

6138 53971

U.O.V.S. BIBLIOTEK

oi at T

University Free State



34300000426084

Universiteit Vrystaat

HIERDIE EKSEMPLAAR MAG ONDER  
GEEN OMSTANDIGHED E UIT DIE  
BIBLIOTEK VERWYDER WORD NIE

**'N ONDERSOEK NA  
DIE ROL VAN LIDMATE  
IN DIE  
PROSES VAN ROU**

**ABRAHAM LODEWICKUS KLOPPER**  
(7723067)

**Voorgelê ter vervulling van 'n deel van die vereistes vir die  
graad**

**Magister Theologiae**

**in die  
Fakulteit Teologie  
(Departement Praktiese Teologie)  
aan die  
Universiteit van die Oranje Vrystaat**

**Studieleier: Ds M C Potgieter**

**BLOEMFONTEIN  
Maart 2000**

Universiteit van die  
Oranje-Vrystaat  
BLOEMFONTEIN

3 1 MAY 2001

UOVS SASOL BIBLIOTEEK

**OPGEDRA AAN**

**MY VROU ALET EN KINDERS, ALMA, WICKUS EN WILLEM**

**MET GROOT WAARDERING VIR JULLE LIEFDE EN ONDERSTEUNING**

## DANKBETUIGINGS

1. Ds MC Potgieter my studieleier, vir al die goeie raad, groot geduld en positiewe gesindheid.
2. My vrou Alet, vir die proeflees van die skripsie en al die ondersteuning in die afgelope twee jaar.
3. Mev Wilma Olivier, vir die tik, ortografiese- en taalversorging. Baie dankie vir die aangename samewerking, bemoediging en goeie raad.
4. Al die persone wat deelgeneem het aan die onderhoude vir hulle bereidwilligheid en belangrike bydrae.
5. Vir die kerkraad en gemeentelede van Kempton Park Oos vir die finansiële ondersteuning, studieverlof en aanmoediging.
6. Anton en Marlene Steyn vir die aanmoediging en motivering.
7. Mev Linda Liebenberg vir al die hulp vanuit die kerkkantoor.
8. Mev Maryna van Wyk van die biblioteek vir haar bydrae

**Aan my Hemelse Vader vir al Sy goedheid en genade**

## OPSOMMING

Bedroefdes is ná die verlies van 'n geliefde deur die dood baie sterk aangewese op familie, vriende en ander belangstellendes soos lidmate, vir vertroosting. Ander bronne van vertroosting word veral binne die eerste dae en weke nie na behore benut. Professionele hulpverleners word meestal net betrek indien daar tekens van gekompliseerde rou voorkom. Literatuur oor die proses van rou kan nie binne die eerste dae (selfs weke) benut word nie as gevolg van die skokfase waarin bedroefdes meestal verkeer.

Die wyse waarop mense bedroefdes probeer troos, kan positief (fasiliterend) of negatief (frustrerend) op die **proses van rou** inwerk. Dit word as negatief ervaar wanneer hulpverleners bedroefdes aanmoedig om hulle rou te onderdruk, of so gou moontlik te bowe te kom. Dit word dikwels gedoen deur **verklarings** vir die dood te probeer gee in plaas daarvan om te vertroos. Teologiese- sowel as rasonale "verklarings" word dikwels aangebied. **Minimalisering** van 'n persoon se verlies kom ook dikwels voor.

Lidmate kan 'n positiewe rol speel in die fasilitering van die proses van rou indien hulle 'n beter verstaansraamwerk het van welke routake deur bedroefdes deurgewerk moet word om die proses van rou suksesvol af te handel. Deur **teenwoordigheid**, 'n bereidheid om te **luister** en die **validering** van iemand se verlies, kan lidmate op 'n betekenisvolle wyse vertroosting bied.

Die studie bestaan uit: Bybelse koördinate ten opsigte van die dood, die wil van God en vertroosting deur medegelowiges; 'n literatuurstudie oor die proses van rou en effektiewe wyses van hulpverlening; 'n kwalitatiewe ondersoek na bedroefdes se ervaring van hulpverlening; en 'n konsepgid vir die toerusting van lidmate.

## SUMMARY

The bereaved find themselves dependent on the comfort and support of friends, family and parishioners after the loss of a loved one. Few other sources of support plays such an important roll within the first days and weeks after a loss. Professional counselors are usually only consulted in cases of complicated mourning. Literature on the process of mourning is hardly ever read by the bereaved within the first weeks due to the state of shock in which they find themselves.

The way in which the bereaved are comforted can either have a **negative** (frustrating) or **positive** (facilitating) impact on the resolution of their grief. Comforting can have a negative effect in cases where the bereaved are denied ample opportunities of expressing their grief and encouraged to overcome their grief as soon as possible. This happens when explanatory interpretations and platitudes are offered instead of compassion. This is often done by **theologizing**, **rationalizing** or **minimizing** the loss.

Parishioners can play a positive roll in the facilitation of the process of mourning if they have better perception of the griefwork that needs to be done by the bereaved to resolve their grief. **Presence**, a willingness to **listen** and the **validation** of a person's loss could make a meaningful and comforting contribution towards resolution.

The study focuses on: Biblical coordinates concerning death, God's will and comforting by fellow believers; a literature study on the process of mourning and effective means of support and comforting; a qualitative investigation as to how the bereaved experience support; and a concept manual with guidelines for comforting the bereaved.

# *Willowmoore High School*

P.O. BOX 1221, BENONI 1500  
TELEPHONE: (011) 421-8725/6 FAX: (011) 421-8728

*"Guiding your child to success"*



25 Januarie, 2000

## **HEIL DIE LESER**

Hiermee verklaar ek, Wilma Olivier, dat ek die Ortografiese- en taalversorging van A. L Kopper se skripsie nagegaan het en in orde vind.

A handwritten signature in black ink, appearing to read "W. Olivier". The signature is fluid and cursive, with a prominent initial "W".

**W. OLIVIER**  
(BA; BEd; MEd)



# Inhoudsopgawe

## HOOFSTUK I

<b>ORIËNTERING TEN OPSIGTE VAN HIERDIE STUDIE</b>	<b>Bls</b>
A INLEIDING	1
B WAARNEMENS EN VERMOEDENS	2
C PROBLEEMSTELLING	4
D HIPOTESE	5
E TEOLOGIESE FUNDERING	5
F NAVORSINGSMETODOLOGIE	8
G DOELSTELLINGS	11
H BEGRIPSVERKLARING	12

## HOOFSTUK II

### TEOLOGIESE KOÖRDINATE TEN OPSIGTE VAN: DIE DOOD, GOD SE WIL EN VERTROOSTING

A DIE DOOD 'N TEOLOGIESE PERSPEKTIEF	14
1. Dood as geestelike begrip	14
2. Dood as fisiese begrip	16
3. Dood as ewige begrip	17
4. Die opstanding van Jesus verander die dood in al sy begripsverbande	17
B DIE WIL VAN GOD: 'N ONAFGEHANDELDE DEBAT	20
1. 'n Eeue oue debat	21
2. Die ruimteskeppende besluite van God	24
3. Die inlatende wil van God	26
4. Die wil van God: Konklusies	27
C VERTROOSTING DEUR GELOWIGES	30
1. vertroosting as Bybels rigsnoer	30
2. vertroosting: 'n Dogmatiese beskouing	32
3. Amp-, Priesterskap of Christenskap van die gelowige	33
3.1 Die amp van die gelowige	34
3.2 Die priesterskap van alle gelowiges	36

3.3 Die Christenskap van alle gelowiges	37
3.4 Samevatting	38

### HOOFSTUK III

<b>ROU EN HULPVERLENING – BEGINSELS UIT DIE LITERATUUR</b>	40
<b>A VERMINDERDE BLOOTSTELLING LEI TOT VREEMDHEID VAN DIE DOOD</b>	
1. Blootstelling in die verlede	41
2. Blootstelling vandag	41
<b>B DIE NOODSAAKLIKHEID VAN ROU EN DIE AARD DAARVAN</b>	42
1. Die noodsaaklikheid van rou	42
2. Die aard van rou	43
2.1 Die manifestasie van rou op verskillende vlakke	43
2.2 Rou is 'n natuurlike proses en nie 'n siektetoestand nie	44
2.3 Algemene- sowel as unieke individuele roureaksies	45
<b>C FAKTORE WAT DIE INDIVIDUELE BELEWING VAN ROU BEÏNVLOED</b>	46
1. Die aard van die verwantskap en die verhouding met die oorledene	46
2. Die wyse waarop 'n persoon gesterf het	48
3. Persoonlikheidsfaktore van die bedroefde	50
4. Sosiale faktore	50
5. Die bepaalde ontwikkelingsfase waarbinne die bedroefde verkeer	51
<b>D DRIE MODELLE WAARVOLGENS DIE PROSES VAN ROU BESKRYF WORD</b>	
1. Die model van roufasies	52
2. Die model van routake	53
3. Die model van prosesse in rou	53
4. Konklusie ten opsigte van die verskillende modelle	54
<b>E VERSKILLENDE HULPVERLENERS EN HULLE BETROKKENHEID BY BEDROEFDES</b>	55
1. Professionele hulpverleners	55
1.1 Psigiaters en sielkundiges	55
1.2 Mediese dokters	55
1.3 Predikante	56

	2. Nie-professionele hulpverleners	57
F	HULPVERLENING WAT NEGATIEF OP DIE PROSES VAN ROU INWERK	59
	1. Opmerkings wat poog om die dood te rasionaliseer	59
	2. Opmerkings wat die verlies minimaliseer	60
	3. Opmerkings wat die dood teologiseer	60
G	HULPVERLENING WAT BYDRA TOT DIE FASILITERING VAN DIE PROSES VAN ROU	62
	1. Hulpverlening deur middel van teenwoordigheid	62
	2. Hulpverlening deur bereid te wees om te luister	63
	2.1 Die oorvertel van die gebeure	64
	2.2 Herinneringe aan die persoon	65
	2.3 Woede	66
	2.4 Ambivalente gevoelens	66
	2.5 Hartseer	67
	3. Hulpverlening deur die verlening van "toestemming" om te rou	68
	4. Hulpverlening deur die gerusstelling dat roureaksies normaal is	69
	5. Hulpverlening deur middel van validering van die verlies	69
	6. Hulpverlening deur praktiese hulp	70
	7. Hulpverlening deur aanmoediging tot aktiewe deelname aan die begrafnis/roudiens sowel as gedagtenisviering	71
H	DIE BLOOTSTELLING VAN KINDERS AAN DIE DOOD	73
	1. Die sogenaamde beskerming van kinders ten opsigte van die dood	74
	2. Riglyne vir hulpverlening aan kinders wat deur die dood geraak is	75
I	DIE GEBRUIK VAN MEDIKASIE TYDENS DIE ROUPROSES	76
J	KONKLUSIE OP GROND VAN DIE LITERATUURSTUDIE	78

#### **HOOFSTUK IV**

#### **'N KWALITATIEWE ONDERSOEK NA HOE BEDROEFDES**

#### **HULPVERLENING ERVAAR HET**

A	INLEIDING	79
B	DIE BREË SKEMA WAARVOLGENS DIE ONDERHOUDE GEVOER IS	79
C	AGTERGRONDSINLIGTING VAN DIE DEELNEMERS	80
D	INLIGTING UIT DIE ONDERHOUDE	81

1. Die wyse van ondersteuning wat vir deelnemers die meeste betekenis het	81
2. Dit wat mense gesê het wat as positief en vertroostend ervaar is	83
3. Die dinge wat mense gesê het wat die deelnemers nie getroos het nie, maar eerder ontstel het	83
3.1 Opmerkings waardeur daar gepoog is om die verlies te rasionaliseer	84
3.2 Opmerkings waardeur daar gepoog is om die verlies te minimaliseer	84
3.3 Opmerkings waardeur daar oor die dood geteologiseer is	85
3.4 Die opmerking: "Ek weet presies hoe jy voel."	86
3.5 Die opmerking: "alles sal regkom."	86
4. Die behoefte en geleentheid om oor die oorledene en die gebeure te praat	86
5. Die reaksie van hulpverleners op die uiting van emosies	87
6. Optrede van mense wat deelnemers as van waarde beleef het	88
7. Optrede van mense wat die situasie vir bedroefdes bemoelijk het	88
8. Die rol van literatuur in die beginstadium van die proses van rou	90
9. Die gebruik van medikasie tydens die proses van rou	92
10. Die betrokkenheid van professionele beraders	92
<b>E KONKLUSIE VAN DIE KWALITATIEWE ONDERSOEK</b>	<b>93</b>

## **HOOFSTUK V**

### **BEVINDINGE EN KONKLUSIES TEN OPSIGTE VAN HULPVERLENING TYDENS ROU**

<b>A BEVINDINGE, KONKLUSIES EN AANBEVELINGS</b>	<b>95</b>
1. Hulpverlening deur lidmate tydens die proses van rou	95
2. Gesegdes ten opsigte van die wil van God	96
3. Professionele beraders en literatuur by die aanvangsproses van rou	96
4. Emosionele beleving van smart	97
<b>B GEÏDENTIFISEERDE LEEMTES EN VOORSTELLE VIR VERDERE NAVORSING</b>	<b>98</b>
<b>C SAMEVATTING</b>	<b>99</b>

### **BIBLIOGRAFIE** 100

**BYLAAG A** Skema waarvolgens onderhoude gevoer is tydens die kwalitatiewe ondersoek

**BYLAAG B** 'n Konsepgids om lidmate te help om bedroefdes in hul proses van rou by te staan

## HOOFSTUK I

### ORIËNTERING TEN OPSIGTE VAN HIERDIE STUDIE

#### A INLEIDING

Die dood van 'n geliefde is een van die mees emosioneel traumatiese belewenisse wat 'n mens kan ervaar. Alhoewel dit 'n absoluut natuurlike deel van die lewe is, is dit 'n unieke ervaring waarop mense hulleself nie werklik kan voorberei nie. Dit laat mense baie kwesbaar.

Vanaf die oomblik waarop 'n persoon iemand aan die dood afstaan, is daar in feitlik alle gevalle 'n hele verskeidenheid van mense betrokke by die bedroefde. Naas die familie en vriende wat uit die aard van die saak betrokke sal wees, is daar gewoonlik ook ander belangstellendes wat betrokke raak. Hierdie "ander belangstellendes" kan mense uit die gemeenskap wees wat voor die dood van die persoon, nie noodwendig baie naby aan die gesin gestaan het nie. Dit kan selfs mense wees wat hulle nie eintlik ken nie. Lidmate is in baie gevalle deel van hierdie "ander belangstellendes" wat betrokke raak. Dit spreek vanself dat lidmate ook familie of vriende kan wees en daarom het ons nie hier met afsonderlike kategorieë van mense te make nie.

Die betrokkenheid van mense by bedroefdes is op een hoofdoel afgestem, naamlik **om die bedroefdes te troos**. Maar **hoe** troos mens iemand nadat hulle 'n geliefde aan die dood afgestaan het? Wat **sê** 'n mens? Wat kan jy **doen** om te help? Daar kan aanvaar word dat feitlik almal wat betrokke raak, dit met die beste intensies doen. Maar tot watter mate slaag betrokkenes daarin om werklik te **troos**? Kan dit gebeur dat hulle goedbedoelde pogings tot troos dalk die teenoorgestelde uitwerking kan hê? Dat hulle bedroefdes dalk meer ontstel,

sels verwar? Kan hulle optrede daartoe lei dat bedroefdes hulle rou dalk eerder inhibeer as om dit positief en aktief te begin deurwerk?

In hierdie studie word daar ondersoek ingestel na die rol wat lidmate kan vervul wanneer hulle betrokke raak by bedroefdes en hoe hulle 'n betekenisvolle bydrae kan lewer tot die verloop van die proses van rou.

## **B WAARNEMINGS EN VERMOEDENS**

Op grond van noue betrokkenheid by bedroefdes binne gemeentlike verband oor meer as 'n dekade, is waargeneem dat lidmate wat bedroefdes wil vertroos hulleself dikwels in 'n dilemma bevind. Hierdie dilemma bestaan daarin dat hulle oënskynlik 'n onvermoë beleef om die hartseer van bedroefdes op te hef. Dit is asof die onomkeerbaarheid van die situasie 'n magteloosheid laat ontstaan 'van nie weet wat om te sê of te doen nie'. Hierdie magteloosheid lei daartoe dat lidmate dikwels terugval op opmerkings en verklarings wat oor die jare aangehoor en aangeleer is. Dit word dan aan bedroefdes gesê in 'n poging om te troos. Die vermoede bestaan egter dat lidmate self, onvergenoegd voel en beleef dat hierdie 'trooswoorde' van hulle nie werklik die vertroostende effek het waarvoor hulle gehoop het nie.

Bogenoemde waarnemings het die vermoede laat ontstaan dat dit 'n gebrek is aan kennis van wat werklik tydens die proses van rou plaasvind en behoort te gebeur, wat die grondslag vorm van hierdie gevoel van magteloosheid en onvermoë.

Ten opsigte van bedroefdes is waargeneem dat hulle 'n geweldige groot behoefte aan vertroosting het en meestal die behoefte het om op een of ander wyse uiting te gee aan hulle smart. In plaas daarvan dat hulle troos ooreenkomstig hulle behoeftes ontvang, is die gemeenskap, waarvan lidmate deel uitmaak, geneig om aan hulle die boodskap oor te dra dat hulle, hulle verlies so gou as moontlik te bowe moet kom. 'Rasionele en teologiese verklarings' van waarom die dood plaasgevind het, word dan onoordeelkundig ingespan in 'n poging om bedroefdes se hartseer te verminder.

Die vermoede bestaan dat bogenoemde benadering inhiberend en negatief op bedroefdes inwerk, eerder as dat dit hulle troos. Indien bedroefdes bystand ontvang wat van so 'n aard is dat dit rekening hou met dit wat tydens en deur die proses van rou bereik moet word, behoort bedroefdes hulle verlies baie beter te kan verwerk.

Verder is waargeneem dat twee belangrike bronne wat bedroefdes met die verwerking van hulle verlies behoort te help, skynbaar totaal onderbenut word. Hierdie bronne is naamlik die bestaande literatuur rondom rou en professionele hulpverleners. Die vermoede bestaan dat die redes hiervoor die volgende is: Aanvanklik is die bedroefdes eenvoudig te geskok en te hartseer om instaat te wees om toepaslike literatuur te lees en professionele hulpverleners word in feitlik alle gevalle eers genader indien daar tekens van gekompliseerde rou is.

Op grond van bogenoemde is daar 'n hipotese geformuleer en 'n kwalitatiewe ondersoek onderneem om te bepaal of daar Skriftuurlike, sowel as wetenskaplike navorsingsgegewens bestaan waaraan die hipotese getoets kan word.

## C PROBLEEMSTELLING

In die meer resente literatuur oor die proses van rou het daar 'n verskuiwing plaasgevind, weg van modelle wat rou beskryf as 'n proses wat volgens stadiums en fases verloop, na modelle wat rou beskryf in terme van sekere routake ("tasks of mourning") wat deur bedoefdes deurgewerk moet word (Cleiren 1993:22-25). Worden onderskei vier routake wat deurgewerk moet word voordat die proses van rou suksesvol hanteer is, naamlik:

- 1) om die realiteit van die verlies te aanvaar;
  - 2) om die pyn van rou te ervaar;
  - 3) om aan te pas by 'n omgewing waarin die oorledene afwesig is;
  - 4) om emosionele energie te onttrek en dit te herinvesteer in 'n ander verhouding
- (Worden 1988:11-16).

Bedoefdes self kan egter nie die waarde van die bestaande literatuur benut in die kritieke eerste dae en weke van rou nie. Hulle verkeer meestal in 'n skokfase en is meestal óf nie instaat om die literatuur te lees nie, óf neem dit wat hulle lees nie in nie (Sanders 1992:40-51). Tweedens kry bedoefdes meestal slegs hulp van professionele beraders indien daar tekens van gekompliseerde rou ontstaan. Navorsing toon dat vriende en familielede, veral in die eerste dae en weke, 'n uiters belangrike rol speel ten opsigte van die deurwerking van die routake (Carnes & Ponder 1996:281-288; Sanders 1992:24).

Lidmate wat nie insig het in die noodsaak van die deurwerking van sekere routake deur die bedoefdes nie, kan daartoe aanleiding gee dat bedoefdes hulle rou inhibeer of uitstel, wat tot psigiese en fisiese skade kan lei. Persone wat nie-professionele beraders is nie, maar insig en



toerusting het ten opsigte van die proses van rou, kan 'n betekenisvolle rol speel in die fasilitering van die proses (Folta 1981:10; Schneider 1981:56; Worden 1988:52; Paul & Grosser 1991:93-94). Die noodsaak van toerusting word beklemtoon deur Crenshaw (1991:12) en Sanders (1992:36). Cleiren meen dat die kwaliteit van ondersteuning belangriker is as die kwantiteit (1993:69-72).

## **D HIPOTESE**

Lidmate is dikwels instaat en in 'n ideale posisie om betekenisvolle ondersteuning te bied aan bedroefdes. Deur te luister na bedroefdes eerder as om redes en verklarings vir die dood te probeer gee, sal lidmate die proses van rou wat deurgewerk moet word, help fasiliteer in plaas daarvan dat dit frustreer word, of selfs geïnhibeer word. Daar bestaan egter 'n **leemte** by lidmate ten opsigte van 'n verstaansraamwerk van wat die proses van rou behels, sowel as van welke wyses van ondersteuning fasiliterend op die proses sal inwerk.

## **E TEOLOGIESE FUNDERING**

In die afgelope dekade het daar groot verskuiwings plaasgevind binne die praktiese teologie ten opsigte van die **wyse van wetenskapsbeoefening**. Hierdie verskuiwing word vry algemeen beskryf as 'n paradigma-wisseling. Pieterse (1994:93) wys daarop dat die verskuiwing na 'n nuwe paradigma in die praktiese teologie reeds in 1974 aangekondig is, met die verskyning van Zeffass se *Praktische Theologie heute*. Daarna is die **handelingswetenskaplike benadering** tot die vak verder uitgewerk en verfyn voordat dit eers twintig jaar later in ons land posgevat het. Oor hierdie saak bestaan daar 'n uitgebreide debat onder praktiese teoloë, maar die **doel** van hierdie debat is van die grootste belang. Pieterse

(1993:197) beskryf hierdie doel as dat dit gaan om 'n "... soeke na 'n respektable wetenskaplike benadering in die praktiese teologie wat tegelyk die teologiese modaliteit daarvan sal handhaaf." Verder wys Pieterse op die belangrike bydraes van Gadamer en Habermas (1993:199-201). Hy meen dat Habermas met sy kommunikatiewe rasionaliteitsopvatting "die begrip 'wetenskap' op 'n onomkeerbare wyse verbreed..." het (1993:200). Pieterse meen Habermas se teorie van kommunikatiewe handeling is "'n teorie waarby verwante vakke op meta-teoretiese vlak kan aansluit" (1993:201).

Alhoewel daar groot eenstemmigheid bestaan dat die waarde van ander vakke benut kan word binne die beoefening van praktiese teologie en dat empiriese metodes selfs in diens geneem kan word, ontstaan die vraag "... of die aansluiting by 'n meta-teorie soos die teorie van kommunikatiewe handeling, nie die Skrif verdring en die teologiese gehalte van die vak uithol nie"(Pieterse 1994:93). Pieterse verklaar sy standpunt uitdruklik wanneer hy sê dat dit vir hom in die beoefening van die praktiese teologie gaan "... om die voortgang van die evangelie in die kerk en in die samelewing" (1994:94).

Ander deelnemers aan hierdie debat rondom die metodologie wie se bydraes ook van waarde is, is Van Wyk (1993:57-62), Dreyer (1998:14-27) en Van der Ven (1994:29-44).

Die debat betree sedert 1997 'n nuwe fase. Die werk van Dill & Kotzé (1997) sowel as die van Kotzé & Kotzé (1997) is gedoen vanuit 'n post-moderne konstruktivistiese of sosiale konstruksie-teoretiese epistemologie. Hierdie werk laat die debat 'n nuwe wending neem. Hulle bedryf 'n teologie "van onder" eerder as 'n teologie "van Bo". Louw het reeds in 1993 sy kommer uitgespreek oor die vraag of daar binne die paradigma-verskuiwing genoegsaam

aan die gesag van die Skrif plek gegee word en verwys in die verband na Trimp wat gesê het dat: “Die gevaar in die diakonie is dan dat met behulp van ‘n relasionele waarheidsbegrip die gesaghebbende Woord ingeruil word vir die stem van die ervaringsteologie” (Louw 1993:193). Hy stel dit verder dat : “Sonder die Skrif besit die praktiese teologie kwalik ‘n preskriptiewe dimensie” (Louw 1993:208). Janse van Rensburg voeg sy stem by die van Louw en spreek hom baie sterk uit oor die post-modernistiese ontkenning van ‘n objektiewe waarheid en postuleer dat dit onafwendbaar lei tot ‘n relativering van die Skrif en die gevaar inhou dat ook die Christelik-etiese norme in die slag kan bly (1998:68). Louw beklemtoon later weereens die rol van die Skrif wanneer hy dit stel dat die keuse vir ‘n hermeneutiese paradigma ook ‘n keuse beteken vir die interpretasie en vertolking van ‘n primêre, normatiewe bron, naamlik die Skrifgetuigenis aangaande God se openbaring in Christus ....” (1997:48).

In die lig van die huidige debat is die keuse vir ‘n bepaalde paradigmatische fundering noodsaaklik. Ouweneel (1994:1-24) postuleer dat die paradigmatische vertrekpunt van die teologiese beskouing ook die konkrete gestaltegewing daarvan sal bepaal. Paradigma word verstaan soos Janse van Rensburg dit omskryf naamlik: “...’n model, ‘n vertrekpunt, ‘n verwysingsraamwerk, ‘n konsep of veronderstelling wat die wyse van fundering, strukturering, aanbieding en konklusies van ‘n saak of leerstelling rigtinggewend bepaal” (1996:152). In hierdie studie word daar doelbewus gekies vir ‘n teologiese paradigma wat deur ‘n **diakoniologiese epistemologie** gedra word. Diakoniologies word hier verstaan as uitgaande van die Skrif as gesagvolle Woord van God, terwyl daar in aansluiting by die Skrif ook gevra word na wat die navorsing in die ander wetenskappe tot hierdie tema kan bydra. Daar word verder ook ‘n kwalitatiewe ondersoek onderneem na belewenisse van bedroefdes

ten opsigte van hulpverlening. Janse van Rensburg gee in sy artikel, *Pastoraat en okkultisme: 'n Epistemologiese diskoers* 'n uitmuntende voorbeeld van die diakoniologiese epistemologie (1997:61-74). In die vermelde artikel word daar metodologies baie duidelik uiteengesit dat dit vir die teologie nodig is om na die praktyk te gaan kyk, maar dat daar nie met 'n suiwer-empiriese benadering tot die navorsing volstaan kan word nie.

## F NAVORSINGSMETODOLOGIE

Eerstens word die **Skriftuurlike beginsels** ten opsigte van die volgende drie sake nagevors: i) Die dood; ii) Die wyse waarop God met die dood in verband gebring word; iii) Die vertroosting van bedroefdes deur medegelowiges. (Hoofstuk II)

Tweedens word 'n **literatuurstudie** onderneem ten opsigte van bestaande vakliteratuur in die pastorale terapie en aanverwante vakliteratuur, om op grond van reeds bestaande navorsing te bepaal: i) Wat die prosesse van rou behels; ii) Welke behoeftes mense ervaar nadat hulle geliefdes aan die dood afgestaan het; iii) Welke wyses van hulpverlening positief of negatief inwerk op die prosesse van rou. (Hoofstuk III)

Derdens word 'n **kwalitatiewe ondersoek** gedoen om te bepaal hoe bedroefdes hulpverlening van familie, vriende en ander belangstellendes ervaar het. As model van navorsing word daar gekies vir die **kwalitatiewe benadering** soos omskryf deur Schurink (1998:239-251). Vir 'n basiese definisie van wat die kwalitatiewe **benadering** tot navorsing behels, steun Schurink op Denzin & Lincoln (1994) en postuleer die volgende:

“For our purposes, qualitative research is defined as a mutiperspective approach (utilising different qualitative techneques and data collection methods) to social interaction, aimed at describing, making sense of, interpreting or reconstructing this interaction in terms of the meanings that the subject attach to it” (1998:240).

Ander fasette van die kwalitatiewe benadering wat Schurink benadruk, is die volgende:

- i) Daar word ‘n induktiewe wyse te werk gegaan om konsepte en insigte te ontwikkel op grond van patroonmatigheide in die data.
- ii) Die navorsing is idiografies (beskrywend) en poog dus om te verstaan welke betekenis mense aan die alledaagse lewe heg.
- iii) Daar word gepoog om fenomene te verstaan.
- iv) Data word weergegee in die vorm van woorde, aanhalings uit bronne en transkripsies.
- v) Die navorsingsontwerp is buigbaar en uniek. Daar is nie streng voorgeskrewe stappe wat gevolg moet word nie.
- vi) Uit die data word temas uitgelig.
- vii) ‘n Holistiese benadering ten einde verhoudings en kontekste te beklemtoon (1998:242-243).

Verder gee Louw (1997:51-52) ook ‘n beskrywing van die toepaslikheid van die kwalitatiewe benadering vir teologiese navorsing, sowel as wat hierdie benadering behels.

Vir die doel van hierdie ondersoek is sewe persone genader wat self geliefdes aan die dood afgestaan het. Hulle het op ‘n vrywillige basis deelgeneem aan onderhoude wat deur die navorser met hulle gevoer is. Die doel van die onderhoude was om die inligting en beginsels

wat op grond van die literatuurstudie na vore gekom het, sowel as die navorser se vermoedens (soos hierbo genoem), te toets.

Persone is op die volgende wyse geselekteer vir deelname aan die ondersoek: i) Die navorser het kontak gehad met die persone op grond daarvan dat hulle van dieselfde gemeente deel is, of omdat hulle familielede het wat deel van gemeente is; ii) Persone wat 'n "naby" verlies beleef het is gekies. Dit wil sê 'n ouer, kind of huweliksmaat; iii) Ten einde instaat te wees om in retrospek te kon terugkyk na hoe hulle hulpverlening ervaar het is besluit om persone te kies wie se verlies nie meer as vyf jaar gelede plaasgevind het nie, maar ook nie meer onlangs as ses maande nie omdat die skokfase waarin bedroefdes verkeer na 'n verlies die beleving kan beïnvloed; iv) Sewe persone is genader waaronder twee egpare was. Daar is dus vyf onderhoude gevoer.

**Ongestruktureerde onderhoude aan die hand van 'n skedule**, is gevoer volgens die riglyne wat vir so 'n onderhoud beskryf word deur Schurink. Hy lê die volgende basiese riglyne neer in verband met ongestruktureerde onderhoude aan die hand van 'n skema: Kwalitatiewe navorsers lei onderhoude deur middel van 'n navorsingsskema om inligting te verkry ten opsigte van die spesifieke fenomeen wat hulle bestudeer.

Die skema bestaan uit vrae en temas wat van belang is vir die navorsing. Die vrae hoef nie noodwendig in 'n bepaalde volgorde gestel te word nie, mits alle relevante temas gedek word. Ten opsigte van die tegniek van vraagstelling is dit vir die doel van ongestruktureerde onderhoude van belang om te onthou dat lang en ingewikkelde vrae, sowel as leidende vrae (leading questions) vermy moet word. Daar behoort op "open-ended" vrae gekonsentreer te

word, waarop daar nie net 'n ja of nee antwoord gegee kan word nie. Verder behoort deelnemers gevra te word na opheldering of toeligting van hulle antwoorde, deur byvoorbeeld te vra: "Wat bedoel jy wanneer jy sê ...." (1998:297-312). Die bevindinge van bogenoemde ondersoek word samevattend weergegee in Hoofstuk IV.

Vierdens word die bevindinge van die ondersoek in sy geheel, kortliks en samevattend weergegee in hoofstuk V. Laastens word 'n konsepgid vir die toerusting van lidmate opgestel. Dit word aangebied as bylaag B.

## **G DOELSTELLINGS**

Die volgende doelstellings word vir die navorsing gestel:

1. Om die Skriftuurlike gronde aan te toon ten opsigte van die volgende:
  - i) die vertroosting van bedroefdes deur medegelowiges;
  - ii) die verstaan van die dood en;
  - iii) die wyse waarop God met die dood in verband gebring word.
2. Om deur middel van 'n literatuurstudie die prosesmatigheid en noodsaak van rou, die waarde van die betrokkenheid van familie, vriende en ander belangstellendes en die aspekte wat tot die fasilitering of frustrering van die proses van rou kan lei, aan te toon.
3. Om op grond van 'n kwalitatiewe ondersoek bedroefdes se ervaring van ondersteuning deur vriende, familie, lidmate en andere te bepaal.
4. Om die toepaslike beginsels vir die betekenisvolle bystand van bedroefdes deur lidmate in 'n konsepgid te vervat met die doel : **Om praktyk-gerigte toerusting te**

verskaf sodat lidmate met meer vrymoedigheid en met 'n gevoel van bekwaamheid instaat sal wees om bedroefdes betekenisvol by te staan.

## **H BEGRIPSVERKLARING**

**Die proses van rou:** In hierdie studie word die begrip rouproses nie gebruik nie omdat dit die indruk kan wek van 'n proses wat volledig omskryf is, wat by almal dieselfde sal verloop en waarby bedroefdes nie aktief betrokke is nie. Deur die begrip die proses van rou te gebruik, word die prosesmatigheid en die uniekheid van die verloop daarvan beklemtoon.

**Routake:** Worden (1988) het spesifieke take onderskei wat bedroefdes moet deurwerk ten einde hulle rou te verwerk en die proses van rou suksesvol af te handel. Hierdie take (wat in hoofstuk III behandel word) word as routake beskryf.

**Professionele hulpverleners:** Psigiaters, sielkundiges, mediese dokters en predikante.

**Nie-professionele hulpverleners:** Persone wat bedroefdes bystaan na hulle verlies maar wat geen amptelike opleiding ontvang het vir hierdie taak nie.

**Hulpverlening:** Wysies waarop mense bedroefdes bystaan, ondersteun, en vertroos na hulle verlies.

**Fasilitering van die proses van rou:** Optrede deur hulpverleners wat bedroefdes help om hulle rou te verwerk deur uiting te gee daaraan sowel as om aktief aan routake te werk.



**Frustrering van die proses van rou:** Optrede en woorde wat daartoe lei dat bedroefdes hulle emosies inhibeer, die deurwerking van rou take vermy of wat twyfel by bedroefdes wek ten opsigte van God en Sy wil.

**Geykte tradisionele gesegdes:** Gesegdes wat baie algemeen gebruik word wanneer met mense gesimpatiseer word. Byvoorbeeld: “Ons moet berus in die wil van die Here”; “Sy is nou op ‘n beter plek”; “Julle moet net sterk wees”.

**Gedagtenisviering:** Wyses waarop die betekenis van die oorledene se lewe gedenk kan word. Ook wyses waarop herrinneringe aan die oorledene positief benut kan word.

**Ongekompliseerde rou:** Dit is die normale proses waardeur, by verre, die meeste mense werk en ook suksesvol afhandel.

## HOOFSTUK II

### TEOLOGIESE KOÖRDINATE TEN OPSIGTE VAN: DIE DOOD, GOD SE WIL EN VERTROOSTING

In lyn met die epistemologiese vertrekpunt van hierdie studie, naamlik die diakoniologiese benadering, word die Skrif as uitgangspunt geneem. In hierdie hoofstuk word die volgende sake ondersoek: Die dood, God se wil en vertroosting. Daar sal aandag gegee word aan die Skrifbeginsels sowel as aan die teologiese besinning wat reeds oor hierdie sake plaasgevind het. Daar sal in die eerste plek gevra word welke inhoud die Skrif aan die begrip **dood** verleen. Hieruit vloei onvermydelik voort dat aandag gegee moet word aan die vraag of die dood as die **wil van God** beskou kan word. Daarna kom die beginsel van  **vertroosting** aan die orde. Is dit 'n Bybelse opdrag? Is vertroosting die taak van die lidmaat?

#### A DIE DOOD: 'N TEOLOGIESE PERSPEKTIEF

Wanneer daar vanuit die Bybel oor die begrip "**dood**" besin word, moet daar deurgaans rekening gehou word met die volgende twee wesenlike aspekte: 1) **Dood** word nie op sigself nie, maar in verband met die teenstellende begrip lewe behandel; 2) Die begrip – dood – word in die Bybel met verskillende inhoude gevul waarvan die drie belangrikste die volgende is: Dood as geestelike begrip; as tydelike/fisiese begrip; en as ewige begrip (Kittel & Friedrich 1985:290-296, 312-15).

#### 1. DOOD AS GEESTELIKE BEGRIP

In die Ou Testament is **lewe** gesien as gawe van God wat deur Sy genade in stand gehou is. Dit is gesien as 'n verbondslewe wat in wese bestaan het uit die verhouding met God. Ou

Testamentiese gelowiges se vrees vir die dood was gesetel in 'n vrees dat hulle kon uitval uit die verbondsverhouding en sodoende van God geïsoleer kon word (Louw 1994:172). **Lewe** het beteken om in verhouding tot God te staan, van Hom afhanklik te wees en Hom te dien, gehoorsaam en te eer.

In die Nuwe Testament word die gelowige se **lewe**, voordat hy/sy Christus as Verlosser aangeneem het, beskryf as dat hy/sy dood was. Vgl Kol 2:13; Ef 2:1-12 (Kittel & Friedrich 1985:627). Ook diegene wat nie reageer op die oproep van Jesus tot geloof nie word as **dood** beskryf: Ef 5:14; Jh 5:25. Om te glo in Jesus Christus en met Hom in verhouding te staan word in dieselfde tekste geteken as om **die lewe** te hê. Ook in Lk 15:24,32 word die verlore seun beskryf as een wat **dood** was maar nou weer **lewe** op grond van sy verhouding met die vader wat eers verbreek is en toe weer herstel is. In Jh 5:21-29 is 'n baie duidelike beskrywing van mense wat fisies lewend is, maar wat, omdat hulle nog nie aan Jesus gehoor gegee het nie, as dood beskryf word. Heyns beklemtoon die feit dat bestaan en voortbestaan vir die Skrif nie as sodanig die lewe is nie. "Die bestaan moet nog 'n bepaalde gerigtheid ontvang en binne 'n sekere atmosfeer betrek word, alvorens dit as *lewe* gekwalifiseer kan word." (Heyns 1978:394). Voorts beskryf hy dit so: "Die mens wat buite gemeenskap met God staan, sterwe, terwyl hy nog 'lewe', maar laat dan ook alles sterwe waarmee hy in aanraking kom (Ef 2:1; 4:18; Op 3:1)." (Heyns 1978:395). Lategan stel dit so: "Dus kan jy religieus dood wees voordat jy nog gesterf het (1990:40). Wat die geestelike faset van die woord - dood - aanbetref, gebruik die Bybel dit dus om die toestand te beskryf van 'n mens wat nie in 'n verhouding tot die lewende God staan nie.

## 2. DOOD AS FISIESE BEGRIP

Die Bybel vul die woord **dood** ook met die inhoud van beëindiging van die fisiese lewe. Die oorsaak van die dood in hierdie sin word verbind met die sonde: Rm 5:12; 6:23; Gn 2:17; 1 Kor 15: 21 (Louw 1994:173). Die dood kan daarom nie gesien word as 'n *natuurlike* deel van die skepping en 'n *noodwendige* deel van ons aardse bestaan nie. Heyns beskryf die fisiese dood as "volkome in stryd met God se goeie skepping." (1978:395) en as abnormaal wanneer hy sê: "Wat vóór die sonde normaal sou gebeur het, vind nou, ten gevolge van die sonde, abnormaal plaas" (1978:398). Louw beskryf die fisiese dood soos volg: "Dying is not a natural process, but an unnatural horror" (Louw 1994:174). In die *Theological Dictionary of the New Testament* word daar van die dood gesê dat dit nêrens in die Nuwe Testament geneutraliseer word as 'n natuurlike proses nie (1985:313). In 1 Kr 15:26 en Op 20:4 word die dood beskryf as die laaste vyand.

Daar heers ook 'n wanopvatting onder talle christene dat die fisiese dood 'n skeiding meebring tussen liggaam en siel. Berkhof meen dat hierdie mistasting teruggevoer kan word na Plato se idee van 'n onsterflike siel, wat die fisiese dood op 'n natuurlike wyse oorleef, maar dat dit in stryd is met die Skrif wat onsterflikheid slegs aan God toeskryf volgens 1Tm 6:16 (Berkhof 1979:486). Ook Louw (1994:173) verwys na die dualistiese skeiding van liggaam en siel as 'n konsep van Plato. Die gedagte dat die siel van die mens sy liggaam verlaat om "... elders 'n selfstandige bestaan los van die liggaam te gaan voer..." word deur Heyns as 'n Grieks-filosofiese siening aangewys wat geen grond in die Skrif vind nie (1978:397).

### 3. DOOD AS EWIGE BEGRIP

Naas die dood as geestelike- en fisiese begrippe, beskryf die Bybel dood ook as 'n **ewige dood**. Dit is die toestand waaraan ongelowiges by die oordeelsdag sal deel kry. Dit word ook as die **hel** of **ewige oordeel** beskryf. Dit is 'n toestand van ewige rampsaligheid en verderf. 'n Toestand waarin die mens vir ewig van die gemeenskap van God uitgesluit sal wees (Op 20:14) (Heyns 1978:395). Die ewige dood word ook beskryf as 'n tweede dood, " ... but physical death becomes definitive death (the second death, Rv 2:11; 20:6,14; 21:8) through judgement." (Kittel & Friedrich 1985:314).

### 4. DIE OPSTANDING VAN JESUS VERANDER DIE DOOD IN AL SY BEGRIPSVERBANDE

Die mens het nog altyd gehoop en geglo dat daar iets meer as hierdie lewe is, dat daar anderkant die grens van die dood meer is as wat 'n mens tot hiertoe leer ken het. Op grond van menslike **ervaring** kon daar nog nooit bewys word dat 'n lewe anderkant die dood bestaan nie. Op grond van ons ervaring lyk dit asof die dood die radikale einde van ons menslike bestaan is (Berkhof 1979:483). Die dood en opstanding van Jesus Christus open saam met die beloftes in die Bybel 'n heel nuwe perspektief op die dood, sowel as op die lewe anderkant die dood. Louw (1985:87) beskryf dit as meer as net 'n nuwe perspektief: "Indien die opstanding net 'n *nuwe perspektief* is maar nie 'n *herskeppingswerklikheid* nie, het dit konsekwensies vir die hoop. Die implikasie is dat daar dan maklik in die opstandingsverhaal 'n neerslag van die mens se subjektiewe verlange na voortgesette lewe gevind kan word. Opstandingshoop word dan hoop op 'n kollektiewe voortbestaan. Dit kan vervlak tot 'n projeksie en selfinbeelding van die menslike permanensiehartstog. Hoop as

opstandingswerklikheid is egter nie 'n *psigologiese projeksie* nie, maar 'n *openbaring van God* in die skepping waardeur die dood in sy kern geraak word. God se openbaring in die opstanding beteken herskepping as skepping - nie uit niks nie, maar uit die dood." Louw haal ook die *Heidelbergse Kategismus* vraag en antwoord 45 aan wat so lees: "Watter nut het die *opstanding* van Christus vir ons? Eerstens het Hy deur sy opstanding die dood *oorwin* sodat Hy ons die geregtigheid wat Hy deur sy dood vir ons verwerf het, deelagtig kon maak. Tweedens word ons nou ook deur sy krag tot nuwe lewe opgewek. Derdens is die opstanding van Christus vir ons 'n betroubare waarborg van ons salige opstanding" (Louw 1985:90).

