewe, naamlik dat ‘n geskeide persoon nie met iemand anders, buiten sy gewese huweliksmaat in die huwelik mag tree nie. Laasgenoemde introjek (vgl. 2.3.5.1) kon deelnemer 4 waarskynlik met ‘n <b>polariteit</b> (vgl. 2.3.6) in kontak gebring het, naamlik sy behoefte om in die huwelik te tree (“<i>under dog</i>”) teenoor die introjek (vgl. 2.3.5.1) dat dit verkeerd sou wees om met iemand anders buiten sy gewese huweliksmaat in die huwelik te tree (“<i>topdog</i>”). Dit wil voorkom asof deelnemer 4 vanuit stadium vyf (vgl. 6.3.7), naamlik moraliteit van kontrak, individuele regte en demokratiese aangeleerde reg gefunksioneer het, deurdathy die samelewing se morele waardes en beginsels geëvalueer het. Hy het moontlik op daardie stadium nie oor voldoende selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) beskik om dié introjek self krities te evalueer nie en het hom derhalwe na omgewingsteun gewend.</p> <p><b>Deelnemer 4</b> het waarskynlik vanuit die <b>implosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdathy bewus geword het van die introjek wat hom ingeperk het en het moontlik sy energie teruggehou vanweë sy intense bewustheid van laasgenoemde polariteit in sy lewe.</p>
<p><b>Deelnemer 5</b></p>	<p><b>Deelnemer 5</b> het bewus geword van haar pyn en woede wat tot uiting gekom het, dat sy beter gevoel het en weer ‘n “<i>heel mens</i>” was.</p>	<p><b>Deelnemer 5</b> het waarskynlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik, deurdathy sy as ‘n eenheid gefunksioneer het.</p>

<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 10: Aktiwiteit 2</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
<b>Deelnemer 6</b>	<b>Deelnemer 6</b> het besef dat sy met haar emosionele pyn tydens die eerste sessie se voltooiing van onvoltooide sinne gekonfronteer is. Sy het baie beter gevoel en het 'n positiewe verandering by die groep bespeur. Die groep het volgens deelnemer 6 <i>“meer openlik gesels”</i> en kon lekker sosiaal verkeer.	<b>Deelnemer 6</b> se selfondersteuning (vgl. 2.5.2 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder deurdat sy verligting ten opsigte haar emosioneel pyn ervaar het.
<b>Observasie ten opsigte van groepvlak</b>	Deelnemers het op 'n spontane en openlike wyse met mekaar gekommunikeer en groei ervaar. Hulle kon sosiaal gesellig verkeer, het gemaklik in mekaar se teenwoordigheid voorgekom en was bereid om mekaar uit te daag om bekende grense oor te steek. Deelnemer 6 het byvoorbeeld vir deelnemer 2 gekonfronteer ten opsigte van die brief wat hy nog aan sy gewese huweliksmaat moes skryf. Hy het spontaan gereageer en erken dat hy wel die brief geskryf het.	Dit wil voorkom asof groepinteraksie (vgl. 3.2.2) en groepkohesie (vgl. 3.2.1) bevorder is, deurdat die groep openlik, spontaan en gemaklik in mekaar se teenwoordigheid was, uiting aan hulle gevoelens kon gee en gemeenskaplike ervarings beleef het. Aangesien deelnemers mekaar uitgedaag het, mekaar ondersteun het en as 'n eenheid gefunksioneer het, is doelstellings wat ten opsigte van deelnemers op groepvlak gestel is (vgl. 3.3.5) waarskynlik bereik. In die lig daarvan dat egskedding sosiale onttrekking en isolasie kan teweegbring (vgl. 6.3.6) kan afgelei word dat deelnemers se sosialisering moontlik deur middel van die groepwerksessies bevorder is.

### **8.2.10.3 Aktiwiteit drie: Onvoltooide sinne**

Deelnemers is elk van 'n onvoltooide sinnetoets (vgl. 4.10.3, 7.3.10.3 en Bylae 13.1: Onvoltooide sinne soos benut tydens groepwerksessie tien) voorsien om die groepwerksessies in geheel te evalueer. Vervolgens word die resultate van deelnemers se onvoltooide sinne in tabelvorm uiteengesit.

**TABEL 55: SESSIE 10 (AKTIWITEIT 3)**

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 10: Aktiwiteit 3</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p><b>Deelnemer 1</b></p>	<p>Die groepwerksessies het volgens <b>deelnemer 1</b> “aan al my verwagtinge voldoen. Ek voel baie beter ... ‘n nuwe mens” (vgl. 8.2.1.3).</p> <p>Deelnemer 1 het bewus geword van gevoelens van hartseer, vrees, haat, moegheid, seerkry, negatiewe en skuld. Sy het ten opsigte van haarself geleer dat sy meer geduldig was en minder kwaad vir haar kinders geword het. Deelnemer 1 het bewus geword van haar behoefte aan liefde en geluk in ‘n kalm en rustige omgewing. Sy het gekies om verantwoordelikheid te neem vir haar gevoelens en om nie deur haar gewese huweliksmaat gemanipuleer te word nie. Daarteenoor het sy gekies om nie verantwoordelikheid vir haar gewese huweliksmaat se dade en welstand te neem nie. Sy het innerlike groei ervaar en beheer oor haar skuldgevoelens en die monster in haar lewe gekry. Deelnemer 1 het haarself aanvaar en het besluit om verantwoordelikheid te neem om vir haarself lief te wees en ‘n goeie “mamma” vir haar kinders te wees. Sy het haarself vergewe vir die egskeiding en het kans gesien vir “al die uitdagings wat die lewe bring en om nuwe dinge te leer”. Sy het daarvan bewus geword dat sy haar gevoelens onderdruk het deur dit te ignoreer en baie hard te werk.</p> <p>Deelnemer 1 het na aanleiding van die groepwerksessies met die volgende wyses om haar gevoelens effektief te hanteer, geëksperimenteer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> Praat met iemand</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Fisiese oefening</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Skryf ‘n brief</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Luister na musiek</li> </ul>	<p>Die gestaltgroepwerksessies het aan <b>deelnemer 1</b> se verwagtinge voldoen, wat waarskynlik op groei dui.</p> <p>Deelnemer 1 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik bevorder deurdat sy die gevoelens en behoeftes (vgl. 2.3.2) wat op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het, kon identifiseer en daarmee in kontak kon kom, bewus kon word van die wyses hoe sy kontak verbreek het (vgl. 2.3.5) en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir haar gedrag en keuses kon aanvaar het. Haar bewustheid is moontlik verder bevorder deurdat sy selfkennis (vgl. 3.8.2.1) verkry het en haarself aanvaar het.</p> <p>Deelnemer 1 se selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder deurdat sy selfkennis bekom het, haarself kon definieer (vgl. 3.8.2.1), haar behoeftes kon identifiseer en verwoord (vgl. 2.3.2), besluite (vgl. 3.8.2) kon neem en nuwe gedrag kon bemeester en beheer (vgl. 3.8.2.3). Sy was waarskynlik selfregulerend (vgl. 2.3.2) deurdat sy in staat was om haar dominante behoeftes te identifiseer en onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar egskeiding te voltooi.</p> <p>Deelnemer 1 het moontlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik toe sy met verloop van die groepwerksessies (vgl. 8.2.1.4, 8.2.4.2, 8.2.4.3, 8.2.6.3 en 8.2.9.4) met polariteite (vgl. 2.3.6) in haar lewe in kontak gekom het, haar gevoelens erken het, in besit (vgl. 3.8.3) geneem het en verant-</p>



<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 10: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<b>Deelnemer 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> Doen iets aangenaams</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Huil</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Spandeer elke dag 'n sekere tyd om aan gevoelens te dink</li> </ul> <p>Sy het verkies om haar gevoelens in die toekoms te hanteer deur fisies te oefen, met iemand te praat en 'n brief te skryf. Deelnemer 1 het van haar egskeiding se “bagasie” ontslae geraak. Sy het van al die tegnieke en aktiwiteite, behalwe die kleiwerk gehou en het aanbeveel dat die groepwerksessies soggens in stede van saans gehou word.</p>	<p>woordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir haar gevoelens en dade geneem het. Dit wil voorkom asof deelnemer 1 die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) bereik het, deurdat haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) bevorder is, sy as 'n selfregulerende (vgl. 2.3.2) en geïntegreerde eenheid (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) volgens haar ware self gefunksioneer het.</p>
<b>Deelnemer 2</b>	<p>Die groepwerksessies het aan al <b>deelnemer 2</b> se verwagtinge (vgl. 8.2.1.3) voldoen.</p> <p>Deelnemer 2 het bewus geword van gevoelens van woede, hartseer en verligting. Hy het geleer “<i>om van kwaa[d], hartseer en woede ontslae te raak en hoe om dit te hanteer</i>”. Hy het 'n behoefte aan die liefde van 'n “vrou” in sy lewe gehad. Hy het gekies om verantwoordelikheid vir sy gevoelens en die hantering daarvan te neem en 'n “pa” vir sy kinders te wees. Daarteenoor het hy gekies om nie verantwoordelikheid vir sy gewese huweliksmaat se dade te neem nie. Hy het beheer oor homself en sy woede en hartseer-gevoelens gekry.</p> <p>Deelnemer 2 het bewus geword van die lewe wat “<i>lekker en hard was</i>” (polariteit) en dat hy innerlik sterk geword en gegroei het. Hy het homself vergewe vir die “<i>seerkry</i>” wat sy kinders vanweë die egskeiding moes deurmaak. Deelnemer 2 het ontslae geraak van sy “<i>kwaa[d], woede en hartseer en het kans gesien vir nuwe dinge in die lewe en uitdagings</i>”.</p>	<p>Dit blyk of die gestaltgroepwerksessies wat deur <b>deelnemer 2</b> bygewoon is aan al sy verwagtinge voldoen het. Dit dui waarskynlik op groei.</p> <p>Deelnemer 2 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik bevorder deurdat hy sy gevoelens en behoeftes (vgl. 2.3.2) wat op sy figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het kon identifiseer en daarmee in kontak kon kom, bewus kon word van die wyses hoe hy kontak verbreek het (vgl. 2.3.5) en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir sy gedrag en keuses kon aanvaar het. Sy bewustheid is waarskynlik verder bevorder deurdat hy selfkennis (vgl. 3.8.2.1) verkry het en homself aanvaar het.</p> <p>Dit blyk of <b>deelnemer 2</b> se selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) bevorder is deurdat hy selfkennis bekom het, homself kon definieer (vgl. 3.8.2.1), sy behoeftes kon identifiseer en verwoord (vgl. 2.3.2), besluite (vgl. 3.8.2) kon neem, nuwe gedrag bemeester het en beheer (vgl. 3.8.2.3) verkry het.</p>

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i>  <i>Sessie 10: Aktiwiteit 3</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p><b>Deelnemer 2</b></p>	<p>Hy het daarvan bewus geword dat hy sy gevoelens onderdruk het deur te werk.</p> <p>Hy het na aanleiding van die groepwerksessies met die volgende gevoelshanteringswyses geëksperimenteer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> Praat met iemand</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Fisiese oefening</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Skryf 'n brief</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Luister na musiek</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Huil</li> </ul> <p>Hy het verkies om sy gevoelens in die toekoms te hanteer deur rustig te raak en na musiek te luister, fisies te oefen en 'n brief te skryf en dit op te seur/te verbrand.</p> <p>Deelnemer 2 het van al die sessies gehou en het tydens die sintuigstimuleringsaktiwiteit (vgl. 8.1.2) nie van die proe van Marmite gehou nie. Hy het aanbeveel dat die groep 'n "klub" vir enkelouers stig.</p>	<p>Hy het waarskynlik selfregulerend (vgl. 2.3.2) gefunksioneer, deurdat hy in staat was om sy dominante behoeftes te identifiseer en onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.2) ten opsigte van sy gewese huweliksmaat te voltooi.</p> <p>Hy het oënskynlik integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik toe hy met verloop van die groepwerksessies (vgl. 8.2.6.5, 8.2.7.3 en 8.2.9.5 en 8.2.10.3) met polariteit (vgl. 2.3.6) in sy lewe in kontak gekom het, sy gevoelens erken het, dit in besit (vgl. 3.8.3) geneem het en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir sy gevoelens en dae geneem het. Dit wil voorkom asof deelnemer 2 oor verhoogde energie beskik het, deurdat hy kans gesien het om 'n "klub" vir enkelouers te stig. Hy het moontlik vanuit die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer (vgl. 8.2.10.2), deurdat hy tot emosionele uitdrukking wat met die vrystelling van energie gepaard gegaan het, oorgegaan het.</p>
<p><b>Deelnemer 3</b></p>	<p>Die groepwerksessies het aan al <b>deelnemer 3</b> (vgl. 8.2.1.3) se verwagtinge voldoen.</p> <p>Sy het bewus geword van haar gevoelens naamlik, "seergemaak, teleurgesteld, selfverwyd, hartseer, woede, vrees, haat, aggressie en ongeduld." Deelnemer 3 het ten opsigte van haarself bewus geword van al haar gevoelens en geleer om in beheer te wees ten opsigte van hoe sy voel en hoe sy wou voel. Sy het bewus geword van haar behoeftes, naamlik "aanvaarding, liefde, respek, vertrouwe, kommunikasie en om rustig en kalm te wees en te bly."</p>	<p>Die gestaltgroepwerksessies het waarskynlik aan <b>deelnemer 3</b> se verwagtinge voldoen – wat moontlik op groei kon dui.</p> <p>Dit wil voorkom asof <b>deelnemer 3</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) bevorder is deurdat sy haar gevoelens en behoeftes (vgl. 2.3.2) wat op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het kon identifiseer en daarmee in kontak kon kom, bewus kon word van die wyses hoe sy kontak verbreek het (vgl. 2.3.5) en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir haar gedrag en keuses kon aanvaar het.</p>

<b>Gestalterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 10: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<b>Deelnemer 3</b>	<p>Deelnemer 3 het gekies om verantwoordelikheid te neem om nie met haar kind en geliefdes aggressief en ongeduldig te wees nie, na haar kind te luister en 'n goeie ouer te wees. Sy het terselfdertyd gekies om nie vir haar gewese huweliksmaat se daade, werkloosheid en persoonlike lewe verantwoordelikheid te neem nie. Deelnemer 3 het beheer gekry oor haar skuldgevoelens, selfverwyt, hartseer, ongeduld en aggressie (haar monster). Sy het haarself aanvaar, het goed gevoel oor haarself deurdat sy emosioneel sterker en meer in beheer gevoel het. Deelnemer 3 het die verantwoordelikheid geneem om haarself te aanvaar en lief te hê. Sy het haarself vergewe vir haar selfverwyt, hartseer en skuldgevoelens en het kans gesien vir <i>“die lewe en vir my kind en vir die toekoms saam met iemand spesiaal”</i>.</p> <p>Sy het daarvan bewus geword dat sy haar gevoelens onderdruk het deur te lag, haar besig te hou, te werk en voor te gee dat dit goed gaan. Sy het na aanleiding van die groepwerksessies met die volgende wyses om haar gevoelens effektief te hanteer, geëksperimenteer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> Praat met iemand</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Skryf 'n brief</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Slaan 'n kussing</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Luister na musiek</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Huil</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Teken</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Fisiese oefening</li> </ul> <p>Sy het verkies om haar gevoelens in die toekoms te hanteer deur middel van <i>“kalmte en rustigheid”</i>, fisies te oefen, met iemand te praat, 'n kussing te slaan, musiek te luister, iets lekkers te doen, 'n brief te skryf, te huil en te teken.</p>	<p>Haar bewustheid is waarskynlik verder bevorder deurdat sy selfkennis (vgl. 3.8.2.1) verkry het en haarself aanvaar het.</p> <p>Deelnemer 3 se selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder deurdat sy selfkennis bekom het, haarself kon definieer (vgl. 3.8.2.1), haar behoeftes kon identifiseer en verwoord (vgl. 2.3.2), besluite (vgl. 3.8.2) kon neem, nuwe gedrag kon bemeester en beheer (vgl. 3.8.2.3) verkry het. Sy was waarskynlik selfregulerend (vgl. 2.3.2) deurdat sy in staat was om haar dominante behoeftes te identifiseer en onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar egskieding te voltooi.</p>

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i>  <i>Sessie 10: Aktiwiteit 3</i></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p><b>Deelnemer 3</b></p>	<p>Sy het ontslae geraak van haar aggressie, ongeduld, hartseer, pyn en die emosionele bagasie wat sy na aanleiding van haar egskeiding met haar saamgedra het. Deelnemer 3 het aan die een kant bewus geword van die emosionele pyn wat haar egskeiding veroorsaak het, maar aan die anderkant het sy besef dat sy innerlike sterkte (polariteit) daardeur verkry het. Sy het bewus geword van die lewe se positiewe, sowel as die negatiewe (polariteit) en het besluit om die lewe met 'n positiewe gesindheid aan te pak. Deelnemer 3 het van al die aktiwiteite en tegnieke gehou en het aanbeveel dat soortgelyke groepwerk op 'n gereelde basis aangebied word, aangesien daar 'n groot leemte in dié verband bestaan het.</p>	<p>Dit blyk of deelnemer 3 integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik het deurdat sy besef het dat die lewe uit polariteite (vgl. 2.3.6) bestaan het en sy met verloop van die groepwerksessies (vgl. 8.2.4.3, 8.2.5.3, 8.2.8.3 en 8.2.10.3) met polariteite (vgl. 2.3.6) in haar eie lewe in kontak gekom het, haar gevoelens erken het, besit (vgl. 3.8.3) het en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir haar gevoelens en dae geneem het. Deelnemer 3 het waarskynlik vanuit die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer, deurdat haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) bevorder is en sy met verhoogde energie as 'n selfregulerende (vgl. 2.3.2) en geïntegreerde eenheid (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) volgens haar ware self gefunksioneer het.</p>
<p><b>Deelnemer 4</b></p>	<p>Die groepwerksessies het aan al <b>deelnemer 4</b> se verwagtinge (vgl. 8.2.1.3) voldoen.</p> <p>Hy het intern bewus geword van die volgende gevoelens, naamlik <i>“hartseer, woede, pyn, blydschap, geluk en bekommernis”</i>. Deelnemer 4 het geleer dat hy in staat was om sy gevoelens te hanteer. Hy het bewus geword van sy omgewing (<i>“alles wat om my aangaan”</i>) en het 'n behoefte aan liefde, respek, geluk en 'n verhouding met God ervaar. Hy het gekies om verantwoordelikheid te neem om vir sy kinders 'n goeie ouer te wees en <i>“alles in die lewe te fa[c]je”</i>. Daarteenoor het deelnemer 4 besluit om nie verantwoordelikheid vir sy gewese skoonfamilie te neem nie. Hy het beheer gekry oor sy interne vrees, skuldgevoelens en sy monster (dat hy te sag was en altyd stilgebly het).</p>	<p>Dit wil voorkom of die gestaltgroepwerksessies aan <b>deelnemer 4</b> se verwagtinge voldoen het.</p> <p>Deelnemer 4 se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik bevorder deurdat hy in staat was om sy gevoelens en behoeftes (vgl. 2.3.2) wat op sy figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het te identifiseer en daarmee in kontak te kom, die wyses hoe hy kontak verbreek het te identifiseer (vgl. 2.3.5) en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir sy gedrag en keuses te aanvaar. Sy bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is moontlik verder bevorder deurdat hy selfkennis (vgl. 3.8.2.1) verkry het en homself aanvaar het.</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 10: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<b>Deelnemer 4</b>	<p>Deelnemer 4 het goed gevoel oor homself en het homself aanvaar. Hy het homself vergewe omdat hy homself verwyd het en het kans gesien vir 'n "nuwe vrou". Deelnemer 4 het daarvan bewus geword dat hy sy gevoelens onderdruk het deur na oorverdowende musiek te luister, te rook en alkohol te gebruik. Hy het na aanleiding van die groepwerk-sessies met die volgende effektiewe gevoelshanteringswyses geëksperimenteer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> Praat met iemand</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Slaan 'n kussing</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Luister na musiek</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Skryf 'n brief</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Spandeer 'n sekere tyd om aan gevoelens te dink</li> </ul> <p>Hy het verkies om sy gevoelens in die toekoms te hanteer deur met iemand te praat, 'n kussing te slaan, en na musiek te luister. Deelnemer 4 het van sy gevoelens ontslae geraak en het bewus geword van vreugde en dat hy innerlik sterker geword het. Hy het van al die aktiwiteite, tegnieke, eetgoed en van almal in die groep gehou.</p>	<p><b>Deelnemer 4 se selfondersteuning</b> (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder deurdat hy selfkennis bekom het, homself kon definieer (vgl. 3.8.2.1), sy behoeftes kon identifiseer en verwoord (vgl. 2.3.2), besluite (vgl. 3.8.2) kon neem, nuwe gedrag bemeester het en beheer (vgl. 3.8.2.3) verkry het.</p> <p>Dit blyk of deelnemer 4 integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik het toe hy met verloop van die groepwerksessies (vgl. 8.2.3.5, 8.2.4.3, 8.2.4.5, 8.2.7.4, 8.2.9.5 en 8.2.10.2) met polariteite (vgl. 2.3.6) in sy lewe in kontak gekom het, sy gevoelens erken het, in besit (vgl. 3.8.3) geneem het en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir sy gevoelens en dade geneem het.</p>
<b>Deelnemer 5</b>	<p>Die groepwerksessies het aan al <b>deelnemer 5</b> (vgl. 8.2.1.3) se verwagtinge voldoen.</p> <p>Deelnemer 5 het bewus geword van hartseer, pyn, woede, blydskap en verlange na "iemand". Sy het ten opsigte van haarself geleer dat sy oor "baie opgekropte woede" beskik het. Deelnemer 5 het bewus geword van haar behoefte aan liefde, geduld, geestelike groei en om meer tyd saam met haar kind te spandeer. Sy het gekies om verantwoordelikheid vir haar eie lewe en gevoelens te neem.</p>	<p>Die gestaltgroepwerksessies het aan <b>deelnemer 5</b> se verwagtinge voldoen. Dit dui waarskynlik op groei.</p> <p>Dit wil voorkom asof deelnemer 5 se bewustheid (vgl. 2.5.1 en 3.3.1) bevorder is deurdat sy in staat was om haar gevoelens en behoeftes (vgl. 2.3.2) wat op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het, te identifiseer en daarmee in kontak te kom, die wyses hoe sy kontak verbreek het (vgl. 2.3.5) te identifiseer en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir haar gedrag en keuses te aanvaar.</p>

<p><i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <b>Sessie 10: Aktiwiteit 3</b></p>	<p><i>Deelnemers/groep se reaksie</i></p>	<p><i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i></p>
<p><b>Deelnemer 5</b></p>	<p>Sy het besluit om nie vir haar gewese huweliksmaat kwaad te word nie en om nie verantwoordelikheid vir sy daade te neem nie. Deelnemer 5 het beheer gekry oor haar woede en skuldgevoelens. Sy het verantwoordelikheid vir haar geestelike, finansiële en emosionele besluite geneem. Deelnemer 5 het haarself aanvaar en het goed oor haarself gevoel, deurdat sy daarin kon slaag om gewig te verloor. Sy het haarself vergewe vir “<i>dit wat alles verkeerd was in my huwelik</i>” en het kans gesien om weer iemand lief te hê. Deelnemer 5 het daarvan bewus geword dat sy haar gevoelens onderdruk het deur “<i>te lag, baie te werk en aan iets anders te dink</i>”. Sy het na aanleiding van die groepwerksessies met die volgende effektiewe hanteringswyses geëksperimenteer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> Praat met iemand</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Stap</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Skryf ‘n brief</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Slaan ‘n kussing</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Luister na musiek</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Spandeer elke dag ‘n sekere tyd om aan gevoelens te dink</li> </ul> <p>Sy het verkies om haar gevoelens in die toekoms te hanteer deur te stap, met iemand te praat en na musiek te luister. Deelnemer 5 het van haar woede en aggressie ontslae geraak. Sy het gekies om vir haar kind ‘n goeie ouer te wees en vir hom beskikbaar te wees. Deelnemer 5 het innerlike groei ervaar en het beheer oor haar gevoelens gekry. Sy het van al die groepwerkaktiwiteite wat sy as uitdagings beskou het, gehou en het geen aanbevelings gemaak nie.</p>	<p>Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik verder bevorder deurdat sy selfkennis (vgl. 3.8.2.1) verkry het en haarself aanvaar het.</p> <p>Deelnemer 5 se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder deurdat sy selfkennis bekom het, haarself kon definieer (vgl. 3.8.2.1), haar behoeftes kon identifiseer en verwoord (vgl. 2.3.2), besluite (vgl. 3.8.2) kon neem, nuwe gedrag kon bemeester en beheer (vgl. 3.8.2.3) verkry het. Sy het moontlik selfregulerend (vgl. 2.3.2) gefunksioneer, deurdat sy in staat was om haar dominante behoeftes te identifiseer en onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar egskedding te voltooi.</p> <p>Dit blyk of deelnemer 5 integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) bereik het deurdat sy met verloop van die groepwerksessies met polariteite (vgl. 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.4.3, 8.2.4.5, 8.2.7.4 en 8.2.9.5) in haar lewe in kontak gekom het, haar gevoelens erken het, in besit geneem (vgl. 3.8.3) het en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir haar gevoelens en daade geneem het. Sy het oënskynlik vanuit die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer, deurdat haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) bevorder is en sy met verhoogde energie as ‘n selfregulerende (vgl. 2.3.2) en geïntegreerde eenheid (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) volgens haar ware self gefunksioneer het.</p>
<p><b>Deelnemer 6</b></p>	<p>Die groepwerksessies het aan al <b>deelnemer 6</b> (vgl. 8.2.1.3) se verwagtinge voldoen.</p>	<p>Dit blyk of al die gestaltgroepwerksessies wat bygewoon is aan <b>deelnemer 6</b> se verwagtinge voldoen het, wat op groei kan dui.</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 10: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<p><b>Deelnemer 6</b></p>	<p><b>Deelnemer 6</b> het bewus geword van haar gevoelens, van pyn, verwerping, haat en kalmte. Sy het ten opsigte van haarself geleer dat sy haar pyn onderdruk het en dat haar konsentrasie verbeter het. Deelnemer 6 het bewus geword van haar behoefte aan geluk. Sy het gekies om nie aan haar gewese huweliksmaat en sy vrou te dink nie en om nie verantwoordelikheid vir haar gewese huweliksmaat se finansiële krisis te neem nie. Deelnemer 6 het meer beheer oor haar pyn gekry. Sy het haarself aanvaar en het besluit om verantwoordelikheid te neem om vir haarself lief te wees en die lewe saam met haar kinders te geniet. Deelnemer 6 het besef dat haar lewe beter sonder haar gewese huweliksmaat was en het haarself vergewe “<i>dat ek nie goed genoeg was nie</i>”. Deelnemer 6 het kans gesien om “<i>vorentoe te gaan</i>”. Sy het daarvan bewus geword dat sy haar gevoelens onderdruk het deur dit te ignoreer, te werk, besig te bly en nie te huil nie.</p> <p>Sy het na aanleiding van die groepsessies met die volgende wyses geëksperimenteer, om haar gevoelens effektief te hanteer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> Praat met iemand</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Fisiese oefening</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Skryf ‘n brief</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Luister na musiek</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Huil</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> Spandeer elke dag ‘n sekere tyd om aan gevoelens te dink</li> </ul> <p>Sy het besluit om in die toekoms haar gevoelens te erken en te hanteer deur te huil, ‘n brief te skryf en aan sport deel te neem. Deelnemer 6 het ontslae geraak van haat wat sy ten opsigte van haar monster, naamlik haar gewese huweliksmaat se nuwe vrou, ervaar het.</p>	<p><b>Deelnemer 6</b> se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik bevorder deurdat sy haar gevoelens en behoeftes (vgl. 2.3.2) wat op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het kon identifiseer en daarmee in kontak kon kom, bewus kon word van die wyses hoe sy kontak verbreek het (vgl. 2.3.5) en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir haar gedrag en keuses kon aanvaar het. Haar bewustheid is moontlik verder bevorder deurdat sy selfkennis (vgl. 3.8.2.1) verkry het en haarself aanvaar het.</p> <p>Deelnemer 6 se selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is oënskynlik bevorder deurdat sy selfkennis bekom het, haarself kon definieer (vgl. 3.8.2.1), haar behoeftes kon identifiseer en verwoord (vgl. 2.3.2), besluite (vgl. 3.8.2) kon neem, nuwe gedrag kon bemeester en beheer (vgl. 3.8.2.3) verkry het. Dit wil voorkom asof sy selfregulerend (vgl. 2.3.2) gefunksioneer het, deurdat sy in staat was om haar dominante behoeftes te identifiseer en onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar egskeiding te voltooi.</p>

<b>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</b> <b>Sessie 10: Aktiwiteit 3</b>	<b>Deelnemers/groep se reaksie</b>	<b>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</b>
<b>Deelnemer 6</b>	<p>Sy het emosionele groei ervaar en het innerlik sterker geword. <b>Deelnemer 6</b> het nog groei nodig om haar gewese huweliksmaat se nuwe vrou te hanteer. Sy het gehou van die onvoltooide sinne (sessie 1), emosies en musiek (sessie 4) roosboomfantasia (sessie 5) en droomwerk (sessie 7). Deelnemer 6 het nie van die kleiwerk en sintuigstimuleringsaktiwiteite (sessie 2) gehou nie. Die groepwerksessies se tye was vir haar vanweë haar studies moeilik. Sy het aanbeveel dat die groepwerksessies stiptelik twee ure lank moes duur.</p>	<p>Dit blyk of <b>deelnemer 6</b> vanuit die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer het, deurdat haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) bevorder is en sy met verhoogde energie as 'n selfregulerende (vgl. 2.3.2) en geïntegreerde eenheid (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) volgens haar ware self gefunksioneer het.</p>
<p>Deelnemers het geleentheid gekry om hulle response ten opsigte van <b>groepvlak</b> na afloop van die groepwerksessies by wyse van die volgende twee onvoltooide sinne weer te gee. (Vgl. Bylae 13.1: Onvoltooide sinne soos benut tydens groepwerksessie 10):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* <i>“My medegroepdelede ...”</i></li> <li>* <i>“Ek het van my medegroepdelede geleer ...”</i></li> </ul>	<p><b>Deelnemer 1</b> het van die groep geleer <i>“dat almal pyn en hartseer het en almal dra dit goed”</i>. Volgens deelnemer 1 het <i>“almal gegroei en is beter mense na die sessies”</i>.</p> <p><b>Deelnemer 2</b> het deur middel van die groep bewus geword van <i>“die hartseer en woede wat elkeen het.”</i> Volgens deelnemer 2 was die groep bereid om <i>“... hulle gevoelens te deel met almal.”</i></p> <p><b>Deelnemer 3</b> het van die groep geleer <i>“Dat ek 'n goeie mamma vir my kind is en dat ek nie skuldig hoef te voel oor wat gebeur het met my en my kind en dat ek eerste stappe geneem het om uit te vind wat aangaan.”</i> Die groep het haar <i>“... ondersteun en gedra. Ons het almal gegroei.”</i></p> <p><b>Deelnemer 4</b> het van die groep geleer <i>“Ek is 'n goeie Pa vir my kinders.”</i> Volgens hom het die groep <i>“Baie groei ervaar. Almal is beter mense.”</i></p> <p><b>Deelnemer 5</b> het deur middel van die groep geleer: <i>“Om sonder skroom te huil. Dat ek 'n goeie mamma en lief vir my kind is.”</i></p>	<p>Vanuit die <b>groep</b> se response wil dit voorkom of groepkohesie (vgl. 3.2.1) deur middel van die groepwerksessies tot stand gebring is, deurdat deelnemers 'n eenheidsgevoel en groei ervaar het, energie en ondersteuning aan mekaar gebied het, hulle gevoelens met mekaar gedeel het en derhalwe mekaar vertrou en gerespekteer het. Die groep het waarskynlik vanuit die <b>eksplosiewe laag</b> (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer, deurdat energie in die groep vrygestel is en deelnemers gemaklik en oënskynlik opreg in mekaar se teenwoordigheid opgetree het.</p>



<i>Gestaltterapeutiese tegnieke/aktiwiteite en insette</i> <i>Sessie 10: Aktiwiteit 3</i>	<i>Deelnemers/groep se reaksie</i>	<i>Assessering ten opsigte van deelnemers se groei/weerstand getoon</i>
	Volgens <b>deelnemer 5</b> was die deelnemers <i>“puik, fantasties, elkeen dra mekaar se laste saam, is saam ‘n eenheid.”</i>	
	<b>Deelnemer 6</b> het deur middel van die groep geleer dat <i>“Almal saam met my pyn ervaar het.”</i> Sy het besef dat mededeelnemers se pyn <i>“net soos my pyn seer was.”</i>	

#### **8.2.10.4 Aktiwiteit vier: Afsluiting**

Hierdie aktiwiteit (vgl. 7.3.10.4) was daarop gerig om deelnemers en die gestaltgroepleier geleentheid te bied om van mekaar afskeid te neem en sodoende nog ‘n gestalt in hulle lewens te voltooi. Deelnemers is elk van vyf kaartjies voorsien met mededeelnemers se name afsonderlik op elke kaartjie aangedui. Hulle is versoek om van elke deelnemer, op sy/haar spesifieke kaartjie, twee sterktes neer te skryf. Koeverte met ‘n deelnemer se naam daarop, is voorts in die groep gesirkuleer en deelnemers is versoek om mededeelnemers se onderskeie kaartjies in hulle spesifieke naamkoeverte te plaas. Elke deelnemer is na die voltooiing van dié opdrag van sy/haar naamkoevert voorsien en deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) geleentheid gebied om die inhoud van sy/haar kaartjies in die groep te deel. ‘n Vrolike en spontane atmosfeer het tydens dié aktiwiteit, wat die deelnemers oënskynlik baie geniet het, geheers. Deur die afsluitingsaktiwiteit het deelnemers waarskynlik geleentheid gekry om nog ‘n gestalt in hulle lewens te voltooi. Deelnemers is ingelig omtrent die oopdeurbeleid, indien hulle verdere individuele terapie in die toekoms sou benodig. Die groep het verdaag nadat deelnemers geleentheid gekry het om adresse en telefoonnommers uit te ruil en gesellig te verkeer.

Vanuit bogenoemde kan afgelei word dat die laaste groepwerksessie se doelstelling en doelwitte bereik is, deurdat deelnemers geleentheid gekry het om die groepwerksessies te evalueer, om effektiewe gevoelshanteringswyses te hersien en om afskeid van mekaar te neem, ten einde gestaltvoltooiing (vgl. 2.3.2) in die verband teweeg te bring. Dit wil voorkom of die drie oorhoofse doelstellings van gestaltterapie (vgl. 2.5) en gestaltgroepwerk (vgl. 3.3) deur middel van die gestaltgroepwerkprogram bereik is, deurdat deelnemers (soos blyk uit hul assessering tydens groepwerksessie tien) se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1),

selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6 en 2.5.3) daardeur bevorder is. Dit blyk of sowel die groep as deelnemers een, twee, drie, vyf en ses tydens die laaste groepwerksessie vanuit die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer het, deurdat uiting aan energie gegee is. Die skokkende nuus ten opsigte van deelnemer vier se broer se motorongeluk het waarskynlik daartoe bygedra dat hy in die implosiewe laag vasgehaak (vgl. 3.6.1.4) het. Sodoende is sy groei ten opsigte die neurotiese lae (vgl. 3.6.1) moontlik beïnvloed. Ten spyte daarvan dat deelnemers twee, vyf en ses elk een groepwerksessie gemis het, het hulle oënskynlik daarin geslaag om deur al vyf neurotiese lae te groei. Deelnemers en die groep se groei deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1) tydens groepwerksessie tien, word vervolgens in tabelvorm uiteengesit.

**TABEL 56: DEELNEMERS EN GROEP SE GROEI DEUR LAE VAN NEUROSE**

<b>DEELNEMERS:</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>Groep</b>
<b>Vals laag</b>							
<b>Fobiese laag</b>							
<b>Impasselaag</b>							
<b>Implosiewe laag</b>							
<b>Eksplosiewe laag</b>							

### **8.3 ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN GESTALTMOMENTE EN DIE PROSES VAN ELKE DEELNEMER**

In die lig daarvan dat elke deelnemer volgens sy/haar eie proses (vgl. 3.8) deur die vyf lae van neurose (vgl. 3.6.1) beweeg het, word elke deelnemer voorts op grond van gestaltnomente naamlik onvoltooidhede, benutting van kontakgrensversteurings, gevoelens, behoeftes en polariteite in tabelvorm geassesseer. Elke deelnemer se proses word daarna aan die hand van sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1), sin vir die self (vgl. 3.8.2), emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3), selfonderhouding en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4), asook sy/haar beweging deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1) geassesseer.

### **8.3.1 Deelnemer een**

Deelnemer een word vervolgens in tabelvorm ten opsigte van gestaltnomente geassesseer, waarna op haar proses gefokus word.

**TABEL 57: ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DEELNEMER 1**

<b>Sessie</b>	<b>Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het</b>	<b>Kontakgrensversteuring</b>	<b>Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is</b>	<b>Polariteit</b>	<b>Vlak van neurose bereik</b>
<b>Sessie 1:</b> <i>Ons word georiënteer en leer mekaar ken</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Egskeiding (vgl. 2.3.2 en 8.2.1.4)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Onsekerheid (vgl. 6.3.8 en 8.2.1.4)</li> <li>Skuldgevoelens (vgl. 6.3.8 en 8.2.1.4)</li> <li>Moegheid (vgl. 8.2.1.4)</li> <li>Moedeloosheid (vgl. 6.3.8 en 8.2.1.4)</li> <li>Hartseer (vgl. 6.3.8 en 8.2.1.4)</li> <li>Verwardheid (vgl. 6.3.8, 8.2.1.3 en 8.2.1.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Te midde van haar verwardheid het deelnemer 1 bewus geword van haar vriende en familie se ondersteuning (vgl. 2.3.6 en 8.2.1.4)</li> </ul>	Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.1.6)
<b>Sessie 2:</b> <i>Ek maak kontak met my sintuie en liggaam</i>					Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.2)
<b>Sessie 3:</b> <i>Ek stel myself voor</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>“Moeg en sat” (vgl. 8.2.3.3)</li> <li>Stres en “deurmekaar en moeg” (vgl. 6.3.8 en 8.2.3.5)</li> <li>Behoefte om net “n ma en vrou” te wees (vgl. 8.2.3.5)</li> </ul>		Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.3.5)
<b>Sessie 4:</b> <i>Ek kom in kontak met my energie en fokus op basiese gevoelens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Egskeiding (vrees en magteloosheid ten opsigte van haar gewese huweliksmaat, vgl. 8.2.4.2)</li> <li>Egskeiding (manipulasie deur vorige huweliksmaat, vgl. 2.3.2 en 8.2.4.3)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Opgewonde vanweë ‘n besigheidstransaksie (vgl. 8.2.4.1)</li> <li>Vrees en magteloosheid (vgl. 8.2.4.2)</li> <li>Hartseer en verlange</li> <li>Behoefte aan ‘n man en om ‘n goeie ouer te wees (vgl. 6.3.8 en 8.2.4.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gespanne huwelikslewe teenoor verligting na egskeiding (vgl. 2.3.6 en 8.2.4.3)</li> </ul>	Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.4.2)

Sessie	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose bereik
<b>Sessie 5:</b> <i>Ek is 'n "roosboom" en gee uiting aan my gevoelens</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introjeksie – “<i>Ek moet sterk wees vir my kinders</i>” (vgl. 2.3.5.1 en 8.2.5.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Behoefte om 'n goeie ouer te wees (vgl. 8.2.5.4)</li> </ul>		Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.5.4)
<b>Sessie 6:</b> <i>Ek teken en gee uiting aan my gevoelens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Egskeiding (vrees en magteloosheid ten opsigte van haar gewese huweliksmaat, vgl. 8.2.6.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Samevloeiing tydens huwelikslewe (vgl. 8.2.6.3)</li> <li>• Introjeksie – mag nie voor haar kinders huil nie (vgl. 2.3.5.1 en 8.2.6.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vrees en magteloosheid (vgl. 6.3.8 en 8.2.6.3)</li> <li>• Woede (vgl. 6.3.8 en 8.2.6.3)</li> <li>• Behoefte aan vryheid en om haarself weer te “ontdek” (vgl. 8.2.6.3)</li> <li>• Behoefte aan rustigheid (vgl. 8.2.6.5)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gespanne huwelikslewe teenoor minder gespanne lewe na afloop van haar egskeiding (vgl. 2.3.6 en 8.2.6.3)</li> <li>• Verantwoordelikheid teenoor vryheid en twyfel teenoor sekerheid (vgl. 8.2.6.3)</li> </ul>	Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.6.3)
<b>Sessie 7:</b> <i>Ek droom en gee uiting aan my gevoelens</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Projeksie – Hou omgewing verantwoordelik vir eie gevoel (vgl. 2.3.5.2 en 8.2.7.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jammerte/berou (vgl. 6.3.8 en 8.2.7.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buite-egtelike verhouding (“<i>Seerkry en moeilike tye</i>”) teenoor geestelike groei (vgl. 8.2.7.4)</li> </ul>	Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.7.4)
<b>Sessie 8:</b> <i>Ek teken op 'n "koekboks" en gee uiting aan my gevoelens</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rustigheid en kalmte (vgl. 8.2.8.4)</li> </ul>		Implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4 en 8.2.8.4)
<b>Sessie 9:</b> <i>Ek kom in kontak met my gevoelens van aggressie en vertroetel myself</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gewese huweliksmaat se optrede (vgl. 8.2.9.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introjeksie – voel skuldig oor die gevolge van haar egskeiding (vgl. 2.3.5.1 en 8.2.9.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Behoefte om: “<i>n mooi skoon lewe</i>” te lei en nie vir haar gewese huweliksmaat bang te wees nie (vgl. 8.2.9.4)</li> <li>• Vrees, skuldgevoelens, onsekerheid en haat (vgl. 6.3.8)</li> <li>• Verligting en kalmte (vgl. 8.2.9.4.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sterker deel van haarself teenoor die swakker deel van haarself (vgl. 2.3.6, 3.8.4 en 8.2.9.5)</li> </ul>	Implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4 en 8.2.9.4)

Sessie	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose bereik
<b>Sessie 10:</b> <i>Ons sê totsiens vir mekaar</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hartseer, negatiwiteit, haat, emosionele uitputting, skuldgevoelens en vrees (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>• Behoefte aan liefde en geluk in 'n kalm rustige omgewing (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>• Innerlik sterker (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>• Beheer oor skuldgevoelens (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>• Vergifnis van haarself (vgl. 8.2.10.3)</li> </ul>		Eksplousiewe laag (vgl. 3.6.1.5 en 8.2.10.3)

Vanuit bogenoemde tabel kan afgelei word dat onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) ten opsigte van deelnemer een se egskeiding en haar gewese huweliksmaat tydens groepwerksessies een, vier, ses en nege op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het. Sy het oënskynlik deur middel van introjeksie (vgl. 2.3.5.1) tydens groepwerksessies vyf, ses en nege en deur projeksie (vgl. 2.3.5.2) tydens groepwerksessie sewe kontak met haarself en die omgewing probeer vermy. Deelnemer een het tydens groepwerksessies een, drie, vier, vyf, ses, sewe, agt, nege en tien met moontlike onderdrukte gevoelens en behoeftes in kontak gekom. Sodoende is haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik bevorder. Sy het moontlik tydens groepwerksessies een, vier, ses, sewe en nege met polariteite (vgl. 2.3.6) in haar lewe in kontak gekom en dit oënskynlik geïntegreer.

Vervolgens word deelnemer een se proses aan die hand van sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1), sin van die self (vgl. 3.8.2), emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3), selfonderhouding en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4), asook haar beweging deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1), geassesseer.

### **8.3.1.1 Sensoriese kontakmaking**

Deelnemer een se sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1) is waarskynlik tydens groepwerksessies een, drie, vier, vyf, ses, sewe en agt by wyse van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) bevorder (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Deur middel van 'n ontspanningsaktiwiteit (vgl. 4.8, 8.2.5.2, 8.2.6.2, 8.2.7.2, 8.2.8.2 en 8.2.10.2) is deelnemer een waarskynlik in staat gestel om met haarself en haar omgewing kontak te maak. Dit blyk of deelnemer een tydens groepwerksessie twee deur middel van 'n asemhalings- en liggaamsbewustheidsaktiwiteit (vgl. 4.8) in staat gestel is om kontak met haarself en die omgewing te maak (vgl. 2.3.5). Deelnemer een was oënskynlik in staat om met al haar kontakmodaliteite, met die uitsondering van haar gehoorsintuig, kontak te maak (vgl. 8.2.2). Sy kon waarskynlik vanweë haar emosionele pyn ten opsigte van haar egskieding nie ten volle kontak met haar gehoorsintuig (soos in die literatuurstudie beskryf, vgl. 3.8.1) maak nie. Deelnemer een se sensoriese kontakmaking (tas, reuk en sig) is moontlik tydens groepwerksessie vier (vgl. 8.2.4.2) se klei-aktiwiteit (vgl. 4.11.1) bevorder, deurdat sy in staat was om te vermeld dít wat sy van die klei-aktiwiteit gehou het en wat nie. Haar bewustheid ten opsigte van haar verbale en nieverbale kommunikasie is oënskynlik deur middel van die vergrotingstegniek en die bewustheidstegniek (nieverbale kommunikasie, vgl. 4.8.2) bevorder (vgl. 8.2.6.3, 8.2.8.3 en 8.2.9.4).

### **8.3.1.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)**

Individue verkry selfondersteuning (vgl. 3.8.2) soos hulle hulself leer ken en definieer deur uitdrukking te gee aan hulle wense, hul voor- en afkeure, hul behoeftes, hul idees, hul menings en deur bewus te word van hul egogrens, naamlik "... is wie ek is" en "... is wie ek nie is nie" (vgl. 3.8.2.1). Versterking van die sin vir die self kan aanleiding gee tot emosionele uitdrukking en kan deur definiëring van die self, bemeestering, verantwoordelikheid en beheer bevorder word (vgl. 3.8.2).

➤ *Selfkennis (vgl. 3.8.2.1)*

Deelnemer een se selfkennis is waarskynlik bevorder deurdat sy in staat was om by verskillende geleenthede haarself te definieer (vgl. 8.2.2) ingevolge van voor- en afkeure, selfgerigte “ek”-stellings, behoeftes, wense en menings/idees (vgl. 8.2.2, 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.4.1, 8.2.4.2, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.5.1, 8.2.5.4, 8.2.6.1, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.7.1, 8.2.7.4, 8.2.8.1, 8.2.8.4, 8.2.9.1, 8.2.9.2, 8.2.9.4, 8.2.10.1, 8.2.10.2, 8.2.10.3 en 8.2.10.4) .

➤ *Bemeestering (vgl. 3.8.2.2)*

Deelnemer een is oënskynlik by wyse van die klei-aktiwiteit (vgl. 8.2.4.2) en collagewerk (vgl. 8.2.3.3) tot bemeestering gelei, deurdat sy in staat was om ten spyte van die klei waarvoor sy gegril het, met die aktiwiteit vol te hou en haar collage in ‘n kreatiewe kunswerk te omskep en haarself daarvolgens in die groep te definieer. Deelnemer een is moontlik ook deur middel van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) bemagtig deurdat sy in staat was om ‘n dialoog (vgl. 4.4) met haar gewese huweliksmaat wat haar gemanipuleer het en wie sy gevrees het, te voer (vgl. 8.2.9.4). Sy het met verloop van die groepwerksessies ook nuwe wyses om haar gevoelens effektief te hanteer, bemeester (vgl. 8.2.10.3).

➤ *Verantwoordelikheid en beheer (vgl. 3.8.2.3)*

Verantwoordelikheid vir die self beteken om in staat te wees om te reageer ten opsigte van eie verwagtinge, denke, gevoelens, houdings, begeertes, behoeftes, fantasieë en aksies. Verantwoordelikheid vir die self ontstaan uit selfaanvaarding en uit aanvaarding van die omgewing. Individue verkry beheer wanneer hulle verantwoordelikheid vir hul eie lewens aanvaar en in staat is om self keuses ten opsigte van hul eie funksionering te maak (vgl. 3.8.2.3).