Wat die **dood** as **geestelike begrip** aanbetref, verander Jesus dit vir elkeen wat in Hom glo na die **lewe** (Jh 5:24,25; Ef 2:5; Kol 2:13; Rm 6:4). Om as vrygespreekte mens in 'n nuwe verhouding tot God te staan, is om te **lewe** volgens die Bybel.

Die **dood** as **ewige begrip** word vir die gelowige verander in die **ewige lewe**. Heyns beskryf dit so: "Die ewige lewe as voortsetting en geleidelike verdieping van hierdie lewe in gemeenskap met God op grondslag van die geloofverbondenheid met Hom, wat die opstanding en die lewe is, is dus baie meer as net 'n blote voortbestaan sondermeer" (Heyns 1978:395). Die ewige lewe word deur Berkhof beskryf as die voltooiing van die **vernuwing** wat God deur sy Gees reeds hier op aarde in die gelowige begin het. Hy beskryf die verlossing as iets wat te groot is om binne die beperkinge van hierdie aardse bestaan te realiseer (Berkhof 1979:483,484). Skrifgedeeltes wat handel oor die **lewe** as **ewige lewe** is onder andere die volgende: Mt 19:29, 25:46; Jh 3:16, 11:25,26; Rm 6:22; 1 Tm 6:12.

Tussen die dood as **geestelike** begrip en die dood as **ewige** begrip, staan egter die dood as **fisiese** begrip. Wat is die implikasie van Jesus se dood en opstanding vir die mens se fisiese dood? Dit kan gestel word dat die dood en veral die opstanding van Jesus uit die dood, die fisiese dood van die gelowige niks minder as 'n **oorgang** van een bestaanswyse na 'n ander bestaanswyse maak nie. Die fisiese dood vorm dan slegs die verbintenis tussen lewe as **geestelike lewe** wat hier op aarde reeds 'n aanvang neem en die **ewige lewe** wat anderkant die grens van die dood sal realiseer. Hierdie standpunt kan as volg gemotiveer word. Berkhof (1979:484) teken hierdie verbintenis as volg:

“The natural death which comes to all men as a biological necessity does indeed seem entirely different from the preceding forms of death. But in Christ's death the two have been linked to each other. What is established between them is the link between creation and redemption. As concerns its provisional character, creation is meant to be dissolved. Man's creative nature is such that he can only reach his destination through the dissolution of his selfhood.”

Hy stel dit dan dat verlostes die dood kan sien in verhouding tot die goddelike doel daarvan, naamlik as bevestiging van die voorlopigheid van die aardse bestaan sowel as beëindiging daarvan om oorgang (“gateway”) te word na die vervolmaking van die lewe. Heyns stel dit dat die fisiese dood nie as “disintegrasieproses” van die mens gesien moet word nie, maar as ‘n “transformasieproses van die een dimensionele bestaanswyse na die ander dimensionele bestaanswyse....” (1978:396). Skrifgedeeltes in hierdie verband is Lk 16:20 ev; 1 Kor 15:21 ev; Flp 3:21; Op 20:13 ev.

Wanneer die dood gesien word vir wat dit werklik is volgens Bybelse perspektief, verloor die dood sy vreesaanjaende karakter. Wanneer dit gesien en verduidelik word as **oorgang** na 'n nuwe bestaanswyse kan dit geweldig vertroostend wees vir diegene wat midde in die proses van rou verkeer. Dit is veral so omdat die dood "homself" aan die bedroefde voorhou as eindpunt, as vernietiger. Louw som die verandering wat Jesus se opstanding ten opsigte van die dood teweeg gebring het uitmuntend op as hy sê: "This liberation from the power of death was finally proved by the resurrection, which deprives death of its finality and fatality (1 Cor 15:55-56). In the resurrection Jesus's death becomes a proclamation of God's sovereignty over death." (1994:173).

Die Skrifgedeeltes waarin die fisiese dood waarskynlik die duidelikste as **oorgang** beskryf word, is 2 Kor 5:1,2. In *Die Boodskap* word dit duidelik so vertaal: "Wanneer ons eendag doodgaan, ja, wanneer ons liggaam soos 'n tent opgevou word en in die grond weggebêre word, is dit nie klaar met ons nie. Gelukkig nie. Dan begin die lewe eers! Want dan kry ons 'n splinternuwe hemelse liggaam by God. Terwyl ons nou nog in hierdie ou aardse tent moet aansukkel, kry ons regtig swaar. Ons wens werklik dat daardie dag aanbreek dat God ons na ons nuwe hemelse adres toe vat" (Van der Watt & Joubert 1997:577).

## **B. DIE WIL VAN GOD: 'N ONAFGEHANDELDE DEBAT**

"Here, as U hier was sou my broer nie gesterwe het nie." Dit is die bekende woorde van die twee susters, Marta en Maria, aan Jesus ná die dood van hulle broer, Lasarus (Jh 11:21, 32). Naas die twee susters se "verwyf" lees ons dat van diegene wat die susters bygestaan het in hulle leed, ook gesê het: "Kon hy wat die oë van die blinde man genees het, nie ook gemaak het dat hierdie man nie sterwe nie?" (Jh 11:37). So word die dood vir eeue lank al op versoek



wyses met God in verband gebring. Dit word dikwels in die Skrif, nie op negatiewe wyse gedoen nie, maar wel op 'n wyse wat spreek van geloof en vertrouwe in God, op 'n wyse wat getuig daarvan dat Hy gesien is as God van lewe en dood. Die **wyse** waarop God met die dood in verband gebring word, is egter van wesenlike belang. Soms word dit só gedoen dat God geteken word as die een wat die dood veroorsaak het, of dit so vooruit bestem het, selfs so wou gehad het. Daarom is dit nodig om kennis te neem van **hoe** mense God met die dood in verband bring, asook om krities te vra na wat die implikasies is van die wyse waarop dit gedoen word en om dit alles te toets aan hoe die Skrif God met die dood in verband bring.

Die vraag of **lyding**, **dood** en die gepaardgaande **smart** die **wil** van God is, word in hierdie studie as 'n **wesenlike** vraag beskou. Die rede daarvoor is tweeledig: 1) Omdat die vraag dikwels deur bedroefdes gevra word; 2) Omdat gelowiges baie dikwels probeer om bedroefdes te troos deur die dood van hulle geliefde op een of ander manier te probeer verklaar as dat dit die **wil van God** sou wees dat dit plaasgevind het.

## 1. 'N EEUE OUE DEBAT

Reeds in die Ou Testament is daar talle skrifgedeeltes wat getuig van die verbondsvolk in geheel, sowel as van individuele gelowiges se **worsteling** oor hoe lyding gerym kan word met God.

Die boek Job is seker die bekendste voorbeeld van 'n debat oor hierdie aangeleentheid. Job se vriende probeer hom te midde van sy lyding oortuig dat hy die lyding deur God as 'n straf opgelê is (Job 22:5). Job daarenteen, hou vas aan God as die getroue (De Klerk 1968:68).

In die Psalms vind ons dat hierdie worsteling in gebede en liedere onder woorde gebring is. Soms, deur 'n verslaendheid, wat iemand soos Asaf laat skryf dat hy net eenvoudig nie kan verstaan dat goddelose mense voorspoedig kan wees terwyl hy wat aan God getrou is, moet ly nie (Ps 73). Soms gaan dit by die psalmdigter oor 'n aanklag teen God, waarvan Ps 13 'n voorbeeld is. Ook in Jes 40:27 vind ons 'n aanklag teen God wat van die verbondsvolk af kom.

In die Nuwe Testament spreek die verhaal van die genesing van iemand wat blind gebore is (Jh 9:1-12) duidelik van die algemene opvatting van daardie tyd dat blindheid veroorsaak is deur die sonde van 'n persoon of deur die sonde van sy ouers (Smelik 1977:170). Soos in die geval van Job se vriende, is daar 'n direkte oorsaaklike verband gesien tussen lyding en sonde. Venter gee 'n meer breedvoerige behandeling van die Skrifgegewens wat op hierdie debat betrekking het (1994:659-675).

Nie net in die Skrif nie, maar ook alreeds by Calvyn, vind ons tekens van die debat oor God se wil. In sy *Institusie* (Inst 1:17.3) reageer Calvyn met skerp kritiek teen die standpunt van die Libertyne ('n groep spiritualiste). Enkele snitte van hoe hy hulle standpunt weergee, is die volgende: "Hulle sê: As die Here die oomblik van onse dood vasgestel het, kan ons nie daaraan ontkom nie. Hulle kom selfs tot die gevolgtrekking dat die gebede van die gelowiges verkeerd of selfs oorbodig is, omdat gevra word dat God sal sorg vir wat Hy alreeds van ewigheid af besluit het"; "As 'n sluipmoordenaar 'n goeie burger doodgemaak het, het hy God se raad uitgevoer, sê hulle. Hy kan nie teen God ingaan, wat dit van ewigheid af so bepaal het nie. So word van skandelige dade deugde gemaak ..." (Duvenhage 1978:99). Lategan en

Potgieter wys op Calvin se standpunt hierteenoor as hulle skryf: "In 'n brief gedateer 6 Oktober 1552 ontken Calvin kategoriees teenoor die Raad van Geneve dat God die Outeur van die sonde kan wees" (1992: 95). 'n Meer breedvoerige behandeling van Calvin se beskouing van die voorsienigheid van God kan in Lategan en Potgieter (1992:93-96) gevind word en 'n meer omvattende behandeling van die lydingsvraagstuk in De Klerk (1985:37-75).

"Die Stoïsynse noodlotsdenke van die Libertyne skyn verouderd te wees omdat Calvin dit meer as 400 jaar gelede al geken het. Dit is egter vandag nog springlewendig soos blyk uit die huidige debat" (Schulze 1993:27). Schulze maak bogenoemde stelling op grond van die feit dat Nicol in sy rubriek in *Beeld* (27 Oktober, 1992) die tradisionele opvatting van God se regering as volg weergee:

*Die geloof dat God albeskikker is, is baie gewild in die Christendom. Baie Christene se geloof gaan in 'n groot mate daarin op. "Daar is geen toeval nie. Alles gebeur soos dit moet. Jou paadjie is vir jou uitgestippel. Die kind het verongeluk, maar ons moet aanvaar dis eintlik die beste so. As dit lyk of die aardse verloop van dinge met God se wil in stryd is, moet jy aanvaar jy sal sy plan later verstaan."* (Schulze 1993:19).

Hy wys daarop dat hierdie debat opnuut aangewakker is nadat prof. Adrio König in 'n radioprogram die standpunt gestel het dat God nie nou in beheer is nie, maar dit eers eendag sal wees (Schulze 1993:18). Nicol stem nie net met König saam nie, hy pleit dat ons 'n nuwe Godsbeeld nodig het:

*"Hy is nie die allerhoogste, universele beheersentrum wat koud toesien dat alles afloop soos wat Hy dit klaar vas geprogrammeer het nie. Nee, Hy is liefde en warmte. Hy sit nie bo die moeilikheid nie, maar saam met ons daarin"* (Schulze 1993:20).

Verder wys Schulze op die verband tussen Nicol se standpunt en die van Wiersenga. Hy meld dat Wiersenga reeds in 1972 die tradisionele opvatting van die voorsieningheid van God afgewys het as 'n Grieks-filosofiese opvatting en nie 'n evangeliese opvatting nie (Schulze 1993:22).

Dit is baie duidelik dat hierdie debat wentel rondom die **teodisee probleem**: “si deus, unde malum? – as God bestaan, van waar die kwaad?” (Schulze 1993:29). Ook al word daar vas geglo in die bestaan van God, bly die vraag: Hoe kan die kwaad en lyding met die goedheid, liefde en almag van God gerym word. Lategan stel dit so: “*Teodisee is 'n rasionele poging om God teenoor die kwaad te regverdig. Anders gestel: Op watter wyse is God by die oorsprong, die instandhouding en beteuling van die sonde teenwoordig?*” (1991:20). Vir 'n duidelike uiteensetting van die bekendste hoofmomente in die teodisee probleem, kan Louw geraadpleeg word (1982:2-5).

Dit val nie binne die skopus van hierdie studie om die debat as sodanig te behandel nie. Wat wel van belang is, is om kortliks aandag te gee aan enkele standpunte wat direk betrekking het op hierdie studie. Op grond van hierdie standpunte sal daar dan tot konklusies gekom word, wat van praktiese waarde sal wees vir lidmate wat bedroefdes wil bystaan.

## **2. DIE RUIMTESKEPPENDE BESLUIE VAN GOD**

“Al is God dus werkend in die wêreld teenwoordig en al is die werklikheid ook die realisering van Sy besluite, nooit mag Gods wil sonder meer uit die werklikheid afgelei word nie” (Heyns 1978:76).

Heyns spreek hom baie sterk uit teen die tradisionele opvatting dat alles wat gebeur as **die wil van God** voorgehou word en stel dit dat: "... in elke moontlike vorm of gevolg van die sonde, het God geen behae nie, maar ook geen aandeel nie" (1978:75).

Waar Louw rekening hou met die mag van die bose, het Heyns weer die aandag gevestig op die feit dat ons leef in 'n - deur - die - sonde - beskadigde werklikheid, waarvan pyn, siekte, lyding, hartseer en die dood deel is. Hy beskryf dit as volg: "Daarom sal ons moet sê: die skepping is in essensiële of substansiële sin normaal, maar in historiese sin abnormaal, aangesien dit met die sonde deurdring is" (Heyns 1978:109).

Verder het Heyns kritiek op een van die tradisionele "antwoorde" wat op die lydingsvraagstuk gegee is, naamlik dat God die kwade nie **wil** nie, maar wel **toelaat**. Sy reaksie is dat dit van God "... 'n magtelose en passiewe toeskouer maak en aan die sonde 'n te groot konkurrerende mag toeken. Hy het dit gewil – dit is te veel gesê; Hy het dit toegelaat – dit is te min gesê" (Heyns 1978:75). Dit stem ooreen met die kritiek van Calvyn soos aangehaal in Berkouwer (1975:164-165). Calvyn het die begrip *ordinatio* gebruik omdat dit tussen die begrippe **veroorsaking** en **toelating** lê (Du Rand 1987:34-35).

Die besondere van Heyns se bydrae tot hierdie hele problematiek lê in die baie sinvolle onderskeiding met betrekking tot die besluite van God, naamlik tussen die veroorsakende, ruimteskeppende, indiensnemende en predestinerende of vóórbestemde besluite van God (Heyns 1987:75). Onder die ruimteskeppende besluite van God verstaan hy dan dat God ruimte geskep het vir die sonde asook vir die mens en die bose om hulle mag te kan uitoefen. Die sonde en die gevolge daarvan kan dus plaasvind, maar "... dit gebeur *teen* Sy wil,

hoewel nie *buite* Sy ruimteskeppende besluite nie. *Teen* die wil van God, is nog nie *buite* Sy Raad nie en *in* Sy Raad is nie noodwendig in *ooreenstemming* met Sy wil nie” (Heyns 1987:75-76). König se standpunt kom sterk hiermee ooreen (1975:202-206).

### 3. DIE INLATENDE WIL VAN GOD

Louw meen dat wanneer mense in nood, pastoraal begelei moet word, bied die teodisee nie genoegsame antwoorde nie. Hy verwys na Berkouwer (1975) en motiveer die saak as volg: “Want die probleem met die teodisee is dat daar telkens vanuit die gebroke werklikheid gedink word. By wyse van deduktiewe denke wil die mens dan logies opklim tot by God. Vanuit hierdie God moet dan weer induktief terug na die werklikheid gedink word. So ‘n God word dan voor die forum van die menslike rede aanvaarbaar gemaak vir die lydende mensdom. Teodisee word sodoende ‘n soort ‘natuurlike teodisee’ waar daar vanuit die deduktiewe ervaringswerklikheid tot ‘n logies aanvaarbare God gekonkludeer word” (Louw 1982:6).

Louw waarsku dat daar baie versigtig oor die wil van God gepraat moet word in die aangesig van lyding, want “... die evangelie werk self baie suinig met die term” (1985:107). Verder bevestig hy dat die wil van God nie as ‘n “afskrikmiddel” gesien moet word nie, maar wel as ‘n “troosfaktor” (Louw 1985:108). Louw self gebruik die begrip: **die inlatende wil van God**. “God laat Hom met lyding en via die kruis en die opstanding in die modus van *identifikasie* en *oorwinning*. Die inlatende en inskakelende wil van God sluit die mens nie uit nie, maar op grond van die werking van die Heilige Gees, ook in” (1985:107). Saam met die rol van die mens hou hy ook rekening met die mag van die bose as hy skryf dat “Gods almag, saam met

menslike skuld en verantwoordelikheid teen die agtergrond van 'n bese versteuringsmag, 'n spanningsituasie skep waarbinne die lydingsvraagstuk in die Skrif geïnterpreteer moet word” (Louw 1982:23).

Louw se pastorale gerigtheid kom duidelik na vore wanneer hy lyding en God se wil as volg met mekaar in verband bring: “God wil nie die siekbed of ongeluk of kanker of vloedramp as sodanig nie; *God wil dit wat tydens 'n siekbed of ongeluk of kanker of vloedramp in die hart van 'n mens gebeur*” (Louw 1982:28).

#### 4. DIE WIL VAN GOD: KONKLUSIES

Die begrip – **die wil van God** – moet baie versigtig gebruik word in die aangesig van lyding, dood en die gepaardgaande smart. Lyding en dood mag nie op 'n eenvoudige of op 'n enkelvoudige wyse met God in verband gebring word nie.

Die volgende konklusies word gemaak met inagneming dat die skopus van die studie die rol is wat lidmate kan speel in die fasilitering van die proses van rou. Die gaan dus oor die gebruik van die begrip – **die wil van God** – binne die konteks van rou en vertroosting en nie binne die konteks van 'n teoretiese teologiese diskussie in die algemeen nie.

4.1 God is nie die outeur van die kwaad nie. Die begrip – die wil van God – moet nooit so gebruik word dat God daardeur by bedroefdes geteken word as die outeur van die kwaad nie. “Die grusame gevolge van die sonde word aan God toegedig. Dit is die resultaat van Sy wil – in baie uitsprake selfs blinde noodlotsmag. Wie so redeneer maak van God 'n bespotting – God het geen geheime verhouding met die sonde nie” (Lategan

1991:21). Ook Heyns beskryf dat die wil van God goed is en "... in volledige ooreenstemming is met en ook voortvloei uit sy wese" (Heyns 1978:73).

- 4.2 Menslike vryheid en verantwoordelikheid mag nie buite rekening gelaat word nie. "God gee aan die mens *selfstandigheid* maar ook die *moontlikheid* om dit te misbruik" (Lategan 1991:21). Skrifgedeeltes wat hieroor handel is die volgende: Gn 1:26-28; 2:15-17; Jos 24:15; Rm 14:10-12; Gal 5:1,13. Menslike vryheid wat **misbruik** word en tot die dood van 'n ander persoon lei kan tog nie beskryf word as die *wil* van God nie.
- 4.3 Die algemene verdorwenheid van die skepping moet in gedagte gehou word. Rm 8:18-23 is by uitstek die gedeelte in die Nuwe Testament wat handel oor die algemene verdorwenheid van die skepping. In *Die Boodskap* word vers 20 só vertaal: "Want tot nou toe kry die skepping baie swaar. Hier gaan alles dood. Alles vergaan" en vers 23: "Maar dit is nie net die skepping wat swaarkry nie. Ons kry ook swaar" (Van der Watt & Joubert 1997:496). Nog 'n skrifgedeelte wat hierdie realiteit bevestig, is 2 Kor 4:16 – 5:10. Die vertaling in *Die Boodskap* (2 Kor 4:18) is besonder duidelik: "Dit wat ons vandag sien, is in elk geval môre nie meer daar nie. Hier hou niks vir ewig nie" (Van der Watt & Joubert 1997:577). Daar is egter 'n baie groot verskil of lyding toegeskryf word aan hierdie algemene verdorwenheid wat dan die gevolg is van sonde in die algemeen en of lyding toegeskryf word aan straf op spesifieke sondes.
- 4.4 Determinisme mag nie verkondig word nie. Die begrip – die wil van God – moet nie op so 'n wyse gebruik word om iemand se dood te "**verklaar**", dat die indruk gewek word dat alles in ons lewe **gepredestineer** is nie (Vgl Heyns 1978:77,157). So 'n



standpunt het die implikasie dat dit van gebed 'n "klug" maak, terwyl God aan Sy kinders die voorreg van gebed gee en hulle nooi om hulle behoeftes voor hom uit te spreek (Fl 4:6; Mt 7:7-11; Lk 18:1-8; Dn 6:11; 2 Kron 7:14).

4.5 God veroorsaak nie die kwade nie, maar skakel dit in. Daar is reeds in 4.1 daarop gewys dat God nie die kwade veroorsaak nie. Terselfdertyd moet daarteen gewaak word dat die indruk nie gewek word dat die kwade God "onkant" betrap nie. God kan ook die kwade **gebruik**. Beide Louw en Heyns se standpunte ondersteun hierdie konklusie. Heyns (1978:76) sê: "Wel kom die sonde nie uit Sy hand nie, maar Hy neem dit tog ter hand en gebruik dit vir die verwerking van Sy doel met die skepping (Rm 9:8 ev; 1Pt 2:6 ev; Rm 1:24)." Louw stel dit so: "Nie die geloof ontwikkel uit vanuit die lyding nie. Die lyding vlek juis die kwalitatiewe aard van geloof oop" (1982:30).

Twee gedeeltes waarop hierdie konklusie gebaseer is, is die volgende: Rm 8:28 "Ons weet dat God alles ten goede laat meewerk vir die wat Hom liefhet ...." In *Die Boodskap* word dieselfde vers vertaal as "Ons kan nou van een saak seker wees: God gebruik elke ding wat in ons lewe gebeur, of dit nou goed is of sleg is, om sy doel te bereik. Alles wat met elkeen van ons gebeur wat God liefhet, werk tot ons beswil uit" (Van der Watt & Joubert 1997:497). Uit die *Ou Testament* kan die verhaal van Josef as voorbeeld van hierdie beginsel geneem word (Gn 37-50). Regdeur hierdie verhaal gebeur daar dinge wat direk in teenstelling is met die geopenbaarde wil van God, soos dat Jakob vir Josef voorgetrek het bo sy ander seuns; dat hulle "afkeer in hom" so groot was dat hulle hom wou doodmaak; dat hulle hom as slaaf verkoop het en dat hy in Egipte onskuldig in die tronk beland het. Tog som Josef self al hierdie gebeure op as

hy sê: “Julle wou my kwaad aandoen, maar God wou daarmee goed doen: Hy het gesorg dat ‘n groot volk nou in die lewe gebly het” (Gn 50:20).

Ten slotte moet daar rekening gehou word met die feit dat **verklarings nie troos nie**.

Alhoewel teologiese besinning oor die wil van God noodsaaklik is, moet die waarde daarvan vir die vertroosting van bedroefdes nie oorskat word nie. Venter stel dit besonder mooi as hy sê: “Die pastor staan nie langs God nie, maar langs die lidmaat in sy nood”; “Saam met die lidmaat moet die antwoorde uit die Woord van God verkry word” (1994:664).

## **C VERTROOSTING DEUR GELOWIGES**

In die ondersoek na die rol van lidmate in die fasilitering van die proses van rou, is dit noodsaaklik dat daar ook teologies besin sal word oor die funksie van mense in hulle betrokkenheid by bedroefdes. Dit sal gedoen word deur eerstens te kyk na wat ons in die Skrif leer oor die betrokkenheid van mense by bedroefdes. Tweedens sal daar kortliks gekyk word na ‘n dogmatiese beskouing van die verantwoordelikheid teenoor die medemens in nood. In die derde plek sal aandag gegee word aan die debat ten opsigte van die begrip – “Die amp van die gelowige”.

### **1. VERTROOSTING AS BYBELSE RIGSNOER**

In die Skrif blyk dit duidelik dat rou normaalweg nie gesien is as ‘n private aangeleentheid nie. Dit is beskou as ‘n geleentheid waarby nie net familie en vriende nie, maar ook die gemeenskap betrokke was (2 Sm 1:11,12,17,18). Daar was in die Ou Testament ‘n routydpark wat normaalweg sewe dae geduur het (Jb 2:13) maar wat in die geval van belangrike persone selfs heelwat langer kon duur. In die geval van Moses het die routydpark dertig dae geduur

(Dt 34:8) en in die geval van Jakob lees ons dat Egipte sewentig dae lank oor hom gerou het (Gn 50:3).

Die betrokkenheid van mense by bedroefdes is baie hoog geag. So hoog dat Dawid selfs ná die dood van die koning van die Ammoniete, gesante stuur na die koning se seun, Ganun, om deelneming te betuig met die dood van sy pa (2 Sm 10:2). Job sê dat een wat treurendes troos, soos 'n koning tussen soldate is (Job 29:25). Job wys egter ook op die teendeel en vaar uit teenoor sy vriende wanneer hulle hom met leë geykte tradisionele gesegdes probeer troos (Job 16:2; 26:1-4).

Troosbesoeke tydens die rou tydperk het bestaan uit saam treur en dikwels saam huil (Verklarende Bybel:132). Verder is daar ook dikwels kos en selfs wyn gebring vir die bedroefdes (Jr 16:7). Ook in die Nuwe Testament lees ons in Jh 11:19,31,33 dat ná die dood van Lasarus daar baie van die Jode na die susters Marta en Maria toe gegaan het om hulle te troos oor die dood van hulle broer. Toe Jesus op die vierde dag na Lasarus se dood daar aankom was hulle nog steeds by die susters in hulle huis teenwoordig. Hierdie

ondersteuning wat hulle aan die susters verleen het, word beskou as die tradisionele Joodse ondersteuningsbesoek (Kittel & Friedrich 1985:785).

Hierdie gebruik bestaan vandag steeds by die ortodokse- sowel as die konserwatiewe Jode. Na die dood van 'n geliefde bly die kerngesin vir sewe dae lank in een huis. Hulle "sit shivah", *shivah* is die Hebreeus vir sewe. Hulle dra dan geen skoene of kouse nie en verwissel nie van

klere nie. In hierdie sewe dae word hulle dan besoek en vertroos deur familie en vriende wat ook kos en selfs geskenke saambring (Hollingworth & Pasnau 1977:124).

Die beginsel dat medegelowiges mekaar behoort te  **vertroos**  en te  **bemoedig** , word ook in ander tekste in die Nuwe Testament bevestig (1 Kor 14:3; Fl 2:1; Rm 12:8,13,15; 1 Ts 4:18). Hierdie beginsel word ook spesifiek verbind met die motief van dankbaarheid vir God se vertroosting, hulp en bemoediging in 2 Kor 1:3,4.

## 2. VERTROOSTING: 'N DOGMATIESE BESKOUIING

Heyns (1978:127-137) skryf oor die mens as *verhoudingswese* en onderskei die volgende verhoudings waarbinne die mens staan: In verhouding tot God; sy medemens; homself; die natuur; die kultuur; die strukture.

Wanneer hy na die mens in verhouding tot sy medemens verwys, beskryf hy medemense as mense wat, "... vanuit en mét hulle konkrete lewensomstandighede, 'n aanspraak op my maak, of ongesê, 'n aanspraak op my het" (Heyns 1978:130). Wanneer hy dan hierdie betrokkenheid by die nood van die naaste konkretiseer, maak hy gebruik van wat Karl Barth in sy antropologie beskryf het as die medemenslikheidsfunksie van die menslike ledemate wat gerig is op die medemens (Heyns 1978:133). Daarvolgens vervul die *oë* die funksie om die medemens raak te sien. Met die *bene* word die fisiese afstand tussen mens en medemens oorbrug. Die *mond* en *ore* is dan die ledemate deur middel waarvan die psigiese afstand oorbrug word wanneer menslike taal gebruik word. Verder word die *hand* dan uitgestrek om

die hand wat in nood uitgestrek is, vas te gryp. Indien al die voorafgaande handeling uit die *hart* geskied het, "... is die legkaart van die medemenslikheid voltooi ...." (1978:133).

Laastens moet die begroning van hierdie betrokkenheid by die medemens gefundeer word in God se betrokkenheid by die gelowige mens. "... die mens se lewe saam met sy medemens is bestem om 'n weerspieëling te wees van sy lewe saam met God. Wat God vir my is, moet ek vir my medemens wees" (Heyns 1978:131).

Wanneer lidmate betekenisvolle hulp verleen aan bedroefdes, gee hulle konkrete gestalte aan bogenoemde faset van hulle dankbaarheidslewe. Indien die motief vir hierdie hulpverlening dankbaarheid is vir die ontferming van God wat die lidmaat in sy/haar eie lewe ervaar het, kan hierdie hulpverlening beskou word as 'die wesentlike van die godsdiens' volgens Paulus se oproep in Rm 12:1.

### **3. AMP-, PRIESTERSKAP-, OF CHRISTENSKAP VAN DIE GELOWIGE**

Tot dusver is daar op grond van die Skrif en die dogmatiek aangetoon dat gelowiges 'n *verantwoordelikheid* het teenoor medemense in die algemeen maar veral ook teenoor die medemens in nood. Maar die vraag ontstaan: Hoe moet hierdie betrokkenheid of verantwoordelikheid onder woorde gebring word? Moet dit 'n naam kry? En indien wel, watter naam? Daar bestaan verskillende moontlikhede en deur die jare was daar reeds verskeie menings gehuldig oor hierdie aangeleentheid. Terwyl teoloë drasties van mekaar verskil oor

wát hierdie verantwoordelikheid van gelowiges betitel behoort te word, is daar duidelike ooreenstemming oor die wese van die saak. In wese stem teoloë ooreen dat gelowiges op grond van hulle verbintenis met Christus as Verlosser 'n taak of verantwoordelikheid het om Christus by andere te verteenwoordig as deel van die uitlewing van hulle dankbaarheid. Die meningsverskille bestaan egter ten opsigte van wát hierdie verantwoordelikheid genoem behoort te word. Moet daar gepraat word van die amp van die gelowige; die priesterskap van die gelowiges; of die Christenskap van gelowiges? Rossouw (1985) het die verskillende standpunte oor hierdie saak deeglik met mekaar vergelyk, die verskillende teoloë in twee groepe verdeel en uiteindelik tot 'n eie slotsom gekom oor die saak (Rossouw 1985:319-331). Daar sal eers aan die verskillende standpunte aandag gegee word en daarna sal die beginsel deurgetrek en toegepas word op die rol wat lidmate kan vervul in die fasilitering van die proses van rou.

### **3.1 DIE AMP VAN DIE GELOWIGE**

Kan daar naas die "besondere" ampte ook 'n "algemene" amp van die gelowige onderskei word? Rossouw verwys na Kuyper (1894) as een van die vroegste voorbeelde wat 'n amp van die gelowige onderskei het (Rossouw 1985:319-320). Veltkamp het in 1948 in sy gesaghebbende werk oor die Heidelbergse Katigismus, hierdie amp van die gelowige duideliker omskryf in sy behandeling van Sondag 12. Hy beskou die begroning van hierdie amp van die gelowige in die feit dat die christen deel het aan die salwing van Christus. Hy beskou alle gelowiges, mans en vrouens, as ampsdraers. Verder omskryf hy die amp breedvoerig in verhouding tot die drie ampte van Christus, naamlik die van profeet, priester en

koning. Die christen is dan christen as profeet, christen as priester en christen as koning (Veltkamp 1948:164-172).

Oor die verhouding tussen die algemene en besondere ampte is Veltkamp van mening dat die amp van die gelowige "... het voornaamste is, het is primair: het ambt van leraar, ouderling en diaken is secundair, bijkomstig." Hy het die amp van die gelowige beskou as behorende tot die *wese* van die kerk en die ander drie ampte as behorende tot die *welwese* van die kerk (Veltkamp 1948:165).

Twee van die belangrike winspunte van Veltkamp se beskouing is die volgende: Eerstens dat hy die amp van die gelowige plaas binne die konteks van 'n dankbaarheidslewe wat die uitvloeisel is van dit wat Christus aan die gelowige skenk (Veltkamp 1948:166); en tweedens dat hy die uitleef van hierdie amp baie raak beskryf wanneer hy sê: "Het is eigenlijk nog meer privilege dan opdracht. Het is last en voorrecht tegelijk." (Veltkamp 1948:164).

Ander ondersteuners van die standpunt dat daar 'n amp van die gelowige onderskei behoort te word, is volgens Rossouw die volgende:

Sietsma vind die fundering van so 'n amp in die verbond; Schilder sien die taak van die amp van die gelowige as werksaam na twee kante toe. In die eerste plek op die terrein van die christelike lewe in die algemeen en tweedens ten opsigte van die kerkregering in die besonder; Kraemer skuif die besondere ampte op die agtergrond

en beskou die amp van die gelowige as die belangrikste amp in die kerk; Kotze meen dat alle christene onder 'n "Divine charge" staan en dat gehoorsaamheid hieraan, as die uitvoering van 'n amp beskou mag word; De Klerk meen dat daar 'n duidelike pastorale taak op die amp van die gelowige rus, wat in die Bybelse herder-beeld gefundeer is (Rossouw 1985:320-324).

### **3.2 DIE PRIESTERSKAP VAN ALLE GELOWIGES**

Calvyn onderskei vier ampte, naamlik: predikante, doktore, ouderlinge en diakens. Wat die diakens aanbetref, het hy nog 'n verdere onderskeid gemaak tussen die wat die aalmoese beheer het en die wat die armes en siekes versorg het (Van Itterzon 1974:87). Alhoewel hy dus 'n vierde en selfs moontlik 'n vyfde amp onderskei, onderskei hy geensins 'n amp van die gelowige nie. Calvyn het wat die gelowige betref eerder gebly by die begrip: "Die priesterskap van alle gelowiges". Volgens Rossouw het Calvyn hierdie begrip gebruik in reaksie op die hiërargiese ampsbegrip van die Rooms-Katolieke kerk (1985:324). Die begrip is natuurlik gebaseer op tekste soos 1 Pt 2:9 en Op 1:5,6. Alhoewel hierdie begrip op die Bybel gebaseer is en 'n tipies-reformatoriese begrip was, is De Klerk se kritiek teen hierdie begrip dat dit te eng is in die sin dat dit die aksent hoofsaaklik op die priesterskap van die dienswerk van die gelowige laat val sonder dat die profetiese- en koninklike aspekte tot hulle reg kom (Rossouw 1985:323).

Naas Calvyn vind ons in Van Itterzon 'n baie sterk voorstander van die begrip: "Die algemene priesterskap van die gelowige". Hy beskou dit as 'n Bybels-gefundeerde begrip en haal beide die Ou- en die Nuwe Testament aan ter staving (Eks 19:6; Jes 61:6; 1 Pt 2:5,9; Op 5:10). Hy



meen dat in die lig van Sondag 12 van die Heidelbergse Kategismus kan die term, algemene priesterskap van die gelowiges, gebruik word sonder dat die koninklike – en profetiese opdragte onderbeklemtoon word (Van Itterzon 1974:59-62).

### 3.3 DIE CHRISTENSKAP VAN ALLE GELOWIGES

Rossouw (1985:327-331) kom tot die gevolgtrekking dat daar goeie gronde bestaan wat dit nodig maak om te soek na 'n ander begrip as die van “amp van die gelowige”. As redes voer hy aan dat dit: eerstens nie 'n Bybelse begrip is nie; en tweedens dat hierdie begrip die gevaar loop van óf 'n klerikalistiese skeiding tussen amp en gemeente, óf van demokratisme waar die amp uit die gemeente opkom en nie sy oorsprong in Christus alleen vind nie.

In sy kritiek teen die alternatiewe begrip “priesterskap van alle gelowiges”, sluit Rossouw aan by De Klerk wat die begrip eerstens as te eng sien (soos reeds vermeld) en tweedens dat die begrip baie sterk “tydshistories bepaald” is, omdat die Reformatore dit gebruik het in reaksie op die ampsbeskouing van die Rooms-Katolieke kerk (1985:328-329).

Na kritiese evaluering van beide die begrippe “amp van die gelowige” en “priesterskap van die gelowige” kies Rosouw om die begrip “**Christenskap van alle gelowiges**” te gebruik. Hy voer die volgende beweegredes aan vir hierdie keuse:

- i) Dit is Bybels. Die Nuwe Testamentiese gelowige word hiermee aangedui (vgl Hd 11:26; 26:28; 1Pt 4:16).

- ii) Die wese van die nuwe lewe wat hy ontvang het, word daarin weerspieël. Deur die geloof word hy deel van die salwing van Christus (1 Jh 2:20).
- iii) Die naam wys ook heen na die Gewer van die nuwe lewe – Christus die gesalfde Messias.
- iv) Die naam is ten volle in lyn met ons belydenisskrifte (vgl veral *Heid Kat* So 12 vr 32; NGB art 29).

“Met die keuse vir hierdie term, vind daar ook ‘n duidelike afgrensing plaas teenoor ‘n klerikalistiese én ‘n demokratistiese ampsbegrip (Rossouw 1985:330).

### 3.4 SAMEVATTING

Die begrip “**Christenskap van alle gelowiges**” is uiters geskik vir toepassing binne die konteks van hierdie studie waar dit juis gaan oor die rol van die lidmate in die fasilitering van die proses van rou en wel om die volgende redes:

- a) Die voorreg en verantwoordelikheid van gelowiges om bedroefdes betekenisvol by te staan, kan nie beperk word tot diegene wat in die besondere ampte (predikant, ouderling en diaken) staan nie. Terselfdertyd sluit dit diesulkes nie uit nie. Wanneer die begrip: Christenskap van alle gelowiges” gebruik word, kan geen gelowige homself/haarself daarby uitgesluit voel nie.
- b) Die woord Christenskap beklemtoon dat die **motief** vir die hulpverlening dan die verbintenis met Christus is. Met ander woorde, op grond van die liefde wat God deur

Christus aan iemand betoon het, kan daar weer in liefde en uit dankbaarheid uitgereik word na die bedroefde (vgl 1 Jh 4:7-19).

- c) Die begrip laat ruimte vir die feit dat Christus nie net **amp**te aan Sy kerk gegee het nie, maar ook **gawes** aan individuele lidmate wat van mekaar kan verskil (Rm 12:4-8).
- d) Die begrip sluit nie die Ou Testamentiese beginsel uit dat die mens geskape is as God se verteenwoordiger wat God by die naaste teenwoordig moet stel nie.
- e) Die begrip **Christenskap** dui nie net die verantwoordelikheid van die gelowige teenoor medegelowiges aan nie, maar dui ook die verantwoordelikheid teenoor die wêreld aan (Rossouw 1985:331).

Uit al die voorafgaande kan daar gekonkludeer word dat die begrip: **“Die Christenskap van alle gelowiges”** deeglik uitdrukking gee aan die voorreg en verantwoordelikheid van lidmate om bedroefdes binne of buite die kerkgemeenskap, op so ‘n wyse by te staan dat die liefde en troos van God sigbaar en tasbaar beleef kan word.

## **HOOFSTUK III**

### **ROU EN HULPVERLENING — BEGINSELS UIT DIE LITERATUUR**

As deel van 'n ondersoek na die rol wat lidmate kan speel in die fasilitering van die proses van rou, is 'n literatuurstudie van bestaande vakliteratuur in die pastorale terapie sowel as aanverwante vakliteratuur onderneem. Die hoofdoel van die literatuurstudie was om na te vors welke wyses van hulpverlening 'n betekenisvolle bydare sal lewer tot die fasilitering van die proses van rou. Dan ook of die wyses van hulpverlening deur nie-professionele hulpverleners soos lidmate toegepas sal kan word. Om die hoofdoel te bereik, was dit egter noodsaaklik om eers 'n beter insig te kry van wat rou is, waardeur dit beïnvloed word en hoe dit verloop. Benewens bogenoemde is daar ook kortliks aandag gegee aan die blootstelling van kinders aan die dood en aan die gebruik van medikasie tydens die proses van rou.

#### **A. VERMINDERDE BLOOTSTELLING LEI TOT VREEMDHEID TEN OPSIGTE VAN DIE DOOD**

Sedert die 1950's het die blootstelling wat mense in ons samelewing aan die dood het, drasties verander in vergelyking met die situasie vroeër. Die minder direkte blootstelling aan die dood het die kringloop laat ontstaan wat as volg verloop:

Hoe minder blootstelling mense aan die dood het, hoe vreemder is die dood vir hulle en hoe ongemakliker is hulle in die teenwoordigheid van die treurendes. Hoe groter die ongemak ten opsigte van die dood en treurendes, hoe meer vermy mense kontak met die dood en treurendes (Sanders 1992:26).

## **1. BLOOTSTELLING IN DIE VERLEDE**

Mense het vroeër jare hoofsaaklik in hulle huise gesterf, omring, nie net deur 'n bekende omgewing nie, maar veral deur hulle naasbestaendes. Lerner word in Corr et al aangehaal dat miskien soveel as 80% van mense 'n eeu gelede in hulle eie beddens gesterf het (1997:45-46). Hierdie situasie saam met die feit dat daar verhoudingsgewys baie meer mense gesterf het, het gelei tot baie meer blootstelling aan die dood. Mense het nie net hulle geliefdes sien sterf nie, hulle was ook betrokke met die laaste was en aantrek van die liggaam. Dikwels is die kis self gemaak, die graf self gegrawe en talle ander take self verrig. Dit is veral van belang om te weet dat kinders ook ingesluit was in hierdie blootstelling (Corr et al 1997:46). Omdat volwassenes meestal vroeër meer openlik aan hulle smart uiting gegee het, het kinders rolmodelle gehad wat hulle geleer het van die beleving van smart (Sanders 1992:26). Dit kan sonder enige vrees vir teëspraak gekonstateer word dat dood in die verlede as 'n baie meer normale deel van die lewe beskou was op grond van die meer gereelde en meer direkte blootstelling daaraan.

## **2. BLOOTSTELLING VANDAG**

Die oorgrote meerderheid mense sterf vandag in inrigtings soos hospitale, ouetehuse en versorgingseenhede. In 1949 is daar reeds in Amerika bepaal dat 49.5% van alle sterftes in inrigtings plaasgevind het en dat dit in 1990 gestyg het na byna 80% (Corr et al 1997:46). Howard Stone stel dit in 1996 vas op meer as 85% (1996:269).

Hierby moet onthou word dat kinders in seker meeste gevalle uitgesluit word by hospitale, trauma- en intensiewe sorg eenhede. As ons daarby in ag neem dat die mortaliteitsfaktor aansienlik afgeneem het in ons samelewing, dan word daar nou al verskeie geslagte groot wat

minimale blootstelling aan die dood het. Wass haal 'n berekening aan wat dit stel dat minder as 10% van die kinders in die Verenigde State van Amerika die dood van 'n ouer ervaar (1991:27). Die dood van 'n kind het eintlik iets uitsonderlik geword in ons tyd, terwyl dit 'n algemene verskynsel was toe sekere kindersiektes nie so behandelbaar was soos vandag nie.

Naas sterftes in inrigtings behoort ook vermeld te word dat die aantal skielike sterftes as gevolg van motorongelukke en geweld drasties toegeneem het. Dit het die implikasie dat geliefdes meestal nie by 'n persoon is wanneer hy sterf nie, dat die liggaam eers geruime tyd na die dood gesien kan word en dat die liggaam dikwels geskend is. Dit dra alles by tot die vreemde, onnatuurlike beleving van die dood. Dit alles bemoeilik die beleving van smart sowel as die deurwerking van die proses van rou.

## **B. DIE NOODSAAKLIKHEID VAN ROU EN DIE AARD DAARVAN**

### **1. DIE NOODSAAKLIKHEID VAN ROU**

Indien rou nie positief deurgewerk word nie, kan persone vasgevang raak deur die mag van die verlies (Wright 1991:77). Om te kan terugkeer na 'n toestand van ekwilibrium moet sekere routake eers deurgewerk word (Van Niekerk 1984:116; Worden 1988:10; Crenshaw 1991:20).

McGoldrick skryf: "Loss may strenghten survivors, bringing out creativity, spurring them on to accomplishment, or it may leave behind a destructive legacy, all the more powerful if it is not dealt with" (1991:104). Verder meen sy dat talle probleme ten opsigte van verhoudinge binne die gesin teruggevoer kan word na 'n onvermoë om te rou. "Until family members can mourn, they remain - to a greater or lesser degree- stuck"(McGoldrick 1991:51). Dat probleme kan voortspruit indien mense nie rou nie, word bevestig deur Crenshaw: "If we fail

to mourn, the grief is likely to be expressed in a delayed or distorted form" (1991:39).

Aangesien dit so noodsaaklik is om te rou, moet daar in meer besonderhede gevra word na wat rou ten diepste is.

## **2. DIE AARD VAN ROU**

Rou kan op sy heel eenvoudigste beskryf word as **reaksie** op **verlies** (Corr et al 1997:221). 'n Meer omvattende beskrywing sou wees dat rou 'n **natuurlike** reaksie op die verlies van 'n geliefde is wat op verskeie vlakke manifesteer.

### **2.1 Die manifestasie van rou op verskillende vlakke**

Daar bestaan oor die algemeen 'n oorbeklemtoning van die manifestasie van rou op 'n emosionele vlak. Rou is 'n meer komplekse reaksie wat op verskeie vlakke manifesteer. Naas die emosionele (Bowen 1991:80) is daar ook die intellektuele vlak (Crenshaw 1991:21), gedrag (Cleiren 1993:6) en fisiese sensasies (Corr et al 1997:222) waardeur rou manifesteer. Voorbeelde van elk is die volgende:

- Emosies: hartseer, woede, angs, verligting, skuld, hulpeloosheid en angstigheid.
- Kognisies: ongeloof, verwardheid, afgetrokkenheid (verstrooidheid), 'n besef van die teenwoordigheid van die oorledene of selfs hallusinasies.
- Gedrag: slaap- of eetversteurings, vergeetagtigheid, sosiale onttrekking, soekende gedrag, rustelose hiperaktiwiteit.
- Fisiese sensasies: 'n hol gevoel op die maag, 'n beklemmende gevoel in die keel of bors, oorsensitiwiteit vir geraas, kortasem, gebrek aan energie (Corr et al 1997:222; Worden 1988:20-28).

## 2.2 Rou is 'n natuurlike proses en nie 'n siektetoestand nie

Die prosesmatigheid van rou sowel as die **natuurlikheid** daarvan moet in ag geneem word. Mense dink dikwels aan rou as 'n **toestand** waarin bedroefdes verkeer terwyl dit 'n **proses** is wat deurleef moet word (Parkes 1981:54; Staudacher 1987:5; Cleiren 1993:6; Jones 1995:7). Jones beklemtoon die feit dat hierdie **proses natuurlik** is en dat die meeste mense die vermoë het om op gesonde wyse deur die rou te werk (1995:1). Grollman bevestig dit ook (Papdatou & Papadatos 1991:4).

Rou is ook 'n **groeiproses** waardeur bedroefdes meer van hulleself kan leer en waarna hulle sterker sal wees as wat hulle voor die verwerking van die verlies was (Schneider 1981:36; Sanders 1992:38). Parkes beskryf rou as 'n **leerproses** waardeur bedroefdes geleidelik hulle een wêreldbeskouing laat vaar en 'n nuwe aanleer (1981:54-55).

Worden verwys na Engel, 'n psigiater, wat die verlies van 'n geliefde as psigologies traumaties beskou, op dieselfde vlak as wat 'n ernstige wond fisies traumaties is. Hy beskou die proses van rou dan as 'n noodsaaklike helingstydperk (Worden 1988:10).

Alhoewel rou dus nie as 'n siektetoestand beskou moet nie word moet daar terselfdertyd rekening gehou word met die feit dat bedroefdes se normale vlak van funksionering tydelik aangetas is en dat dit tyd sal neem voordat hulle weer op dieselfde vlak as voorheen sal funksioneer (Grollman 1991:4). Engel se gedagte van 'n rou wond kan as 'n baie bruikbare metafoor gebruik word en selfs uitgebrei word om die gereelde skoonmaak van die wond te vergelyk met geleenthede waar daar oor die oorledene gepraat en selfs gehuil word. Die



prosesmatigheid van rou kan ook deur hierdie metafoer beklemtoon word. Ook die feit dat genesing oor 'n tydperk plaasvind, word hierdeur geïllustreer.

### **2.3 Algemene- sowel as unieke individuele roureaksies**

Twee skynbaar teenstrydige waarhede moet tegelyk in berekening gebring word. Aan die een kant stem die bestaande literatuur en navorsing duidelik ooreen dat daar sekere algemeen geldende beginsels ten opsigte van bedroefdes is. Cleiren verwys na Bolby, Parkes en Kübler-Ross as navorsers wat daardie algemene beginsels omskryf het (Cleiren 1991:23). Ander navorsers lê weer klem op die feit dat die dood van 'n geliefde 'n **unieke** ervaring is (Walsh & McGoldrick 1991:8; Cleiren 1993:3; Jones 1995:4; Corr et al 1997:224-225). Op grond van die algemeen geldende beginsels wat deur die navorsing geïdentifiseer is, kon daar tipiese stadiums of fases van rou beskryf word wat feitlik universeel voorkom. Die beskrywing van hierdie fases het 'n groot rol gespeel om hulpverleners te help om 'n duideliker begrip te vorm van die belewing sowel as die behoeftes van bedroefdes.

Omdat individue elke verlies op 'n eie unieke wyse beleef, moet oorhaastige beoordelings ten opsigte van onnatuurlike of abnormale roureaksies vermy word. Tydperke waarbinne rou suksesvol deurgewerk behoort te wees, kan net eenvoudig nie as algemeen geldende reëls neergelê word nie. "Grief is a very personal matter. We should not be too quick to judge how others mourn - whether they should be more expressive or less so. Every family and every person must find their own ways" (McGoldrick 1991:66).

Daar is verskeie faktore wat sal bydra tot die unieke individuele belewing van rou, waaraan aandag gegee word in die volgende afdeling.

## C.      **FAKTORE WAT DIE INDIVIDUELE BELEWING VAN ROU BEÏNVLOED**

Naas die feit dat individuele persone rou verskillend kan ervaar (soos hierbo genoem), is daar ook bepaalde faktore wat die intensiteit en duur van rou sal beïnvloed deur Worden geïdentifiseer (1988:29-31). Daar sal nou in meer besonderhede gekyk word na vier sulke faktore wat deur Worden geïdentifiseer is naamlik: 1)Die aard van die verwantskap en die verhouding met die oorledene; 2)Die wyse waarop die persoon gesterf het; 3)Persoonlikheidsfaktore en 4)Sosiale faktore. Daarby sal ook aandag gegee word aan die spesifieke ontwikkelingsfase waarbinne die bedroefde verkeer soos deur Crenshaw geïdentifiseer (1991:20).

### 1.      **DIE AARD VAN DIE VERWANTSKAP EN DIE VERHOUDING MET DIE OORLEDENE**

Die verwantskap tussen die oorledene en die bedroefde sal 'n sterk invloed uitoefen op die proses van rou. Om 'n pa of ma te verloor is tog heeltemal iets anders as om 'n niggie of neef te verloor, so ook 'n broer of suster, huweliksmaat of verloofde. Baie nou verweef met die verwantskap is natuurlik ook die rol wat die oorledene binne 'n gesin gespeel het.

Byvoorbeeld of die persoon die broodwinner, versorger of enkelouer in die gesin was.

Daar kan nooit sondermeer aanvaar word dat 'n nabye verwantskap vanself ook 'n hegte of goeie **verhouding** behels het nie. Die **aard van die verhouding**, meer as die spesifieke verwantskap, sal die belewing van die verlies beïnvloed, byvoorbeeld: Die verwantskap met 'n huweliksmaat is 'n nabye verwantskap, maar daar bestaan nie noodwendig 'n hegte verhouding tussen huweliksmaats nie. Binne huweliksverhoudings kan daar groot emosionele

afstand wees, mishandeling, dominerend, ontrou, ooraafhanklikheid en talle ander faktore wat die beleving van rou drasties sal beïnvloed. Waar daar sterk ambivalente gevoelens teenoor die oorledene bestaan, sal rou dikwels moeilik en ingewikkeld wees, veral omdat ambivalente gevoelens voor die dood, dikwels lei tot skuldgevoelens na die dood (Worden 1988:30; Wright 1991:33; Corr et al 1997:227). Dieselfde beginsels geld ten opsigte van ander naby verwantskappe soos die van ouer-kind of broers en susters.

In die literatuur is daar eenstemmigheid dat die verlies van 'n kind feitlik universeel as die mees traumatiese verlies beleef word. Verskeie outeurs beskryf dit as volg:

"The death of a child is perhaps the ultimate shock, one which seems too horrendous to fathom" (Staudacher 1987:99).

"The loss of a child is a loss like none other. Child death is the death of innocence, the death of the most vulnerable, the delicate, the dependent, the needy" (Arnold & Gemma 1983:9).

"The simple fact is that what is considered abnormal or pathological in other losses is typical after the death of a child" (Rando 1991:250).

Enkele faktore wat die verlies van 'n kind anders maak as enige ander verlies is die volgende:

- i) Rando beskryf die ouer-kindverhouding as die mees gehegte verhouding op fisiese-, psigologiese-, sowel as sosiale vlak (1991:234).
- ii) Wanneer 'n kind sterf, word die - vir ons normale - lewensorde omgekeer. "The death of a child is the most tragic of all off-time losses, reversing general expectations. As expressed by the Chinese saying, 'White hair should never follow black', the life course is experienced as out of order if a child dies before his

parents" (Walsh & McGoldrick 1991:18). Kinders behoort hulle ouers te "vervang" (Rando 1991:238).

- iii) Ouers beleef meestal skuldgevoelens omdat hulle meen dat hulle gefaal het in hulle beskermingstaak (Staudacher 1987:101).
- iv) Ouers beleef iets van die verlies aan 'n toekoms. Die verlies van wat was, maar ook van wat kon gewees het.
- v) Die verlies van 'n bron van liefde. Die kind het die ouers nodig gehad, op hulle staatgemaak en hulle gewaardeer (Staudacher 1987:100; Rando 1991:238).

## 2. DIE WYSE WAAROP 'N PERSOON GESTERF HET

Die begrip, dat iemand aan **natuurlike oorsake** dood is, sê iets daarvan dat sekere tipes van dood in die samelewing as meer "normaal" beskou word as ander. Dat mense op 'n relatiewe hoë ouderdom sterf aan een of ander bekende siekte, het vir die samelewing **normaal** geword. Sodra mense op 'n ander tyd en op 'n ander wyse sterf, word dit as **onnatuurlik** of selfs **abnormaal** beskou en so 'n dood lok oor die algemeen baie meer intense roureaksies uit.

Wanneer daar na die effek van verskillende wyses van dood op die proses van rou verwys word, moet daar nooit gepoog word om hierdie verskillende tipes dood in 'n rangorde van erg, erger, ergste te kategoriseer nie. Wat wel van belang is, is dat elkeen van hierdie wyses van dood sy eie unieke vraagstukke meebring wat die proses van rou op verskillende wyses beïnvloed (Cleiren 1993:52).

Die eerste breë onderskeid wat getref kan word, is die tussen skielike of onverwagse dood in teenstelling met 'n dood wat oor geantisipeer is. Elkeen van hierdie tipes dood het hulle eie

unieke effek op die belewenis van die rou. Wright beskryf dit so: "Sudden death, then, we know from the experience of others, has the capacity to leave people damaged or to result in a prolonged and painful grieving process. The lack of time or preparation for the death leaves so much unfinished. This in turn leads to a double kind of grief - grief for what is lost and grief for what might have been" (1991:14).

Skielike dood as gevolg van motorongelukke het 'n baie bekende verskynsel geword in die moderne Westerse beskawing. Tans is dood as gevolg van geweld iets wat in ons Suid-Afrikaanse opset geweldig toegeneem het. Die onsinnigheid van sulke sterftes, die beskadiging van die slagoffers se liggame (Walsh & McGoldrick 1991:14) en die baie onbeantwoorde vrae soos byvoorbeeld hoe lank en hoeveel die slagoffer gely het voor die dood, is alles faktore wat die rou drasties sal beïnvloed.

'n Langverwagte dood kan weer plaasvind op 'n stadium dat familieledes alreeds finansiële en emosioneel gedreineer is. Dan mag die dood as 'n **verligting** beleef word, maar gewoonlik nie sonder dat die gevoel van verligting weer aanleiding gee tot skuldgevoelens nie (Walsh & McGoldrick 1991:13).

Selfmoord verdien afsonderlike vermelding as 'n tipe dood wat die aard van die rou drasties kan beïnvloed. Van die faktore wat die effek van selfmoord anders maak, is die volgende:

- i) Die vraag na waarom die persoon hierdie opsie gekies het (Anthony 1991:37; Cleiren 1993:49).
- ii) Onvermydelike skuldgevoelens by die geliefdes (Shneidman 1973:413). Ook al is hierdie skuldgevoelens nie realisties nie bemoeilik hulle die proses van rou.

- iii) Die feit dat sekere vrae wat bedroefdes hulleself oor en oor afvra nooit beantwoord kan word nie. Vrae soos "As ek maar dit of dat gedoen het." of "As ek dit of dat maar liever nie gedoen of gesê het nie." (Corr et al 1997:506).
- iv) Gesinslede van iemand wat sy eie lewe geneem het, glo dikwels dat hulle op dieselfde wyse sal sterf. Asof hulle nie 'n keuse het nie, maar amper voorbestem is om ook hulle eie lewens te neem. (Staudacher 1987:184) Hierdie verskynsel word ook behandel in Corr et al (1997:506).

### **3. PERSOONLIKHEIDSKONTORE VAN DIE BEDROEFDE**

Die wyse waarop 'n persoon enige ander stresvolle situasies normaalweg hanteer, sal 'n aanduiding wees van hoe hulle die dood van 'n geliefde behoort te hanteer. Sommige mense se hanteringsmeganismes is net veel beter ontwikkel as die van ander. Ander persoonlikheidstrekke soos of die persoon meer ekstroverties of meer introverties is, sal ook 'n rol speel in hoe hulle uitdrukking sal gee aan hulle smart. Oorafhanklike tipe persone hanteer die verlies van 'n geliefde gewoonlik baie moeilik. Waar daar persoonlikheidsafwykings gediagnoseer is, soos byvoorbeeld grenslynpersoonlikheidsversteuring, sal verlies gewoonlik baie moeilik hanteer word (McGoldrick & Walsh 1991:31).

### **2. SOSIALE FAKTORE**

Worden meld dat die feit dat die bedroefde deel kon wees van verskeie subkulture, die beleving van rou kan beïnvloed. Die etniese en godsdienstige groepe waartoe 'n bedroefde behoort, is van die bekendste wat 'n invloed sal uitoefen (Worden 1988:31). Hiermee saam kan die ondersteuning en betrokkenheid van vriende, familielede en lidmate van die kerk

waaraan 'n bedroefde behoort, 'n geweldige groot invloed uitoefen op die hantering en deurwerking van die proses van rou.

## **5. DIE BEPAALDE ONTWIKKELINGSFASE WAARBINNE DIE BEDROEFDE VERKEER**

Crenshaw (1991) beskou die ontwikkelingsfase waarin die bedroefde verkeer van so groot belang dat hy sy boek oor berading, *Bereavement, Counseling the Grieving throughout the Life Cycle*, indeel volgens ses verskillende ontwikkelingsstadia, naamlik: a) Voorskoolse kinders, b) Skoolgaande kinders, c) Adollesente d) Jong volwassenes, e) Volwassenes in die middeljare, f) Bejaardes. McGoldrick en Walsh beklemtoon ook die belang van ontwikkelingsfases (1991:30-47).

## **D. DRIE MODELLE WAARVOLGENS DIE PROSES VAN ROU BESKRYF WORD**

Cleiren gee 'n goeie oorsig van hoe rou in die vroeëre literatuur beskryf is volgens stadiums of fases. Hy noem Bowlby (1969), Parkes (1970) en Kübler-Ross(1982) as die bekendste eksponente van routeorieë volgens die stadiums- en fasemodel (1993:22-23). Verder beskryf hy hoe daar later oorgegaan is na taak-georiënteerde modelle en noem die volgende eksponente: Spiegel (1973); Schuchter (1986); Worden (1982); Van der Wal (1988); en Weiss (1988) (Cleiren 1993:24). Corr en Nabe het naas hierdie twee tipes modelle ook nog 'n proses-model, wat ontwikkel is deur Rando (1993) uitgewys (1997:237).

In hierdie studie word uitgegaan van die standpunt dat al drie tipes modelle geldige beskrywings van die proses van rou is en dat elke model sekere winspunte het. Die taak-

georiënteerde model van Worden saam met die uitbreidings daarop deur Crenshaw (1991:21-26) word egter as basis geneem vir die verdere ontwikkeling van hierdie studie. Daar moet egter eers kortliks aandag gegee word aan wat elkeen van die bogenoemde modelle behels.

## 1. DIE MODEL VAN ROUFASES

Parkes (1970, 1987) het op grond van die werk wat reeds deur Bowlby (1961, 1980, 1982) gedoen is, rou beskryf as bestaande uit die volgende vier fases:

- i) skok en afgestomptheid;
- ii) verlange en soeke;
- iii) disorganisasie en wanhoop;
- iv) herorganisasie of ordening (Corr et al 1997:229-230).

Hierdie basiese fases is deur sommige outeurs verminder tot drie en deur ander uitgebrei tot soveel as tien (Corr et al 1997:232-233). Hierdie basiese fases word deur Sanders (1992) effens aangepas en vorm dan die struktuur van haar wyd aangehaalde boek, *Surviving Grief and Learning to Live Again*. Sy betitel die fases as volg:

- i) Skokfase;
- i) Bewustheid van die verlies fase;
- ii) Bewaring en die behoefte om terug te trek;
- iii) Genesing - die draaipunt; en
- iv) Vernuwring.



## **2. DIE MODEL VAN ROUTAKE**

Worden is seker die bekendste eksponent van taak-georiënteerde modelle van rou. Sy eenvoudige indeling van vier routake wat deurgewerk moet word ten einde rou suksesvol af te handel, word baie algemeen gebruik in die nuwere literatuur. Hy onderskei die volgende vier routake:

- i) Om die realiteit van die verlies te aanvaar;
- ii) Om die emosionele pyn van die smart te beleef;
- iii) Om aan te pas by 'n omgewing waarvan die oorledene nie meer deel is nie;
- iv) Om emosionele energie te onttrek en dit te herinvesteer in 'n ander verhouding

(1988:13-16).

Crenshaw het hierdie vier basiese routake uitgebrei na sewe naamlik:

- i) Erkenning van die realiteit van die verlies;
- ii) Identifisering en uitdrukking van die emosies wat met smart gepaard gaan;
- iii) Gedagtenisviering ("Commemorating the loss");
- iv) Erkenning van ambivalente gevoelens;
- v) Verwerking van die ambivalente gevoelens;
- vi) Om op emosionele vlak afskeid te neem ("Letting go");
- vii) Om weer vorentoe te lewe

(1991:21-26).

## **3. DIE MODEL VAN PROSESSE IN ROU**

Corr en Nabe beskryf kortliks Rando se proses-georiënteerde model van rou (1997:237-238).

Die model word genoem die "Six "R" Processes of Mourning". Omdat die eerste woord van elke proses met 'n "R" begin, word dit in Engels weergegee:

- i) "Recognise the loss";

- ii) "React to separation";
- iii) "Recollect and reexperience the deceased and the relationship";
- iv) "Relinquish the old attachments to the deceased and the old assumptive world";
- v) "Readjust to move adaptively into the new world without forgetting the old";
- vi) "Reinvest" (Corr et al 1997:237-238).

#### **4. KONKLUSIE TEN OPSIGTE VAN DIE VERSKILLENDE MODELLE**

Bogenoemde modelle staan nie teenoor mekaar nie. Al drie modelle is verskillende perspektiewe wat dieselfde proses beskryf. Al sou 'n mens die proses-georiënteerde model kies, bly dit waar dat die proses van rou in elk geval ook deur sekere stadiums gekenmerk sou kon word.

Die belangrikste kritiek wat teen die fase-model ingebring kan word, is dat dit die indruk skep dat die bedroefde passief is en dat hierdie proses homself byna outomaties voltrek in die lewe van die bedroefde. Daarmee saam kan die indruk gewek word dat hierdie fases mekaar streng kronologies volg en dat hulle duidelik van mekaar onderskei kan word. Beide die taak-georiënteerde en die proses-georiënteerde modelle beklemtoon die aktiewe betrokkenheid van die bedroefde by die deurwerking van die proses van rou.

## **E. VERSKILLENDE HULPVERLENERS EN HULLE BETROKKENHEID BY BEDROEFDES**

### **1. PROFESSIONELE HULPVERLENERS**

#### **1.1 Psigiaters en sielkundiges**

Die navorser het in 'n gemeentlike opset oor 'n tydperk van veertien jaar bevind dat hulpverleners soos psigiaters en sielkundiges selde betrek word in die eerste dae en weke van die proses van rou. Dit is ook heeltemal te verstane en in lyn met die standpunt dat rou 'n natuurlike en heeltemal normale proses is. Folta maak die volgende stellings: "Grief is a life crises, a normal process, not a psychiatric disorder." "In most cases no special counseling or therapy is needed for the griever"; "Normal grief needs no therapy; it needs no high-powered professional" (Folta 1981:10). Dit is in die meeste gevalle eers wanneer daar tekens van gekompliseerde rou is dat bedroefdes verwys word na hierdie hulpverleners of dat hulle self om hulp gaan aanklop.

#### **1.2 Mediese dokters**

Die kontak tussen dokters en bedroefdes is in baie gevalle baie kortstondig en dikwels op 'n baie formele vlak. Orr, 'n mediese dokter, skryf: "Physicians often treat death too casually, even considering it an intrusion into our busy schedules. We frequently feel we have completed our task by viewing the body, notifying the next of kin and filling out the death certificate. We miss a great opportunity for ministry and healing when we rush through this process in a mechanical fashion" (1990:4).

Twee ander faktore wat in gedagte gehou moet word is:

- i) Die geweldige vol program van die meeste dokters, wat dit vir hulle moeilik maak om vir lank na die bedroefde te luister;
- ii) Die feit dat bedroefdes baie dikwels na die dokter gaan met die versoek vir medikasie vir die skok, of om beter te kan slaap.

### **1.3 Predikante**

Daar is geweldig baie geleentheid vir predikante om 'n positiewe en fasiliterende rol te speel ten opsigte van die proses van rou. Daar is egter ook verskeie faktore wat hierdie rol negatief kan beïnvloed, soos die volgende:

- i) Wanneer bedroefdes nie lidmate van 'n kerk is nie, kan dit gebeur dat daar baie min of geen kontak met 'n predikant is nie.
- ii) Predikante, wat as gevolg van groot gemeentes ook onder baie groot druk werk, se kontak met bedroefdes kan ook beperk wees, dikwels tot een besoek na die afsterwe, 'n besoek om reëlins vir die begragnis/roudiens te finaliseer, die diens self en soms net een of twee opvolgbesoeke.
- iii) Sommige predikante voel self baie ongemaklik waar hulle met die dood en met bedroefdes te make het en is dan geneig om te teologiseer oor die dood en sodoende min troos te bied. "A minister may hide his feelings, his fears, his anxieties about life and death by offering polite, saccharine generalizations about death. In the process of protecting himself, he ignores the reality of the actual loss and hurt involved in the experience of dying or the grief of the loved ones" (Bailey 1980:10,19).
- iv) Lidmate speel dikwels met hulle predikante 'n tipe skaakspel. As gevolg van allerlei tradisionele wanopvattinge voel baie lidmate dat die predikant nie

mag weet en nie sal verstaan dat hulle ambivalente gevoelens soos woede teenoor die oorledene koester nie. 'n Voorbeeld sou kon wees waar die oorledene 'n hoogs gerespekteerde persoon in die gemeenskap en in die gemeente was, maar in die geheim sy vrou mishandel het. In sulke situasies word die predikant "se hande afgekap" sodat hulpverlening ten opsigte van die deurwerk van die rou byna onmoontlik gemaak word.

Wanneer in ag geneem word dat, soos later aangedui sal word, blote teenwoordigheid en die vermoë om na bedroefdes te luister, wesenlike aspekte van hulpverlening is, sal daar besef word dat baie tyd nodig is om hierdie dinge te doen. Professionele hulpverleners is meestal nie instaat om so 'n groot hoeveelheid tyd aan bedroefdes af te staan nie. Dalton skryf ten opsigte van normale rou: "Those who are closest and wisest will make better counsellors during this period than any professional counsellor." (1981:155)

## 2. NIE-PROFESSIONELE HULPVERLENERS

Diegene wat eintlik die grootste mate van betrokkenheid het by bedroefdes, is hulle familie, vriende en ander belangstellendes soos lidmate van hulle kerk. Al die bogenoemde sal vir die doel van hierdie studie **nie-professionele hulpverleners** genoem word.

Schneidman (1984:409) meen dat bedroefdes behoefte het aan die ondersteuning van die mense rondom hulle en dat mediese en psigoterapeutiese hulp slegs in uitsonderlike gevalle nodig sal wees.

Carnes en Ponder (1996) het baie interessante navorsing gedoen om te bepaal wat bedroefdes as die meeste van waarde ervaar het binne die eerste week na die dood van 'n geliefde. Daar is tussen vier kategorieë onderskei naamlik: i) Pastorale sorg; ii) Die begrafnis; iii) Familie en vriende en iv) Persoonlike hulp. Die resultate van die navorsing toon dat die hulp van vriende en familie beskou is as dit wat bedroefdes die meeste gehelp het. Die begrafnis is beskou as die tweede meeste van waarde en daarna het pastorale sorg gevolg en laastens persoonlike hulp (Carnes & Ponder 1996:281-288).

Sanders (1992) het dieselfde resultaat bevind: "When I asked the participants in the Tampa Study how they managed to survive their grief, they gave me an unequivocal answer: 'My family and friends'"(Sanders 1992:34).

Hierdie bevindinge word gestaaf deur ander outeurs soos onder andere Foltz (1981:10); Hausmann (1981:266); Ryan (1986:39); Schade and Schade (1996:275). Staudacher beskryf hierdie hulpverlening pragtig wanneer sy skryf: "Helping a survivor of any age through the grieving process is one of the most valuable things you could do in your life. Establishing yourself as a person committed to an ongoing and caring relationship with the survivor will ultimately benefit you both (Staudacher 1987:233). Hollingsworth en Pasnau (1977:142) meld dat die ondersteuning van familie en vriende vir alle gesinne groot waarde behoort te hê, maar veral vir gesinne wat nie gelowig is nie, omdat hulle waarskynlik nie besoek van 'n predikant, rabbi of priester sal ontvang nie.

## **F. HULPVERLENING WAT NEGATIEF OP DIE PROSES VAN ROU INWERK**

Navorsing toon dat nie alle hulpverlening deur vriende, familie en belangstellendes 'n betekenisvolle en positiewe bydrae lewer tot die fasilitering van die proses van rou nie. "Some people will prove more supportive, being genuinely empathetic to needs. Others, while meaning to be helpful, may block grief by advising the bereaved not to cry or think or talk of the dead person, or by trying to control anger or sadness" (Raphael 1986:121). Ryan wys daarop dat pogings om te help die teenoorgestelde uitwerking kan hê deurdat dit die pyn en hartseer kan vererger (1987:39).

Opmerkings wat met goeie intensies gemaak word, maar nie deur bedroefdes as vertroostend ervaar word nie kan in verskeie kategorieë ingedeel word, waarvan die volgende drie baie algemeen voorkom: Rasionalisering van die dood; Minimalisering van die verlies; Teologisering oor die dood.

### **1. OPMERKINGS WAT POOG OM DIE DOOD TE RASIONALISEER**

Staudacher noem die voorbeeld van ouers wie se baba by geboorte dood is en aan wie daar gesê is: "Die baba sou in elk geval nie 'n normale lewe kon lei nie en is beter af (Staudacher 1987:225). In die geval van 'n skielike dood sê mense dikwels: "Gelukkig het hy/sy geen lyding gehad nie. Julle het baie om voor dankbaar te wees." Waar daar wel 'n lyding was, word die argument baie keer weer netjies omgeswaai: "Julle het darem die voordeel gehad dat daar baie tyd was vir afskeid en om julle voor te berei". Corr en Nabe haal die volgende gesegdes aan: "Now that your baby has died, you have a little angel in heaven"; "After all, your grandfather was a very old man" (1997:255). McKay haal ook 'n gesegde aan wat poog om die dood te rasionaliseer, naamlik: "She's better off" (1992:32).

## **2. OPMERKINGS WAT DIE VERLIES MINIMALISEER**

Mense probeer dikwels troos deur die verskriklikheid van wat gebeur het, te verklein. Die dinge wat hulle dan sê, kom in wese daarop neer dat dit wat gebeur het, nie heeltemal so erg is nie. Voorbeelde van sulke opmerkings is: "Jy het darem nog ander kinders," of "Jy kan altyd weer 'n kindjie hê" (Hanes & Hayford 1987:74; Dalton 1981:155; Arnold & Gemma 1983:142). "You're still young, you can get married again" (Corr et al 1997:255).

Rando toon belangrike redes aan waarom mense geneig is om die dood van 'n baba te minimaliseer. Twee daarvan is dat mense buite die gesin nog geen verhouding met die baba kon opbou nie en dat hulle nie rekening hou met al die sekondêre verliese wat met die dood van 'n baba gepaard gaan nie (Rando 1991:236-237).

Enige opmerking, hoe goed dit ookal bedoel is, wat daarop neerkom dat dit wat gebeur het, erger kon gewees het, sal geensins die bedroefdes troos nie. Dit sal hulle heel waarskynlik frustreer dat die persoon wat dit sê, geen insig het in hoe verskriklik erg hulle verlies vir hulle is nie.

## **3. OPMERKINGS WAT OOR DIE DOOD TEOLOGISEER**

In hulle onbeholpenheid om te troos, is baie mense geneig om die dood te beskryf as iets wat God gedoen het, of laat gebeur het met 'n spesifieke doel voor oë wat ons as mense nog nie kan verstaan nie. Dit is asof hulle alle hartseer en alle gevoelens van opstandigheid wil ophef deur die dood as die wil van God te verklaar. McKay haal twee sulke gesegdes aan, naamlik:



“God does not make any mistakes”; “If you really had faith, you wouldn’t grieve so much” (1992:32).

Bailey haal enkele van die mees algemene opmerkings aan wat gebruik word met die bedoeling om te troos, maar wat 'n wanbeeld van God skep: "God het hom so liefgehad dat Hy wou hê dat hy huis toe kom"; "Dit was sy tyd gewees om te sterf"; "Dit was wel 'n tragedie maar miskien sal dit daartoe lei dat iemand anders 'n christen word" (Bailey 1980:9). Hy wys ook daarop dat selfs predikante soms die geloof vir mense wil voorhou as 'n kitsoplossing van hulle hartseer (Bailey 1980:84-85).

In hoofstuk twee is daarop gewys dat mense wat so oor die dood teologiseer, nie beseft wat die implikasies van hulle stellings is nie. Hulle teken God as 'n wrede, wispelturige en eenaardige god wat mense verskriklik leed en hartseer aandoen net om Sy vooropgestelde planne deur te voer. Feigenbaum gee 'n kostelike voorbeeld van hoe 'n kind hierdie tipe opmerkings letterlik kan interpreteer. Nadat 'n gesin 'n baba aan die dood afgestaan het en dit ook "verklaar" is deur te sê dat God die baba uit liefde na Hom toe geneem het, het die kind as volg gereageer: "God had no business wanting our baby and what if He took a fancy to me too?" (Feigenbaum 1990:11). Slabber skryf in haar aangrypende boek oor die dood van haar dogter dat stellings soos: "Dit was die wil van God dat jou kind moes sterf", bedroefdes in 'n geloofskrisis kan laat beland (Slabber 1987:64).

Teologisering van die dood het vir verskeie redes meestal nie die troostende effek wat hulpverleners graag wil bereik nie. Dit verkondig dikwels standpunte wat: i) teologies nie korrek is nie; ii) nie deur bedroefdes in die eerste dae en weke van hulle smart ingeneem of

begryp kan word nie; iii) die verlies op geen manier verander of vergemaklik nie; iv) die proses van rou nie help fasiliteer nie maar eerder frustreer (Dalton 1981:155; Hanes & Hayford 1987:28; Ryan 1987:41).

## **G. HULPVERLENING WAT BYDRA TOT DIE FASILITERING VAN DIE PROSES VAN ROU**

Hulpverlening deur professionele hulpverleners aan die een kant en deur vriende, familie en belangstellendes aan die anderkant, moenie teenoor mekaar gestel word nie. Dit is egter baie duidelik uit die bestaande literatuur en navorsing dat in die geval van **ongekompliseerde rou** (Worden 1988:19), dit die familie, vriende en belangstellende lidmate is wat in die meeste gevalle die grootste rol sal speel in die fasilitering van die proses van rou. Die meeste van die beginsels vir effektiewe hulpverlening, wat vir professionele hulpverleners geld, kan ook met vrug toegepas word deur belangstellende lidmate, wat die fokusgroep van hierdie studie is.

Wyses van hulpverlening waartoe lidmate instaat behoort te wees en wat aansluit by die behoeftes wat navorsers by bedroefdes identifiseer het, is die volgende:

### **1. HULPVERLENING DEUR MIDDEL VAN TEENWOORDIGHEID**

Die vertroostende waarde van 'n persoon se blote teenwoordigheid moet nooit deur hulpverleners onderskat word nie (Arnold & Gemma 1983:131,137; Pincus 1974:403; Sanders 1992:135).

Deur 'n mens se teenwoordigheid word 'n boodskap van belangstelling en omgee op 'n nie-verbale wyse oorgedra. Corr en Nabe meen dat hierdie boodskap vir bedroefdes baie meer vertroostend is as die woorde wat mense gewoonlik gebruik om te probeer troos (1997:253).

Die belang van teenwoordigheid opsigself word bevestig deur die navorsing van Schade en Schade: "As in the case of the pastor, when church members do visit, the most beneficial thing they can offer is their *presence*. The bereaved find comfort in knowing that others share in their pain and are concerned about them. They do not seem to be looking for advice, reasons for the death, or weighty theological conversation" (1996:279).

Die belangrikste rede waarom teenwoordigheid so vertroostend ervaar word, is volgens Schneider dat die ervaring van 'n verlies 'n vrees laat ontstaan dat daar nog meer verliese sal plaasvind. Bedroefdes kan selfs vrees dat hulle alles of almal sal verloor. Die teenwoordigheid van belangstellendes kan hierdie vrees te ruste lê (1981:37).

## 2. HULPVERLENING DEUR BEREID TE WEES OM TE LUISTER

Die meerderheid mense dink dat hulle vir die bedroefdes iets moet sê, iets om hulle te troos, beter te laat voel, die dood te verklaar of dit te versag. In werklikheid het die bedroefdes 'n baie groter behoefte **om na geluister te word** as om te luister (Hollingsworth & Pasnau 1977:142; Bailey 1980:53-54). Omdat dit so moeilik is om te weet wat om te sê, val die meeste mense maar terug op geykte tradisionele gesegdes. Dit is dinge wat hulle gehoor het van ander mense in soortgelyke omstandighede sê. Baie daarvan is gehoor by hulle ouers en grootouers. Daar word meestal nie nagedink oor die betekenis van wat eintlik gesê word nie, juis omdat dit oorbekende geykte tradisionele gesegdes is. In die Engelse literatuur word daarna verwys as "platitudes" (Worden 1988:48,49; Feigenbaum 1990:12; Corr et al 1997:225). Voorbeelde uit die bogemelde bronne is opmerkings soos: "Jy moet net sterk wees." "Hy is nou baie beter af." "Ek weet presies hoe jy voel." "Onthou, jy is nou die grootman in die huis." Dalton skryf die volgende oor die belangrikheid van om nie altyd te

praat tydens berading nie, maar dit is net so waar ten opsigte van almal wat bedroefdes wil bystaan: "To know when and how to keep one's mouth shut is a great achievement in counseling." (1981:155)

Om te luister is 'n manier waarop 'n mens jousef gee (Arnold & Gemma 1983:137,138; Corry et al 1997:253). Luister is 'n baie betekenisvolle vorm van ondersteuning (Staudacher 1987:227; Bekker 1997:23). Dit is ook baie meer effektief in die fasilitering van die proses van rou as wat dit is om regstellings te maak aan die soms verdraaide sienings van die werklikheid wat normaalweg by bedroefdes voorkom (Cleiren 1993:34).

Deur nie-krities en nie-veroordelend te luister, kan daar 'n betekenisvolle bydrae gelewer word tot die fasilitering van die proses van rou omdat liefde en aanmoediging uit so 'n wyse van luister straal (Bailey 1980:54; Suszycki 1981:47; Arnold & Gemma 1983:130; Staudacher 1987:229; Schneider 1981:42). Luister kan 'n aktiewe en positiewe wyse van hulpverlening wees (McKay 1992:33).

Die volgende aspekte waarna geluister behoort te word, kan onderskei word op grond van die behoeftes van diegene wat in die proses van rou verkeer: 1) Die oorvertel van die gebeure; 2) Herinneringe aan die persoon; 3) Woede; 4) Ambivalente gevoelens; en 5) Hartseer. Elkeen van hierdie aspekte word nou kortliks toegelig:

## **2.1 Die oorvertel van die gebeure**

Die oorvertel van die **gebeure** hou direk verband met die eerste routaak naamlik die besef en aanvaarding van die realiteit van die verlies (Hausmann 1981:232; Ryan 1987:58). (Onder

“gebeure” word verstaan, die omstandighede en gebeurtenis wat tot die dood aanleiding gegee het, die gebeure tydens die dood en die gebeure direk ná die dood van die geliefde.) Omdat hierdie besonderhede soms baie ontstellend kan wees, luister mense nie graag na bedroefdes hieroor nie (Worden 1988:40; Wright 1991:72).

Die tweede routaak naamlik die belewing van die emosionele pyn van die smart word meestal ook deur die oorvertel van die gebeure aangehelp omdat dit die emosies na die oppervlak bring (Staudacher 1987:227). Ryan stel voor dat daar op ‘n simpatieke wyse uitgevra moet word na die besonderhede van die gebeure (1986:57). Vrae soos : "Waar was jy toe jy die tyding gekry het?"; "Wat was jou eerste reaksie?"; "Wat was haar laaste woorde?" "Wat het jou die meeste gepla?" kan almal van hulp wees in hierdie proses (Slabber 1987:35; Worden 1988:39-40; Wright 1991:69-73).

## **2.2 Herinneringe aan die persoon.**

Bedroefdes het meestal 'n behoefte om oor die persoon wat dood is te praat (Slabber 1987:36,75). Dit gebeur egter dat mense bang is om die bedroefde te ontstel en daarom die persoon se naam vermy of die bedroefdes ontmoedig om oor die oorledene te praat (McGoldrick 1991:53; McKay 1992:33). Staudacher meen dat bedroefdes oor die persoon praat uit vrees dat hulle, hulle herinneringe van die persoon sal verloor (1987:228).

Wanneer daar oor die persoon gepraat word, word routake een en twee direk geraak, maar dit kan ‘n effek op al die routake hê.

### **2.3 Woede**

Woede spruit meestal uit 'n gevoel van magteloosheid en die verlies aan beheer waarin die dood van die geliefde 'n persoon gedompel het (Van Niekerk 1984:122; Worden 1988:20-21, 94-97). Eintlik is bedroefdes kwaad omdat die persoon dood is en hulle niks daaraan kan doen om die situasie om te keer nie. Die woede mag dan gemik word teen die geneesheer, verpleegpersoneel, predikant, selfs teen God of teen enigiemand wat op daardie stadium binne trefafstand is (Bailey 1980:80; Orr 1990:7; Louw 1994:182).

Dit is nie die regte tyd vir verdediging, die regstelling van die feite of beskerming van selfs die eer van God nie (Parkes 1981:60). Dit is 'n tyd vir luister, vir begrip, vir opregte simpatie. Indien hulpverleners egter die nodige kennis het om te besef dat sulke reaksies normaal is en iets verstaan van die redes vir sulke reaksies, kan hulle dit gewoonlik goed hanteer (Sanders 1992:59-62). Die uiting van woede kan die tweede sowel as die vierde en vyfde routake positief beïnvloed.

### **2.4 Ambivalente gevoelens**

Te oordeel aan die byskrifte op grafstene het almal wat gesterf het in wonderlike harmonieuse verhoudings geleef met hulle huweliksmaats, hulle ouers en hulle kinders. Die werklikheid lyk egter heel anders. Daar bestaan dikwels erg gespanne verhoudings asook verhoudings waarin daar afstand, teleurstellings, verwyte, vrees of selfs haat ontstaan het. Bedroefdes wat in sulke moeilike verhoudings met die oorledene gewikkel was, ondervind dikwels ambivalente gevoelens soos woede, skuld of verligting na die persoon se dood. Daar kan 'n gevoel wees dat die oorledene hulle in die steek gelaat het, wat tot woede aanleiding kan gee (Staudacher 1987:55; Cleiren 1993:23). Allerlei skuldgevoelens soos: "Hoekom het ek nie

meer vir hom gedoen nie?" kan by die bedroefdes aanwesig wees. In 'n erg gespanne huweliksverhouding, of een waarin 'n huweliksmaat mishandel is, kon 'n persoon al gewens het dat die ander een liever dood was (Staudacher 1987:59). Indien daardie persoon dan wel sterf, ontstaan daar gewoonlik intense skuldgevoelens. Mense kan iets beleef van "dit is my skuld dat sy dood is". Ambivalente gevoelens wat nie erken en deurgewerk word nie, sal die proses van rou negatief beïnvloed en gewoonlik die gevolg hê dat die proses vertraag of selfs uitgestel word (Cleiren 1993:24). 'n Opvallende wyse waarop ambivalente gevoelens presenteer na die dood is dat die bedroefde die persoon as nét goed onthou (Louw 1994:181). Bedroefdes moet gehelp en soms gelei word om hierdie gevoelens eerstens te erken (routaak vier) en dan in perspektief te sien sodat hulle 'n meer gebalanseerde en meer lewensgetroue beeld van die oorledene kan hê (routaak vyf) (Worden 1988:41; Cleiren 1993:23-24). Hulpverleners kan met die fasilitering van hierdie twee moeilike routake van hulp wees deur geduldig en nie-veroordelend te luister (Schneider 1981:42), asook deur strategiese vrae soos byvoorbeeld: "Wat sal jy die meeste van die oorledene mis?" en "Wat sal jy nie van die oorledene mis nie?" (Worden 1988: 41; Cleiren, 1993: 24). Bedroefdes sal dit gewoonlik as bevrydend ervaar en beter perspektief verkry wanneer hulle geleentheid kry om oor die positiewe sowel as die negatiewe aspekte van die oorledene se lewe te praat.