Deelnemer een het moontlik selfondersteuning bekom deurdat sy tydens verskeie geleenthede verantwoordelikheid vir haar eie lewe aanvaar het en keuses kon maak (vgl. 8.2.1.6, 8.2.3.3, 8.2.4.2, 8.2.4.4, 8.2.5.3, 8.2.5.4, 8.2.6.3, 8.2.7.4, 8.2.9.4, 8.2.9.5, 8.2.10.1 en 8.2.10.3). Sy is waarskynlik deur middel van semantiese opklaring (vgl. 4.2) in staat gestel om verantwoordelikheid vir haar gevoelens en gedrag te neem (vgl. 8.2.5.4, 8.2.6.3 en 8.2.7.4). Dit wil voorkom asof deelnemer een by wyse van die “*ek neem verantwoordelikheid*”-tegniek (vgl. 4.13, 8.2.5.4, 8.2.7.4 en 8.2.10.1) en semantiese opklaring



(vgl. 4.2, 8.2.5.4, 8.2.6.3 en 8.2.7.4) in staat gestel is om verantwoordelikheid vir haar gevoelens en gedrag te neem.

### **8.3.1.3 Emosionele uitdrukking**

Aangesien emosies as die hoofmanifestasie van die organisme se gestalting beskou word, word besondere klem gelê op die bewuswording en uitdrukking van emosies tydens gestaltterapie. By wyse van emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) word onderdrukte gevoelens en denke na die figuurgrond gebring. Deur die uitdrukking van ware gevoelens kan individue aan onverwerkte gevoelens (onvoltooide gestalte) vanuit hul verlede begin werk. Die beëindiging van 'n verhouding deur 'n egskeiding, eindig dikwels in onvoltooidhede en onvervulde behoeftes, deurdat individue hul gevoelens rondom hul verliese vermy en onderdruk. Gevoelens wat nie uitgespreek en hanteer word nie, kan individue se funksionering strem. Ten einde die self te versterk en tot emosionele uitdrukking en aksie oor te gaan, moet individue eers in kontak met hul aggressiewe energie gebring word (vgl. 3.8.3).

Deelnemer een is waarskynlik deur middel van die klei-eksperiment (vgl. 8.2.4.2) tydens groepwerksessie vier in staat gestel om met haar aggressiewe energie in kontak te kom, deurdat haar selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.3 en 3.8.2) oënskynlik verhoog is en sy in staat was om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en aksie oor te gaan. Haar bewustheid ten opsigte van basiese gevoelens is waarskynlik tydens groepwerksessie vier bevorder deurdat sy geleentheid gekry het om met geslote oë aan basiese gevoelens (byvoorbeeld hartseer) te dink en bewus te word van waar sy die onderskeie gevoelens in haar liggaam ervaar (vgl. 8.2.4.3). Deelnemer een was oënskynlik in staat om deur middel van gestaltterapeutiese aktiwiteite en tegnieke (vgl. 4.10) haar gevoelens wat op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het te identifiseer, dit te erken en in besit te neem (vgl. 3.8.3, 8.2.1.3, 8.2.1.4, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.4.1, 8.2.4.2, 8.2.4.4, 8.2.5.4, 8.2.6.3, 8.2.6.5, 8.2.7.4, 8.2.8.4, 8.2.9.4 en 8.2.10.3).

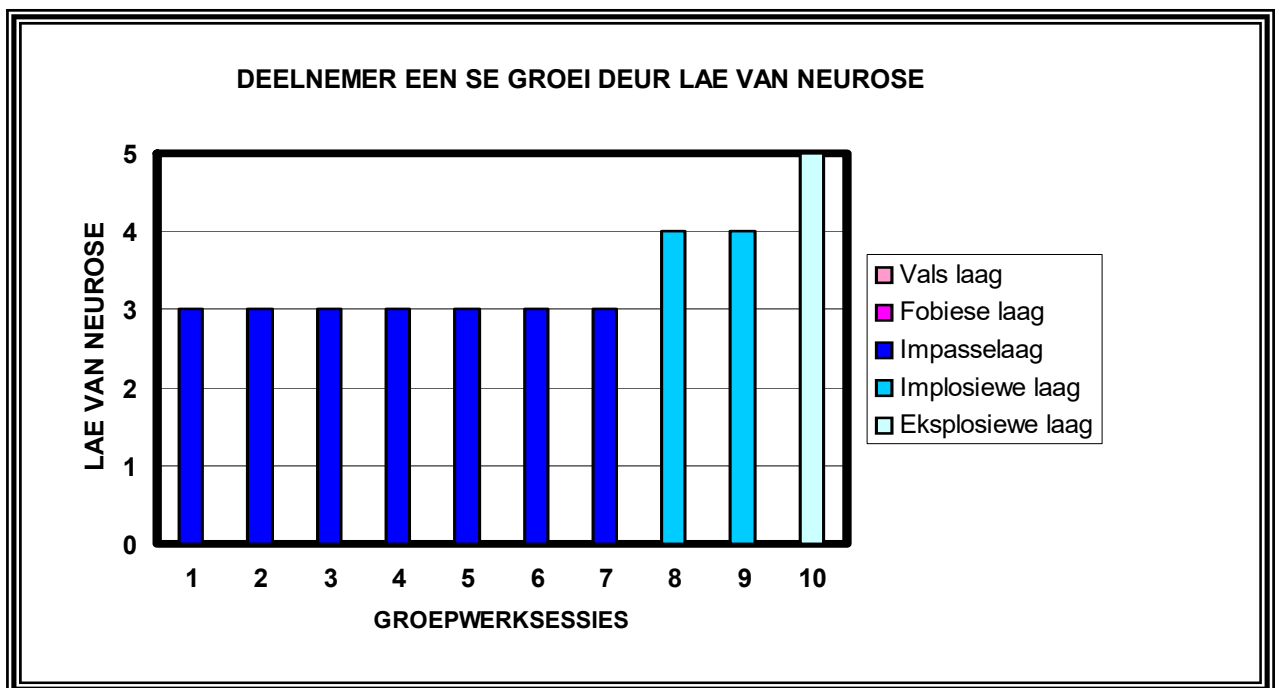
### **8.3.1.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling**

Individue vind dit soms moeilik om beide kante van polariteite (vgl. 2.3.6) in hulleself te aanvaar. Hulle ontken een kant van die polariteite in hulleself (byvoorbeeld 'n aspek van hulleself waarvan hul nie hou nie, soos woede en haat), ten einde met die ander kant van die polariteite in hulleself te identifiseer. Selfvertroetelende werk (vgl. 3.8.4) is 'n noodsaaklike

stap in die terapeutiese proses om individue te help om die dele van hulleself wat hul haat te aanvaar en hulleself te vertroetel. Individue se liefdevolle vertroetelende dele moet met hul negatiewe dele kan versoen en individue moet in staat wees om hulleself te vergewe en te bederf. (Vgl. 3.8.4.) Deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) is deelnemer een moontlik tydens groepwerksessies een, drie, vier, vyf, ses, sewe en agt tot selfvertroeteling gelei (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Deelnemer een het haarself aanvanklik verwyd vir haar gesin se verbrokkeling (vgl. 8.2.9.4). Deur middel van 'n selfvertroetelingsaktiwiteit (vgl. 4.12 en 8.2.9.5) is sy oënskynlik in staat gestel om haarself in dié verband te vergewe en haarself voortaan te vertroetel (vgl. 8.2.10.3).

Vervolgens word die groei van deelnemer een deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose, grafies voorgestel en kortliks bespreek.

**FIGUUR 4: DEELNEMER 1 SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE**



Dit blyk of deelnemer een met aanvang van die groepwerksessies reeds vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer het. Sy het waarskynlik vanweë 'n gebrek aan energie in die impasselaag vasgehaak en eers tydens groepwerksessie agt na die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) beweeg waar sy wel energie ervaar het, maar dit steeds

teruggehou het. Deelnemer een was oënskynlik tydens die laaste groepwerksessie in staat om vanweë energie wat vrygestel is vanuit die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5) te funksioneer. Dit wil dus voorkom asof deelnemer een se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) deur middel van die tien gestaltgroepwerksessies bevorder is.

Uit voorafgaande kan afgelei word dat deelnemer een se sensoriese kontakmaking, sin vir die self (selfondersteuning), emosionele uitdrukking, asook haar selfonderhouding en selfvertroeteling deur middel van die gestaltgroepwerksessies bevorder is, deurdat sy oënskynlik in staat gestel is om tot by die eksplosiewe laag te beweeg.

### **8.3.2 Deelnemer twee**

Deelnemer twee word vervolgens in tabelvorm ten opsigte van gestaltpomente geassesseer, waarna op sy proses gefokus word.

**TABEL 58: ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DEELNEMER 2**

<b>Tema</b>	<b>Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het</b>	<b>Kontakgrensversteuring</b>	<b>Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is</b>	<b>Polariteit</b>	<b>Vlak van neurose bereik</b>
<b>Sessie 1:</b> <i>Ons word georiënteer en leer mekaar ken</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Egskeiding (vgl. 2.3.2 en 8.2.1.4)</li> </ul>				Vals laag (vgl. 3.6.1.1 en 8.2.1.6)
<b>Sessie 2:</b> <i>Ek maak kontak met my sintuie en liggaam</i>					Vals laag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.2)
<b>Sessie 3:</b> <i>Ek stel myself voor</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Blydskap om 'n ouer te wees (vgl. 8.2.3.5)</li> </ul>		Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.3.2)
<b>Sessie 4:</b> <i>Ek kom in kontak met my energie en fokus op basiese gevoelens</i>	<b>AFWESIG</b>	<b>AFWESIG</b>	<b>AFWESIG</b>	<b>AFWESIG</b>	<b>AFWESIG</b>
<b>Sessie 5:</b> <i>Ek is 'n "roosboom" en gee uiting aan my gevoelens</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Defleksie – vermy die hier en nou deur op die verlede te fokus (vgl. 2.3.5.5 en 8.2.5.4)</li> </ul>			Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.5.4)
<b>Sessie 6:</b> <i>Ek teken en gee uiting aan my gevoelens</i>				<ul style="list-style-type: none"> <li>Verantwoordelikhede (las) teenoor God (lig) in sy lewe (vgl. 2.3.6 en 8.2.6.5)</li> </ul>	Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.6.4)

Tema	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose
<b>Sessie 7:</b> <i>Ek droom en gee uiting aan my gevoelens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gewese huweliksmaat se buite-egtelike verhoudings (vgl. 2.3.2 en 8.2.7.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Defleksie – verwys op 'n indirekte wyse na sy gewese huweliksmaat tydens sy dialoog met haar in die leë stoel (vgl. 2.3.5.5 en 8.2.7.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Opgewonde en bly ten opsigte van sy droom (vgl. 8.2.7.3)</li> <li>Hartseer (vgl. 6.3.8 en 8.2.7.3).</li> <li>Emosionele pyn en jammerte (vgl. 8.2.7.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wen teenoor verloor (vgl. 2.3.6 en 8.2.7.3)</li> <li>Hartseer (ten opsigte van moeilikheid en pyn van getroude lewe) teenoor blydschap na egskeiding (vgl. 2.3.6 en 8.2.7.3)</li> </ul>	Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.7.3)
<b>Sessie 8:</b> <i>Ek teken op 'n "koekboks" en gee uiting aan my gevoelens</i>					Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.8.4)
<b>Sessie 9:</b> <i>Ek kom in kontak met my gevoelens van aggressie en vertroetel myself</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Woede (vgl. 8.2.9.4 en 8.2.9.5)</li> <li>Verligting ten opsigte van woede (vgl. 8.2.9.5)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sterker deel van homself teenoor die swakker deel van homself (vgl. 2.3.6, 3.8.4 en 8.2.9.5)</li> </ul>	Implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4 en 8.2.9.4)
<b>Sessie 10:</b> <i>Ons sê totsiens vir mekaar</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Verligting na afloop van emosionele uitdrukking (woede) jeens sy gewese huweliksmaat (vgl. 8.2.10.2 en 8.2.10.3)</li> <li>Vergifnis ten opsigte van sy gewese huweliksmaat (vgl. 8.2.10.2).</li> <li>Behoefte aan 'n vrou se liefde (vgl. 8.2.10.2)</li> <li>Meer beheer oor sy woede en hartseer (vgl. 8.2.10.2).</li> <li>Vergifnis van homself (vgl. 8.2.10.2).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die lewe is "hard" teenoor "lekker" (vgl. 2.3.6 en 8.2.10.3)</li> </ul>	Eksplousiewe laag (vgl. 3.6.1.5 en 8.2.10.2)

Vanuit bogenoemde tabel kan afgelei word dat onvoltooidhede (vgl. 2.3.2, 8.2.1.4 en 8.2.7.3) ten opsigte van deelnemer twee se egskeiding en sy gewese huweliksmaat se buite-egtelike verhoudings tydens groepwerksessies een en sewe op sy figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het. Hy het oënskynlik deur middel van defleksie (vgl. 2.3.5.5) tydens groepwerksessies vyf en sewe kontak met homself en die omgewing probeer vermy deur op die verlede te fokus en die hier en nou sodoende te ignoreer en op 'n indirekte wyse 'n dialoog met sy gewese huweliksmaat in die leë stoel te voer. Deelnemer twee het tydens groepwerksessies drie, sewe, nege en tien met moontlike onderdrukte gevoelens en behoeftes in kontak gekom (vgl. 8.2.3.5, 8.2.7.3, 8.2.9.5, 8.2.10.2 en 8.2.10.3). Daardeur is sy bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik bevorder. Deelnemer twee het moontlik tydens groepwerksessies ses, sewe, nege en tien met polariteite (vgl. 2.3.6, 8.2.6.5, 8.2.7.3, 8.2.9.5 en 8.2.10.3) in sy lewe in kontak gekom en dit oënskynlik geïntegreer. Vervolgens word deelnemer twee se proses aan die hand van sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1), sin vir die self (vgl. 3.8.2), emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3), selfonderhouding en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) asook sy beweging deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1) geassesseer.

### **8.3.2.1 Sensoriese kontakmaking**

Deelnemer twee se sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1) is waarskynlik tydens groepwerksessies een, drie, vyf, ses, sewe en agt by wyse van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) bevorder (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Sy sensoriese bewustheid is moontlik verder deur middel van ontspanningsaktiwiteite (vgl. 4.8, 8.1.5.2, 8.2.6.2, 8.2.7.2, 8.2.8.2 en 8.2.10.2) bevorder. Dit blyk of deelnemer twee tydens groepwerksessie twee in staat was om met al sy kontakmodaliteite, met uitsondering van sy gehoorsintuig, kontak met homself en die omgewing te maak (vgl. 8.2.2). Sy onvermoë om ten volle kontak met sy gehoorsintuig te maak kan moontlik die gevolg van sy emosionele pyn ten opsigte van sy egskeiding (vgl. 3.8.1) wees. Sy gehoorsintuig kon moontlik vanweë sy ontwikkelingsfase 'n afname in effektiwiteit getoon het (vgl. 6.3). Deelnemer twee se bewustheid ten opsigte van sy nieverbale kommunikasie is waarskynlik deur middel van die bewustheidstegniek (nieverbale kommunikasie, vgl. 4.8.2) tydens groepwerksessie sewe (vgl. 8.2.7.3) bevorder.

### **8.3.2.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)**

Versterking van die sin vir die self (vgl. 3.8.2) kan aanleiding gee tot emosionele uitdrukking en kan bevorder word deur definiëring van die self, bemeestering, verantwoordelikheid en beheer.

#### ➤ *Selfkennis (vgl. 3.8.2.1)*

Deelnemer twee se selfkennis is waarskynlik bevorder deurdat hy in staat was om by verskillende geleenthede (vgl. 8.2.1.3, 8.2.2, 8.2.3.1, 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.5.1, 8.2.5.4, 8.2.6.1, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.7.1, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.1, 8.2.8.4, 8.2.9.1, 8.2.9.2, 8.2.9.4, 8.2.10.1, 8.2.10.2, 8.2.10.3 en 8.2.10.4) homself te definieer in terme van voor- en afkeure, selfgerigte “ek”-stellings, behoeftes, wense en menings/idees .

#### ➤ *Bemeestering (vgl. 3.8.2.2)*

Deelnemer twee is waarskynlik by wyse van collagewerk (vgl. 8.2.3.3) tot bemeestering (vgl. 3.8.2.2) geleidelik, deurdat hy in staat was om ‘n kunswerk in die vorm van ‘n collage te bemeester en homself daarvolgens kon definieer. Hy is moontlik ook deur middel van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) tydens groepwerksessie sewe bemagtig deurdat hy in staat was om ‘n dialoog (vgl. 4.4) met sy gewese huweliksmaat, te voer (vgl. 8.2.7.3). Hy het oënskynlik tydens groepwerksessie nege ‘n gevoel van bemeestering ervaar toe hy sy “monster” oorwin het (vgl. 8.2.9.4). Deelnemer twee het met verloop van die groepwerksessies ook nuwe wyses om sy gevoelens effektief te hanteer, bemeester (vgl. 8.2.10.3).

#### ➤ *Verantwoordelikheid en beheer (vgl. 3.8.2.3)*

Deelnemer twee het moontlik selfondersteuning bekom deurdat hy verantwoordelikheid (vgl. 8.2.5.4 en 8.2.10.2) vir sy eie lewe aanvaar het en in staat was om keuses te maak (vgl. 8.2.1.6, 8.2.3.3, 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.9.5, 8.2.10.1 en 8.2.10.3). Hy is waarskynlik deur middel van semantiese opklaring (vgl. 4.2) geleidelik om verantwoordelikheid vir sy gevoelens en dade te neem (vgl. 8.2.7.3).

### **8.3.2.3 Emosionele uitdrukking**

Deelnemer twee se afwesigheid tydens groepwerksessie vier het waarskynlik bygedra tot die onderdrukking van sy gevoelens ten opsigte van sy gewese huweliksmaat (vgl. 8.2.7.3 en 8.2.8.1). Hy was oënskynlik in staat om deur middel van projektiewe tegnieke, naamlik

droomwerk (vgl. 4.10.2 en 8.2.7.3), die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1 en 8.2.7.3) en die monstertegniek (vgl. 4.12 en 8.2.9.4) sy gevoelens wat op sy figuurgrond verskyn het, te identifiseer (vgl. 8.2.7.3, 8.2.9.4, 8.2.9.5, 8.2.10.2 en 8.2.10.3). Deurdad deelnemer twee oënskynlik sy projeksies kon identifiseer en “ek”-stellings oor sy gevoelens kon maak, het hy waarskynlik sy gevoelens in besit (vgl. 3.8.3) geneem en integrasie (vgl. 1.9.6. 2.5.3 en 3.3.3) bereik. Dit wil dus voorkom asof deelnemer twee se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.3 en 3.8.2) bevorder is en hy in staat was om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en aksie oor te gaan.

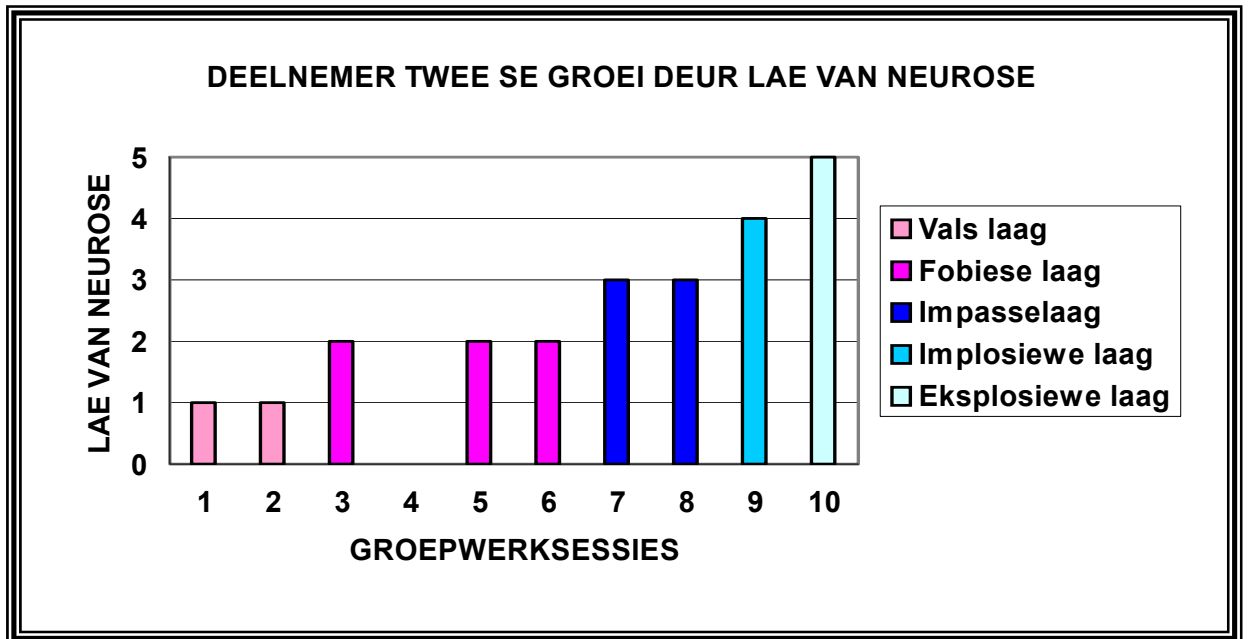
#### **8.3.2.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling**

Deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van ‘n veilige plek (vgl. 4.5.2) is deelnemer twee moontlik tydens groepwerksessies een, drie, vyf, ses, sewe en agt tot selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) gelei (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Deelnemer twee het waarskynlik deur middel van die selfvertroetelingsaktiwiteit (vgl. 4.12 en 8.2.9.5) geleentheid gekry om homself te vergewe vir die “seerkry” wat sy kinders vanweë sy egskedding moes deurmaak en homself vorentoe te vertroetel (vgl. 8.2.10.3).

Vervolgens word die groei van deelnemer twee deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose, grafies voorgestel en kortliks bespreek.



**FIGUUR 5: DEELNEMER 2 SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE**



Dit blyk of deelnemer twee tydens groepwerksessies een en twee vanuit die vals laag (vgl. 3.6.1.1) gefunksioneer het, deurdat hy oppervlakkig gekommunikeer het en ware kontak nog ontbreek het. Hy het waarskynlik tydens groepwerksessies drie, vyf en ses vanuit die fobiese laag gefunksioneer vanweë voorgegedrag wat hy openbaar het. Deelnemer twee het waarskynlik tydens groepwerksessies sewe en agt 'n gebrek aan energie ervaar en weerstand gebied om aandag aan 'n onvoltooidheid wat op sy figuurgrond ten opsigte van sy gewese huweliksmaat verskyn het, te skenk. Dit blyk dus of hy tydens groepwerksessies sewe en agt in die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) vasgehaak het. Hy het tydens groepwerksessie nege moontlik vanuit die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer, deurdat hy oënskynlik oor energie beskik het, maar dit nog teruggehou het. Dit wil voorkom asof deelnemer twee tydens groepwerksessie tien vanuit die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer het, deurdat energie vrygestel is en hy onvoltooidhede begin voltooi het. Hier kan dus afgelei word dat deelnemer twee se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) deur middel van die nege gestaltgroepwerksessies wat hy bygewoon het bevorder is.

Samevattend kan ten opsigte van deelnemer twee se proses afgelei word dat sy sensoriese kontakmaking, sin vir die self (selfondersteuning), emosionele uitdrukking, asook sy selfvertroeteling deur middel van die gestaltgroepwerksessies bevorder is, deurdat hy

oënskynlik daardeur in staat gestel is om tot by die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) te beweeg en verhoogde bewustheid, selfondersteuning en integrasie te bekom.

### **8.3.3 Deelnemer drie**

'n Assessering ten opsigte van gestaltnememente word voorts in tabelvorm ten opsigte van deelnemer drie se proses uiteengesit en daarna kortliks bespreek.

**TABEL 59: ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DEELNEMER 3**

Sessie	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose bereik
<b>Sessie 1:</b> <i>Ons word georiënteer en leer mekaar ken</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Egskeiding (vgl. 2.3.2 en 8.2.1.4)</li> <li>Molestering van haar dogter (vgl. 8.2.1.4)</li> <li>Moontlike molestering van deelnemer deur 'n neef (vgl. 8.2.1.4)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Hartseer, eensaamheid en verwardheid (vgl. 6.3.8 en 8.2.1.4)</li> <li>Haat haarself (vgl. 8.2.1.4)</li> <li>Skaamte (met betrekking tot liggaamsbeeld) (vgl. 6.3.8 en 8.2.1.4)</li> <li>Behoefte om in beheer van gevoelens te wees (vgl. 8.2.1.4)</li> </ul>		Vals laag (vgl. 3.6.1.1 en 8.2.1.6)
<b>Sessie 2:</b> <i>Ek maak kontak met my sintuie en liggaam</i>					Vals laag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.2)
<b>Sessie 3:</b> <i>Ek stel myself voor</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Behoefte aan "iemand" (vgl. 8.2.3.3)</li> <li>Wantroue en pyn</li> <li>Behoefte aan rustigheid, kalmte, emosionele genesing en om 'n beter ouer te wees (Vgl. 8.2.3.5)</li> </ul>		Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.3.2)
<b>Sessie 4:</b> <i>Ek kom in kontak met my energie en fokus op basiese gevoelens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Egskeiding (onvoorspelbaarheid van haar vorige huweliksmaat, vgl. 2.3.2 en 8.2.4.3)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>"Uitstekend" – na aanleiding van nuwe werk (vgl. 8.2.4.1)</li> <li>Angs, magteloosheid, woede, vrees en hartseer. (vgl. 6.3.8 en 8.2.4.3)</li> <li>Hoop, rustigheid, verlangte en hartseer (vgl. 6.3.8 en 8.2.4.4)</li> <li>Behoefte aan 'n man (vgl. 8.2.4.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Woede ten opsigte van egskeiding teenoor blydskap om haar kind in haar sorg te hê (vgl. 2.3.6 en 8.2.4.3).</li> </ul>	Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.4.3)

Sessie	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose bereik
<b>Sessie 5:</b> <i>Ek is 'n "roosboom" en gee uiting aan my gevoelens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Molestering van dogtertjie en eie verkragting deur haar vorige huweliksmaat (vgl. 2.3.2 en 8.2.5.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Projeksie – projekteer behoefte op ander (vgl. 2.3.5.2, 8.2.5.3)</li> <li>Defleksie – lag en tree ontwykend op (vgl. 2.3.5.5 en 8.2.5.3)</li> <li>Retrofleksie – verwyf haarself (vgl. 2.3.5.4 en 8.2.5.3)</li> <li>Introjeksie – sy moet altyd sterk wees (vgl. 2.3.5.1 en 8.2.5.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vrees, hartseer en kwaad (vgl. 6.3.8 en 8.2.5.3)</li> <li>Jammerte en haat (vgl. 6.3.8 en 8.2.5.3)</li> <li>Behoefte aan selfondersteuning (vgl. 8.2.5.3)</li> <li>Eensaamheid (vgl. 6.3.8 en 8.2.5.3)</li> <li>Behoefte om deur "iemand erken, aanvaar, raakgesien en liefgehê te word" (vgl. 8.2.5.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vertroue teenoor wantroue (vgl. 2.3.6, 3.3.4.1 en 8.2.5.3)</li> <li>Haat teenoor jammerte ten opsigte van haar gewese huweliksmaat (vgl. 2.3.6 en 8.2.5.3)</li> </ul>	Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.5.3)
<b>Sessie 6:</b> <i>Ek teken en gee uiting aan my gevoelens</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Samevloeiing tydens huwelikslewe (vgl. 8.2.6.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vrees en woede (vgl. 6.3.8 en 8.2.6.5)</li> <li>Behoefte aan vrede (vgl. 8.2.6.5)</li> </ul>		Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.6.4)
<b>Sessie 7:</b> <i>Ek droom en gee uiting aan my gevoelens</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Opgewonde oor nuwe vriend, rustig, kalm en in beheer (vgl. 8.2.7.4)</li> </ul>		Implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4 en 8.2.7.4)
<b>Sessie 8:</b> <i>Ek teken op 'n "koekboks" en gee uiting aan my gevoelens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Impulsiewe besluit ten opsigte van vorige huwelik (vgl. 2.3.2 en 8.2.8.3)</li> <li>Gewese huweliksmaat (vgl. 2.3.2 en 8.2.8.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Defleksie – kommunikeer op 'n indirekte wyse met betrekking tot haar gewese huweliksmaat (vgl. 2.3.5.5 en 8.2.8.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Impulsiwiteit (vgl. 8.2.8.3)</li> <li>Misbruik en emosionele pyn (vgl. 6.3.7 en 8.2.8.3)</li> <li>Rustigheid, nie meer bang vir haar gewese huweliksmaat nie en jammerte ten opsigte van laasgenoemde (vgl. 8.2.8.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rustigheid en kalmte teenoor stres (vgl. 8.2.8.3)</li> </ul>	Eksplousiewe laag (vgl. 3.6.1.5 en 8.2.8.3)
<b>Sessie 9:</b> <i>Ek kom in kontak met my gevoelens van aggressie en vertroetel myself</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Verligting ten opsigte van woede jeens gewese huweliksmaat (vgl. 8.2.9.4)</li> <li>Geen vrees rakende gewese huweliksmaat (vgl. 8.2.9.5)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sterker deel van haarself teenoor die swakker deel van haarself (vgl. 2.3.6, 3.8.4 en 8.2.9.5)</li> </ul>	Eksplousiewe laag (vgl. 3.6.1.5 en 8.2.9.4)

Sessie	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose bereik
<b>Sessie 10:</b> <i>Ons sê totsiens vir mekaar</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emosionele pyn, teleurstelling, selfverwyte, hartseer, woede, vrees, haat, aggressie en ongeduld (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>• In beheer gevoel (vgl. 8.2.10.2 en 8.2.10.3)</li> <li>• Geduldiger (vgl. 8.2.10.2 en 8.2.10.3))</li> <li>• Innerlik sterker (vgl. 8.2.10.2 en 8.2.10.3)</li> <li>• Behoefte aan <i>“aanvaarding, liefde, respek, vertrouwe, kommunikasie en om rustig en kalm te wees en te bly”</i> (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>• Vergifnis van haarself (vgl. 8.2.10.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emosionele pyn wat haar egskeiding meegebring het teenoor haar innerlike sterkte wat sy in die proses bekom het (vgl. 2.3.6 en 8.2.10.3)</li> <li>• Die lewe bestaan uit positiewe teenoor negatiewe gebeurtenisse (vgl. 2.3.6 en 8.2.10.3))</li> </ul>	Eksplousiewe laag (vgl. 3.6.1.5 en 8.2.10.3)

Vanuit bogenoemde tabel kan afgelei word dat deelnemer drie se egskeiding, haar moontlike molestering deur 'n neef, haar dogtertjie se molestering en haar eie verkragting deur haar gewese en onvoorspelbare huweliksmaat, asook haar impulsiwiteit as onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) tydens groepwerksessies een, vier, vyf en agt op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het. Sy het oënskynlik tydens groepwerksessie vyf deur middel van vier kontakgrensversteurings kontak met haarself en haar omgewing probeer vermy. Sy het oënskynlik deur projeksie (vgl. 2.3.5.2) haar behoefte aan liefde en erkenning op ander geprojekteer, deur middel van defleksie ontwykend opgetree, deur middel van retrofleksie haarself verwyte en deur middel van introjeksie gereken dat sy sterk vir haar kind moes wees. Dit blyk of deelnemer drie tydens groepwerksessies een, drie, vier, vyf, ses, sewe, agt, nege en tien met moontlike onderdrukte gevoelens en behoeftes in kontak gekom het. Sodoende is haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) moontlik bevorder. Sy het waarskynlik tydens groepwerksessies vier, vyf, agt, nege en tien met polariteite (vgl. 2.3.6) in haar lewe in kontak gekom wat sy oënskynlik geïntegreer het.

Vervolgens word deelnemer drie se proses aan die hand van sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1), sin vir die self (vgl. 3.8.2), emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3), selfonderhouding en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4), asook haar beweging deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1), geassesseer.

### **8.3.3.1 Sensoriese kontakmaking**

Deelnemer drie se sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1) is waarskynlik by wyse van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) bevorder (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Haar sensoriese en liggaamlike kontakmaking (vgl. 3.8.1) is moontlik ook deur middel van ontspanningsaktiwiteite (vgl. 4.8, 8.2.5.2, 8.2.6.2, 8.2.7.2, 8.2.8.2 en 8.2.10.2) bevorder. Deelnemer drie was oënskynlik tydens groepwerksessie twee in staat om met al haar kontakmodaliteite, met uitsondering van haar gehoorsintuig, kontak met haarself en die omgewing te maak (vgl. 8.2.2). Haar onvermoë om ten volle kontak met haar gehoorsintuig te maak kan moontlik die gevolg van haar emosionele pyn ten opsigte van haar egskeiding en dogter se seksuele molestering wees (vgl. 3.8.1). Dit wil voorkom asof deelnemer drie se sensoriese kontakmaking (tas, reuk en sig) tydens die klei-aktiwiteit (vgl. 4.11.1) van groepwerksessie vier (vgl. 8.2.4.2) bevorder is, deurdat sy in staat was om die aspekte van die klei-aktiwiteit waarvan sy gehou het en nie gehou het nie, te meld. Deelnemer drie se gevoelens en nieverbale gedrag is moontlik deur middel van die nieverbale bewustheidstegniek (vgl. 4.8.2, 8.2.5.3 en 8.2.6.4) tydens groepwerksessie vyf geïntegreer.

### **8.3.3.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)**

Deelnemer drie se sin vir die self is waarskynlik deur definiëring van die self, bemeestering, verantwoordelikheid en beheer (vgl. 3.8.2) bevorder.

#### **➤ Selfkennis (vgl. 3.8.2.1)**

Deelnemer drie se selfkennis is waarskynlik bevorder deurdat sy in staat was om by verskillende geleenthede (vgl. 8.2.1.1, 8.2.1.3, 8.2.2, 8.2.3.1, 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.4.1, 8.2.4.2, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.5.1, 8.2.5.3, 8.2.5.4, 8.2.5.5, 8.2.6.1, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.7.1, 8.2.7.4, 8.2.8.1, 8.2.8.3, 8.2.8.4, 8.2.9.1, 8.2.9.2, 8.2.9.3, 8.2.9.4, 8.2.10.1, 8.2.10.2 en 8.2.10.3) haarself te definieer in terme van voor- en afkeure, selfgerigte "ek"-stellings, behoeftes, wense en menings/idees .

➤ *Bemeesting (vgl. 3.8.2.2)*

Deelnemer drie is oënskynlik by wyse van collagewerk (vgl. 4.11.2.3 en 8.2.3.3) en die klei-aktiwiteit (vgl. 4.11.1 en 8.2.4.2) tot bemeesting (vgl. 3.8.2.2) gelei, deurdat sy die klei-aktiwiteit kon uitvoer, haar collage in 'n kreatiewe kunswerk kon omskep en haarself daardeur kon definieer. Sy is moontlik deur middel van die werk in die “*warm stoel*” (vgl. 4.7) en die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) bemagtig deurdat sy gewillig was om 'n dialoog (vgl. 4.4) met haar gewese huweliksmaat te voer (vgl. 8.2.8.3). Deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2, 8.2.5.3, 8.2.6.4 en 8.2.8.3) het deelnemer drie waarskynlik 'n gevoel van bemeesting ervaar toe sy haar vrees vir haar gewese huweliksmaat oorwin het. Sy het met verloop van die groepwerksessies ook nuwe wyses om haar gevoelens effektief te hanteer, bemeester (vgl. 8.2.8.3 en 8.2.10.3).

➤ *Verantwoordelikheid en beheer (vgl. 3.8.2.3)*

Deelnemer drie het moontlik selfondersteuning (vgl. 3.8.2.3) bekom deurdat sy tydens verskeie geleenthede verantwoordelikheid vir haar eie lewe aanvaar het en in staat was om keuses ten opsigte van haar funksionering te maak (vgl. 8.2.1.6, 8.2.3.3, 8.2.4.2, 8.2.4.4, 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.7.1, 8.2.7.3, 8.2.8.3, 8.2.9.5, 8.2.10.2 en 8.2.10.3).

### **8.3.3.3 Emosionele uitdrukking**

Dit blyk of deelnemer drie deur middel van die klei-eksperiment (vgl. 8.2.4.2) tydens groepwerksessie vier in staat gestel is om met haar aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) in kontak te kom. Haar bewustheid ten opsigte van basiese gevoelens is waarskynlik tydens groepwerksessie vier bevorder deurdat sy geleentheid gekry het om met geslote oë aan basiese gevoelens (byvoorbeeld hartseer) te dink en bewus te word van waar sy die onderskeie gevoelens in haar liggaam ervaar (vgl. 8.2.4.3). Dit wil voorkom asof deelnemer drie deur middel van die roosboomfantasie (vgl. 4.5.1 en 8.2.5.3), tekenaktiwiteite (vgl. 4.11.2.1, 4.11.2.2, 8.2.6.5 en 8.2.8.3), droomwerk (vgl. 4.10.2 en 8.2.7.4), die monstertegniek (vgl. 4.12, 8.2.9.3 en 8.2.9.4) en onvoltooide sinne (vgl. 4.10.3, 8.2.1.4 en 8.2.10.3) in staat gestel is om uiting aan haar gevoelens te gee, deurdat haar onderdrukte gevoelens en denke deur dié projektiewe tegnieke (vgl. 4.10) op haar figuurgrond verskyn het en sy geleentheid kon kry om dit te identifiseer, dit te erken en in besit te neem (vgl. 8.2.5.3, 8.2.6.5, 8.2.8.3, 8.2.9.4 en 8.2.10.3).

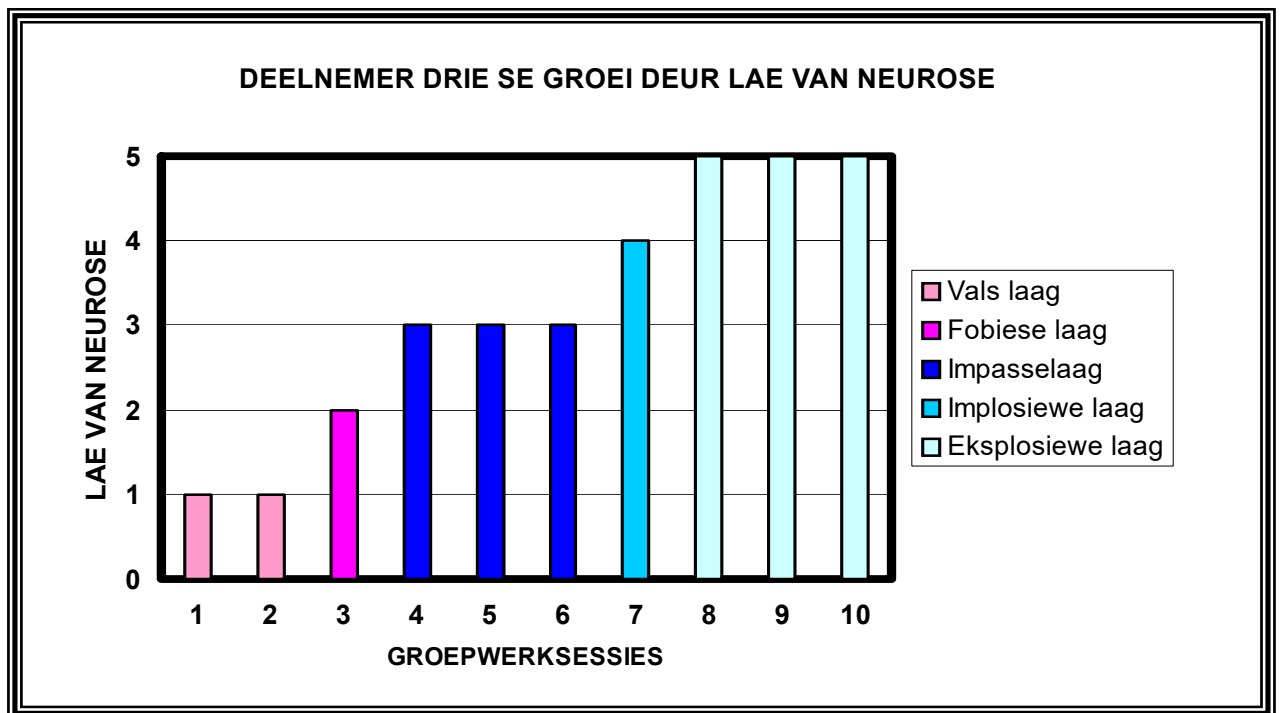
### 8.3.3.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling

Deelnemer drie is waarskynlik deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) tydens groepwerksessies een, drie, vier, vyf, ses, sewe en agt tot selfvertroeteling gelei (vgl. 3.8.2, 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Deur middel van die selfvertroetelingsaktiwiteit (vgl. 4.12 en 8.2.9.5) het deelnemer drie moontlik geleentheid gekry om haarself te vergewe ten opsigte van selfverwyf, hartseer en skuldgevoelens. Sy het ook verantwoordelikheid geneem om haarself vorentoe te vertroetel (vgl. 8.2.10.3).

Uit bogenoemde kan afgelei word dat deelnemer drie se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.3 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) oënskynlik deur middel van die tien gestaltgroepwerksessies bevorder is, deurdat sy in staat was om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en aksie oor te gaan en tot die laaste laag van neurose te beweeg (vgl. 8.2.10.3).

Vervolgens word die groei van deelnemer drie deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose, grafies voorgestel en kortliks bespreek.

**FIGUUR 6: DEELNEMER 3 SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE**





Dit wil voorkom asof deelnemer drie tydens groepwerksessies een en twee vanuit die vals laag (vgl. 3.6.1.1) gefunksioneer het, deurdat sy oppervlakkig gekommunikeer het en ware kontak nog ontbreek het. Sy het waarskynlik tydens groepwerksessies drie vanuit die fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer vanweë voorgegedrag wat sy openbaar het. Dit blyk of deelnemer drie tydens groepwerksessies vier, vyf en ses vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer het, deurdat sy angstig en magteloos ten opsigte van haar gewese huweliksmaat gevoel het en oënskynlik 'n gebrek aan energie en selfondersteuning ervaar het. Dit wil voorkom asof sy tydens groepwerksessie sewe vanuit die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer het, deurdat sy met nuwe gedrag geëksperimenteer het. Deelnemer drie het waarskynlik tydens groepwerksessie agt, nege en tien vanuit die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer, deurdat haar bewustheid en selfondersteuning oënskynlik bevorder is, sy selfregulerend (vgl. 2.3.2) gefunksioneer het, gestrewe het na die voltooiing van onvoltooidhede (vgl. 2.3.2), toepaslik in kontak (vgl. 2.3.5) met haarself was en energie vrygestel is. Dit wil dus voorkom asof deelnemer drie se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) deur middel van die tien gestaltgroepwerksessies bevorder is.

Samevattend kan ten opsigte van deelnemer drie se proses afgelei word dat haar sensoriese kontakmaking, sin vir die self (selfondersteuning), emosionele uitdrukking asook haar selfvertroeteling deur middel van die gestaltgroepwerksessies bevorder is, deurdat sy daardeur oënskynlik in staat gestel is om tot by die eksplosiewe laag te beweeg.

#### **8.3.4 Deelnemer vier**

'n Assessering ten opsigte van gestaltnomente word vervolgens in tabelvorm ten opsigte van deelnemer vier se proses uiteengesit en daarna kortliks bespreek.

**TABEL 60: ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DEELNEMER 4**

Sessie	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose bereik
<b>Sessie 1:</b> <i>Ons word georiënteer en leer mekaar ken</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Egskeiding (vgl. 2.3.2 en 8.2.1.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Samevloeiing – gebruik “ons” as voornaamwoord (vgl. 2.3.5.3 en 8.2.1.3)</li> <li>Defleksie – maak humoristiese opmerkings (vgl. 2.3.5.5 en 8.2.1.3)</li> <li>Introjeksie – kan nie sukses behaal nie en is gespot vanweë gebrek (vgl. 2.3.5.1 en 8.2.1.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Selfverwyrt (vgl. 6.3.8 en 8.2.1.4)</li> <li>Onsekerheid (vgl. 6.3.8 en 8.2.1.4)</li> </ul>		Vals laag (vgl. 3.6.1.1 en 8.2.1.6)
<b>Sessie 2:</b> <i>Ek maak kontak met my sintuie en liggaam</i>					Vals laag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.2)
<b>Sessie 3:</b> <i>Ek stel myself voor</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Introjeksie – vanweë gebrek vanuit kinderjare (vgl. 2.3.5.1 en 8.2.3.2)</li> <li>Defleksie – benut veralgemenings (vgl. 2.3.5.5 en 8.2.3.3)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>“<i>Hel</i>” teenoor Jesus se liefde (geestelike polariteit, vgl. 2.3.6 en 8.2.3.5)</li> </ul>	Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.3.3)
<b>Sessie 4:</b> <i>Ek kom in kontak met my energie en fokus op basiese gevoelens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Egskeiding (gewese eggenoot, vgl. 2.3.2 en 8.2.4.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Defleksie – tree ontwykend op (vgl. 2.3.5.5 en 8.2.4.1)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hartseer en rustig (vgl. 6.3.8 en 8.2.4.4)</li> <li>Hartseer, pyn en blydschap (vgl. 8.2.4.5)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hartseer teenoor blydschap (vgl. 2.3.6, 8.2.4.3 en 8.2.4.5)</li> </ul>	Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.4.3)

Sessie	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose bereik
<b>Sessie 5:</b> <i>Ek is 'n "roosboom" en gee uiting aan my gevoelens</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Woede ten opsigte van gewese huweliksmaat (vgl. 6.3.8 en 8.2.5.4)</li> </ul>		Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.5.4)
<b>Sessie 6:</b> <i>Ek teken en gee uiting aan my gevoelens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vrees ten opsigte van gewese huweliksmaat (vgl. 2.3.2 en 8.2.6.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introjeksie – mag nie na ander vrouens kyk en met hul praat nie (vgl. 2.3.5.1 en 8.2.6.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vrees (vgl. 6.3.8 en 8.2.6.4)</li> <li>• Behoefte om innerlik sterk te word en sy vrees te oorkom (vgl. 8.2.6.5)</li> </ul>		Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.6.5)
<b>Sessie 7:</b> <i>Ek droom en gee uiting aan my gevoelens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gewese huweliksmaat (vgl. 2.3.2 en 8.2.7.4)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hartseer, dankbaarheid en geluk (vgl. 8.2.7.4)</li> <li>• Behoefte aan geluk (vgl. 8.2.7.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mislukking teenoor uitdaging (vgl. 2.3.6 en 8.2.7.4)</li> </ul>	Implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4 en 8.2.7.4)
<b>Sessie 8:</b> <i>Ek teken op 'n "koekboks" en gee uiting aan my gevoelens</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verligting ten opsigte van emosionele pyn (vgl. 8.2.8.4)</li> </ul>		Implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4 en 8.2.8.4)
<b>Sessie 9:</b> <i>Ek kom in kontak met my gevoelens van aggressie en vertroetel myself</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introjeksie – alles wat verkeerd gaan is sy skuld (vgl. 2.3.5.1 en 8.2.9.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Woede ten opsigte van gewese skoonfamilie (vgl. 8.2.9.4)</li> <li>• Gebrek aan selfhandhawing wat ook die monster in sy lewe verteenwoordig het (vgl. 8.2.9.3 en 8.2.9.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sterker deel van homself teenoor die swakker deel van homself (vgl. 2.3.6, 3.8.4 en 8.2.9.5)</li> </ul>	Implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4, en 8.2.9.4)

Sessie	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose bereik
<b>Sessie 10:</b> <i>Ons sê totsiens vir mekaar</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Defleksie – maak humoristiese opmerkings (vgl. 2.3.5.5 en 8.2.10.2)</li> <li>Introjeksie – mag slegs weer met gewese huweliksmaat in die huwelik tree (vgl. 2.3.5.1 en 8.2.10.2)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hartseer, woede, emosionele pyn, blydschap geluk en bekommernis (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>Behoefte aan liefde, respek, geluk en 'n verhouding met God (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>In beheer (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>Innerlik sterker (vgl. 8.2.10.2 en 8.2.10.3)</li> <li>Vergifnis van homself (vgl. 8.2.10.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Behoefte om weer in die huwelik te tree (“<i>underdog</i>” teenoor die introjek dat dit verkeerd sou wees om met iemand anders buiten sy gewese huweliksmaat in die huwelik te tree (“<i>topdog</i>”) (vgl. 2.3.6, 3.8.4 en 8.2.10.2)</li> </ul>	Implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4, 8.2.10.2)

Vanuit bogenoemde tabel kan afgelei word dat onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) ten opsigte van deelnemer vier se egskeiding en sy gewese huweliksmaat tydens groepwerksessies een, vier, ses en sewe op sy figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het. Hy het oënskynlik deur middel van drie kontakgrensversteurings, naamlik samevloeiing (deur “*ons*” as voornaam te gebruik, vgl. 2.3.5.3 en 8.2.1.3), defleksie (deur die maak van humoristiese opmerkings, veralgemenings en deur ontwykend op te tree, vgl. 2.3.5.5, 8.2.1.3, 8.2.3.3, 8.2.4.1 en 8.2.10.2) en introjeksie (deur waarskynlik te glo dat hy nie sukses kon behaal nie, deur te fokus op sy gebrek [gespottery], deur te glo dat hy nie na ander vrouens kon kyk en met hulle kon praat nie en dat hy slegs weer met sy gewese huweliksmaat in die huwelik kon tree, vgl. 2.3.5.1), kontak met homself en sy omgewing tydens groepwerksessies een, drie, vier, ses, nege en tien probeer vermy. Hy het tydens groepwerksessies een, vier, vyf, ses, sewe, nege en tien met moontlike onderdrukte gevoelens en behoeftes in kontak gekom, waardeur sy bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik bevorder is. Deelnemer vier het moontlik tydens groepwerksessies drie, vier, sewe, nege en tien met polariteite (vgl. 2.3.6) in sy lewe in kontak gekom en dit oënskynlik geïntegreer.

Vervolgens word deelnemer vier se proses aan die hand van sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1), sin vir die self (vgl. 3.8.2), emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3), selfonderhouding en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4), asook sy beweging deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1) geassesseer.

#### **8.3.4.1 Sensoriese kontakmaking**

Deelnemer vier se sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1) is waarskynlik tydens groepwerksessies een, drie, vier, vyf, ses, sewe en agt by wyse van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) bevorder (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Sy sensoriese bewustheid is waarskynlik verder deur middel van ontspanningsaktiwiteite (vgl. 4.8, 8.2.5.2, 8.2.6.2, 8.2.7.2, 8.2.8.2 en 8.2.10.2) tydens groepwerksessies vyf, ses, sewe, agt en tien bevorder. Hy was oënskynlik tydens groepwerksessie twee in staat om met al sy kontakmodaliteite, met uitsondering van sy gehoorsintuig, kontak met homself en die omgewing te maak (vgl. 8.2.2). Sy onvermoë om ten volle kontak met sy gehoorsintuig te maak kan moontlik aan emosionele pyn toegeskryf word wat hy oënskynlik ten opsigte van sy egskeiding (vgl. 3.8.1) ervaar het.

#### **8.3.4.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)**

Versterking van die sin vir die self kan aanleiding gee tot emosionele uitdrukking en kan bevorder word deur definiëring van die self, bemeestering, verantwoordelikheid en beheer (vgl. 3.8.2).

##### ➤ *Selfkennis (vgl. 3.8.2.1)*

Deelnemer vier se selfkennis is waarskynlik bevorder deurdat hy in staat was om by verskillende geleenthede (vgl. 8.2.1.6, 8.2.2, 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.4.1, 8.2.4.2, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.5.1, 8.2.5.4, 8.2.5.5, 8.2.6.1, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.7.1, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.1, 8.2.8.3, 8.2.8.4, 8.2.9.1, 8.2.9.2, 8.2.9.4, 8.2.10.1, 8.2.10.2, 8.2.10.3 en 8.2.10.4) homself te definieer in terme van voor- en afkeure, selfgerigte “ek”-stellings, behoeftes, wense en menings/idees .

##### ➤ *Bemeestering (vgl. 3.8.2.2)*

Alhoewel deelnemer vier aanvanklik die groepleier tydens groepwerksessie vier genader het om vir hom te sê hoe hy sy collage moes maak, het hy tog positief daarin geslaag om sonder die hulp van die groepleier (wat geweier het om hom te help) 'n collage te maak. Deelnemer

vier het waarskynlik 'n gevoel van bemeestering (vgl. 3.8.2.2) ervaar na die voltooiing van sy collage (collage, vgl. 8.2.3.3). Hy het oënskynlik tydens groepwerksessie nege 'n gevoel van bemeestering ervaar toe hy sy “monster” wat sy swakker deel van homself verteenwoordig het, vermorsel en oorwin het (vgl. 8.2.9.4). Deelnemer vier het ook nuwe wyses om sy gevoelens effektief te hanteer bemeester (vgl. 8.2.9.1 en 8.2.10.3).

➤ *Verantwoordelikheid en beheer (vgl. 3.8.2.3)*

Deelnemer vier het moontlik selfondersteuning bekom deurdat hy tydens groepwerksessies vyf en tien verantwoordelikheid (vgl. 8.2.5.4 en 8.2.10.2) vir sy eie lewe aanvaar het en in staat was om keuses te maak (vgl. 8.2.1.6, 8.2.3.3, 8.2.4.2, 8.2.4.4, 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.7.4, 8.2.9.4, 8.2.9.5, 8.2.10.1 en 8.2.10.3).

**8.3.4.3 Emosionele uitdrukking**

Dit wil voorkom asof deelnemer vier deur middel van die klei-eksperiment (vgl. 8.2.4.2) tydens groepwerksessie vier in staat gestel is om met sy aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) in kontak te kom en dit te ontgin. Sy bewustheid ten opsigte van basiese gevoelens is waarskynlik tydens groepwerksessie vier bevorder deurdat hy geleentheid gekry het om met geslote oë aan basiese gevoelens (byvoorbeeld woede) te dink en bewus te word van waar hy die onderskeie gevoelens in sy liggaam ervaar (vgl. 8.2.4.3) het.

Alhoewel deelnemer vier nooit tydens die groepwerksessies as 'n vrywillige deelnemer die “warm stoel” (vgl. 4.7) ingeneem het nie, wil dit voorkom asof hy deur middel van die groepaktiwiteite en “silent self-therapy” (vgl. 3.1 en 3.2) wel in staat gestel is om met sy onderdrukte gevoelens in kontak te kom en uitdrukking daaraan te gee (vgl. 8.2.4.4, 8.2.4.5, 8.2.5.4, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.7.4, 8.2.8.4, 8.2.9.3, 8.2.9.4 en 8.2.10.3). Deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2 en 8.2.6.4) het deelnemer vier waarskynlik met sy vrees ten opsigte van sy gewese huweliksmaat in kontak gekom. Sy bewustheid ten opsigte van sy behoefte aan geluk is moontlik deur middel van die vergrotingstegniek (vgl. 4.8.1 en 8.2.8.3) bevorder. Dit wil voorkom asof deelnemer vier tydens groepwerksessie tien deur middel van semantiese opklaring (vgl. 4.2 en 8.2.10.2) bewus geword het van 'n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) toe hy geleentheid gekry het om oor 'n vraag wat hy ten opsigte van 'n tweede huwelik gestel het, te eksploreer. Deurdat deelnemer vier oënskynlik sy gevoelens kon identifiseer en “ek”-stellings daarvoor kon maak (vgl. 8.2.4.4, 8.2.4.5, 8.2.5.4, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.7.4, 8.2.8.4, 8.2.9.3, 8.2.9.4 en 8.2.10.3) het hy

waarskynlik sy gevoelens in besit geneem (vgl. 3.8.3) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) bereik.

Dit wil dus voorkom asof deelnemer vier se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.3 en 3.8.2) bevorder is en hy in staat was om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en aksie oor te gaan. Hy het waarskynlik nog bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) benodig, ten einde in staat te wees om na die laaste laag van neurose (eksplosiewe laag, 3.6.1.5) te beweeg en volgens sy ware self te funksioneer.

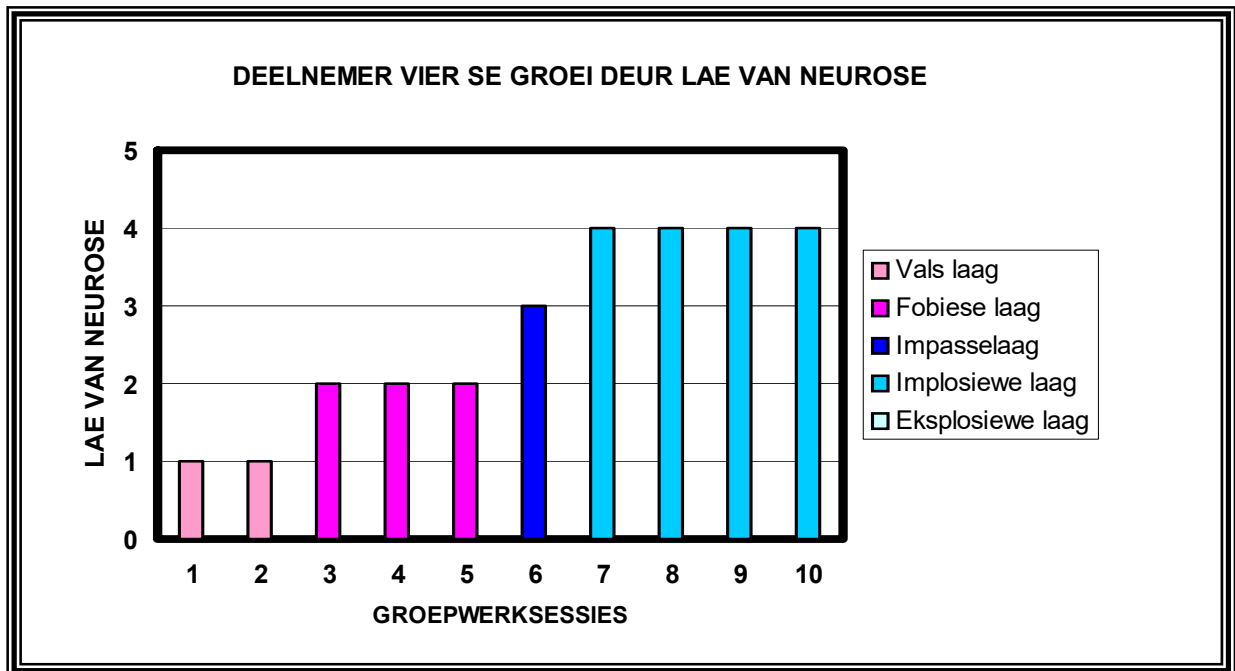
#### **8.3.4.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling**

Deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) is deelnemer vier moontlik tydens groepwerksessies een, drie, vier, vyf, ses, sewe en agt tot selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) gelei (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Deelnemer vier het waarskynlik deur middel van die selfvertroetelingsaktiwiteit (vgl. 4.12 en 8.2.9.5) geleentheid gekry om met sy swakker deel in kontak te kom, dit te aanvaar en verantwoordelikheid daarvoor te aanvaar. Dit wil voorkom asof hy homself tydens die vertroetelingsaktiwiteit vergewe het en besluit het om homself vorentoe te vertroetel (vgl. 8.2.10.3). Sodoende is sy selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) waarskynlik bevorder.

Samevattend kan ten opsigte van deelnemer vier se proses afgelei word dat sy sensoriese kontakmaking, sin vir die self (selfondersteuning), emosionele uitdrukking asook sy selfvertroeteling deur middel van die tien gestaltgroepwerksessies bevorder is, deurdat hy daardeur oënskynlik in staat gestel is om tot by die implosiewe laag van neurose te beweeg. Dit blyk egter of hy nog bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) benodig, ten einde na die laaste laag van neurose (eksplosiewe laag, 3.6.1.5) te beweeg en volgens sy ware self te funksioneer.

Voorts word die groei van deelnemer vier deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose, grafies voorgestel en kortliks bespreek.

**FIGUUR 7: DEELNEMER 4 SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE**



Dit blyk of deelnemer vier tydens groepwerksessies een en twee vanuit die vals laag (vgl. 3.6.1.1) gefunksioneer het, deurdat hy oppervlakkig gekommunikeer het en ware kontak nog ontbreek het. Hy het waarskynlik tydens groepwerksessies drie, vier en vyf vanuit die fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer vanweë voorgegedrag wat hy openbaar het. Deelnemer vier het moontlik tydens groepwerksessie ses vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat hy gekonfronteer is met ou prosesse van dink en doen wat hy moes agterlaat (sy vrees ten opsigte van sy gewese huweliksmaat) en nuwe wyses van dink en doen (om innerlik sterk te word en sy vrees te oorkom). Dit blyk of hy tydens groepwerksessies sewe, agt, nege en tien vanuit die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer het, deurdat hy met nuwe gedrag geëksperimenteer het, maar nog energie teruggehou het. Sy broer se ongeluk het waarskynlik daartoe bygedra dat hy in die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) vasgehaak het. Alhoewel deelnemer vier nie die eksplosiewe laag bereik het nie, wil dit tog voorkom asof sy bewustheid en selfondersteuning oënskynlik bevorder is en hy grotendeels integrasie ten opsigte van polariteite (vgl. 2.3.6, 8.2.3.5, 8.2.4.3, 8.2.4.5, 8.2.7.4, 8.2.9.5 en 8.2.10.2) in sy lewe bereik het.

Samevattend kan ten opsigte van deelnemer drie se proses afgelei word dat sy sensoriese kontakmaking, sin vir die self (selfondersteuning), emosionele uitdrukking, asook sy selfonderhouding en selfvertroeteling deur middel van die tien gestaltgroepwerksessies



bevorder is, deurdat hy oënskynlik daardeur in staat gestel is om tot by die implosiewe laag te beweeg.

### **8.3.5 Deelnemer vyf**

Deelnemer vyf word vervolgens in tabelvorm ten opsigte van gestaltnomente geassesseer, waarna daar op haar proses gefokus word.

**TABEL 61: ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DEELNEMER 5**

Sessie	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose bereik
<b>Sessie 1:</b> <i>Ons word georiënteer en leer mekaar ken</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Egskeiding (vgl. 2.3.2 en 8.2.1.4)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Vernedering (vgl. 6.3.8 en 8.2.1.4)</li> <li>Hartseer (vgl. 6.3.8 en 8.2.1.4)</li> <li>Skuldgevoelens (vgl. 6.3.8 en 8.2.1.4)</li> <li>Misbruik (vgl. 8.2.1.4)</li> </ul>		Vals laag (vgl. 3.6.1.1 en 8.2.1.6)
<b>Sessie 2:</b> <i>Ek maak kontak met my sintuie en liggaam</i>	<b>AFWESIG</b>	<b>AFWESIG</b>	<b>AFWESIG</b>	<b>AFWESIG</b>	<b>AFWESIG</b>
<b>Sessie 3:</b> <i>Ek stel myself voor</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Introjeksie – ten opsigte van haar liggaamsbou sedert haar hoërskooljare (vgl. 2.3.5.1 en 8.2.3.2)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Behoefte aan geld (vgl. 8.2.3.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Slegte dinge van verlede (huwelik) teenoor 'n beter hede (vgl. 2.3.6 en 8.2.3.2)</li> <li>Dood teenoor lewe (vgl. 2.3.6 en 8.2.3.3)</li> <li>Vrede teenoor spanning (vgl. 2.3.6 en 8.2.3.5)</li> </ul>	Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.3.5)
<b>Sessie 4:</b> <i>Ek kom in kontak met my energie en fokus op basiese gevoelens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Egskeiding (hartseer oor egskeiding en vrees vir alleenheid, vgl. 2.3.2 en 8.2.4.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Introjeksie – Deelnemer 5 reken sy <b>moet</b> haarself dwing om haar nie van ander te distansieer nie (vgl. 2.3.5.1 en 8.2.4.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hartseer en vrees vir alleenheid (vgl. 6.3.8, 8.2.4.3 en 8.2.4.4)</li> <li>Kalmte en blydskap (vgl. 8.2.4.4)</li> <li>Verlange en behoefte om deur iemand “ontdek” te word (vgl. 8.2.4.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hartseer teenoor blydskap (vgl. 2.3.6 en 8.2.4.5)</li> </ul>	Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.4.3)
<b>Sessie 5:</b> <i>Ek is 'n “roosboom” en gee uiting aan my gevoelens</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Introjeksie – kollegas verwag dat sy altyd moet lag (vgl. 2.3.5.1 en 8.2.5.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Woede (vgl. 6.3.8 en 8.2.5.4)</li> </ul>		Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.5.4)

Sessie	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/ behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose bereik
<b>Sessie 6:</b> <i>Ek teken en gee uiting aan my gevoelens</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Defleksie – benut veralgemenings, naamlik “<i>n mens</i>” (vgl. 2.3.5.5 en 8.2.6.5)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Behoeftes aan rustigheid (vgl. 8.2.6.4)</li> </ul>		Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.6.4)
<b>Sessie 7:</b> <i>Ek droom en gee uiting aan my gevoelens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mislukte huwelik (vgl. 2.3.2 en 8.2.7.4)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Voel kwaad, jammer en soos ‘n verloorder (vgl. 6.3.8 en 8.2.7.4)</li> <li>Behoeftes om ‘n “<i>goeie werkende mamma</i>” te wees (vgl. 8.2.7.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wen teenoor verloor (vgl. 2.3.6 en 8.2.7.4)</li> </ul>	Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.7.4)
<b>Sessie 8:</b> <i>Ek teken op ‘n “koekboks” en gee uiting aan my gevoelens</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Rustigheid, kalmte en verlange na “<i>iemand spesiaal</i>” (vgl. 8.2.8.4)</li> <li>Impulsiwiteit (vgl. 8.2.8.4)</li> </ul>		Implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4 en 8.2.8.4)
<b>Sessie 9:</b> <i>Ek kom in kontak met my gevoelens van aggressie en vertroetel myself</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gewese huweliksmaat (vgl. 2.3.2 en 8.2.9.3)</li> <li>Gewese huweliksmaat se nuwe vrou (vgl. 2.3.2 en 8.2.9.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Defleksie – vermy direkte kontak met gewese huweliksmaat in die leë stoel (vgl. 2.3.5.5 en 8.2.9.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Woede, ongelukkigheid en ontsteltenis (vgl. 6.3.8, 8.2.9.3 en 8.2.9.5)</li> <li>Aggressie (vgl. 6.3.8, 8.2.9.3 en 8.2.9.5)</li> <li>Verligting na leëstoel-werk (vgl. 8.2.9.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sterker deel van haarself teenoor die swakker deel van haarself (vgl. 2.3.6, 3.8.4 en 8.2.9.5)</li> </ul>	Eksplousiewe laag (vgl. 3.6.1.5 en 8.2.9.3)
<b>Sessie 10:</b> <i>Ons sê totsiens vir mekaar</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Hartseer, emosionele pyn, woede en blydschap</li> <li>Behoeftes aan “<i>iemand</i>”, liefde, geduld, geestelike groei en om meer tyd saam met haar kind te spandeer (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>Beheer gekry oor woede en skuldgevoelens</li> <li>Vergifnis van haarself vir “<i>dit wat alles verkeerd was in my huwelik</i>” (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>Innerlike groei (Vgl. 8.2.10.3.)</li> </ul>		Eksplousiewe laag (vgl. 3.6.1.5 en 8.2.10.3)

Vanuit voorafgaande tabel kan afgelei word dat onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) ten opsigte van deelnemer vyf se egskeiding en haar gewese huweliksmaat se nuwe vrou tydens groepwerksessies een, vier, sewe en nege op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het. Sy het oënskynlik deur middel van introjeksie (vgl. 2.3.5.1, 8.2.3.2, 8.2.4.3 en 8.2.5.4) tydens groepwerksessies drie, vier en vyf kontak met haarself en haar omgewing vermy deur op haar liggaamsbou (waaroor sy in haar hoërskooljare gespot is) te fokus, te reken dat sy haarself moes dwing om nie in isolasie te funksioneer nie en altyd moes lag. Deelnemer vyf het moontlik tydens groepwerksessie ses deur projeksie (die benutting van veralgemening, vgl. 2.3.5.2 en 8.2.6.5) en tydens groepwerksessie nege deur middel van defleksie (deur direkte kontak met haar gewese huweliksmaat te vermy, vgl. 2.3.5.5 en 8.2.9.3) kontak met haarself en die omgewing probeer vermy. Sy het tydens groepwerksessies een, drie, vier, vyf, ses, sewe, agt, nege en tien moontlik met onderdrukte gevoelens en behoeftes in kontak gekom (vgl. 8.2.1.4, 8.2.3.3, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.5.4, 8.2.6.4, 8.2.7.4, 8.2.8.4, 8.2.9.3, 8.2.9.5 en 8.2.10.3). Daardeur is haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik bevorder. Deelnemer vyf het moontlik tydens groepwerksessies drie, vier, sewe en nege met polariteite (vgl. 2.3.6) in haar lewe in kontak gekom en dit oënskynlik geïntegreer (vgl. 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.4.5, 8.2.7.4 en 8.2.9.5). Vervolgens word deelnemer vyf se proses aan die hand van sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1), sin vir die self (vgl. 3.8.2), emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3), selfonderhouding en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4), asook haar beweging deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1) geassesseer.

### **8.3.5.1 Sensoriese kontakmaking**

Deelnemer vyf se sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1) is waarskynlik tydens groepwerksessies een, drie, vyf, ses, sewe en agt by wyse van die pendeltegning (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) bevorder (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Haar sensoriese bewustheid (vgl. 3.8.1) is waarskynlik verder deur middel van ontspanningsaktiwiteite (vgl. 4.8, 8.1.5.2, 8.2.6.2, 8.2.7.2, 8.2.8.2 en 8.2.10.2) bevorder. Sy was tydens groepwerksessie twee afwesig. Deelnemer vyf is waarskynlik deur middel van die nieverbale bewustheidstegning (vgl. 4.8.2 en 8.2.9.3) tydens groepwerksessie nege gelei om bewus te word van haar nieverbale gedrag en oënskynlik is haar gevoelens en nieverbale gedrag geïntegreer. Dit wil voorkom asof deelnemer vyf se sensoriese kontakmaking (tas, reuk en sig) tydens groepwerksessie vier (vgl. 8.2.4.2) se

klei-aktiwiteit (vgl. 4.11.1) bevorder is, deurdat sy in staat was om te meld watter aspekte van die klei-aktiwiteit sy van gehou en nie van gehou het nie.

### **8.3.5.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)**

Versterking van die sin vir die self kan bevorder word deur definiëring van die self, bemeestering, verantwoordelikheid en beheer (vgl. 3.8.2).

#### ➤ *Selfkennis (vgl. 3.8.2.2)*

Deelnemer vyf se selfkennis is waarskynlik bevorder deurdat sy in staat was om haarself te definieer in terme van voor- en afkeure, selfgerigte “ek”-stellings, behoeftes, wense en menings/idees (vgl. 8.2.1.1, 8.2.1.3, 8.2.3.1, 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.4.1, 8.2.4.2, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.5.1, 8.2.5.3, 8.2.5.4, 8.2.5.5, 8.2.6.1, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.7.1, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.1, 8.2.8.3, 8.2.8.4, 8.2.9.1, 8.2.9.2, 8.2.9.3, 8.2.9.4, 8.2.10.1, 8.2.10.2, 8.2.10.3 en 8.2.10.4).

#### ➤ *Bemeestering (vgl. 3.8.2.2)*

Deelnemer vyf is waarskynlik by wyse van collagewerk (vgl. 8.2.3.3) tot bemeestering gelei, deurdat sy in staat was om haarself by wyse van ‘n collage uit te beeld. Sy is moontlik tydens groepwerksessie nege deur middel van die leëstoeltegning (vgl. 4.10.1) bemagtig toe sy ‘n dialoog (vgl. 4.4) met haar gewese huweliksmaat gevoer het (vgl. 8.2.7.3). Sy het oënskynlik tydens groepwerksessie nege ‘n gevoel van bemeestering ervaar toe sy haar “monster” vermorsel en oorwin het (vgl. 8.2.9.3). Deelnemer vyf het ook nuwe wyses om haar gevoelens effektief te hanteer bemeester (vgl. 8.2.10.3).

#### ➤ *Verantwoordelikheid en beheer (vgl. 3.8.2.3)*

Deelnemer vyf het moontlik selfondersteuning bekom aangesien sy verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir haar eie lewe kon aanvaar en keuses kon maak (vgl. 8.2.1.6, 8.2.3.3, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.8.3, 8.2.8.4, 8.2.10.1 en 8.2.10.3). Sy is waarskynlik deur middel van die “ek neem verantwoordelikheid”-tegning (vgl. 4.13) in staat gestel om verantwoordelikheid vir haar gevoelens en dade te neem (vgl. 8.2.9.3)

### **8.3.5.3 Emosionele uitdrukking**

Deelnemer vyf was as vrywillige deelnemer oënskynlik in staat om deur middel van projektiewe tegnieke, naamlik die leëstoeltegning (vgl. 4.10.1 en 8.2.9.3) en die monstertegning (vgl. 4.12 en 8.2.9.3) haar gevoelens wat op haar figuurgrond verskyn het te

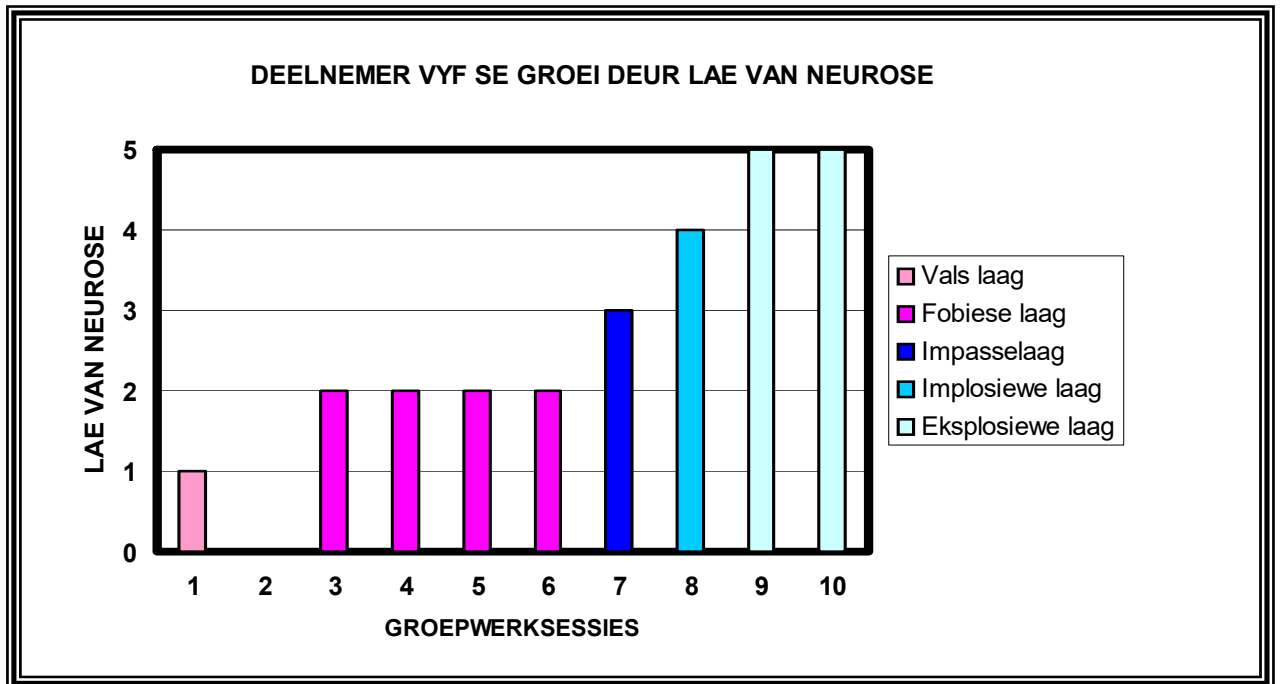
identifiseer. Sy het tydens al die groepwerksessies wat sy bygewoon het (vgl. 8.2.1.4, 8.2.3.3, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.5.4, 8.2.6.4, 8.2.7.4, 8.2.8.4, 8.2.9.3, 8.2.9.5 en 8.2.10.3) skynbaar met onderdrukte gevoelens en behoeftes in kontak gekom. Deurdat deelnemer vyf haar projeksies kon identifiseer en “ek”-stellings oor haar gevoelens kon maak, het sy moontlik haar gevoelens in besit (vgl. 3.8.3) geneem en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) bereik. Dit blyk dus of deelnemer vyf se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.3 en 3.8.2) bevorder is en sy in staat was om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en aksie oor te gaan.

#### **8.3.5.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling**

Deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van ‘n veilige plek (vgl. 4.5.2) is deelnemer vyf moontlik tydens groepwerksessies een, drie, vyf, ses, sewe en agt tot selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) gelei (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Deelnemer vyf het waarskynlik deur middel van die selfvertroetelingsaktiwiteit (vgl. 4.12 en 8.2.9.5) geleentheid gekry om haarself te vergewe vir *“dit wat alles verkeerd was in my huwelik”* en het besluit om haarself vorentoe te vertroetel (vgl. 8.2.10.3).

Voorts word die groei van deelnemer vyf deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose, grafies voorgestel en kortliks bespreek.

**FIGUUR 8: DEELNEMER 5 SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE**



Dit wil voorkom asof deelnemer vyf tydens groepwerksessie een vanuit die vas laag (vgl. 3.6.1.1) gefunksioneer het, deurdat sy oppervlakkig gekommunikeer het en ware kontak nog ontbreek het. Sy het waarskynlik tydens groepwerksessies drie, vier, vyf en ses vanuit die fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer vanweë voorgegedrag wat sy openbaar het. Deelnemer vyf het waarskynlik tydens groepwerksessies sewe vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat sy soos 'n verloorder gevoel het en 'n gebrek aan selfondersteuning ervaar het. Dit blyk of sy tydens groepwerksessie agt vanuit die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer het, deurdat sy met nuwe gedrag geëksperimenteer het, maar nog energie teruggehou het. Deelnemer vyf het oënskynlik tydens groepwerksessies nege en tien vanuit die eksplousiewe laag (vgl. 3.6.1.4) gefunksioneer, deurdat haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.3 en 3.8.2) moontlik bevorder is, sy selfregulerend (vgl. 2.3.2) gefunksioneer het, gestrewe het na die voltooiing van onvoltooidhede (vgl. 2.3.2), toepaslik in kontak (vgl. 2.3.5) met haarself was en energie vrygestel is. Dit wil dus voorkom asof deelnemer vyf se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) deur middel van die nege gestaltgroepwerksessies wat sy bygewoon het, bevorder is.

Samevattend kan ten opsigte van deelnemer vyf se proses afgelei word dat haar sensoriese kontakmaking, sin vir die self (selfondersteuning), emosionele uitdrukking, asook haar selfonderhouding en selfvertroeteling deur middel van die gestaltgroepwerksessies bevorder is, deurdat sy daardeur oënskynlik in staat gestel is om tot by die eksplosiewe laag te beweeg.

### **8.3.6 Deelnemer ses**

Deelnemer ses word vervolgens in tabelvorm ten opsigte van gestaltnomente geassesseer, waarna op haar proses gefokus word.



**TABEL 62: ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DEELNEMER 6**

<b>Sessie</b>	<b>Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het</b>	<b>Kontakgrensversteuring</b>	<b>Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is</b>	<b>Polariteit</b>	<b>Vlak van neurose bereik</b>
<b>Sessie 1:</b> <i>Ons word georiënteer en leer mekaar ken</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Egskeiding (vgl. 2.3.2 en 8.2.1.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Samevloeiing (benut "ons" as voornaamwoord, vgl. 2.3.5.3 en 8.2.1.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Emosionele pyn (vgl. 6.3.8 en 8.2.1.4)</li> </ul>		Vals laag (vgl. 3.6.1.1 en 8.2.1.6)
<b>Sessie 2:</b> <i>Ek maak kontak met my sintuie en liggaam</i>					Vals laag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.2)
<b>Sessie 3:</b> <i>Ek stel myself voor</i>	<b>AFWESIG</b>	<b>AFWESIG</b>	<b>AFWESIG</b>	<b>AFWESIG</b>	<b>AFWESIG</b>
<b>Sessie 4:</b> <i>Ek kom in kontak met my energie en fokus op basiese gevoelens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Egskeiding (vgl. 2.3.2 en 8.2.4.3)</li> <li>Babaseun se dood (vgl. 8.2.4.3)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Defleksie – vermy oogkontak (vgl. 2.3.5.5 en 8.2.4.1)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Geïrriteerd en gespanne (vgl. 8.2.4.1)</li> <li>Verwerping en emosionele pyn (vgl. 6.3.8 en 8.2.4.3)</li> <li>Positief, hoop en vreugde (vgl. 8.2.4.4)</li> <li>Behoefte aan liefde (vgl. 8.2.4.4)</li> <li>Emosionele pyn (vgl. 8.2.4.5)</li> </ul>		Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.4.3)
<b>Sessie 5:</b> <i>Ek is 'n "roosboom" en gee uiting aan my gevoelens</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Defleksie – vermy direkte kommunikasie met deelnemer 3 (vgl. 2.3.5.4 en 8.2.5.5)</li> </ul>			Fobiese laag (vgl. 3.6.1.2 en 8.2.5.4)

Sessie	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose bereik
<b>Sessie 6:</b> <i>Ek teken en gee uiting aan my gevoelens</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Samevloeiing tydens huwelikslewe (vgl. 8.2.6.4)</li> <li>• Projeksie – benut “n mens ...” as veralgemening (vgl. 2.3.5.2 en 8.2.6.5)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Behoefte om haarself weer te ontdek (vgl. 8.2.6.4)</li> </ul>		Impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.6.4)
<b>Sessie 7:</b> <i>Ek droom en gee uiting aan my gevoelens</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verwerping en jammerte (vgl. 6.3.8 en 8.2.7.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wen teenoor verloor (vgl. 2.3.6 en 8.2.7.4)</li> </ul>	Implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4 en 8.2.7.4)
<b>Sessie 8:</b> <i>Ek teken op 'n “koekboks” en gee uiting aan my gevoelens</i>					Eksplousiewe laag (vgl. 3.6.1.5 en 8.2.8.4)
<b>Sessie 9:</b> <i>Ek kom in kontak met my gevoelens van aggressie en vertroetel myself</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sterker as haar monster (gewese huweliksmaat se nuwe vrou) gevoel (vgl. 8.2.9.4)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sterker deel van haarself teenoor die swakker deel van haarself (vgl. 2.3.6, 3.8.4 en 8.2.9.5)</li> </ul>	Eksplousiewe laag (vgl. 3.6.1.5 en 8.2.9.4)

Sessie	Onvoltooidheid wat op figuurgrond verskyn het	Kontakgrensversteuring	Gevoel-/behoefte waarmee in kontak gekom is	Polariteit	Vlak van neurose bereik
<b>Sessie 10:</b> <i>Ons sê totsiens vir mekaar</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verligting ten opsigte van haar emosionele pyn (vgl. 8.2.10.2)</li> <li>• Emosionele pyn, verwerping, haat en kalmte (vgl.8.2.10.3)</li> <li>• Behoefte aan geluk (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>• Vergifnis van haarself “dat ek nie goed genoeg was nie” (vgl. 8.2.10.3)</li> <li>• Innerlik sterker vanweë emosionele groei (vgl. 8.2.10.3)</li> </ul>		

Vanuit bogenoemde tabel kan afgelei word dat onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) ten opsigte van deelnemer ses se egskeiding en haar babaseun se dood tydens groepwerksessies een en vier op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het. Sy het oënskynlik deur middel van defleksie (vgl. 2.3.5.5) tydens groepwerksessies vier en vyf kontak met haarself en die omgewing probeer vermy deur oogkontak te vermy en op 'n indirekte wyse te kommunikeer (vgl. 8.2.4.1, 8.2.5.4 en 8.2.5.5). Deelnemer ses het waarskynlik deur middel van samevloeiing (vgl. 2.3.5.3 en 8.2.1.3) tydens haar huwelikslewe en groepwerksessie een gepoog om kontak met haarself en haar omgewing te vermy. Sy het oënskynlik tydens groepwerksessies een, vier, ses, sewe, nege en tien met moontlike onderdrukte gevoelens en behoeftes in kontak gekom. Daardeur is haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik bevorder. Deelnemer ses het moontlik tydens groepwerksessies sewe en nege met polariteite (vgl. 2.3.6) in haar lewe in kontak gekom en dit oënskynlik geïntegreer.

Vervolgens word deelnemer ses se proses aan die hand van sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1), sin vir die self (vgl. 3.8.2), emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3), selfonderhouding en selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) asook haar beweging deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1) geassesseer.

### **8.3.6.1 Sensoriese kontakmaking**

Deelnemer ses se sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1) is waarskynlik tydens groepwerksessies een, vyf, ses, sewe en agt by wyse van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) bevorder (vgl. 8.2.1.5, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Haar sensoriese en liggaamlike kontakmaking (vgl. 3.8.1) is waarskynlik verder deur middel van ontspanningsaktiwiteite (vgl. 4.8, 8.1.5.2, 8.2.6.2, 8.2.7.2, 8.2.8.2 en 8.2.10.2) bevorder. Deelnemer ses was oënskynlik tydens groepwerksessie twee in staat om met al haar kontakmodaliteite, met uitsondering van haar gehoorsintuig, kontak met haarself en die omgewing te maak (vgl. 8.2.2). Haar onvermoë om ten volle kontak met haar gehoorsintuig te maak kan moontlik die gevolg van haar emosionele pyn ten opsigte van haar egskeiding wees (vgl. 3.8.1). Haar gehoorsintuig kon moontlik vanweë die vroeë volwasse fase waarin sy haar bevind 'n afname in effektiwiteit getoon het (vgl. 6.3). Dit blyk of deelnemer ses se sensoriese kontakmaking (tas, reuk en sig) tydens groepwerksessie vier (vgl. 8.2.4.2) se klei-aktiwiteit (vgl. 4.11.1) bevorder is, deurdat sy in staat was om te meld wat van die klei-aktiwiteit sy van gehou het al dan nie.

### **8.3.6.2 Versterking van die sin vir die self (selfondersteuning)**

Deelnemer ses se sin vir die self is waarskynlik bevorder deur definiëring van die self, bemeestering, verantwoordelikheid en beheer (vgl. 3.8.2).

#### ➤ *Selfkennis (vgl. 3.8.2.1)*

Deelnemer ses se selfkennis is moontlik bevorder deurdat sy in staat was om by verskillende geleenthede haarself te definieer in terme van voor- en afkeure, selfgerigte "ek"-stellings, behoeftes, wense en menings/idees (vgl. 8.2.1.1, 8.2.1.3, 8.2.2, 8.2.4.1, 8.2.4.2, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.5.1, 8.2.5.3, 8.2.5.4, 8.2.6.1, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.7.1, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.1, 8.2.8.3, 8.2.8.4, 8.2.9.1, 8.2.9.2, 8.2.9.3, 8.2.9.4, 8.2.9.5, 8.2.10.1, 8.2.10.2, 8.2.10.3 en 8.2.10.4).

➤ *Bemeestering (vgl. 3.8.2.2)*

Deelnemer ses is oënskynlik by wyse van die klei-aktiwiteit (vgl. 4.11.1 en 8.2.4.2) tot bemeestering gelei, deurdat sy daarvan gehou het om die klei te vorm, te beheer en die klei-aktiwiteit voltooi het. Sy is moontlik deur middel van die monstertegniek (vgl. 8.2.9.3) in staat gestel om 'n gevoel van bemeestering te ervaar, deurdat sy geleentheid gekry het om die monster in haar lewe te oorwin. Sy het met verloop van die groepwerksessies ook nuwe wyses om haar gevoelens effektief te hanteer bemeester (vgl. 8.2.10.3).

➤ *Verantwoordelikheid en beheer (vgl. 3.8.2.3)*

Deelnemer ses het moontlik selfondersteuning (vgl. 3.8.2.3) bekom deurdat sy tydens verskeie geleenthede verantwoordelikheid vir haar eie lewe aanvaar het en keuses kon maak ten opsigte van haar funksionering (vgl. 8.2.1.6, 8.2.4.1, 8.2.4.2, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.6.5, 8.2.8.1 en 8.2.10.3). Sy is moontlik deur middel van semantiese opklaring (vgl. 4.2) tydens groepwerksessie ses in staat gestel om verantwoordelikheid vir haar gevoelens te neem (vgl. 8.2.6.5).

### **8.3.6.3 Emosionele uitdrukking**

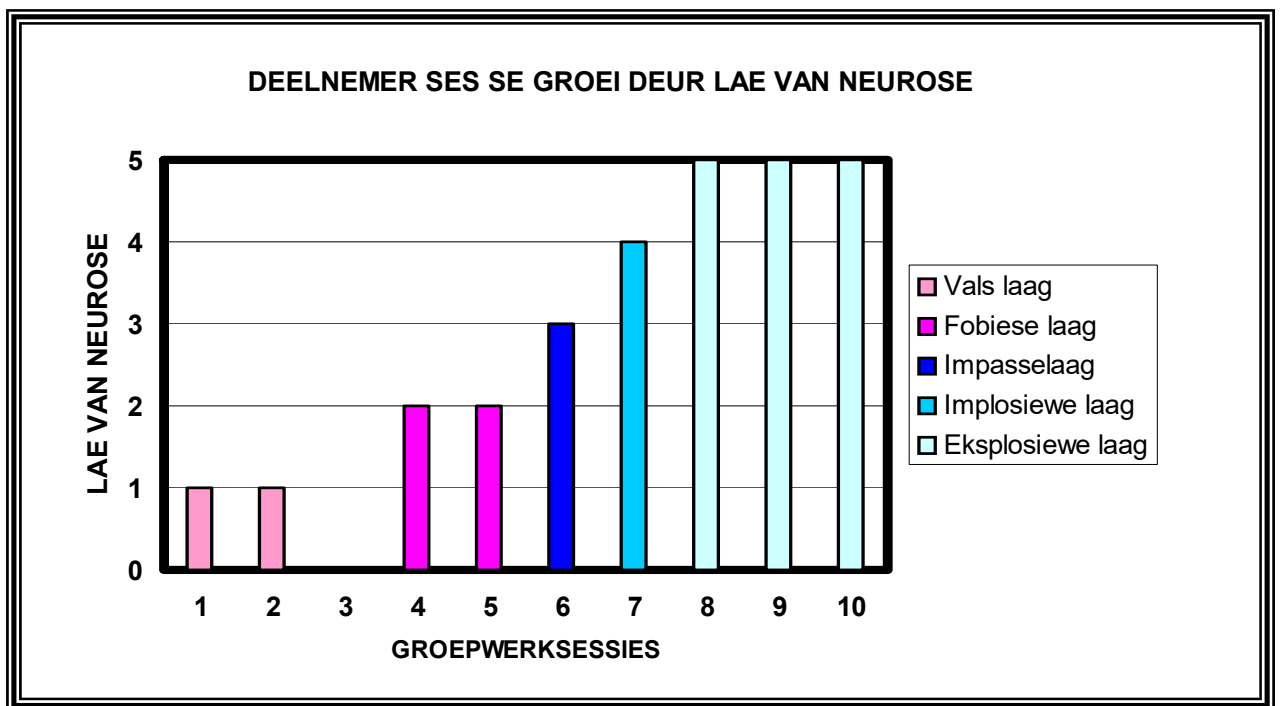
Dit wil voorkom asof deelnemer ses deur middel van die klei-eksperiment (vgl. 8.2.4.2) tydens groepwerksessie vier in staat gestel is om met haar aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) in kontak te kom en dit te ontgin. Haar bewustheid ten opsigte van basiese gevoelens is waarskynlik tydens groepwerksessie vier bevorder deurdat sy geleentheid gekry het om met geslote oë aan basiese gevoelens (byvoorbeeld vrees) te dink en bewus te word van waar sy die onderskeie gevoelens in haar liggaam ervaar (vgl. 8.2.4.3) het. Alhoewel deelnemer ses nooit tydens die groepwerksessies as 'n vrywillige deelnemer die “warm stoel” (vgl. 4.7) ingeneem het nie, wil dit voorkom asof sy deur middel van die groepaktiwiteite en “*silent self-therapy*” (vgl. 3.1 en 3.2) wel in staat was om met haar onderdrukte gevoelens in kontak te kom en uitdrukking daaraan te gee (vgl. 8.2.1.4, 8.2.4.1, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.4.5, 8.2.6.4, 8.2.7.4, 8.2.9.4 en 8.2.10.3). Deurdat deelnemer ses oënskynlik haar gevoelens kon identifiseer en “*ek*”-stellings daarvoor kon maak (vgl. 8.2.1.4, 8.2.4.1, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.6.4, 8.2.7.4, 8.2.9.4 en 8.2.10.3) het sy waarskynlik haar gevoelens in besit geneem (vgl. 3.8.3) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) bereik.

### 8.3.6.4 Selfonderhouding en selfvertroeteling

Deelnemer ses is moontlik deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) tydens groepwerkssessies een, vier, vyf, ses, sewe en agt tot selfvertroeteling (vgl. 3.8.4) gelei (vgl. 8.2.1.5, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Deur middel van die selfvertroetelingsaktiwiteit (vgl. 4.12 en 8.2.9.5) het deelnemer ses moontlik geleentheid gekry om haarself te vergewe (“*dat ek nie goed genoeg was nie*”) en het besluit om haarself vorentoe te vertroetel (vgl. 8.2.10.3).

Voorts word die groei van deelnemer ses deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose, grafies voorgestel en kortliks bespreek.

**FIGUUR 9: DEELNEMER 6 SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE**



Dit wil voorkom asof deelnemer ses tydens groepwerkssessies een en twee vanuit die vals laag (vgl. 3.6.1.1) gefunksioneer het, deurdat sy oppervlakkig gekommunikeer het en ware kontak nog ontbreek het. Sy het waarskynlik tydens groepwerkssessies vier en vyf vanuit die fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) gefunksioneer vanweë voorgegedrag wat sy openbaar het. Deelnemer ses het moontlik tydens groepwerkssessies ses vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer, deurdat sy bewus geword het van ou prosesse van dink en doen (ou identiteit) wat sy wou agterlaat en nuwe wyses van dink en doen wat sy nog moes ontdek. Dit blyk of sy tydens groepwerkssessie sewe vanuit die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4)

gefunsioneer het, deurdat sy met nuwe gedrag geëksperimenteer het. Deelnemer ses het waarskynlik tydens groepwerksessies agt, nege en tien vanuit die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.4) gefunsioneer, deurdat haar bewustheid en selfondersteuning oënskynlik bevorder is, sy selfregulerend gefunsioneer het, gestrewe het na die voltooiing van onvoltooidhede, toepaslik in kontak met haarself was en energie vrygestel is. Hier kan dus afgelei word dat deelnemer ses se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.3 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) oënskynlik deur middel van die nege gestaltgroepwerksessies wat sy bygewoon het, bevorder is, deurdat sy in staat was om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en aksie oor te gaan en tot die laaste laag van neurose kon beweeg (vgl. 8.2.10.3).

Samevattend kan ten opsigte van deelnemer ses se proses afgelei word dat haar sensoriese kontakmaking, sin vir die self (selfondersteuning), emosionele uitdrukking, asook haar selfonderhouding en selfvertroeteling deur middel van die gestaltgroepwerksessies bevorder is, omdat sy daardeur oënskynlik in staat gestel is om tot by die eksplosiewe laag te beweeg.

Vanuit bogenoemde kan afgelei word dat deelnemers se prosesse vanweë hulle uniekheid (individuele verskille en lewenservaring) van mekaar verskil het wat meegebring het dat hulle in ooreenstemming met wat in die literatuurstudie (vgl. 3.6.1) bevind is, nie noodwendig op dieselfde tydstip vanuit dieselfde neurotiese lae gefunsioneer het nie. Dit wil voorkom asof die doelstellings wat ten opsigte van elke groeplid (vgl. 3.3.4) gestel is waarskynlik ook bereik is, deurdat deelnemers se sensoriese bewustheid tydens groepwerksessies een, twee, drie, vier, vyf, ses, sewe en agt, hulle bewustheid en selfondersteuning deurlopend bevorder is, hulle met hulleself en die omgewing kontak gemaak het en in staat was om hulle polariteite te integreer en hulle grense te definieer. Deelnemers was bereid om aan die aktiwiteite en eksperimente deel te neem en het tot aksie oorgegaan deur dit te implementeer wat hulle in die groep geleer het.