## **2.5 Hartseer**

Die proses van rou kan nie deurgewerk word indien emosies voortdurend onderdruk word nie. Sanders stel dit so: "To get through our grief, we will need to know that it's acceptable to express our feelings. If we think we 'have to be strong' and can express only positive feelings, then we won't be able to grieve" (1992:28). Worden haal Bowlby (1980) aan wat gesê het dat persone wat rou onderdruk gewoonlik een of ander vorm van depressie ontwikkel (1988:14).

Ook Sanders verwys na mediese navorsers wat waarsku dat die inhibering van emosies soos huil, woede en skuldgevoelens skadelik kan wees vir emosionele sowel as fisiese gesondheid (1992:49).

Edison beklemtoon die noodsaak van luister na hartseer vir beide die eerste en tweede routake wanneer hy skryf "Grief work is letting hurts hurt. Emotional hurts are not healed by privacy, denial, pills or alcohol. Emotional wounds are healed by expression, by facing reality, by visual confrontation, by social support, by sharing feelings through conversations, by personal concern. With that kind of involvement it is impossible to make believe that nothing happened" (1981:232).

### **3. HULPVERLENING DEUR DIE VERLENING VAN "TOESTEMMING" OM TE ROU**

Daar is reeds verwys na die navorsing van Carnes en Ponder (1996), na wat bedroefdes as die meeste van waarde gevind het binne die eerste week na die dood van 'n geliefde. Terwyl die ondersteuning deur familie en vriende as die kategorie aangedui is wat die meeste van hulp was, is daar binne daardie kategorie ook bepaal dat een van die mees waardevolle dinge wat vriende en familie kan doen, is om aan bedroefdes **toestemming te gee** om te lag, huil, rus en om te treur (Carnes & Ponder 1996:284). Hierdie wyse van hulpverlening is van waarde omdat treurendes dikwels die gevoel het dat die gemeenskap in sy geheel van hulle verwag om hulle emosies te beheer en dat uiting van emosie tog op 'n manier sosiaal onaanvaarbaar of ongemaklik is. Hierdie toestemming kan gegee word deur 'n gesindheid van aanvaarding, sowel as op 'n direkte wyse deur te sê: "Jy mag maar huil"; "Jy mag maar kwaad wees"; "Jy mag maar so sê"; "Jy het werklik rede om so ontsteld te wees."



#### 4. HULPVERLENING DEUR DIE GERUSSTELLING DAT ROUREAKSIES NORMAAL IS

Rou is nie net 'n baie intense ervaring nie, dit is vir die meeste mense 'n **vreemde** ervaring. Die reaksies en simptome wat met die skok en die rou gepaardgaan laat baie bedroefdes vrees dat hulle besig is om gek te word (Sanders 1992:24,73; Corr et al 1997:237). Om bedroefdes gerus te stel deur aan hulle die versekering te gee dat dit wat hulle beleef, dink en selfs hoe hulle reageer, normaal is, kan vir hulle van onskatbare waarde wees (Arkin 1981:42; Slabber 1987:75; Orr 1990:6; McKay 1992:33). Mann verwys na die ondersteuning van ouers wat 'n kind aan die dood afgestaan het, deur "The Compassionate Friends" ('n ondersteuningsgroep van ouers wat self kinders aan die dood afgestaan het) wanneer hy skryf: "They find great relief in the realisation that the feelings which overwhelm them are 'normal' - they have been experienced by others in their situation" (1981:169).

#### 3. HULPVERLENING DEUR MIDDEL VAN VALIDERING VAN DIE VERLIES

Minimalisering van mense se verlies is 'n algemene neiging (soos reeds behandel onder afdeling F (2) van hierdie hoofstuk). In teenstelling met hierdie algemene neiging, het bedroefdes juis behoefte aan die **erkenning** van hulle verlies. Hulpverleners kan 'n wesenlike verskil maak indien hulle die verlies **valideer** (Arkin 1981:44; McKay 1992: 33; Corr et al 1997:259). Deur validering van die verlies word daar eintlik ook aan die bedroefdes "toestemming gegee" om te rou en om uiting te gee aan hulle emosies. Die uitgangspunt van hulpverleners behoort te wees: "Iets verskrikliks het gebeur", "Julle het alle reg om ontsteld te wees" (McKay 1992: 33). Arnold en Gemma skryf oor hulpverlening aan gesinne na die dood van 'n kind en beklemtoon die rol van "validation" (1983:135) of ook genoem "to legitimize

their loss" (1983:130). Arnold en Gemma beskryf dit as volg: "The caregiver can assist the family members through acceptance and recognition of the intensity of their feelings and significance of their loss...." (1983:138). Routake een en twee sal veral beïnvloed word deur validering.

## 6. HULPVERLENING DEUR PRAKTIESE HULP

"Jy moet net sê as daar enigiets is waarmee ons kan help." Dit is seker die woorde wat die heel meeste gesê word vir bedroefdes maar waarop daar terselfdertyd seker die minste reaksie is. Dit is baie onwaarskynlik dat bedroefdes sal vra: "Doen asseblief dit of dat vir my" (Staudacher 1987:231). Daar is verskeie redes waarom bedroefdes nie vra vir hulp nie. Een van die meer logiese redes is dat hulle in 'n skoktoestand verkeer (Sanders 1992:40-51) en self nie logies dink oor waarmee hulle alles hulp nodig het nie. Hulpverleners wat werklik 'n bydrae wil lewer om sake vir die bedroefdes makliker te maak behoort self die situasie op te som en hulp ten opsigte van sekere spesifieke behoeftes aan te bied. Voorbeelde sou wees om aan te bied om 'n sekere aand ete te voorsien, kinders te vervoer, slaapplek aan te bied vir familie wat van ver af kom of om die nodige inkopies te gaan doen en talle ander (Hollingsworth & Pasnau 1977:143; Bekker 1997:24,25).

Wanneer hulp aangebied word moet die volgende in gedagte gehou word:

- i) Respekteer die bedroefdes, moenie hulp op hulle afdwing nie;
- ii) Bied hulp aan wat hulle sal help, nie iets wat jouself net beter sal laat voel nie;
- iii) Bied net dit aan waarvoor jy werklik kans sien;
- iv) Moenie oorneem en oorafhanklikheid aanmoedig nie (Ryan 1987:61-62; Staudacher 1987:231-233; McGoldrick 1991:57; Corr et al 1997:256-257).

## **7. HULPVERLENING DEUR AANMOEDIGING TOT AKTIEWE DEELNAME AAN DIE BEGRAFNIS/ROUDIENS SOWEL AS GEDAGTENISVIERING**

Die meeste families het "toeskouers" geword van een van die belangrikste gebeurtenisse in hulle lewens - die begrafnis/roudiens van hulle geliefde.

Imber-Black skryf oor rituele en die proses van heling (1991:207-223). Sy beskryf die doel van rituele as volg: "They mark the loss of a member, affirm the life lived by the person who has died, facilitate the expression of grief in ways that are consonant with the culture's values, speak symbolically of the meanings of death and ongoing life, and point to a direction for making sense of the loss while enabling continuity for the living" (1991:207). Met dit alles in ag geneem, is dit verstaanbaar dat Carnes en Ponder se navorsing waarna reeds verwys is, bevind het dat die begrafnis deur bedroefdes beskou is as dit wat naas hulle vriende en familie, die meeste van hulp was in die fasilitering van hulle rou binne die eerste week na 'n verlies (1996:284-285).

Daar is egter ook probleme verbonde aan begrafnisse/roudiens wat die fasiliterende funksie daarvan kan ondermyn. Imber-Black haal Rule aan wat sê: "Frequently a eulogy may be given as part of a funeral ritual by a clergy person who barely knew the deceased and who conducts a cliché-ridden service that does little to facilitate healing the bereaved (1991:208). Verder beweer sy: "... our culture has allowed the funeral industry to shape mourning rituals, such that they express more about capitalism and the denial of death than about authentic healing" (Imber-Black 1991:209).

Die begrafnis en roudiens oefen 'n direkte invloed uit op al die geïdentifiseerde routake.

Wanneer bedroefdes aktief deelneem aan die beplanning en die uitvoering daarvan sal dit 'n positiewe effek hê op die proses van rou (Hollingsworth & Pasnau 1977:135). "Participation in the rites of funeral and burial is more than a gesture of respect and tribute to the dead person. These rites are cathartic and balm not only for the grieving family but for the community as well." (Bertman 1991:325)

Die begrafnis kan veral ten opsigte van die eerste drie routake 'n wesenlike funksie vervul.

Die derde routaak "commemorating the loss" of gedagtenisviering kan veral gefasiliteer word deur soveel as moontlik deelname deur die bedroefdes. Daar is mooi en sinvolle maniere waarop bedroefdes kan deelneem, wat vir hulleself van waarde sal wees en wat 'n groot bydrae kan lewer om die oorledene se lewe te gedenk. 'n Paar voorbeelde uit die literatuur is die volgende: Herinneringe aan die persoon kan geskryf, afgedruk en saam met die program uitgedeel word; Herinneringe kan hardop gelees word; Die kis kan self gemaak word (Keith 1981:212). Vir kinders is daar ook moontlikhede byvoorbeeld: Die maak van 'n tekening van die oorledene, die lees van 'n gedig of brief tydens die roudiens (Excell 1991: 101). Verder kan liedere self deur die bedroefdes gekies word, 'n lewensskets of huldeblyk kan deur hulle opgestel word en nog talle ander moontlikhede. Die waarde lê in die beplanning en deelname (Sanders 1992:190).

Daar bestaan baie meer moontlikhede as die gebruikelike. Sanders sê: "We are desperately in need of new mourning rituals. We are confined to one funeral or memorial service, which usually takes place before the mourning process has really begun. We need rituals more aligned

with the evolvement of the process of bereavement." (Sanders 1992:185) Sy bepleit nie die vervanging van bestaande rituele nie, maar die uitbreiding daarvan.

Gedagtenisviering is nie beperk tot die begrafnis/roudiens nie. Naas betrokkenheid by die begrafnis/roudiens kan lidmate bedroefdes ook aanmoedig tot **gedagtenisviering** op allerlei kreatiewe wyses. Die doel is dat die betekenis van iemand se lewe gedenk sal word. Enkele moontlikhede is: die maak van 'n foto-album; die plant van 'n boom; die skryf van 'n gedig; die skenking van 'n trofee of beurs in die naam van die oorledene.

Omdat bedroefdes self in die eerste dae na die dood meestal in 'n skokfase verkeer, sal dit vir hulle uiters moeilik wees om kreatief te dink oor sulke moontlikhede. Hulle sal heel waarskynlik twyfel oor wat toelaatbaar en aanvaarbaar sal wees. Lidmate kan 'n belangrike fasiliterende rol speel deur bedroefdes aan te moedig tot deelname en hulle te verseker dat hulle deelname aanvaarbaar is. Dit is egter baie belangrik om nie druk uit te oefen op enige persoon nie.

## **H. DIE BLOOTSTELLING VAN KINDERS AAN DIE DOOD**

Die hele aangeleentheid van kinders en die dood is 'n terrein opsigself en daar kan nie binne die bestek van hierdie studie reg daaraan geskied laat word nie. Die doel van die insluiting van hierdie afdeling is dat die foute wat daar gemaak word ten opsigte van die hantering van kinders, baie algemeen voorkom. Wass meen dat kinders se intelligensie sowel as hulle behoefte om sin te maak uit die gebeure rondom hulle, onderskat word (1991:11). Indien lidmate kennis kan neem van die algemene foute, sal hulle in hulle betrokkenheid by bedroefdes sensitief kan wees daarvoor. Grollman meen dat hulpverleners op grond van 'n

paar baie basiese beginsels wat op kinders van toepassing is, 'n fasiliterende rol te kan speel wat daartoe kan meehelp dat kinders hulle rou beter verwerk (1991:4).

## 1. DIE SOGENAAMDE BESKERMING VAN KINDERS TEN OPSIGTE VAN BLOOTSTELLING AAN DIE DOOD

In punt A van hierdie hoofstuk is daar reeds aandag gegee aan die drastiese veranderinge in ons gemeenskap ten opsigte van blootstelling aan die dood vandag in verhouding tot die situasie in die verlede. Die implikasies van die situasie wat daar geskets is, is dat ook kinders baie minder aan die dood en treurendes blootgestel word en dat sulke situasies vir hulle vreemd en onnatuurlik voorkom.

Naas hierdie veranderinge in ons samelewing wat die blootstelling van kinders aan die dood drasties ingeperk het, word kinders in die moderne samelewing doelbewus uitgesluit uit situasies van dood en rou. Die motief blyk die "**beskerming**" van kinders te wees teen die "**skadelike**" gevolge van blootstelling aan die dood (Sanders 1991:26).

Hierdie sogenaamde beskerming van kinders, beskerm hulle nie werklik nie maar kan intendeel die proses van rou bemoeilik (McGoldrick 1991:51). Bowen som die mening van ander kundiges ten opsigte van die blootstelling van kinders aan die dood goed op as hy sê: "I have never seen a child hurt by exposure to death. They are 'hurt' only by the anxiety of survivors. I encourage involvement of the largest possible group of extended family members, an open casket, and the most personal contact that is possible between the dead and the living, prompt obituary notices, and the notification of relatives and friends, a public funeral with the body present, and the most personal funeral service that is possible." (Bowen 1991:90) Paul

en Grosser huldig 'n standpunt wat nou hierby aansluit: "Our abbreviated mourning ceremonies, often carefully hidden from children, neither impart empathic understanding nor provide catharsis for this experience" (1991:94).

## **2. RIGLYNE VIR HULPVERLENING AAN KINDERS WAT DEUR DIE DOOD GERAAK IS**

Hier word hoofsaaklik gebruik gemaak van die riglyne van Grollman (1991:4-8). Met enkele byvoegings van Bailey (1980:81-83) en ander soos aangedui:

- i) Die onderwerp van die dood moet nie vermy word nie. Volwassenes is geneig om oor die dood te praat asof dit 'n geheim is. Monica McGoldrick skryf: "It is not death itself, but avoidance of the experience through mystification and myth, that becomes problematic." (McGoldrick 1991:52)
- ii) Kinders het ook behoefte daaraan om uiting te gee aan hulle emosies en dit moet op geen manier onderdruk word of afgemaak word nie. Die onderdrukking van emosies kan ook by kinders lei tot psigiese probleme.
- iii) Wees eerlik met die kinders. Kinders moenie dinge geleer word wat hulle later weer moet afleer nie. In pogings om die woord - dood - te vermy, word daar vir kinders dinge gesê soos dat die persoon slaap, of op 'n lang reis gegaan het. Sulke verdraaiings van die realiteit kan blywende skade aanrig. Bailey (1980:81,83) beklemtoon ook die belang van eerlikheid en die feit dat oneerlikheid kan lei tot vrese by kinders.
- iv) Moenie kinders in die rol van die oorledene probeer inforseer nie. Soms word 'n kind hanteer as 'n plaasvervanger vir die kind wat dood is. Dikwels word die belaglike

opmerking teenoor 'n seun gemaak na sy pa se dood, dat hy nou "die man in die huis is op wie sy ma moet kan staatmaak."

v) Hou rekening met die kind se vlak van ontwikkeling. Antwoord die vrae wat hulle vra en moenie meer en ingewikkelder verduidelik as wat hulle kan hanteer nie. Bailey ondersteun ook die standpunt (1980:83).

vi) Neem die individualiteit van kinders in ag en moenie verwag dat hulle op 'n eenvormige of voorgeskrewe wyse sal rou nie. Die belangrikste is om 'n klimaat te skep waarbinne hulle met vrymoedigheid kan rou.

vii) Moedig kinders aan om deel te neem aan die rituele van die gesin. Betrokkenheid by die beplanning en die bywoning van die begrafnis of roudiens is belangrik. Moet hulle egter nie dwing om aan iets deel te neem nie.

viii) Voortgesette liefdevolle ondersteuning kan die grootste verskil maak.

## **I. DIE GEBRUIK VAN MEDIKASIE TYDENS DIE PROSES VAN ROU**

Alhoewel die hele aangeleentheid van die gebruik van medikasie tydens die proses van rou op die terrein van die medici tuishoort, is dit nodig dat dit in hierdie studie aangeraak word.

Aangesien die fokus van hierdie studie die fasiliterende rol van die lidmaat ten opsigte van die proses van rou is, sal daar slegs aandag gegee word aan die gebruik van medikasie in soverre dit raakpunte het met die betrokkenheid van vriende, familie en belangstellende lidmate.

Wright (1991:55) skryf na jare se mediese ervaring dat dit selde die bedroefdes self is wat om medikasie vra, maar wel die mense na aan die bedroefdes wat meen dat die bedroefdes dit nodig het. Sy teorie is dat die vriende en familieledes nie soseer die medikasie wil hê vir die



emosionele pyn van die bedroefde nie, maar dat dit die situasie vir hulle vergemaklik deurdat die emosionele pyn van bedroefdes ongemaklik is om te aanskou.

Skynbaar bestaan daar 'n redelik algemene wanopvatting dat medikasie bedroefdes se emosionele pyn kan wegneem. Daarom word bedroefdes soms medikasie ingegee vanaf die oomblik dat hulle die doodstyding ontvang tot na die begrafnis. Edison bevestig die teendeel van die wanopvatting en stel dit dat geen medikasie of alkohol ooit emosionele pyn en smart kan wegneem of genees nie. Dit kan die beleving daarvan slegs uitstel (1981:232).

Op grond van die geraadpleegde literatuur, behoort enige voornemende hulpverleners die volgende as vertrekpunte te neem ten opsigte van die gebruik van medikasie tydens die proses van rou:

- i) Onoordeelkundige gebruik van medikasie kan daartoe lei dat rou geïnhibeer of uitgestel word wat skadelik kan wees (Vachon 1981:21). Dit kan veral inmeng met die deurwerking van die eerste twee routake.
- ii) Medikasie behoort deur 'n geneesheer voorgeskryf te word. Medikasie wat hulpverleners gerieflikheidshalwe byderhand het, behoort nie gebruik te word nie (Hollingsworth & Pasnau 1977:142).
- iii) Die gebruik van kalmeermiddels tydens die proses van rou kan die begin wees van 'n patroon van afhanklikheid (Parkes 1981:64).
- iv) Medikasie wat bedroefdes sal help om te slaap, word in die algemeen as gewens en nuttig beskou. Indien persone behoorlik rus, sal hulle beter instaat wees om hulle rou te hanteer en aktief deur te werk (Orr 1990: 6,7; Sanders 1992:65).

- v) Anti-depressante moet verkieslik nie binne die eerste drie maande na die dood gebruik word nie vir twee belangrike redes: Eerstens mag dit die proses van rou inhibeer en tweedens kan die simptome van normale rou en die simptome van depressie maklik verwar word (Kaplan & Saddock 1998:71). Indien 'n bedroefde egter reeds 'n anti-depressant gebruik ten tye van die verlies moet dit beslis nie gestaak of eers onderbreek word nie.

## **J. KONKLUSIES OP GROND VAN DIE LITERATUURSTUDIE**

Op grond van al bogenoemde inligting wat uit die geraadpleegde literatuur nagevors is, kan gekonkludeer word dat nie-professionele hulpverleners soos lidmate wel 'n betekenisvolle bydrae kan lewer tot die fasilitering van die proses van rou. Die wyses van hulpverlening wat deur navorsers aangetoon word as die meeste van waarde, lê nie uitsluitlik op die terrein van professionele hulpverleners nie. Dit is dinge wat binne die vermoë van lidmate lê. Die feit dat nie-professionele hulpverleners in feitlik alle gevalle van ongekompliseerde rou baie meer kontak met bedroefdes het, beteken dat hulle die ideale persone kan wees om die proses van rou te help fasiliteer. Lidmate sal veral instaat wees tot so 'n betekenisvolle bydrae indien hulle beter insig het in die aspekte soos welke routake bedroefdes moet deurwerk, welke opmerkings om tye vermy en welke positiewe wyses van hulpverlening aansluit by die behoeftes van bedroefdes.

In aansluiting by die beginsels wat in hierdie hoofstuk geïdentifiseer is, sal daar in die volgende hoofstuk aandag gegee word aan hoe bedroefdes hulpverlening in die praktyk ervaar het. Daar sal veral gekonsentreer word op wyses van hulpverlening wat bedroefdes as fasiliterend tot die proses van rou ervaar het.

## HOOFSTUK IV

### 'N KWALITATIEWE ONDERSOEK NA HOE BEDROEFDES HULPVERLENING

#### ERVAAR HET

##### A INLEIDING

'n Kwalitatiewe ondersoek is gedoen na hoe bedroefdes hulpverlening deur nie-professionele hulpverleners (vriende, familie en ander belangstellendes) beleef het. Die doel van hierdie ondersoek was om die hipotese van hierdie studie te toets. Die werkswyse wat gebruik is, is die van ongestruktureerde onderhoude aan die hand van 'n skema, soos deur Schurink voorgeskryf (De Vos 1998:297-312). Daar is klankopnames van al die onderhoude gemaak wat beskikbaar is vir verdere navorsing. Persone wat aan die onderhoude deelgeneem het, is vooraf ingelig oor die doel van die studie en die skema waarvolgens die onderhoude gevoer sou word, sodat hulle voorbereid aan die onderhoude kon deelneem.

##### B. DIE BREË SKEMA WAARVOLGENS DIE ONDERHOUDE GEVOER IS

Die oorkoepelende tema waarvolgens die onderhoude gevoer is, is: Wat het mense gesê en gedoen om jou te troos en wat was die effek daarvan op jou?

Hierdie tema is dan in die volgende afdelings ingedeel:

1. Wat mense **gesê** het.
  - a) Wat is gesê wat gehelp/getroos het?
  - b) Wat is gesê wat die proses van rou bemoeilik het?
2. Wat mense prakties **gedoen** het.
  - a) Wat is as positief ervaar?
  - b) Wat is as negatief ervaar?
3. Die rol van relevante literatuur in die proses van rou.

4. Indien professionele beraders gesien is, hoe gou ná die dood van die geliefde het dit plaasgevind?
5. Die gebruik van medikasie tydens die proses van rou.
6. Watter raad die bedroefdes aan voornemende hulpverleners sou gee.
  - a) Wat om wel te sê en te doen.
  - b) Wat om liefs nie te sê en te doen nie.

(Volledige skema waarvolgens onderhoude gevoer is word aangeheg as bylaag A)

### C. AGTERGRONDSINLIGTING VAN DIE DEELNEMERS

#### Geval 1

<b>Naam:</b> Annelie	<b>Ouderdom:</b> 50 jaar
<b>Geliefde wat oorlede is:</b> Haar seun, Andre	<b>Ouderdom:</b> 27 jaar
<b>Oorsaak van dood:</b> Selfmoord – homself geskiet	
<b>Hoe lank gelede oorlede:</b> 19 maande	

#### Geval 2

<b>Naam:</b> Magda	<b>Ouderdom:</b> 28 jaar
<b>Geliefde wat oorlede is:</b> Haar ma, Maggie	<b>Ouderdom:</b> 47 jaar
<b>Oorsaak van dood:</b> Kanker, – Sy was 13 jaar lank siek maar die laaste 18 maande was sy terminaal	
<b>Hoe lank gelede oorlede:</b> 4 jaar en 2 maande	

#### Geval 3

<b>Naam:</b> Marina	<b>Ouderdom:</b> 51 jaar
<b>Geliefde wat oorlede is:</b> Haar man, Johan	<b>Ouderdom:</b> 59 jaar
<b>Oorsaak van dood:</b> Doodgeskiet tydens motorkaping	
<b>Hoe lank gelede oorlede:</b> 16 maande	

#### Geval 4

<b>Naam:</b> Theuns en Daleen	<b>Ouderdom:</b> 45 + 44 jaar
<b>Geliefde wat oorlede is:</b> Hulle dogter, Zindie	<b>Ouderdom:</b> 19 jaar
<b>Oorsaak van dood:</b> Selfmoord – haarself geskiet	
<b>Hoe lank gelede oorlede:</b> 17 maande	

#### Geval 5

<b>Naam:</b> Andries en Sunél	<b>Ouderdom:</b> 32 + 29 jaar
<b>Geliefde wat oorlede is:</b> Hulle seuntjie, Andries	<b>Ouderdom:</b> 3 jr 6 maande
<b>Oorsaak van dood:</b> 'n Frats ongeluk waarin 'n vragmotorsleepwa se klap hom teen die kop getref het	
<b>Hoe lank gelede oorlede:</b> 7 maande gelede	

### D. INLIGTING UIT DIE ONDERHOUDE

Die inligting wat in die onderhoude gegee is, word samevattend weergegee. Die indeling wat gevolg word, is hoofsaaklik dieselfde as die van die skema waarvolgens die onderhoude gevoer is. Daar word telkens verwys na die toepaslike gedeeltes van die literatuurstudie (Hfst III) en die teologiese besinning (Hfst II) wat deur die onderhoude bevestig is. Daar word na die persone met wie die onderhoude gevoer is, verwys as **deelnemers** en daar sal van fiktiewe name gebruik gemaak word ooreenkomstig die etiese vereistes van navorsing.

#### 1. DIE WYSE VAN ONDERSTEUNING WAT VIR DEELNEMERS DIE MEESTE BETEKEN HET

Deelnemers is gevra wat ander mense gedoen het om hulle te troos wat vir hulle die meeste waarde gehad het. Al die deelnemers het dieselfde saak uitgesonder. Hulle het die feit dat mense op een of ander wyse met hulle **kontak** gemaak het, as die belangrikste beskou. Dit

was veral **persoonlike kontak** wat vir hulle die meeste beteken het. Die feit dat mense na hulle toe gekom het, het hulle as vertroostend ervaar. Dit het hulle laat voel dat mense in hulle verlies deel. Dit het die boodskap, dat mense werklik vir hulle omgee, die duidelikste oorgedra. Hulle het gemeen dat dit vir hulle baie belangrik was dat die kontak so gou moontlik moes plaasvind.

Al die deelnemers het ook 'n onderskeid gemaak tussen mense se **teenwoordigheid** en dit wat hulle gesê het. Hulle was dit eens dat dit nie mense se **woorde** was wat hulle op daardie oomblik getroos het nie, maar hulle blote teenwoordigheid en hulle belangstelling.

Daleen het dit waardeer dat mense langs haar gesit het en haar hand vasgehou het sonder om 'n woord te sê. Sy het gevoel hulle was op daardie oomblik besig om vir haar 'n gebed in hulle eie binneste te doen. Andries het melding gemaak van die feit dat selfs mans hom net eenvoudig vasgehou het en dat dit hom onderskraag het. Sunèl het ook gevoel dat drukkies vir haar meer beteken het as woorde. Marina was van mening dat daar in elk geval geen woorde is wat werklik troos kon bring nie.

Deelnemers het hiermee die belangrikheid van mense se kontak en teenwoordigheid uitgesonder as dit wat vir hulle die beteken het en daarmee die bevindinge wat in Hoofstuk III G (1) gemaak is, bevestig.

## **2. DIT WAT MENSE GESÊ HET WAT AS POSITIEF EN VERTROOSTEND ERVAAR IS**

Alhoewel deelnemers almal baie duidelik laat blyk het dat dit mense se teenwoordigheid en belangstelling was, en nie dit wat hulle gesê het nie, wat van belang is, is daar tog gevra of enigiets wat gesê is wel vertroostend was.

Slegs twee dinge wat gesê is, is positief beleef. Die eerste was wanneer mense doodeenvoudig gesê het: "Ek is jammer". Deelnemers het gevoel dat dit die persoon se meelewing en simpatie genoegsaam uitgedruk het sonder om **verklarings** te probeer gee en sonder om **aannames** te maak oor hoe hulle voel.

Die tweede was die vraag "Hoe voel jy?" Deelnemers was van mening dat hierdie vraag nie net belangstelling reflekteer het nie, maar aan hulle die geleentheid gebied het om te praat oor hoe hulle gevoel het. Hierdie reaksie van die deelnemers bevestig een van die basiese vertrekpunte van hierdie studie naamlik dat lidmate bedroefdes betekenisvol kan bystaan sonder om bekommerd te wees dat hulle nie sal weet wat om te sê nie.

## **3. DIE DINGE WAT MENSE GESÊ HET WAT DIE DEELNEMERS NIE GETROOS HET NIE, MAAR EERDER ONTSTEL HET**

Daar was verskeie opmerkings wat mense gemaak het, wat die deelnemers ontstel het en wat hulle nie vertroostend gevind het nie, maar hulle rou eerder bemoeilik het. Die deelnemers aanvaar dat mense hierdie opmerkings gemaak het met die intensie om hulle te troos.

Opmerkings wat mense gemaak het, kan verdeel word in die volgende kategorieë:

### 3.1 Opmerkings waardeur daar gepoog is om die verlies te rasionaliseer

Annelie moes aanhoor dat dit haar seun se tyd was om te gaan en dat indien hy homself nie geskiet het nie, sou hy aan 'n hartaanval of in 'n ongeluk gesterf het. Hy sou op daardie dag en datum gesterf het, maak nie saak hoe nie. Sy kon hierdie opmerking nie rym met haar geloofsoortuiging nie. Daar is ook gesê dat haar seun nou "op 'n beter plek is". Sy het dit nie betwyfel nie, maar kon dit nie verstaan nie, omdat sy gedink het dat daar baie in hierdie lewe was waaruit hy tog vreugde geput het.

Vir beide, Annelie en Sunèl, is daar gesê dat hulle seuns dalk nog iets erger sou moes verduur het in hierdie lewe en dat hulle dit nou gespaar is. Dit het daarop neergekom dat dit maar beter is dat hulle nou gesterf het. Hierdie pogings tot rasionalisering kan vergelyk word met Hoofstuk III F (1).

### 3.2 Opmerkings waardeur daar gepoog is om die verlies te minimaliseer

'n Opmerking soos "Gelukkig het julle nog 'n kind", het deelnemers laat voel dat diegene wat dit gesê het, nie naastenby besef wat hulle verloor het nie.

Opmerkings soos "Miskien kan julle 'n kind aanneem" of "Julle is nog jonk, julle kan weer 'n ander enetjie hê" het by deelnemers die indruk gewek dat mense meen hulle kind kan **vervang** word. "Dit is so gestel asof jy 'n kar verloor het," het Andries gesê. Deelnemers was dit eens dat hulle kinders op geen manier vervang kon word nie.



Iemand het aan Andries en Sunèl vertel dat hulle van iemand anders weet wat al drie hulle kinders in 'n ongeluk verloor het. Dit het hulle ontstel en hulle mening was dat iemand anders se verlies, hoe groot ookal, niks verander het aan die grootte van hulle eie verlies nie.

Nog 'n opmerking wat volgens die deelnemers op minimalisering van hulle verlies neergekom het, was toe mense enkele maande na hulle verlies opgemerk het dat hulle darem seker al "oor die ding" is. (Vgl Hfst III F (2)).

### **3.3 Opmerkings waardeur daar oor die dood geteologiseer is**

Opmerkings wat die dood van hulle geliefde as "die wil van God" beskryf het, het die proses van rou vir deelnemers bemoeilik. Dit het twyfel by hulle laat ontstaan oor God en oor geloof. Annelie het gesê dat dit groot woede teenoor God by haar laat opkom het. Dit het dit ook vir haar moeilik gemaak om te bid, omdat sy gevoel het dat sy "nie weet wat om vir God te sê nie."

Andries het gevoel dat hierdie opmerking die indruk gewek het dat dit "God se skuld is dat jou kind dood is." Hy kon dit geensins met sy eie geloofsperspektief versoen nie. Daleen het só reageer: "Moet nóóit vir iemand sê: 'Ek kan nie glo dat God dit toegelaat het nie.' Dit kan mense wat aan God probeer vashou, aan die twyfel sit."

Daar was ook opmerkings dat God 'n groter plan sou hê met die spesifieke dood en iets belangriks daardeur sou bereik soos byvoorbeeld "...om van jou 'n beter mens te maak." Deelnemers kon glad nie die logika van so 'n redenasie verstaan nie en dit het hulle eerder wanhopig laat voel as wat dit hulle getroos het. (Vgl hfst II)

Die opmerking “Die Here pluk die mooiste blomme” was volgens Sunèl “aaklig” gewees en het haar laat voel dat God onregverdig is. Sy sê: “Dit is asof hulle iets probeer verklaar waarvan hulle nie ‘n idee het nie. Asof hulle nie weet waarom dit gaan of waarvan hulle praat nie.” (Vgl hfst III F (3))

### **3.4 Die opmerking: “Ek weet presies hoe jy voel.”**

Al die deelnemers het hierdie opmerking baie negatief beleef. Dit is deur baie mense gesê. Deelnemers het hierdie woorde nie geglo nie en gevoel dat mense ‘n valse gelykstelling maak tussen die verlies wat die persoon beleef het en hulle eie verlies.

### **3.5 Die opmerking: “Alles sal regkom.”**

Hierdie opmerking het deelnemers laat voel “Nee, alles sal nie regkom nie. Alles sal nooit weer so normaal wees as wat dit was nie.” Die opmerking het neergekom op miskiening van hulle krisis. Dit was iets wat hulle liever nie wou hoor nie.

## **4. DIE BEHOEFTE EN GELEENTHEID OM OOR DIE OORLEDENE EN DIE GEBEURE TE PRAAT**

Deelnemers het duidelik die behoefte gehad om te kon praat oor die geliefde wat dood is, sowel as oor die gebeure wat aanleiding gegee het tot die dood. Hulle het bevestig wat ook in hoofstuk III G (2.1), (2.2) na vore gekom het, naamlik dat sommige mense die oorledene se naam vermy het, of hulle wou “spaar” deur nie oor die gebeure te praat nie, so asof mense bang was om hulle te herinner aan wat gebeur het. Die gevoel was dat hulle gedagtes in elk geval “vol was daarvan” en dat dit hulle gehelp het om daarvoor te praat. Daleen het dit as ‘n

“skoonmaak geleentheid” beskou. Deelnemers het dit baie positief ervaar wanneer mense aan hulle geleentheid gegee het om te praat.

Sunèl het opgemerk dat waar mense huiwerig was om oor haar seuntjie te praat, sy die inisiatief geneem het om sy naam te noem. Haar ervaring was dat ander mense dan gevoel het dat dit in orde is om oor hom te praat.

Deelnemers het bevestig dat om te praat oor die persoon sowel as oor die gebeure, hulle in die proses van rou gehelp het, veral ten opsigte van die deurdringing en aanvaarding van die realiteit van die verlies (Vgl hfst III D (2, 3))

## **5. DIE REAKSIE VAN HULPVERLENERS OP DIE UTING VAN EMOSIES**

Net Annelie het ervaar dat sommige mense haar ontmoedig het om te huil. Hulle het gesê: “Ag toemaar, moet nou nie weer huil nie.” Haar reaksie daarop was: “Al wat my grootste behoefte op daardie stadium was, was om te huil. Al uitlaatklep wat daar was, was om te huil.”

Ander deelnemers het beleef dat mense juis aan hulle geleentheid gegee het om aan hulle emosies uiting te gee en is oortuig dat dit die proses van rou help fasiliteer het. (Vlg hfst III D (2)).

Andries het vermeld dat baie mans ook openlik gehuil het. Dit het vir hom geweldig baie beteken en die uiting van sy eie emosies vergemaklik.

## **6. OPTREDE VAN MENSE WAT DEELNEMERS AS VAN WAARDE BELEEF HET**

Deelnemers het almal melding gemaak van hulle waardering vir **praktiese hulp** wat mense verleen het. Die wat nie net hulp aangebied het nie, maar praktiese dinge gedoen het, het die grootste verskil gemaak.

Spesifieke wyses van praktiese hulpverlening wat deelnemers vermeld het, is die volgende:

- Tee en koffie wat gemaak is vir die baie mense wat na die huis toe gekom het.
- Etes wat voorsien is. Dit was veral lidmate van die kerk wat op hierdie wyse gehelp het en al die deelnemers, behalwe een, het gesê dat dit werklik 'n groot verskil gemaak het.
- Hulp met die beantwoording van telefoonoproepe is waardeer, maar nie wanneer dit op so 'n wyse gedoen is dat die bedroefde weggehou is van die mense nie.
- Die voorsiening van verversings na die begrafnis was ook iets wat baie waardeer is. Dit is ook in al die gevalle deur lidmate van hulle gemeentes gedoen.

Deelnemers meen dat daar nog ander praktiese hulp was, maar dat hulle op daardie stadium so opgeneem was deur hulle rou, dat hulle aan baie dinge nie eers gedink het nie.

## **7. OPTREDE VAN MENSE WAT DIE SITUASIE VIR BEDROEFDES BEMOEILIK HET**

Deelnemers is uitgevra na welke optrede van mense hulle in die proses van rou eerder frustreer as gehelp het. Die volgende wyses van optrede het duidelik uitgestaan:

Die eerste was dat sommige mense hulle vermy het. Deelnemers het onmiddellik gemeld dat hulle meen dat die oorsaak vir die vermyding gelê het in die feit dat diegene nie geweet het **wat om vir hulle te sê nie** en dus ongemaklik was. Maar die deelnemers het dit almal baie negatief en steurend in hulle proses van rou beleef. Hulle meen dat dit hulle laat voel het asof daar “iets fout is met hulle”, asof hulle skielik “melaats” geword het. Hulle het **gewag** dat die mense wel met hulle moes kontak maak. Dit het afstand tussen hulle geskep en hulle in ‘n posisie geplaas dat hulle ook nie eerste van hulle kant kon uitreik en met die mense praat nie (Vlg hfst III G (1)).

Die tweede was dat sommige mense baie nuuskierig was. Alhoewel deelnemers dit waardeer het dat mense gevra het: “Wat het gebeur?” was daar vir hulle ‘n belangrike onderskeid ten opsigte van **wie** dit gevra het en **hoe** dit gevra is. Wanneer mense wat hulle eintlik glad nie geken het nie, in detail uitgevra het na die gebeure, het dit die deelnemers ontstel. Ook wanneer daar op so wyse uitgevra is dat mens kon hoor mense wil die grusame besonderhede hoor, is dit baie negatief en ontstellend beleef.

Die derde was die van **oorbeskerming**. Marina het ervaar dat haar kinders haar “oorbeskerm” het. Haar skoonseun, Markus, was veral skuldig hieraan. Sy meen dat dit ingemeng het met hoe sy die proses van rou beleef het. Hy het die volgende dinge gedoen om haar te probeer beskerm teen die hartseer van haar man se dood:

- i) Persoonlike besittings uit die huis verwyder wat haar aan hom sou herinner en wat dit vir haar, volgens hom “moeiliker” sou maak, byvoorbeeld sy nagklere onder die kussing en sy golfstokke.

- ii) Hy het alle begrafnisreëlings namens haar getref. Sy kon nie eers die kis of kisruiker self uitkies nie. Sy meen dat alhoewel dit vir haar moeilik sou gewees het, sou dit tog die besef dat hy dood is gouer by haar laat tuiskom het (Vlg hfst III G (7)).
- iii) Baie telefoonoproepe is van haar weggehou, weereens om dit vir haar “makliker” te maak. Sy voel spyt daaroor. Sy het die behoefte gehad om van die verskillende mense te hoor. Sy voel ook dat sy behoefte gehad het om met die mense te praat oor haar man en oor die gebeure en dat hulle oorbeskermende optrede haar daardie geleentheid ontnem het (Vlg hfst III G (2.1, 2.2)).

Die vierde was dat mense lang stories oor hulle eie verliese vertel het. Deelnemers het bevestig dat, terwyl mense met hulle gesimpatiseer het, hulle dan vir die deelnemers vertel het van iemand wat hulle ook aan die dood afgestaan het. Al die deelnemers, wat so ‘n situasie beleef het, het gesê dat hulle glad nie kans gesien het om na sulke verhale te luister nie. Marina het dit so verwoord: “Jy voel net ‘so what?’ Dit het niks met jou situasie te doen nie.”

## **8. DIE ROL VAN LITERATUUR IN DIE BEGINSTADIUM VAN DIE PROSES VAN ROU**

Die doel van hierdie vrae was om die vermoede te toets dat bedroefdes nie binne die eerste dae instaat is om waarde te put uit die bestaande literatuur nie en daarom meer aangewese is op mense wat hulle bystaan. (Vgl hfst III E (1, 2)).

Tydens die onderhoude is deelnemers slegs uitgevra oor twee aspekte rondom literatuur: Eerstens of mense aan hulle relevante literatuur gegee het om te lees en tweedens hoe gou ná die dood van ‘n geliefde hulle instaat was om die literatuur te lees en dit wat hulle geles het in te neem.

Al die deelnemers het boekies wat handel oor die dood en oor die rouproses ontvang. Die twee mans het geensins die literatuur gelees nie. Magda het net een boekie ontvang en dit ook nie gelees nie en haar mening was dat mens nie na die dood van 'n geliefde kans sien om 'n boek te lees nie.

Daleen en Marina kon albei eers 'n paar weke na die verlies die boekies lees. Albei meen dat die boeke vir hulle baie beteken het. Marina kan egter glad nie onthou wat sy gelees het nie en voel dat sy die boekies weer moet lees.

Sunël was die enigste een wat baie gou 'n boekie kon lees. Sy het een boek gelees die dag na die begrafnis van haar seuntjie en dit daarna herhaaldelik gelees. Die boek het vir haar besonder baie beteken. Oor al die ander boeke het sy egter gevoel dat hulle "te omslagtig, te dik, te onoorkombaar" was. "Dit was net te erg, ek het nie kans gesien om enigiets groots aan te pak nie."

Al die deelnemers se ondervindings het die hipotese bevestig dat bedroefdes gewoonlik nie in die aanvangstadium van hulle rou instaat is om literatuur oor die dood en die proses van rou te lees nie. Die waardevolle bron van ondersteuning wat literatuur kan bied, kan dus nie effektief benut word nie.

## 9. DIE GEBRUIK VAN MEDIKASIE TYDENS DIE PROSES VAN ROU

Deelnemers is gevra na die gebruik van medikasie, veral direk na hulle verlies. Dit was belangrik om te weet of medikasie deur 'n geneesheer voorgeskryf is of deur familie en vriende verskaf is. (Vgl hfst III, I)

Slegs in een geval, die van Andries en Sunèl het 'n vriendin probeer om vir hulle pilletjies in te gee wat "in 'n snaakse houertjie was en geen 'label' op gehad het nie." Hulle predikant het hulle egter direk na die dood van hulle seuntjie gewaarsku teen die gebruik van medikasie wat nie deur 'n geneesheer voorgeskryf is nie. Hulle het wel op voorskrif van hulle huisarts slaappille gebruik.

Ander deelnemers het ligte kalmeermiddels gebruik wat deur 'n geneesheer voorgeskryf is en in enkele gevalle ook medikasie om te slaap. Slegs twee paartjies, naamlik Andries en Sunèl en Theuns en Daleen het na drie maande begin om anti-depressante te gebruik. Hulle voel dat hulle baat vind daarby.

## 10. DIE BETROKKENHEID VAN PROFESSIONELE BERADERS

Op grond van die hipotese dat bedroefdes nie gewoonlik kort ná hulle verlies die hulp van professionele beraders ontvang nie, is deelnemers uitgevra oor óf hulle professionele beraders gespreek het en indien wel, hoe gou na hulle verlies (Vgl hfst III E (1.1)).

Magda en Marina het tot op hede geen professionele beraders gespreek nie. Magda voel egter dat dit nodig is om dit te doen alhoewel dit nou al meer as vier jaar na haar ma se dood is.



Annelie het hulle gemeenteleraar op 'n gereelde basis gesprek na haar seun se dood. Sy vind dit egter nog steeds baie moeilik om haar verlies te verwerk en het na agtien maande begin om 'n pastorale terapeut te spreek.

Theuns en Daleen het twee maande na hulle dogter se dood 'n sielkundige gaan spreek en hulle het geweldig baie baat daarby gevind.

Andries en Sunèl is die enigste van die deelnemers wat baie gou na hulle verlies 'n sielkundige gaan spreek het, naamlik een week na die dood van hulle seuntjie. Die motief vir hierdie stap was egter dat hulle ander seuntjie van vyf jaar oud, die ongeluk waarin sy boetie dood is, gesien gebeur het. Hulle het gevoel dat professionele hulp nodig was as 'n voorkomingsmaatreël. Hulle getuig egter dat hulle self baie baat gevind het by berading. Deelnemers het die vermoede bevestig dat die rol wat nie-professionele hulpverleners speel, baie belangrik is, veral kort na die verlies.

## **E KONKLUSIE VAN DIE KWALITATIEWE ONDERSOEK**

Die kwalitatiewe ondersoek het op geen stadium die bevindinge van hierdie studie weerspreek nie. Die ondersoek het bevestig dat die wyse waarop God met die dood in verband gebring word deur sommige welmenende hulpverleners, die proses van rou negatief beïnvloed het (Vlg hfst II). Die bevindinge wat op grond van die literatuurstudie gemaak is ten opsigte van die behoeftes wat bedroefdes ondervind het en hoe hulpverlening die proses van rou kan help fasiliteer, is baie duidelik deur die ondersoek bevestig (Vlg hfst III).

Deur hierdie kwalitatiewe ondersoek is talle van die belangrike bevindinge, wat tydens die behandeling van die Bybelse koördinate en literatuurstudie uit gekristalliseer het, bevestig. 'n Samevatting hiervan word in hoofstuk V aangebied van al die belangrike bevindinge wat in die verloop van die studie na vore gekom het en wat deur hierdie kwalitatiewe ondersoek bevestig is.

## HOOFSTUK V

### BEVINDINGE EN KONKLUSIES TEN OPSIGTE VAN HULPVERLENING TYDENS ROU

Die bevindinge en konklusies waartoe daar tydens die studie gekom is, word nou op kernagtige en samevattende wyse weergegee. Daarna word 'n praktiese oplossing aan die hand gedoen waardeur die geïdentiseerde probleem-areas aangespreek kan word.

#### A. BEVINDINGE, KONKLUSIES EN AANBEVELINGS

##### 1. HULPVERLENING DEUR LIDMATE TYDENS DIE PROSES VAN ROU

Lidmate voel hulleself dikwels onbevoeg om bedroefdes in hulle nood by te staan. Die feit dat hulle nie weet wat om aan bedroefdes te sê nie, skep dikwels vir hulle 'n dilemma. Hulle reaksie op hierdie dilemma kan dan wees om bedroefdes te vermy, of hulle kan terugval op die gebruik van geïkte tradisionele gesegdes. Beide reaksies kan daartoe lei dat bedroefdes nie getroos voel nie, maar eerder stremmend inwerk op die proses van rou.

Die feit dat daar in die huidige tyd drasties verminderde blootstelling aan die dood is, het te weeg gebring dat daar 'n vervreemding ingetree het ten opsigte van die dood. Geïkte tradisionele gesegdes het nie die vertroostende waarde vir bedroefdes soos wat algemeen aanvaar word nie. Bedroefdes ervaar dat hierdie gesegdes nuwe twyfelvrae by hulle laat ontstaan ten opsigte van God en Sy wil. Die “**verklarings**” wat lidmate gee, bots met die bedroefdes se behoefte aan vertroosting.

Lidmate kan hulle vrees en ongemak oor wat om aan bedroefdes te sê, te ruste lê. Dit wat gesê word, is nie waarin die troos geleë is nie. Blote **teenwoordigheid**, ‘n bereidheid om te **luister** en die **validering** van die verlies is die mees betekenisvolle wyse van ondersteuning wat lidmate aan bedroefdes kan verleen. Dit, meer as enige ander wyse van hulpverlening, sal fasiliterend inwerk op die suksesvolle deurwerking van die routake deur bedroefdes. Daar kan eerder niks gesê word nie, as om verklarings en geeykte tradisionele gesegdes herhaaldelik en onnadenkend tot frustrasie van bedroefdes te gebruik.

## **2. GESEGDES TEN OPSIGTE VAN DIE WIL VAN GOD**

Wanneer lidmate geeykte tradisionele gesegdes gebruik soos byvoorbeeld: “Ons moet net berus in die wil van God” of God maak nooit ‘n fout nie”, word’n karikatuur beeld van God geteken. Hy word as die oorsaak van die dood voorgestel. Genoemde probleem bring nie vertroosting vir bedroefdes nie. Dit kan egter lei tot twyfelvrae oor God en ook opstand teen God.

Lidmate moet gesegdes wat God met die dood in verband bring baie versigtig hanteer. Die liefdevolle teenwoordigheid van God in alle omstandighede moet eerder beklemtoon word as dat daar onsekerheid in die harte van bedroefdes aangewakker word.

## **3. PROFESSIONELE BERADERS EN LITERATUUR BY DIE AANVANGSPROSES VAN ROU**

Behalwe in die gevalle van gekompliseerde rou, sal die meeste bedroefdes nie die hulp van professionele beraders inwin nie. ‘n Verdere belangrike bron wat fasiliterend op die proses

van rou kan inwerk, naamlik die bestaande literatuur oor rou, word ook nie in die aanvangsstadium van rou na behore benut nie.

Daar is bevind dat bedroefdes professionele berading as onnodig beskou tensy daar op 'n later stadium duidelike tekens van gekompliseerde rou waarneembaar is. Alhoewel bedroefdes in baie gevalle toegang het tot toepaslike literatuur, is hulle, as gevolg van die aard van rou, in die eerste weke na die verlies te oorstelp om enigsins diepgaande troos uit hierdie bron te put. Op grond van bogenoemde is bevind dat bedroefdes baie sterk aangewese is op die hulp en ondersteuning van medemense, waarvan lidmate 'n groep uitmaak wat 'n beduidende rol vervul.

Lidmate behoort hulle perspektief en kennis aangaande die behoeftes van bedroefdes te verbreed deur relevante literatuur te lees. 'n Beter verstaansraamwerk van die proses van rou, die routake wat deurgewerk moet word en welke vorm van bystand fasiliterend daarop kan inwerk, soos vervat in 'n konsepgidis oor hulpverlening (Bylaag B), sal lidmate in staat stel om 'n voorkomende rol te speel ten opsigte van die ontsporing van die rouproses.

#### **4. EMOSIONELE BELEWING VAN SMART**

Bedroefdes van alle ouderdomsgroepe word deur die gemeenskap in geheel sowel as deur hulle naasbestandes en vriende oorbeskerm en ontmoedig om vrylik uiting te gee aan die emosionele belewing van hulle smart.

Wanneer bedroefdes oorbeskerm en ontmoedig word om na behore uiting te gee aan die belewing van hulle smart, lei dit gewoonlik tot die inhibering van rou. Die gevolg hiervan is

dat die deurwerking van noodsaaklike routake uitgestel word en dikwels glad nie afgehandel word nie. Dit kan verder nadelige gevolge hê op psigiese, sowel as fisiese terrein.

Lidmate kan 'n baie belangrike bydrae lewer deur bedroefdes aan te moedig en genoegsame geleentheid te gee om oor die gebeure rondom die dood, sowel as oor die persoon wat dood is, te praat. Deur dit te doen, help hulle met die deurdringing van die werklikheid van die verlies en skep hulle 'n klimaat waarbinne dit vir bedroefdes moontlik is om ook iets van hulle smart na die oppervlak te bring. Hierdie optrede sal bedroefdes ook help om meer gebalanseerde herinneringe aan die oorledene te vestig. Dit kan dit vir die bedroefdes makliker maak om ook op emosionele vlak afskeid te neem van die oorledene.

## **B GEÏDENTIFISEERDE LEEMTES EN VOORSTELLE VIR VERDERE NAVORSING**

Die belang en terapeutiese waarde van die begrafnis/roudiens in samehang met toepaslike rituele van afskeid wat tot die verwerking van rou kan bydra, is 'n veld vir verdere navorsing.

Die wyse waarop daar van die oorledene afskeid geneem is direk ná die dood (byvoorbeeld die besigtiging van die liggaam en die hoeveelheid tyd wat aan hierdie afskeid bestee is) is nie in hierdie studie deeglik aangespreek nie, maar het tydens die studie na vore gekom as 'n onderwerp wat van groot belang kan wees in die proses van die verwerking van rou.

Die oorsake vir die ontwikkeling van gekompliseerde roureaksies, sowel as die simptome van sulke roureaksies en die hantering daarvan behoort 'n waardevolle bydrae tot die oorhoofse tema te lewer.

Alhoewel daar in hierdie studie aandag gegee is aan die invloed van die wyse van dood op die proses van rou, behoort daar in ons huidige tydsgewrig navorsing onderneem te word oor die effek van dood wat deur geweld veroorsaak is.

Die waarde en toepaslikheid van die konsepgidis behoort in die praktyk getoets te word.

Leemtes wat deur sodanige toetsing geïdentifiseer word, kan in 'n opvolggids aangespreek word.

## C SAMEVATTING

Lidmate verkeer dikwels in 'n baie geskikte posisie om aan bedroefdes hulp te verleen na hulle verlies. Die vertroosting van bedroefdes kan beskou word as 'n wesenlike deel van christenskap. Om egter 'n betekenisvolle rol te speel in die fasilitering van die proses van rou is dit noodsaaklik dat lidmate 'n beter verstaansraamwerk sal hê van wat rou is en welke routake deurgewerk moet word. Daarmee saam sal kennis oor welke wyses van hulpverlening meer effektief bydra tot die fasilitering van die proses van rou, van groot waarde wees. Die beginsels van hulpverlening wat vir professionele hulpverleners geld, kan in die geval van ongekompliseerde rou, baie effektief deur lidmate toegepas word. Deur effektiewe hulpverlening kan lidmate 'n belangrike voorkomende rol speel ten opsigte van die ontwikkeling van gekompliseerde rou.

Ten einde aan lidmate die nodige toerusting te verskaf vir betekenisvolle en effektiewe hulpverlening aan bedroefdes, word 'n konsepgidis daar gestel (Bylaag B).

**“Help die medegelowiges in hulle nood en lê julle toe op gasvryheid.”**

**“Wees bly saam met die wat bly is en treur saam met die wat treur.”(Rm 12:13,15)**

## **Bibliografie**

- Anthony, T M 1991. *Suicide: knowing when your teen is at risk*. Regal Books, a division of GL Publications, Ventura, USA.
- Arkin, A M 1981. *Emotional care of the bereaved*. (In Margolis, O S et al. *Acute grief, Counseling the bereaved*. Columbia University Press, New York. p40-44).
- Arnold, J H & Gemma, P B 1983. *A child dies, a portrait of family grief*. Aspen Systems Corporation, London.
- Bailey, R W 1980. *Ministering to the grieving*. Zondervan, Grand Rapids, Michigan.
- Berkouwer, G C 1975 (2de druk). *De voorzienigheid Gods*. Uitgewersmaatschappij J.H. Kok, Kampen.
- Bekker, P 1997 (1ste druk). *My geliefde is geneem... Wat nou?* ABC Boekdrukkers, Epping Wes-Kaap.
- Berkhof, H 1979 (translated from the Dutch ed.). *Christian Faith: an introduction to the study of faith*. Eerdmans Publishing Company, Grand Rapids, Michigan.
- Bertman, S L 1991. *Children and death: Insights, hindsights, and illuminations*. (In Papadatou, D & Papadatos, C (eds). *Children and death*. Hemisphere Publishing Corporation, New York. p311-329).
- Bowen, M 1991. *Family reaction to death*. (In Walsh, F & McGoldrick, M. *Living beyond loss*. W. W. Norton & Company, New York. p75-92).
- Cleiren, M P H D 1993. *Bereavement and adaptation: a comparative study of the aftermath of death*. Hemisphere, Washington.



Corr, C A; Nabe, C M & Corr, D M 1997 (2<sup>nd</sup> edition). *Death and dying, life and living*. Brooks/Cole Publishing Company, Pacific Grove, California.

Crenshaw, D A 1991. *Bereavement: Counseling the grieving throughout the life cycle*. Continuum, New York.

Dalton, B W 1981. *Funeral director as grief counselor*. (In Margolis, O S et al. *Acute grief, Counseling the bereaved*. Columbia University Press, New York. p145-157).

De Klerk, W J 1985(3de druk). *Rousmart*. Boekhandel De Jong (Edms) Beperk, Johannesburg.

Du Rand, J J F 1987. *Die sonde*. N.G. Kerkboekhandel, Pretoria.

Duvenhage, A 1978 (Vertaalde en verkorte weergawe). *Institusie van Calvyn*. N. G. Kerkboekhandel, Goodwood, Kaap.

Edison, K 1981. *Having the courage to care*. (In Margolis, O S et al. *Acute grief, Counseling the bereaved*. Columbia University Press, New York. p230-232).

Excell, J A 1991. *A child's perception of death*. (In Papadatou, D & Papadatos C (eds). *Children and death*. Hemisphere Publishing Corporation, New York. p87-103).

Folta, J R 1981. *Grief, grief therapy and continuing education*. (In Margolis, O S et al. *Acute grief, Counseling the bereaved*. Columbia University Press, New York. p7-13).

Grollman, E A 1991. *Explaining death to children and to ourselves*. (In Papadatou, D & Papadatos C (eds). *Children and death*. Hemisphere Publishing Corporation, New York . p3-8)

Hanes, M (in medewerking met Hayford, J) 1987 (1ste druk). *By hartseer verby*. Nasionale Boekdrukkery, Goodwood, Kaap.

Hausmann, C S 1981. *The expanding role of the funeral director as a counselor*. (In Margolis, O S et al. *Acute grief, Counseling the bereaved*. Columbia University Press, New York. p266-269).

Heyns, J A 1978. *Dogmatiek*. N.G. Kerkboekhandel, Pretoria.

Hollingsworth, C E & Pasnau, R O 1977. *Visiting the family after the death of a loved one*. (In Hollingsworth, C E; Pasnau, R O & contributors. *The family in mourning: A guide for health professionals*. Grune & Stratton, Inc., New York. p141-143).

Hollingsworth, C E & Pasnau, R O 1977. *Man's attitudes toward death: Funerals and rituals*. (In Hollingsworth, C E; Pasnau, R O & contributors. *The family in mourning: A guide for health professionals*. Grune & Stratton, Inc., New York. p133-139).

Imber-Black, E 1991. *Rituals and the healing process*. (In Walsh, F & McGoldrick, M. *Living beyond loss*. W W Norton & Company, New York. p207-223).

Jones, M 1995. *Love after death: counseling in bereavement*. Kingsley, London.

Kaplan, H I & Sadock, B J 1998 (8<sup>th</sup> edition). *Synopsis of Psychiatry: behavioral Sciences/clinical psychiatry*. Lippincott Williams & Wilkins, Maryland, USA.

Keith, R. 1981. *Acute grief and survivor expectations*. (In Margolis, O S et al. *Acute grief, Counseling the bereaved*. Columbia University Press, New York. p201-213).

Kittel G & Friedrich G (eds) 1985. *Theological Dictionary of the New Testament*. William B Eerdmans Publishing Company, The Paternoster Press, Exeter, Devon, UK.

König, A 1975. *Hier is Ek! Gelowig nagedink oor God Deel 1*. N G Kerkboekhandel, Pretoria.

Louw, D J 1982. *Pastoraat en lyding*. Teologie Aktueel, No 1, 1982, NG Kerk-uitgewers, Pretoria.

Louw, D J 1985 (1ste druk). *Sin in lyding: 'n Teologiese besinning rondom kruis en opstanding*. Lux Verbi, Kaapstad.

Louw, D J 1994 (1<sup>st</sup> Edition). *Illness as crisis and challenge: Guidelines for pastoral care*. Orion Publishers, Halfway House.

Louw, D J 1997a. *Pastoraat as vertolking en ontmoeting*. Lux Verbi, Kaapstad.

Mann, C 1981. *Supporting bereaved parents – the word of the compassionate friends*. (In Pegg, P F & Metze, E (eds). *Death and dying: A quality of life*. Pittman Books Limited, London. p166-173).

McGoldrick, M & Walsh, F 1991. *A time to mourn Death and the family life cycle* (In Walsh, F & McGoldrick, M *Living beyond loss*. W W Norton & Company, New York. p30-49).

McGoldrick, M 1991. *Echoes from the past: Helping families mourn their losses*. (In Walsh, F & McGoldrick, M. *Living beyond loss*. W W Norton & Company, New York. p50-74).

McGoldrick, M 1991. *The legacy of loss*. (In Walsh, F & McGoldrick, M *Living beyond loss*. W W Norton & Company, New York. p104-128).

Odendal F F (Hoofredakteur) 1994. *Verklarende Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal*. Perskor, Midrand.

Parkes, C M 1981. *Psychosocial care of the family after the patient's death*. (In Margolis, O S et al. *Acute grief, Counseling the bereaved*. Columbia University Press, New York. p51-68).

- Paul, N L & Grosser, G H 1991. *Operational mourning and its role in conjoint family therapy*. (In Walsh, F & McGoldrick, M *Living beyond loss*. W W Norton & Company, New York. p93-103).
- Pincus, L 1974. *The process of mourning and grief*. (In Shneidman, E S (ed) 1984 (3<sup>rd</sup> edition). *Death: Current perspective*. Mayfield Publishing Company, California. p402-412).
- Rando, T A 1991. *Parental adjustment to the loss of a child*. (In Papadatou, D & Papadatos, C (eds). *Children and death*. Hemisphere Publishing Corporation, New York. p233-253).
- Raphael, B 1986. *When disaster strikes: How individuals and communities cope with catastrophe*. Basic Books, Inc., Publishers, New York.
- Ryan, J R 1987 (2de druk). *Iemand het my nodig*. Nasionale Boekdrukkery, Goodwood, Kaap.
- Sanders, C M 1992. *Surviving grief and learning to live again*. John Wiley, New York.
- Schneider, J 1981. *Growth from bereavement*. (In Pegg, P F & Metze, E (eds). *Death and dying: A quality of life*. Pittman Books Limited, London. p35-57).
- Schurink, E M 1998. *Deciding to use a qualitative research approach* (In De Vos, A S (ed). *Research at grass roots: A primer for the caring professions*. J L van Schaik, Academic, Pretoria. p239-251).
- Schurink, E M 1998. *The methodology of unstructured face-to-face- interviewing*. (In De Vos, A S (ed). *Research at grass roots: A primer for the caring professions*. J L van Schaik, Academic, Pretoria. p297-312).
- Shneidman, E S 1973. *Postvention and the survivor-victim*. (In Shneidman, E S (ed) 1984(3<sup>rd</sup> edition). *Death: Current perspective*. Mayfield Publishing Company, California. p413-420).
- Smelik, E L 1977 (5de druk). *Het Evangelie naar Johannes*. G F Callenbach B V Nijkerk

Slabber, L 1987. (1ste druk). *My kind is dood*. Nasionale Boekdrukkery, Goodwood, Kaap.

Staudacher, C 1987. *Beyond Grief: a guide for recovering from the death of a loved one*. New Harbinger Publications, Inc., Oakland.

Suszycki, L H 1981. *Intervention with the bereaved*. (In Margolis, O S et al. *Acute grief, Counseling the bereaved*. Columbia University Press, New York. p43-52).

Vachon, M L S 1981. *Type of death as a determinant in acute grief*. (In Margolis, O S et al *Acute grief, Counseling the bereaved*. Columbia University Press, New York. p14-22).

Van der Watt J & Joubert S (Verwerk deur T T Cloete)1997. *Die Boodskap*. Christelike uitgewersmaatskappy, Vereeniging.

Van Itterszon, G P 1974. *Het kerklijk ambt in geding*. G P J H Kok, Kampen.

Van Niekerk, E A 1984. *Nie soos mense sonder hoop nie: Hoe om sterwendes en treurendes by te staan*. Lux Verbi, Kaapstad.

Veldkamp H 1984 (7de druk). *Zondagskinderen: Kanttekeningen bij de Heidelbergse Catechismus*. T Wever, b.v., Franeker.

*Verklarende Bybel*. 1989 (1ste druk). Lux Verbi, Kaapstad.

Walsh, F & McGoldrick, M 1991. *Loss and the family: A systemic perspective*. (In Walsh, F. & McGoldrick, M. *Living beyond loss*. W W Norton & Company, New York. p1-28).

Wass, H 1991. *Helping children cope with death*. In Papadatou, D & Papadatos C (eds). *Children and death*. Hemisphere Publishing Corporation, New York. p 11-32)

Worden, J W 1988 (reprinted). *Grief counseling and grief therapy*. Routledge, Chapman and Hall, London.

Wright, B 1991 (1<sup>st</sup> edition). *Sudden death. Intervention skills for the caring professions*. Churchill Livingstone, New York.

## Artikels

Carnes, B & Ponder, J 1996. *Grief facilitation during the first week after the death of a loved one*. Journal of Pastoral Care, Vol50: 281-288. Fall.

Dill, J & Kotzé, D J 1997. *Verkenning van 'n postmoderne epistemologiese konteks vir die praktiese teologie*. Acta Theologica. Vol 17(1), p1-26.

Dreyer, J S 1998. *The researcher and the researched: Methodological challenges for practical theology*. Praktiese Teologie in S A. Vol 13(1), p14-27.

Feigenbaum, P 1990. *The effects of grief on the family*. Salus Vol.13(5): 10-12.

Janse van Rensburg, J 1996. *Verbond en pastoraat: Perspektiewe vir die ontwerp van 'n paradigma*. Ned. Geref. Teologiese tydskrif Vol 27 (1) p152-165.

Janse van Rensburg, J 1997. *Pastoraat en okkultisme. 'n Epistemologiese diskoers*. Praktiese teologie in S A Vol 12 (2) p61-74.

Janse van Rensburg, J 1998. *Regterbrein-strategieë vir pastorale terapie*. Ned. Geref. Teologiese tydskrif. Maart-Junie p65-78.

Kotzé, E & Kotzé, D J 1997. *Social construction as a postmodern discourse: an epistemology for conversational therapeutic practice*. Acta Theologica. Vol 17(1) p27-50.

Lategan, L O K 1990. *Die mag en die onmag van die mediese wetenskap*. RSA Verpleging 5(1) p37-40.

Lategan, L O K 1991. *God en siekte: Metavrae rondom die oorsprong van die kwaad en die verband met lyding*. Acta Theologica, Vol. 11(1) p14-30.

Lategan, L O K 1992. *Die Providentia Dei in die briewe van Calvyn*. Ned Geref Teologiese tydskrif. DeelXXXIII (1), p93-96.

Louw, D J 1993a. *Praktiese teologie – 'n fenomenologiese stuip trekking?* Praktiese teologie in S A. Vol 8 (2) p206-209.

Louw, D J 1993b. *Kroniek: Praktiese teologie/ pastoraat/ gemeentebediening*. Praktiese teologie in S A. Vol 8 (2) p193-196.

Louw, D J 1997b. *Hoe teologies is die praktiese teologie en hoe prakties is die teologie? Ontwerp vir 'n praktiese-teologiese hermeneutiek*. Praktiese teologie in S.A., Vol 12(2) p43-61.

Mckay, R 1992. *Offering support in grief: some do's and dont's*. Unisa psychologia Vol.19(2) p31-34.

Pieterse, H J C 1993. *Die probleem van normatiewiteit en rasionaliteit in die beoefening van die praktiese teologie*. Praktiese Teologie in S A. Vol 8 (2) p197-203.

Pieterse, H J C 1994. *Metateorie as wetenskapsbenadering in die praktiese teologie*. Praktiese Teologie in S A. Vol 9 (1) p93-100.

Orr, R D 1990. *The treatment of death*. Journal of the Christian medical and dental society. Vol.21(3) p4-8.

Ouweneel, W J 1994. *Paradigms in theology*. Acta Theologica. Vol 14 (2) p1-24.

Rossouw, P J 1985. "*Amp*" van die gelowiges. Ned Geref Teologiese tydskrif. DeelXXVI (3) p319-331, Julie. Nasionale boekdrukkery, Goodwood, Kaapstad.

Schade, J J & Schade, K A 1996. *Parishioners' expectations following a death*. Journal of Pastoral Care, Vol.50 p275-279.

Schulze, L F 1993. *Is God in beheer? Aspekte van die agtergrond van die debat*. Acta Theologica, Vol. 13(2) p18-33.

Stone, H W 1996. *Grief ministry in transition*. Journal Of Pastoral Care, Vol 50, p269-273, Fall.

Van der Ven, J A 1994. *Empirical methodology in practical theology: Why and how?* Practical Theology in S A. Vol 9(1). p29-44.

Van Wyk, A G 1993. *Respons op: "Praktiese teologie as teologiese wetenskap binne die teologiese fakulteit"* – Prof H J C Pieterse. Praktiese Teologie in S A. Vol 8(1), p57-62.

Venter, A G S 1994. *Die bediening van die wil van God aan gelowiges in nood*. In die Skriflig 28(4) p659-675.



## BYLAAG A

### SKEMA WAARVOLGENS ONDERHOUDE GEVOER IS TYDENS DIE KWALITATIEWE ONDERSOEK

Die oorkoepelende tema waarvolgens die onderhoude gevoer is, is die volgende: Wat het mense gesê en gedoen om jou te troos en wat was die effek daarvan op jou?

1. Inleidend is daar gevra na wat deelnemers onthou van hoe mense gepoog het om hulle te vertroos.
2. Wat het mense tydens jou verlies gesê wat jy as positief en vertroostend beleef het?
3. Waarom het jy gevoel dat hierdie opmerkings jou getroos het?
4. Is daar enigeiets gesê wat jou nie getroos het nie? Kan jy voorbeelde noem?
5. Hoe het mense God met die dood van jou geliefde in verband gebring? Wat was die effek hiervan op jou?
6. Wat het mense prakties gedoen om te help tydens jou verlies?
7. In watter opsig was hierdie optrede van hulp gewees?
8. Was daar enigeiets wat enige iemand gedoen het wat die rouproses vir jou bemoeilik het?
9. Waarom meen jy dat hierdie optrede die rouproses vir jou bemoeilik het?
10. Het jy enige literatuur wat oor die dood en rouproses handel ontvang na jou verlies?
11. Hoe gou na die dood van jou geliefde was jy instaat om hierdie literatuur te lees?
12. Wat was na jou mening die waarde van die literatuur?
13. Het jy op enige stadium na jou verlies van die hulp van enige professionele berader gebruik gemaak?
14. Indien wel, hoe gou na jou verlies?
15. Het jy dit as van waarde beleef?
16. Het jy enigsins medikasie gebruik in die eerste weke na jou verlies?

17. Is hierdie medikasie deur 'n geneesheer voorgeskryf? Indien nie, wie het dit aan jou gegee?
18. Meen jy dat die medikasie van hulp was tydens jou verlies?
19. Indien jy nou vandag in retrospek moet raadgee aan lidmate wat van voorneme is om bedroefdes by te staan: Wat sal jou raad aan hulle wees, oor wat hulle behoort te doen?
20. Wat sal jy hulle aanraai om te sê wanneer hulle met bedroefdes simpatiseer?
21. Wat sal jy hulle aanraai om liever nie te doen nie?
22. Waarteen sal jy hulle waarsku om liever nie te sê nie?

**BYLAAG B**

**'N KONSEPGIDS OM LIDMATE TE HELP OM BEDROEFDES IN HUL PROSES VAN  
ROU BY TE STAAN**

## INHOUDSOPGAWE

A.	DOEL VAN DIE KONSEPGIDS	1
	1. "MAAR EK SAL NIE WEET WAT OM TE SÊ NIE"	1
	1.1 Opdragte	2
	1.2 Waarom vind die meeste mense dit moeilik om bedroefdes by te staan	3
	1.3 Hoe om hierdie gids te gebruik	4
	2. WAT BEHOORT EK VAN DIE PROSES VAN ROU TE WEET?	5
	2.1 Doelwitte	5
	2.2 Rou is 'n proses	5
	2.3 Rou is 'n normale proses	6
	2.4 Rou is 'n groeiproses	6
	2.5 Mense rou verskillend	6
	a) Individuele verskille	7
	b) Die aard van die verbintenis met die oorledene	7
	c) Die manier waarop iemand gesterf het	8
	2.6 Sewe belangrike routake wat bedroefdes moet deurwerk	8
	2.7 Die noodsaaklikheid dat die routake deurgewerk moet word	9
	3. DIE EERSTE ROUTAAK: DIE DEURDRINGING EN AANVAARDING VAN DIE REALITEIT VAN DIE DOOD	10
	3.1 Doelwitte	10
	3.2 Wat met die eerste routaak bereik moet word?	10
	3.3 Wat gebeur ten tye van die doodstyding met die bedroefde	11
	3.4 "Daar wees"	12
	a) "Daar wees" vir onderskraging	12

b) Die dilemma wat die eerste routaak inhou vir diegene wat die bedroefdes wil bystaan	12
3.5 Tipiese slaggate wat lidmate tydens die eerste routaak moet vermy	18
3.6 Opdragte	25
4. DIE TWEDE ROUTAAK: DIE BELEWING VAN DIE EMOSIONELE PYN VAN VERLIES	26
4.1 Doelwitte	26
4.2 Wat moet tydens hierdie routaak bereik word?	26
4.3 Watter faktore bemoeilik hierdie tweede routaak gewoonlik	28
4.4 Die situasie van die bedroefde	28
4.5 Emosies wat tydens die proses van rou ondervind word	30
a) Hartseer	30
b) Angs en hulpeloosheid	30
c) Magteloosheid	30
d) Woede	31
e) Skuldgevoelens	31
4.6 Praktiese wenke oor hoe lidmate bedroefdes kan help met die tweede routaak	32
4.7 Slaggate wat vermy moet word	33
4.8 Opdragte	36
5. DIE DERDE ROUTAAK: GEDAGTENISVIERING	37
5.1 Doelwitte	37
5.2 Wat moet deur hierdie routaak bereik word	37
5.3 Wat bemoeilik hierdie derde routaak	38
a) Die vermyding van die naam van die naam van die persoon wat dood is	38
b) Die begrafnis is uit die hande van die familie geneem	38

c) Onpersoonlike begrafnis- en rou dienste	39
d) Gebrek aan rituele	40
5.4 Die situasie van die bedroefdes	40
5.5 Praktiese riglyne om met hierdie taak te help	40
5.6 Moontlike idees wat oorweeg kan word vir die begrafnis/roudiens	41
5.7 Tipiese skaggate wat vermy moet word	42
5.8 Opdragte	43
6. ROUTAKE VIER EN VYF: DIE ERKENING EN VERWERKING VAN AMBIVALENTE GEVOELENS	43
6.1 Doelwitte	44
6.2 Die erkennig en verwerking van ambivalente gevoelens	44
6.3 Oorsake van ambivalente gevoelens	45
6.4 Wat bemoeilik hierdie routake?	46
6.5 Praktiese riglyne oor hoe om bedroefdes by te staan tydens hierdie routake	47
6.6 Tipiese slaggate wat vermy moet word	48
6.7 Opdragte	49
7. ROUTAKE SES EN SEWE: OM AFSKEID TE NEEM EN VORENTOE TE LEEF	49
7.1 Doelwitte	50
7.2 Wat moet tydens hierdie routake bereik word?	50
7.3 Aspekte wat hierdie twee routake kan bemoeilik	51
7.4 Die situasie van die bedroefde	52
7.5 Praktiese riglyne oor hoe om te help	54
7.6 Tipiese slaggate wat vermy moet word	54
7.7 Opdragte	55

7.8 Riglyne en slaggate wat nie aan spesifieke routake gekoppel is nie	56
8. KINDERS EN DIE DOOD	58
8.1 Doelwitte	58
8.2 Die algemene wanopvatting en die situasie waartoe dit aanleiding gee	58
8.3 Optrede wat gewoonlik voortspruit uit hierdie wanopvatting	59
a) Kinders word weggehou van situasies waar mense kan sterf, sterf of reeds gesterf het	59
b) Emosionele ontsteltenis word verkeerdelik en skadelik voorgehou	60
c) Onerlikheid om die werklikheid van die dood te versag	60
d) God word as die skuldige geïmpliseer	61
8.4 Riglyne vir die benadering van kinders	61
8.5 Riglyne oor die voorbereiding van kinders ten opsigte van die dood van 'n geliefde	63
a) Troeteldiere	64
b) Blootstelling aan begrafnisse	64
8.6 Oop gesprekke en leer dat die uiting van emosie nie verkeerd is nie	65
8.7 Opdragte	65
9. DIE INVLOED VAN TWEE BESONDERE Tipes VAN DOOD OP DIE PROSES VAN ROU	66
9.1 Doelwitte	67
9.2 Selfmoord	67
9.3 Die dood van 'n kind	70

10. GEYKTE TRADISIONELE GESEGDES (MAAR WAT SÊ ONS EINTLIK VAN GOD)	74
10.1 Geykte tradisionele gesegdes	75
10.2 Die probleme rondom hierdie gesegdes	76
11. WAT LEER DIE BYBEL OOR: DIE WIL VAN GOD? DIE GROOTSTE TROOS?	77
11.1 Doelwitte	77
11.2 Implikasies	78
11.3 Wat is die boodsakp van die Bybel?	78
11.4 Die grootste troos	80
11.5 Opdragte	83



*'N KONSEPGIDS*  
*OM LIDMATE TE HELP OM*  
*BEDROEFDES*  
*IN HUL*  
*PROSES VAN ROU BY TE STAAN*

# 'N KONSEPGIDS OM LIDMATE TE HELP OM BEDROEFDES IN HUL

## PROSES VAN ROU BY TE STAAN

### A DOEL VAN DIE KONSEPGIDS

DIE DOEL VAN HIERDIE GIDS IS OM  
PRAKTYK-GERIGTE TOERUSTING TE VERSKAF SODAT 'N  
HULPVERLENER MET MEER VRYMOEDIGHEID EN MET 'N  
GEVOEL VAN BEKWAAMHEID, INSTAAT GESTEL KAN WORD OM  
BEDROEFDES BY TE STAAN.

#### 1. "MAAR EK SAL NIE WEET WAT OM TE SÊ NIE."

Het dit al met jou gebeur dat jy gehoor het dat iemand vir wie jy omgee, 'n geliefde aan die dood afgestaan het? Was jou eerste gedagte dalk ook: "Ek wil met hulle kontak maak"? Was jou tweede gedagte dalk: "Maar ek sal nie weet wat om vir hulle te sê nie"? Indien jy so voel, is hierdie gids vir jou bedoel. Om nie te weet wat om vir iemand te sê na die dood van 'n geliefde nie, kan die heel beste beginpunt wees om te kan help! Selfs om nie 'n enkele woord te sê nie, kan meer vertroostend wees as om verklarings en antwoorde te gee wat bedroefdes meer verwar as wat dit hulle troos.

### Het jy geweet

Om mense **betekenisvol** by te staan:

#### Hoef jy nie:

- ◆ 'n Klomp slim antwoorde te ken nie.
- ◆ 'n Klomp Bybeltekste uit jou kop te ken nie.
- ◆ Moeilike vrae oor die dood te kan beantwoord nie.
- ◆ Baie te kan praat nie.

- ◆ Hardop te kan bid nie.

**Hoef jy net:**

- ◆ Te wys jy gee om. "Wees bly saam met die wat bly is en treur saam met die wat treur." (Rm. 12:15)
- ◆ Bereid te wees om te luister.
- ◆ Jou insig te verbreed oor hoe die proses van rou normaalweg verloop.

**Hierdie gids kan jou help met die volgende:**

- ◆ Om 'n breë insig te kry in die verloop van die proses van rou.
- ◆ Om kennis op te doen oor spesifieke routake wat bedroefdes moet deurwerk.
- ◆ Deur praktiese riglyne te bied oor hoe jy bedroefdes kan help om hierdie routake deur te werk.
- ◆ Deur jou bewus te maak van die tipiese slaggate wat vermy moet word.
- ◆ Deur jou perspektief te gee op die begrippe:

**Die wil van God en Die grootste troos ten opsigte van die dood**

### 1.1 OPDRAGTE

Ken aan jouself 'n punt uit 10 toe op grond van hoe maklik of moeilik jy dit vind om bedroefdes by te staan. (10 punte beteken jy ondervind geen probleme en 1 beteken dat jy glad nie daarvoor kans sien nie) Indien dit vir jou moeilik is, probeer identifiseer waarom. (merk met 'n regmerknie dit wat jy dink op jouself van toepassing is):

- Ek voel onseker oor wat om te sê.
- Ek is ongemaklik met moeilike vrae soos byvoorbeeld: "Hoe kan 'n God van liefde so iets toelaat?"

- Dit is vir my moeilik indien ander mense baie emosioneel is.
- Ek is bang dat ek self te emosioneel sal wees.
- Ek is bang dat ek iets sal sê wat hulle sal ontstel eerder as om hulle te troos.
- Sulke situasies herinner my te veel aan my eie geliefdes se dood.

Kan jy aan nog ander faktore dink?

.....

.....

.....

.....

.....

## 1.2 WAAROM VIND DIE MEESTE MENSE DIT MOEILIK OM BEDROEFDES BY TE STAAN?

Dit is belangrik om te verstaan waarom iets wat baie **normaal** behoort te wees, in ons tyd **baie moeilik** geword het.

**Wat maak ons situasie anders as wat dit in die verlede was?**

**In die verlede:**

50 jaar en langer gelede het daar persentasiegewys baie meer mense gesterf. (Byvoorbeeld aan siektes wat vandag geneesbaar is.) Baie mense het by hulle huise gesterf en dit het beteken dat hulle families dikwels teenwoordig was. Die versorging van die liggaam na die dood is meestal deur die familie self gedoen.

### **Die situasie vandag:**

Deesdae sterf mense meestal in hospitale, intensiewe eenhede en ander inrigtings soos ouetehuse of weg van hulle huise as gevolg van motorongelukke of geweld. Kinders word in die meeste gevalle uitgesluit van die dood en ernstige siektes. Professionele persone, soos verpleegpersoneel en begrafnisondernemers, het die versorging van die liggaam na die dood geheel en al uit die hande van die naasbestaandes geneem.

Samevattend kan dus gesê word dat ons vandag baie minder direkte **blootstelling** aan die dood en ander bedroefdes het as wat vroeër die geval was. Dit het gelei tot die **vreemdheid** van die dood vir ons. Ons is meestal geneig om aan die dood as iets "**abnormaal**" te dink. Ons het eintlik in 'n negatiewe kringloop beland. Hoe vreemder die situasie van die dood vir ons word, hoe minder blootstelling kry ons daaraan en hoe minder blootstelling ons kry, hoe vreemder raak die situasie vir ons.

### **1.3 HOE OM HIERDIE GIDS TE GEBRUIK**

In hierdie gids sal daar aandag gegee word aan die spesifieke **route** wat bedroefdes moet deurwerk.

- a) Moenie die gids haastig probeer deurwerk nie.
- b) Indien jy self iemand wat baie naby jou was aan die dood afgestaan het, moet jy by elke afdeling nadink en jouself afvra:
  - Hoe het ek op daardie stadium gevoel?
  - Wat het my gehelp om 'n spesifieke route deur te werk?
  - Wat het sekere take vir my bemoeilik?
  - Wat het die mense, wat my bygestaan het, gedoen wat my gehelp het?

- Was daar enigiets wat ander gedoen het wat dit vir my moeiliker gemaak het?
  - Is daar enige van die routake wat behandel word wat ek nog nie deurgewerk het nie?
- c) Bespreek dit wat jy uit die gids leer met ander mense. (Iemand wat nie tans midde in die rouproses verkeer nie, maar dalk 'n jaar of twee gelede 'n geliefde verloor het, kan die ideale persoon wees.)
- d) Wanneer jy aktief betrokke raak by die bystand van bedroefdes moet jy na aanleiding van die gids probeer identifiseer met watter routaak hulle spesifiek besig is. Lees dan weer daardie betrokke gedeelte en probeer dit wat jy geleer het, prakties toepas.
- e) Maak vir jouself aantekeninge oor vrae, belewenisse, herinneringe en riglyne wat by jou opkom terwyl jy met spesifieke afdelings besig is.

## 2 WAT BEHOORT EK VAN DIE ROUPROSES TE WEET?

### 2.1 DOELWITTE

- ✓ Om lidmate 'n **breë insig** oor die proses van rou te gee.
- ✓ Om lidmate te laat verstaan dat rou **noodsaaklik** is.
- ✓ Om lidmate bewus te maak van die **prosesmatigheid** van rou.

### 2.2 ROU IS 'N PROSES

Daar bestaan geen **kitsoplossings** vir rou nie. Om te rou, kan nie soos 'n **tegniek** aangeleer en bemeester word nie. Dit kan ook nie vrygespring word nie. Dit moet eenvoudig **deurleef** word. Dit is 'n proses. Dit neem **tyd** en dit verloop deur verskeie stadiums. Daar kan nie 'n vasgestelde tydsverloop aan rou gekoppel word nie. In sommige gevalle van traumatiese verlies, soos die dood van 'n kind, mag dit gebeur dat die proses van rou nooit werklik finaal afgehandel word nie.

### 2.3 ROU IS 'N NORMALE PROSES

Rou is nie 'n siekte nie en ook nie 'n "sielkundige toestand" in die negatiewe sin van die woord nie. Dit is 'n normale proses in die sin dat dit te verwagte is binne die normale verloop van die lewe. Dit is 'n **natuurlike reaksie** wanneer 'n geliefde sterf. Die meeste mense deurleef hierdie proses self. Dit is eintlik in uitsonderlike gevalle dat die proses skeefloop en tot abnormale reaksies lei.