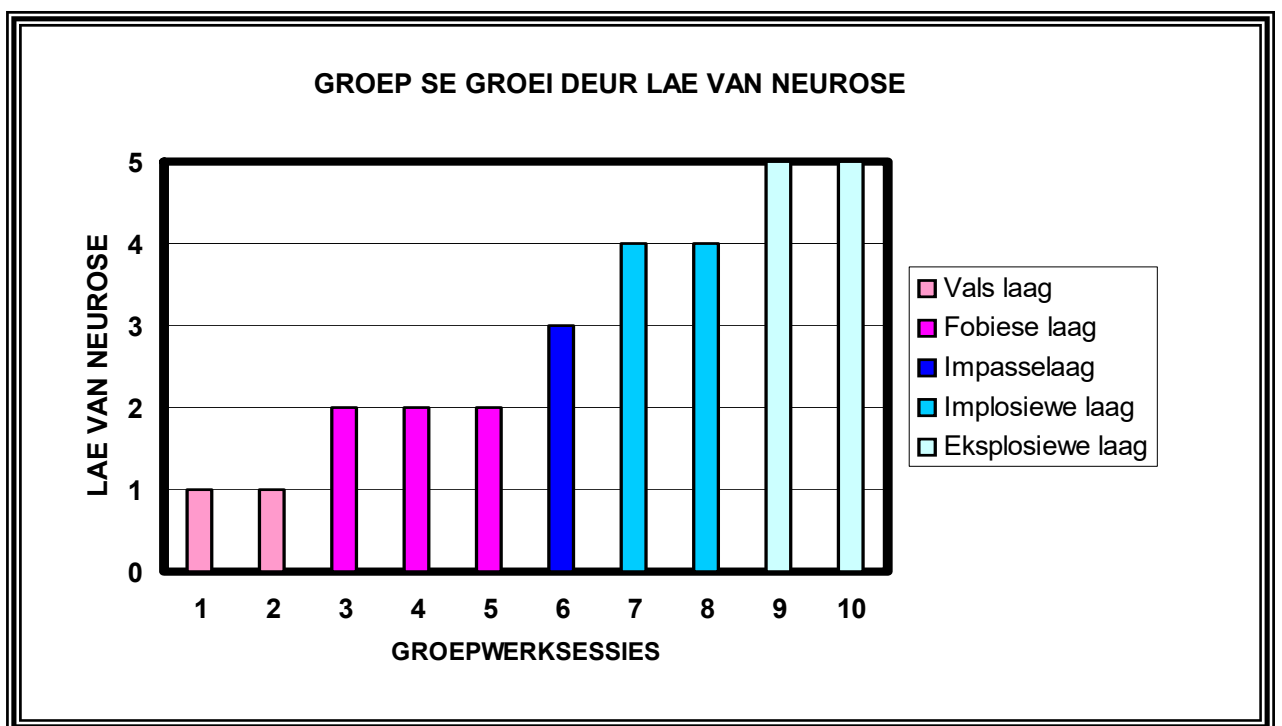
#### **8.4 ASSESSERING TEN OPSIGTE VAN DIE GROEPPROSES**

'n Gestaltgroepproses verwys na die dinamika van 'n groep, wat neerkom op hoe groeplede sake (gebeure) in die groep verbaliseer en ervaar (vgl. 3.6). Vir die doeleindes van hierdie studie het die groepleier die groepproses doelbewus benut en ontgin sodat die groep as 'n funksionele eenheid kon ontwikkel tot voordeel van elke deelnemer se proses en uiteindelik andersom (vgl. 3.6). Die groepaktiwiteite en -tegnieke is derhalwe sodanig geselekteer dat

groepinteraksie en -kohesie daardeur bevorder kon word en elke deelnemer, asook die groep, as 'n geheel geleentheid kon kry om maksimaal aan groepaktiwiteite deel te neem, ten einde deur die lae van neurose te beweeg en die drie oorkoepelende doelstellings (bewustheid, selfondersteuning en integrasie) ten opsigte van gestaltherapie en -groepwerk te bereik. (Vgl. 8.2.1.1, 8.2.1.3, 8.2.1.6, 8.2.2, 8.2.3.1, 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.4.1, 8.2.4.2, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.5.1, 8.2.5.3, 8.2.5.4, 8.2.6.1, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.7.1, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.1, 8.2.8.3, 8.2.8.4, 8.2.9.1, 8.2.9.2, 8.2.9.3, 8.2.9.4, 8.2.10.1, 8.2.10.2, 8.2.10.3 en 8.2.10.4).

Voorts word die groeiproses van die groep (bestaande uit ses toesighoudende, geskeide ouers tussen 20 en 40 jaar) wat vir die doeleindes van hierdie studie geselekteer is, aan die hand van die groep se groei/beweging deur Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose geassesseer.

**FIGUUR 10: GROEP SE GROEI DEUR PERLS SE LAE VAN NEUROSE**



Vanuit bogenoemde figuur kan afgelei word dat die groep deur middel van die gestaltgroepwerkprogram wat vir die doeleindes van hierdie studie ontwerp en ontwikkel is, in staat gestel is om deur al die lae van neurose te beweeg/groei. Die groep se dinamika het waarskynlik tot laasgenoemde groei bygedra.



Deelnemers, asook die groep, het in ooreenstemming met wat in die literatuurstudie (vgl. 3.6.1) bevind is, nie noodwendig op dieselfde tydstep vanuit dieselfde lae van neurose gefunksioneer nie. Deelnemer een het byvoorbeeld met aanvang van die groepwerk reeds vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.1.4) gefunksioneer, terwyl die die groep (vgl. 8.2.1.6) en deelnemers individueel waarskynlik vanweë oppervlakkige kommunikasie wat voorgekom het en ware kontak wat nog ontbreek het, vanuit die vals laag (vgl. 3.6.1.1) gefunksioneer het. Dit wil voorkom asof die groep tydens groepwerksessies drie, vier en vyf in die fobiese laag (vgl. 3.6.1.2) vasgehaak het, deurdat kommunikasie meestal oppervlakkig was, humor en voorgegedrag voorgekom het en die groep moontlik bewus geword het van rolle wat gespeel is om kontak met emosionele pyn te vermy (vgl. 8.2.3.2, 8.2.4.1 en 8.2.5.4). Dit blyk of deelnemers een (vgl. 8.2.6.3), drie (vgl. 8.2.6.4), vier (vgl. 8.2.6.5) en ses (vgl. 8.2.6.4) gelyktydig saam met die groep (vgl. 8.2.6.1), wat oënskynlik 'n gebrek aan energie ervaar het, vanuit die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) gefunksioneer het. Die groep het waarskynlik tydens groepwerksessies sewe (vgl. 8.2.7.1 en 8.2.7.4) en agt (vgl. 8.2.8.1) vanuit die implosiewe laag (vgl. 3.6.2.4) gefunksioneer, deurdat deelnemers met nuwe gedrag begin eksperimenteer het en energie nog teruggehou is. Dit blyk of die groep tydens groepwerksessies nege (vgl. 8.2.9.4) en tien (vgl. 8.2.10.3) vanuit die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer het, deurdat energie vrygestel is en deelnemers oënskynlik opreg volgens hul ware self opgetree het. Deelnemers een (vgl. 8.2.10.3), twee (vgl. 8.2.10.2), drie (vgl. 8.2.10.3), vyf (vgl. 8.2.10.3) en ses (vgl. 8.2.9.4) het moontlik individueel, sowel as op groepvlak (vgl. 8.2.10.3), tydens groepwerksessie tien vanuit die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer. Alhoewel dit voorkom asof deelnemer vier tydens die laaste groepwerksessie nog individueel vanuit die implosiewe laag (vgl. 3.6.1.4 en 8.2.10.2) gefunksioneer het, het hy oënskynlik op groepvlak wel saam met sy mededeelnemers vanuit die eksplosiewe laag (vgl. 3.6.1.5) gefunksioneer.

Vanuit bogenoemde kan afgelei word dat die groep daarin kon slaag om die drie oorkoepelende doelstellings (bewustheid, selfondersteuning en integrasie) van gestaltterapie en -groepwerk te bereik. Vervolgens word die bereiking van dié drie doelstellings geassesseer.

- **Bewustheid** (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is oënskynlik deur die groep bereik, deurdat al die deelnemers deur middel van die gestaltgroepwerksessies in staat was om met hulleself en hulle omgewing in kontak te kom, hulle gevoelens en behoeftes (vgl. 2.3.2) wat in die

hier en nou op hulle figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het te erken en te besit en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hulle keuses en gedrag te aanvaar (vgl. 8.2.10.3).

- Die groep se **selfondersteuning** (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik bevorder, deurdat al die deelnemers in staat was om deur middel van die gestaltgroepwerksessies in die hier en nou kontak te maak, hulleself te definieer, hulle behoeftes wat op hulle figuurgrond verskyn het te identifiseer, keuses kon maak, beheer bekom het, hulle onvoltooide gestalte kon voltooi en verantwoordelikheid vir hulle eie lewens kon neem (vgl. 8.2.10.3).
- **Integrasie** (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) is moontlik deur die groep by wyse van die gestaltgroepwerksessies bereik, deurdat al die deelnemers met polariteite (vgl. 8.2.3.6) in hulle lewens in kontak gekom het en dit oënskynlik kon integreer, hulle geprojekteerde gevoelens kon erken, dit in besit kon neem (vgl. 3.8.3), onvoltooide gestalte wat op hulle figuurgrond verskyn het kon voltooi en verantwoordelikheid (vgl. 3.8.2.3) vir hulle gevoelens en dade kon neem (vgl. 8.2.10.3).

Dit blyk of die doelstellings wat op groepvlak (vgl. 3.3.5) gestel is, waarskynlik ook bereik is, deurdat deelnemers in staat was om hulle behoeftes te verbaliseer, met mekaar om te gaan ten spyte van meningsverskille, ondersteuning en energie aan mekaar te voorsien, mekaar uit te daag om grense van bekendheid oor te steek en hulpmiddels in die groep te benut. 'n Groepeerheid is moontlik daargestel, deurdat deelnemers mekaar ondersteun het en mekaar wedersyds vertrou en gerespekteer het. Deelnemers kon oënskynlik daarin slaag om aan mekaar terugvoer te gee, sonder om eie interpretasies daaraan te koppel (vgl. 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.7.4, 8.2.9.2, 8.2.10.2 en 8.2.10.3).

## **8.5 ASSESSERING VAN AL DIE GESTALTGROEPWERKSESSIES**

Vervolgens word 'n samevattende assessering gedoen ten opsigte van al die deelnemers deur op die tien gestaltgroepwerksessies te fokus.

### **8.5.1 Onvoltooidhede**

Onvoltooidhede (vgl. 2.3.1) kan onopgeloste, onderdrukte gevoelens of situasies vanuit individue se verlede behels. Dit bly hulle by, beroof hul van energie en weerhou hulle verder daarvan om selfregulerend (vgl. 2.3.2) te funksioneer en nuwe gestalte te voltooi. Dit blyk of al die deelnemers by verskeie geleenthede tydens die gestaltgroepwerksessies met

onvoltooidhede in hulle lewens in kontak gekom het (vgl. 8.2.1.4, 8.2.4.2, 8.2.4.3, 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.3, 8.2.9.4 en 8.2.9.3).

### **8.5.2 Kontakgrensversteurings**

Individue behoort voortdurend in kontak met hulleself en hul omgewing te wees ten einde hul behoeftes te bevredig. Al die deelnemers het by een of meer geleentheid tydens die gestaltgroepwerkprogram kontak deur middel van kontakgrensversteurings (vgl. 2.3.5) verbreek. Die verbreking van kontak het soos volg gemanifesteer.

Deelnemers vier en ses het **samevloeiing** (vgl. 2.3.5.3, 8.2.1.3 en 8.2.6.4) en deelnemers een, drie, vier en vyf (vgl. 8.2.1.4, 8.2.3.2, 8.2.4.3, 8.2.5.3, 8.2.5.4, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.9.4 en 8.2.10.2) het **introjeksie** (vgl. 2.3.5.1) as kontakgrensversteurings benut. **Projeksie** (vgl. 2.3.5.2) is deur deelnemers een, drie, vyf en ses (vgl. 8.2.7.4, 8.2.5.2, 8.2.5.3 en 8.2.6.5) as kontakgrensversteurings benut, terwyl deelnemers twee, drie, vier, vyf en ses (vgl. 8.2.1.3, 8.2.3.3, 8.2.4.1, 8.2.5.3, 8.2.5.4, 8.2.5.5, 8.2.7.3, 8.2.8.3, 8.2.9.3 en 8.2.10.2) deur middel van **defleksie** (vgl. 2.3.5.5) kontak probeer vermy het. Slegs deelnemer drie het **retrofleksie** (vgl. 2.3.5.4 en 8.2.5.3) as kontakgrensversteuring benut ten einde kontak te verbreek. Hieruit kan afgelei word dat al die deelnemers waarskynlik deur middel van kontakgrensversteurings gepoog het om hulleself ten opsigte van hulle egskeidingsituasies te beskerm.

### **8.5.3 Polariteite**

Binne gestaltterapie word erkenning aan beide pole van polariteite geskenk en word daarna gestreef om dit te integreer, sodat individue as holistiese eenhede homeostase kan bereik (vgl. 2.3.2 en 2.3.6). Al die deelnemers het oënskynlik met verloop van die gestaltgroepwerkprogram met polariteite (vgl. 2.3.6) in hulle lewens in kontak gekom (vgl. 8.2.1.4, 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.4.3, 8.2.4.5, 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.6.5, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.3, 8.2.7.4, 8.2.9.5, 8.2.10.2 en 8.2.10.3), dit erken en in besit geneem. Sodoende is hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) waarskynlik bevorder en is integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) bewerkstellig.

### **8.5.4 Benutting van gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke**

Vervolgens word die tegnieke en aktiwiteite wat tydens die implementering van die gestaltgroepwerkprogram benut is, geassesseer.

#### **8.5.4.1 Onvoltooide sinne**

Onvoltooide sinne (vgl. 4.10.3) is tydens die eerste sessie benut ten einde deelnemers geleentheid te bied om met moontlike onvoltooide gestalte in hulle lewens in kontak te kom (vgl. 8.2.1.4). Die tegniek is oënskynlik suksesvol benut, deurdat deelnemers deur die voltooiing van die onvoltooide sinne in staat gestel is om met onvoltooidhede (vgl. 2.3.1) wat op hul figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het, in kontak te kom. Onvoltooide sinne is ook klaarblyklik suksesvol tydens die laaste gestaltgroepwerksessie benut deurdat deelnemers daardeur in staat gestel is om hulle gedagtes en gevoelens skriftelik weer te gee, om die gestaltgroepwerkprogram te assesser en terselfdertyd hul groei te monitor (vgl. 8.2.10.3).

#### **8.5.4.2 Rondte-tegniek**

Dit wil voorkom of al die deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van hulle gevoelens in die hier en nou deur middel van die rondte-tegniek (vgl. 4.1) bevorder is, deurdat hulle in staat was om hulle gevoelens in die groep te deel (vgl. 8.2.3.1, 8.2.3.5, 8.2.4.1, 8.2.5.1, 8.2.5.4, 8.2.5.5, 8.2.6.1, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.7.1, 8.2.7.4, 8.2.8.1, 8.2.8.4, 8.2.9.1, 8.2.9.4, 8.2.10.1 en 8.2.10.2). Deurdat deelnemers tydens elke gestaltgroepwerksessie geleentheid gekry het om hulle gewaarwordinge (gevoelens en of menings) in die groep te deel is hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik daardeur bevorder. Dit wil voorkom asof groepinteraksie (vgl. 3.2.2) en groepkohesie (vgl. 3.2.1) deur die rondte-tegniek bevorder is, deurdat deelnemers deur die tegniek aangemoedig is om te kommunikeer en hulle gevoelens en bewuswordinge met mekaar te deel.

#### **8.5.4.3 Pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek**

Dit blyk of al die deelnemers in staat was om deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) tussen hulle sensoriese kontakmodaliteite en hulle gefantaseerde veilige plek te pendel (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Deur middel van dié tegnieke is deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) waarskynlik bevorder en is hulle oënskynlik in staat gestel om hulleself te onderhou, te vertroetel en in die toekoms hulle gevoelens effektief te hanteer.

#### **8.5.4.4 Taalgebruik**

Al die deelnemers is moontlik deur middel van taalgebruik (vgl. 4.2) in staat gestel om kontak met hulleself te maak en verantwoordelikheid vir hulle gevoelens te neem en keuses ten opsigte van besluite te maak (vgl. 8.2.4.3, 8.2.5.4, 8.2.6.3, 8.2.6.5, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.3 en 8.2.10.2).

#### **8.5.4.5 “Behou die gevoel”-tegniek**

Dié tegniek is ten opsigte van deelnemer drie tydens groepwerksessie vyf benut, ten einde haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) te bevorder en haar geleentheid te bied om in die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) deur haar gevoelens te werk (vgl. 8.2.5.3).

#### **8.5.4.6 “Ek neem verantwoordelikheid”-tegniek**

Deelnemers een (vgl. 8.2.5.4, 8.2.6.3, 8.2.7.4 en 8.2.10.1), twee (vgl. 8.2.5.4, 8.2.7.3 en 8.2.10.1), drie (vgl. 8.2.8.3 en 8.2.10.1), vier (vgl. 8.2.10.1), vyf (vgl. 8.2.10.1) en ses (vgl. 8.2.10.1) is waarskynlik deur middel van die “*ek neem verantwoordelikheid*”-tegniek (vgl. 4.13) in staat gestel om verantwoordelikheid vir hulle gevoelens/woorde en of optrede te neem. Sodoende is hulle selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik bevorder.

#### **8.5.4.7 Dialoog**

Dit wil voorkom asof deelnemers een, twee en drie se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) deur middel van dialoë (vgl. 4.4) bevorder is en hulle daardeur in staat gestel is om integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik (vgl. 8.2.6.3, 8.2.7.3, 8.2.8.3 en 8.2.9.4). Deelnemers een, twee en drie het dialoë met verskeie objekte en met hulle gewese huweliksmaats gevoer. Deelnemer drie het verder dialoë met sowel mense wat haar misbruik het, as met haar impulsiwiteit wat interne konflik veroorsaak het, gevoer (vgl. 8.2.8.3). Deur middel van ‘n dialoog met haar trane (vgl. 8.2.9.4) is deelnemer een se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) moontlik bevorder, deurdat sy daardeur bemaagtig is om beheer oor haar gevoelens te kry en ‘n besluit te neem om nie verder deur haar gewese huweliksmaat gemanipuleer te word nie (vgl. 8.2.9.4).

#### **8.5.4.8 Roosboomfantasie**

Alhoewel al die deelnemers aan die fantasie van ‘n roosboom (vgl. 4.5.1) deelgeneem het, is slegs op deelnemer drie se fantasie gefokus, deurdat sy bereid was om as vrywillige

deelnemer die “warm stoel” (vgl. 4.7) vir individuele werk in te neem. Deur middel van die roosboomfantasie (vgl. 4.5.1) het ‘n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) oënskynlik op deelnemer drie se figuurgrond verskyn (vgl. 8.2.5.3) en het deelnemers een, drie, vier en vyf waarskynlik met onderdrukte gevoelens en/of behoeftes in kontak gekom (vgl. 8.2.5.3 en 8.2.5.4). Sodoende is hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) waarskynlik bevorder.

#### **8.5.4.9 “Warm stoel”-tegniek**

Deur middel van werk in die “warm stoel” (vgl. 4.7) het al die deelnemers, buiten deelnemers vier en ses, geleentheid gekry om as vrywillige deelnemers individuele werk saam met die groepleier te doen (vgl. 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.7.3, 8.2.8.3 en 8.2.9.3). Dit wil voorkom asof al die deelnemers deur middel van die vrywillige deelnemers se werk in die “warm stoel” met hulle onderdrukte gevoelens in aanraking gekom het (8.2.5.3 en 8.2.5.4, 8.2.6.4 en 8.2.6.5, 8.2.7.4, 8.2.7.4, 8.2.7.4, 8.2.7.4, 8.2.7.4, 8.2.8.4, 8.2.9.3, 8.2.9.4 en 8.2.9.5). Sodoende is hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik bevorder.

#### **8.5.4.10 Tegnieke vir sensoriese en liggaamlike kontakmaking**

Al die deelnemers, behalwe deelnemer vyf wat afwesig was, is tydens groepwerksessie twee by verskillende sensoriese aktiwiteite en ‘n asemhalings- en ontspanningsoefening (vgl. 4.8) betrek. Deur die aktiwiteite is hulle waarskynlik in staat gestel om kontak met hulleself en die omgewing te maak (vgl. 2.3.5). Deur middel van die pendeltegniek, fantasie van ‘n veilige plek (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5), ontspanningsoefeninge (vgl. 8.2.5.2, 8.2.6.2, 8.2.7.2, 8.2.8.2 en 8.2.10.2) en ‘n klei-aktiwiteit (vgl. 8.2.4.2) is deelnemers se sensoriese en liggaamlike kontakmaking moontlik tydens die implementering van die gestaltgroepwerkprogram bevorder. Deelnemers twee, drie, vier en vyf se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van belangrike stellings is oënskynlik deur middel van die vergrotings-/oordrywingstegniek (vgl. 4.8.1) bevorder (vgl. 8.2.5.4, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.3, 8.2.9.3 en 8.2.9.4). Dit blyk of deelnemers een, twee, drie, vier en vyf se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) in die hier en nou deur middel van bewustheidstegnieke ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) bevorder is (vgl. 8.2.4.4, 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.7.3, 8.2.8.3, 8.2.9.3 en 8.2.9.4). Laasgenoemde deelnemers is moontlik deur die bewustheidstegnieke ten opsigte van nieverbale kommunikasie (vgl. 4.8.2) in staat gestel om hulle nieverbale kommunikasie te erken en dit in

besit (vgl. 3.8.3) te neem. Sodoende is integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) oënskynlik bewerkstellig.

#### **8.5.4.11 Musiek**

Dit wil voorkom asof musiek (vgl. 4.9) as 'n effektiewe hulpmiddel tydens die groepwerksessies benut is, deurdat dit oënskynlik bygedra het tot die skep van 'n ontspanne groeapatmosfeer tydens die toepassing van die pendeltegniek en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5), ontspanningsoefeninge (vgl. 4.8, 8.2.5.2, 8.2.6.2, 8.2.7.2, 8.2.8.2 en 8.2.10.2) en wanneer deelnemers uitvoering gegee het aan aktiwiteite (collagewerk, klei-werk, roosboomfantasie, droomwerk en tekenaktiwiteite). Tydens groepwerksessie twee is deelnemers een, twee, drie, vier en ses se gehoorkontakmodaliteit waarskynlik deur middel van 'n gehoorstimuleringsaktiwiteit bevorder (vgl. 8.2.2). Die musiek wat tydens groepwerksessie vier in die agtergrond gespeel is, het moontlik bygedra tot deelnemers se ontginning van aggressiewe energie (vgl. 3.8.3). Sodoende is hulle oënskynlik in staat gestel om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan. Al die deelnemers, met uitsondering van deelnemer twee wat afwesig was, is oënskynlik deur middel van die musiekaktiwiteit (waartydens hulle geleentheid gekry het om hul gunstelingliedjies met mekaar te deel) in staat gestel om met hulle onderdrukte gevoelens in kontak te kom, dit te erken en in besit te neem. Hier kan dus afgelei word dat musiek as 'n effektiewe hulpmiddel tydens gestaltgroepwerk benut kan word, ten einde 'n ontspanne atmosfeer daar te stel, deelnemers se gehoorkontakmodaliteit te stimuleer, hulle te help om hul aggressiewe energie te ontgin en met hul onderliggende gevoelens in kontak te kom.

#### **8.5.4.12 Leëstoeltegniek**

Deelnemers een (vgl. 8.2.7.4 en 8.2.9.4), twee (vgl. 8.2.7.3), drie (vgl. 8.2.8.3) en vyf (vgl. 8.2.9.3) is oënskynlik deur middel van die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) in staat gestel om hulle onvoltooidhede (vgl. 2.3.2 en 4.10.1) meer intens te ervaar deur hulle gewese huweliksmaats in die leë stoel te plaas en dialoë (vgl. 4.4) met hul te voer. Sowel deelnemer een (vgl. 8.2.9.4) as deelnemer drie (vgl. 8.2.8.3) het deur middel van die leëstoeltegniek geleentheid gekry om met aspekte van haarself (deelnemer een met haar transe en deelnemer drie met haar impulsiwiteit) in kontak te kom en dialoë daarmee te voer. Sodoende het hulle waarskynlik geleentheid gekry om vervreemde dele van hulleself te integreer (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3).

#### **8.5.4.13 Droomwerk**

Alhoewel al die deelnemers geleentheid gekry het om hulle drome te teken en dit met mekaar te deel, is slegs op deelnemer twee se droom gefokus, deurdat hy bereid was om as vrywillige deelnemer die “warm stoel” (vgl. 4.7) vir individuele werk in te neem. Deur middel van droomwerk (vgl. 4.10.2) het 'n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2 en 8.2.7.3) ten opsigte van deelnemer twee se gewese huweliksmaat oënskynlik op sy figuurgrond verskyn en het hy met twee polariteite (vgl. 2.3.6 en 8.2.7.3) in kontak gekom. Deelnemers een (vgl. 8.2.7.4), drie (vgl. 8.2.7.4), vier (vgl. 8.2.7.4), vyf (vgl. 8.2.7.4) en ses (vgl. 8.2.7.4) het waarskynlik na aanleiding van deelnemer twee se droomwerk met onderdrukte gevoelens in kontak gekom, dit oënskynlik erken en in besit geneem. Dit wil dus voorkom asof al die deelnemers deur middel van droomwerk in staat gestel is om met hul onderdrukte gevoelens in kontak te kom. Integrasie is waarskynlik bewerkstellig, deurdat al die deelnemers oënskynlik deur middel van droomwerk hulle gevoelens erken en in besit (vgl. 3.8.3) geneem het.

#### **8.5.4.14 Klei-aktiwiteite**

Dit wil voorkom asof al die deelnemers (behalwe deelnemer twee wat afwesig was) se kontakmodaliteite (tas, reuk en sig) deur middel van die klei-aktiwiteit (vgl. 4.11.1) tydens groepwerksessie vier (vgl. 8.2.4.2) bevorder is en hulle daardeur in staat gestel is om met hulle aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) in kontak te kom en dit te ontgin. Deelnemers se aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) wat vir emosionele uitdrukking nodig is, is waarskynlik suksesvol ontgin deurdat hulle tydens dieselfde groepwerksessie in staat was om tot emosionele uitdrukking (vgl. 8.2.4.1, 8.2.4.2, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.4.5) oor te gaan. Dit blyk of al die deelnemers tydens groepwerksessie nege deur middel van kleiwerk in staat gestel is om met die monster in hulle lewens in kontak te kom en dit met klei uit te beeld (vgl. 8.2.9.3 en 8.2.9.4). Deur middel van dié klei-aktiwiteite is deelnemers se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) waarskynlik bevorder, deurdat hul die klei hanteer en beheer het en sodoende in staat gestel is om gevoelens van bemeestering en beheer te ervaar. Deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van toekomstige effektiewe hantering van gevoelens van aggressie is moontlik deur middel van dié klei-aktiwiteite bevorder. Samevattend kan afgelei word dat klei effektief benut kan word, ten einde toesighoudende, geskeide ouers se kontakmodaliteite (tas, reuk en sig) te stimuleer, hulle in staat te stel om hul aggressiewe energie te ontgin, hul gevoelens te projekteer en hul gevoelens van aggressie effektief te hanteer.



#### **8.5.4.15 Tekenaktiwiteit: Ervaring met gekleurde viltpenne**

Alhoewel al die deelnemers tydens groepwerksessie ses geleentheid gekry om aan die tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.1) deel te neem is slegs op deelnemer een wat as vrywillige deelnemer die “warm stoel” (vgl. 4.7) vir individuele werk ingeneem het, se tekening gefokus. Dit wil voorkom asof deelnemer een deur middel van die tekenaktiwiteit in staat gestel is om met ‘n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2) ten opsigte van haar gewese huweliksmaat (vgl. 8.2.6.3), onderdrukte gevoelens (vgl. 8.2.6.3 en 8.2.6.5) en met twee polariteite (vgl. 2.3.6 en 8.2.6.3) in kontak te kom. Deurdat deelnemer een oënskynlik haar gevoelens kon projekteer, dit kon erken en besit is haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) waarskynlik deur dié tekenaktiwiteit bevorder. Deur middel van die tekenaktiwiteit en deelnemer een se werk in die “warm stoel” (vgl. 4.7) is deelnemers drie (vgl. 8.2.6.5), vier (vgl. 8.2.6.4 en 8.2.6.5), vyf (vgl. 8.2.6.4) en ses (8.2.6.4) moontlik in staat gestel om met hulle onderdrukte gevoelens in kontak te kom, dit te erken en in besit te neem (vgl. 3.8.3). Sodoende is hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) moontlik bevorder en is integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) oënskynlik bewerkstellig. Dit wil dus voorkom asof dié tekenaktiwiteit effektief benut kan word om toesighoudende, geskeide ouers in staat te stel om hulle gevoelens te projekteer, dit te erken en in besit te neem, ten einde hulle bewustheid en selfondersteuning te bevorder en hulle tot integrasie te lei.

#### **8.5.4.16 Tekenaktiwiteit: Ervaring met vetkryt en ‘n “koekboks”**

Al die deelnemers het tydens groepwerksessie agt geleentheid gekry om aan die tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.2) deel te neem en hulle tekening in pare met mekaar te deel (vgl. 8.2.8.3). Daar is slegs op deelnemer drie se voltooide “koekboks” gefokus deurdat sy gewillig was om individueel saam met die groepleier te werk. Dit blyk of twee onvoltooidhede (vgl. 2.3.2 en 8.2.8.3) deur middel van die tekenaktiwiteit op deelnemer drie se figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het en of sy met moontlike onderdrukte gevoelens (vgl. 6.3.7 en 8.2.8.3) in kontak gekom het. Deurdat sy haar gevoelens kon projekteer, dit kon erken en in besit kon neem, is deelnemer drie se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) moontlik bevorder. Sy het waarskynlik integrasie (vgl. 2.5.3) bereik toe sy haar projeksies en vervreemde dele van haarself in besit geneem het en verantwoordelikheid vir haar gevoelens, woorde en daade geneem het (vgl. 8.2.8.3). Deelnemers een (vgl. 8.2.8.4), vier (vgl. 8.2.8.4) en vyf (vgl. 8.2.8.4) het waarskynlik na

aanleiding van die tekenaktiwiteit en deelnemer drie se individuele werk met onderdrukte gevoelens in kontak gekom. Deurdat hulle in staat was om hulle gevoelens te erken en in besit te neem, is hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) moontlik bevorder en is hulle oënskynlik in staat gestel om integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bereik. Samevattend kan dus afgelei word dat die tekenaktiwiteit (vgl. 4.11.2.2) toesighoudende, geskeide ouers in staat kan stel om hulle gevoelens te projekteer, dit te erken en in besit te neem, ten einde hulle bewustheid en selfondersteuning te bevorder en hulle tot integrasie te lei.

#### **8.5.4.17 Collage**

Al die deelnemers (behalwe deelnemer ses wat afwesig was) is waarskynlik deur middel van collagewerk (vgl. 4.11.2.3) in staat gestel om hulleself te definieer (vgl. 3.8.2.1). Deelnemers se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is waarskynlik deur middel van collagewerk bevorder deurdat hulle daardeur geleentheid gekry het om uit verskillende soorte materiaal te kies en hulleself aan die hand van 'n collage te definieer (vgl. 3.8.2.1) en aan die res van die groep by wyse van selfgerigte stelling (vgl. 3.8.2.1) voor te stel. Hulle het moontlik na afloop van die voltooiing van hulle collage gevoelens van bemeestering (vgl. 3.8.2.2) en beheer (vgl. 3.8.2.3) ervaar aangesien elke collage deur die groep as 'n unieke kunswerk beskou is. Hier kan dus afgelei word dat collage (vgl. 4.11.2.3) effektief benut kan word ten einde toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bevorder deurdat hulle daardeur in staat gestel kan word om hulleself te definieer, selfkennis te bekom, keuses te maak en gevoelens van bemeestering en beheer te ervaar.

#### **8.5.4.18 Monstertegniek en tegnieke vir selfvertroeteling**

Dit wil voorkom asof al die deelnemers deur middel van die monstertegniek (vgl. 4.12) in staat gestel is om die monsters in hulle lewens te identifiseer, dit met behulp van klei uit te beeld en in pare met mekaar te deel. Hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is waarskynlik deur die monstertegniek bevorder deurdat hulle in staat gestel is om met onaanvaarbare dele van hulself en onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in kontak te kom, dit te aanvaar en in besit te neem (vgl. 3.8.3). Deelnemer vyf was bereid om tydens groepwerksessie nege haar kleimonster in die leë stoel te plaas en in die teenwoordigheid van haar mededeelnemers (wat as toeskouers opgetree het) 'n dialoog (vgl. 4.4) met haar monster te voer. Haar bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) is oënskynlik deur middel van

dié tegniek bevorder, deurdat onvoltooidhede (vgl. 2.3.2 en 8.2.9.3) ten opsigte van haar gewese huweliksmaat en sy nuwe vrou op haar figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn het en sy met onderdrukte gevoelens (vgl. 8.2.9.3 en 8.2.9.5) en 'n polariteit (vgl. 2.3.6 en 8.2.9.5) in kontak gekom het. Deelnemer vyf se selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) is moontlik bevorder deurdat sy deur middel van die monstertegniek in staat gestel is om tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan, beheer te bekom en keuses te maak (vgl. 3.8.2.3) ten opsigte van toekomstige hantering van haar monster. Deelnemer vyf is waarskynlik deur die monstertegniek in staat gestel om integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) ten opsigte van haar onvoltooidhede (vgl. 2.3.2), 'n polariteit (vgl. 2.3.6) en haar gevoelens, asook haar nieverbale gedrag te bereik (vgl. 8.2.9.3).

Dit wil voorkom asof 'n onvoltooidheid (vgl. 2.3.2 en 8.2.9.4) deur middel van die monstertegniek op deelnemer een se figuurgrond verskyn het en of sy (vgl. 8. 2.8.4) en deelnemers twee (vgl. 8.2.9.5), drie (vgl. 8.2.9.4 en 8.2.9.5), vier (vgl. 8.2.9.3 en 8.2.9.4) en ses (vgl. 8.2.9.4) in kontak met onderdrukte gevoelens gekom het. Deurdat al die deelnemers in staat was om hulle gevoelens oënskynlik te erken en in besit te neem, is hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) moontlik daardeur bevorder. Die monstertegniek kan dus benut word om toesighoudende, geskeide ouers in staat te stel om die monsters in hulle lewens te identifiseer, daarmee in kontak te kom en beheer oor dit te neem, ten einde as bewuste (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteunende (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en geïntegreerde (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) eenhede te funksioneer.

Soos reeds gemeld onder 8.5.4.3 is deelnemers waarskynlik deur middel van die pendeltegniek (vgl. 4.6) en fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2) tydens groepwerksessies een, drie, vier, vyf, ses sewe en agt tot selfvertroeteling gelei (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Deur middel van die selfvertroetelingsaktiwiteit (vgl. 4.12 en 8.2.9.5) is deelnemers oënskynlik in staat gestel om hulleself te vergewe en te vertroetel (vgl. 8.2.10.3). Sodoende is hulle selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) moontlik bevorder.

Samevattend blyk dit dus of bogenoemde aktiwiteite en tegnieke benut kan word om toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en

selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bevorder en hulle tot die bereiking van integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te lei.

## **8.6 SAMEVATTING**

In hierdie hoofstuk is gefokus op die empiriese resultate wat bekom is tydens die fase van vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek, met spesifieke verwysing na die aksies wat verband hou met die uitvoering van die voorlopige intervensie, asook die insameling en analisering van data (vgl. 1.6.4.2 en 1.6.4.3). Kwalitatiewe waarnemings wat tydens die implementering van die konsepprogram gemaak is, is aan die hand van gevallestudies beskryf, deurdat 'n volledige uiteensetting gegee is van sowel elke deelnemer as die groep se reaksie tydens elke gestaltgroepwerksessie.

Die resultate en assessering van die gegewens van die ses deelnemers wat vanuit die gevallestudies verkry is, is aan die hand van doelstellings en doelwitte van elke groepwerksessie, die oorkoepelende doelstellings van gestaltterapie en -groepwerk (vgl. 2.5 en 3.3), doelstellings ten opsigte van elke groeplid (vgl. 3.3.4), doelstellings ten opsigte van groepvlak (vgl. 3.3.5) en gestaltnomente gedoen. Sowel die groepproses (vgl. 3.6) as die proses van elke groeplid (deelnemer) (vgl. 3.8) is deurentyd na aanleiding van Perls (Harman 1989:41) se lae van neurose (vgl. 3.6.1) geassesseer.

Tydens die eerste groepwerksessie is aandag geskenk aan die oriëntering en daarstel van 'n terapeutiese "ek/jy"-verhouding tussen die groepleier en deelnemers en die katalisering van 'n positiewe verhouding tussen deelnemers. Vanuit die onvoltooide sinne wat tydens die eerste groepwerksessie deur deelnemers voltooi is, het dit geblyk dat al die deelnemers onvoltooidhede ten opsigte van hulle egskeidings ervaar het. Deelnemers vier en ses het tydens die eerste groepwerksessie moontlik samevloeiing as kontakgrensversteuring benut om kontak te vermy. Die eerste groepwerksessie se gestelde doelstellings en doelwitte is oënskynlik bereik. Die tweede groepwerksessie het die bevordering van sensoriese en liggaamlike kontakmaking behels. Deelnemers een, twee, drie, vier en ses was nie in staat om ten volle met hulle gehoorsintuie kontak met hulleself en hul omgewing te maak nie. Die gestelde doelstellings ten opsigte van groepwerksessie twee is waarskynlik bereik, deurdat dit blyk of deelnemers se kontakmaking met hulleself en die omgewing deur middel van dié aktiwiteite bevorder is.

Groepwerksessie drie het ten doel gehad om deelnemers se sin vir die self te bevorder, ten einde kontakmaking met hulleself en die omgewing te bevorder en hulle in staat te stel om uiting aan hulle onderdrukte gevoelens te gee. Die gestelde doelstelling is oënskynlik bereik, deurdat al die deelnemers buiten deelnemer ses wat afwesig was, se sin vir die self bevorder is en hulle in staat was om uitdrukking aan hulle gevoelens te gee. Introjeksie is deur beide deelnemers vier en vyf as 'n kontakgrensversteuring tydens die groepwerksessie drie benut. Deelnemer vier het met 'n polariteit op 'n geestelike vlak tydens groepwerksessie drie in kontak gekom, terwyl deelnemer vyf met polariteite ten opsigte van haar egskeiding en met 'n polariteit ten opsigte van haar selfmoordpoging in kontak gekom het. Die groep het tydens groepwerksessie drie bewus geword van die feit dat die lewe uit polariteite bestaan.

Gestaltgroepwerksessie vier het ten doel gehad om deelnemers voor te berei op emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) en het behels die ontginning van deelnemers se aggressiewe energie (vgl. 3.8.3) en die bevordering van hulle bewustheid ten opsigte van basiese gevoelens (vgl. 3.8.3). Deelnemer twee was tydens die sessie afwesig. Die gestelde doelstellings ten opsigte van groepwerksessie vier is waarskynlik bereik, deurdat deelnemers oënskynlik suksesvol met hulle aggressiewe energie in kontak gekom het en hulle bewustheid ten opsigte van basiese gevoelens bevorder is. Tydens groepwerksessie vier het deelnemers vier en ses moontlik defleksie en deelnemer vyf introjeksie as kontakgrensversteurings benut. Deelnemers een, drie, vier, vyf en ses het waarskynlik tydens groepwerksessie vier met onvoltooidhede ten opsigte van hulle egskeidings in kontak gekom en deelnemers een, drie, vier en vyf het met polariteite in hulle lewens in kontak gekom. Op groeplvlak het deelnemers bewus geword van positiewe en negatiewe gevoelens (polariteite) in hulle lewens.

Verskillende projektiewe tegnieke is tydens groepwerksessies vyf tot agt benut om deelnemers tot emosionele uitdrukking te lei. Deelnemer drie was tydens groepwerksessie vyf wat die benutting van die roosboomtegniek behels het, bereid om as vrywilliger die "*warm stoel*" te betree. Deelnemer 3 het waarskynlik tydens die groepwerksessie projeksie, defleksie, retrofleksie en introjeksie as kontakgrensversteurings benut en het met sowel 'n onvoltooidheid as polariteite ten opsigte van haar gewese huweliksmaat in kontak gekom. Deelnemers twee en ses het tydens groepwerksessie vyf deur middel van defleksie oënskynlik gepoog om kontak met hulleself en die omgewing te vermy. Deurdat deelnemers in staat was om hulle gevoelens te projekteer, hulle gevoelens te erken en in besit te neem

en aan effektiewe wyses kon dink om hulle gevoelens te hanteer, is die doelstelling wat ten opsigte van groepwerksessie vyf gestel is moontlik bereik.

Groepwerksessie ses het die benutting van 'n tekenaktiwiteit behels. Deelnemer een was tydens die groepwerksessie bereid om die *“warm stoel”* in te neem vir individuele werk, terwyl die ander deelnemers as toeskouers opgetree het. Deur middel van die tekenaktiwiteit is deelnemer een moontlik in staat gestel om haar gevoelens te projekteer, dit te erken en in besit te neem. Deelnemer een het moontlik met twee polariteite ten opsigte van haar egskeiding en met 'n onvoltooidheid ten opsigte van haar gewese huweliksmaat in kontak gekom en deur middel van introjeksie kontak met haarself en die omgewing probeer vermy. Dit wil voorkom asof die ander deelnemers positief deur middel van deelnemer een se werk beïnvloed is, deurdat hulle in staat was om hulle geprojekteerde gevoelens te identifiseer, dit te erken en in besit te neem en hulle aan effektiewe wyses kon dink om hulle gevoelens te hanteer. Deelnemer vier wat waarskynlik introjeksie as kontakgrensversteuring benut het, het tydens gestaltgroepwerksessie ses met 'n onvoltooidheid ten opsigte van sy gewese huweliksmaat in kontak gekom. Projeksie is oënskynlik deur deelnemers vyf en ses tydens groepwerksessie ses benut om kontak te vermy. Deelnemers een en twee het moontlik met polariteite in hulle lewens in kontak gekom. Die doelstelling van groepwerksessie ses is oënskynlik bereik.

Tydens groepwerksessie sewe is deelnemers deur middel van droomwerk tot emosionele uitdrukking gelei. Deelnemer twee het as vrywilliger die *“warm stoel”* vir individuele werk ingeneem, terwyl die ander deelnemers as toeskouers opgetree het. Deelnemer twee het deur middel van sy droom moontlik bewus geword van sy geprojekteerde gevoelens wat hy oënskynlik erken en in besit geneem het. Dit wil voorkom asof onvoltooidhede ten opsigte van deelnemer twee se gewese huweliksmaat se buite-egtelike verhoudings op sy figuurgrond verskyn het, of hy met twee polariteite (wen teenoor verloor en hartseer teenoor blydschap) in sy lewe in kontak gekom het en by wyse van defleksie gepoog het om kontak met homself en sy omgewing te vermy. Deur middel van deelnemer twee se droomwerk het deelnemers een, vier, vyf en ses oënskynlik in kontak met polariteite in hulle lewens gekom. Onvoltooidhede ten opsigte van hulle egskeiding het waarskynlik op deelnemers vier en vyf se figuurgrond verskyn. Dit blyk of deelnemers op groepvlak bewus geword het van 'n polariteit, naamlik wen teenoor verloor. Dit wil voorkom asof deelnemer een deur middel van projeksie gepoog het om tydens groepwerksessie sewe kontak met haarself te vermy, deur

die omgewing verantwoordelik te hou vir wat in haarself ontstaan het. Deur defleksie as kontakgrensversteuring te benut het deelnemer twee oënskynlik gepoog om kontak met die omgewing te vermy. Deurdat die res van die deelnemers na aanleiding van deelnemer twee se droomwerk in staat was om hulle geprojekteerde gevoelens te identifiseer, dit te erken en te besit en aan effektiewe wyses kon dink om hulle gevoelens te hanteer, is die doelstelling van groepwerksessie sewe waarskynlik bereik.

Groepwerksessie agt het 'n tekenaktiwiteit op 'n "koekboks" behels. Tydens dié groepwerksessie het deelnemer drie weer as vrywilliger die "warm stoel" betree. Deelnemer drie het moontlik deur middel van die tekenaktiwiteit geleentheid gekry om haar gevoelens te projekteer, te erken en te besit. Sy het oënskynlik in kontak met, sowel twee onvoltooidhede as 'n polariteit ten opsigte van haar gewese huweliksmaat, gekom en het deur middel van defleksie kontak met haarself en die omgewing probeer vermy. Deurdat die res van die deelnemers na aanleiding van deelnemer drie se werk waarskynlik in die "warm stoel" in staat was om hulle geprojekteerde gevoelens te identifiseer, dit te erken en te besit, is die doelstelling van groepwerksessie agt moontlik bereik.

Deelnemers is tydens groepwerksessie nege in staat gestel om uiting aan hulle aggressie te gee en hulleself te vertroetel. Deelnemer vyf was bereid om ten aanskoue van die ander deelnemers die monster in haar lewe in die leë stoel te plaas en 'n dialoog met hom te voer. Dit blyk of sy defleksie as kontakgrensversteuring tydens die groepwerksessie benut het. Onvoltooidhede wat deelnemer vyf ten opsigte van haar gewese huweliksmaat en sy vrou ervaar het, het waarskynlik op haar figuurgrond verskyn. Deelnemer een het na aanleiding van deelnemer vyf se werk bewus geword van 'n onvoltooidheid wat sy nog ten opsigte van haar gewese huweliksmaat ervaar het. Sy het tydens groepwerksessie nege geleentheid gekry om dialoë deur middel van die leëstoeltegniek te voer, terwyl die ander deelnemers as toeskouers opgetree het. Dit wil voorkom asof deelnemers een en vier introjeksie as kontakgrensversteurings tydens groepwerksessie nege benut het. Die groep is oënskynlik deur middel van 'n selfdefiniëring en 'n vertroetelingsaktiwiteit in kontak met polariteite wat hulle ten opsigte van hulleself ervaar het, gebring. Al die deelnemers was moontlik tydens groepwerksessie nege in staat om met hulle aggressie in kontak te kom, hulle gevoelens te projekteer, dit te erken en in besit te neem en met nuwe hanteringswyses ten opsigte van hulle gevoelens te eksperimenteer. Sodoende blyk dit of die doelstelling ten opsigte van groepwerksessie nege bereik is.

Die laaste gestaltgroepwerksessie is benut om deelnemers geleentheid te bied om die groepwerksessies wat hulle bygewoon het te assessee en deur middel van 'n afsluitingsaktiwiteit geleentheid te kry om nog 'n gestalt in hulle lewens te voltooi. Dit blyk of slegs deelnemer vier tydens groepwerksessie tien kontakgrensversteurings, naamlik defleksie en introjeksie, benut het. Deelnemer vier het moontlik ook tydens die laaste groepwerksessie met 'n polariteit in sy lewe in kontak gekom. Groepwerksessie tien se doelstellings is oënskynlik bereik.

Met die holistiese beginsel in ag geneem blyk dit of twee soorte prosesse tydens die tien gestaltgroepwerksessies gemanifesteer het, naamlik die oorkoepelende gestaltgroepproses aan die een kant en die proses van elke groeplid aan die ander kant. Deelnemers se prosesse het vanweë hulle individuele verskille en lewenservaring (uniekheid) van mekaar verskil. Dit het meegebring dat hulle nie noodwendig tydens die gestaltgroepwerksessies op dieselfde tydstip vanuit dieselfde lae van neurose gefunksioneer het nie. Dit wil voorkom asof al ses deelnemers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie deur middel van die gestaltgroepwerkprogram bevorder is en die doelstellings ten opsigte van gestaltterapie en groepwerk dus bereik is. Ook die doelstellings wat ten opsigte van sowel individue as die groep gestel is, is oënskynlik bereik. Die groep is oënskynlik deur middel van die gestaltgroepwerkprogram in staat gestel om deur Perls (Harman 1989:41) se vyf lae van neurose te groei.