Die persoon wat in die proses van rou verkeer moet eerder beskou word as iemand wat 'n wond opgedoen het, nie as iemand wat siek is nie. 'n Wond genees geleidelik en dit genees van binne.

### 2.4 ROU IS 'N GROEIPROSES

Terwyl mense die een routaak na die ander hanteer, sal hulle innerlik sterker word en groei. Hulle sal meer van hulself en van ander mense ontdek en die lewe in 'n nuwe lig sien. Wanneer 'n skaap geslag word en die vel nie bewerk word nie, sal dit uitdroog en kliphard en onbruikbaar word. Indien dieselfde vel egter gesout word en deeglik gebrei word, sal dit sag, sterk en bruikbaar wees. Die proses van rou kan 'n mens brei sodat jy ook emosioneel sterker, wyser en meer bruikbaar anderkant uitkom. Dit is 'n belangrike **groei geleentheid** in 'n mens se lewe, nie net vir die treurendes nie, maar beslis ook vir diegene wat die treurendes bystaan.

### 2.5 MENSE ROU VERSKILLEND

Daar sal deurgaans in hierdie gids verwys word na die **proses van rou**, eerder as na die

rouproses. Die rede daarvoor is dat wanneer daar van die rouproses gepraat word, dit die indruk mag wek dat dit 'n vasgestelde proses is wat oral en altyd dieselfde verloop. Deur die begrip **proses van rou** te gebruik sal nie net die prosesmatigheid van rou beklemtoon word nie, maar ook dat dit 'n "oop" proses is, 'n proses wat baie verskillend kan verloop by verskillende mense. Dis 'n proses waarbinne daar 'n geweldige verskeidenheid van uiteenlopende roureaksies kan voorkom wat almal **normaal** is.

Die volgende is drie van die belangrikste redes waarom roureaksies verskillend kan wees:

**a) Individuele verskille**

Sommige mense is meer emosioneel, meer ekstroverties, meer spontaan as ander. Sommige mense kom uit huisgesinne of kulture waarbinne hulle geleer het om openlik uiting te gee aan hulle emosies, ander kom weer uit 'n agtergrond waar die inhibering van emosies as korrek voorgelê is. Daar moet voortdurend rekening gehou word met die feit dat mense as gevolg van hierdie en ander redes nie eenders sal reageer tydens hulle rou nie. Vermy uitsprake en selfs gedagtes soos: "Jy moet huil"; "Jy moet jouself regruk en sterk wees". Alhoewel daar ongesonde roureaksies kan wees, moet 'n mens voortdurend toelaat vir individualiteit by elke bedroefde persoon. Veral wanneer ons hulp wil verleen, is dit noodsaaklik om geen vooropgestelde idees te hê van hoe mense behoort te rou nie.

**b) Die aard van die verbintenis met die oorledene**

Indien dit jou kind is wat dood is, sal jou rou totaal anders wees as wanneer dit, argumentshalwe, jou kleinniggie se man is. 'n Kind, huweliksmaat, ouer, broer of suster se dood bring ander roureaksies na vore as die dood van mense met wie daar nie 'n hegte verhouding bestaan nie. Dit is belangrik om te beseef dat dit nie gaan oor die aard van die verwantskap nie, maar oor die aard van die **verhouding**. Rou oor 'n huweliksmaat, waar



daar 'n gelukkige huweliksverhouding was, sal anders beleef word as waar dit 'n gespanne of ongelukkige of andersins problematiese verhouding was. Net so is sommige ouer-kindverhoudings baie heg en ander weer verhoudings waarin daar groot afstand ontstaan het.

### c) **Die manier waarop iemand gesterf het**

In die geval waar iemand na 'n lang lyding aan kanker sterf, sal dit ander roureaksies tot gevolg hê as wanneer iemand skielik sterf aan 'n hartaanval of as gevolg van 'n motorongeluk of moord. In die geval van selfmoord mag daar weer heeltemal ander reaksies na vore kom by die treurendes. Dit het nie alleen te make met die kwessie van of die dood te verwagte was of skielik ingetree het nie. Dit het veral te make met die **aard** van die dood en die gepaardgaande **oorsaak** van die dood.

## 2.6 SEWE BELANGRIKE ROUTAKE WAT BEDROEFDES MOET

### DEURWERK

Daar sal deurgaans in hierdie gids verwys word na **routake** in plaas van die gebruikelike term **roufase**. Wanneer daar van *fase* gepraat word, mag dit die indruk wek dat die bedroefde eintlik passief en half outomaties deur die verskillende fases sal beweeg. Wanneer die term *take* gebruik word, word die aktiewe betrokkenheid en deurwerk van sekere aktiwiteite beklemtoon. Die volgende sewe routake word deur David A. Crenshaw onderskei:

Taak 1: Die deurdringing en aanvaarding van die realiteit van die verlies.

Taak 2: Die identifisering en die uitdrukking van die emosies van rou.

Taak 3: Gedagtenisviering.

Taak 4: Die erkenning van ambivalente gevoelens.

Taak 5: Die verwerking van ambivalente gevoelens.

Taak 6: Die afskeid neem van die oorledene.

Taak 7: Leef weer vorentoe (Crenshaw 1991:22-25).

Hierdie take kan wel van mekaar **onderskei** word, maar nie waterdig van mekaar **geskei** word nie. Daar sal voortdurend oorvleueling tussen die take plaasvind. Die eerste vier take sal ook nie noodwendig in chronologiese volgorde verloop nie.

## 2.7 DIE NOODSAAKLIKHEID DAT DIE ROUTAKE DEURGEWERK MOET WORD.

Die proses van rou kan nie **vrygespring** of **omseil** word nie. Dit kan hoogstens **uitgestel** word, maar dan nie sonder dat dit nog moeiliker word as wat dit reeds is nie. 'n Mens kan sover gaan as om te beweer dat indien die **normale proses van rou** nie deurgewerk word nie, **die proses van gekompliseerde** rou vanself 'n aanvang sal neem. Mense *sal* rou na die dood van 'n geliefde, op normale of abnormale wyse. (Abnormale rou sal later in die gids bespreek word.)

Waar die rou uitgestel of onderdruk word, kan dit ernstige **fisiese, psigologiese** en selfs **verhoudingsprobleme** tot gevolg hê vir die bedroefdes op die kort, maar veral op die lang termyn. Die betrokkenheid van die toegeruste lidmate kan 'n wesenlike verskil maak. Deur betrokkenheid en aanmoediging kan bedroefdes gehelp word om te **begin** met die hantering van routake, dan met die **voortgaan** van die take wat die proses help fasiliteer.

### 3. DIE EERSTE ROUTAAK: DIE DEURDRINGING EN AANVAARDING VAN DIE REALITEIT VAN DIE DOOD

#### 3.1 DOELWITTE

- ✓ Om lidmate in te lig oor wat bereik moet word met die eerste routaak.
- ✓ Om lidmate te help om rekening te hou met hoe moeilik hierdie taak vir bedroefdes is.
- ✓ Om praktiese riglyne vir hulpverlening te verskaf.
- ✓ Om die slaggate wat vermy moet word uit te wys.

#### 3.2 WAT MET DIE EERSTE ROUTAAK BEREIK MOET WORD?

Wanneer 'n geliefde sterf, is daar feitlik altyd die gevoel dat dit nie regtig gebeur het nie.

Selfs al was die dood te wagte gewees na byvoorbeeld 'n lang siekte. Hierdie **gevoel van onwerklikheid** is normaal, maar die eerste routaak behels juis dat die werklikheid moet

**deurdring**. Hy/Sy is regtig dood. Dit het werklik gebeur. Die besef moet nie net deurdring nie maar ook **aanvaar** word. Daar moet aanvaar word dat die situasie **onomkeerbaar** is.

Hierdie **aanvaarding** is meer op 'n kognitiewe vlak. Dit is nie dieselfde as **aanvaarding** op 'n **emosionele** vlak nie. Aanvaarding op emosionele vlak sou meer beskryf kan word met terme soos **berusting** en om te kan **voortgaan**. Emosionele aanvaarding kan eers heelwat later plaasvind en sal later behandel word. Hier gaan dit oor die **besef** dat die dood werklik plaasgevind het.

### 3.3 WAT GEBEUR TEN TYE VAN DIE DOODSTYDING MET DIE BEDROEFDE?

Alhoewel daar 'n wye verskeidenheid reaksies by bedroefdes kan voorkom by die aanhoor van die doodstyding of die bewuswording dat hulle geliefde wel gesterf het, is dit belangrik om bewus te wees van die mees algemene reaksies wat by die meeste bedroefdes voorkom.

#### Wat gebeur ten tye van die doodstyding met die bedroefde?

- ◆ Hulle verkeer meestal in 'n fase van **skok**.
- ◆ **Ongeloof oor wat gebeur het** is een van die belangrikste en opvallendste kenmerke.
- ◆ 'n Gevoel van totale **afgestomptheid** kom baie dikwels voor.
- ◆ **Verwardheid** kom baie algemeen voor. Mense vergeet waar hulle sleutels is, wat hulle gesê het, wat hulle gehoor het, met wie hulle gepraat het en talle ander dinge.
- ◆ Treurendes mag 'n gevoel van **woede** ervaar teenoor die persoon wat dood is, maar voel dit in meer gevalle teenoor die dokter, verpleegpersoneel, predikant of enige iemand anders.
- ◆ **Ongeloof oor wat gebeur het**, is die belangrikste en mees opvallende kenmerk. 'n Gevoel van totale afgestomptheid kom baie dikwels voor.
- ◆ Vir diegene wat die bedroefdes wil bystaan, is die belangrikste enkele reaksie om mee rekening te hou, die feit dat mense feitlik in alle gevalle in 'n toestand van **ontkenning** ingaan. Dit is 'n **natuurlike ingeboude beskermingsmeganisme**. Die dood van 'n geliefde is gewoonlik so traumaties dat die verskriklikheid daarvan nie geheel en al ingeneem kan word nie. Deur ontkenning beskerm die mens homself en plaas homself in 'n posisie waar die werklikheid geleidelik en stukkie vir stukkie deurgelaat word.

### 3.4 "DAAR WEES"

- Wees daar vir onderskraging.
- Besef die dilemma wat hierdie eerste routaak inhou.
- Luister.
- Moedig die bedroefdes aan om te praat.
- Moenie oorbeskermend optree nie.
- Moedig die betrokkenes aan om deeglik afskeid te neem.

Dit is die eerste en belangrikste hulp wat enigeen kan verleen. Daar is ook ander maniere waarop bystand verleen kan word, maar bogenoemde word eers in meer besonderhede omskryf.

#### a) "Daar wees" vir onderskraging

Dit is nie mooi woorde, slim antwoorde, mediese kennis of kennis van die Bybel wat nou saak maak nie maar wel jou teenwoordigheid. Die wete dat jy **omgee**, maak die verskil.

Die navorsing wat gedoen is, stem deurgaans ooreen dat dit die **teenwoordigheid** van mense is wat in die kritieke stadium van rou die grootste verskil maak vir die bedroefdes. Die feit dat bedroefdes **geskok** is en begin met **ontkenning**, veroorsaak dat hulle in elk geval nie op daardie stadium **antwoorde** kan inneem nie. 'n Drukkie sê meer as wat mooi woorde kan sê.

#### b) Die dilemma wat die eerste routaak inhou vir diegene wat die bedroefdes wil bystaan

**Ontkenning** kan op verskillende wyses voorkom by bedroefdes. Soos hierbo genoem, is dit normaal en in traumatiese situasies noodsaaklik. Dit **beskerm** die bedroefdes teen 'n werklikheid wat te oorweldigend kan wees om te hanteer.

Terselfdertyd behels die eerste routaak juis dat die werklikheid moet **deurdring en aanvaar** word. Die ontkenning mag dus nie te lank voortduur nie. Daarom moet bedroefdes gehelp word om die ontkenning te deurbreek.

Hoe kan lidmate bedroefdes hiermee help? In die eerste plek moet hulle self besef dat die **ontkenning normaal** is. Dit is daar vir 'n goeie rede en die deurdringing van die werklikheid moet nie op die bedroefde afgeforseer word nie. Bedroefdes kan op 'n baie sagte en simpatieke wyse gehelp word met die deurbreking van die ontkenning.

**Die volgende riglyne kan help om hierdie routaak te fasiliteer**

**Luister**

Nou is 'n spesifieke tipe van luister nodig. Luister sonder om **regstellings** te maak aan dit wat die bedroefde sê. Hulle praat soms deurmekaar, soms asof die persoon wat dood is, gaan terugkom. Hulle vaar soms uit teen God en ander. Hulle maak soms totaal verkeerde afleidings. Nou is nie die tyd om enige regstellings te maak nie. **Luister net**. Die bedroefde het net nodig om dit wat by hulle opkom, vir iemand te sê. Jy doen **baie** as jy onbevooroordeeld **luister**. Wat luister waardevol maak in hierdie situasie is dat die **werklikheid** kans kry om in te sink terwyl die bedroefde ontkenkend reageer deur byvoorbeeld te sê: "Ek kan nie glo hy is dood nie. Dis onmoontlik dat hy nooit weer sal terugkom nie." Die bedroefde uiter belangrike woorde en hoor homself. Woorde soos **dood** en **nooit weer** is belangrik. Hou net geduldig aan met **luister**.

### Moedig bedroefdes aan om te praat

Sommige bedroefdes praat nie so maklik en spontaan soos ander nie. Sommige mense is net geheel en al stomgeslaan. Indien hulle gehelp kan word om wel te praat oor die dood van hulle geliefde, sal dit die werklikheid help deurdring.

Mense kan gehelp word om te praat deur kort eenvoudige vrae soos:

"Kan jy my vertel wat gebeur het?" Dit maak nie saak dat hulle die gebeure al talle kere moes vertel het nie. Elke keer se vertel, help dat hulle dit self weer hoor en later inneem.

Ander vrae wat gevra kan word is:

"Hoe het dit op daardie oomblik vir jou gevoel?"

"Wat het eerste in jou gedagtes opgekom?"

"Wat het jy gedink?"

"Wat het jy eerste gedoen?"

"Waar was jy toe jy die tyding gekry het?"

'n Mens hoef nie net oor die dood self en die gebeure te praat nie. Dit sal ook baie help om bedroefdes aan te moedig om oor die **persoon** self te praat. Hierdie aanmoediging is juis van waarde omdat baie ander vriende en familieledes die gesprekke sal probeer vermy, omdat hulle bang is om die bedroefdes te **ontstel**. Die naam van die persoon wat dood is, word heeltemal vermy uit vrees dat dit tot hernude tranes sal aanleiding gee.

Navorsing in die verband wys ontseggelik dat die meeste mense 'n baie groot **behoefte** het om oor die **dood** sowel as oor **die persoon wat dood is**, te praat. Die toegeruste lidmaat kan 'n meer geskikte persoon wees om mee te praat as familieledes omdat laasgenoemde mekaar ook maar probeer beskerm teen onsteltenis.

Moedig bedroefdes ook aan om by geleentheid met die betrokke **geneesheer** 'n gesprek te voer om soveel **korrekte inligting** as moontlik te bekom. Mense maak soms geweldig verdraaide afleidings aangaande die mediese feite. So 'n gesprek kan 'n baie positiewe invloed uitoefen op die proses van rou, beide op die kort en lang termyn en sal beslis bydra tot die **deurdringing** van die werklikheid van die dood.

#### **Moenie bedroefdes oorbeskerm nie**

**Oorbeskerming** van bedroefdes word seker altyd met **goeie intensies** gedoen, maar die effek daarvan is 'n inmenging met die proses van rou of 'n vertraging van die proses.

Oorbeskerming vind plaas wanneer mense die bedroefdes wil weghou van enigiets wat hulle kan **ontstel** of vir hulle **emosionele pyn** kan veroorsaak. Voorbeelde van wat mense sê is:

"Moenie na haar gaan kyk nie. Julle moet haar onthou soos sy was."

"Moenie na haar gaan kyk nie, dit gaan julle verskriklik ontstel."

"Toemaar, ons sal vir jou die telefoon beantwoord en sommer almal namens jou in kennis stel van die dood. Jy kan nie dit ook nog hanteer nie."

"Moet tog net nie vir die kinders vertel wat regtig gebeur het nie. Hulle sal dit nie kan hanteer nie."

Naas dit wat mense sê, **doen** hulle soms ook dinge waardeur hulle bedroefdes oorbeskerm. 'n Voorbeeld hiervan sou wees wanneer mense alles wat die bedroefde kan herinner aan die persoon wat dood is, uit die huis verwyder, byvoorbeeld die persoon se klere en persoonlike besittings.



Bedroefdes het nodig om **herinner te word** aan die persoon, aan dit wat gebeur het en aan die feit dat die persoon dood is. Hulle het nodig om die telefoon te beantwoord en die woorde: "My vrou is vanoggend oorlede," te sê. Hulle het nodig om dit oor en oor te sê. Deurdat hulle dit self oor en oor herhaal, **besef** hulle dat dit waar is en regtig gebeur het. Almal in die huis, selfs die jongstes, moet die geleentheid kry om dit vir iemand in hulle eie woorde te vertel. Om die woorde: "My ouma is dood" te sê, is nodig omdat dit help met die erkenning van die werklikheid. **Kinders** kan aangemoedig word om **self** hulle beste maatjies of vertrouelinge te skakel en die boodskap oor te dra.

Oorbeskerming vind nog meer plaas in die geval van die kinders. Die aspek sal later bespreek word. Dit is belangrik om te besef dat **oorbeskerming** in **direkte teenstelling** is met die deurwerking van die **eerste routaak**.

Die routake moet juis **gefasiliteer** word en nie **gefrustreer** word nie. Om dit reg te kry, is 'n groot mate van **blootstelling** aan die werklikheid juis nodig.

#### **Waak teen die redder**

Vir 'n lidmaat wat regtig betrokke is by bedroefdes, kan dit baie waardevol wees om te besef dat die meeste families 'n **redder** het. Dit is iemand wat **oorneem**. Dié persoon probeer alles uit almal se hande neem en dit vir almal **ligter** maak. Wees daarop voorbereid en probeer op taktvolle wyse verhoed dat die redder almal so oorbeskerm dat dit met die proses van rou inmeng.

### Moedig bedroefdes aan om deeglik afskeid te neem

Dit is nie altyd moontlik vir die familie om die liggaam van hulle geliefde direk of kort na die dood te sien nie, maar in baie gevalle is dit wel moontlik. Soms is 'n lidmaat op hierdie stadium reeds betrokke by die familie. In die situasie kan 'n lidmaat 'n baie belangrike bydrae lewer tot die fasilitering van die proses van rou. Lidmate kan bedroefdes in hierdie kritieke stadium van die proses van rou betekenisvol bystaan deur gerusstelling, taktvolle aanmoediging en deur net fisies by hulle te wees.

Dit is noodsaaklik om te **beseft** dat die eerste ruk na die tyding van die dood 'n uiters **verwarrende** tydperk vir die bedroefdes is. Hulle kan nie glo dat die geliefde werklik dood is nie. Daar ontstaan **onsekerheid** oor wat hulle **behoort** te doen en selfs oor wat hulle **wil** doen. Dit is vir hulle 'n vreemde situasie. Hulle is **geskok, verward, onseker** en voel selfs **magteloos**. Iemand wat nou rustig en ondersteunend optree, kan 'n baie positiewe rol speel in hulle rou.

Daar ontstaan onmiddellik vrae soos:

"Moet ons na haar gaan kyk?"

"Mag ons aan haar raak?"

Hoe lank sal ons toegelaat word om by haar te bly?"

Uit die oorgeërfde wysheid, sal ons meer antwoorde as vrae kry en almal sal uiteenlopend van aard wees. Navorsingsresultate kan bevestig dat dit slegs in uitsonderlike gevalle was dat bedroefdes gevoel het dat dit nadelig was om tyd by die oorledene te spandeer. Die oorweldigende getuienis dui daarop dat treurendes daarby baat vind om tyd by hul geliefdes wat dood is, te spandeer. Talle sou selfs meer tyd daar wou spandeer. Die algemene

konsensus is dat daardie afskeid hulle gehelp het om dit as die werklikheid te aanvaar.

Die belangrikste **uitsondering** is waar persone erg vermink is, veral hulle gesigte. Selfs dan kan dit sinvol wees om die geliefde se hand vas te hou terwyl die ergste liggaamlike skade bedek is.

- ◆ 'n Mens het nou **taktvolle aanmoediging** nodig om te gaan kyk. Geen persoon moet egter onder dwang geplaas word nie, aangesien individue verskil.
- ◆ Hulle het die gerusstelling nodig dat hulle **nie haastig hoef te wees nie**.
- ◆ Hulle moet aangemoedig word om die persoon **aan te raak**.
- ◆ Moedig hulle aan om hulle gedagtes hardop uit te spreek.
- ◆ Wees stil, wees geduldig en wees **daar**.

Alhoewel 'n latere besigtiging by die ondernemers gewoonlik weer gereël kan word, moet ons in gedagte hou dat die liggaam dan reeds koud sal wees en nooit weer só na aan die natuurlike staat sal wees as direk na die dood nie.

### **3.5 TIPIESE SLAGGATE WAT LIDMATE TYDENS DIE EERSTE ROUTAAK MOET VERMY**

- Die mens word groot met sekere **geykte tradisionele gesegdes** wat gebruik word wanneer iemand sterf. Hierdie uitdrukkings is oorgeërf by ouers en familieledes wat dit weer by hulle ouers gehoor het. Voorbeelde hiervan is: "Hy is nou beter af as wat hy was" "God pluk net die mooiste blomme vir Sy tuin" "Julle moet net sterk wees" en nog vele ander.

- Die gevaar bestaan dat jy kan **terugval** op hierdie gesegdes wanneer jy ongemaklik is en nie weet wat om te sê nie, terwyl jy voel dat jy iets behoort te sê. Dit is egter onnodig om iets te sê. Jy hoef nie die dood te **verklaar** of te **versag** nie.
- Hierdie gesegdes word meestal gebruik sonder dat daar 'n oomblik nagedink word oor die **waarheid, teologiese geldigheid** en **toepaslikheid** daarvan in die betrokke situasie. Daarbenewens moet ook gedink word aan die **effek** daarvan op die **treurendes**. Dit is juis die effek van hierdie gesegdes wat van belang is. Dit word met die beste intensies aangebied as troos maar kan die proses van rou frustreer.

✘ **Vermý die gebruik van eufemismes.**

'n Eufemisme is 'n versagende woord of uitdrukking, 'n verbloeming (HAT 1994:204). In plaas daarvan om die woorde **gestorf** en **dood te gebruik**, word eufemismes gebruik om die term **dood** te versag en aanvaarbaarder te laat klink en hopelik die bedroefdes minder te onstel. Die volgende voorbeelde word gebruik:

"Hy het die tydelike met die ewige verwissel."

"Sy slaap nou."

"Sy is weg."

"Hy het ons vooruit gegaan."

"Hy is nie meer met ons nie."

"Sy is nou baie beter af."

"Sy is huis toe."

"Hy het ontslaap."

"Ons het hom verloor."

Sommige van hierdie eufemismes is eintlik pragtige **geloofsuitsprake**. Indien 'n persoon byvoorbeeld sê: "Sy is huis toe," sê hulle eintlik daarmee dat hulle oortuig is dat die persoon wat gesterf het, gered is en nou by die Here is.

Waar lê die probleem dan? Die bedroefde moet die eerste routaak naamlik die aanvaarding van die werklikheid van die dood deurwerk. Daar is geen manier waarop die dood mooier, makliker en meer aanvaarbaar gemaak kan word nie. Die dood is **verskriklik** en vir die betrokkenes **traumaties**. Hulle het **eerlikheid** nodig. Die dood moet gesien word vir wat dit is.

Eufemismes kan misverstande laat ontstaan omdat verskillende interpretasies daaraan geheg kan word. Indien die verpleegsuster sê: "Ouma is huis toe", mag familieledes in 'n oomblik van valse hoop onder die indruk verkeer dat sy ontslaan is uit die hospitaal.

'n Dokter het eenmaal gesê: "Ek is jammer ons het haar verloor, sy is weg," waarop 'n man gereageer het met: "Maar dit is onmoontlik. 'n Siek pasiënt kan mos nie net weggaan in 'n hospitaal nie!"

#### **ONTHOU**

Een van die belangrikste aspekte in die deurdringing van die werklikheid van die dood, is dat die woord **dood gehoor** moet word en **gesê** moet word. Dit moet **verskeie male** gehoor en gesê word.

In die gids word die woord **dood** ook sover moontlik gebruik. 'n Mens moet daaraan gewoond raak om dit pertinent self te gebruik. Bedroefdes moet aangemoedig word om die woord ook te gebruik sodat dit die werklikheid van die dood kan deurdring.

### ✘ Vermy rasionalisering

Voorbeelde van geykte tradisionele opmerkings in die verband sou wees:

"Gelukkig het hy darem geen lyding gehad nie. Julle kan bly wees dat dit so skielik was."

Maar sodra die omstandighede anders is, word die argument omgeswaai:

"Hy het nou wel 'n lang lyding gehad, maar dit het julle darem tyd gegee om julle voor te berei en om afskeid te neem."

Die probleem is nie of hierdie uitsprake waar is of nie. Die probleem is dat dit aangebied word asof dit nou beteken dat die dood van die geliefde minder erg is omdat daar tyd was vir afskeid, of minder erg is omdat daar geen lyding was nie.

Nog 'n voorbeeld sou wees wanneer mense sê:

"Wys jou , as jou strepie getrek is, is hy getrek. Onthou, as hy nie in die ongeluk dood is nie, sou hy dalk by die huis aan 'n hartaanval beswyk het."

Dit word gesê asof dit nou nie sal help om vrae te vra en verskriklik hartseer te wees nie want die persoon sou in elk geval gesterf het, óf op die een, óf op die ander manier.

In die geval van die dood van 'n baba, kort voor of kort na geboorte sê mense dikwels:

"Die ou dingetjie sou waarskynlik nooit heeltemal normaal gewees het nie. Dit is maar beter dat hy liever nou weg is."

Die dood word nou voorgestel as die beter opsie deur dit te vergelyk met 'n ander opsie wat soveel erger sou gewees het.

#### **ONTHOU**

Die bedroefdes se probleem kan eenvoudig gestel word as : "**My geliefde is dood. Ek kan dit nie glo nie.**" Hulle kan nie nou allerhande verstandelike oefeninge doen om te probeer bepaal of hulle darem 'n bietjie beter daarvan afgekome het of erger daaraan toe is nie.

#### **✘ Vermy minimalisering van die dood**

Bedroefdes het 'n baie groot behoefte aan **erkenning** deur diegene rondom hulle dat dit wat met hulle gebeur het, **verskriklik erg** is. Al sterf daar elke dag honderde mense deur die land aan hartaanvalle, is dit vir die betrokkenes hulle eie en enigste pa wat dood is. Al is hy statisties een van die miljoene in die wêreld, is hy vir hulle absoluut **uniek**.

Nou probeer sommige mense troos deur dinge te sê wat vir die bedroefdes klink asof dit wat met hulle gebeur het, nie regtig so erg is nie.

Opmerkings soos: "Julle kan baie dankbaar wees dat julle darem nog 'n kind het. Ek ken ander mense wie se enigste kind so dood is."

Dit klink nou asof die dood van die kind nie heeltemal so erg is nie omdat hulle darem nog 'n ander kind oor het. Dit is natuurlik glad nie waar nie. Die implikasie sou wees dat iemand wat tien kinders het en een sterf, net 10% verlies beleef het.

Nog 'n voorbeeld wat redelik algemeen gebruik word in die geval van klein babatjies wat sterf: "Gelukkig was die ou dingetjie nog net twee maande oud. Dit sou vir julle baie erger gewees het as sy twee jaar oud was."

Dit is 'n miskenning van die grootte van die verlies.

#### **ONTHOU**

Enige opmerking waarin die woorde: "Dit kon erger gewees het..." voorkom, moet vermy word, selfs al kon dit erger gewees het.

Opmerkings soos bogenoemde is skynbaar daarop gemik om die verskriklikheid van wat gebeur het te **versag**, te **verminder** of **ligter** te maak as wat dit werklik is. Daarteenoor is dit wat nodig is in die hantering van die eerste routaak, juis **erkenning** van hoe **groot**, hoe **swaar** en hoe **ernstig** die verlies is.

Meer gepaste opmerkings sou die volgende kon wees:

"Dit is verskriklik!"

"Dit is onmoontlik om my in jou situasie in te dink."

"Ek het nie woorde om te sê hoe jammer ek is nie."

"Ek is só jammer vir jou."

"Dit moet baie swaar wees vir jou."

#### **✘ Vermoed die onoordeelkundige gebruik van medikasie**

Ons leef in 'n samelewing waarin daar letterlik 'n pil bestaan vir elke denkbare kwaal. 'n

Samelewing waarbinne mense glo dat medikasie feitlik enigiets kan **regmaak** of kan **wegvat**.



In die meeste familie- en vriendekringe is daar gewoonlik ook iemand wat altyd pilletjies gereed het of dit maklik in die hande kan kry. Hulle kan meestal nie wag om vir die bedroefdes van hierdie medikasie in te gee nie. Die bedoeling is natuurlik net om hulle te help vir die skok en te kalmeer dat hulle nie so erg emosioneel sal wees nie. Alkohol word dikwels in dieselfde rol aangewend.

#### **ONTHOU**

Geen medikasie kan hartseer wegneem nie. Dit kan die hartseer slegs tydelik onderdruk en dus net tydelik uitstel.

Natuurlik is baie mense na die aanhoor van die doodstydung baie geskok en selfs baie emosioneel. In die geval van skielike en traumatiese dood is dit gewoonlik nog erger. Die eerste routaak, naamlik die deurdringing en aanvaarding van die werklikheid van die dood, moet nog steeds deurwerk word.

Die onoordeelkundige gebruik van medikasie en alkohol sal hierdie eerste routaak belemmer. Dit sal juis die deurdringing van die werklikheid bemoeilik en selfs heeltemal onderdruk. Talle bedroefdes word so bedwelm dat hulle werklik nie kan inneem wat gebeur nie.

Medici, sielkundiges, sowel as kenners op die terrein van routherapie stem saam oor die volgende punte:

- ◆ Medikasie behoort slegs deur 'n geneesheer voorgeskryf te word.
- ◆ Net indien dit absoluut nodig is.

- ◆ Medikasie om te slaap is aan te beveel omdat bedroefdes beter kan funksioneer en die proses van rou beter kan verwerk as hulle in die nag goed gerus het.
- ◆ In uitsonderlike gevalle en veral waar die omstandighede baie traumaties was, kan iets voorgeskryf word wat angstigheidsverlig.
- ◆ Die gebruik van anti-depressante binne die eerste drie maande na die dood van 'n geliefde behoort vermy te word, omdat dit die proses van rou onderdruk. Indien persone reeds anti-depressante gebruik het voordat die verlies plaasgevind het, is dit 'n ander saak.

Die rol van medikasie word later weer by die tweede routaak, by die uiting van emosies, bespreek.

### 3.6 OPDRAGTE

- a) Nader 'n vriend/vriendin of familielid wat ongeveer 'n jaar of meer gelede iemand wat naby aan hulle was, aan die dood afgestaan het. Verduidelik dat jy graag meer wil leer oor die proses van rou en vra of hulle bereid sal wees om iets van hulle ervaring met jou te deel.
- b) Vra op 'n bedagsame wyse uit oor die volgende aspekte. Hou dit wat jy geleer het oor die eerste routaak in gedagte.
  - Het hulle 'n gevoel van onwerklikheid beleef?
  - Wat het uiteindelik die werklikheid laat deurdring?
  - Het hulle na die dood die geleentheid gehad om na die liggaam te gaan kyk? Wat was hulle ervaring? Is hulle spyt of nie?
  - Het die opmerkings wat ander mense gemaak het hulle gehelp en getroos of het dit hulle dalk verwar of frustreer?

## 4. DIE TWEEDE ROUTAAK: DIE BELEWING VAN DIE EMOSIONELE PYN VAN VERLIES

### 4.1 DOELWITTE

- ✓ Om te verduidelik wat met hierdie routaak bereik moet word.
- ✓ Om by lidmate sensitiwiteit te wek vir die tipe emosies wat die bedroefde kan beleef of onderdruk.
- ✓ Om praktiese riglyne vir effektiewe bystand te bied.
- ✓ Om sensitiwiteit te wek ten opsigte van die tipiese slagat waarin hulpverleners kan beland.

### 4.2 WAT MOET TYDENS HIERDIE ROUTAAK BEREIK WORD?

Die **dood** is seker die gebeurtenis wat die mees intense **emosies** en **emosionele reaksies** by mense na vore bring. Die dood van iemand met wie mens in 'n hegte verhouding of naby verwantskap gestaan het, raak 'n mens **intens**. Dit is te verwagte dat dit verskeie emosies by 'n mens sal opwek. Emosies soos **hartseer, frustrasie, woede, skuldgevoelens** en **magteloosheid** is almal normale emosies wat na vore kan kom wanneer mense 'n verlies beleef. Tydens die dood van 'n geliefde is hierdie emosies gewoonlik baie sterker en dieper as in die geval van ander lewenssituasies.

Om verskeie redes, wat later bespreek sal word, gebeur dit dat baie mense geneig is om hulle **emosies** te **onderdruk** of selfs heeltemal te **ontken**. Dit is juis die onderdrukking en ontkenning van emosies wat die proses van rou **bemoeilik, vertraag** of selfs laat **ontspoor**.

In hierdie tweede routaak gaan dit om die **herkenning** van, sowel as die **belewing** van die **emosies** en **emosionele pyn** wat gepaard gaan met die afstaan van 'n geliefde aan die dood. Die herkennig en belewing van die emosies is presies wat nodig is om te vorder met die proses van rou. 'n Mens kan nie aktief meewerk aan die verwerking van iemand se dood terwyl die emosies op allerlei wyses onderdruk, uitgestel of misken word nie.

Die volgende metafoor kan ons help om 'n beter begrip te vorm van wat gewoonlik gebeur ten opsigte van die belewing van emosies. Wanneer 'n kind 'n wond opdoen, moet dit skoongemaak en ontsmet word om van binne te kan genees. Omdat die skoonmaak en die ontsmetting van die wond **seer** is, sal kinders in feitlik alle gevalle daarvan wegskram en dit probeer vermy. Die ouers weer, sal besef dat die **seer** van die skoonmaak en ontsmetting **noodsaaklik** is ter wille van die **genesing** van die groter **seer** naamlik die **wond**. Indien die wond nie skoongemaak word nie, kan 'n mens maar verseker wees dat die wond later gaan ontsteek. Dis ironies dat indien die wond dan later sweer, moet dit in elk geval ook skoongemaak en ontsmet word. Later sal dit net 'n baie groter, moeiliker en seerder proses wees as wat dit oorspronklik sou gewees het.

Om iemand naby aan jou aan die dood af te staan, kan werklik beskryf word as om 'n **emosionele wond** op te doen. Vir die genesing van die wond, is dit werklik nodig dat die wond "skoongemaak" en "ontsmet" moet word. Dit gebeur wanneer bedroefdes hulle emosies **herken**, dit **beleef** en **uitdrukking** daaraan gee.

### 4.3. WATTER FAKTORE BEMOEILIK HIERDIE TWEEDE ROUTAAK GEWOONLIK?

- a) Omdat die beleving van smart **seer** is, sal baie mense byna instinktief daarvan wegstroom en dit eerder probeer vermy deur ontkenning of onderdrukking.
- b) Ons samelewing is geneig om die **beheer** van 'n mens se emosies baie hoog aan te slaan.
- c) Vriende en familie is gewoonlik baie **ongemaklik** wanneer ons in hulle teenwoordigheid baie emosioneel is of te lank aanhou om emosioneel te wees.
- d) Bedroefdes wil gewoonlik hulle **kinders beskerm** teen die aanskouing van emosies.
- e) Mans in ons samelewing, sien die openlike beleving van emosies baie dikwels as 'n **verlies van beheer**, wat nie eintlik by 'n man pas nie.
- f) Sekere emosies, soos **woede**, word gewoonlik deur die gemeenskap en selfs vriende, familie en mede-christene as **onvanpas** beskou na die dood van 'n geliefde.

### 4.4 DIE SITUASIE VAN DIE BEDROEFDE

Die situasie, belewenis en reaksie van bedroefdes gaan uit die aard van die saak baie verskil.

Hiervoor is daar baie redes en die mees opvallende kan die volgende wees:

- a) Persoonlike en temperamentele verskille.
- b) Die aard van die verwantskap tot die persoon wat dood is.
- c) Die aard van die verhouding wat met die oorledene bestaan het.
- d) Of die dood te wagte of totaal onverwags was.
- e) Die aard of oorsaak van die dood, byvoorbeeld as gevolg van siekte, 'n ongeluk, of geweld.
- f) Die kultuur waarbinne die bedroefde grootgeword het.

g) Die reaksie of verwagtinge van vriende, familie en ander mense wat die bedroefde bystaan.

Ongeag al hierdie faktore (en nog meer) wat 'n rol speel in hoe die bedroefdes hulle emosies beleef en daaraan uitdrukking gee, moet hulpverleners rekening hou met die volgende basiese vertrekpunte omdat dit baie algemeen by die meeste bedroefdes voorkom:

- Bedroefdes het 'n **behoefte** om aan hulle emosies **uitdrukking** te gee.
- Bedroefdes mag hierdie behoefte **onderdruk** vanweë enige van die faktore hierbo genoem en nog vele ander waaraan ook aandag gegee sal word.
- Bedroefdes het eintlik "toestemming" nodig van diegene wat hulle bystaan om wel uitdrukking aan hulle emosies te gee. Navorsing toon dat dit een van hulle belangrikste behoeftes is.
- Bedroefdes voel meestal **hulpeloos** en **magteloos** in die aangesig van die dood.
- Bedroefdes vrees dikwels dat hulle besig is om **gek** te word en wil graag verseker word dat hulle emosies en reaksies **normaal** is.
- Sommige bedroefdes is bang dat indien hulle uitdrukking sou gee aan hulle emosies, dit soos 'n damwal sal wees wat gebreek het en dat hulle nie weer hulle emosies later onder beheer sal kry nie.

Naas hierdie basiese vertrekpunte moet ons in meer besonderhede kyk na spesifieke emosies wat kan voorkom by bedroefdes.

#### 4.5 EMOSIES WAT TYDENS DIE PROSES VAN ROU ONDERVIND WORD

##### a) **Hartseer**

Bedroefdes voel onbeskryflik hartseer en huil of voel dat hulle wil huil. Die hartseer het nie net 'n enkelvoudige oorsaak nie. Hulle huil dikwels oor wat gebeur het, oor hoe moeilik hulle meen die dood vir die persoon was wat gesterf het, sowel as oor hulself en hulle eie verlies en dikwels oor wat kon gewees het.

Terwyl hulle so hartseer is en huil of wil huil, sit hulle terselfdertyd met die innerlike spanning dat hulle gehuil ander mense sal ontstel of sosiaal onaanvaarbaar is. Dit skeur bedroefdes nog meer stukkend as wat hulle alreeds is.

##### b) **Angs en hulpeloosheid**

Bedroefdes beleef dikwels 'n gevoel van angs en hulpeloosheid. Hulle is bang dat hulle nie die smart sal kan hanteer nie en dat dit hulle sal oorweldig. Hulle is dikwels bang vir die toekoms, spesifiek oor hoe hulle sal leef sonder hulle geliefde, oor dinge soos eensaamheid, afhanklikheid en aanpassing.

##### c) **Magteloosheid**

Ons is bederf deur in 'n wêreld te leef waar dinge gewoonlik **herstel** of **vervang** word. (Dink aan 'n motor wat gestamp is of 'n televisiestel wat gesteel is en deur versekering herstel of vervang word.) Die dood van 'n geliefde is **onherstelbaar** en die geliefde self is **onvervangbaar**. Dit laat 'n mens huil van **magteloosheid**.

#### d) **Woede**

Bedroefdes bars dikwels in **woede** uit teenoor die geneesheer, verpleegpersoneel, die hospitaal of 'n familielid. Soms loop selfs die predikant deur of enigiemand wat op daardie stadium naby is. Dikwels is die woede teen God gemik:

"As God 'n god van liefde is, sou Hy dit nooit toegelaat het nie!"

"As die dokter net gouer gekom het, sou pa nie gesterf het nie!"

"Hoekom het ma nie vir pa gister al hospitaal toe geneem toe hy begin kla het oor die pyn nie!"

**Wat sit agter hierdie woede?** Eintlik is die bedroefde **kwaad** omdat die geliefde dood is en heel dikwels vir die geliefde omdat die dood is. Dis egter moeilik om vir iemand wat so pas dood is, kwaad te wees. Bedroefdes is bewus van die sosiaal onaanvaarbaarheid om woedend te wees vir die persoon wat pas dood is. Daarom word die woede **gedeflekter** na iemand anders. Die woede mag selfs na binne gerig word, wat dan ervaar kan word as depressie, skuld of 'n swak selfbeeld.

#### e) **Skuldgevoelens**

Skuldgevoelens is **normaal** maar nie noodwendig **gegrond** nie. (By die vierde routaak word meer aandag gegee aan gegronde skuldgevoelens.) Skuldgevoelens is baie algemeen in die geval waar 'n kind jonk sterf. Ouers voel meestal: "Ek moes my kind kon beskerm het."

Dit is ook algemeen in die geval van selfmoord: "As ek maar net dit gedoen het of dat nie gedoen het nie!" Dit is 'n tipiese noodkreet wat deur betrokkenes se gedagtes maal en soms in woorde uitgedruk word. Hierdie skuldgevoelens **bestaan** by die bedroefdes al is hulle hoe **ongegronde**.



#### 4.6 PRAKTIESE RIGLYNE OOR HOE LIDMATE BEDROEFDES KAN HELP MET DIE TWEDE ROUTAAK

Met die deurwerk van hierdie tweede routaak kan lidmate 'n baie groot en belangrike fasiliterende rol speel in die proses van rou. Navorsing het duidelik uitgewys dat die simpatieke bystand van belangstellendes ten opsigte van hierdie tweede routaak vir bedroefdes die grootste positiewe verskil gemaak het in hulle proses van rou.

##### **Riglyne oor hoe jy 'n verskil kan maak**

- a) **Wees daar** - baie mense vermy bedroefdes juis omdat hulle nie kans sien vir die uiting van emosies deur die bedroefde nie.
- b) **Luister** - Die mees suksesvolle manier waarop bedroefdes hulle emosies kan verwerk, is deur dit te deel met iemand wat hulle vertrou. Die luisteraar moet egter ook betroubaar wees en nie dit wat in vertroulikheid aan hulle gesê is, gaan oorvertel of uitbasuin nie.
- c) **Gee toestemming** om uiting aan emosies te gee. Mens doen dit deur te sê: "Jy mag maar sê hoe jy voel" of "Jy mag maar huil" of "Ja, jy mag maar so voel." Mens gee hierdie toestemming nie net deur wat jy sê nie, maar veral deur wat jy **nie sê nie**. Deur dit wat hulle sê nie te veroordeel, te verdedig of reg te stel nie, maak jy dit vir hulle veilig om uiting te gee aan hulle emosies. Saam met die sê en die nie sê nie, gee mens jou toestemming deur jou houding van aanvaarding, begrip en geduld.
- d) **Moedig bedroefdes aan** om oor die persoon te praat - dit help om die emosies meer na die oppervlak te bring.
- e) **Verseker** hulle dat hulle emosies **normaal** is, selfs hulle onredelike skuldgevoelens en woede. Dit is normaal dat hulle so voel in die situasie, al is dit nie gegrond nie.
- f) **Herinner jouself** dat jy nie antwoorde hoef te gee nie, nie oplossings hoef uit te dink nie

en veral nie hierdie seer hoof weg te vat nie. Jy hoof dit net te hoor.