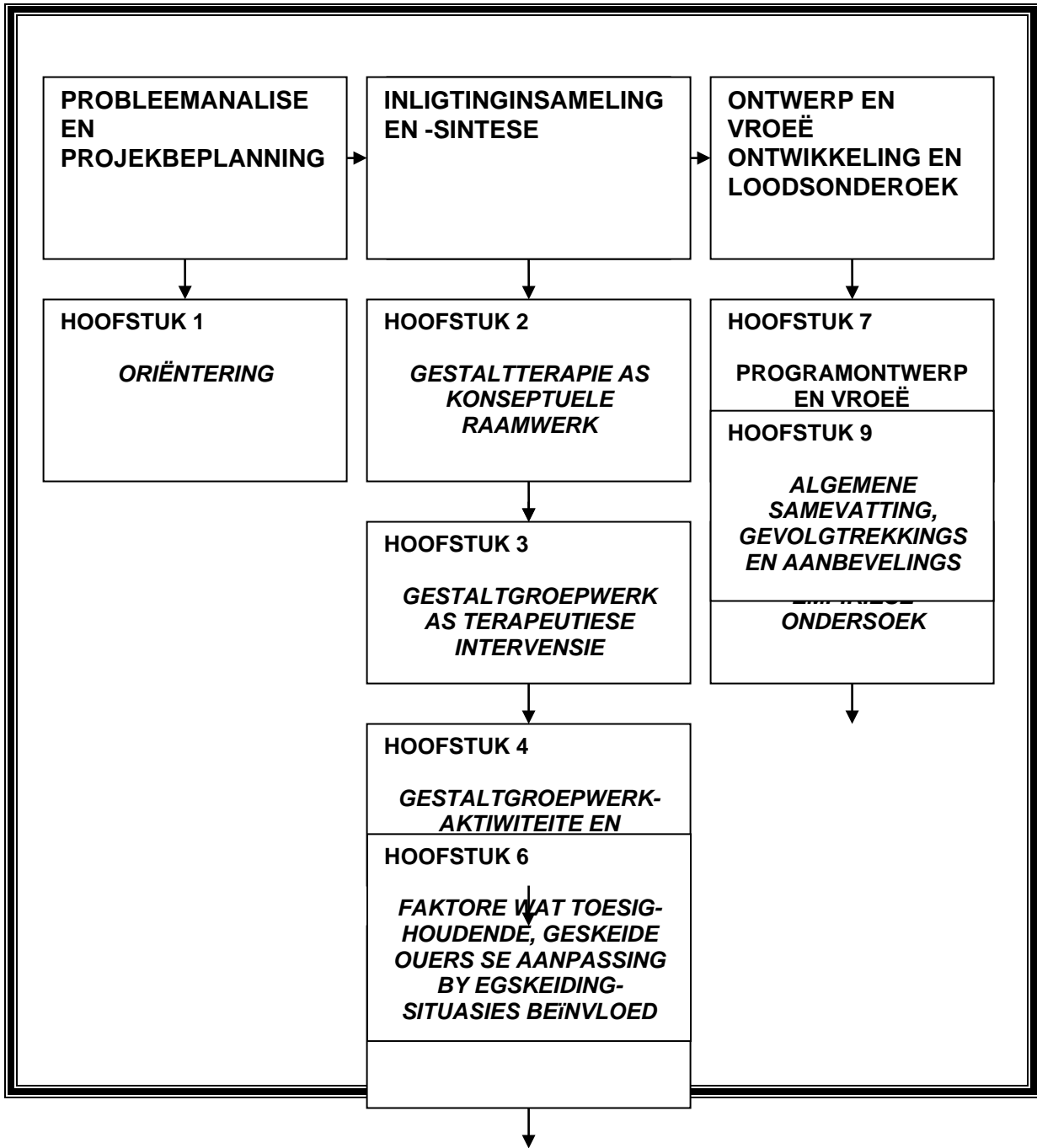
# ***HOOFSTUK NEGE***

## **ALGEMENE SAMEVATTING, GEVOLGTREKKINGS EN AANBEVELINGS**

Vir die doeleindes van hierdie studie, is aanvanklik 'n literatuurstudie gedoen waartydens die invloed van egskeiding op toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase se bewustheid, selfondersteuning en integrasie deur middel van gestaltterapie en -groepwerk as konseptuele raamwerk verken en beskryf is. Gestaltterapie is as konseptuele raamwerk vir hierdie studie geselekteer, juis vanweë die klem wat geplaas word op die eenheid van die individu in 'n terapeutiese verhouding, aangesien die fokus deurlopend val op die onskeibare eenheid van die individu se liggaam, emosionele en geestelike aspekte, taal denke en gedrag (vgl. 1.4.1). In hoofstuk twee is op gestaltterapie as konseptuele raamwerk gefokus, terwyl daar in hoofstuk drie aandag geskenk is aan gestaltgroepwerk wat as terapeutiese intervensievorm vir die doeleindes van hierdie studie benut is. Gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke is in hoofstuk vier beskryf, terwyl egskeiding in hoofstuk vyf en faktore wat toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by egskeidingsituasies kan beïnvloed in hoofstuk ses aandag geniet het.

Ter aanvulling van die literatuurstudie is 'n empiriese ondersoek onderneem. Vir die doeleindes van die empiriese ondersoek is 'n kwalitatiewe ondersoek onderneem, deur ses deelnemers vir tien (twee uur elk) gestaltgroepwerksessies oor 'n tydperk van tien weke by 'n gestaltgroepwerkprogram te betrek. Deelnemers se belewenisse en reaksie tydens programimplementering is by wyse van regstreekse, stelselmatige en deelnemende waarneming bekom en aan die hand van gevallestudies beskryf (vgl. hoofstukke sewe en agt). Gevolgtrekkings en aanbevelings na aanleiding van sowel die literatuur- as empiriese ondersoeke, word vervolgens in hiërdie hoofstuk aangebied. Sodoende word uitvoering gegee aan die laaste aksie van die fase van vroeë ontwikkeling en die loodsondersoek van intervensienavorsing, naamlik die toepassing van ontwerp kriteria op die voorlopige intervensiekonsep (vgl. 1.6.4.4). Ter samevatting word 'n skematiese voorstelling van hierdie studie se hoofstukindeling gebied wat aan die hand van Rothman en Thomas (1998:385) se intervensienavorsingsontwerp (eerste vier fases) gedoen is.

**FIGUUR 11: SKEMATIESE VOORSTELLING VAN DIE HOOFDTREKKE VAN DIE STUDIE AAN DIE HAND VAN ROTHMAN EN THOMAS (1994:85) SE INTERVENSIENAVORSINGSONTWERP**



## **9.1 NAVORSINGSPROBLEEM, -VRAE EN DOEL VAN DIE STUDIE**

Hierdie studie is gerig deur die navorsingsprobleem wat in 1.3 aangedui word, naamlik die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie. Vanuit die navorsingsprobleem vloei die volgende navorsingsvrae voort:

- Watter begrippe, teoretiese uitgangspunte, beginsels en doelstellings kan vanuit gestaltterapie benut word vir die ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie?
- Watter modelle bestaan reeds met betrekking tot gestaltgroepwerk waaruit potensiële bruikbare elemente vir die intervensieprogram geïdentifiseer kan word?
- Wat behels gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm?
- Watter gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke kan vanuit 'n gestaltteoretiese raamwerk benut word in 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie?
- Watter bestaande teoretiese modelle rakende die egskeidingsproses kan bestudeer en omskryf word, ten einde 'n breër begrip van die egskeidingsproses te bekom?
- Wat behels 'n gestaltanalise van faktore wat toesighoudende ouers in 'n vroeë volwasse fase se aanpassing by hul egskeidingsituasies kan beïnvloed?
- Op watter wyse kan gestaltterapie en -groepwerk benut word in 'n groepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers?

Die doel van die studie is in 1.5.1 aangedui as synde om deur middel van intervensienavorsing 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers te ontwerp en te ontwikkel, sodat wetenskaplik gefundeerde hulpverlening op toesighoudende, geskeide ouers afgestem kan word.

Na aanleiding van die gestelde navorsingsprobleem, -vrae en die doel van die studie, word tot die volgende gevolgtrekkings gekom.

## **9.2 GEVOLGTREKKINGS**

'n Aantal gevolgtrekkings word gemaak om vas te stel of die doel van die studie verwesenlik is.

## 9.2.1 Gestaltherapie as konseptuele raamwerk (hoofstuk twee)

Gestaltherapie bied 'n toepaslike raamwerk ten opsigte van 'n groepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase. Dit kan gemotiveer word aan die hand van gevolgtrekkings met betrekking tot teoretiese konsepte vanuit die gestaltteorie en die doelstellings van gestaltherapie en -groepwerk. (Vgl. hoofstuk twee, 3.3.1, 3.3.2 en 3.3.3.)

### 9.2.1.1 Teoretiese konsepte vanuit die gestaltteorie

- Gestaltherapie is van waarde vir die maatskaplikewerkprofessie deurdat dit die individu as 'n **holistiese eenheid** bestaande uit liggaam, emosionele en geestelike aspekte, taal, denke en gedrag (vgl. 2.3.1) beskou en erkenning aan sy interafhanklikheid van sy omgewing (vgl. 2.3.1 en 2.3.2) gee. Sodoende kan deelnemers (toesighoudende, geskeide ouers) as holistiese eenhede (vgl. 2.3.1) se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) ten opsigte van hulleself en hul omgewing, hulle selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2), asook hulle bereiking van integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3), geassesseer word.
  
- **Kontakgrensversteurings/neurose** ontstaan wanneer individue nie in staat is om 'n goeie balans tussen hulleself en hul omgewing te vorm nie. 'n Enkele traumatiese gebeurtenis, soos egskeiding, kan aanleiding gee tot die ontstaan van 'n neurose deurdat individue verdedigingspatrone ontwikkel ten einde kontak te vermy en hulleself te beskerm. Gestaltvoltooiing word belemmer wanneer deelnemers (toesighoudende, geskeide ouers) nie in staat is tot toepaslike bewustheid nie en hulle nie meer op hul werklike behoeftes kan reageer nie (vgl. 2.3.5). Sodoende word geïntegreerde funksionering van liggaam, emosionele en geestelike aspekte, taal, denke en gedrag benadeel (vgl. 1.4.1). Deur middel van kontakgrensversteurings word deelnemers se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) op die volgende wyses belemmer.
  - Deur middel van **introjeksie** (vgl. 2.3.5.1) neem individue inhoude, soos waardes, gedrag, houdings, gevoelens, norme en eise kritiekloos van betekenisvolle individue uit hulle omgewing aan, sonder enige evaluering, diskriminasie of assimilasië daarvan. Dit kan aanleiding gee tot 'n gebrek aan spontaneïteit, identiteitsprobleme, interne konflik en 'n onvermoë om selfregulerend te wees, deurdat deelnemers met introjekte dit moeilik vind om kontak te maak vanweë probleme om by hulle

- egogrense te onderskei tussen dit wat hulle is en dit wat hulle nie is nie en hulle gedrag meestal voortspruit uit wat van hulle verwag word en nie vanuit hulle eie behoeftes nie (vgl. 2.3.2, 2.3.5.1, 8.2.1.4, 8.2.3.2, 8.2.4.3, 8.2.5.3, 8.2.5.4, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.9.4, 8.2.10.2 en 8.5.2).
- By wyse van **projeksie** hou toesighoudende, geskeide ouers (deelnemers) hulle omgewing verantwoordelik vir houdings, idees, waardes, gevoelens en selfs gedrag wat in die self ontstaan, maar wat vermy of ontken word. Sodoende neem deelnemers nie verantwoordelikheid vir wat in die self ontstaan nie en word hulle bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1), selfondersteuning (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) en selfregulering (vgl. 2.3.2) in die proses ondermyn (vgl. 1.9.1, 2.3.2, 2.3.5.2, 2.5.1, 2.5.2, 3.3.1, 3.3.2, 3.8.2, 8.2.5.3, 8.2.6.5, 8.2.7.4 en 8.5.2).
  - Deur middel van **retrofleksie** kan toesighoudende, geskeide ouers hulleself daarvan weerhou om uiting aan hulle gevoelens te gee deur hulle gevoelens terug na hulle liggame te fokus en sodoende word hulle energie teruggehou. Deelnemers wat retrofleksie benut treiter hulleself, plaas druk op hulleself en straf hulleself en sodoende word 'n buigsame en dinamiese kontakgrens belemmer (vgl. 2.3.5.4, 8.2.5.3 en 8.5.2).
  - **Samevloeiing** ontstaan wanneer deelnemers geen grens tussen hulleself en hul omgewing ervaar nie en hulle met die oortuigings, houdings en gevoelens van die omgewing wat hulle omring saamsmelt, sonder om verskille tussen hulle raak te sien. Alhoewel samevloeiërs konflik vermy en veilig voel deur ineen te smelt met hulle omgewing, byvoorbeeld met hulle familie en vriende, word hulle benadeel aangesien hulle hul persoonlike ervaring ontken (vgl. 2.3.5.3, 8.2.1.3, 8.2.6.3, 8.2.6.4 en 8.5.2).
  - **Defleksie** is 'n vorm van weerstand waardeur individue kontak verbreek, onderbreek, daarvan wegdraai of die interaksie terugstuur na die intermediêre sone in 'n poging om kontak met ongewenste situasies of individue te vermy. 'n Deelnemer wat deflekter raak nie by enigiets betrokke nie en poog deur manipulasie om die eksterne wêreld te vermy. Die deflekterder sentreer nie energie op homself nie en vermy die hier en nou by wyse van projeksie, humor, oppervlakkige gesprekvoering, vermyding van oogkontak, benutting van veralgemenings, gebruik vrae eerder as stellings, praat op 'n indirekte wyse van ander, tree ontwykend op en praat oor die verlede in plaas van die hede (vgl. 2.3.5.5, 8.2.1.3, 8.2.3.3, 8.2.4.1, 8.2.5.3, 8.2.5.4, 8.2.6.5, 8.2.7.3, 8.2.8.3, 8.2.9.3, 8.2.10.2 en 8.5.2.)

Hier kan dus na aanleiding van die literatuur en empiriese ondersoek tot die gevolgtrekking gekom word dat deelnemers (toesighoudende, geskeide ouers) hulleself probeer beskerm deur kontakgrensversteurings te benut om kontak met hulleself en die omgewing te vermy. Die benutting van kontakgrensversteurings kan deelnemers egter daarvan weerhou om as bewuste, selfondersteunende, selfregulerende en geïntegreerde eenhede te funksioneer.

- **Homeostase** behels 'n aanhoudende proses van selfregulering/behoeftebevrediging. Ten einde selfregulerend te wees, behoort deelnemers in staat te wees om kontak met hulleself en hul omgewing te maak en hulle mees dominante behoefte te identifiseer, dit te bevredig en derhalwe 'n gestalt te voltooi. Onopgeloste situasies vanuit groeplede (deelnemers) se verlede kan onvoltooidhede word wat hulle funksionering in die hier en nou kan benadeel, deurdat dit inmeng met hulle gedrag, persepsies en denke, hulle van energie beroof en hul weerhou om selfregulerend te funksioneer en nuwe gestalte te voltooi (vgl. 2.3.2, 2.3.3, 8.2.1.4, 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.4.3, 8.2.4.5, 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.6.5, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.9.5, 8.2.10.2, 8.2.10.3 en 8.5.1). 'n Gevolgtrekking word gemaak dat groeplede oënskynlik deur middel van die gestaltgroepwerkprogram in staat gestel word om met hulle onvoltooidhede wat op hul figuurgrond verskyn in kontak te kom en dit te voltooi.
- **Polarisering** vind plaas wanneer individue oorheersend met een kant van 'n stel teenoorgestelde eienskappe identifiseer. Binne gestaltterapie word waarde aan beide kante van polariteit geheg. Deur te fokus op polariteit word toestemming aan groeplede verleen om teenoorgestelde gevoelens te ervaar (veral wat ten opsigte van 'n individu, byvoorbeeld gewese huweliksmaats, ervaar word) en sodoende word verdere fragmentering en die benutting van kontakversteurings teengewerk (vgl. 2.3.6, 8.2.1.4, 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.4.3, 8.2.4.5, 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.6.5, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.3, 8.2.9.5, 8.2.10.2, 8.2.10.3 en 8.5.3). Dit blyk dus of die gestaltgroepwerkprogram effektief benut kan word om groeplede met die polariteit in hulle lewens in kontak te bring, ten einde dit te integreer en as geïntegreerde eenhede te funksioneer.

### **9.2.1.2 Doelstellings van gestaltterapie en -groepwerk**

Drie sentrale doelstellings word binne gestaltterapie en -groepwerk onderskei, naamlik die verhoging van bewustheid, selfondersteuning en die fasilitering van persoonlike integrasie

(vgl. 2.5). Deur groeplede se **bewustheid** (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) te bevorder word hulle in staat gestel om in kontak te kom met hul eie gevoelens en denke, om hulleself te ken en te aanvaar, om keuses te maak en verantwoordelikheid vir hul keuses en gedrag te aanvaar (vgl. 8.3 en 8.4). Deur middel van die doelstelling van **selfondersteuning** (vgl. 1.9.10, 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) word daarna gestreef om deelnemers in staat te stel om hulleself te ken, te aanvaar, verantwoordelikheid vir hulleself te neem, hul behoeftes te bevredig, bewus te wees van hulleself in die hier en nou en om hul onvoltooide gestalte (vgl. 2.3.2) te voltooi (vgl. 8.3 en 8.4). By wyse van **integrasie** (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) as doelstelling word deelnemers in staat gestel om hulle projeksies en vervreemde dele van hulleself in besit te neem, onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) wat op hul figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn te voltooi, verantwoordelikheid vir hul eie gevoelens, gedagtes, woorde en dade te neem en as holistiese eenhede (vgl. 2.3.1) ten opsigte van hul fisiese en sosiale omgewing te funksioneer (vgl. 8.2.10.3, 8.3 en 8.4).

### **9.2.2 Gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm (hoofstuk drie)**

- Gestaltgroepwerk as intervensievorm hou oënskynlik verskeie voordele vir toesighoudende, geskeide ouers (groeplede) in, deurdat hul daardeur in staat gestel word om hulle huidige gedrag in die hier en nou te ervaar, hulle onderdrukte gevoelens uit te druk, met nuwe gedrag te eksperimenteer, met medegroeplede se ervarings te identifiseer en met hulle eie gevoelens in kontak te kom en moontlik “*silent self-therapy*” te ervaar. Deur middel van gestaltgroepwerk kan groeplede se kontak en sosiale vaardighede verbeter word (vgl. 3.1, 8.2.1, 8.2.2, 8.2.3, 8.2.4, 8.2.5, 8.2.6, 8.2.7, 8.2.8, 8.2.9 en 8.2.10).
- Ten einde ‘n konseptualisering van gestaltgroepwerk met die oog op maatskaplikewerkhulpverlening aan toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse jare te bekom, is bestaande modelle (vgl. 3.2) verken om potensieel bruikbare elemente te identifiseer vir die ontwerp en ontwikkeling van ‘n gestaltgroepwerkprogram. Drie gestaltgroepwerkmodelle, naamlik die tradisionele een-tot-een-model (vgl. 3.2.1), die interaksie-groepprosesmodel (vgl. 3.2.2) en die tweeledige model (vgl. 3.2.3) is vir dié doeleindes tydens die literatuurstudie verken.
  - Die tradisionele een-tot-een-model behels individuele terapie binne groepverband, waar die fokus op die interaksie tussen die gestaltgroepleier en die groeplid in die “*warm stoel*” (een-tot-een-werk) val. Deurdat die groepleier by dié model die kanaal is

- waardeur alle interaksie gereguleer word, word groepdinamika en groepkohesie waarskynlik ingeboet wat groeplede daarvan kan weerhou om mekaar te vertrou en derhalwe in 'n veilige, geborge groeppatmosfeer by wyse van selfonthulling en emosionele uitdrukking in kontak met hulleself en hul omgewing te kom (vgl. 3.2.1).
- Anders as by die tradisionele een-tot-een-model plaas die interaksie-groepprosesmodel besondere klem op die interaksie (kontak) tussen groeplede en die groepproses. Die interaksie-groepprosesmodel behels ook een-tot-een-werk, maar in teenstelling met die tradisionele een-tot-een-model word spontane en ongestruktureerde deelname tydens dié individuele werk van medegroeplede aangemoedig. Deur middel van ongestruktureerde deelname kan die groeplid wat by een-tot-een-werk betrokke is, waarskynlik nie oor genoegsame selfondersteuning beskik om medegroeplede se konfrontasies te hanteer nie en sodoende kan sy/haar kontak met hom/haarself en die omgewing ingeperk word (vgl. 3.2.2).

'n Gevolgtrekking word gemaak dat spontane en ongestruktureerde deelname van medegroeplede tydens een-tot-een-werk tot verhoogde interaksie en bewustheid kan aanleiding gee, maar aan die ander kant kan dit waardevolle terapeutiese een-tot-een-werk saboteur. Die tweeledige model wat 'n kombinasie van die tradisionele een-tot-een-model en die interaksie-groepprosesmodel behels, is vir die doeleindes van hierdie navorsing geselekteer, deurdat die fokus op beide een-tot-een-werk (soortgelyk aan die tradisionele een-tot-een-model se werkswyse) en groepinteraksie val. Hier kan tot 'n gevolgtrekking gekom word dat die tweeledige model oënskynlik 'n waardevolle bydrae ten opsigte van die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram lewer, deurdat dit voorsiening maak vir sowel die verkenning van die proses van elke groeplid (vgl. 3.8) as vir die groepproses (vgl. 3.6.1 en 3.7).

- Buiten die drie oorhoofse doelstellings van gestaltterapie en -groepwerk (vgl. 2.5, 3.3.1, 3.3.2 en 3.3.3) word toesighoudende, geskeide ouers (as groeplede) ook blootgestel aan doelstellings wat hul individueel en op groeplid behoort te bereik .
  - Toesighoudende, geskeide ouers (groeplede) moet individueel die doelstellings bereik wat ten opsigte van elke groeplid gestel word. Deur middel van gestaltgroepwerk behoort elke groeplid se bewustheid in die hier en nou (vgl. 1.4.2) ten opsigte van sy/haar sintuie, gevoelens, denke en optrede en sy/haar selfondersteuning (vgl. 3.8) in terme van selfdefiniëring en die neem van verantwoordelikheid bevorder te word. 'n



- Toesighoudende, geskeide ouer blyk as groeplid ook in staat te wees om kontak met hom/haarself en die omgewing te maak (vgl. 2.3.5), interne polariteite (vgl. 2.3.6) te integreer, van insig tot aksie oor te gaan en by kreatiewe eksperimente betrokke te raak (vgl. 3.3.4, 8.3 en 8.5.4).
- Op groepvlak behoort groeplede in staat te wees om gestelde doelstellings te bereik. Hulle moet in staat wees om duidelik en direk te vra wat hulle wil hê of benodig, te midde van verskille met mekaar om te gaan, energie en ondersteuning aan mekaar te voorsien, mekaar uit te daag om die grense van bekendheid en veiligheid oor te steek en aan eksperimente deel te neem. Deelnemers behoort as groeplede 'n groepeenheid (gebaseer op wedersydse respek, vertrouwe en ondersteuning) daar te stel en aan mekaar terugvoer te gee, sonder om interpretasie daaraan te koppel (vgl. 3.3.5 en 8.4).

Groeplede behoort dus sowel die drie oorhoofse doelstellings van gestaltterapie en -groepwerk (bewustheid, selfondersteuning en integrasie) as die doelstellings wat individueel en op groepvlak gestel word, te bereik ten einde in staat te wees om as bewuste, selfondersteunende en geïntegreerde eenhede vanuit die eksplisiewe laag te funksioneer.

- Die gestaltgroepleier het verskeie rolle en funksies om toesighoudende, geskeide ouers (groeplede) deur die lae van neurose en die bereiking van die gestelde doelstellings te lei. 'n Veilige groeppatmosfeer en struktuur behoort deur die gestaltgroepleier daargestel te word en groeplede behoort deur middel van geselekteerde tegnieke en eksperimente (vgl. 4.1-4.13) gelei te word om die hier en nou (vgl. 1.4.2) te ervaar en in kontak met hulleself te kom. Die gestaltgroepleier wat deurentyd groeplede en die groepsproses monitor kan oënskynlik deur middel van konfrontasie en frustrasie (vgl. 3.4 en 8.2.7.4) groeplede deur die impasse lei, ten einde hulle in staat te stel om van omgewingsteun na selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) oor te gaan. Deelnemers behoort te alle tye as groeplede gerespekteer te word, menende dat hulle toegelaat behoort te word om weerstand te bied (vgl. 3.6.1.3 en 8.2.5.3) en uit eie wil keuses ten opsigte van deelname aan groeppraktiwiteite (vgl. 3.4, 3.5, 8.2.1, 8.2.2, 8.2.3, 8.2.4, 8.2.5, 8.2.6, 8.2.7, 8.2.8, 8.2.9 en 8.2.10) te maak. 'n Gevolgtrekking word gemaak dat die gestaltgroepleier 'n kardinale rol in die implementering van die gestaltgroepwerkprogram speel, ten einde groeplede na bewustheid, selfondersteuning en integrasie te lei. Die gestaltgroepleier blyk oor selfkennis, deeglike teoretiese kennis en praktiese ervaring ten opsigte van

gestaltterapie en -groepwerk te beskik ten einde die gestaltgroepwerkprogram effektief te benut.

- Vir die doeleindes van hierdie studie is die gestaltgroepproses, soos deur Zinker (1980) en Kepner (1980) beskryf, by Harman (1989) se groepproses wat groei deur vyf lae van neurose behels, geïntegreer en as konseptuele raamwerk benut (vgl. 3.7). Twee prosesse vind oënskynlik gelyktydig plaas, naamlik die groepproses (vgl. 3.6) en die proses van elke groeplid (vgl. 3.8) wat beide gepaard gaan met die beweging/groei deur die vyf lae van neurose (vgl. 3.6.1). Vanweë individuele verskille en lewenservaring verskil groeplede se prosesse van mekaar wat meebring dat die groep en groeplede nie noodwendig op dieselfde tydstip vanuit dieselfde laag van neurose (die vals laag, die fobiese laag, die impasselaag, die implosiewe laag en die eksplosiewe laag) funksioneer nie (vgl. 8.3 en 8.4).
- In die **vals laag** blyk dit of onopgeloste konflikte (onvoltooidhede) voorkom en ware kontak ontbreek, deurdat oppervlakkige kommunikasie en verwagte en voorspelbare gedrag seëvier (vgl. 3.6.1.1, 8.2.1.6 en 8.2.2). Toesighoudende, geskeide ouers (groeplede) neem in die **fobiese laag** rolle aan en gee voor wie hul nie werklik is nie, in 'n poging om deur ander aanvaar te word (vgl. 3.6.1.2, 8.2.3.1, 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.4.1, 8.2.4.3, 8.2.5.4 en 8.2.6.4). Namate groeplede bewus word van hulle rolle, word hulle ook bewus van hulle vrese wat dié rolle in stand hou. Onder die fobiese laag is die **impasselaag**, waartydens groeplede hul rolle en speletjies van die vorige twee lae opgee, deurdat dit nie langer vir hul funksioneel is nie (vgl. 3.6.1.3, 8.2.6.1, 8.2.1.6, 8.2.2, 8.2.3.5, 8.2.4.2, 8.2.4.3, 8.2.5.3, 8.2.5.4, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.7.3, 8.2.7.4 en 8.2.8.4). Wanneer groeplede deur middel van projektiewe tegnieke (vgl. 4.10-4.11) gelei word om met hulle gevoelens in kontak te kom, kom weerstand oënskynlik voor, deurdat hulle hul in die impasselaag (vgl. 3.6.1.3) bevind en weerstand openbaar ten einde kontak met onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) te vermy en hulleself teen verdere emosionele pyn te beskerm. 'n Gebrek aan energie word in die impasselaag ervaar. Sodra die groep deur die impasse beweeg het, bereik dit die **implosiewe laag** waar groeplede bewus word van hoe hulle hulself inperk. Hulle is bereid om met nuwe gedrag in die implosiewe laag te eksperimenteer. Alhoewel energie in die implosiewe laag ervaar word, word dit teruggehou vanweë groeplede se intense bewustheid van die interaksie tussen die polariteite in hul lewens (vgl. 8.2.7.1,

8.2.7.4, 8.2.8.1, 8.2.8.4, 8.2.9.1 en 8.2.9.4). Tydens die bereiking van die **eksplosiewe laag**, laat groeplede die voorgeerolle van die vals laag vaar en energie word vrygestel wat vroeër deur hulle benut is om voor te gee wie hul nie werklik is nie (vgl. 3.6.1.5, 8.2.8.3, 8.2.9.3, 8.2.9.4, 8.2.10.2 en 8.2.10.3). Groeplede bereik oënskynlik in die eksplosiewe laag bewustheid (vgl.1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en funksioneer selfregulerend (vgl. 2.3.2) en selfonderhoudend (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2), strewe na die vorming van goeie gestalte (vgl. 2.3.2) en is as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) toepaslik in kontak met hulleself en die omgewing (vgl. 2.3.5). In die eksplosiewe laag word deelnemers dus hul ware self, gestroop van die onegte, aangeleerde wyses van in-die-wêreld-wees. 'n Gevolgtrekking word gemaak dat die vyf lae van neurose as 'n maatstaaf benut kan word om groeplede se bewustheid, selfondersteuning en integrasie as gestaltherapeutiese doelstellings deurlopend tydens die gestaltgroepwerkprogram te assesser.

- Terwyl deelnemers sowel in groepverband as individueel deur die vyf lae van neurose beweeg, is hulle terselfdertyd ook by hul eie terapeutiese prosesse betrokke wat sensoriese kontakmaking, die versterking van die sin vir die self, emosionele uitdrukking, asook selfonderhouding en selfvertroeteling behels (vgl. 3.8 en 8.3.)
  - Deelnemers maak deur middel van onderskeie kontakmodaliteite naamlik sig, gehoor, tas, smaak, reuk, spraak, liggaamsbeweging en asemhaling kontak met hulleself en met die omgewing. Vanweë traumatiese gebeure rondom hulle egskeiding kan deelnemers hulle gevoelens onderdruk wat oneffektiewe kontakmaking deur middel van hulle kontakmodaliteite kan meebring (vgl. 3.8.1, 8.2.2, 8.3.1.1, 8.3.2.1, 8.3.3.1, 8.3.4.1, 8.3.5.1 en 8.3.6.1).
  - Selfondersteuning word bevorder wanneer deelnemers geleentheid kry om hulleself te definieer deur uitdrukking te gee aan hulle wense, voor- en afkeure, behoeftes en menings, deur bemeestering en deur verantwoordelikheid vir hul eie lewens te aanvaar en keuses te maak (vgl. 3.8.2, 8.3.1.2, 8.3.2.2, 8.3.3.2, 8.3.4.2, 8.3.5.2 en 8.3.6.2).
  - Ten einde tot emosionele uitdrukking oor te gaan, behoort groeplede in staat gestel te word om met hulle aggressiewe energie in kontak te kom, dit te ontgin, verskillende gevoelens te identifiseer, dit te erken en in hulle liggame te kan ervaar. Wanneer deelnemers hul geprojekteerde gevoelens identifiseer en moontlike “ek”-stellings

daaromtrek maak, neem hulle oënskynlik hulle gevoelens in besit en word integrasie bewerkstellig (vgl. 3.8.3, 8.3.1.3, 8.3.2.3, 8.3.3.3, 8.3.4.3, 8.3.5.3 en 8.3.6.3).

- Deur selfvertroetelende werk word groeplede in die terapeutiese proses in staat gestel om die dele van hulleself wat hulle haat te aanvaar en hulleself te vertroetel (vgl. 3.8.4, 8.3.1.4, 8.3.2.4, 8.3.3.4, 8.3.4.4, 8.3.5.4 en 8.3.6.4).

Hier kan 'n gevolgtrekking gemaak word dat deelnemers buiten die groepproses, individueel ook by twee prosesse betrokke is. Die een proses behels die beweging deur die lae van neurose wat waarskynlik as maatstaaf kan dien om groeplede se individuele groei in terme van bewustheid, selfondersteuning en integrasie te monitor. Die ander individuele proses behels 'n terapeutiese proses (sensoriese kontakmaking, die versterking van die sin vir die self, emosionele uitdrukking asook selfonderhouding en selfvertroeteling) wat oënskynlik daartoe bydra dat groeplede deur die lae van neurose beweeg en derhalwe groei ervaar. Hierdie terapeutiese proses blyk rigting aan gestaltgroepwerk te gee, deurdat terapeutiese doelstellings aan die hand daarvan geformuleer word ten einde groeplede na bewustheid, selfondersteuning en integrasie te lei.

- Na aanleiding van die literatuurstudie kan 'n tipiese gestaltgroep uit tot tien individue bestaan en kan 'n gestaltgroepwerksessie van 60 minute tot 180 minute wissel, met 'n gemiddelde van 120 minute. Die aantal sessies wat benodig word kan wissel na gelang van die groepleier se voorkeur, die groeplede se behoeftes en die beskikbaarheid van die nodige fondse. Maksimum betrokkenheid word meestal verkry wanneer groeplede beide geslagte verteenwoordig. Ten einde groeplede in staat te stel om by gestaltgroepwerk te baat, moet hulle gemotiveerd wees en bereid wees om te "*werk*", eerlik te wees en hulle behoeftes uit te spreek (vgl. 3.9). Vir die doeleindes van hierdie studie is vier vroulike en twee manlike toesighoudende, geskeide ouers tussen 20 en 40 jaar (vroeë volwasse fase) by tien gestaltgroepwerksessies (120 minute elk) betrek. Deurdat die groep uit ses groeplede bestaan het, kon genoegsame tyd per gestaltgroepwerksessie spandeer word aan sowel groepaktiwiteite as een-tot-een-werk deur 'n vrywillige groeplid. Dit blyk egter of die tydbestek van 120 minute per groepwerksessie grotendeels voorsiening maak vir een vrywillige groeplid se een-tot-een-werk (vgl. 8.2.5, 8.2.6, 8.2.7, 8.2.8 en 8.2.9). 'n Langer tydsduur kan waarskynlik voorsiening maak vir meer individuele werk, maar kan moontlik te uitputtend vir die groeplede wees, wat weer effektiewe kontakmaking kan benadeel. Dit wil voorkom asof die teenwoordigheid van sowel manlike as vroulike

toesighoudende, geskeide ouers (groeplede) bydra tot positiewe deelname aangesien hulle oënskynlik deur mekaar se terapeutiese insette groei ervaar (vgl. 8.2.1, 8.2.2, 8.2.3, 8.2.4, 8.2.5, 8.2.6, 8.2.7, 8.2.8, 8.2.9 en 8.2.10). 'n Gevolgtrekking word gemaak dat 'n gestaltgroep saamgestel behoort te word uit groeplede (beide geslagte) wat hulleself in dieselfde ontwikkelingsfase bevind en oor soortgelyke maatskaplike probleme (byvoorbeeld aanpassing by egskeidingsituasie), beskik (vgl. 8.1). Sodoende kan groepinteraksie (vgl. 3.2.2) en groepkohesie (vgl. 3.2.1) bevorder word en kan groeplede geleentheid kry om met mekaar se omstandighede te identifiseer en deur middel van medegroeplede se individuele werk in die vorm van “*silent self-therapy*” (vgl. 3.1 en 3.2.3) te baat. Moontlike misverstande, onrealistiese verwagtinge, vrese en onsekerhede met betrekking tot hulpverlening wat reeds voor die aanvang van gestaltgroepwerk uit die weg geruim word, blyk gemotiveerde en vrywillige deelname aan te moedig. Vooraf ingeligte groeplede sal byvoorbeeld weet dat hulle verantwoordelikheid vir hulle eie lewens behoort te aanvaar en dat gestaltgroepwerk derhalwe nie advies deur die groepleier impliseer nie. Hier kan dus tot die gevolgtrekking gekom word dat deelnemers voor aanvang van die gestaltgroepwerkprogram by individuele oriënteringsessies betrek behoort te word, ten einde hulle te oriënteer ten opsigte van die prosedure en werksywes wat tydens gestaltgroepwerk gevolg word. (Vgl. 3.9.1, 7.2.1.1 en Bylae 3: Inligtingstuk aan potensiële deelnemers.)

- Groepleiers kan toesighoudende, geskeide ouers (groeplede) voorsien van effektiewe wyses om hulle denke en hul gevoelens te verenig en hulle bewustheid te bevorder. Groepinteraksie (vgl. 3.2.2) en groepkohesie (vgl. 3.2.1) blyk bevorder te word wanneer die gestaltgroepleier en toesighoudende, geskeide ouers (groeplede) geleentheid kry om wedersydse verwagtinge (vgl. 7.3.1.3, 8.2.1.3, 8.2.10.3 en Bylae 4.1: Skriftelike ooreenkoms aangaande wedersydse verwagtinge) te stel. Sodoende word onduidelikhede en onsekerhede waarmee groeplede kan worstel, aangespreek (vgl. 3.9.2).

### **9.2.3 Gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke (hoofstuk vier)**

Dit wil voorkom of die benutting van die geselekteerde gestaltherapeutiese aktiwiteite en tegnieke (4.1-4.13) die proses van sowel elke groeplid (toesighoudende, geskeide ouer) as die groep bevorder en bydra tot die beweging deur die lae van neurose (vgl. 3.6.1), ten einde

bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bevorder en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bewerkstellig (vgl. 8.5.4).

- Die **rondte-tegniek** (vgl. 4.1) kan deurlopend tydens die gestaltgroepwerkprogram (vgl. 8.2.3.1, 8.2.3.5, 8.2.4.1, 8.2.5.1, 8.2.5.4, 8.2.5.5, 8.2.6.1, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.7.1, 8.2.7.4, 8.2.8.1, 8.2.8.4, 8.2.9.1, 8.2.9.4, 8.2.10.1 en 8.2.10.2) benut word, deurdat dit oënskynlik groeplede geleentheid bied om hulle gewaarwordinge ten opsigte van hulle gevoelens/-menings in die hier en nou in die groep te deel en dit sodoende bydra tot die bevordering van groepinteraksie (vgl. 3.2.2) en groepkohesie (vgl. 3.2.1). Die rondte-tegniek blyk dus effektief benut te word om deelnemers se bewustheid te bevorder, interaksie in die groep te bewerkstellig en groepkohesie te verhoog.
- Deur middel van **taalgebruik (semantiese opklaring)** word groeplede in staat gestel om kontak met hulleself te maak, verantwoordelikheid vir hulle gevoelens te neem en keuses ten opsigte van besluite te maak (vgl. 4.2, 8.2.4.3, 8.2.5.4, 8.2.6.3, 8.2.6.5, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.3, 8.2.10.2 en 8.5.4.4).
- Die **“behou die gevoel”-tegniek** kan benut word om deelnemers se bewustheid te bevorder en blyk veral by die bereiking van die impassepunt van toepassing te wees (vgl. 1.9.1, 2.5.1, 3.3.1, 3.6.1.3, 8.2.5.3 en 8.5.4.5).
- Dit blyk of deelnemers deur middel van **dialoë** in staat gestel word om tydens emosionele uitdrukking van die terapeutiese proses met onderdrukte gevoelens in kontak te kom en dit in besit te neem. Hulle bewustheid en integrasie word oënskynlik in die proses bevorder. (Vgl. 4.4, 1.9.6, 2.5.2, 2.5.3, 3.3.2, 3.3.3, 8.2.6.3, 8.2.7.3, 8.2.8.3, 8.2.9.4 en 8.5.4.7.)
- **Fantasie** kan toepaslik in ‘n gestaltgroep benut word, ten einde kontak te fasiliteer (vgl. 4.5). Deur middel van fantasieë kan deelnemers in groepverband geleentheid kry om ervarings te herroep en met elemente van hul fantasieë te identifiseer. Vir die doeleindes van hierdie navorsing is die roosboomfantasie en fantasie van ‘n veilige plek geselekteer ten einde die betrokke toesighoudende, geskeide ouers in staat te stel om op ‘n niebedreigende wyse bewus te word van hulle gevoelens en dit te projekteer.
  - Die **roosboomfantasie** blyk toepaslik tydens emosionele uitdrukking van die terapeutiese proses (vgl. 3.8.3) benut te word, aangesien deelnemers daardeur in staat gestel word om hulle gevoelens te projekteer, daarvan bewus te word en dit in

- besit te neem (vgl. 3.8.3, 4.5.1, 8.2.5.3, 8.2.5.4 en 8.5.4.8). Deudat groeplede by wyse van die roosboomfantasie geleentheid kry om hulleself te definieer, kan dié tegniek waarskynlik ook sinvol tydens die versterking van die sin vir die self (vgl. 3.8.2) as deel van die terapeutiese proses benut word.
- Die ***fantasie van 'n veilige plek*** (vgl. 4.5.2) blyk effektief benut te word om deelnemers se sensoriese kontak te bevorder en hulle tot selfvertroeteling te lei (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Dié tegniek kan derhalwe benut word om groeplede se terapeutiese proses (sowel sensoriese kontakmaking, vgl. 3.8.1 as selfonderhouding en selfvertroeteling, vgl. 3.8.4) te bevorder.
- Deur die benutting van die **pendeltegniek** (vgl. 4.6) word groeplede oënskynlik in staat gestel om tussen hulle sensoriese kontakmodaliteite en hulle gefantaseerde veilige plek te pendel, ten einde met verhoogde bewustheid integrasie te bereik en hulleself te onderhou en te vertroetel (vgl. 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5).
- Werk in die **“warm stoel”** (vgl. 4.7) blyk geskik te wees vir die toepassing van een-tot-een-werk (vgl. 3.2.2) tydens gestaltgroepwerk. Deur middel van dié tegniek word deelnemers in staat gestel om op 'n vrywillige basis in die groep individuele werk saam met die gestaltgroepleier te doen (vgl. 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.7.3, 8.2.8.3 en 8.2.9.3). Werk in die **“warm stoel”** kan dus tydens emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) van die terapeutiese proses benut word, ten einde groeplede se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bevorder en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te bewerkstellig.
- ***Tegnieke vir sensoriese en liggaamlike kontakmaking***
- Deur middel van die kontakmodaliteite naamlik, sig, tas, smaak, reuk en gehoor, ervaar individue hulleself en maak hulle met die wêreld om hulle kontak. Deelnemers se kontak met hulleself en hul omgewing blyk toepaslik deur middel van verskeie stimuleringsaktiwiteite (vgl. 2.2.2) bevorder te word. Deur die fantasie van 'n veilige plek (vgl. 4.5.2, 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5) en ontspanningsoefeninge (vgl. 4.8, 8.2.5.2, 8.2.6.2, 8.2.7.2, 8.2.8.2 en 8.2.10.2) word groeplede se kontakmaking by wyse van hulle asemhaling en liggaamsbeweging oënskynlik bevorder.

- Dit blyk of deelnemers se bewustheid ten opsigte van belangrike stellings oënskynlik deur middel van die vergrotings-/oordrywingstegniek bevorder word (vgl. 4.8.1, 8.2.5.4, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.3, 8.2.9.3 en 8.2.9.4).
- Deur middel van die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie word deelnemers waarskynlik in staat gestel om hulle gevoelens en nieverbale kommunikasie te integreer (vgl. 4.8.2, 8.2.4.4, 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.7.3, 8.2.8.3, 8.2.9.3 en 8.2.9.4).

'n Gevolgtrekking word gemaak dat die tegnieke vir sensoriese en liggaamlike kontakmaking (fantasie van 'n veilige plek, ontspanningsoefeninge, die vergrotings-/oordrywingstegniek en die bewustheidstegniek ten opsigte van nieverbale kommunikasie) deurlopend tydens die getaltnoepwerkprogram benut kan word, ten einde groeplede se sensoriese kontakmaking te bevorder.

- **Musiek** blyk by uitstek 'n waardevolle hulpmiddel tydens die implementering van die gestaltnoepwerkprogram te wees, aangesien dit oënskynlik bydra tot die skep van 'n ontspanne atmosfeer tydens die toepassing van die pendelstegniek en fantasie van 'n veilige plek, die ontspanningsoefeninge en wanneer groeplede uitvoering gee aan collagewerk, kleiwerk en tekenaktiwiteite. (Vgl. 4.8, 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.2, 8.2.5.5, 8.2.6.2, 8.2.6.5, 8.2.7.2, 8.2.7.5, 8.2.8.2, 8.2.8.5 en 8.2.10.2.)
- Deur middel van projektiewe tegnieke word individue in staat gestel om die geprojekteerde dele van hulleself te identifiseer, dit te aanvaar en in besit te neem (vgl. 4.10) Die leëstoelstegniek, droomwerk, onvoltooide sinne en kunsaktiwiteite (klei, teken en collage) is as projektiewe tegnieke vir die doeleindes van hierdie navorsing benut.
  - Die **leëstoelstegniek** (vgl. 4.10.1) blyk effektief benut te word, ten einde deelnemers geleentheid te bied om hulle onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) wat op hul figuurgrond (vgl. 2.3.3) verskyn meer intens te ervaar en bewustheid en integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) ten opsigte van polariteitkonflik (hetsy intern of ekstern) te bereik (vgl. 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.3, 8.2.9.3, 8.2.9.4). Hier kan tot die gevolgtrekking gekom word dat die leëstoelstegniek tydens emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) benut kan word ten einde groeplede se bewustheid te bevorder en hul na integrasie te lei. Hulle selfondersteuning (vgl. 3.8.2) word oënskynlik ook deur die leëstoelstegniek bevorder, aangesien hul gevoelens van bemeestering en beheer na aanleiding van dié tegniek kan ervaar.