- g) **Herinner jouself** daaraan dat die uiting van hierdie emosies **gesond** is in terme van die proses van rou. (Dink terug aan die wond wat ontsmet word.)

#### 4.7 SLAGGATE WAT VERMY MOET WORD?

Eintlik is daar net **een slaggat** wat vermy moet word, naamlik **alles** wat op een of ander manier kan bydra tot die **onderdrukking** van die bedroefde se **emosies** wat **erken** en **beleef** moet word.

Ongelukkig is hierdie slaggat so groot soos die gat in Kimberley en is daar talle maniere waarop mense daarin beland. Dit is ironies dat dit eintlik altyd met die **beste bedoelings** is wat mense in hierdie gat beland. Al wat hulle wil doen, is om die bedroefdes te **beskerm**, dit vir hulle **makliker** te probeer maak. Dit het ook baie te make met ons moderne samelewing waar **ongemak** maklik **reggestel** word. Indien dit warm is, sit ons die lugreëlaar aan, vir koue die verwarmers en vir 'n hoofpyn is daar 'n pil. Emosie is vir baie mense **ongemaklik** en daarom wil hulle dit sou gou as moontlik **regstel**. Ons samelewing is nie gemaklik met te veel openlike uiting van emosies nie.

#### **Praktiese voorbeelde van maniere waarop mense in hierdie groot slaggat beland**

**Geykte tradisionele gesegdes** speel hier 'n baie groot rol. Hulle kan op verskillende maniere ingespan word om die bedroefdes se emosies te onderdruk.

### ✘ **Moenie die uiting van emosies as 'n teken van swakheid voorstel nie**

"Julle moet net sterk wees." Dit is 'n byna universele gesegde, maar wat beteken dit? Beteken dit dat sag huil aanvaarbaar is, maar hardop huil nie? Beteken dit dat 'n bietjie huil aanvaarbaar is, maar baie huil is te erg, dat om alleen te huil sy plek het, maar om voor ander te huil, onvanpas is? Beteken dit dat die bedroefdes net moet maak asof daar niks gebeur het nie en dat hulle so gou as moontlik na "normaal" moet terugkeer? **Iets verskrikliks het gebeur - iemand wat hulle baie liefhet, is dood.** Daarom moet 'n mens baie **geduldig** wees. Hierdie routaak neem **tyd** om deur te werk. Vermy uitsprake soos: "Dis darem nou tyd dat sy haarself regruk."

### ✘ **Moenie bedroefdes se aandag probeer aflei nie**

Vir 'n bloedjong seun word daar na die dood van sy pa gesê: "Onthou, jy is nou die man in die huis. Jou ma steun op jou. Jy moet sterk wees ter wille van haar." Vir 'n ma word daar dikwels gesê: "Jou kinders het jou nou verskriklik nodig, onthou hulle het hulle pa verloor. Jy mag nie nou ingee nie."

Die boodskap word dus oorgedra dat die bedroefde nou op iets anders moet fokus, dat dit nie nou die plek en die geleentheid is om hartseer te wees nie. Daar is "belangriker" dinge wat nou moet aandag kry.

### ✘ **Moenie verlossing en verlies verwar nie**

"Julle weet mos dat sy gered is. Sy is nou by die Here. Julle moenie hartseer wees nie, julle moet bly wees." Mense wek die indruk dat, indien iemand **verlos** is, daar nou geen rede

bestaan om verder so verskriklik hartseer te wees nie. Al is iemand gered, beleef die bedroefdes steeds 'n **verlies**. Hulle huil omdat hulle 'n rou emosionele wond opgedoen het.

### ✘ **Moenie verklarings namens God gee nie**

Deur uitsprake soos die volgende, probeer mense bedroefdes se hartseer minder maak of wegneem: "Julle moet net berus in die wil van die Here. Onthou, God maak nooit 'n fout nie."

"Julle sal later die Here se doel hiermee verstaan."

"Onthou net, waar God met die een hand stukkend maak, sal hy met die ander hand heelmaak."

(Dit is 'n vryvertaalde aanhaling uit Job 5:18 wat heeltemal buite konteks aangehaal word)

Ons gaan in 'n volgende afdeling stilstaan by die begrip - Die wil van God. Dit is belangrik om te besef dat hierdie tipe opmerking nie troos nie, maar hartseer mense verwar en die proses van rou eerder kan belemmer as aanhelp.

### ✘ **Moenie medikasie onoordeelkundige gebruik nie**

Hieraan is reeds aandag gegee by die eerste routaak. Dit speel egter net so 'n belangrike rol by die tweede routaak. **Geen medikasie** kan die emosionele pyn, wat met die dood van 'n geliefde gepaard gaan, **wegneem** nie. Medikasie kan dit hoogstens **onderdruk** of **uitstel**. Emosionele pyn moet **beleef, uitgedruk en gedeel** word.

"Drink net hierdie kalmeerpilletjie, dan voel jy sommer baie beter."

"Laat die dokter haar net 'n inspuiting gee vir die skok."

Die ironie is dat medikasie dit makliker maak vir die **hulpverleners** wat **ongemaklik** is

wanneer bedroefdes uiting gee aan hulle emosies. Vir die bedroefdes self stel dit die beleving van die seer net uit en vertraag dit soms die proses van rou. Dieselfde riglyne, as by die eerste routaak, moet gevolg word ten opsigte van die gebruik van medikasie.

#### 4.8 OPDRAGTE

- a) Dink na oor wat dit is van ander mense wat emosioneel raak, wat vir jou ongemaklik is om te hanteer en probeer jou gevoel in woorde om te sit.

.....  
.....  
.....

- b) Wat sal jy volgende keer **anders** doen indien jy weer die geleentheid kry om iemand by te staan?

.....  
.....

- c) Indien jy aan nog enige maniere kan dink waarop die tweede routaak bemoeilik kan word, skryf dit neer.

.....  
.....  
.....  
.....

## 5. DIE DERDE ROUTAAK: GEDAGTENISVIERING

### 5.1 DOELWITTE

- ✓ Om 'n begrip te vorm van wat hierdie routaak behels.
- ✓ Om krities te kyk na hoe hierdie routaak gewoonlik in ons kultuur bemoeilik word.
- ✓ Om sensitiwiteit te wek oor hoe bedroefdes voel.
- ✓ Om praktiese riglyne en idees deur te gee waardeur hierdie taak gefasiliteer kan word.

### 5.2 WAT MOET DEUR HIERDIE ROUTAAK BEREIK WORD?

Vir bedroefdes se groei tydens die proses van rou, is **gedagtenisviering** nodig. Daar moet op verskeie wyses **erkenning** gegee word aan **wie** die persoon wat dood is, **was** en aan **dit** waarvoor sy/haar **lewe gestaan** het. Die persoon en sy/haar lewe moet **gedenk** word.

Die **dood** kan in 'n oogwink iemand wat ons liefhet se lewe **beëindig**, maar kan nie daardie lewe **tot niet maak** nie. Die **voortgang** van die lewe soos ons dit ken, word **gestop**, maar die **betekenis** van daardie lewe gaan voort.

**Gedagtenisviering** beteken om die **betekenis** van 'n persoon se **lewe** openlik te **gedenk**. Al sterf 'n persoon, het sy/haar geliefdes **kosbare herinneringe** wat hulle binne in hulleself dra. **Iets** van daardie herinneringe moet **openlik gedeel** word.

Die begrafnisdiens of rouidiens is een van die eerste en mees ideale geleenthede waar iets van hierdie **gedagtenisviering** kan plaasvind. Dit behoort egter in die weke en maande ná die begrafnis voortgesit te word.

### **5.3 WAT BEMOEILIK HIERDIE DERDE ROUTAAK?**

#### **a) Die vermyding van die naam van die persoon wat dood is**

Feitlik onmiddellik na 'n persoon se dood, begin die familie en vriende wat die bedroefdes bystaan, om die naam van die persoon wat dood is, te vermy. Die mees algemene rede hiervoor is dat hulle nie die bedroefdes wil ontstel nie. Hulle is bang dat net die noem van die naam weer 'n nuwe stortvloed van emosie kan ontketen. Hulpverleners wil dít gewoonlik juis vermy.

'n Tweede tegniek wat gebruik word, is om oor **enigiets anders** as die persoon wat dood is, te praat, so asof bedroefdes se aandag afgelei moet word. Hulpverleners meen dat indien hulle nie oor die persoon praat nie, sal bedroefdes ook nie oor hom/haar dink nie en dan sal hulle nie hartseer wees nie. Vir die meeste vriende en familieede bly dit die mikpunt: dat die bedroefdes minder hartseer moet wees.

#### **b) Die begrafnis is uit die hande van die familie weggeneem**

By die meeste begrafnisse en roudienste van ons tyd het die naasbestaandes **passiewe toeskouers** geword. Die hele begrafnis is letterlik oorgegee aan die begrafnisondernemers en aan die predikant. Vyftig of meer jaar gelede was die familie betrokke by feitlik elke faset van die begrafnis. Die liggaam is self gewas en aangetrek (uitgelê), die kis dikwels self gemaak, die gat gegrawe en die kis met toue laat sak en daarna self toegegooi. In baie gevalle is die

skriflesing en gebed ook self gedoen.

Nou vervul die ondernemers en predikant feitlik elke funksie. Tot die bedankings word netjies uitgetik vir die predikant en selfs die blomblaartjies wat gestrooi word, word deur die ondernemer **voorsien**. In baie gevalle is die **deelname** aan die begrafnis beperk tot die invul van die naam, geboortedatum en sterfdatum, die kies van die draers en indien die predikant dit toelaat, die uitkies van die liedere wat gesing sal word. Waar die kis wel nog gedra word, is dit gewoonlik so 'n kort entjie dat die draers skaars besef dat hulle gedra het.

### c) **Onpersoonlike begrafnis- of roudienste**

Jare gelede het begrafnisdienste dikwels **ontaard** in **mensverheerliking** waar die persoon wat dood is só opghemel is, en as só wonderlik voorgehou is, dat die familie hom dikwels nie herken het nie. Die hoofmoment of kern van die diens, naamlik die troos uit die Woord dat Jesus die dood oorwin het en die dood vir die gelowige verander het in die deurgang na die ewige lewe, het nie tot sy reg gekom nie.

In **reaksie** op die verlede word daar nou dikwels oorgeleun na die ander uiterste. Sommige dienste word so onpersoonlik aangebied dat die naam van die persoon wat dood is, skaars genoem word. Daar word soms so op die ewige lewe gefokus dat 'n mens ná die diens voel dat dit maar enigeen se diens kon gewees het. Dit het oor die **dood** en oor die **lewe** gegaan, nie oor **iemand** se dood nie. Die begrafnisdiens behoort tog nie net oor **troos** te handel nie, maar ook die elemente van **afskied** en van **onthou** en van **dankbaarheid** teenoor God vir 'n spesifieke persoon se lewe.



#### d) Gebrek aan rituele

Die samelewing waarbinne ons leef en die kultuur waarvan ons deel is, is **brandarm** aan sinvolle en toepaslike **rituele**. Daar was en is kulture waarin rituele 'n geweldige belangrike rol speel om die betekenis van afgestorwenes se lewens te **herdenk**.

### 5.4 DIE SITUASIE VAN DIE BEDROEFDES

- a) Bedroefdes het in die meeste gevalle 'n baie groot behoefte om oor hulle geliefde te praat. Gewoonlik praat hulle oor allerhande herinneringe uit die verlede, van die onlangse verlede sowel as van baie lank gelede. Hulle beleef meestal 'n warboel van gedagtes saam met 'n warboel van emosies.
- b) Hulle wil dikwels graag hê die wêreld moet weet hoe **besondere** hierdie persoon was.
- c) Bedroefdes word baie gou bewus van die mense rondom hulle se **ongemak** wanneer hulle te veel oor die geliefde praat. Hulle kry dikwels 'n aanvoeling dat mense vir hulle wil sê: "Maar hy is nou dood, jy moet nou beseef dat dit alles verby is." Dan begin hulle minder praat en hou die herinneringe maar binne in hulleself.

### 5.5 PRAKTIESE RIGLYNE OM MET HIERDIE TAAK TE HELP

- ✓ Moedig bedroefdes **aan** om meer oor die persoon te **vertel**, oor die persoon se **eienskappe, beginsels en waardes**. Vra uit na spesifieke **sterkpunte** en oor waarin hy/sy 'n **voorbeeld** gestel het. Vra wat hulle die **beste** sal **onthou**. Vra uit of daar 'n **saak** was waarvoor hy/sy hulle **beywer** het byvoorbeeld iets soos natuurbewaring. Die klem moet val op die **betekenis** van die persoon se **lewe**, want hierdie betekenis gaan voort na die dood.
- ✓ Moedig bedroefdes **aan** om **aktief** deel te neem aan die **beplanning** van die roudiens.

- ✓ Moedig bedroefdes aan om self te dink aan 'n **spesifieke manier** waardeur hulle die **nagedagtenis** van hulle geliefde kan eer.

## 5.6 MOONTLIKE IDEES WAT OORWEEG KAN WORD VIR DIE BEGRAFNIS/ ROUDIENS

### Onthou die volgende:

- ✓ Dit is belangrik dat hierdie idees net **voorgestel** word en **geen druk** op bedroefdes geplaas moet word nie.
- ✓ Die idees moet in **nuwe samewerking** met die **predikant** en **begrafnisondernemer** beplan word.

### Oorweeg die volgende:

- 'n Deeglike lewensskets en/of huldeblyk kan opgestel word wat iets sê oor die betekenis van die persoon se lewe en van hoe hy/sy onthou sal word. Dit kan dan tydens die diens voorgelees word, of selfs persoonlik gedoen word deur iemand wat geskik is vir die taak.
- 'n Foto van die persoon kan selfs naby of op die kis geplaas word.
- 'n Foto kan ook op die gids van die diens gedruk word.
- Die eggenoot en kinders of ouers (in die geval van 'n kind) kan miskien iets skryf oor hulle geliefde, wat afgedruk kan word en saam met die gids uitgedeel kan word. Die titel van so 'n geskrewe stuk kan iets wees soos: "Só sal ek hom/haar onthou" of "Ek sou graag wou dankie sê vir ...."
- Die liedere kan saam met die leraar uitgekies word. Spesifieke liedere kan 'n kragtige getuienis lewer van die bedroefdes se geloof en van hulle vertrou op God.
- Die bedroefdes kan self 'n begrafnisbrief skryf in plaas van een te kies uit die beperkte voorbeelde van die onderneemers. (Vermy tog asseblief die stereotipe "Dit het die Here van Lewe en Dood **behaag** ....." Dit is glad nie eers die waarheid nie.)

- Iemand wat persoonlik betrokke is, kan die gids by die deure uitdeel. Kinders kan hiermee betrek word.

#### Ander idees wat sal bydra tot gedagtenisviering:

- 'n Plekkie in die huis kan ingerig word met 'n foto/foto's en enkele klein besittings wat 'n mens die sterkste aan die persoon sal herinner.
- 'n Fotobundel of album met foto's en beskrywings van die geleentheid kan gemaak word en kan 'n langtermyn projek wees.
- 'n Skenking van een of ander aard in die naam van die oorledene kan gedoen word. Dit kan in die vorm van 'n trofee of boekprys wees vir 'n doel wat verband hou met die oorledene se belangstelling of ideale. 'n Skenking kan selfs aan 'n liefdadigheidsorganisasie gedoen word.
- 'n Gedig, opstel of tekening kan geskryf of gedoen word.
- 'n Boom kan geplant word. (Daar is talle ander moontlikhede.)

### 5.7 TIPIESE SLAGGATE WAT VERMY MOET WORD

- ✗ Die **vermyding** van die **naam** van die persoon. Moenie maak asof die persoon nooit bestaan het nie.
- ✗ Om nie aan die bedroefdes **geleentheid** te gee om oor die persoon te **praat** nie. Mense is geneig om dinge te sê soos: "Dit help nie dat jy in die verlede leef nie. Wat verby is, is verby." "Jy maak jouself net onnodig hartseer deur so baie oor haar/hom te praat."
- ✗ Om enigiets te **verwyder** wat die bedroefdes aan hulle geliefde sal **herinner**. Daar was al gevalle waar kinders al hulle pa se klere en persoonlike besittings uit die huis verwyder het voordat hulle ma tuisgekom het. "Net om haar die hartseer te spaar wat sy sou beleef het as sy daardie kas moes oopmaak, sy klere sien en besef dat hy nie meer daar is nie."

## 5.8 OPDRAGTE

- a) Skryf jou eie idees neer oor hoe gedagtenisviering meer tot sy reg kan kom. Wees kreatief.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- b) By die volgende roudienste wat jy bywoon, kan jy vir jouself aantekeninge maak van hoeveel daar van gedagtenisviering tot sy reg kom, al dan nie.

.....

.....

## 6. ROUTAKE VIER EN VYF: DIE ERKENNING EN VERWERKING VAN AMBIVALENTE GEVOELENS

Vir die doeleindes van hierdie gids is dit beter om hierdie twee routake saam te behandel omdat die ideaal is dat die vierde taak sal lei tot die vyfde. Wat die rol van die lidmaat wat bystand wil verleen aanbetref, sal die bystand ten opsigte van hierdie twee take eintlik grotendeels ooreenstem.

## 6.1 DOELWITTE

- ✓ Om lidmate daarvan bewus te maak dat bedroefdes sterk ambivalente gevoelens mag beleef.
- ✓ Om van die oorsake van die ambivalensie uit te lig.
- ✓ Om begrip te wek vir die dilemma waarin bedroefdes mag verkeer.
- ✓ Om prakties riglyne te bied waardeur die lidmaat die bedroefdes kan help met die verwerking van die ambivalensie.
- ✓ Om tipiese slaggate ten opsigte van hierdie routake uit te wys.

## 6.2 DIE ERKENNING EN VERWERKING VAN AMBIVALENTE GEVOELENIS

### Wat behels hierdie twee routake?

Bedroefdes beleef soms ambivalente gevoelens teenoor hulle geliefdes na die dood. Hulle kan byvoorbeeld saam met hulle **hartseer** geweldige **woede** teenoor die persoon voel.

**Skuldgevoelens** sowel as 'n gevoel van **verligting** dat die persoon dood is, mag tegelyk voorkom. Die onderdrukking van hierdie ambivalente gevoelens kan die bedroefdes fisiese sowel as psigiese skade berokken en verhoed dat die proses van rou suksesvol deurgewerk word.

Om hierdie twee routake suksesvol deur te werk en te vorder in die proses van rou is die volgende noodsaaklik:

- ◆ Die bedroefde moet **erken** dat hy/sy hierdie ambivalente emosies beleef.
- ◆ Bedroefdes moet **uiting** gee aan hierdie emosies. Dit moet ten minste vir iemand hardop gesê kan word. (Selfs geskree kan word.)
- ◆ Die bedroefdes moet oor beide die **positiewe** en die **negatiewe** aspekte van die persoon se lewe kan **dink** en **praat**. Daar moet sodoende 'n **gebalanseerde** beeld van die persoon

geteken word. Wanneer net die **negatiewe** van iemand se lewe onthou en beklemtoon word, het 'n mens nie met 'n **mens** te doen nie, maar met 'n '**spook**'. Die omgekeerde is net so waar. Indien net die **goeie** van iemand se lewe na hulle dood onthou word, is dit ook nie 'n realistiese beeld nie maar 'n '**engel**'. (Met 'spook' en 'engel' word hier bedoel 'n onrealistiese beeld wat ons vir onself geskep het.) Van 'n regte mens (een met positiewe en negatiewe punte) kan 'n mens afskeid neem. Van 'n 'spook' en 'n 'engel' wat mens self gekonstrueer het, neem 'n mens nie maklik afskeid nie. So 'n verdraaide beeld sal **spreekwoordelik** by 'n mens bly "spook".

### 6.3 OORSAKE VAN AMBIVALENTE GEVOELENS

- a) Volwassenes en kinders mag voel dat die persoon wat dood is hulle **in die steek gelaat het**. Dit kan meebring dat hulle **woede** teenoor die persoon voel te midde van hulle **hartseer**. Dit kan ten opsigte van enige verhouding gebeur, maar waar daar 'n **oorafhanklikheid** van die persoon bestaan het, is dit meer geneig om te gebeur.
- b) Na **selfmoord** kan bedroefdes ook sterk gevoelens van **woede** ervaar. 'n Vrou mag voel dat haar man selfmoord gepleeg het as gevolg van finansiële probleme, maar haar agterlaat met die kinders om alleen groot te maak en met dieselfde finansiële probleme, wat nog steeds nie opgelos is nie.
- c) Waar daar reeds 'n **ambivalente verhouding** bestaan het voor die dood, kan dit aanleiding gee tot **skuldgevoelens**. Ambivalensie in huweliksverhoudings, ouer-kindverhoudings en kind-tot-kindverhoudings kan dikwels lei tot ambivalensie na die dood. Daar steek baie waarheid in 'n algemene opmerking wat mense dikwels al

spottende maak naamlik: "In vyf en twintig jaar se getroude lewe het ek nog nooit egskedding oorweeg nie, maar moord al dikwels."

- d) Waar 'n persoon baie lank siek was, **lank gely het** of lank versorg moes word, mag die bedroefdes die dood eerstens as 'n baie groot **verligting** beleef. Tog kan hulle dan weer **skuldig** voel omdat hulle verlig voel.
- e) Bedroefdes kan ook **geldige redes** hê waaroor hulle **skuldig voel** soos byvoorbeeld dat die oorledene afgeskeep is, of nie behoorlike mediese hulp gekry het nie. Dan sal hulle gegronde skuldgevoelens saam met hulle hartseer beleef.
- f) Indien die bedroefde rede sou hê om te voel dat die oorledene '**aanspreklik**' was vir sy eie dood, sal **verwyte** wat met **hartseer** vermeng is, die proses van rou bemoeilik. 'n Voorbeeld hiervan is as die oorledene aan 'n gevaarlike sport deelgeneem het, sy eie gesondheid verwaarloos het of nie voorgeskrewe medikasie gebruik het nie.

#### 6.4 WAT BEMOEILIK HIERDIE ROUTAKE?

- a) Wanneer bedroefdes bewus raak van ambivalente gevoelens na die dood, is hulle geneig om te dink dat daar iets fout is by hulleself. "Hoe kan ek só teenoor hom voel? Hy kan mos nie help dat hy dood is nie?" Dit kan hulle angstigheid verhoog.
- b) Bedroefdes voel in die meeste gevalle **skuldig** oor hulle ambivalensie. "Sê nou maar die Here straf my omdat ek so voel?"

- c) Bedroefdes is bang dat niemand anders sal verstaan hoe hulle voel nie, of dat ander hulle sal verkwalik. Dit lei daartoe dat hulle, hulle gevoelens nog sterker onderdruk of hulleself isoleer van ander mense.
- d) Bedroefdes voel **vasgevang** omdat hulle nie vorder met die verwerking van die dood nie. Die rouproses val vas. Dit kan daartoe lei dat bedroefdes depressief raak.

## 6.5 PRAKTIESE RIGLYNE OOR HOE OM BEDROEFDES BY TE STAAN TYDENS HIERDIE ROUTAKE

- ✓ Daar moet 'n **vertrouensverhouding** bestaan met die bedroefde voordat hierdie baie sensitiewe saak aangevoer kan word. Hier moet groot **respek** betoon word.
- ✓ Onthou dat die bedroefde in baie gevalle **skuldig** voel oor die ambivalensie en daarom moeilik daaroor sal praat.
- ✓ Luister sonder om **regstellings** of **beoordelings** te maak.
- ✓ Indien iemand **begin** praat, gee hulle geleentheid om **uit te praat**. Dis gewoonlik nie 'n onderwerp wat kortgeknip kan word en later weer opgetel kan word nie.
- ✓ Onthou dat die bedroefde dikwels 'n **ongebalanseerde** beeld van die oorledene het. Hulle onthou dus net die negatiewe of net die positiewe.
- ✓ Om balans te bring, kan mens, **nadat** hulle **uitgepraat** het oor die negatiewe, doodeenvoudig vra: "Watter positiewe dinge was daar in sy/haar lewe?" Indien die antwoord net is: "Niks, nie 'n enkele ding nie," moet 'n mens maar bietjie aanhou vra. Daar sal positiewe dinge ook wees en dit is nodig dat dit uitgelig word ter wille van balans.
- ✓ Die omgekeerde situasie is meer algemeen. Sommige mense onderdruk die negatiewe emosies deur net aanmekaar te vertel van die oorledene se wonderlike eienskappe. Hulle



praat maklik en baie oor wat hulle alles sal mis na sy/haar dood. Gee baie geleentheid vir uitpraat, maar vra tog: "Wat sal jy nie mis van hom/haar nie?" Hierdie vraag kan vir bedroefdes 'n deur oopsluit. Dit kan vir hulle die geleentheid gee om ook die negatiewe in woorde te sit en so te beweeg na balans.

- ✓ Probeer bedroefdes lei om te besef dat daar positiewe en negatiewe dinge was, dat beide **geldig** is, maar dat hulle ook geregtig is daarop om ambivalente gevoelens te beleef.
- ✓ Hou rekening met bedroefdes se groot behoefte om gerus gestel te word dat hulle reaksies en emosies **normaal** is en te wagte is in so 'n situasie.
- ✓ Lei bedroefdes baie geduldig op 'n pad van **vergifnis**. Hulle moet gehelp word om die persoon wat dood is, te vergewe. Om 'n brief van vergifnis te skrywe aan iemand wat reeds dood is, kan baie waardevol wees in die proses van rou.
- ✓ Waar skuldgevoelens 'n rol speel, kan bedroefdes gelei word tot die punt dat hulle **hulleself** vergewe. Selfvergifnis is noodsaaklik vir die suksesvolle deurwerking van rou.

## 6.6 TIPIESE SLAGGATE WAT VERMY MOET WORD

- ✗ Moenie by hierdie sensitiewe routaak betrokke raak indien daar nie 'n **vertrouensverhouding** bestaan nie.
- ✗ Moenie emosies soos woede **veroordeel** nie. 'n Opmerking soos: "... 'n Christen behoort nie so te praat nie," kan die bedroefde se skuldgevoelens vererger en die proses laat skade lei.
- ✗ Wanneer bedroefdes aan enige van hulle emosies uiting gee, moet dit op geen manier **afgemaak** word nie. Mense maak die fout om dinge te sê soos: "Ag nee wat, dit is nie regtig so erg nie." "Toemaar wat, môre voel jy weer beter." "Nee wat, jy is net ontsteld. Jy bedoel nie wat jy sê nie."

- ✘ Om dit wat aan jou gesê is, **oor te vertel** aan iemand anders, sal onberekenbare skade doen. Indien iemand jou in hulle vertrouwe neem, moet jy daardie vertrouwe waardig wees.

### 6.7 OPDRAGTE

- a) Waarom sal 'n man/vrou moontlik ambivalente gevoelens teenoor 'n eggenoot/eggenote koester wat selfmoord gepleeg het?

.....

.....

- b) Wat kan moontlik aanleiding daartoe gee dat ambivalente gevoelens omskakel in skuldgevoelens?

.....

.....

- c) Hoe kan daar gehelp word om 'n gebalanseerde beeld van die oorledene te konstrueer?

.....

.....

.....

### 7. ROUTAKE SES EN SEWE: OM AFSKEID TE NEEM EN VORENTOE TE LEEF.

Vir die doeleindes van hierdie gids sal die twee routake saam behandel word. Die twee take is baie nou verweef in die praktyk.

Lidmate moet beseft dat hierdie **langtermyn** routake is. Lidmate sal ook nie so 'n sterk

aktiewe rol speel wanneer bedroefdes met die deurwerking van hierdie take besig is soos in die geval van die eerste vyf routake nie. Dit is nogtans noodsaaklik om **insig** te hê ten opsigte van hierdie take sodat die **proses van rou** in sy **geheel** beter verstaan kan word.

## 7.1 DOELWITTE

- ✓ Om insig te kry ten opsigte van die proses van rou in sy geheel.
- ✓ Om lidmate bewus te maak op die weerstande wat daar kan bestaan teen die afhandeling van hierdie routake.
- ✓ Om riglyne te bied vir die lidmate sodat hulle die bedroefdes kan aanmoedig in die verwerking van hierdie take.
- ✓ Om tipiese slaggate vir hulpverleners uit te wys.

## 7.2 WAT MOET TYDENS HIERDIE ROUTAKE BEREIK WORD?

Bedroefdes moet op 'n stadium **afskeid neem** op 'n **emosionele vlak** van die geliefde wat dood is. Alhoewel hulle kort na die dood en veral tydens die begrafnis geleenthede kon gehad het om **fisies** afskeid te neem, moet daar later ook **emosioneel** afskeid geneem word. Die Engelse begrip "**letting go**" is baie beskrywend. Die emosionele energie wat nog steeds in die oorledene, belê word, moet geleidelik onttrek word.

Emosionele energie kan egter nie net onttrek word nie, dit moet herinvesteer word. Die bedroefde se lewe moenie net **voortgaan** nie, dit moet **vorentoe** gaan. Bedroefdes moet eintlik hulle toekoms in herooring neem. Die oorledene is nou nie meer fisies deel van hulle lewe, omstandighede en toekomsbeplanning nie. Daar moet 'n herstrukturering plaasvind van hulle drome en ideale. Eintlik moet hulle lewe vorentoe nuut beplan word.

'n Metafoor wat ons kan help, is die volgende:

Terwyl 'n afdeling soldate marsjeer, gebeur dit dat hulle soms vir 'n ruk lank die pas moet makeer. Dit beteken dat hulle op een plek staan en marsjeer. Let wel hulle staan nie stil nie, hulle marsjeer, maar hulle beweeg nie vorentoe nie. Sodra die bevel gegee word, beweeg hulle weer vorentoe.

Wanneer mense 'n geliefde aan die dood afstaan, voel dit asof hulle lewe tot stilstand ruk, maar eintlik gaan hulle lewens tog voort, alhoewel hulle nie noodwendig vorentoe gaan nie. Ons kan hierdie situasie vergelyk met bogenoemde. Sommige bedroefdes beweeg glad nie vorentoe met hulle lewens na 'n geliefde se dood nie. Dit is asof hulle op een plek "die pas makeer". Hierdie routake beteken dat die bedroefde nou weer **vorentoe** moet gaan. Terwyl die soldaat die pas makeer, bestee hy ook energie, maar hierdie energie neem hom nie vorentoe nie. Die bedroefde bestee ook emosionele energie aan die oorledene, maar dit neem hulle nie vorentoe nie.

### **7.3 ASPEKTE WAT HIERDIE TWEE ROUTAKE KAN BEMOEILIK**

- a) **Persoonlikheidsfaktore** sal hierdie routake vir sommige mense baie moeiliker maak as vir ander. Persone wat baie afhanklik is van ander mense, sal na die dood van 'n geliefde baie moeilik kan afskeid neem en vorentoe gaan.
- b) **'n Tekort aan hanteringsmeganismes** ("Coping Mechanisms") veroorsaak dat sommige mense moeilik aanpas en gewoonlik enige verandering moeilik hanteer. Hulle sal hierdie twee routake moeilik vind omdat dit juis verandering inhou.
- c) Indien mense **verbitterd** voel oor die dood van 'n geliefde kan dit die proses van rou

bemoeilik. Sommige mense voel verbitterd teenoor iemand spesifiek of hulle voel **gekul** deur God of deur die lewe. Hierdie gevoel kan uitloop op hardnekkige weerstand om vorentoe te gaan met hulle lewens.

d) Bedroefdes kan '**smartvrate**' word. Dit gebeur dat die bedroefdes soveel genoegdoening ervaar uit die aandag, simpatie, hulp en ondersteuning wat hulle ontvang, dat hulle dit nie wil prysgee nie. Hulle bly dan eerder '**tragiese figure**' as dat hulle vorentoe leef en moontlik die aandag en ondersteuning verloor. Die afhandeling van die proses van rou word dan vir hulle 'n bedreiging. Die afhandeling word eenvoudig onbepaald uitgestel. Dit kan maklik gebeur by mense wat 'n **oorafhanklikheidsverhouding** met die oorledene gehad het en nou hierdie oorafhanklikheid **verplaas** na diegene wat hulle bystaan na die dood.

#### 7.4 DIE SITUASIE VAN DIE BEDROEFDE

Die situasie by die bedroefde is meestal dat die dood van die geliefde **intelektueel** deurgedring het en aanvaar is, maar dat dit nog nie **emosioneel** verwerk is nie. Hulle moet hulle nog emosioneel losmaak van die geliefde. Waar dit nog nie gedoen is nie, kan die bedroefde nie werklik vorentoe gaan met haar/sy eie lewe nie.

In sekere gevalle bestaan daar ans en spanning oor die toekoms by die bedroefde. Dit kan wees oor dinge soos finansies of oor hoe hy/sy die kinders sonder 'n huweliksmaat gaan opvoed, of oor die feit dat hulle, hulle woonplek sal verloor en talle ander praktiese probleme. Hierdie ans en spanning kan een persoon  **motiveer** (byna dryf) om vorentoe te leef, terwyl dit 'n ander persoon kan '**verlam**' sodat take ses en sewe vir hulle byna onhanteerbaar word.

Sommige bedroefdes klou byna krampagtig vas aan hulle smart omdat dit 'n manier kan wees om iets van hulle geliefde by hulle te kan hou. Hulle vrees dan dat indien hulle die smart opgee of deurwerk, hulle noodwendig ook die laaste 'stukkie' van hulle geliefde sal prysgee. Dan word routake ses en sewe vir hulle 'n bedreiging.

Daar kan egter nie algemeen geldende beginsels hier gegee word nie. Faktore wat elke individu se situasie uniek sal maak, is die volgende:

- a) Die **tipe dood** wat die geliefde gesterf het. Dit hang af of die dood traumaties was of nie, totaal onverwags of nie en of dit aan geweld, 'n ongeluk of natuurlike oorsake toegeskryf kan word.
- b) Die **aard** van die **verhouding**. Dit hang af of dit 'n baie hegte, los, of ambivalente verhouding was.
- c) Die **ontwikkelingsstadium** waarin die verhouding was. Dink aan die volgende situasies waarin verhoudings in verskillende ontwikkelingsfases sou wees:
  - i) 'n Dogter van veertig, wat haar eie gesin het, wie se ma van sewentig sterf.
  - ii) 'n Ma van veertig wie se dogter van veertien sterf.

Om emosioneel afskeid te neem en weer vorentoe te leef sal in hierdie twee situasies totaal verskillende eise stel. Die ouderdom, lewenservaring en persoonlikheid van elke individu sal maak dat elkeen se situasie ten opsigte van hierdie routake verskil.

## 7.5 PRAKTIESE RIGLYNE OOR HOE OM TE HELP

Hou die volgende drie aspekte voortdurend in gedagte:

- a) Dit is vir die **meeste** bedroefdes **moeilik** om los te maak en vorentoe te lewe. (Slegs nou en dan kry 'n mens 'n persoon wat geen aanmoediging nodig het nie.)
- b) Dit is **noodsaaklik** vir die suksesvolle deurwerking van die rou dat hierdie twee take ook deurgewerk moet word.
- c) Liefdevolle en positiewe **aanmoediging** kan 'n groot verskil maak. Bedroefdes kan:
  - ✓ Aangemoedig word om weer aan verskeie aktiwiteite **deel te neem**.
  - ✓ Om by aksies **in te skakel**.
  - ✓ Om by een of ander saak betrokke te raak waar hulle vir iemand anders **iets kan beteken**
  - ✓ Om in nuwe **verhoudings** betrokke te raak. Dit hoef net vriendskapsverhoudings te wees.
  - ✓ Op 'n subtiele en positiewe manier '**toestemming**' gegee word om nie langer te rou nie.
  - ✓ **Verseker** word dat dit **normaal** is om weer opgewonde te raak oor die lewe.
  - ✓ **Verseker** word dat dit **normaal** is om later weer in **verhoudings** betrokke te raak. By die slaggate sal daar weer aandag gegee word aan die probleem rondom verhoudings.

## 7.6 TIPIESE SLAGGATE WAT VERMY MOET WORD

- ✗ Waak baie sterk daarteen om **oor te neem**. 'n Mens kan met die beste bedoelings tog te veel vir bedroefdes doen. Moenie bedroefdes behandel soos volslae invalides nie. Dink weer eens aan die bedroefde as iemand wat 'n **wond** opgedoen het. Sommige hulpverleners

behandel bedroefdes asof hulle die vermoë om besluite te neem, verloor het sowel as die gebruik van al hulle ledemate en stembande. Daar word vir bedroefdes gedink, besluite geneem en selfs namens hulle geantwoord. Dit is nie hulpverlening nie. Dit is **oorneem** en dit sal juis hierdie laaste twee routake belemmer.

✘ Moenie bedroefdes aanmoedig om **plaasvervangers** te kry vir die persoon wat dood is nie. Natuurlik behels die routake juis dat bedroefdes hulle emosionele energie sal onttrek aan die oorledene en herinvesteer in nuwe verhoudings. Maar die herinvestering kan nie plaasvind voordat die onttrekking plaasgevind het nie. Die **motief** vir die aanknoop van nuwe verhoudings mag nie wees om 'n plaasvervanger vir die oorledene te vind nie. 'n Skreiende voorbeeld hiervan is wanneer iemand vir mense wie se kind dood is, sommer kort na die dood sê: "Julle moet sommer dadelik weer 'n ander outjie hê. Dan sal julle sommer gou oor die ding kom." Waar mense nie éérs hulle verlies deurgewerk het nie en oorhaastig plaasvervangers soek vir die oorledene, kan ernstige komplikasies baie maklik ontstaan.

Die teenoorgestelde gebeur in ander gevalle, naamlik dat hulpverleners hulle misnoeë te kenne gee wanneer die bedroefde net begin praat van nuwe verhoudings. Hulle verwag dan van die bedroefde om vir ewig getrou te bly aan die oorledene. "Gert sal in sy graf omdraai as hy weet dat jy net na 'n ander man kyk." Sommige mense wil bedroefdes vonnis tot lewenslange rou.

## 7.7 OPDRAGTE

Indien jy self iemand baie naby aan jou aan die dood afgestaan het, dink terug en maak aantekeninge oor die volgende aspekte:



- a) Het jy ooit gevoel dat die wêreld gaan stilstaan het? .....
- b) Kan jy onthou hoe lank hierdie gevoel geduur het? .....
- c) Wat het jou gehelp om weer vorentoe te begin lewe?

.....

.....

.....

- d) Onthou jy enigiets wat dit vir jou moeiliker gemaak het om weer vorentoe te begin lewe?

.....

.....

- e) Is daar enigiets, positief en negatief, rondom ander mense se betrokkenheid tydens jou tyd van rou wat vir jou uitstaan?

.....

.....

.....

**7.8 RIGLYNE EN SLAGGATE WAT NIE AAN SPESIFIEKE ROUTAKE GEKOPPEL IS NIE**

**Riglyne:**

- ✓ Bied **spesifieke** praktiese hulp aan waarvoor jy kans sien. Die meeste mense sê aan bedroefdes: "Julle moet net sê as daar enigiets is wat ons kan doen." Dit is vir bedroefdes moeilik om te dink wat hulle nodig het en moeilik om te vra. Maak liever 'n praktiese voorstel soos: "Kan ek vir jou die noodsaaklikste inkopies gaan doen?"
- ✓ Wees voorbereid op 'n "nee" antwoord. Sommige mense is meer gereserveerd as ander en sal dalk nie van jou hulp wil gebruik maak nie. Respekteer hulle.
- ✓ Opvolg besoeke beteken baie. Drie maande na 'n dood is dit asof die werklikheid sterker

begin deurdring. Teen daardie tyd is almal al weer besig met hulle eie lewens en het die ondersteuning dikwels "opgedroog". 'n Besoek kan op hierdie stadium baie betekenisvol wees.

- ✓ Spesiale datums is moeilik vir bedroefdes. Datums soos die verjaarsdag van die oorledene, 'n eerste Kersfees, 'n eerste huwelikshedenking en die eerste herdenking van die oorledene se dood, sal besondere moeilike dae wees vir bedroefdes. 'n Oproep, kaartjie of besoek op sulke dae beteken geweldig baie.
- ✓ Moedig bedroefdes aan om nie oorhaastig groot besluite te neem nie. Mense wil dikwels baie kort na 'n verlies groot besluite neem soos om te verhuis, by die kinders gaan intrek en talle ander. Die feit dat mense dikwels geskok is na die dood en nog nie die routake begin deurwerk het nie, maak dat hulle oorhaastige besluite kan neem waaroor hulle later spyt kan wees.

**Slaggate wat vermy moet word:**

✘ Moenie sê: "Ek weet presies hoe julle voel en waardeur julle nou gaan." Geen twee verliese is dieselfde nie. Net soos wat persone en verhoudings verskil, verskil mense se belewenis van smart ook. Elke bedroefde se verlies is uniek.

✘ Dit is nie nou die tyd om **jou storie** te vertel nie, al voel jy dat die situasies baie ooreenstem en al het jy 'n behoefte om oor jou verlies te praat, is dit nie nou die tyd nie. Bedroefdes is so besig met hulle eie verlies dat hulle nie in staat is om jou verhaal in te neem nie.

## 8. KINDERS EN DIE DOOD

Cathrine Sanders beskryf die situasie in Amerika soos volg:

"We try to keep death a secret, sometimes even from the dying person. We are a death-denying culture that tries to "protect" children from the "morbid truth." In doing this we tend to alienate children from life, because death is a very important part of life. We block their emotional growth, leaving them ill prepared to deal with future losses, which will inevitably arise." (Sanders 1992:176)

### 8.1 DOELWITTE

Die tema van - kinders en die dood - is te groot om in hierdie gids te behandel. Daar word dus slegs enkele aspekte aangeraak om begrip en sensitiwiteit by lidmate te wek ten opsigte van kinders. Hierdie is aspekte wat vir lidmate noodsaaklik is om mee rekening te hou en aspekte wat verband hou met die betrokkenheid van lidmate by bedroefdes.

- ✓ Om die algemene wanopvatting uit te lig.
- ✓ Om aandag te vestig op die optrede wat gewoonlik uit hierdie wanopvatting voortspuit.
- ✓ Om praktiese en positiewe riglyne daar te stel oor die hantering van kinders
- ✓ Om denke te stimuleer oor hoe kinders van kleins af voorberei kan word vir die hantering van die dood van 'n geliefde.

### 8.2 DIE ALGEMENE WANOPVATTING EN DIE SITUASIE WAARTOE DIT AANLEIDING GEE

Ons kultuur kan net soveel as 'n "death-denying culture" beskryf word, as die van Amerika. Mense glo feitlik deurgaans dat kinders **beskerm** moet word teen blootstelling aan die dood.