- **Drome** (vgl. 4.10.2) verteenwoordig konflikte, begeertes en kerntemas in individue se lewens. Elke element van die droom word as 'n ongeïntegreerde en onvoltooide deel van die dromer se persoonlikheid beskou. Deur middel van droomwerk word deelnemers in staat gestel om hul drome in die hier en nou (vgl. 1.4.2) te herbeleef, om verantwoordelikheid vir die verskillende droomelemente te neem, bewustheid rondom hul drome se boodskappe te bekom, ten einde integrasie van gefragmenteerde dele te bereik (vgl. 1.4.2, 2.3.4, 4.10.2, 8.2.7.3, 8.2.7.4 en 3.8.3). Droomwerk kan dus effektief tydens emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) benut word om groeplede se bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bevorder en hul tot integrasie (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te lei.
- **Onvoltooide sinne** kan as 'n projektiewe tegniek aangewend word om veral die gedagtes, gedrag, en gevoelens van angstige individue, wat teensinnig is om te verbaliseer, te verstaan en hul probleemareas te identifiseer (vgl. 4.10.3). Deelnemers blyk tydens die eerste groepwerksessie deur middel van onvoltooide sinne geleentheid te kry om met onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in hulle lewens in kontak te kom (vgl. 8.2.1.4 en bylae 4.3). Onvoltooide sinne kan oënskynlik ook tydens die laaste gestaltgroepwerksessie effektief benut word om groeplede se bewustheid te bevorder, aangesien onvoltooide sinne hulle geleentheid bied om met hulle gedagtes en gevoelens in kontak te kom en dit skriftelik weer te gee (vgl. 8.2.10.3 en Bylae 13.1: Onvoltooide sinnetoets soos benut tydens groepwerksessie tien). Dit stel deelnemers verder in staat om die gestaltgroepwerkprogram te assesser en hulle groei te monitor. Hier kan dus tot die gevolgtrekking gekom word dat onvoltooide sinne effektief tydens die eerste en laaste gestaltgroepwerksessie benut kan word om groeplede se bewustheid te bevorder, hulle in staat te stel om met onvoltooidhede in kontak te kom en hulle groei te monitor.
- Dit blyk of **klei** (vgl. 4.11.1) benut kan word om deelnemers se sensoriese kontakmaking (vgl. 3.8.1) te bevorder en hul in kontak met hul aggressiewe energie (vgl. 3.8.3 en 8.2.4.2,) te bring, ten einde dit te ontgin, selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bekom en tot emosionele uitdrukking (vgl. 3.8.3) oor te gaan. Deur middel van klei kan groeplede geleentheid kry om met die monsters (vgl. 4.12) in hulle lewens in kontak te kom, dit met klei uit te beeld, dit te aanvaar en beheer daarvoor te kry deur dit te vermorsel (vgl. 8.2.9.3 en 8.5.4.14). Klei kan dus effektief tydens sensoriese kontakmaking en emosionele uitdrukking (terapeutiese proses) benut word

- om groeplede se bewustheid en selfondersteuning te bevorder en integrasie te bewerkstellig.
- ‘n Individu kan deur sy tekening van homself en sy bestaan in die wêreld bewus word, deurdat sy tekening ‘n refleksie van sy gevoelens ten opsigte van homself en sy omgewing kan impliseer (vgl. 4.11.2). Deelnemers blyk deur middel van die twee tekenaktiwiteite (ervaring met gekleurde viltpenne, vgl. 4.11.2.1 en ervaring met vetkryt en ‘n “koekboks”, vgl. 4.11.2.2) geleentheid te kry om hulle gevoelens te projekteer (vgl. 4.10), met onvoltooidhede (vgl. 2.3.2) in kontak te kom, hul gevoelens te erken en dit in besit te neem (vgl. 3.8.3, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.8.3 en 8.2.8.4). Dié twee tekentegnieke blyk dus effektief tydens emosionele uitdrukking benut te word, ten einde groeplede se bewustheid en selfondersteuning te bevorder en hul geleentheid te gee om hul projeksies en vervreemde dele van hulleself te integreer.
  - Collage is ‘n opwindende medium wat vir sensoriese ervaring, selfdefiniëring en emosionele uitdrukking in groepverband of individueel benut kan word (vgl. 4.11.2.3). Deur die benutting van collage tydens die terapeutiese proses (versterking van die sin vir die self, vgl. 3.8.2) word elke deelnemer in staat gestel om hom/haarself aan die hand van ‘n collage in die groep te definieer (vgl. 3.8.2.1). Groeplede kry oënskynlik deur middel van collagewerk (wat vir die doeleindes van hierdie navorsing vir selfdefiniëring benut is) geleentheid om hulleself te leer ken, te definieer, te aanvaar en ‘n gevoel van bemeestering te ervaar wat die bevordering van bewustheid, selfondersteuning en integrasie tot gevolg kan hê.
- **Selfvertroetelingswerk** is ‘n noodsaaklike stap in die terapeutiese proses om individue te help om die dele van hulleself wat hul onaanvaarbaar vind te aanvaar en hulleself te vertroetel (vgl. 3.8.4 en 4.12). Die fantasie van ‘n veilige plek kan klaarblyklik effektief benut word om deelnemers deurlopend tydens die gestaltgroepwerkprogram in staat te stel om hulleself te bemagtig en te vertroetel (vgl. 4.5.2, 8.2.1.5, 8.2.3.4, 8.2.4.5, 8.2.5.5, 8.2.6.5, 8.2.7.5 en 8.2.8.5). Groeplede kan by wyse van selfdefiniëring (ten opsigte van hul sterktes en uitdagings, vgl. 3.8.2.1) geleentheid kry om met die onaanvaarbare dele van hulleself in kontak te kom en dié dele tydens ‘n vertroetelingsaktiwiteit (vgl. 8.2.9.5) te aanvaar en hulleself te vertroetel (vgl. 8.5.4.18).
- Deur middel van die **“ek neem verantwoordelikheid”-tegniek** word deelnemers se bewustheid ten opsigte van hulle gevoelens/woorde en optrede bevorder en kry hul

geleentheid om verantwoordelikheid daarvoor te aanvaar (vgl. 4.13). Sodoende word hul bewustheid en selfondersteuning bevorder. Die **“ek neem verantwoordelikheid”-tegniek** kan derhalwe deurlopend tydens die gestaltgroepwerkprogram benut word om groeplede se bewustheid, selfondersteuning en integrasie te bevorder. (Vgl. 1.9.1, 1.9.6, 2.5.1, 2.5.2, 2.5.3, 3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.8.2, 4.13, 8.2.5.4, 8.2.6.3, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.3, 8.2.10.1 en 8.5.4.6.)

Hier kan tot die gevolgtrekking gekom word dat die geselekteerde gestaltterapeutiese aktiwiteite en -tegnieke effektief tydens die gestaltgroepwerkprogram toegepas kan word, deurdat dit elke groeplid oënskynlik in staat stel om individueel deur sy/haar terapeutiese proses te beweeg en die oorkoepelende doelstellings van gestaltterapie en -groepwerk (bewustheid, selfondersteuning en integrasie) te bereik.

#### **9.2.4 Egskeiding (hoofstuk vyf)**

- Egskeiding behels 'n formele ontbinding van die huweliksverhouding deur 'n geregtelike hofbevel (vgl. 5.1). In Suid-Afrika kan 'n wettige huwelik alleenlik deur die Hooggeregshof ontbind word, of deur die afsterwe van een of beide partye. Die Wet op Egskeiding (Wet 70 van 1979) erken geestesongesondheid, voortdurende bewusteloosheid en onherstelbare verbrokkeling as die enigste drie egskeidingsgronde (vgl. 5.2). Al die toesighoudende, geskeide ouers wat as deelnemers aan hierdie navorsingstudie deelgeneem het, se huwelike is op grond van onherstelbare verbrokkeling formeel ontbind (vgl. 8.1). Ingevolge die Wet op Voogdyskap (Wet 192 van 1993), wat op 1 Maart 1994 in werking getree het, het beide die vader en die moeder gelykwaardige voogdyskap oor kinders (vgl. 5.2.2). Die hof beslis ingevolge artikel 6(3) van die Wet op Egskeiding (Wet 70 van 1979) watter ouer beheer en toesig oor die kind/ers kry. Die toesighoudende, geskeide ouer is dan verantwoordelik vir die voorsiening van huisvesting, kos, klere, mediese hulp en opvoeding van die kind/ers en het verder beheer oor die kind/ers se daaglikse handel en wandel, skoolbesoek, kleredrag, vriendekring en godsdiens (vgl. 5.2.3). Drie tipes beheer en toesig word onderskei, naamlik beheer en toesig aan een ouer (vgl. 5.2.3.1), gedeelde beheer en toesig (vgl. 5.2.3.2) en gesamentlike beheer en toesig (vgl. 5.2.3.3). Al ses ouers wat aan hierdie navorsing deelgeneem het, het as enkelouer beheer en toesig oor hulle kinders bekom, wat impliseer dat hulle primêr vir hul kind/ers se totale versorging en opvoeding verantwoordelik was (vgl. 5.2.3 en 8.1).

- Vier teoretiese egskeidingsmodelle, te wete model een: egskeiding as 'n rouproses (vgl. 5.3.1), model twee: die ses stadiums van egskeiding (vgl. 5.3.2), model drie: egskeiding as 'n psigologiese proses (vgl. 5.3.3) en model vier: egskeiding en Erikson (Guttman 1993:44) se ontwikkelingsteorie (vgl. 5.3.4), is vir die doeleindes van hierdie navorsing verken om 'n breër begrip van die egskeidingsproses te bekom. Die vier modelle is teen die agtergrond van Perls (Harman 1989:41) se vyf lae van neurose (vgl. 3.6.1), wat as konseptuele raamwerk ten opsigte van die groepproses (vgl. 3.6.1 en 3.7) en die proses van elke groeplid (vgl. 3.8) vir hierdie navorsing dien, verken (vgl. 5.3). Alhoewel model drie nie soos die ander drie modelle by die lae van neurose geïntegreer kon word nie, kon Erikson se eerste sewe ontwikkelingsstadia wel benut word om die deelnemers (toesighoudende, geskeide ouers) se vlak van funksionering te verken. Dit blyk of twee van die deelnemers soortgelyk aan Erikson se fase van identiteit teenoor identiteitsverwarring met die herdefiniëring van hulleself gekonfronteer is (vgl. 5.3, 8.2.6.3 en 8.2.6.4). Een deelnemer is oënskynlik deur middel van haar egskeidingsituasie met Erikson se fase van vertrouwe versus wantroue (vgl. 5.3.4) gekonfronteer (vgl. 5.3.4.1 en 8.2.5.3).

### **9.2.5 Faktore wat toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by egskeiding-situasies kan beïnvloed (hoofstuk ses)**

Egskeiding behels 'n spanningsvolle, traumatiese proses waartydens toesighoudende, geskeide ouers aan talle verliese, flukturende emosies, lewensveranderinge en veranderinge van sosiale en gesinstruktuur blootgestel word, wat voortspruitende aanpassing van hul verg (vgl. hoofstuk ses). As holistiese eenhede kan toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hul egskeidingsituasies deur verskeie faktore beïnvloed word, soos geslag (vgl. 6.1), persoonlike eienskappe (vgl. 6.2), die vroeë volwasse ontwikkelingsfase en -take as sulks (vgl. 6.3), die duur van die huweliksverhouding (vgl. 6.4), die huweliksmaat wat die huis verlaat en die een wat agterbly (vgl. 6.5), finansiële posisie (vgl. 6.6), verhouding met vorige huweliksmaats (vgl. 6.7), asook alkohol- en substansmisbruik (vgl. 6.8).

- Na aanleiding van die literatuurstudie blyk dat of mans dit in die algemeen moeiliker as vrouens vind om by hul egskeidingsituasies aan te pas. Tydens die empiriese studie is

egter bevind dat deelnemers van beide geslagte dit oënskynlik moeilik gevind het om by hulle egskeidingsituasies aan te pas (vgl. 6.1, 8.1 en 8.2.1.4).

- In die lig daarvan dat deelnemers se persoonlike eienskappe nie tydens hierdie studie by wyse van 'n formele meetinstrument bepaal is nie, kon die invloed daarvan op toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hul egskeidingsituasies nie verken word nie. Dit wil wel voorkom asof die betrokke toesighoudende, geskeide ouers deur middel van die gestaltgroepwerkprogram in staat gestel is om beheer oor hulle gevoelens te kry (vgl. 8.2.10.3), te waag (vgl. 8.2.5.3, 8.2.6.3, 8.2.7.3, 8.2.8.3, 8.2.9.3) en te ontspan (vgl. 8.2.5.2, 8.2.6.2, 8.2.7.2, 8.2.8.3 en 8.2.10.2), wat na aanleiding van die literatuurstudie nodig blyk te wees om makliker by egskeidingsituasies aan te pas (vgl. 6.2).
- Individue in die vroeë volwasse fase beskik oor die algemeen oor goeie gesondheid en hulle smaak-, reuk- en tassintuie is tydens die tydperk op hul doeltreffendste. Tydens die vroeë volwasse fase vind 'n afname in die effektiwiteit van die gehoorsintuig plaas (vgl. 6.3.1). In ooreenstemming met die literatuurstudie is tydens die empiriese ondersoek bevind dat vyf deelnemers (een deelnemer was afwesig) in staat was om doeltreffend met hul smaak-, reuk- en tassintuie kontak te maak, terwyl dieselfde deelnemers probleme ondervind het om ten volle met hulle gehoorsintuie kontak te maak. Twee deelnemers het met verloop van die gestaltgroepwerkprogram maagvirusse opgedoen, wat dus bevestig wat in die literatuurstudie bevind is, naamlik dat egskeiding nadelige gevolge vir geskeide individue se gesondheid kan inhou (vgl. 6.3.1 en 8.2.7.1).
- In die vroeë volwasse fase word individue ten opsigte van kognitiewe ontwikkeling voortdurend aan nuwe intellektuele uitdagings (byvoorbeeld die toetrede tot 'n beroep, die hantering van interpersoonlike verhoudings en die opvoeding van kinders) blootgestel. Sulke sake vereis versigtige nadenke, besluitneming en doeltreffende probleemoplossing. Individue behoort derhalwe oor formeel-operasionele denke en postformele denke te beskik, ten einde die take te kan uitvoer wat van hul vereis word in die vervulling van hul verskeie rolle (byvoorbeeld werknemer en ouer). Hiervoor moet hul abstrak kan dink, die gevolge van dade kan insien, selfanaliserend en objektief kan wees, probleme kan oplos, polariteite in hul lewens kan begryp en 'n geheelbeeld van sake kan vorm (vgl. 6.3.2). Vanuit die empiriese ondersoek blyk dit of al die deelnemers oor

formeel-operasionele en postformele denke beskik het, deurdat hulle in staat was om abstrak te dink, hulleself op 'n analitiese wyse kon definieer, probleme kon oplos en polariteite in hulle lewens kon begryp (vgl. 6.3.2, 8.2.3.2, 8.2.3.3, 8.2.9.2 en 8.5.3).

- Die ontwikkeling van 'n individuele lewenstruktuur word as die basiese ontwikkelingsproses in die vroeë volwasse fase beskou. Ontwikkelingstake ontstaan tydens sensitiewe tydperke in individuele groei, wanneer andere van die individu sekere prestasies verwag. Individue in die vroeë volwasse fase se take het betrekking op die self, hul gesin, werk, vryetydsbesteding en die gemeenskap. Egskeiding kan egter ernstige veranderinge in die lewenstruktuur van toesighoudende, geskeide ouers teweeg bring en kan bestaande ontwikkelingslyne vanweë komplekse take, aanpassings en veranderinge, erg ontwrig. Toesighoudende ouers in egskeidingsituasies word met sowel die aanpassingseise met betrekking tot hul individuele ontwikkelingstake as met gekompliseerde egskeidingstake gekonfronteer. Hulle word gekonfronteer met take soos dat hulle betekenis moet kan heg aan hul gebroke huwelike, die redes daarvoor kan begryp en die verliese vanweë hul gebroke huweliksverhoudings kan aanvaar. Hulle behoort gevoelens van verlies (rou), woede en persoonlike mislukking te oorkom, sowel as hul vertwyfeling ten opsigte van hulle vermoëns om permanente verhoudings te handhaaf (vgl. 6.3.3). Deur middel van die gestaltgroepwerkprogram is elke deelnemer oënskynlik in staat gestel om individueel deur sy/haar terapeutiese proses te beweeg en die egskeidingstake (vgl. 6.3.3) suksesvol te bemeester (vgl. 8.2.10.3).
- Die tradisionele gesin, wat uit 'n vader en moeder met 'n kind/ers bestaan, beweeg deur verskillende fases (agt fases) in die gesinslewensiklus. Die beweging van die gesin deur die verskillende fases en die invloed van buitengewone gebeure het voortdurende verandering in gesinsontwikkelingstake van gesinslede tot gevolg wat voortdurende aanpassings van hulle verg. Egskeiding kan meebring dat die uitvoering van die toepaslike take gekoppel aan die fases in die gesinslewensiklus mag verander, vertraag of belemmer word (vgl. 6.3.4). Een toesighoudende, geskeide ouer (deelnemer) het haar in die vyfde gesinstadia bevind deurdat sy 40 jaar oud was en oor hoërskoolkinders beskik het. Die ander deelnemers, tussen 28 en 34 jaar, het hulle in die derde/vierde gesinstadia bevind vanweë hulle kinders se ouderdomsverspreiding (voorskools/laerskool, vgl. 8.2). 'n Gevolgtrekking word gemaak dat egskeiding 'n verandering ten opsigte van gesinsontwikkelingstake vir toesighoudende, geskeide

(deelnemers) kan meebring wat kan aanleiding gee tot spanning en moeilike aanpassing by hulle egskeidingsituasies. Die rolle, take en verantwoordelikhede van die nietoesighoudende ouer in die gesin kan byvoorbeeld oorgeskuif word na die toesighoudende, geskeide ouer.

- Ouerskap wat 'n belangrike stadium in die volwassene se ontwikkeling behels, bring talle veranderinge mee waarby aangepas moet word. Die sukses van hierdie aanpassing by nuwe situasies soos egskeiding beïnvloed die ouer se verdere ontwikkeling. As holistiese eenhede beïnvloed ouers en kinders mekaar wedersyds ten opsigte van hulle aanpassing by hul egskeidingsituasies. Egskeidingsituasies kan meebring dat kinders se grootste behoefte aan aandag en liefde juis kom op die tydstip wat hulle ouers tyd benodig om ekwilibrium te bereik en hul emosies en stres na afloop van hul egskeiding te hanteer. Ouers kan egter so vasgevang word in hul eie probleme dat hul weinig energie vir hul kinders se versorging en ondersteuning beskikbaar kan hê (vgl. 1.1 en 6.3.5). Al die deelnemers het vanweë hul eie en of hul kind/ers se aanpassingsprobleme ten opsigte van hul egskeidingsituasies by die gestaltgroepwerkprogram ingeskakel. Na aanleiding van die empiriese studie blyk dit of die betrokke toesighoudende, geskeide ouers se geduld ten opsigte van die hantering en versorging van hulle kind/ers en hul emosionele energie deur middel van die gestaltgroepwerkprogram verhoog is (vgl. 8.2.4.4 en 8.2.10.3.)
- Individue in die vroeë volwasse fase behoort hegte verhoudings, wat die gee en ontvang van liefde en vriendskap beteken, met andere te kan aanknoop, ten einde isolasie en selfdemping te voorkom. Die sosiale ontwikkeling van individue in die vroeë volwasse fase word gekenmerk deur empatie, minder egoïsme, 'n mindere begaandheid oor wat ander van hulle dink en 'n bereidwilligheid om meer van hulleself te gee. Alhoewel individue in die vroeë volwasse fase vanweë hul verskeie rolle minder geleentheid vir sosialisering het, speel vriendskap steeds 'n belangrike rol (vgl. 6.3.6 en 8.2.1.4). Tydens die vroeë volwasse fase word individue gekonfronteer met belangrike besluitneming ten opsigte van huweliksmaats om op te leun vir begrip, ondersteuning, lojaliteit en ego-ondersteuning. Egskeiding kan egter sosiale verliese meebring, naamlik dié van 'n huweliksmaat, vriende en selfs familie (vgl. 6.3.7). In ooreenstemming met wat tydens die literatuurstudie bevind is, het drie deelnemers laat blyk dat dit nie vir hul belangrik was wat ander van hul dink nie. Al die deelnemers het 'n behoefte aan 'n hegte verhouding

met 'n individu van die teenoorgestelde geslag ervaar (vgl. 8.2.4.4, 8.2.3.3, 8.2.4.4, 8.2.5.3, 8.2.10.2 en 8.2.10.3). Slegs een deelnemer het laat blyk dat sy deur haar vriende na afloop van haar egskeding in die steek gelaat is (vgl. 8.2.1.4). Deur middel van die gestaltgroepwerkprogram is toesighoudende, geskeide ouers oënskynlik in staat gestel om nuwe vriendskapsbande met mededeelnemers te smee en nie in isolasie te verval nie (vgl. 8.2.10.3).

- Morele ontwikkeling wat veranderinge in individuele etiese en morele oordele impliseer, vind volgens Kohlberg se teorie op drie vlakke plaas. Die vlak van moraliteit van selfaanvaarde beginsels (vlak drie) word gewoonlik tydens die postadolessensie en vroeë volwassenheid bereik. Laasgenoemde vlak bestaan uit twee stadia, naamlik stadium vyf: moraliteit van kontrak, individuele regte en demokraties aanvaarde reg en stadium ses: moraliteit van individuele gewetensbeginsels (vgl. 6.3.7). Dit blyk of deelnemers in stadium vyf norme van wat korrek en verkeerd is vanuit sowel die samelewing se wette en vasgestelde reëls, as hul eie waardes en menings beoordeel (vgl. 8.2.10.2). Tydens stadium ses is deelnemers oënskynlik in staat om hulle eie beginsels te vorm en voorskrifte vanuit die samelewing te evalueer en slegs dít te assimileer (vgl. 2.3.5.1) wat ooreenstemming toon met hul eie waardes en beginsels (vgl. 6.3.7 en 8.2.1.4).
- Die fase van vroeë volwassenheid word gekenmerk deur emosionele onbestendigheid. Egskeding, wat 'n tydperk van pynvolle aanpassing behels, kan onvermydelike spanning vir toesighoudende, geskeide ouers in die fase van vroeë volwassenheid meebring. Na afloop van hulle egskedings kan toesighoudende, geskeide ouers hulle in 'n toestand bevind wat elemente van rou bevat. Rouwerk blyk van kardinale belang te wees om te voorkom dat toesighoudende, geskeide ouers hulle gevoelens ten opsigte van hul mislukte huwelike onderdruk, deurdat hul onderdrukte gevoelens onvoltooidhede in hul lewens kan word wat hul van die nodige energie beroof om met hul lewens voort te gaan. Toesighoudende, geskeide ouers kan verskillende gevoelens, wat mekaar afwissel, tydens die tydperk van rou ervaar (vgl. 6.3.8). Die empiriese ondersoek het aan die lig gebring dat toesighoudende, geskeide ouers na afloop van hulle egskedings met gevoelens geworstel het soortgelyk aan dié gevoelens wat tydens die literatuurstudie verken is. Hierdie gevoelens sluit in ambivalensie, onsekerheid, vrees, spanning, angs, wrewel, vyandigheid, bitterheid, woede, hartseer, rou, eensaamheid, negatiewe selfbeeld en ervaring van die self as 'n mislukking, selfverwyt, skuldgevoelens, wanhoop, depressie



en gevoelens van berou (vgl. 6.3.8, 8.2.1.4, 8.2.3.3, 8.2.3.5, 8.2.4.1, 8.2.4.2, 8.2.4.3, 8.2.4.4, 8.2.4.5, 8.2.5.3, 8.2.5.4, 8.2.6.3, 8.2.6.4, 8.2.6.5, 8.2.7.3, 8.2.7.4, 8.2.8.3, 8.2.8.4, 8.2.9.4, 8.2.9.5 en 8.2.10.3) Twee deelnemers het egter ook misbruik (vgl. 8.2.8.3 en 8.2.1.4) en vernederd (een deelnemer, vgl. 8.2.1.4) gevoel.

- Individue wat vir 'n lang tydperk getroud was, kan vanweë die herinneringe en vriende wat hul tydens hul getroude lewe opgebou het, dit moeilik vind om by hul egskedingsituasies aan te pas. Egskeiding in die eerste twee jaar van getroude lewe blyk na aanleiding van die literatuurstudie makliker as in enige tydperk daarna hanteer te word, deurdad die man en die vrou hulle na 'n tydperk van twee jaar in hulle onderskeie rolle, asook die moontlike rol van ouer wees, inleef wat dan die aanpassing by hulle egskedingsituasies bemoeilik (vgl. 6.4). Die toesighoudende, geskeide ouers wat as deelnemers aan die loodsondersoek deelgeneem het was tussen drie en 20 jaar met hulle gewese huweliksmaats getroud. 'n Gevolgtrekking word gemaak dat ouerskap en 'n lang huwelikslewe deelnemers se aanpassing by hul egskedingsituasies kan beïnvloed.
- Die huweliksmaat wat die huis verlaat kan gevoelens van skuld en onsekerheid ervaar, terwyl die huweliksmaat wat agterbly kan worstel met gevoelens van desperaatheid, hulpeloosheid, ontoereikendheid en verwerping (vgl. 6.5). Vier deelnemers (vgl. 8.1.1, 8.1.2, 8.1.3 en 8.2.4) het hul egskedings aanhangig gemaak, terwyl twee deelnemers deur hul huweliksmaats verlaat is (vgl. 8.1.5 en 8.1.6). In ooreenstemming met wat in die literatuurstudie bevind is, het een deelnemer wat deur haar huweliksmaat verlaat is verwerp gevoel (vgl. 8.2.4.3, 8.2.7.4 en 8.2.10.3), terwyl drie van die deelnemers wat hul huweliksmaats verlaat het met skuldgevoelens geworstel het (vgl. 8.2.10.3). Een van die deelnemers wat deur haar huweliksmaat vir 'n ander vrou verlaat is, het misbruik en verneder gevoel. 'n Gevolgtrekking word gemaak dat die huweliksmaat, hetsy die een wat die huis verlaat of agterbly, se gevoelens deur die omstandighede wat die egskeding voorafgaan beïnvloed kan word.
- Egskedingsituasies hou finansiële implikasies vir toesighoudende, geskeide ouers in aangesien hulle verantwoordelik vir die daaglikse uitgawes van hul gesin is. Verswakte finansiële posisies voortspruitend uit egskedingsituasies kan toesighoudende, geskeide ouers aan talle veranderinge en verliese blootstel, soos moontlike verandering van werk en/of behuising wat gepaard kan gaan met 'n verlies aan 'n bekende omgewing, vriende

en ondersteuningsbronne (vgl. 6.6). Vyf van ses deelnemers het na afloop van hul egskeidings met finansiële probleme geworstel (vgl. 8.2.1.4). Een deelnemer was vanweë haar swak finansiële posisie verplig om by haar ouers aan huis te gaan woon (vgl. 8.2.1.4), terwyl 'n ander deelnemer vanweë veiligheidsredes (plaas) en haar swak finansiële posisie genoodsaak was om alternatiewe behuising te bekom (vgl. 8.2.6.3). Twee deelnemers se gewese huweliksmaats het geen onderhoudsgeld ten opsigte van hul kinders betaal nie (vgl. 8.2.6.4 en 8.2.9.3). 'n Gevolgtrekking word gemaak dat deelnemers, hetsy manlik of vroulik, aan swakker finansiële posisies na afloop van hul egskeidings blootgestel word. Die versuiming van die betaling van onderhoudsgeld deur die nietoesighoudende ouer dra waarskynlik tot laasgenoemde by.

- Alhoewel egskeiding die verwydering van een ouer uit die gesin meebring bestaan daar steeds 'n verhouding tussen al die gesinslede. In die nuwe struktuur na die egskeiding het die gewese huweliksmaats, hoofsaaklik vanweë hul ouerrolle, nog kontak met mekaar. Konflik kan na afloop van egskeidings ontstaan of voortduur en deelnemers se aanpassing by hul egskeidingsituasies negatief beïnvloed (vgl. 6.7, 8.2.6.3, 8.2.9.3 en 8.2.9.4).
- Geskeide individue, veral mans, kan vanweë hul egskeidingsituasies in toenemende mate van alkohol begin gebruik maak, ten einde te poog om hul pyn te verdoof of om hul selfvertroue te verhoog (vgl. 6.8, 8.2.5.4 en 8.2.10.3). Die empiriese ondersoek het aan die lig gebring dat een manlike deelnemer, in ooreenstemming met wat in die literatuurstudie bevind is, gepoog het om deur middel van alkohol sy emosionele pyn te verlig.

Hier kan tot die gevolgtrekking gekom word dat deelnemers se aanpassing by hul egskeidingsituasies deur verskeie faktore beïnvloed word. Toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by hul egskeidingsituasies blyk egter deur middel van die gestaltgroepwerkprogram, wat vir die doeleindes van hierdie navorsing ontwerp en ontwikkel is, vergemaklik te word deurdat hulle daardeur in staat gestel word om verhoogde bewustheid (vgl. 1.9.1, 2.5.1 en 3.3.1) en selfondersteuning (vgl. 2.5.2, 3.3.2 en 3.8.2) te bekom en as geïntegreerde eenhede (vgl. 1.9.6, 2.5.3 en 3.3.3) te funksioneer (vgl. 8.2.10.3).

### 9.2.6 Doelbereiking en beantwoording van die navorsingsvrae

Na aanleiding van die bostaande gegewens, word die gevolgtrekking gemaak dat die doel van die navorsing bereik is, naamlik dat daarin geslaag is om deur middel van intervensienavorsing 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers te ontwerp en te ontwikkel, sodat wetenskaplik gefundeerde hulpverlening op toesighoudende, geskeide ouers afgestem kan word. Vanuit die studie kom dit duidelik na vore dat gestaltterapie 'n toepaslike teoretiese raamwerk bied vir die toepassing van gestaltgroepwerk om toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie te bevorder. Deur middel van sodanige program behoort maatskaplikewerkhulpverlening aan toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase ten opsigte van bewustheid, selfondersteuning en integrasie, asook 'n wetenskaplike gefundeerde wyse, te kan plaasvind.

Ook die navorsingsvrae is deur middel van die studie beantwoord, deurdat-

- 'n analise gedoen is ten opsigte van watter begrippe, teoretiese uitgangspunte, beginsels en doelstellings vanuit gestaltterapie benut kan word vir die ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie (vgl. hoofstuk twee);
- bestaande modelle met betrekking tot gestaltgroepwerk verken is en potensiële bruikbare elemente vir die intervensieprogram daaruit geïdentifiseer kon word (vgl. hoofstuk drie);
- gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm verken is en 'n werkbare konseptualisering daarvan ten opsigte van maatskaplikewerkhulpverlening aan toesighoudende, geskeide ouers bekom is (vgl. hoofstuk drie);
- gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke wat vanuit 'n gestaltteoretiese raamwerk benut kan word in 'n groepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers geïdentifiseer en beskryf is (vgl. hoofstuk vier);
- egskeiding en bestaande teoretiese modelle ten opsigte van die egskeidingsproses verken en beskryf is ten einde 'n breër begrip daarvan te bekom (vgl. hoofstuk vyf);
- 'n gestaltanalise gedoen is van faktore wat toesighoudende ouers in die vroeë volwasse fase se aanpassing by hulle egskeiding kan beïnvloed (vgl. hoofstuk ses); en
- daar vasgestel is op watter wyse gestaltterapie en -groepwerk benut kan word in 'n groepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie (vgl. hoofstukke sewe en agt).

Deur middel van die beantwoording van die navorsingsvrae, is die navorsingsprobleem ontsluit, deurdat 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie ontwerp en ontwikkel is en kan aanbevelings met betrekking tot die implikasies daarvan vir maatskaplikewerkhulpverlening aan toesighoudende, geskeide ouers gemaak word.

### **9.3 AANBEVELINGS**

Voortspruitend uit die voorafgaande studie en gevolgtrekkings, word aanbevelings ten opsigte van die gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase vervolgens gemaak, ten einde die implikasies daarvan vir maatskaplikewerkhulpverlening aan te toon.

#### **9.3.1 Programinhoud en verloop**

- Doelstellings en doelwitte ten opsigte van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers behoort met inagneming van die drie doelstellings van gestaltterapie/-groepwerk, naamlik bewustheid, selfondersteuning en integrasie (vgl. 2.5 en 3.3) en in ooreenstemming met die fases van die terapeutiese proses van elke groeplid (vgl. 3.8), te wete sensoriese kontakmaking, versterking van die sin vir die self, emosionele uitdrukking en selfonderhouding en selfvertroeteling geformuleer te word.
- Voor die aanvang van gestaltgroepwerksessies behoort groeplede tydens individuele sessies deeglik georiënteer te word ten opsigte van die doel, werkswyse en verwagtinge wat met betrekking tot die gestaltgroepwerkprogram (tien groepwerksessies) gestel word, ten einde moontlike misverstande, onrealistiese verwagtinge, vrese en onsekerhede met betrekking tot hulpverlening uit die weg te ruim en gemotiveerde en vrywillige deelname deur groeplede aan te moedig.
- Die bou van 'n terapeutiese verhouding behoort te fokus op die totstandkoming van 'n "ek/jy"-verhouding, menende dat die gestaltgroepleier en groeplede (toesighoudende, geskeide ouers) op 'n horisontale vlak moet funksioneer, in kontak met hulleself en die omgewing moet wees en verantwoordelikheid vir hulleself moet aanvaar (vgl. 1.4.3).
- Grense behoort met die aanvang van gestaltgroepwerksessies aan die hand van wedersydse verwagtinge gestel te word, ten einde 'n veilige groeumatmosfeer te verseker

en groepkohesie te bevorder. Gestaltgroepwerksessies behoort nie langer as 120 minute (elk) te duur nie, deurdat te lang groepwerksessies uitputtend kan wees en toesighoudende, geskeide ouers (groeplede) praktiese probleme ten opsigte van die versorging van hulle kind/ers kan ervaar terwyl hul by gestaltgroepwerk betrokke is.

- Gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke moet met in agneming van die persoonlike voorkeur (vgl. 3.4) van die gestaltgroepleier, die proses van elke groeplid (vgl. 3.8) en die groeiproses (vgl. 3.6) aangewend word, ten einde die gestelde doelstellings en doelwitte aan te spreek. Die leëstoeltegniek (vgl. 4.10.1) moet byvoorbeeld met oorleg aangewend word, deurdat die aanwending daarvan in 'n groep waar groepkohesie (vgl. 3.2.1) en groepinteraksie (vgl. 3.2.2) nog ontbreek te blootstellend vir groeplede kan wees en groepdeelname en groei daardeur benadeel kan word.
- Gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke behoort sodanig aangewend te word dat maksimale deelname en groei deur al die groeplede daardeur verseker word.
- Werk op individuele vlak (intrapersoonlike vlak) moet na die groep (interpersoonlike en groepvlak) uitgebrei word (vgl. 3.4), ten einde maksimale deelname en groei van groeplede te verseker, asook groepinteraksie (vgl. 3.2.2) en groepkohesie (vgl. 3.2.1) te bevorder.
- In die lig daarvan dat groeplede dit moeilik kan vind om in die teenwoordigheid van vreemde/nuwe groeplede (oop groepe) hulleself te wees en tot emosionele uitdrukking oor te gaan, word aanbeveel dat gestaltgroepe geslote bly, ten einde vrymoedige deelname van groeplede (wat mekaar onderling vertrou) in 'n bekende terapeutiese groeipatmosfeer te bevorder.
- Groeplede behoort, afhangende van die fokus, hulle in dieselfde ontwikkelingsfase te bevind deurdat hulle oor gemeenskaplike belangstellings en probleme kan beskik waardeur groepinteraksie (vgl. 3.2.2) en groepkohesie (vgl. 3.2.1) moontlik bevorder kan word.
- Gestaltgroepe behoort uit beide geslagte saamgestel te word ten einde maksimum betrokkenheid te verseker, groeplede geleentheid te bied om uitdrukking aan hulle gevoelens te gee en nuwe gedrag binne 'n veilige groepopset aan te leer. 'n Manlike,

geskeide groeplid wat tydens getroude lewe deur sy huweliksmat verbied is om met vrouens te kommunikeer, kan byvoorbeeld tydens gestaltgroepwerk geleentheid kry om met vroulike groeplede te kommunikeer en sodoende nuwe gedrag in 'n veilige groeapatmosfeer aan te leer.

- Gestaltgroepe behoort saamgestel te word uit groeplede wat oor gemeenskaplike maatskaplike probleme beskik, ten einde 'n ondersteunende groeapatmosfeer en groepkohesie te bevorder, groeplede geleentheid te bied om met medegroeplede se ervarings te identifiseer, met hul eie gevoelens in kontak te kom en moontlik "*silent self therapy*" te ervaar. Sodoende kan groeplede byvoorbeeld toesighoudende, geskeide ouers deur middel van die gestaltgroepwerkprogram in staat gestel word om met verhoogde bewustheid en selfondersteuning met hulle onderdrukte gevoelens in kontak te kom, onvoltooide gestalte te voltooi en as selfregulerende en geïntegreerde eenhede by hulle egskedingsituasies aan te pas en maksimaal tot voordeel van hulle kinders te funksioneer.
- Ten einde maksimale deelname in 'n tydbestek van 120 minute per groepwerksessie te verseker, word aanbeveel dat 'n gestaltgroep uit nie minder as ses of meer as agt groeplede moet bestaan nie.
- Geen vaste riglyn bestaan ten opsigte van die hoeveelheid groepwerksessies wat aan elke fase bestee moet word nie. Deur middel van deurlopende assessering van die terapeutiese verhouding, kontakmaking, sin vir die self, emosionele uitdrukking en weerstandsvlak kan vasgestel word of die groeplede (toesighoudende, geskeide ouers) gereed is om na die volgende fase te beweeg. 'n Aanbeveling word gemaak dat tien tot twaalf groepwerksessies benut word ten opsigte van 'n gestaltgroep bestaande uit ses groeplede, ten einde genoegsame tyd te verseker vir al die groeplede om as potensiële vrywillige deelnemers individuele werk in die "*warm stoel*" te doen en sodoende 'n persoonlik groei-ervaring te beleef.
- Musiek behoort deurlopend tydens die groepwerkprogram benut te word, deurdat die groeapatmosfeer sodoende gerig kan word ten einde 'n effektiewe terapeutiese atmosfeer te skep.

- Die beskikbaarstelling van verversings en drinkgoed met die aanvang van groepwerk sessies kan bydra tot 'n ontspanne groeumatmosfeer en terselfdertyd vir groeplede geleenthede bied om te sosialiseer.

### 9.3.2 Opleiding

- Gestaltgroepwerk behoort in die voorgraadse opleiding van maatskaplike werkers ingesluit te word, ten einde 'n teoretiese denkraamwerk daar te stel en maatskaplike werkers deur praktiese inoefening van gestaltgroepwerkaktiwiteite en tegnieke in staat te stel om tydens maatskaplikewerkhulpverlening die voorgestelde program vir toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase in die praktyk effektief te implementeer.
- In die lig daarvan dat egskeiding 'n toenemende maatskaplike verskynsel in Suid-Afrika is, behoort maatskaplike werkers oor kennis te beskik met betrekking tot egskeiding en faktore wat die aanpassing van toesighoudende, geskeide ouers by hulle egskeidingsituasies kan beïnvloed, om sodoende kennis te dra wat ontwikkelingsgewys van toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase verwag kan word.
- Deurlopende supervisie deur 'n ervare en gekwalifiseerde gestaltgroepleier behoort waardevolle ondersteuning en begeleiding tydens programimplementering te bied. Maatskaplike werkers behoort ook gelei te word om te fokus op die uitgangspunte wat hulleself ten opsigte van egskeiding huldig, ten einde hulle eie leemtes en beperkinge met betrekking tot hulpverlening aan toesighoudende, geskeide ouers te identifiseer en aan te spreek.
- Maatskaplike werkers behoort opleiding in intervensienavorsing te ontvang en tydens nagraadse studie aangespoor te word om dit as navorsingsontwerp toe te pas aangesien dit probleemanalise, insameling en sintese van inligting, ontwerp en ontwikkeling, evaluering en verspreiding van 'n program insluit wat bydra tot die ontwikkeling van nuwe tegnologie. Intervensienavorsing kan dus aanleiding gee tot praktiese programme, riglyne en kennis wat deur maatskaplike werkers in die praktyk toepas kan word. Sodoende word die maatskaplikewerkprofessie bemagtig om 'n professionele en effektiewe diens te lewer.

- Ook regstudente en regspraktisyns behoort opleiding te ontvang ten opsigte van die invloed van egskeiding op die individu as holistiese eenheid, sodat hulle begrip kan ontwikkel vir die betrokke partye, met die klem op toesighoudende, geskeide ouers. Voorts behoort regslui bewus gemaak te word van beskikbare ondersteuningsdienste, sodat toesighoudende, geskeide ouers effektief en toepaslik verwys kan word vir terapeutiese ondersteuning ten opsigte van hulle aanpassing by hulle egskeidingsituasies.
- Die gemeenskap behoort ingelig te word ten opsigte van beskikbare terapeutiese hulpbronne wat deur toesighoudende, geskeide ouers benut kan word om hulle en hul kinders se aanpassing by hulle egskeidingsituasies te vergemaklik.

### **9.3.3 Navorsing**

Deurdad hierdie studie bloot verkennend was en op die aanvanklike ontwikkeling van die gestaltgroepwerkprogram gefokus het, word verdere navorsing met betrekking tot die volgende aspekte aanbeveel:

- Die ontwikkeling van meetinstrumente vir assessering voor en na gestaltgroepwerk ten opsigte van toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie, ten einde die impak van die voorgestelde gestaltgroepwerkprogram deur middel van kwantitatiewe navorsing te meet.
- Die selektering en toepassing van 'n eksperimentele navorsingsontwerp, ten einde die gestaltgroepwerkprogram wat vir die doeleindes van hierdie navorsingstudie ontwerp en ontwikkel is, in praktiese omstandighede te herhaal, te evalueer, veralgemeenbare gevolgtrekkings te maak en die intervensie te verfyn sodat dit tot algemene toepasbaarheid aanleiding kan gee. Op dié wyse kan uitvoering aan fase vyf van Rothman en Thomas (De Vos 1998:385) se intervensienavorsingsmodel, naamlik evaluasie en gevorderde ontwikkeling gegee word.
- Die gestaltgroepwerkprogram as produk vir verspreiding voor te berei, potensiële markte daarvoor te identifiseer, 'n aanvraag vir dié program te ontwikkel en tegniese ondersteuning te bied aan benutters daarvan. Sodoende kan uitvoering aan fase ses van Rothman en Thomas (De Vos 1998:385) se intervensienavorsingsmodel, naamlik verspreiding gegee word.



- Die mate waarin die voorgestelde gestaltgroepwerkprogram ten opsigte van nie-toesighoudende geskeide ouers tussen 20 en 40 jaar toepaslik is.
- Die ontwikkeling van 'n ouerleidingprogram, ten einde toesighoudende, geskeide ouers na afloop van gestaltgroepwerk verder te bemagtig om maksimaal as enkelouers hulle kinders te versorg, te dissiplineer en te ondersteun om sodoende hulle aanpassing by die egskeidingsituasies te vergemaklik.
- Die mate waarin die voorgestelde gestaltgroepwerkprogram ten opsigte van verskillende kulturele verbande binne die Suid-Afrikaanse konteks toepaslik is.

#### **9.3.4 Beleid**

- 'n Maatskaplikewerkbeleid behoort daargestel te word waardeur alle maatskaplike werkers verplig word om formele onderrig in gestaltterapie/gestaltgroepwerk te ondergaan, alvorens hulle hulleself as gestaltterapeute/gestaltgroepleiers bemark en tot maatskaplike-werkhulpverlening in dié verband oorgaan. Sodoende kan optimale hulpverlening aan die hand van gestaltterapie/-groepwerk verseker word en kan die maatskaplikewerkprofessie van misdryf deur ongekwalifiseerde, praktiserende gestaltterapeute beskerm word.
- 'n Beleid behoort ten opsigte van maatskaplikewerkdienlewering daargestel te word wat sal verseker dat dienslewering deur maatskaplike werkers aan toesighoudende, geskeide ouers 'n holistiese inslag sal hê, mende dat toesighoudende, geskeide ouers as geïntegreerde organismes wat altyd as 'n absolute onskeibare eenheid van liggaam, emosionele en geestelike aspekte, taal, kultuur, denke en gedrag funksioneer, hanteer sal word.
- In die lig gesien van die talle vraagstukke waarmee toesighoudende, geskeide ouers potensieel mee kan worstel, behoort 'n beleid daargestel te word dat alle professies wat dienste lewer aan toesighoudende, geskeide ouers, oorweging moet skenk om laasgenoemde vir terapeutiese hulpverlening te verwys. Sodoende kan voorkomend gewerk word en kan toesighoudende, geskeide ouers en hulle kinders se aanpassing by hulle egskeidingsituasies vergemaklik word.

### **9.3.5 Hipotese ten opsigte van toekomstige navorsing na aanleiding van die studie**

Die volgende hipotese word na aanleiding van dié studie geformuleer:

- Indien toesighoudende, geskeide ouers aan die voorgestelde gestaltgroepwerkprogram blootgestel word, behoort hulle bewustheid, selfondersteuning en integrasie bevorder te word, ten einde hulle aanpassing by hulle egskeidingsituasies te vergemaklik en hulle in staat te stel om maksimaal tot voordeel van hulle kinders te funksioneer.

## **9. 4 TEN SLOTTE**

Egskeiding is 'n groeiende maatskaplike verskynsel in Suid-Afrika waardeur talle ouers en kinders se lewens beïnvloed word. Toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase is buiten die eise ten opsigte van hulle unieke ontwikkelingsfase ook blootgestel aan emosionele eise soos enkelouerskap wat deur hulle egskeidingsituasies teweeggebring word. Egskeidingsituasies kan ouers vanweë die emosionele, wetlike en persoonlike uitvloeisels daarvan in 'n emosionele oorlewingstryd dompel en hulle van energie ontnem om sensitief ten opsigte van hulle kinders, wat juis in dié tydperk meer aandag verg, se behoeftes te wees.

Alhoewel die stygende egskeidingsyfer en die trauma van egskeiding dikwels beklemtoon word, is daar nog betreklik min navorsing oor die egskeidingsproses, die verwerking en die hantering daarvan gedoen. Nietemin kan hierdie studie die weg baan vir verdere navorsing in dié verband. Maatskaplike werkers speel 'n belangrike rol ten opsigte van hulpverlening aan toesighoudende, geskeide ouers en hulle kinders, maar word dikwels vanweë hoë kliënteladings verhinder om effektiewe hulpverlening aan laasgenoemde te bied. Dit is dus nodig om gepaste en tydeffektiewe wyses te ondersoek om maatskaplike werkers in staat te stel om tydeffektiewe terapeutiese hulp aan toesighoudende, geskeide ouers en hulle kinders te verleen. Deur die benutting van die voorgestelde program kan toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie in groepverband wat meer tydeffektief is, bevorder word en kan hulle aanpassing by hulle egskeidingsituasies vergemaklik word sodat hulle maksimaal tot voordeel van hulle kind/ers kan funksioneer.

## **BRONNELYS**

1. Ackerman, B. 2003. **TELEFONIESE ONDERHOUD MET VOORMALIGE DOSENT IN HARMONIE EN KONTRAKPUNT (MUSIEK)**, Universiteit van die Vrystaat, Bloemfontein: 14 Oktober.
2. Andrews, J., Clark, D.J. and Zinker, J.C. 1988. Accessing transgenerational themes through dreamwork. **JOURNAL OF MARITAL AND FAMILY THERAPY**, 14(1): 15-27.
3. Arkava, M.L. and Lane, T.A. 1983. **BEGINNING SOCIAL WORK**. Boston: Allyn and Bacon.
4. Aronstam, M. 1989. Gestaltterapie. **SUID-AFRIKAANSE HANDBOEK VAN ABNORMALE GEDRAG**. Louw, D.A. (red.) Johannesburg: Southern.
5. Barker, R.L. 1999. **THE SOCIAL WORK DICTIONARY**. Washington DC: NASW Press.
6. Beal, E.W. 1980. Separation, divorce, and single-parent families. **THE FAMILY LIFE CYCLE: A FRAMEWORK FOR FAMILY THERAPY**. Cantor, E.A. and McGoldrick, M. (Eds.). New York: Gardner.
7. Benedek, E.P. and Brown, C.F. 1995. **HOW TO HELP YOUR CHILD OVERCOME YOUR DIVORCE**. Washington DC: American Psychiatric Press.
8. Benedek, E.P. and Brown, C.F. 2002. **CHILDREN: PITFALLS**. Available <http://www.divorcemagazine.com/library/chlidren/pitfalls1.html>. [Date of access: 26 June 2002].
9. Bless, C. and Higson-Smith, C. 1995. **FUNDAMENTALS OF SOCIAL RESEARCH METHODS - AN AFRICAN PERSPECTIVE**. Second edition. Kenwyn: Juta.
10. Blom, B. 2000(a). **'N GESTALTSPELTERAPIEHULPPROGRAM IN MAATSKAPLIKE WERK VIR JUNIORPRIMÊRE SKOOLKINDERS SE EMOSIONELE INTELLIGENSIE**. Doktorale proefskrif in Maatskaplike Werk. Fakulteit Geesteswetenskappe: Universiteit van die Vrystaat.

11. Blom, B. 2000(b). **Klasaanbieding**. Bloemfontein: Universiteit van die Vrystaat.
12. Blom, B. 2004. **HANDBOOK OF GESTALT PLAY THERAPY**. Bloemfontein: Drufoma.
13. Bosman, F. en Eckard, M.M. 1982. **WELSYNSREG**. Johannesburg: Lex Patria.
14. Botha, N. 2002. **ONDERHOUD MET PROKUREUR**, Bethlehem: 2 Mei.
15. Buitendach, J.H. 1987. **'N KWALITATIEWE ONTLEDING VAN DIE GEVOELENS EN PROBLEME WAT VROUE IN DIE EGSKEIDINGSPROSES ONDERVIND**. Meestersgraadverhandeling in Maatskaplike Werk. Fakulteit Lettere en Wysbegeerte. Johannesburg: Randse Afrikaanse Universiteit.
16. Buidendach, J.H. 1990. **DIE ONTWIKKELING EN EVALUERING VAN 'N EGSKEIDINGSBERAAD**. Doktorale proefskrif in Maatskaplike Werk. Fakulteit Lettere en Wysbegeerte. Johannesburg: Randse Afrikaanse Universiteit.
17. Burgoyne, J., Ormrod, R. and Richards, M. 1987. **DIVORCE MATTERS**. Great Britain: Richard Clay.
18. Burns, R.N. and Grové, S.K. 1987. **THE PRACTICE OF NURSING RESEARCH**. Philadelphia: Saunders.
19. Cantor, D.W. and Drake, E.A. 1983. **DIVORCED PARENTS AND THEIR CHILDREN: A GUIDE FOR MENTAL HEALTH PROFESSIONALS**. New York: Springer.
20. Carbone, J. 1996. *Feminism, Gender and the Consequences of Divorce*. Freeman, M. (Ed.) **DIVORCE: WHERE NEXT**. England: Dartmouth.
21. Clapp, G. 1992. **DIVORCE AND NEW BEGINNINGS**. New York: John Wiley and Sons.
22. Clark, N. and Fraser, T. 1987. **THE GESTALT APPROACH**. Second edition. West Sussex: Roffey Park Management College.
23. Clarkson, P. 1989. **GESTALT COUNSELLING IN ACTION**. London: SAGE.