Mense meen dat blootstelling aan die dood, kinders sal **kwaad doen**. Hulle glo dat deur kinders weg te hou van die dood, hulle die kinders die **emosionele pyn** wat met die verlies gepaard gaan kan **spaar**. Die **algemene wanopvatting** is dat kinders nie die **dood** en die meegaande **emosionele pyn** sal kan hanteer nie.

#### **Wartoe gee hierdie opvatting aanleiding?**

- Deur kinders sogenaamd te **oorbeskerm**, stel ons vir hulle die dood voor as iets **baie vreemd** en **abnormaal**. Dit lei weer daartoe dat hulle eie **angstigtheid** rondom die dood **verhoog**.
- Deurdat kinders nie blootgestel word nie, kry hulle nie geleentheid om te leer hoe om sulke situasies te hanteer nie. Hulle word dan volwassenes wat nie weet hoe om die dood van 'n geliefde te hanteer nie. Op hulle beurt maak hulle, hulle kinders op dieselfde manier groot.
- Murray Bowen, wat as 'n deskundige op hierdie gebied beskou kan word, skryf die volgende: "I have never seen a child hurt by exposure to death. They are "hurt" only by the anxiety of survivors. I encourage involvement of the largest possible group of extended family members, an open casket and the most personal contact that is possible between the dead and the living." (in Walsh & McGoldrick 1991:90)

### **8.3 OPTREDE WAT GEWOONLIK VOORTSPRUIT UIT HIERDIE WANOPVATTING**

#### **a) Kinders word weggehou van situasies waar mense kan sterf, sterf, of reeds gesterf het**

- Hospitale, ernstige siekbeddens, intensiewe sorg eenhede en lyke is iets waarvan kinders pertinent weggehou word. Die geykte tradisionele gesegde waarmee dit gewoonlik

gesanksioneer word, is: "Julle moet oupa liewer onthou soos hy was. Julle wil hom nie só sien soos hy nou lyk nie."

- Begrafnisse, wat 'n geweldige belangrike rol kan speel in die gesonde proses van rou, word voorgehou as iets wat die kinders liewer **gespaar** moet bly.

**b) Emosionele ontsteltenis word as verkeerd en skadelik voorgehou**

"Julle kan nie saamgaan nie, dit sal julle net ontstel."

"Julle moet liewer nie gaan kyk nie, dit sal julle verskriklik ontstel."

"Gaan bly julle liewer by julle maats tydens die begrafnis, dit gaan vreeslik hartseer wees."

"Dit gaan hulle tog net laat huil. Kom ons los dit liewer."

Om **emosioneel** te reageer op iemand se dood, is **normaal, gesond** en kan nie altyd **vermy** word nie. Net soos wat die uiting van emosies volwassenes help met die deurwerk van die proses van rou, sal dit kinders ook help.

**c) Onerlikheid om die werklikheid van die dood te versag**

Terwyl mense tot in die diepste van hulle wese ontsteld is oor iemand wat hulle liefhet se dood, sê hulle vir die kinders wat betrokke is dat dit glad nie erg is nie. Die dood is eintlik iets waarvoor ons bly en opgewonde moet wees.

"Eintlik slaap ouma net. Daar is niks om oor te huil nie."

"Ouma is baie gelukkiger as ons: sy sit op Liewe Jesus se skoot."

"Ons moenie huil nie. Liewe Jesus het vir Boetie nodig gehad."

"Toemaar, Mammie is nog al die tyd hier by ons. Ons kan haar net nie sien nie, maar sy sien alles wat ons doen."

Hierdie **onerlikheid** verwar kinders geheel en al. Met ons woorde sê ons daar is niks om

oor ontsteld te wees nie, maar hulle kan sien en hoor en aanvoel dat ons as volwassenes baie ontsteld is.

#### d) God word as die skuldige geïmpliseer

Kinders word van kleins af geleer dat God vir ons lief en goed is. Hy kan alles doen en kan alles regmaak. As ons nou sê God het vir Boetie kom haal of dat hy vir Pappa na Hom toe geneem het, weet kinders glad nie meer wat hulle van God moet dink nie. Hulle kan die idee kry dat Hy baie wispelturig is. Waar iemand dood is as gevolg van geweld of misdaad en ons verklaar dit as die wil van God, kan die kinders nie meer seker wees aan wie se kant God nou eintlik is nie. Ons moet onthou dat kinders geneig is om dit wat ons sê baie letterlik op te neem. (Later meer oor die wil van God)

### 8.4 RIGLYNE VIR DIE BENADERING VAN KINDERS

- ✓ Hou in gedagte dat jonger kinders nie dieselfde **verwysingraamwerk** oor die dood het as volwassenes nie. Hulle besef nie dat dit 'n permanente toestand is nie. Eintlik besef hulle gewoonlik nie heeltemal hoe ernstig die dood is nie. Daarom mag hulle reaksies baie "onvanpas" voorkom. Hulle mag 'n klein rukkie hartseer wees en dan sommer skielik weer baie uitgelate wees asof niks gebeur het nie.
- ✓ Hulle reageer meer op die emosionele ontsteltenis van hulle ouers en volwassenes wat hulle ken, as op die dood self. Dit beteken nie dat volwassenes nie moet uiting gee aan hulle emosies voor kinders nie. Hulle moet net die kinders gerusstel deur te verduidelik waarom hulle ontsteld is en die kind deurgaans verseker dat hulle hom/haar liefhet.
- ✓ Deur te **praat**, maak volwassenes die deur oop vir kinders om ook te praat oor wat hulle dink en voel. **Praat** oor: Die persoon wat dood is; Hoe jy voel oor die dood; Die

begrafnis; Jou eie hartseer en verlange; Die dinge wat jy nie verstaan en antwoorde op het nie.

- ✓ **Antwoord** kinders se vrae **eerlik**. Wanneer jy nie eerlik is nie en dinge wegsteek, sal die kinders hulle eie verbeelding gebruik om antwoorde te skep wat baie erger kan wees as die werklikheid.
- ✓ Soos met enige ander onderwerp moet mens rekening hou met die kind se **ontwikkelingsvlak** en nie meer inligting en detail gee as wat hulle kan inneem nie.
- ✓ Om 'n kind **voor te berei** op wat hulle gaan sien, of op wat tydens die begrafnis gaan gebeur, sal 'n belangrike verskil maak.
- ✓ Kinders moet by begrafnisse betrek word. Die begrafnis help hulle net soos vir volwassenes met die deurdringing van die werklikheid en met 'n mate van afskeid neem.
- ✓ Ouers is dikwels bang dat die uiting van hulle eie emosies by die graf, hulle klein kindertjies sal ontstel. Kinders hoef nie weggehou te word van die begrafnis nie. Die probleem kan ondervang word deur die kinders tydens die verrigtinge by die graf net by iemand te laat staan wat hulle vertrou en wat hulle kan gerusstel, verkieslik iemand wat self nie so direk geraak is deur die dood as die ouers nie.
- ✓ Twee metafore wat gebruik kan word om iets van die dood aan kinders van ongeveer tien jaar en ouer te verduidelik, is die volgende:

1. Ons as gelowiges glo dat die lewe na die dood voortgaan. Wanneer iemand dan sterf, glo ons dat die persoon nie heeltemal ophou bestaan nie maar op 'n ander wyse bestaan. Die lewe self gaan voort maar op 'n ander, nuwe wyse.

Ons kan die beeld gebruik van water wat kook. Water is iets wat vir ons baie bekend is. Ons kan dit sien en selfs aanraak. Maar wanneer water kook, word dit stoom en

sien ons dit na 'n klein rukkie glad nie meer nie. Die water het van vorm verander en dit lyk asof dit weg is. Gelukkig het ons geleer van kondensasie. Deur middel van kondensasie kan ons bewys dat die stoom nie weg is nie, maar net op so 'n wyse bestaan dat dit nie vir die menslike oog sigbaar is nie.

2. Wanneer iemand sterf, verander die wyse waarop hulle bestaan. Hulle lewe steeds, maar op 'n geestelike bestaanswyse. Daardie geestelike bestaanswyse is nie vir die menslike oog sigbaar nie, maar in die Bybel word ons oor en oor verseker van die werklikheid daarvan.

Die beeld van radiogolwe kan nogal help ten opsigte van die probleem van die onsigbaarheid van die lewe wat voortgaan na die dood. Daar beweeg feitlik deurentyd radiogolwe deur die lug rondom ons. Ons kan niks daarvan sien of hoor of voel met ons sintuie nie. Ons sou selfs kon stry en sê dat so iets glad nie bestaan nie. Maar as ons die regte ontvangstoestel het, naamlik 'n radio met 'n antenna, kan ons duidelik hoor dat daar radiogolwe in die lug is.

## **8.5 RIGLYNE OOR DIE VOORBEREIDING VAN KINDERS TEN OPSIGTE VAN DIE DOOD VAN 'N GELIEFDE**

Kinders behoort van kleins af voorberei te word daarop dat iemand wat hulle liefhet, mag doodgaan. Hoe doen mens dit sonder om nou 'n formele gesprek met hulle te hou? Die volgende riglyne hou sterk verband met praktiese lewenssituasies wat benut kan word.



### a) Troeteldiere

Die dood van 'n troeteldier kan die ideale geleentheid skep vir praktiese lewenservaring rondom die dood. Kinders kan die dier aanraak en voel dat dit leweloos is. Dit kan verduidelik word dat die dier "nie meer werk nie". Daar kan oor die dier gehuil word. Mens kan saam praat oor wat 'n mens van die dier sal mis en selfs dit wat nie gemis sal word nie. 'n Eenvoudige begrafnissie kan gehou word waaraan die kinders aktief kan deelneem.

**Die belangrikste aspek** is dat die troeteldier nie oorhaastig of onoordeelkundig **vervang** moet word nie. Talle ouers wil hulle kind die seer van die verlies spaar en dan beloof hulle om dadelik 'n nuwe troeteldiertjie te koop. Iets soos: "Ons gaan dadelik 'n ander Vlekkie koop hoor. Pappa sal soek totdat ons enetjie kry wat net so lyk. Hy sal ook twee swart oortjies hê en jy kan hom ook Vlekkie noem." Moenie kinders die verskriklike onreg aandoen om hulle te laat glo dat alles in die lewe vervang kan word nie. Gee hulle geleentheid om te rou oor hulle verlies.

### b) Blootstelling aan begrafnisse

Baie volwassenes is as kinders oorbeskerm en het nooit die geleentheid gehad om 'n begrafnis by te woon nie. Indien hulle dit as volwassenes moet doen omdat dit iemand baie naby aan hulle is wat dood is, kan dit vir hulle baie traumaties wees. Dit kan baie waardevol wees om kinders 'n begrafnis te laat meemaak van iemand met wie hulle nie in 'n hegte verhouding gestaan het nie. Dit kan hulle die geleentheid gee om op 'n begrafnis te fokus sonder om die hartseer te beleef. Wanneer dit dan later jare 'n geliefde se begrafnis is, kan hulle op hulle hartseer fokus en nie op die vreemdheid van die begrafnis nie.

'n Mens kan dit byna vergelyk met die beginsel waarop inenting werk. 'n Mens word ingeënt deur blootgestel te word aan 'n klein hoeveelheid van die virus wat die siekte veroorsaak. Omdat dit 'n klein hoeveelheid is, kan die liggaam self weerstand daarteen opbou en dan later as't ware weerstand bied teen 'n baie groter aanslag van dieselfde virus. 'n Mens word natuurlik nie immuun teen smart nie maar die blootstelling verhoog beslis 'n mens se vermoë om dit beter te kan verwerk.

### **8.6 OOP GESPREKKE EN LEER DAT DIE UTING VAN EMOSIE NIE VERKEERD IS NIE**

- a) Wanneer ouers openlik oor 'n saak soos die dood praat, word kinders groot met die wete dat dit normaal is.
- b) Deur openlik te praat, verleen ouers eintlik toestemming aan kinders om ook daaroor te praat.
- c) Deur die uiting van emosies nie te smoor nie, maar te aanvaar en aan te moedig, bewys ouers hulle kinders 'n groot guns.

### **8.7 OPDRAGTE**

Dink na oor jou eie blootstelling aan die dood toe jy 'n kind was. Skryf dan ter wille van jouself kort aantekeninge oor die volgende aspekte:

- a) Wie was die eerste persoon aan wie se dood of begrafnis jy blootgestel was?

.....

- b) Wat onthou jy van die insident?

.....

.....  
c) Watter vrae oor die dood het jou as kind die meeste gepla?  
.....  
.....  
.....

d) Hoe sien jy daardie probleemvrae vandag?  
.....  
.....  
.....

e) Wat sal jy graag anders wil doen vir kinders as wat daar vir jou gedoen is?  
.....  
.....

## 9. DIE INVLOED VAN TWEE BESONDERE TIPES VAN DOOD OP DIE PROSES VAN ROU

Daar is reeds vroeër genoem dat twee van die faktore, wat die grootste invloed uitoefen op die proses van rou, is:

- Die aard van die verhouding met die persoon wat dood is.
- Die tipe dood wat die persoon gesterf het.

Tot dusver is daar heelwat algemene beginsels vir die bystaan van treurendes behandel. Dit is egter noodsaaklik dat lidmate ook insig moet hê in hoe twee besondere tipes dood die proses van rou kan beïnvloed. **Riglyne** wat hier gegee word, is bykomend tot die wat reeds onder die verskillende routake behandel is.

## 9.1 DOELWITTE

- ✓ Om insig te verkry in hoe twee besondere tipes dood die proses van rou kan beïnvloed.
- ✓ Om naas die algemene beginsels vir bystand aan die bedroefdes ook meer te leer oor die beginsels wat ten opsigte van spesifieke tipes dood geld.

## 9.2 SELFMOORD

Wanneer iemand sy/haar eie lewe neem, is daar sekere unieke nagevolge wat die hantering van die dood anders maak as enige ander tipe dood.

### Die effek op bedroefdes en die implikasies vir die proses van rou

- **Waarom?** Die vraag na waarom iemand dit gedoen het, kan bedroefdes gedaan maak en selfs vir jare teister. Hierdie vraag kan verskriklik moeilik wees indien bedroefdes werklik geen aanduiding het oor die oorsaak nie. Selfs al is daar 'n aanduibare oorsaak soos 'n finansiële krisis of liefdesteleurstelling, worstel bedroefdes nog steeds met die vraag "Waarom het die persoon sy/haar lewe geneem oor die probleem?" Ander mense beleef dieselfde probleme maar neem nie hulle lewens daarvoor nie. As mense, soek ons na duidelike, verstaanbare redes en oorsake. Wanneer ons dit nie kry nie, sukkel ons om iets te aanvaar en om vorentoe te lewe. Dit bemoeilik die hele proses van rou.
- **Skuldgevoelens.** Selfmoord bring in feitlik alle gevalle skuldgevoelens mee by bedroefdes. Mense kan byna nie anders as om hulleself oor en oor te verwyte nie. Gedagtes soos die volgende kom baie algemeen voor.  
"As ek tog maar net besef het."

"Ek moes geweet het."

"Sê nou maar ek het dit of dat gedoen, dan kon dit verhoed gewees het."

"Dit het gebeur omdat ek nie sus of so gemaak het nie."

Hierdie skuldgevoelens is **normaal** maar in die meeste gevalle nie **realisties** nie. Tog kan die gevoelens en gedagtes so oorheersend wees dat dit maak dat die proses van rou glad nie op dreef kom nie.

- **Ambivalente gevoelens.** Die gevoel van woede of die gevoel dat 'n mens die persoon wat dood is, kwalik neem vir dit wat hy/sy gedoen het, kom baie algemeen voor. Daar kan intense woede teenoor die oorledene ontstaan by die bedroefdes. Die probleem is egter dat die bedroefdes meestal voel dat hulle verkeerd is om kwaad te wees vir die persoon wat dood is. Hulle mag die gevoelens ook onderdruk omdat dit in die gemeenskap rondom hulle onaanvaarbaar sal wees om daaraan uiting te gee. Ambivalente gevoelens kan die proses van rou baie lank vertraag of selfs laat ontspoor.
  
- **Gevoelens van skaamte.** Vir baie mense kleef daar 'n stigma aan selfmoord. Daar word baie ondeurdagte en ongegronde opmerkings gemaak oor persone wat selfmoord gepleeg het. Dit lei daartoe dat bedroefdes geneig is om nie openlik te praat oor die gebeure nie. Gebeure word dikwels onder 'n sluier van geheimsinnigheid weggesteek. Dit alles het dikwels 'n nadelige effek op die verloop van die proses van rou. Treurtake kan na 'n selfmoord baie moeiliker wees om deur te werk. Dit neem gewoonlik ook heelwat langer. In sekere gevalle word die treurtake nooit heeltemal suksesvol deurgewerk nie en kan dit tot 'n baie moeilike situasie lei vir die bedroefdes.

## RIGLYNE

### - Addisioneel tot die wat by verskillende routake reeds behandel is -

- ✓ Moenie die **waarom vrae** probeer antwoord nie. Erken aan jousef en aan die bedroefdes dat ons nie al die antwoorde het nie.

#### 1 Korintiers 13:12

"Nou kyk ons nog in 'n dowwe spieël en sien 'n raaiselagtige beeld, maar eendag sal ons alles sien soos dit werklik is. Nou ken ek net gedeeltelik, maar eendag sal ek ten volle ken soos God my ten volle ken."

- ✓ Moedig bedroefdes aan om met 'n kundige op die gebied van depressie te gesels indien daar vermoed word dat die persoon wat sy/haar lewe geneem het aan depressie gely het. Mense wat nie kennis het van hoe ernstig depressie kan wees nie, is geneig om vas te haak by logiese argumente ten opsigte van die onnodigheid van selfmoord. Hulle kan gewoonlik nie verstaan hoe hulle geliefde so 'n stap kon geneem het nie. Insig in die erns en aard van depressie kan gewoonlik van groot hulp wees in hulle worsteling.
- ✓ Bedroefdes moet gehelp word om in te sien dat hulle skuldgevoelens, in die absolute oorgrote meerderheid van gevalle, nie realisties is nie. Geen mens kan 'n ander mens byvoorbeeld vier en twintig uur 'n dag oppas nie. Wanneer bedroefdes hulleself verwyt en dinge sê soos: "Ek moes geweet het en moes meer gedoen het" of "Dis my skuld, ek moes hom kon keer." Kan dit dan baie effektief wees indien lidmate vra: "Wat het jy gedoen?" Nadat die persoon geantwoord het, kan mens aanhou vra: "Wat nog?" en "Wat het jy toe daarna gedoen?" Hierdeur kan bedroefdes gewoonlik gelei word om self tot die belangrike besef te kom: "Maar ek het regtig gedoen wat ek kon."
- ✓ Ambivalente gevoelens moet deurgewerk word. (Sien weer wat by routake vier en vyf

behandel is.)

- ✓ Deur geheel en al nie-veroordelend te wees nie, kan lidmate dit vir bedroefdes veilig maak om oor hierdie verskriklike krisis in hulle lewe te praat. Die geleentheid om openhartig te praat oor enige aspek van hierdie dood sal 'n geweldige groot impak hê op die verloop van die proses van rou.
  
- ✓ In hierdie situasie, meer as in enige ander, moet lidmate bedroefdes verseker van God se liefde en begrip, maar daarmee saam, God se vermoë om enige en alle sonde te kan vergewe.

## 9.2 DIE DOOD VAN 'N KIND

Die dood van 'n kind staan uit as seker die moeilikste dood om te verwerk. Die proses van rou duur gewoonlik ook langer as in ander gevalle en word in baie gevalle nooit bevredigend deurgewerk tot 'n punt waar dit as afgehandel beskou kan word nie. Roureaksies wat gewoonlik as tekens van gekompliseerde rou beskou kan word ten opsigte van ander sterftes, mag in die geval van 'n kind se dood as tipies beskou word.

### Waarom is die dood van 'n kind anders om te verwerk as enige ander sterfte?

- a) Die dood van 'n kind is **ongewoon**. 'n Honderd jaar gelede het kinders maklik gesterf en talle families is daardeur geraak. In ons moderne westerse beskawing het die mediese wetenskap so gevorder dat talle van die siektes wat kinders se lewens bedreig, voorkombaar en geneesbaar is. Dit is 'n **uitsondering** as 'n kind sterf. Dit beteken ook dat ons nie daarop voorbereid is nie. Ons leef nie eintlik met 'n verwagting dat kinders sal sterf nie.

- b) Die **aard** van die **ouer-kindverhouding** is gewoonlik die nouste verhouding waarin ons as mense staan. Ons kinders is iets van onself, ons lewe, ons toekoms, ons alles. Die wond wat hierdie verlies laat, is dieper en rouer as enige ander omdat die verbintenis soveel hefter en soveel dieper is as die van ander verhoudings.
- c) Die normale **lewensorde** word omgekeer. Ons is geleer en is in 'n sekere mate gekondisioneer dat oupas en oumas eerste sal doodgaan. Daarna behoort pa's en ma's eers oupas en oumas te word voordat hulle doodgaan. Wanneer 'n kind sterf is hierdie orde versteur. Dit pas ook nie in ons ervaringswêreld nie. Daarom vang dit ons onkant.

**Die effek op bedroefdes en die implikasies vir die proses van rou**

- a) 'n Nog groter **waarom** ? Die onskuld van kinders, asook die feit dat hulle nog maar aan die begin van hulle lewens staan, maak die dood van 'n kind nog minder verstaanbaar as die van enige ander persoon. Hierdie **onverstaanbaarheid** staan in direkte teenstelling met die mens se behoefte aan 'n logiese oorsaak-gevolg-lewenskema. Oorsaak-gevolg-skemas gee ons die gevoel van **beheer**. 'n Kind se dood onderstreep ons gebrek aan beheer en lei tot gevoelens van absolute **magteloosheid**. Bedroefdes se magteloosheid kan juis na vore kom as woede, **woede** teen God, die dokter, die sisteem en teen hulleself. Dit alles lei daartoe dat die proses van rou in die geval van 'n kind baie langer duur en baie intenser beleef word.
- b) **Skuldgevoelens** en die maalkolk van "as ek tog maar net ..." gedagtes. Dit is onvermydelik dat skuldgevoelens sal opwel na 'n kind se dood, ongeag die omstandighede van die dood. Ons leef volgens 'n ongeskrewe reël wat sê: "Ouers moet hulle kinders teen alles beskerm." Na 'n kind se dood voel ouers dat hulle gefaal het in hierdie beskermingsrol. Daarmee saam begin daar gewoonlik 'n maalkolk van gedagtes



oor: "As ek tog maar net dit of dat ... vroeër of later ... meer of minder ..." Die werklike praktiese uitvoerbaarheid van al hierdie gedagtes word natuurlik nie getoets nie. Dit word net 'n maalkolk wat mense dieper en dieper insuig in die skuld in. Solank as wat ouers nie tot selfvergifnis kan kom nie, sal die proses van rou soos 'n swaar voetboei meegesleep word.

- c) Mans en vroue sal die dood van 'n kind verskillend beleef en waarskynlik verskillend rou. 'n Groot oorsaak hiervan is die verskillende rolverwagtings binne ons kultuur. Vroue geniet meer vryheid ten opsigte van die uiting van hulle emosies as mans. Mans dra swaar aan die verwagting om in beheer te wees en alles te moet kan hanteer. Dit is baie hartseer dat hierdie geslagtelike verskille misverstande, spanning en verwyte by egpare kan laat ontstaan. Dit is redelik algemeen dat vrouens sal voel dat hulle mans nie genoeg rou nie. Mans weer is geneig om hulle vrouens daarvan te beskuldig dat hulle net rou. In plaas daarvan dat hulle mekaar se belangrikste bron van onderskraging is, gebeur dit dikwels dat hulle die proses van rou vir mekaar bemoeilik.
- d) Die verlies van 'n kind is nie 'n enkelvoudige verlies nie. Wanneer 'n kind sterf verloor mens baie meer as 'n persoon. 'n Mens verloor **dit wat was** maar ook **dit wat kon gewees het**. 'n Mens verloor iets van jou toekoms, byvoorbeeld die geleentheid om kleinkinders te hê. Dit maak die verlies soveel groter, wat op sy beurt weer die smart soveel intenser kan maak.
- e) Oupas en oumas treur oor die verlies van hulle **kleinkind** sowel as oor die **hartseer** en pyn van hulle **eie kind**. Die verlies van 'n kleinkind is onbeskryflik groot. Daarby besef oupas en oumas ook nog dat hulle kind, 'n kind verloor het. Die pyn van om jou eie kind se pyn te aanskou, terwyl jy jou eie pyn beleef, het 'n geweldige invloed op die intensiteit van die rou. Hoe troos jy jou kind terwyl jyself voel asof jy troosteloos is?

## RIGLYNE

### - Addisioneel tot die wat by die routake bespreek is -

- ✓ Ouers gaan vra **Waarom?** In so 'n situasie sal jy as lidmaat pynlik bewus wees daarvan dat ons nie antwoorde het nie. Moet dan nie antwoorde fabriseer nie. Ook nie oor antwoorde filosofeer nie en beslis nie oor antwoorde teologiseer nie. (Dit is om antwoorde te gee soos: "Dit is die wil van die Here" en "God het 'n doel hiermee" of "God pluk net die mooiste blomme vir sy tuin") 'n Mens kan veel eerder saam huil van verstomming as dat jy antwoorde probeer gee waar daar nie antwoorde is nie.
  
- ✓ Wees voorbereid dat die proses van rou na 'n kind se dood tyd neem, baie tyd. Drie tot tien jaar is nie ongewoon nie. 'n Leeftyd is ook nie ongewoon nie.
  
- ✓ Reageer op hulle skuldgevoelens en "As ek tog maar net ..." opmerking deur hulle te verseker dat geen ouer wat normaal is 'n kind vier en twintig uur per dag kan oppas nie en dat geen kind vier en twintig uur per dag opgepas kan word en normaal kan grootword nie. Moet egter nie verwag dat hulle hierdie woorde van jou sal glo nie. Ook nie dat dit hulle sal troos nie. Maar sê dit maar in elk geval want dit werk soos saad wat 'n mens saai. Een van die saadjies kan dalk net ontkiem en groei.
  
- ✓ Maak bedroefdes daarop bewus dat mans en vrouens se verskillende roureaksies nie 'n aanduiding is van minder of meer rou nie. Ook nie van afgehandelde rou nie. Probeer om by die een persoon begrip te wek vir die ander en moedig hulle aan om met mekaar te praat.

- ✓ Praat met bedroefdes oor die noodsaaklikheid van selfvergifnis, maar moenie oorhaastig wees daarmee nie. Gee weereens tyd, baie tyd.
- ✓ Probeer om hulle te laat praat oor die verskillende verliese wat die verlies van die kind meebring. Dit kan hulle help om te beseft dat hulle ook treur oor wat kon gewees het.
- ✓ Maak spesiale moeite met oupas en oumas waar dit enigsins moontlik is.

## 10 GEYKTE TRADISIONELE GESEGDES (MAAR WAT SÊ ONS EINTLIK VAN GOD)?

Tot dusver is daar telkens in die gids melding gemaak van **geykte tradisionele gesegdes**. In hierdie afdeling gaan daar spesifiek gekyk word na gesegdes wat na God verwys. Ná elke gesegde word daar oorweging geskenk aan **hoe** bedroefdes hierdie gesegde kan hoor en watter afleidings hulle daaruit kan maak. Daar moet ook krities gevra word na wat mense **eintlik van God sê** wanneer hulle hierdie gesegdes gebruik.

Mense gebruik hierdie gesegdes gewoonlik:

- Met **goeie bedoelinge**.
- Om bedroefdes te probeer **troos**.
- Om bedroefdes op **iets groter** as hulle verlies te laat fokus.
- Om iets van hulle eie **geloof te bely**.
- **Onnadenkend**. Juis omdat dit geykte tradisionele gesegdes is, **dink** mense nie daarvoor nie. Hulle gebruik dit byna instinktief.

## 10.1 GEYKTE TRADISIONELE GESEGDES

### **"Die Here pluk net die mooiste blomme vir Sy tuin"**

Die gesegde is veral gewild na die dood van 'n kind. 'n Kind se afleiding mag wees: "Waarom het die Here gedink my boetie is mooier as ek?" 'n Ouer mag in wanhoop vra: "Here, al die blomme van die wêreld is tog U sin. Waarom pluk U ons enigste blom?"

### **"Die Here het hom nodig gehad"**

'n Ma en kinders kan redeneer: "Maar ons het hom nodiger as die Here. Hy was ons broodwinner, ons pa, ons liefing. God het mos baie engele, hoe kan hy ons pa nodig hê? Hy is in elk geval almagtig, so Hy kan mos self alles doen."

Hierdie gesegde kan klein kindertjies bang maak vir God en laat wonder: "Sê nou maar die Here kry my ook een van die dae nodig?"

### **Ons moet net berus in die wil van die Here. Hy maak nooit 'n fout nie"**

Die gesin van 'n man wat sinloos doodgeskiet is in 'n poging om sy motor te steel, mag vra: "Indien dit nie 'n fout is nie, beteken dit dan dat God dit so beplan het? Het God hierdie booswigte gebruik om sy plan deur te voer?"

### **"Die Here wil vir julle iets sê met hierdie dood"**

Met hierdie woorde word daar gewoonlik daarop gesinspeel dat mense se verhouding met die Here nie sterk is nie en dat hulle nader aan die Here behoort te lewe. Mense sou kon vra: "Watse soort God sou 'n mens se geliefdes doodmaak om daardeur te sê dat as jy Hom nie liefhet nie, kan Hy van jou mense doodmaak om jou te oortuig om Hom lief te hê?"

**"Toemaar, waar die Here met die een hand stukkend maak sal hy weer met die ander hand heelmaak en troos"**

Hierdie is 'n vry vertaling van wat in Job 5:18 staan. Hierdie "trooswoorde" wat goed bedoel was, het 'n verstomde weduwee laat vra: "Maar waarom sal God my eers stukkend maak, net om my weer heel te maak? Dit maak nie sin nie!" Dit klink so na 'n pa wat sy kind 'n pakslae gee net sodat hy die kind kan troos. Hierdie woorde wat uit Job aangehaal word, is boonop totaal buite konteks aangehaal. Dit is nie die Here of Job wat hierdie woorde sê nie. Dit is Elifas, een van Job se vriende, wat later oor die kole gehaal word oor sy verkeerde siening van God.

## 10.2 DIE PROBLEME RONDOM HIERDIE GESEGDES

- Al word hierdie gesegdes met die beste bedoelings gebruik skep dit ernstige probleme wat die proses van rou veel eerder **frustreer** as wat dit die proses fasiliteer. Probleme soos:
  - Dit teken God as die **oorsaak** van die dood.
  - Dit teken en stel God voor as 'n **karikatuur**, as 'n god wat die eenaardigste planne beraam om motors met mekaar te laat bots, vliegtuie te laat neerstort, kinders in swembaddens te laat val net wanneer niemand kyk nie en die een na die ander fratsongeluk beplan en deurvoer.
  - Dit **verwar** volwassenes sowel as kinders. Mense word tegelyk geleer dat God die God van **liefde** en die **beskermer** is, maar dat Hy ook 'n wispelturige God is wat jou op enige onverwagte oomblik verskriklik **skade** kan **aandoen**.
  - Dit laat bedroefdes voel dat hulle hartseer en hulle stryd om die dood van hulle geliefde te aanvaar, nou in stryd is met wat God van hulle verwag, naamlik om sy wil te aanvaar.
  - Dit wil aan mense wat 'n behoefte aan **troos** het, "**verklarings**" opdring wat hulle doodeenvoudig nie kan absorbeer nie, erger nog, wat **nie waar** is nie.

- Dit meng direk in met die proses van rou deurdat dit by die bedroefdes die valse indruk wek dat hoe sterker jou **geloof** is hoe makliker sal jy **berus** daarin dat wat gebeur het God se wil is.
- Hierdie gesegdes kan bedroefdes laat voel soos Job. Nadat Job se vriend, Bildad, ook teologiese verklarings probeer gee het vir Job se lyding, antwoord Job met die woorde:
 

"Het jy nou die een gehelp wat nie krag het nie? Het jy nou die een bygestaan wat nie sterk is nie? Het jy nou raad gegee aan een wat nie wysheid het nie? Het jy groot insig laat blyk? Met wie se hulp het jy gepraat? By wie het jy gehoor wat jy gesê het?" (Job 26:1-4)

## 11 WAT LEER DIE BYBEL OOR: DIE WIL VAN GOD? DIE GROOTSTE TROOS?

### 11.1 DOELWITTE

- ✓ Om by lidmate perspektief te bring oor die begrip: Die wil van God.
- ✓ Om lidmate te herinner aan die grootste troos oor die dood.
- ✓ Om lidmate daarop attent te maak dat verlossing en verlies nie verwar mag word nie.

In byna elke geval van die dood van 'n geliefde gaan lidmate gekonfronteer word met die **vraag na die wil van God**.

Alhoewel dit nie direk ná die dood die tyd is om teologiese vrae te beantwoord nie (soos reeds behandel) is dit **noodsaaklik** dat lidmate wat bedroefdes wil bystaan eers vir hulleself 'n duideliker begrip van die wil van God moet vorm. Lidmate mag ook later in die proses van rou geleentheid kry om met bedroefdes oor hierdie belangrike aspek te gesels.

Christene maak baie dikwels die uitspraak dat niks kan gebeur as dit nie die wil van die Here is nie. Om die geldigheid van hierdie stelling te toets, is twee dinge nodig: Daar moet gekyk word na die **implikasies** van die uitspraak en ook na die **boodskap van die Bybel**.

## 11.2 IMPLIKASIES

Die uitspraak: "Niks kan gebeur as dit nie die wil van God is nie," impliseer die volgende:

- Dat **alles** wat gebeur God se wil is.
- Dat God die **oorzaak** van die dood is.
- Dat God 'n **wrede God** is wat mense se dood op allerlei wyses veroorsaak.
- Dat God **inkonsekwent** is deurdat Hy in Sy Wet sê: "Jy mag nie moord pleeg nie," (Eks 20:13) maar tog gewetenlose mense gebruik om onskuldige mense te vermoor om "Sy wil" uit te voer.
- Dat die mens self geen vryheid en geen verantwoordelikheid het nie want alles wat gebeur, goed of sleg, is Sy wil.
- Dat die mens se **onverantwoordelikheid** wat tot sy eie en ander se dood kan lei, totaal geïgnoreer word. Byvoorbeeld:
  - Rook wat verskeie tipes kanker en emfiseem kan veroorsaak,
  - Ongesonde eetgewoontes,
  - Min fisiese oefening en hoë stres wat tot hartvatsiektes kan lei,
  - Motors te bestuur op onverantwoordelike wyse of wanneer 'n persoon te moeg is.

## 11.3 WAT IS DIE BOODSKAP VAN DIE BYBEL?

Eerder as om net met enkele teksversies te werk, sal daar met die boodskap van die Bybel in

sy geheel gewerk word.

#### **Die Bybel se boodskap leer:**

- ◆ Dat mense die **vryheid** het om teen God se wil in te handel. Al is God se wil uitdruklik dat 'n mens nie mag moord pleeg nie kan 'n mens Sy wil teëgaan en iemand doodmaak. Elke sonde waarvan ons in die Bybel lees, kom daarop neer dat mense God se wil teëgegaan het. Dit gebeur nog elke dag dat mens teen God se wil optree.
- ◆ Dat ons in 'n "**sonde-beskadigde werklikheid**" leef. Die hele skepping is aangetas deur die sonde. Hier loop dinge verkeerd. Mense word siek en gaan dood. Ongelukke gebeur. Geweld neem toe. Die lys is oneindig lank. In die Bybel word die feit dat die skepping deur die sonde beskadig is, uitgespel in Rm 8:18-23. Die vertaling van "Die Boodskap" deur Van der Watt en Joubert stel dit baie duidelik.
- ◆ Dat God nie die kwade **veroorzaak** nie maar wel **gebruik**. Twee skrifgedeeltes is baie duidelik hieroor: Rm 8:28 en die bekende verhaal van Josef.

#### **Belangrike aspekte uit die verhaal van Josef:**

- Dat Josef se broers op hom jaloers was, kan tog op geen manier geregtig word as die wil van God nie.
- Dat hulle hom eers wou doodmaak, maar later as slaaf verkoop het, kan ook nie as die wil van God beskryf word nie.
- Dat Potifar se vrou hom probeer verlei het en toe 'n verskriklike leuen vertel het oor Josef, is in direkte teenstelling met wat God se wil is. (soos in Sy Wet uitgedruk - Jy mag nie egbreuk pleeg nie en jy mag geen valse getuienis aflê nie.)
- Tog beland Josef later in so 'n magposisie dat hy tydens die groot hongersnood kos kan voorsien aan die verbondsvolk.



- Josef interpreteer alles wat gebeur het aan die einde van die verhaal met die woorde aan sy broers: "Julle wou my kwaad aandoen, maar God wou daarmee goed doen: Hy het gesorg dat 'n groot volk nou in die lewe gebly het." (Gn 50:20)

Daar is 'n merkwaardige ooreenkoms tussen die woorde van Josef en die woorde van Paulus (Rm 8:28). Beide bevestig die standpunt dat God nie die kwade **veroorzaak** nie, maar wel kan **gebruik**.

Dat God nog steeds elke oomblik by die gelowige is. Al beleef hy/sy die smart van die dood van 'n geliefde. Selfs al sterf 'n gelowige, is hy/sy steeds veilig in God se hande

Js 43:2 "As jy deur water moet gaan, is Ek by jou, ...."

Rm 8:38-39 "Daarom is ek heeltmal seker dat niks wat met ons gebeur ons ooit van God se liefde kan skei nie. Nie eens die dood of enigiets in hierdie lewe nie. Ook nie slegte engele of ander bonatuurlike magte nie. Ook nie iets wat dalk vandag of môre met ons kan gebeur nie. Ook nie enige buitengewone kragte nie. Selfs nie die hoogste berg of die diepste see hier op aarde nie. Letterlik niks in hierdie skepping kan ons ooit van God se liefde skei nie. Hy het vir ons kom wys hoe lief Hy ons het toe ons Here, Jesus Christus, in ons plek gesterf het." (Van der Watt & Joubert 1997:498)

#### 11.4 DIE GROOTSTE TROOS

Deur al die eeue hou die **dood** vir die mens 'n geweldige groot **verskrikking** in. Die **finaliteit** van die dood en die indruk wat die mens het, naamlik dat die dood **die einde** van alles is, dra baie hiertoe by.

Lidmate kan bedroefdes betekenisvol bystaan indien hulle:

- a) Die troos van die evangelie aan hulle kan oordra en
- b) Nie verlossing verwar met verlies nie.

### Die troos van die evangelie

Die troos van die evangelie kan kernagtig só saamgevat word:

- ◆ God word nie "onkant" gevang deur die dood nie.
- ◆ God het vir die gelowige se dood **voorsiening** gemaak.
- ◆ God het die **mag** van die dood **gebreek**. Jesus is deur God opgewek uit die dood. Hy lewe en het homself as opgestane Here aan getuies vertoon (Hnd 2:24,32; 5:30; Rm 4:25; 1Kor 6:14; 15:1-23).
- ◆ Die opstanding van Jesus is ter wille van alle gelowiges. Die belofte word gegee dat gelowiges ook sal opstaan uit die dood. Dat die dood hulle nie sal kan vashou nie, (Rm 4:25; 1Kor 6:14; 1Kor15:21-23; 2Kor 4:14; 5:15).
- ◆ Christus verander die dood in 'n **deurgang** na 'n voller en ryker lewe as die lewe wat ons hier op aarde ken. Dink aan Sy woorde aan die misdadiger wat langs Hom aan die kruis gehang het: "Ek verseker jou: Vandag sal jy saam met My in die paradys wees." (Lk 23:43) Dit word pragtig uitgedruk in 2Kor 5:1. Die vertaling in "Die Boodskap" lui so: "Wanneer ons eendag doodgaan, ja, wanneer ons liggaam soos 'n tent opgevou word en in die grond weggebêre word, is dit nie klaar met ons nie. Gelukkig nie. Dan begin die lewe eers! Want dan kry ons 'n splinternuwe hemelse liggaam by God." (Van der Watt & Joubert 1997:577)
- ◆ Daar is belangrike **beloftes** in die Bybel aangeteken wat gelowiges verseker van 'n nuwe lewe anderkant die grens van die fisiese dood.
- ◆ "Ek is die opstanding en die lewe. Wie in My glo, sal lewe, al sterwe hy ook; en elkeen

wat lewe en in My glo, sal in alle ewigheid nooit sterwe nie." (Jh 11:25,26) Ander verwysings kan gevind word in 1Ts 4:13-18; 1Kor 15:35-58; Op 21:1-7.

- ◆ Die kern van die evangelie boodskap kan in een sin só uitgedruk word: **Die opstanding van Jesus Christus uit die dood is die waarborg dat die dood van die gelowige slegs 'n oorgang is en nie die einde nie.**

#### **Verlossing en verlies moenie verwar word nie**

Alhoewel sekerheid oor iemand se **verlossing** die grootste troos is, neem dit nie vir 'n oomblik die werklikheid van die **verlies** weg nie. Christene skep dikwels die indruk by bedroefdes dat indien hulle seker is van die verlossing van hulle geliefde, hulle nie werklik rede het om baie hartseer te wees nie. Hulle poog ook dikwels om met die lees of aanhaal van bybeltekste mense se hartseer te probeer wegneem of oplos.

#### **ONTHOU**

- ✓ Die bedroefde was aan die geliefde wat dood is **verbind** gewees.
- ✓ Die dood het die verbintenis **verbreek**. Dit is asof die dood die persone van mekaar los **geskeur** het.
- ✓ Daar bestaan nou 'n **emosionele wond** wat baie gevoelig is en tyd gaan neem om te genees.
- ✓ Die bedroefde het 'n **verlies** beleef. Dit moet erken en gerespekteer word. Hulle het iemand verloor wat onvervangbaar is.
- ✓ Bedroefdes kan dus verskillende emosies tegelyk beleef sonder dat die een die ander uitsluit. **Diepe dankbaarheid** dat hulle geliefde verlos is en **diepe smart** omdat hulle geliefde nie meer hier by hulle is nie.
- ✓ Lidmate mag nooit suggereer dat indien bedroefdes se geloof sterk is, hulle minder

hartseer sal wees of gouer of makliker die dood van 'n geliefde sal aanvaar en verwerk nie. Miskien kan dit die maklikste só onthou word: Sekerheid oor iemand se verlossing maak die hartseer **anders**, maar kan dit nie **wegneem** nie.

### 11.5 OPDRAGTE

a) Gaan kyk hoeveel name kan jy neerskryf van persone waarvan ons in die Bybel lees wat teen die wil van die Here opgetree het.

.....  
.....

b) Gaan dink na oor situasies en probleme in jou eie lewe wat God gebruik het om goeie dinge daaruit te laat voortkom.

.....  
.....  
.....  
.....

c) Was is vir jou die grootste troos vir die hartseer van die lewe en ook vir die trauma van dood?

.....  
.....  
.....  
.....

**Mag jy ervaar dat jy iets van die liefde van Christus Jesus uitleef, wanneer jy iemand wat bedroef is bystaan.**