24. Clarkson, P. and Mackewn, J. 1994. **FRITZ PERLS**. London: SAGE.
25. Colarusso, C.A. and Nemiroff, R.A. 1981. **ADULT DEVELOPMENT**. New York: Plenum.
26. Corey, G. 1990. **THEORY AND PRACTICE OF GROUP COUNSELING**. Third edition. California: Brooks/Cole.
27. Corey, G. 1995. **THEORY AND PRACTICE OF GROUP COUNSELING**. Fourth edition. California: Brooks/Cole.
28. Corsini, R.J. and Wedding, D. 1989. **CURRENT PSYCHOTHERAPIES**. Fourth edition. Illinois: Peacock.
29. Cronje, G.M. 1997. **DIE ONTWIKKELING EN EVALUERING VAN 'N PSIGOLOGIESE ONDERSTEUNINGSPROGRAM VIR KINDERS UIT EGSKEIDINGSGESINNE**. Meestersgraadskripsie in Sielkunde. Fakulteit Sosiale Wetenskappe. Potchefstroom: Potchefstroomse Universiteit vir CHO.
30. De Beer, J.F. 2002. **ONDERHOUD MET PROKUREUR**, Bethlehem: 4 September.
31. Denzilo, J. 1994. **FUN AND GAMES**. Oxford: Butterworth-Heinemann.
32. Denzin, N.K. and Lincoln, Y.S. 1994. **HANDBOOK OF QUALITATIVE RESEARCH**. California: SAGE.
33. De Vos, A.S. 1998. Intervention research. **RESEARCH AT GRASS ROOTS LEVEL: A PRIMER FOR THE CARING PROFESSIONS**. De Vos, A.S. (ed.) Pretoria: Van Schaik.
34. De Vos, A.S., Schurink, E.M. and Strydom, H. 1998. The nature of research in the caring professions. **RESEARCH AT GRASS ROOTS LEVEL: A PRIMER FOR THE CARING PROFESSIONS**. De Vos, A.S. (ed.) Pretoria: Van Schaik.
35. Dooley, D. 1990. **SOCIAL RESEARCH METHODS**. Second edition. New Jersey: Prentice-Hall.

36. Du Toit, F.J. 2002. **ONDERHOUD MET PROKUREUR**, Bethlehem: 4 September.
37. Du Toit, S.J. en Kruger, N. 1991. **DIE KIND: 'N OPVOEDKUNDIGE PERSPEKTIEF**. Durban: Butterworths.
38. Duvall, E.M. and Miller, B.C. 1985. **MARRIAGE AND FAMILY DEVELOPMENT**. Sixth edition. United States of America: Harper and Row.
39. Engelbrecht, R., Rencken-Wentzel, A. and Venter, D. 1999. **DIVORCE: A SOUTH AFRICAN GUIDE**. s.l.: Zebra.
40. Epstein, I. 1988. Quantitative and Qualitative methods. **SOCIAL WORK RESEARCH AND EVALUATION**. Grinnell, R.M. (ed.) Third edition. Illinois: Peacock.
41. Everett, C.A. 1989. **CHILDREN OF DIVORCE: DEVELOPMENTAL AND CLINICAL ISSUES**. United States of America: Haworth.
42. Fatout, M.F. 1992. **MODELS FOR CHANGE IN SOCIAL GROUP WORK**. New York: Walter de Gruyter.
43. Fawcett, S.B., Suarez-Balcazar, Y., Balcazar, F.E., White, G.W., Paine, A.L., Blanchard, K.A. and Embree, M.G. 1994. Conducting intervention research: The design and development process. **INTERVENTION RESEARCH: DESIGN AND DEVELOPMENT FOR HUMAN SERVICE**. Rothman, J and Thomas, E.J. (Eds.). New York: Haworth.
44. Feder, B. 1980. Safety and Danger in the Gestalt Group. **BEYOND THE HOT SEAT: GESTALT APPROACHES TO GROUP**. Feder, B. and Ronall, R. (Eds.). United States of America: Beefeeder.
45. Feder, B. 2002. **KORRESPONDENSIE DEUR INTERNET MET DIE OUTEUR VAN DIE BOEK "BEYOND THE HOT SEAT. GESTALT APPROACHES TO GROUP"**, United States of America: 18 Julie en 15 Augustus.
46. Feder, B. and Ronall, R. 1980. **BEYOND THE HOT SEAT: GESTALT APPROACHES TO GROUP**. United States of America: Beefeeder.

- 47.Ferreira, H.J.J. 2002. **ONDERHOUD MET HOOF VAN KINDERLEIDINGKLINIEK**, Bethlehem: 1 Julie.
- 48.Ferreira, M., Mouton, J., Puth, G., Schurink, W. 1988. **INLEIDING TOT KWALITATIEWE METODEDES**. Module 3. Pretoria: Raad vir Geesteswetenskaplike Navorsing.
- 49.Ferreira, S.B. 2000. **KURSUSHANDLEIDING VIR MAATSKAPLIKEWERK-NAVORSING**. Departement Maatskaplike Werk, Universiteit van die Vrystaat.
- 50.Fiebert, M. S. 2002. **STAGES IN A GESTALT THERAPY SESSION AND AN EXAMINATION OF COUNSELOR INTERVENTIONS**. Available <http://www.csulb.edu/~mfiebert/gestalt.htm> [Date of access: 19 July 2002].
- 51.Fontana, D. and Slack, I. 1998. **TEACHING MEDITATION TO CHILDREN: A PRACTICAL GUIDE TO THE USE AND BENEFITS OF MEDITATION TECHNIQUES**. Shaftesbury: Element.
- 52.Fouché, C.B. 2002. Research strategies. **RESEARCH AT GRASS ROOTS: FOR THE SOCIAL SCIENCES AND HUMAN SERVICE PROFESSIONS**. Second Edition. Van Schaik: Pretoria.
- 53.Gathorne-Hardy, J. 1981. **LOVE, SEX, MARRIAGE AND DIVORCE**. London: Blackwell.
- 54.Gerdes, L.C. 1988. **DIE ONTWIKKELENDE VOLWASSENE**. Tweede uitgawe. Durban: Butterworths.
- 55.Gerdes, L.C., Ochse, R., Stander, C. en Van Ede, D. 1981. **DIE ONTWIKKELENDE VOLWASSENE**. Durban: Butterworths.
- 56.Gerdes, L.C. en Van Ede, D.M. 1990. Volwassenheid. **MENSLIKE ONTWIKKELING**. Louw, D.A. (red.) Pretoria: Haum-Tersiêr.
- 57.Ginger, S. and Ginger, A. 2002. **GESTALT THERAPY GROUPS: WHY?** Available <http://www.g-g.org/gej/4-1/ginger1.htm1> [Date of access: 22 June 2002].

58. Gold, L. 1992. **BETWEEN LOVE AND HATE: A GUIDE TO CIVILIZED DIVORCE.** New York: Plenum.
59. Gouws, L.A., Louw, D.A., Meyer, W.F. en Plug, C. 1987. **VERKLARENDE EN VERTALENDE SIELKUNDIGE WOORDEBOEK.** Sandton: Heineman Voortgesette Onderwys.
60. Graveher, F.J. and Forzano, L.B. 2003. **RESEARCH METHODS FOR THE BEHAVIORAL SCIENCES.** Wadsworth: Belmont.
61. Greenberg, L.S. and Pairo, S.C. 1995. Resolving "Unfinished Business": Efficacy of Experiential Therapy Using Empathy – Chair Dialogue. **JOURNAL OF CONSULTING AND CLINICAL PSYCHOLOGY**, 63(3): 419-425.
62. Grinnell, R.M. 1988. **SOCIAL WORK RESEARCH AND EVALUATION.** Illinois: F.E. Peacock.
63. Groenewald, E.M. 2002(a). **'N GESTALTTERAPEUTIESE PROGRAM VIR DIE TOESIGHOUENDE MOEDER IN 'N EGSKEIDINGSITUASIE: 'N MAATSKAPLIKEWERKERSPESIEK.** Doktorale proefskrif in Maatskaplike Werk. Fakulteit Lettere en Wysbegeerte. Pretoria: Universiteit van Pretoria.
64. Groenewald, E.M. 2002(b). **ONDERHOUD MET MAATSKAPLIKE WERKER IN PRIVAAT PRAKTYK EN ONTWERPER VAN 'N GESTALTTERAPEUTIESE PROGRAM VIR DIE TOESIGHOUENDE MOEDER IN 'N EGSKEIDINGSITUASIE,** Bloemfontein: 18 Maart.
65. Guttman, J. 1993. **DIVORCE IN PSYCHOSOCIAL PERSPECTIVE: THEORY AND RESEARCH.** United States of America: Lawrence Erlbaum.
66. Hansen, J.C., Warner, R.W. and Smith, E.J. 1980. **GROUP COUNSELING: THEORY AND PROCESS.** Second edition. United States of America: Houghton Mifflin.
67. Hardy, R.E. 1991. **GESTALT PSYCHOTHERAPY: CONCEPTS AND DEMONSTRATIONS IN STRESS, RELATIONSHIPS, HYPNOSIS AND ADDICTION.** Springfield: Charles C. Thomas.



68. Harman, R.L. 1989. **GESTALT THERAPY WITH GROUPS, COUPLES, SEXUALLY DYSFUNCTIONAL MEN AND DREAMS.** United States of America: Charles C. Thomas.
69. Harris, J.B. 2002(a). **AN INTRODUCTION TO GESTALT THERAPY.** Available <http://www.editmanager.co.uk/user/index.php?user=mgc&pn=10729>. [Date of access: 19 July 2002].
70. Harris, J.B. 2002(b). **A GESTALT APPROACH TO WORKING WITH GROUP PROCESS.** Available <http://www.editmanager.co.uk/user/index.php?user=mgc&pn=10737>. [Date of access: 19 July 2002].
71. Harris, J.B. 2002(c). **GESTALT & GROUP DEVELOPMENT THEORY: DOES GESTALT NEED A THEORY OF GROUP DEVELOPMENT?** Available <http://www.editmanager.co.uk/user/index.php?user=mgc&pn=10706>. [Date of access: 19 July 2002].
72. Harris, J.B. 2002(d). **HOW GROUP THERAPY WORKS.** Available <http://www.editmanager.co.uk/user/index.php?user=mgc&pn=10731>. [Date of access: 4 January 2003].
73. Hayslip, J.R. and Panek, P.E. 1989. **ADULT DEVELOPMENT AND AGING.** New York: Harper & Row.
74. Henning, E. 2004. **FINDING YOUR WAY IN QUALITATIVE RESEARCH.** Van Schaik: Pretoria.
75. Hetherington, E.M., Bridges, M. and Insabella, M. 1998. What Matters? What Does Not? Five Perspectives on the Association Between Marital Transitions and Children's Adjustment. **AMERICAN PSYCHOLOGIST**, 53(2), 167-184.
76. Hodges, W.F. 1991. **INTERVENTIONS FOR CHILDREN OF DIVORCE, CUSTODY, ACCESS, AND PSYCHOTHERAPY.** Second edition. New York: John Wiley and Sons.
77. Hoffman, A. and Pincus, B.K. 1989. **THE LAW OF CUSTODY.** Durban: Butterworths.

78. Hofmeyr, L. 1996. **STEEKPROEWE**. Pretoria: Universiteit van Pretoria, Departement Maatskaplike Werk.
79. Hultsch, D.F. and Deutsch, F. 1981. **ADULT DEVELOPMENT AND AGING: A LIFE-SPAN PERSPECTIVE**. New York: McGraw-Hill.
80. Huysamen, G.K. 1993. **METODOLOGIE VIR DIE SOSIALE EN GEDRAGSWETENSKAPPE**. Pretoria: Southern.
81. Huysamen, G.K. 1994. **METHODOLOGY FOR THE SOCIAL AND BEHAVIOURAL SCIENCES**. Pretoria: Southern.
82. Jacobson, F.J. 1983. **THE MULTIPLE CRISES OF MARITAL SEPARATION AND DIVORCE**. New York: Grune and Stratton.
83. Joubert, J.M.C. 1997. **'N GESTALTPROGRAM VIR DIE KIND MET ENURESE VANUIT 'N MAATSKAPLIKEWERKERSPEKTIEF**. Doktorale proefskrif in Maatskaplike Werk. Fakulteit Sosiale Wetenskappe: Universiteit van Pretoria.
84. Kaslow, F.W. and Schwartz, L.L. 1987. **THE DYNAMICS OF DIVORCE. A LIFE CYCLE PERSPECTIVE**. New York: Brunner/Mazel.
85. Kepner, E. 1980. Gestalt Group Process. **BEYOND THE HOT SEAT: GESTALT APPROACHES TO GROUP**. Feder, B. and Ronall, R. (Eds.). United States of America: Beefeeder.
86. Kitzler, R. 1980. The Gestalt Group. **BEYOND THE HOT SEAT: GESTALT APPROACHES TO GROUP**. Feder, B. and Ronall, R. (Eds.). United states of America: Beefeeder.
87. Korb, M.P., Gorrell, J. and Van de Riet, V. 1989. **PSYCHOLOGY PRACTITIONER GUIDEBOOKS. GESTALT THERAPY**. Second edition. United States of America: Pergamon.
88. Kritzinger, M.S.B. en Eksteen, L.C. 1989. **BEKNOPTE VERKLARENDE WOORDEBOEK**. Pretoria: J.L. van Schaik.

- 89.Korb, M.P., Gorrell, J. and Van De Riet, V. 1989. **GESTALT THERAPY PRACTICE AND THEORY**. Second edition. United States of America: Pergamon.
- 90.Landman, W.A. 1988. **NAVORSINGSMETODOLOGIESE GRONDBEGRIPE**. Pretoria: Serva.
- 91.Latner, J. 1986. **THE GESTALT THERAPY BOOK**. United States of America: The Gestalt Journal Press.
- 92.Le Clus, M. B. 1995. **DEFEKTIEWE AANDAGGEBREKSINDROOM MET HIPERAKTIWITEIT: 'N SPELTERAPEUTIESE EVALUERING**. Meestersgraadskripsie in Maatskaplike Werk. Fakulteit Lettere en Wysbegeerte. Pretoria: Universiteit van Pretoria.
- 93.Leedy, P.D. 1993. **PRACTICAL RESEARCH – PLANNING AND DESIGN**. Fifth edition. New York: Macmillan.
- 94.Lind, C. 1989. The changing face of divorce. **BUSINESSMAN'S LAW**, 18(4), 149-152.
- 95.Little, L.F. 1986. Gestalt therapy with parents when a child is presented as the problem. **FAMILY RELATIONS**, Vol. 35 (October): 489-496.
- 96.Lombaard, H. 2002. **ONDERHOUD MET SIELKUNDIGE BY KINDERLEIDINGKLINIEK**, Bethlehem: 4 Julie.
- 97.Lötter, H. 1995. Kwantitatiewe of kwalitatiewe navorsing? 'n Wetenskapsfilosofie perspektief. **ACTA ACADEMICA**, 27(2):28-56.
- 98.Louw, D.A. 1989. **SUID-AFRIKAANSE HANDBOEK VAN ABNORMALE GEDRAG**. Johannesburg: Southern.
- 99.Louw, D.A., Louw, A.E. en Schoeman, W.J. 1993. Ontwikkelsielkunde. **SIELKUNDE: 'N INLEIDING VIR STUDENTE IN SUIDER-AFRIKA**. Louw, D.A. en Edwards, D.J.A. (red.) Johannesburg: Lexicon.

100. Louw, D.A., Schoeman, W.J., Van Ede, D.M. en Wait, J. 1990. Die Middelkinderjare. **MENSLIKE ONTWIKKELING**. Louw, D.A. (red.) Tweede uitgawe. Johannesburg: Lexicon.
101. Lull, J. 1987. **POPULAR MUSIC AND COMMUNICATION**. United States of America: Sage.
102. Mallaby, D.C. 2001. **THE LONG-TERM PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF PARENTAL DIVORCE ON YOUNG SINGLE ADULTS**. Master degree dissertation in Psychology. Faculty of the Humanities. Bloemfontein: University of the Free State.
103. Marshall, C. and Rossman, G.B. 1989. **DESIGNING QUALITATIVE RESEARCH**. Newbury Park: Sage.
104. Matsemela, P. and Van der Merwe, M. 1996. Street children. **ENTERING THE CHILD'S WORLD: A PLAY THERAPY APPROACH**. Schoeman, J.P. and Van der Merwe, M. (eds.) Pretoria: Kagiso.
105. Maxwell, J.A. 1996. **QUALITATIVE RESEARCH DESIGN: AN INTERACTIVE APPROACH**. Londen: Sage.
106. Meyerowitz, G. 2002. **ONDERHOUD MET PROKUREUR**, Bethlehem: 4 September.
107. Meyer, W.F. en Van Ede, D.M. 1990. Ontwikkelingsteorieë. **MENSLIKE ONTWIKKELING**. Louw, D.A. (red.) Pretoria: Haum-Tersiêr.
108. Miller, T.W., Veltkamp, L.J. and Jason, D. 1987. Projective measures in the clinical evaluation of sexually abused children. **CHILD PSYCHIATRY AND HUMAN DEVELOPMENT**, 18(1): 47-57.
109. Monette, D.R., Sullivan, T.J. and De Jong, C.R. 2002. **APPLIED SOCIAL RESEARCH: TOOL FOR THE HUMAN SERVICES**. Fifth Edition. Harcourt: Orlando.
110. Moos, R.H. 1986. **COPING WITH LIFE CRISES. AN INTEGRATED APPROACH**. New York: Plenum.

111. Mortola, P. 2000. **WINDOWS TO OUR CHILDREN WORKSHOP**. 27-28 March. Bloemfontein.
112. Mouton, J. en Marais, H.C. 1989. **METODOLOGIE VAN DIE GEESTESWETENSKAPPE: BASIESE BEGRIPPE**. Pretoria: Raad vir Geesteswetenskaplike Navorsing.
113. Mouton, J. en Marais, H.C. 1990. **BASIESE BEGRIPPE: METODOLOGIE VAN DIE GEESTESWETENSKAPPE**. Pretoria: Raad vir Geesteswetenskaplike Navorsing.
114. Muller, H. 2002. **ONDERHOUD MET WAARNEMENDE KLINIEKHOOF EN SOSIOPEDAGOOG VAN KINDERLEIDINGKLINIEK**, Kroonstad: 17 Mei.
115. Muller, R. 2002. **ONDERHOUD MET MAATSKAPLIKE WERKER VAN DIE VERENIGING VIR KINDER- EN-GESINSORGVERENIGING**, Bethlehem: 27 Junie.
116. Naude, L. 2002. **ONDERHOUD MET LERAAR VAN PANORAMA NEDERDUITSE GEREFORMEERDE KERK**, Bethlehem: 27 Junie.
117. Neuman, M.G. 1998. **HELPING YOUR KIDS COPE WITH DIVORCE THE SANDCASTLES WAY**. United States of America: Times.
118. Oaklander, V. 1988. **WINDOWS TO OUR CHILDREN: A GESTALT THERAPY APPROACH TO CHILDREN AND ADOLESCENTS**. Second edition. New York: The Gestalt Journal Press.
119. Oaklander, V. 1992. The relationship of gestalt therapy to children. **THE GESTALT JOURNAL**, 5(1): 64-74.
120. Oaklander, V. 1994(a). From meek to bold: A case study of gestalt play therapy. **PLAY THERAPY IN ACTION: A CASEBOOK FOR PRACTITIONERS**. Kottman, T and Schaefer, C. (Eds.). Londen: Jason Aronson.
121. Oaklander, V. 1994(b). Gestalt play therapy. **HANDBOOK OF PLAY THERAPY VOLUME TWO: ADVANCES AND INNOVATIONS**. O' Connor, K.J. and Schaefer, C.E. (eds.) New York: John Wiley.

122. Oaklander, V. 1997. The therapeutic process with children and adolescents. **GESTALT REVIEW**, 1(4): 292-317.
123. Oaklander, V. 1999. Group play therapy from a gestalt therapy perspective. **HANDBOOK OF GROUP PLAY THERAPY: HOW TO DO IT, HOW IT WORKS, WHOM IT'S BEST FOR**. Sweeney, D.S. and Hofmeyer, I.C. (Eds.). San Francisco: Jossey-Bass.
124. Oaklander, V. 2000. **WINDOWS TO OUR CHILDREN WORKSHOP**. 27-28 March. Bloemfontein.
125. Odendal, F.F., Schoonees, P.C., Swanepoel, C.J., Du Toit, S.J. en Booysen, C.M. 1994. **HAT: VERKLARENDE HANDWOORDEBOEK VAN DIE AFRIKAANSE TAAL**. Derde uitgawe. Midrand: Perskor.
126. Ohlsen, M.M., Horne, A.M. and Lawe, C.F. 1988. **GROUP COUNSELING**. Third edition. United States of America: Holt, Rinehart and Winston.
127. Olds, S.W. and Papalia, D.E. 1986. **HUMAN DEVELOPMENT**. Third edition. Singapore: McGraw-Hill.
128. O'Leary, E. 1992. **GESTALT THERAPY: THEORY, PRACTICE AND RESEARCH**. London: Chapman and Hall.
129. Otto, P.B. 2002. **ONDERHOUD MET SOSIOPEDAGOOG VAN KINDERLEIDINGKLINIEK**, Sasolburg: 4 September.
130. Parkinson, C. 1987. **SEPARATION, DIVORCE AND FAMILIES**. London: MacMillan, Education.
131. Patterson, C.H. 1980. **THEORIES OF COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY**. Third edition. New York: Harper and Row.
132. Patton, M.Q. 1987. **HOW TO USE QUALITATIVE METHODS IN EVALUATION**. California: Sage.

133. Patton, M.Q. 1990. **QUALITATIVE EVALUATION AND RESEARCH METHODS**. Second edition. London: Sage.
134. Perlmutter, M. and Hall, E. 1992. **ADULT DEVELOPMENT AND AGING**. Second edition. New York: John Wiley.
135. Pietersen, A.J.C. 2002. **ONDERHOUD MET KLINIEKHOOF EN SIELKUNDIGE VAN KINDERLEIDINGKLINIEK**, Sasolburg: 3 Junie.
136. Philippson, P. 2002(a). **GESTALT MAP: A MAP OF GESTALT THERAPY**. Available <http://www.editmanager.co.uk/user/index.php?user=mgc&pn=10702>. [Date of access: 19 July 2002].
137. Philippson, P. 2002(b). **KORRESPONDENSIE DEUR INTERNET MET BEKENDE GESTALTGROEPWERKER EN OUTEUR VAN "SELF IN RELATION"**, United Kingdom: 21 Julie en 15 Augustus.
138. Pretorius, A.M. 1993. **DIE ONTWIKKELING EN EVALUERING VAN 'N OUERBEGELEIDINGSPROGRAM VIR DIE ENKELOUERGESIN**. Doktorale proefskrif in Sielkunde. Fakulteit Geesteswetenskappe. Bloemfontein: Universiteit van die Vrystaat.
139. Rapp, E. 1980. Gestalt Art Therapy in Groups. **BEYOND THE HOT SEAT: GESTALT APPROACHES TO GROUP**. Feder, B. And Ronall, R. (Eds.). United states of America: Beefeeder.
140. Rautenbach, M. 2002. **ONDERHOUD MET TOESIGHOUDEnde GESKEIDE OUER**, Bethlehem: 17 April.
141. Reinharz, S. 1993. Empty Explanations for Empty Wombs: An Illustration of secondary Analyses of Qualitative Data. **QUALITATIVE VOICES IN EDUCATIONAL RESEARCH. SOCIAL RESEARCH AND EDUCATIONAL STUDIES**. Schratz, M. (ed.) Series 10, 157-177. London: The Falmer.

142. Rice, J.K. and Rice, D.G. 1986. **LIVING THROUGH DIVORCE: A DEVELOPMENTAL APPROACH TO DIVORCE THERAPY.** New York: Guilford.
143. Rosenblatt, D. 1975. **OPENING DOORS: WHAT HAPPENS IN GESTALT THERAPY.** United States of America: Harper & Row.
144. Rothman, J. 1994. Planning for Intervention Research. **INTERVENTION RESEARCH: DESIGN AND DEVELOPMENT FOR HUMAN SERVICE.** Rothman, J and Thomas, E.J. (eds.) New York: Haworth.
145. Rothman, J. and Thomas, E.J. 1994. An integrative perspective on intervention research. **INTERVENTION RESEARCH: DESIGN AND DEVELOPMENT FOR HUMAN SERVICE.** Rothman, J. and Thomas, E.J. (eds.) New York: Haworth.
146. Royse, D. 1991. **RESEARCH METHODS IN SOCIAL WORK.** Chicago: Nelson-Hall.
147. Schoeman, J.P. 1996(a). Projection techniques. **ENTERING THE CHILD'S WORLD: A PLAY THERAPY APPROACH.** Schoeman, J.P. en Van Der Merwe, M. (Eds.). Pretoria: Kagiso.
148. Schoeman, J.P. 1996(b). Sensory contact with the child. **ENTERING THE CHILD'S WORLD: A PLAY THERAPY APPROACH.** Schoeman, J.P. en Van Der Merwe, M. (Eds.). Pretoria: Kagiso.
149. Schoeman, J.P. 1996(c) Handling aggression in children. **ENTERING THE CHILD'S WORLD: A PLAY THERAPY APPROACH.** Schoeman, J.P. en Van Der Merwe, M. (Eds.). Pretoria: Kagiso.
150. Schoeman, J.P. 1999. **GEVORDERDE KURSUS IN SPELTERAPIE.** 19-23 April. Bloemfontein.
151. Schultz, R. and Ewen, R.B. 1993. **ADULT DEVELOPMENT AND AGING. MYTHS AND EMERGING REALITIES.** New York: Macmillan.



152. Schurink, E.M. 1998(a). Deciding to use a qualitative research approach. **RESEARCH AT GRASS ROOTS: A PRIMER FOR THE CARING PROFESSIONS.** De Vos, A.S. (ed.) Pretoria: Van Schaik.
153. Schurink, W.J. 1998(b). Participant observer. **RESEARCH AT GRASS ROOTS: A PRIMER FOR THE CARING PROFESSIONS.** De Vos, A.S. (ed.) Pretoria: Van Schaik.
154. Schurink, E.M. 1998(c). Designing qualitative research. **RESEARCH AT GRASS ROOTS: A PRIMER FOR THE CARING PROFESSIONS.** De Vos, A.S. (ed.) Pretoria: Van Schaik.
155. Schurink, W.J., Schurink, E.M. and Poggenpoel, M. 1998. Focus group interviewing and audio-visual methodology in qualitative research. **RESEARCH AT GRASS ROOTS: A PRIMER FOR THE CARING PROFESSIONS.** De Vos, A.S. (ed.) Pretoria: Van Schaik.
156. Scott, M.M. 1987. **HULPVERLENING AAN DIE VROULIKE ENKELOUER EN HAAR KINDE(ERS): 'N MAATSKAPLIKEWERKERSPEKTIEF.** Meestersgraadverhandeling in Maatskaplike Werk. Fakulteit Sosiale Wetenskappe. Bloemfontein: Universiteit van die Vrystaat.
157. Sinay, S. 1997. **GESTALT FOR BEGINNERS.** New York: Writers and Readers.
158. Singh, R.N. and McBroom, J.R. 1992. On Measuring the Adjustment of Separated and Divorced Mothers to parenting. **JOURNAL OF DIVORCE AND REMARRIAGE,** 18(112): 127-147.
159. Slaughter, M.M. 2000. Marital Bargaining: Implications for Legal Policy. **MAKING LAW FOR FAMILIES.** Maclean, M. (Ed.). North America: Hart.
160. Smit, C. 2002. **ONDERHOUD MET 'N TOESIGHOUDENDE GESKEIDE OUER,** Bethlehem: 4 April.
161. Smit, G.J. 1985. **NAVORSINGSMETODES IN DIE GEESTESWETENSKAPPE.** Pretoria: Haum.

162. Smith, R. 1981. **LEER DIE KIND KEN: RIGLYNE VIR DIE MAATSKAPLIKE WERKER.** Pretoria: H&R Academica.
163. Spanier, G.B. and Thompson, L. 1984. **PARENTING: THE AFTERMATH OF SEPARATION AND DIVORCE.** London: Sage.
164. Sprenkle, D.H. 1985. **DIVORCE THERAPY.** New York: Haworth.
165. Stainback, S. and Stainback, W. 1988. **UNDERSTANDING AND CONDUCTING QUALITATIVE RESEARCH.** Iowa: Kendall/Hunt.
166. Statistiek Suid-Afrika. 1990. **HUWELIKE EN EGSKEIDINGS.** Pretoria: Staatsdrukker.
167. Statistiek Suid-Afrika. 1998. **HUWELIKE EN EGSKEIDINGS.** Pretoria: Staatsdrukker.
168. Steyn, A.F., Van Wyk, D. en Le Roux, R. 1987. **DIE GESIN: GISTER EN VANDAG.** Pretoria: Academica.
169. Strydom, H. and De Vos, A.S. 1998. Sampling and sampling methods. **RESEARCH AT GRASS ROOTS: A PRIMER FOR THE CARING PROFESSIONS.** De Vos, A.S. (ed.) Pretoria: J.L. Van Schaik.
170. Suid-Afrikaanse Nasionale Raad vir Kinder- en Gesinsorg, 1988. **EGSKEIDINGSGIDS.** Braamfontein: The Natal Witness.
171. Thom, D.P. 1990. Adollessensie. **SIELKUNDE: 'N INLEIDING VIR STUDENTE IN SUIDER-AFRIKA.** Louw, D.A. en Edwards, D.J.A. (reds.) Johannesburg: Lexicon.
172. Thompson, C.L. and Rudolph, L.B. 1988. **COUNSELING CHILDREN.** Second edition. California: Brooks/Cole.
173. Thompson, C.L. and Rudolph, L.B. 1996. **COUNSELING CHILDREN.** Fourth edition. California: Brooks/Cole.

174. Thompson, R.A. 1996. **COUNSELING TECHNIQUES: IMPROVING RELATIONSHIPS WITH OTHERS, OURSELVES, OUR FAMILIES, AND OUR ENVIRONMENT.** United States of America: Accelerated Development.
175. Tripodi, T. 1983. **EVALUATION RESEARCH FOR SOCIAL WORKERS.** Eighteenth edition. Silver Spring: National Association of Social Workers.
176. Turner, N.W. 1985. Divorce: Dynamics of Decision Therapy. **DIVORCE THERAPY.** Sprenkle, D.H. (ed.) New York: Haworth.
177. Tyler, D.M. 1980. Gestalt Group Process. **BEYOND THE HOT SEAT: GESTALT APPROACHES TO GROUP.** Feder, B. and Ronall, R. (Eds.). United States of America: Beefeeder.
178. Vaktaalkomitee vir Maatskaplike Werk. 1995. **NUWE WOORDEBOEK VIR MAATSKAPLIKE WERK: HERSIENE EN UITGEBREIDE UITGAWE.** Kaapstad: CTP.
179. Van de Riet, V., Korb, M.P. and Gorrell, J.J. 1980. **GESTALT THERAPY. AN INTRODUCTION.** New York: Pergamon.
180. Van der Merwe, F.H.S. 2002. **ONDERHOUD MET SOSIOPEDAGOOG VAN KINDERLEIDINGKLINIEK,** Bloemfontein: 5 Julie.
181. Van der Westhuisen, D. 2002. **ONDERHOUD MET KANTOORHOOF VAN DIE ORANJE VROUEVERENIGING,** Bethlehem: 10 Junie.
182. Van Manen, M. 1990. **RESEARCHING LIVED EXPERIENCE. HUMAN SCIENCE FOR AN ACTION SENSITIVE PEDAGOGY.** New York: State University of New York.
183. Van Rensburg, E. 2001. **DIE ONTWIKKELING VAN 'N SIELKUNDIGE SPANBENADERING VIR DIE BEPALING VAN BEHEER, TOESIG EN TOEGANG BY EGSKEIDINGDISPUTE.** Doktorale proefskrif in Sielkunde. Fakulteit Geesteswetenskappe. Bloemfontein: Universiteit van die Vrystaat.

184. Van Schalkwyk, L.N. 1992. **HUWELIKSREG-BRONNEBUNDEL**. Pretoria: Juta & Kie.
185. Van Staden, S. 1987. **MY HUWELIK HET MISLUK**. Kaapstad: Owen Burgess.
186. Van Wyk, G. en La Cock, A. 1988. **EGSKEIDING IN SUID-AFRIKA**. Kaapstad: Printpak.
187. Van Wyk, S.J. 1984. **DIE GEBRUIK VAN GRAFIESE BEELDING IN GESTALTTERAPIE**. Meestersgraadverhandeling in Maatskaplike Werk. Fakulteit Lettere en Wysbegeerte. Pretoria: Universiteit van Pretoria.
188. Van Wyk, C.J. 2002. **ONDERHOUD MET SOSIOPEDAGOOG VAN KINDERLEIDINGKLINIEK**, Welkom: 5 Junie.
189. Van Zyl, A.D. 2002. **ONDERHOUD MET GESINSADVOKAAT VAN DIE KANTOOR VAN DIE GESINSADVOKAAT**, Bloemfontein: 21 Junie.
190. Viljoen, A. 2001. **GESTALTSPELTERAPIE MET DIE LAERSKOOKIND IN 'N EGSKEIDINGSITUASIE**. Meestersgraadskripsie in Maatskaplike Werk. Fakulteit Geesteswetenskappe: Universiteit van die Vrystaat.
191. Viljoen, M.E.S. 2002. **ONDERHOUD MET SELKUNDIGE VAN KINDERLEIDINGKLINIEK**, Bloemfontein: 22 Mei.
192. Visser, P.J. en Potgieter, J.M. 1998. **INLEIDING TOT DIE FAMILIEREG**. Kenwyn: Juta.
193. Von Caues, M.E. 1991. **ENKELE BELEWENISSE VAN DIE KIND IN DIE EGSKEIDINGSITUASIE, MET BESONDERE VERWYSING NA DIE ROL VAN DIE VROU AS TOESIGHOUDENDE OUER**. Meestersgraadverhandeling in Sielkunde. Fakulteit Geesteswetenskappe. Bloemfontein: Universiteit van die Vrystaat.
194. Vosloo, S. 2002. **ONDERHOUD MET DIE KANTOORHOOF VAN DIE DEPARTEMENT MAATSKAPLIKE DIENSTE**, Bethlehem: 5 Junie.

195. Wakeford, E. 2001. **OUERVERVREEMDINGSINDROOM BY GESKEIDES: 'N VERKENNENDE ONDERSOEK.** Doktorale proefskrif in Sielkunde. Fakulteit Geesteswetenskappe. Bloemfontein: Universiteit van die Vrystaat.
196. Walsh, F. 1982. **NORMAL FAMILY PROCESSES.** New York: Guilford.
197. Weiner, B.A. 1985. An overview of child custody laws. **HOSPITAL AND COMMUNITY PSYCHIATRY**, 36(8), 838-843.
198. Welch, G.J. 1988. **SOCIAL WORK INTERVENTION TO FACILITATE POST-DIVORCE ADJUSTMENT.** Pietermaritzburg: University of Natal.
199. Wet op Egskeiding, 1979 (Wet No. 70 van 1979). **Staatskoerant No. 6506.** Pretoria: Staatsdrukker.
200. Wet op Voogdyskap, 1993 (Wet No. 192 van 1993). **Staatskoerant No. 15527.** Pretoria: Staatsdrukker.
201. Winter, C.M. 2000. **GESTALTGROEPWERK MET DIE MIDDESTADKIND IN DIE MIDDELKINDERJARE NA EGSKEIDING VAN DIE OUERS.** Meestersgraadskripsie in Maatskaplike Werk. Fakulteit Lettere en Wysbegeerte. Pretoria: Universiteit van Pretoria.
202. Yalom, I.D. 1985. **THE THEORY AND PRACTICE OF GROUP PSYCHOTHERAPY.** Third edition. New York: Basic Books.
203. Yontef, G.M. 1993. **AWARENESS DIALOGUE AND PROCESS: ESSAYS ON GESTALT THERAPY.** United States of America: Gestalt Journal Press.
204. Yontef, G.M. and Simkin J.S. 1989. Gestalt Therapy. **CURRENT PSYCHOTHERAPIES.** Fourth edition. Corsini, R.J. and Wedding, D. (Eds.). Illinois: Peacock.
205. Yssel, J.M. 1999. **GESTALTTERAPIE MET DIE ALLERGIESE KIND IN DIE MIDDELKINDERJARE.** Doktorale proefskrif in Maatskaplike Werk. Fakulteit Lettere en Wysbegeerte: Universiteit van Pretoria.

206. Yssel, R. 2002. **ONDERHOUD MET DIE ONDERHOUDSBEAMPTE VAN DIE HOF**,  
Bethlehem: 3 Junie.
207. Zinker, J.C. 1980. The Developmental Process of a Gestalt Therapy Group.  
**BEYOND THE HOT SEAT: GESTALT APPROACHES TO GROUP**. Feder, B. and  
Ronall, R. (Eds.). United States of America: Beefeeder.

VRYSTAAT, DONDERDAG 28 AUGUSTUS 2003 27

# Daar is hoop ná egskeiding

AL hoe meer huwelike in Suid-Afrika loop jaarliks op die rotse, al meer gesinne verbrokkel en meer kinders word die slagoffer van egskedings.

Mev. Alma Viljoen, sosio-pedagoog by die kinderleidingkliniek in Bethlehem, sê egskedings behels 'n spanningvolle, emosionele ervaring wat 'n geweldige uitwerking op die lewe van die mense wat skei en hul kinders het.

Hoë verwagtinge word gestel omdat verskeie gekompliseerde aanpassings tegelyk gehanteer moet word.

Egskedings veroorsaak dikwels 'n verlaging in eie waarde, verandering in rolle, verhuisings, verlaagde geldelike posisies en 'n verlies aan ondersteuningsbronne.

Ouers is kinders se primêre steungewers. Die aanmoediging, steun, liefde en begeleiding van ouers is van die allergrootste belang vir die kinders se persoonlikheidsontwikkeling.

Egskeding kan kinders se ontwikkeling benadeel vanweë die traumatiese verliese, veranderinge en aanpassing wat dit vir hulle kan meebring.

Ouers kan vanweë die emosionele, wetlike en persoonlike uitvloeisels in 'n emosionele oorlewingstryd gedompel word, wat hulle van die nodige energie kan ontnem om sensitief teenoor hul kinders se behoeftes te wees. Navorsing het bevind dat kinders juis 'n groter behoefte aan aandag en ondersteuning

openbaar.

Viljoen is van mening dat kinders se aanpassing vergemaklik kan word deur hul ouers te help om hul eie verliese en rou rondom hul egskedings te verwerk.

Dit is veral die toesighoudende ouer wat hul kinders se aanpassing benvloed.

Dit het Viljoen gemotiveer om in haar doktorsale studie 'n gestaltgroepwerkprogram te ontwikkel om toesighoudende geskeide ouers emosioneel te versterk sodat hul aanpassing by hul egskedingsituasies as enkelouers vergemaklik word.

Viljoen sê hierdeur word hulle in staat gestel om hulself beter te leer ken, verhoogde innerlike krag te bekom, bewus te word van hul onderdrukte gevoelens en dit te verwerk en effektiewe hanteringstrategieë te bekom. Sodoende kan hulle beter keuses maak, verantwoordelikheid vir hul eie lewe aanvaar en met verhoogde innerlike sterkte sensitief wees vir hul kinders se behoeftes.

Viljoen beplan om gedurende September 2003 ses tot agt Afrikaanssprekende toesighoudende geskeide ouers (al twee geslagte) gratis by tien gestaltgroepwerksessies vir haar doktorsale studie se praktiese deel te betrek.

Viljoen nooi alle belangstellendes tussen 20 en 40 jaar, wat die afgelope jaar geskei is, om haar te kontak by (058) 303-4561, 083-379-5527 of (058) 303-2348 ná ure.

Alle inligting sal streng vertroulik gehanteer word.

**BYLAE 2: KORRESPONDENSIE MET PROKUREURS TEN OPSIGTE VAN WERWING  
VAN VRYWILLIGE DEELNEMERS**

Posbus 400

Bethlehem

9700

27 Januarie 2003

Geagte

**Navorsing (Universiteit van die Vrystaat, Departement Maatskaplike Werk-  
studentenommer 1986035960): Toesighoudende geskeide ouers**

Ons telefoniese gesprek gedurende 2002 het betrekking.

Ek is tans besig met my doktorsale proefskrif wat handel oor die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende geskeide ouers.

Egskeiding is meestal 'n spanningsvolle, intense emosionele ervaring wat 'n geweldige uitwerking op die lewens van die partye wat skei en hulle kinders het. Toesighoudende ouers is dikwels vanweë die emosionele, wetlike en persoonlike uitvloeisels van hul egskeidingsituasies in 'n emosionele oorlewingstryd wat hul kan ontnem van die nodige energie om sensitief ten opsigte van hul kinders se behoeftes te wees.

Met die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram word gepoog om toesighoudende geskeide ouers te help om hul egskeiding te verwerk en daarby aan te pas, sodat hul oor genoegsame energie kan beskik om hul kinders te ondersteun.

Vir die doeleindes van my empiriese ondersoek benodig ek agt, Blanke, Afrikaanssprekende, vrywillige manlike en vroulike toesighoudende geskeide ouers tussen twintig- en veertigjaar om by tien weeklikse twee uur groepwerksessies in te skakel. Ek beoog om vanjaar (ongeveer September) met die groepwerk te begin.

Dit sal opreg waardeur word indien u my in gedagte sal hou indien u met toesighoudende geskeide ouers te doen kry, wat sedert Julie 2002 geskei het of wat vanjaar skei en



moontlik sal belangstel om by my groepwerk in te skakel. Ek sal weer deur dié jaar met u kontak maak vir moontlike terugvoer.

U vriendelike samewerking word opreg waardeer. By voorbaat baie dankie.

-----

Alma V iljoen. (Mev.)

### **BYLAE 3: INLIGTINGSTUK AAN POTENSIËLE DEELNEMERS**

#### **Liewe Toesighoudende, geskeide ouer**

Egskeiding behels 'n spanningsvolle, intense emosionele ervaring wat 'n geweldige uitwerking op jou en jou kind/ers se lewens kan hê. Hoë verwagtinge word aan jou en jou kind/ers in die egskeidingsituasie gestel, omdat verskeie gekompliseerde aanpassings tegelyk hanteer moet word. Egskeiding veroorsaak dikwels 'n verlaging in eiewaarde, veranderinge in rolle, verhuisings, verlaagde finansiële posisies en 'n verlies aan ondersteuningsbronne soos vriende en selfs familie.

As ouer is jy jou kind/ers se primêre steungewer. Die aanmoediging, steun, liefde en begeleiding van jou as ouer is daarom van die allergrootste belang vir jou kind/ers se persoonlikheidsontwikkeling. Egskeidingsituasies kan egter jou kind/ers se ontwikkeling benadeel, vanweë die traumatiese verliese, veranderinge en aanpassing wat dit kan meebring. Jy kan vanweë die emosionele, wetlike en persoonlike uitvloeisels van jou egskeidingsituasie in 'n emosionele oorlewingstryd gedompel word, wat jou van die nodige energie kan ontnem om sensitief ten opsigte van jou kind/ers se behoeftes te wees. Die beëindiging van 'n verhouding deur egskeiding kan in 'n onvoltooide gestalt eindig (O'Leary 1992:15). 'n Gestalt is onvoltooid wanneer 'n individu byvoorbeeld seergemaak, kwaad of haatdraend teenoor iemand voel en nie sy gevoelens op 'n manier oplos, uitdruk of daarvan ontslae raak nie en sy gevoelens sodoende geblokkeerd en onopgelos bly. Onopgeloste gestalte berooft 'n individu van energie, deurdat dit in die agtergrond bly sloer en in die individu se lewe saamgedra word op wyses wat effektiewe kontakmaking met homself en andere, asook die voltooiing van nuwe gestalte benadeel. Onvoltooid gestalte ontnem ook die individu van die nodige motivering om in ander aktiwiteite betrokke te raak en gesond en energiek te funksioneer. (Vgl. Van de Riet *et al.* 1980:37:61, O'Leary 1992:14-16 en Schoeman 1996a:38.) Deur middel van gestaltgroepwerk kan jy egter geleentheid kry om bewus te word van jou onvoltooid gestalte ten einde dit te voltooi en weer die nodige energie te vind om sensitief ten opsigte van jou kind/ers se behoeftes te wees en laasgenoemde in die egskeidingsituasie te ondersteun. Die doel van die 10 gestaltgroepwerkssessies (twee uur elk) is nie om jou te lei ten opsigte van die hantering van jou kind/ers nie, maar om jou deur 'n proses in staat te stel om:

☺ meer bewus te word van jouself en jou omgewing;

- ☺ verhoogde selfondersteuning (innerlike krag) te bekom;
- ☺ bewus te word van jou onderdrukte gevoelens (onvoltooide gestalte) en dit te verwerk;
- ☺ bewus te word van teenstrydige gevoelens wat jy moontlik kan ervaar, byvoorbeeld liefde en haat vir dieselfde persoon en dit te versoen/integreer; en
- ☺ effektiewe hanteringstrategieë vir gevoelens te bekom.

Op dié wyse kan jy bemagtig word om beter by jou egskeidingsituasie aan te pas, om keuses te maak, verantwoordelikheid vir jou eie lewe te aanvaar en met verhoogde innerlike sterkte en energie sensitief ten opsigte van jou kind/ers se behoeftes te wees en laasgenoemde te ondersteun.

Aktiwiteite sal meestal in groepverband plaasvind, maar geleenthede sal tydens groepwerksessies geskep word vir individuele werk, waartydens 'n vrywillige deelnemer en die gestaltgroepleier saam op 'n probleem in die deelnemer se lewe sal fokus. Verskeie mediums, byvoorbeeld klei, 'n leë stoel, gekleurde penne, musiek, vetkryt, karton en papier sal tydens die gestaltgroepwerksessies gebruik word.

Die groepwerksessies se aktiwiteite is op so 'n wyse beplan om jou en mededeelnemers tydens die groeiproses geleidelik innerlik sterk te maak en voor te berei om uiting aan julle gevoelens te gee. Die groepwerksessies kan met 'n stel trappe vergelyk word, deurdat elke sessie op die vorige een voortbou. Derhalwe is dit belangrik dat jy al die sessies getrou bywoon, ten einde groei te kan ervaar.

Gedurende die verloop van die groepwerkproses sal die volgende temas aandag geniet:

☞ Sessie een	▪ Ons word georiënteer en leer mekaar ken
☞ Sessie twee	▪ Ek maak kontak met my sintuie en liggaam
☞ Sessie drie	▪ Ek stel myself voor
☞ Sessie vier	▪ Ek kom in kontak met my energie en fokus op basiese gevoelens
☞ Sessie vyf	▪ Ek is 'n "roosboom" en gee uiting aan my gevoelens
☞ Sessie ses	▪ Ek teken en gee uiting aan my gevoelens

☞ Sessie sewe	▪ Ek droom en gee uiting aan my gevoelens
☞ Sessie agt	▪ Ek teken op 'n "koekboks" en gee uiting aan my gevoelens
☞ Sessie nege	▪ Ek kom in kontak met my aggressiewe gevoelens en vertroetel myself
☞ Sessie tien	▪ Ons sê totsiens vir mekaar

**Die volgende verwagtings word deur die gestaltgroepleier aan jou en medegroeplede gestel:**

- ★ Die gestaltgroepwerksessies moet getrou nagekom word.
- ★ Deelnemers moet betyds vir elke gestaltgroepwerksessie opdaag.
- ★ Indien 'n sessie nie bygewoon kan word nie, moet die gestaltgroepleier ten minste 24 uur voor die tyd (met uitsondering van onvoorsiene krisisse, byvoorbeeld 'n ernstige motorongeluk) daarvan verwittig word, sodat 'n alternatiewe tyd met die res van die deelnemers gereël kan word.
- ★ Deelnemers moet bereid wees om aan groepwerkaktiwiteite/-tegnieke deel te neem, met dien verstande dat hulle nie deur die groepleier of die ander deelnemers tot deelname geforseer mag word nie.
- ★ Wedersydse respek en streng vertroulikheidsbeginsels moet deurentyd gehandhaaf word.

Tydens die eerste groepwerksessie sal geleentheid aan jou en mededeelnemers gegee word om ook julle verwagtinge ten opsigte van die gestaltgroepwerk te stel. Ek sien uit na die 10 groepwerksessies waarby jy gaan inskakel. Ek vertrou dat jy dit gaan geniet en daarby gaan baat vind.

Vriendelike groete

Alma Viljoen

## **BYLAE 4: GROEPWERKSESSIE 1**

### ***BYLAE 4.1: SKRIFTELIKE OOREENKOMS AANGAANDE WEDERSYDSE VERWAGTINGE***

**'n Skriftelike ooreenkoms tussen die navorser (gestaltgroepleier) en elke deelnemer**

**➤ Die volgende verwagtinge word deur die gestaltgroepleier gestel:**

- Die gestaltgroepwerkessies moet getrou nagekom word.
- Deelnemers moet betyds vir elke gestaltgroepwerkessie opdaag.
- Indien 'n sessie nie bygewoon kan word nie, moet die gestaltgroepleier ten minste 24 uur voor die tyd (met uitsondering van onvoorsiene krisis, byvoorbeeld 'n ernstige motorongeluk) daarvan verwittig word, sodat 'n alternatiewe tyd met die res van die deelnemers gereël kan word.
- Die deelnemers moet bereid wees om aan groepwerkaktiwiteite/-tegnieke deel te neem, met dien verstande dat hul nie deur die groepleier of die ander deelnemers tot deelname geforseer mag word nie.
- Wedersydse respek en streng vertroulikheidsbeginsels moet deurentyd gehandhaaf word.

**➤ Verwagtinge deur elke deelnemer gestel:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**BYLAE 4.2: SKRIFTELIKE OOREENKOMS AANGAANDE ETIESE ASPEKTE**

Die volgende skriftelike ooreenkoms word tussen die navorser en elke deelnemer gesluit:

Hiermee gee ek, ....., toestemming dat video- en bandopnames vir navorsingsdoeleindes van elke gestaltgroepwerksessie, waarvan ek 'n deelnemer sal wees, gemaak mag word.

Ek begryp dat die band- of videoopnames wat ten opsigte van elke gestaltgroepwerksessie gemaak word streng vertroulik hanteer sal word, met dien verstande dat die inhoud daarvan aan geen lede van die publiek getoon of met hul bespreek sal word nie. Die inhoud van die band- of videoopnames sal slegs deur die navorser, mevrou A. Viljoen en haar studiepromotors vir navorsingsdoeleindes benut word. Die video en bandopnames sal na afloop van die navorsingstudie vernietig word.

Ek begryp dat geen identifiserende inligting van my en die ander deelnemers in die finale navorsingsverslag gepubliseer sal word nie. Skuilname sal deurgangs gebruik word.

Ek besef dat die gestaltgroepwerk vir navorsingsdoeleindes na afloop van tien sessies beëindig sal word, maar dat 'n oopdeurbeleid ten opsigte van my terapeutiese behoeftes gevolg sal word.

Handtekening: Deelnemer ----- Datum -----

Handtekening: Navorser----- Datum-----

**BYLAE 4.3: ONVOLTOOIDE SINNETOETS SOOS BENUT TYDENS GROEPWERK-  
SESSIE 1**

Naam: .....

Datum: .....

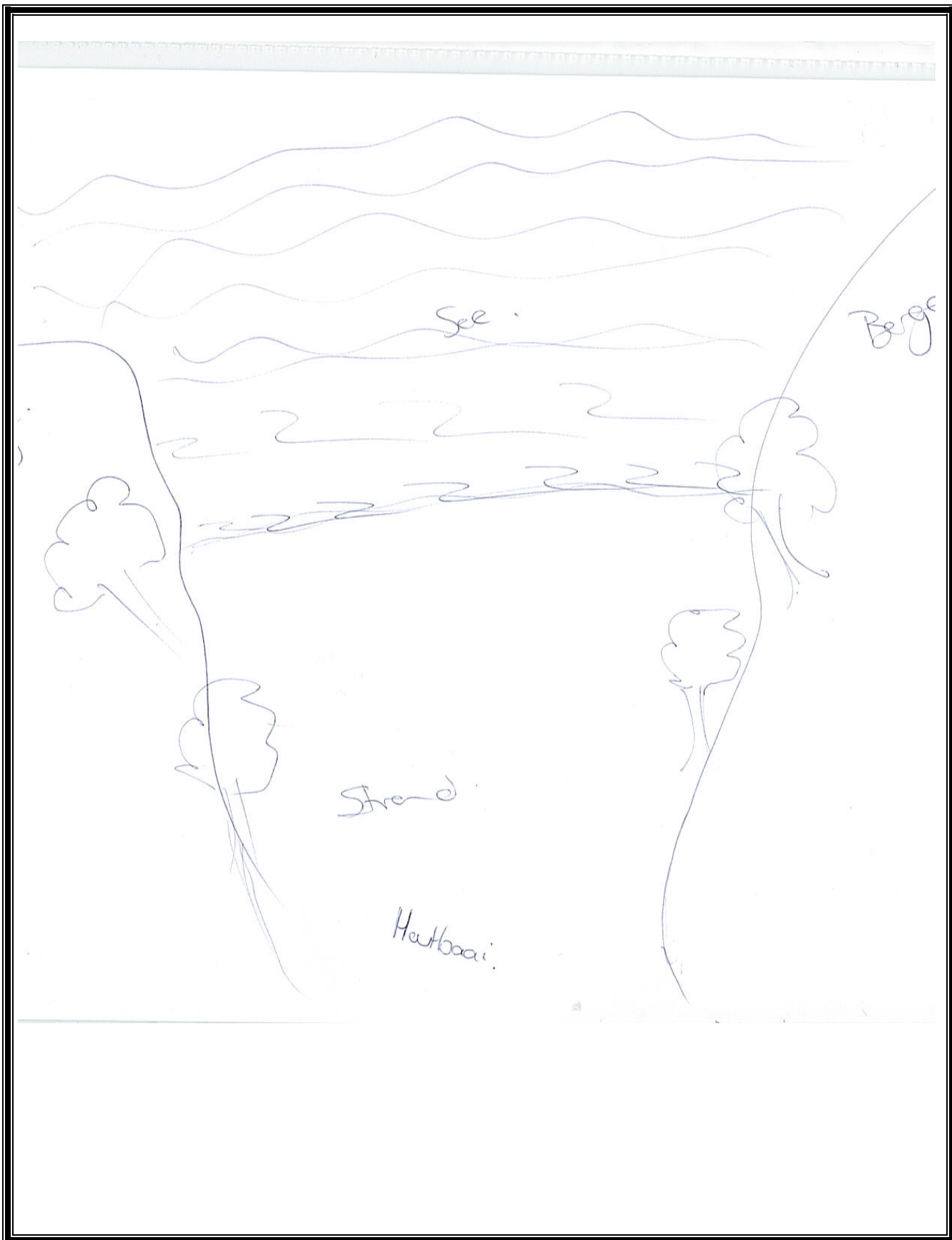
**Voltooi asseblief elke sin met die eerste gedagte wat by jou opkom.**

1. Ek hou van .....
2. Die gelukkigste oomblik .....
3. Voor ek snags aan die slaap raak dink ek.....  
.....
4. Ek wil baie graag .....
5. Ek voel .....
6. My vriende .....
7. Mense .....
8. Ek vererg my .....
9. My grootste vrees .....
10. Ek kon nog nooit .....
11. Toe ek jonger was .....
12. Ek sal nooit vergeet .....
13. Ek word kwaad .....
14. My grootste bekommernis is .....
15. Ek wonder soms .....
16. Ek voel hartseer .....
17. As ek dinge kon verander.....
18. Dit pla my .....
19. Ek verkies.....
20. Wat ek nodig het .....
21. Mense wat nie van my hou nie .....
22. Ek het geen tyd vir .....
23. Ek wens .....
24. My finansies .....
25. Ek is spyt .....
26. My Ma .....
27. Ek haat .....

28. Ek is jammer .....
29. Ek is baie .....
30. Ek wens ek kon vir my gewese huweliksmaat sê .....
- .....
31. Ek verbeel my soms .....
32. My Pa .....
33. My kind/ers .....
34. Dit is my skuld .....
35. Ek kan nie verstaan .....
36. Ek verlang .....
37. My huwelikslewe .....
38. Toe ek nog 'n kind was .....
39. Ek voel teleurgesteld .....
40. Ek voel alleen .....
41. Ek vind dit moeilik .....
42. My werk .....
43. Ek voel skaam .....
44. My behuising .....
45. Naweke .....
46. Ek slaap .....
47. Ek voel magteloos .....
48. My eetlus .....
49. Egskeiding .....



**BYLAE 4.4: DEELNEMER 1 SE VEILIGE PLEK**



**BYLAE 4.5: DEELNEMER 2 SE VEILIGE PLEK**



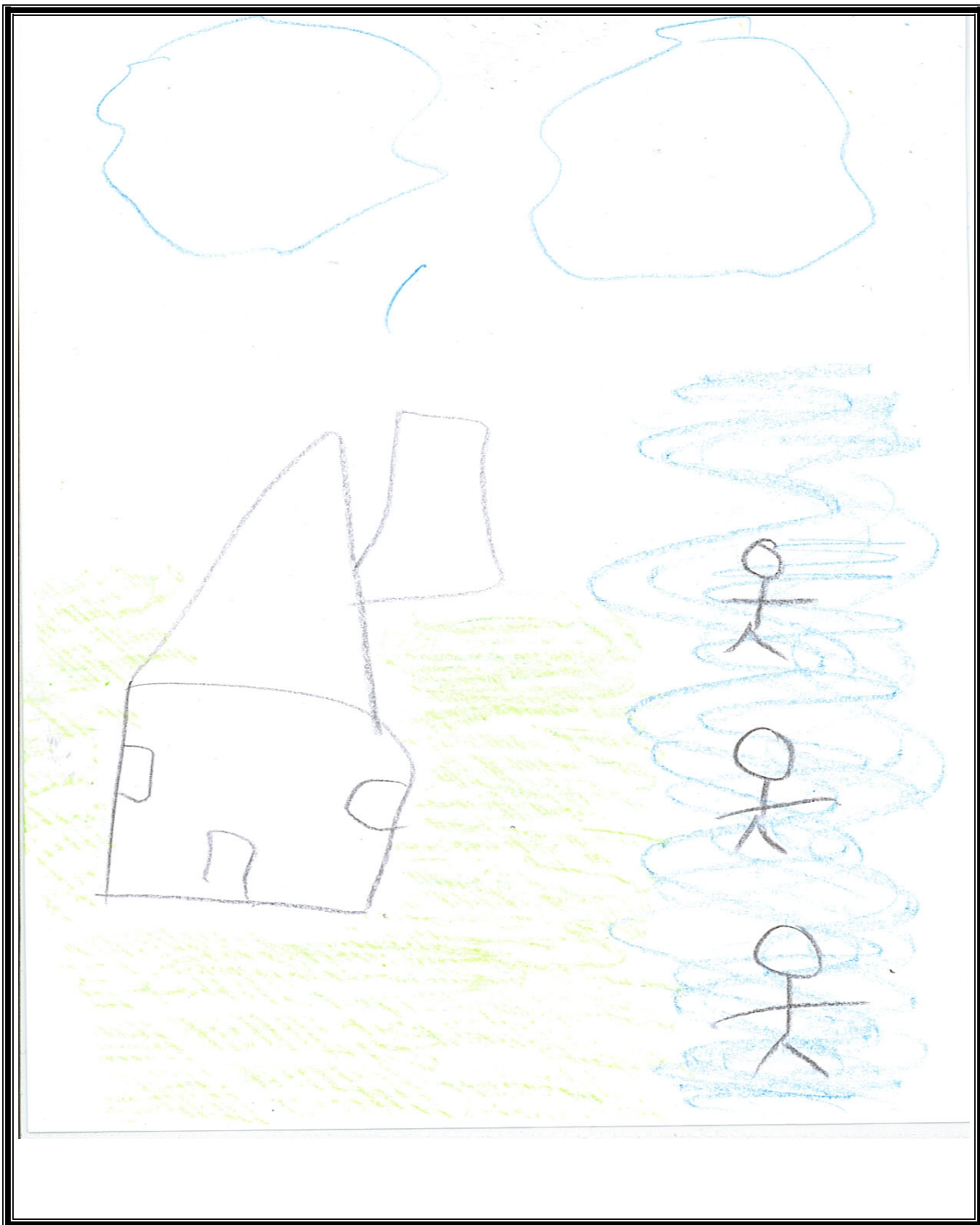
**BYLAE 4.6: DEELNEMER 3 SE VEILIGE PLEK**



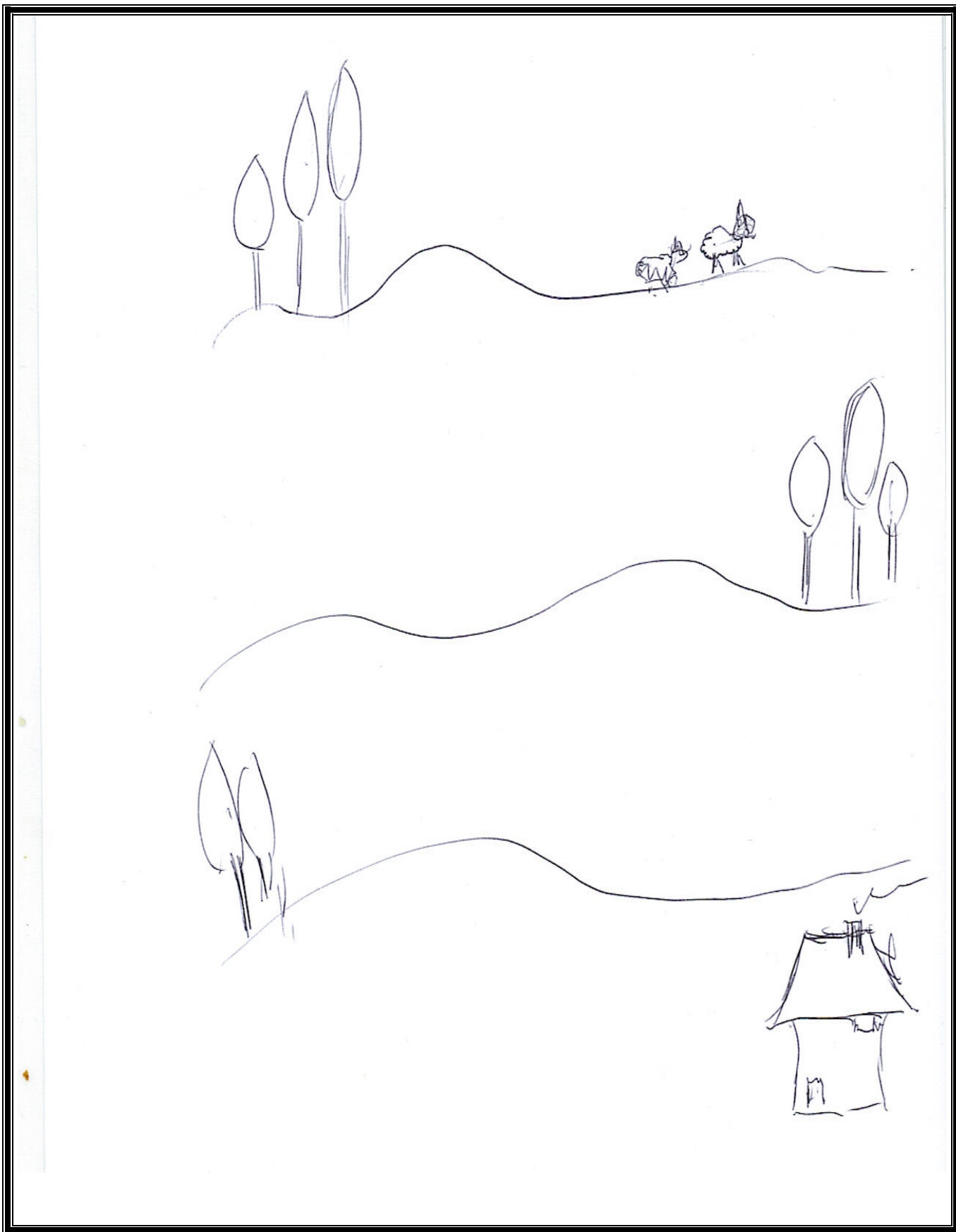
**BYLAE 4.7: DEELNEMER 4 SE VEILIGE PLEK**



**BYLAE 4.8: DEELNEMER 5 SE VEILIGE PLEK**



**BYLAE 4.9: DEELNEMER 6 SE VEILIGE PLEK**





**BYLAE 5: GROEPWERKSESSIE 2**

***BYLAE 5.1: Kontakstimuleringsaktiwiteite***

**GROEPWERKSESSIE 2**

**NAAM:** .....

**DATUM:** .....

**Kontakstimuleringsaktiwiteite**

➤ **GEHOOR:** *Identifiseer die verskillende geluide*

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

➤ **PROE:** *Dui aan waarvan jy hou en waarvan jy nie hou nie.  
Herinner die smake jou aan iets of aan iemand?*

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



➤ **SIG: Gee 'n beskrywing van wat jy sien**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

➤ **GEVOEL/TAS: Beskryf hoe die artikels in die kardoessakkie voel en meld waaraan dit jou laat dink.**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

➤ **REUK: Onderskei tussen reuke waarvan jy hou en waarvan jy nie hou nie en meld of dit jou aan iets of aan iemand herinner?**

---

---

---

---

---

---

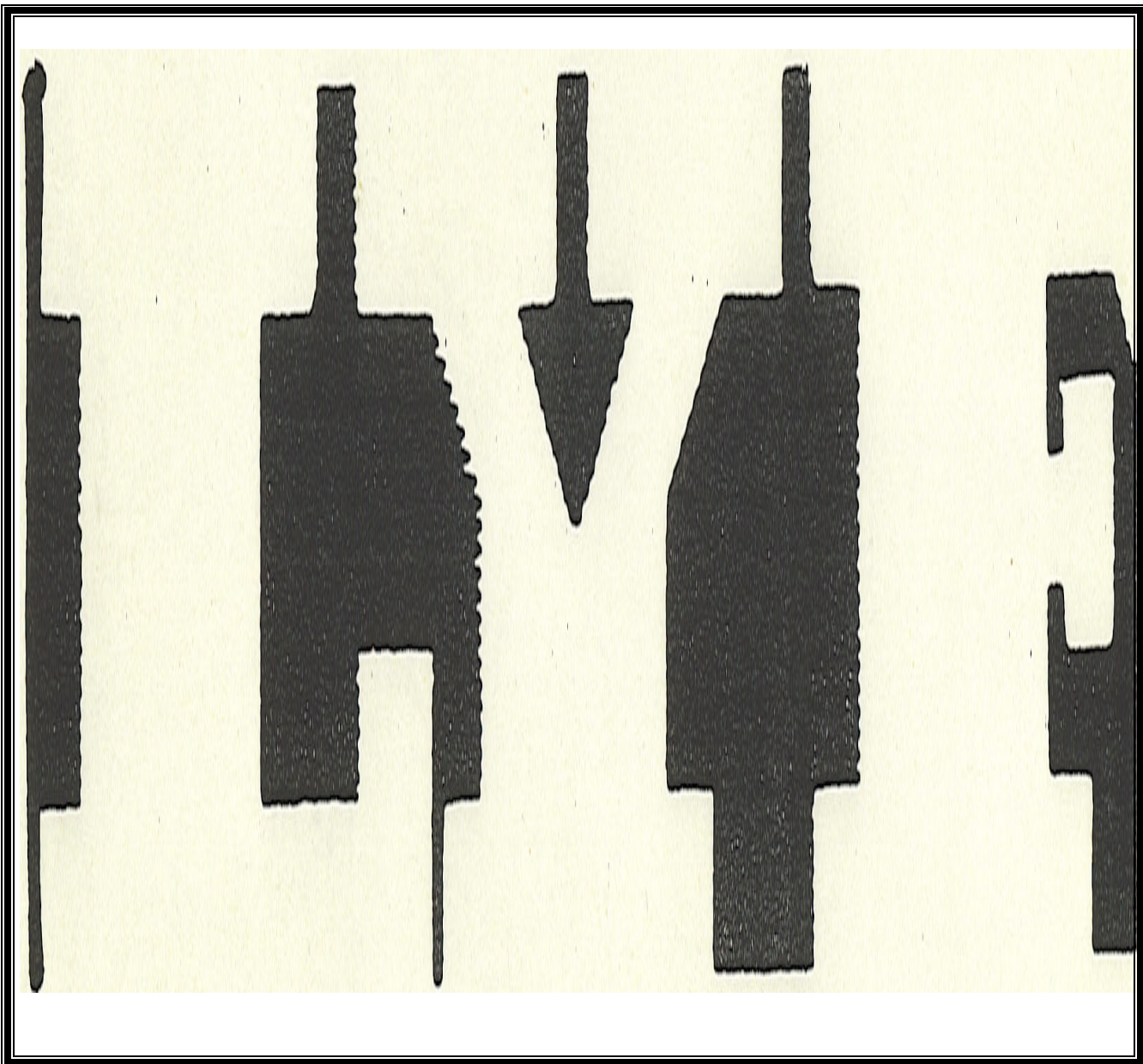
---

---

---

---

**BYLAE 5.1: "LYF"**



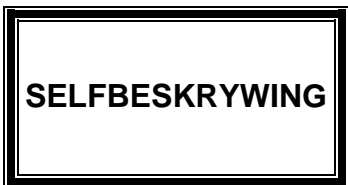
**BYLAE 6: GROEPWERKSESSIE 3**

**BYLAE 6.1: SELFBESKRYWING**

**GROEPWERKSESSIE 3**

**NAAM:**-----

**DATUM:**-----



**Beskryf jouself aan die hand van jou:**

➤ **Baba jare**

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

➤ **Laerskool jare**

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----



**BYLAE 6.2: COLLAGEWERK**

**Groepwerksessie 3**

**Naam:** .....

**Datum:** .....



➔ **Stel jouself voor in die vorm van 'n collage. Fokus op jou voorkeure (waarvan jy hou) en jou afkeure (waarvan jy nie hou nie)**

➔ **Beskryf jou collage – nadat dit voltooi is**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**BYLAE 6.3: DEELNEMER 1 SE COLLAGE**



**BYLAE 6.4: DEELNEMER 2 SE COLLAGE**



**BYLAE 6.5: DEELNEMER 3 SE COLLAGE**





**BYLAE 6.6: DEELNEMER 4 SE COLLAGE (DEEL 1)**



**BYLAE 6.7: DEELNEMER 4 SE COLLAGE (DEEL 2)**



**BYLAE 6.8: DEELNEMER 5 SE COLLAGE**





**BYLAE 7: GROEPWERKSESSIE 4**

**BYLAE 7.1: KLEI-AKTIWITEIT**

**Groepwerksessie 4**

**Naam:** .....

**Datum:** .....



*Deel jou klei-eksperiment met 'n medegroep lid aan die hand van die volgende vrae:*

➤ **Wat het jy gehaat om te doen?**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

➤ **Waarvan het jy gehou en nie van gehou nie?**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

➤ **Waraan herinner dit jou?**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**BYLAE 7.2: BASIESE GEVOELENS**

**Groepwerksessie 4**

**Naam:** .....

**Datum:** .....

<p><b>Kies 'n kleur vir elke gevoel</b></p> <p><input type="checkbox"/> Kwaad</p> <p><input type="checkbox"/> Bly</p> <p><input type="checkbox"/> Hartseer</p> <p><input type="checkbox"/> Bang</p>
---

- Dink aan 'n geleentheid wat jy kwaad was. Verbeel jou dat jy nou weer in daardie situasie is. Beskryf kortliks die situasie.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

- Dink aan 'n geleentheid wat jy bly was. Verbeel jou dat jy nou weer in daardie situasie is. Beskryf kortliks die situasie.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

- Dink aan 'n geleentheid wat jy hartseer was. Verbeel jou dat jy nou weer in daardie situasie is. Beskryf kortliks die situasie.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

- Dink aan 'n geleentheid wat jy bang was. Verbeel jou dat jy nou weer in daardie situasie is. Beskryf kortliks die situasie.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

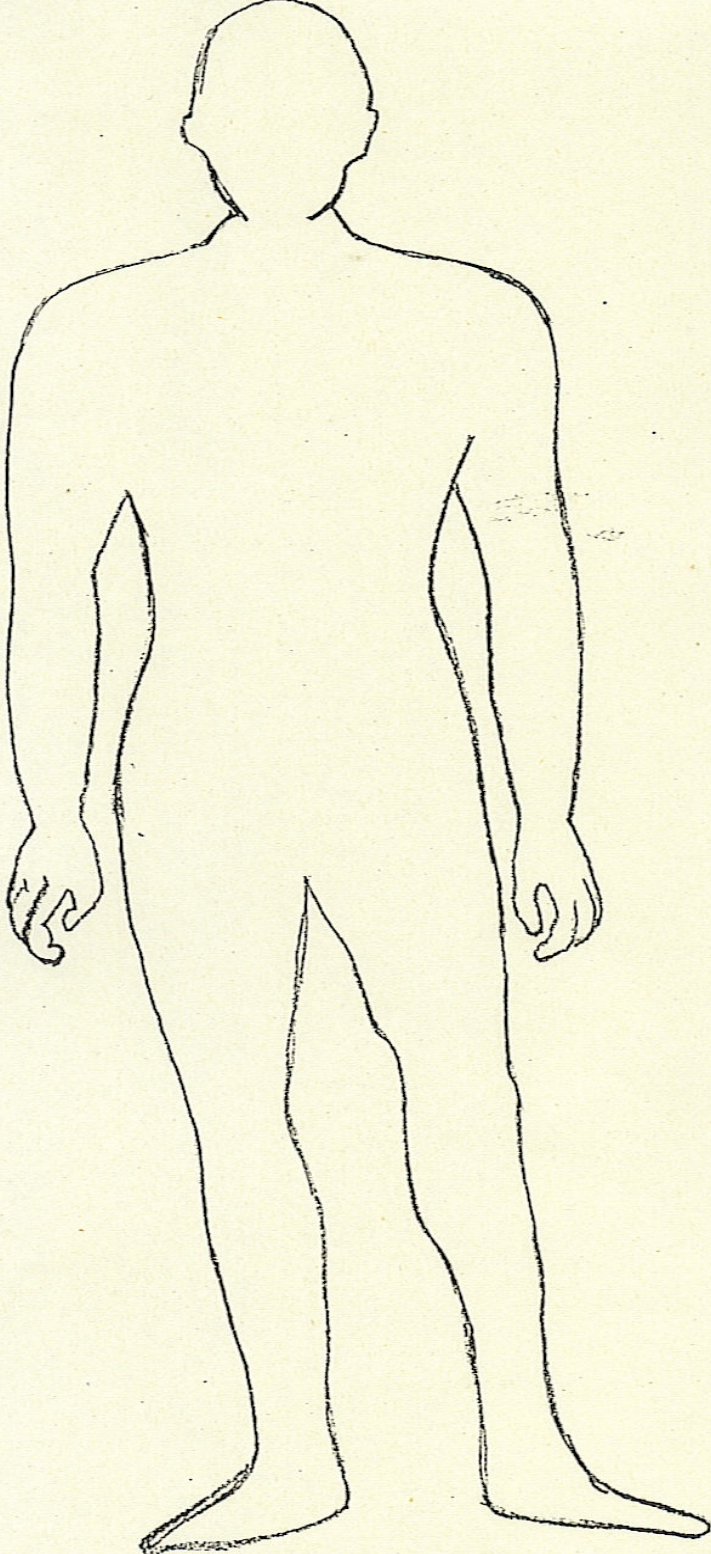
---

---

---

**BYLAE 7.3: GEVOELSERVARING TEN OPSIGTE VAN MENSLIKE LIGGAAM**

<input type="checkbox"/>	<b>Kwaad</b>
<input type="checkbox"/>	<b>Bly</b>
<input type="checkbox"/>	<b>Hartseer</b>
<input type="checkbox"/>	<b>Bang</b>



A simple line drawing of a human figure from the back, used for marking emotional responses. The figure is standing upright with arms at its sides. The drawing is enclosed in a rectangular border.



**BYLAE 7.4: MUSIEKAKTIWITEIT**

**GROEPWERKSESSIE 4**

**NAAM:** .....

**DATUM:** .....



➤ ***Eie musiekstuk:***

Waaraan laat die musieksnit jou dink?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

➤ ***Medegroepede se musieksnitte:***

Laat jou medegroepede se musieksnitte jou aan iets/iemand dink? Dui aan of jy van die onderskeie musieksnitte gehou het of nie.

**Naam (medegroepelid):**-----  
-----  
-----  
-----  
-----

**Naam (medegroeplid):**-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

**Naam (medegroeplid):**-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

**Naam (medegroeplid):**-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

**Naam (medegroeplid):**-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----



**BYLAE 8: GROEPWERKSESSIE 5**

***BYLAE 8.1: BESKRYWING VAN ROOSBOOM***

**GROEPWERKSESSIE 5**

**NAAM:** .....

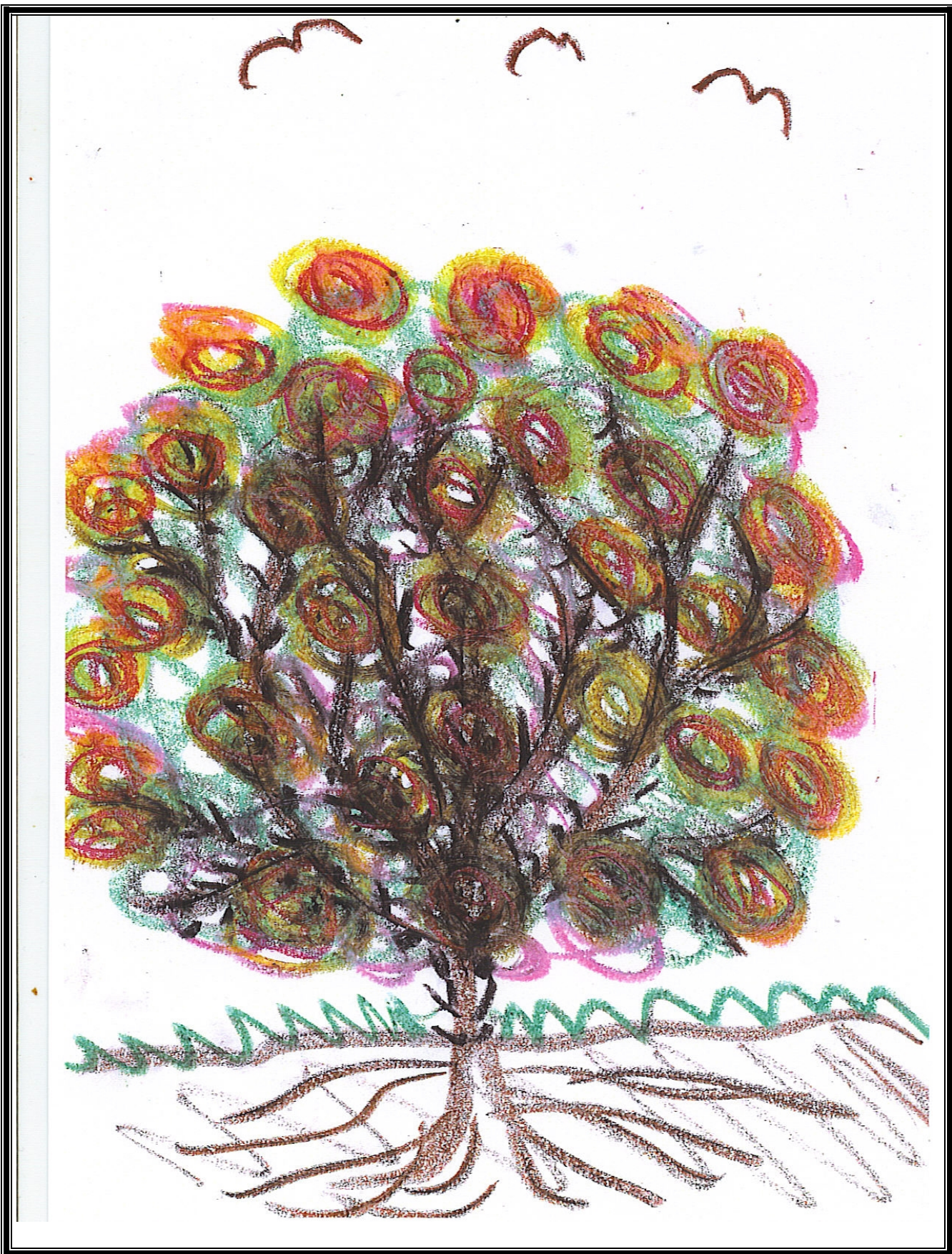
**DATUM:** .....



**Beskryf jouself as 'n roosboom**

A series of 20 horizontal dashed lines providing space for a written response.

**BYLAE 8.2: DEELNEMER 3 SE ROOSBOOM**





**BYLAE 9: GROEPWERKSESSIE 6*****BYLAE 9.1: BESKRYWING VAN TEKENING*****GROEPWERKSESSIE 6**

NAAM: .....

DATUM: .....

**Beskryf jou tekening en deel dit met 'n medegroep lid**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**BYLAE 9.2: DEELNEMER 1 SE TEKENING**





**BYLAE 9.3: BEWUSWORDING**

**GROEPWERKSESSIE 6**

**NAAM:** .....

**DATUM:** .....

**EK HET BEWUS GEWORD VAN:**-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

**BYLAE 10: GROEPWERKSESSIE 7**

**BYLAE 10.1: DROOMWERK**

**GROEPWERKSESSIE 6**

NAAM: .....

DATUM: .....



**Teken jou droom en beskryf dit aan 'n medegroep lid**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**BYLAE 10.2: DEELNEMER 2 SE DROOM**

**BYLAE 10.3: DROOMWERK NA AFLOOP VAN 'N VRYWILLIGE DEELNEMER SE WERK IN DIE "WARM STOEL"**

**GROEPWERKSESSIE 6**

**NAAM:** .....

**DATUM:** .....

*Beantwoord die volgende vrae na afloop van die vrywillige groeplid se droomwerk:*

➤ **Hoe is jy deur die vrywillige groeplid se droomwerk beïnvloed?**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

➤ **Wat het jy waargeneem?**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

➤ **Hoe stem jou eie ervarings met dié van die vrywillige groeplid s'n ooreen?**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



**BYLAE 11: GROEPWERKSESSIE 8**

***BYLAE 11.1: BESKRYWING VAN SIGSELF AAN DIE HAND VAN 'N "KOEKBOKS"-  
TEKENAKTIWITEIT***

**GROEPWERKSESSIE 8**

**NAAM:** .....

**DATUM:** .....

***"KOEKBOKS":TEKENERVARING***

- **Beskryf wat jy binne jou ervaar as die binnekant van jou "koekboks"**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**BYLAE 11.2: BUI TEKANT VAN DEELNEMER 3 SE TEKENING OP 'N "KOEKBOKS"**





BYLAE 11.3: BINNEKANT VAN DEELNEMER 3 SE TEKENING OP 'N "KOEKBOKS"

Loer Skooldae:  
 Baie steg en ongelukkig.  
 Het disleksie ghaat, gesuttel om te lees en te konsentreer.  
 Het skool ghaat

Gelukkig en Sorgvrye Kinderdae!  
  
 Ons baie gheg aan mekaar.  
 Groeie Kommunikasie.

Hoer Skooldae:  
 Stegte ondersending  
 Het my gespot oor my gewig en bouk.  
 Het gesuttel op skool.  
 Is 'n peakties Mens.  
 Hou van Blomme plante dieer.

Baie Lief vir Mense  
 as van Mense vir Mense.

Word misbeuk vir my Sagte hart en Goedheid.  
 Vrygewige Persoon

Stress

God is my begin en einde.  
 My kind is groot Passie vir my  
 Bang vir alleen wese.

Soek omvareiding Respek, liefde.

Baie Sagte  
  
 gee my alles om ander te help.

Voel vinnig ~~is~~ misbeuk en saeagemak is baie emosioneel, en is impelsief.  
 Sagte hart en plek vir my kind et sal hore bestem met my leue!  
 Hou nie daarvan om onsdeer te wese nie!



**BYLAE 12: GROEPWERKSESSIE 9**

**BYLAE 12.1: KLEIMONSTER**

**GROEPWERKSESSIE 9**

**NAAM:** .....

**DATUM:** .....



**Beskryf jou monster aan 'n medegroep lid aan die hand van die volgende vrae:**

➤ **Hoe lank bestaan die monster al?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

➤ **Is daar ander persone wat van die monster weet?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

➤ **Is daar enigiets van die monster wat jou bang maak?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

➤ **Is jy bereid om die monster in jou lewe te hou en daarmee saam te leef?**

-----  
-----  
-----  
-----  
-----

➤ **Kan jy die monster 'n naam gee?**

-----  
-----  
-----  
-----  
-----

➤ **Het jy van enigiets bewus geword?**

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

**BYLAE 12.2: TERUGVOER NA AFLOOP VAN 'N VRYWILLIGE DEELNEMER SE WERK IN DIE "WARM STOEL"**

**GROEPWERKSESSIE 9**

**NAAM:** .....

**DATUM:** .....

➤ **Hoe is jy deur die vrywillige groeplid se werk beïnvloed?**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

➤ **Wat het jy waargeneem?**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

➤ **Hoe stem jou eie ervarings ooreen met dié van die vrywillige groeplid s'n?**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

*BYLAE 12.3: BEWUSWORDING*

**GROEPWERKSESSIE 9**

**NAAM:** .....

**DATUM:** .....

**EK HET BEWUS GEWORD VAN:**-----

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----



**BYLAE 13: GROEPWERKSESSIE 10**

***BYLAE 13.1: ONVOLTOOIDE SINNETOETS SOOS BENUT TYDENS GROEPWERKSESSIE 10***

**GROEPWERKSESSIE 10**

**NAAM:** .....

**DATUM:** .....



**VOLTOOI ASSEBLIEF DIE VOLGENDE NA AANLEIDING VAN DIE GROEPWERKSESSIES WAT JY BYGEWOON HET.**

1. Die groepwerksessies het in die volgende mate aan my verwagtinge voldoen:-----

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Die groepwerksessies het in die volgende mate nie aan my verwagtinge voldoen nie:--

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



3. Deur middel van die groepwerksessies het ek bewus geword van die volgende gevoelens (jou eie gevoelens):-----

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

4. Ek het ten opsigte van myself geleer -----

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

5. Ek het van my medegroepede geleer-----

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

6. Ek verkies om my gevoelens in die toekoms te hanteer by wyse van-----

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

7. Ek het bewus geword van die volgende behoeftes (jou eie behoeftes):-----

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

8. Ek het na aanleiding van die groepwerksessies met die volgende wyses begin eksperimenteer om my gevoelens effektief te hanteer:

- Praat met iemand
- Oefen
- Skryf 'n brief
- Slaan 'n kussing
- Luister na musiek
- Doen iets lekker – waarvan ek hou
- Huil
- Skeur ou boeke op
- Kleiwerk
- Teken
- Spandeer elke dag 'n sekere tyd om te dink aan my gevoelens
- Ander-----

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

9. Ek kies nou om verantwoordelikheid te neem vir-----

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

10. Ek kies om nie verantwoordelikheid te neem vir-----

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

11. Ek het beheer gekry oor-----

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

12. Ek het nie beheer gekry oor-----  
-----  
-----  
-----  
-----

13. Ek neem verantwoordelikheid ten opsigte van die volgende besluit/e-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

14. Ten opsigte van myself:
- Ek aanvaar myself
  - Ek aanvaar nie myself nie

15. Ek voel goed oor-----  
-----  
-----  
-----  
-----

16. Egskeiding-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

17. Ek verstaan nou-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

18. Die lewe-----  
-----  
-----  
-----

19. Ek het bewus geword dat ek my gevoelens onderdruk deur-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

20. Die monster in my lewe-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

21. My emosionele energie om by my egskeidingsituasie aan te pas het na aanleiding van die groepwerksessies:
- Dieselfde gebly
  - Toegeneem
  - Afgeneem

22. Ek sien kans-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

23. Ek vergewe myself vir -----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

24. Ek het ontslae geraak van-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

25. Ek benodig nog groei ten opsigte van-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

26. Ek het in myself bewus geword van-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

27. My medegroepede-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

28. Ek kies om vir my kind/ers-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

29. Ek het gegroei ten opsigte van-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

30. Ek het gehou van -----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

31. Ek het nie gehou van -----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

32. Ek beveel aan -----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

## OPSOMMING

Egskeiding is 'n groeiende probleemverskynsel in Suid-Afrika waardeur talle ouers en kinders se lewens beïnvloed word. Die toenemende egskeidings in Suid-Afrika en die impak wat toesighoudende, geskeide ouers op hulle kinders se aanpassing by egskeidingsituasies het, dien as hoofmotivering vir die studie. Die navorsingsprobleem wat hierdie studie rig, is die ontwerp en ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase se bewustheid, selfondersteuning en integrasie. Die intervensienavorsingsontwerp en -ontwikkelingsmodel se eerste vier fases word as navorsingsontwerp benut. Intervensienavorsing word as gepas beskou, aangesien dit as toegepaste navorsing daarop gerig is om navorsers en praktisyns te lei om effektiewe intervensies te ontwikkel, ten einde as 'n probleemoplossingsproses bestaande menslike en maatskaplike probleme aan te spreek.

'n Literatuurstudie word gedoen, waartydens gefokus word op die teoretiese fundering van gestaltterapie as konseptuele raamwerk, gestaltgroepwerk as terapeutiese intervensievorm en gestaltgroepwerkaktiwiteite en -tegnieke wat ten opsigte van hierdie navorsing vir die ontwikkeling van 'n gestaltgroepwerkprogram geselekteer is. Daarna word 'n literatuuoroorsig gegee ten opsigte van egskeiding en potensiële faktore wat toesighoudende, geskeide ouers se aanpassing by egskeidingsituasies in die vroeë volwasse fase kan beïnvloed. Alhoewel ander terapeutiese benaderings ook toepaslik kon wees, word gestaltterapie vir die ontwerp en ontwikkeling van 'n groepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers in die vroeë volwasse fase as geskikte konseptuele raamwerk beskou vanweë die holistiese inslag, teoretiese uitgangspunte en doelstellings wat gehandhaaf word.

Ter aanvulling van die literatuurstudie, word 'n empiriese ondersoek aan die hand van 'n kwalitatiewe ondersoek onderneem. Vir die doeleindes van dié ondersoek word ses Afrikaanssprekende toesighoudende, geskeide ouers (beide geslagte) tussen 20 en 40 jaar deur middel van niewaarskynlikheidseleksie, naamlik doelgerigte steekproefneming uit die universum as deelnemers gekies en vir een gestaltgroepwerksessie (120 minute) per week, oor 'n tydperk van tien weke by 'n konsep-gestaltgroepwerkprogram vir hulle bewustheid, selfondersteuning en integrasie betrek. Tydens programimplementering word kwalitatiewe data ten opsigte van deelnemers se belewenisse en reaksies met behulp van regstreekse stelselmatige en deelnemende waarneming ingesamel waarna navorsingsdata deur 'n

onafhanklike waarnemer, 'n kundige op die gebied van gestaltterapie, waargeneem en beoordeel word. Kwalitatiewe waarnemings wat tydens die implementering van die konsepprogram gemaak word, word by wyse van gevallestudies beskryf, deurdat 'n volledige uiteensetting gegee word van sowel elke deelnemer as die groep se reaksie tydens elke gestaltgroepwerksessie. Die resultate en assessering van die gegewens van die ses deelnemers wat vanuit die gevallestudies verkry word, word aan die hand van doelstellings en doelwitte van elke gestaltgroepwerksessie, die oorkoepelende doelstellings van gestaltterapie en -groepwerk, doelstellings ten opsigte van elke groeplid, doelstellings ten opsigte van groepvlak en gestaltnemende gedoen. Sowel die groepproses as die proses van elke groeplid (deelnemer) word deurentyd op grond van die vyf lae van neurose geassesseer.

Na aanleiding van die studie word tot die gevolgtrekking gekom dat gestaltterapie 'n toepaslike raamwerk bied ten opsigte van 'n groepwerkprogram vir toesighoudende, geskeide ouers se bewustheid, selfondersteuning en integrasie. Vanweë dié program se holistiese uitgangspunt en doelstellings word deelnemers in staat gestel om sowel op groepvlak as individueel deur die lae van neurose te beweeg, ten einde as bewuste, selfondersteunende en geïntegreerde eenhede te funksioneer. Aanbevelings met betrekking tot die programinhoud en verloop, opleiding en verdere navorsing word na aanleiding van die gevolgtrekkings geformuleer.



## SUMMARY

Divorce is an increasing problem which influences the lives of a great number of parents and children in South Africa. The increasing number of divorce cases in South Africa and the impact which custodian, divorced parents have on the adjustment of their children to the divorce situation, serve as the main motivation for this study. The research problem which is the focus of this study is the design and development of a gestalt group work programme for custodian, divorced parents in the early adult phases' awareness, self-support and integration. The first four phases of the intervention research design and development model are used as the research design. Intervention research is regarded as suitable because as applied research, it focuses on guiding researchers and practitioners to develop effective interventions to address existing human and social problems.

To develop a gestalt group work programme, a literature study is undertaken during which the focus is on a theoretical perspective of gestalt therapy as conceptual framework, gestalt group work as therapeutic intervention form and gestalt group work activities and – techniques. A literature review is given next in regard to divorce and potential factors which can influence custodian, divorced parents' adjustment to the divorce situation in the early adult phase. Although other therapeutic approaches may also be relevant, gestalt therapy is seen as the appropriate conceptual framework for the design and development of a group work programme for custodian, divorced parents on account of the holistic element, theoretical point of departure and objectives which are upheld.

To complement the literature study, an empirical study is undertaken in the form of a qualitative study. For the purposes of this study six Afrikaans speaking custodian, divorced parents (both genders), between 20 and 40 years old, are involved. Non-probability selection, namely purposeful test sample out of the universe of participants were chosen for one gestalt group work session (120 minutes) per week, over a period of ten weeks with a concept-gestalt group programme for their awareness, self-support and integration. During programme implementation qualitative data in regard to participants' experiences and reactions are collected by means of direct, systematical and participatory observation where after research data is observed and judged by an independent observer – an expert in the field of gestalt therapy. Qualitative observations which is made during the implementation of

the concept programme, is described by means of case studies, through a comprehensive explanation of each participant as well as the group's reaction during each gestalt group work session. The results and assessment of the information of the six participants which is obtained from the case studies, is done by means of aims and goals of each gestalt group work session, the covering objectives of gestalt therapy and -group work, objectives in regard to each group member, objectives in regard to group level and gestalt moments. The group process as well as each group member (participant) is assessed continuously by means of the five levels of neurosis.

As a result of the study the conclusion is reached that gestalt therapy offers a suitable framework for a group work programme for custodian, divorced parents' awareness, self-support and integration. Because of the holistic outlook and objectives of the programme, participants are equipped to move through the levels of neurosis at group level as well as individually to function as conscious, self-supporting and integrated units. Recommendations with regard to the content and course of the programme, as well as to training and further research, are formulated as a result of the conclusions.

# **KEY CONCEPTS REGARDING THE THEME OF THE RESEARCH STUDY**

AWARENESS

CUSTODIAL, DIVORCED PARENT

DIVORCE

EARLY ADULT PHASE

GESTALT GROUP WORK

GESTALT THERAPY

HOLISM

INTEGRATION

SELF-SUPPORT

SOCIAL WORK