
HOOFSTUK 2

DIE GESTALT BENADERING TOT TERAPIE IN MAATSKAPLIKE WERK

2.1 INLEIDING

Volgens Cilliers (in Strydom, 2002b:211) is dit slegs moontlik om betekenisvolle navorsing te doen indien die navorser op hoogte is van die bestaande kennis ten opsigte van die voornemende studieonderwerp. Die insameling van kennis word reeds gedoen vanaf die vooronderzoek. Cilliers (in Strydom, 2002b:211) beskryf ook die prosedure wat normaalweg gevolg word tydens die vooronderzoek. Die proses begin met 'n literatuurstudie waartydens die kennisbasis van verskeie kundiges bestudeer word. Daarna moet die navorser 'n oorsig bekom van die konkrete ondersoekveld wat gevolg word deur die empiriese ondersoek. In hierdie studie is dieselfde prosedure gevolg. Eerstens is 'n literatuurstudie gedoen wat ook die eerste doelwit van hierdie studie is en deel vorm van fase een en fase twee van die intervensienavorsingsproses om benut te word in fases drie en vier vir die ontwikkeling van 'n intervensieprogram. Die literatuurstudie word in die volgende hoofstukke weergegee. Hoofstuk twee beskryf die gestaltbenadering tot terapie. In hoofstuk drie word spesifieke leerhindernisse beskryf terwyl die adolessent se ontwikkeling in hoofstuk vier bespreek word. Gestaltspelterapie met die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse word in hoofstuk vyf beskryf. Die intervensieprogram word volledig in hoofstuk ses bespreek. Gedurende hierdie navorsingsondersoek het navorser 'n maatskaplikewerk-intervensieprogram ontwikkel vir die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse. Die teoretiese raamwerk waaruit gewerk word, word vervolgens bespreek.

Soos in hoofstuk een bespreek, is navorser deur 'n eie en 'n bestaande behoefte by maatskaplike werkers aan 'n intervensieprogram vir die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse, gemotiveer om hierdie studie te doen. As raamwerk is die gestaltbenadering gekies, aangesien navorser daagliks van die gestaltspelterapeutiese intervensie gebruik maak met adolessente leerders.

2.2 HISTORIESE AGTERGROND VAN DIE GESTALT BENADERING

Frederich (Fritz) Perls (1893-1970) was die grondlegger van die gestaltbenadering en -terapie teen 1945. Perls is as Joodse seun op 8 Julie 1893 in Berlyn gebore en was 'n rebelse tiener wat in opstand gekom het teen sy ouers, veral sy vader. Hy voltooi sy studies

as mediese dokter in Berlyn en bestudeer die psigo-analise aan die Berlynse en Weense Instituut vir Psigo-analise. Perls kom in opstand teen die analitiese benadering van psigo-analise wat hy beskryf as “reductionist, deterministic and over-intellectualising” (Clarkson, 1995:2). Hy publiseer sy eerste literêre werk *“Ego, hunger and aggression: A revision of Freud’s theory”* tydens ‘n verblyf van twaalf jaar in Suid-Afrika. Hy verhuis in 1946 na Verenigde State van Amerika waar hy hom vestig tot sy dood in 1970 (Thompson & Rudolph, 2000:163). Perls en sy vrou Laura stig die *“Institute for Gestalt Therapy”* in New York en hy publiseer nog verskeie literêre werke waarvan *“The Gestalt approach and eye witness to therapy”* (1973) as die belangrikste beskou word. (Vergelyk Aronstam, 1989:186; Joubert 1997:81.)

2.3 OMSKRYWING VAN BEGRIPPE WAT VERBAND HOU MET DIE GESTALTBENADERING

Die doel van die gestaltbenadering word soos volg deur Clarkson (1995:1) beskryf:

“The aim of the Gestalt approach is for a person to discover, explore and experience his or her own shape, pattern and wholeness. Analysis may be a part of the process, but the aim of Gestalt is the integration of all disparate parts. In this way people can let themselves become totally what they already are, and what they potentially can become.”

Egtheid en eerlikheid is dus belangrik. Om ten volle bewus te wees van die self en die omgewing sal dan moontlik wees op ‘n gegewe oomblik of oor die spektrum van die mens se lewe. (Vergelyk Clarkson, 1995:2.)

2.3.1 GESTALT

Die Duitse term *‘Gestalt’* kan moeilik in Afrikaans vertaal word. Dit sluit ‘n verskeidenheid konsepte in: die vorm, patroon, die totale vorm, die konfigurasie. Dit sluit die strukturele entiteit in wat beide verskillend is van en meer is as die som van die afsonderlike dele (Clarkson, 1989:1).

Clarkson (1989:1) definieer Gestalt soos volg : *“It connotes the structural entity which is both different from and much more than the sum of its parts.”*

Congress (in Encyclopedia of Social Work, 1995:1117) meen dat Gestalt as 'n: *"whole or total figure-ground configuration"* vertolk kan word. O'Leary (1992:10) gee die volgende omskrywing:

" Gestalt therapists hold that a response to a situation must be 'whole', involving the totality of the person. An analysis of the different parts of an individual cannot provide an understanding of the whole. The whole is defined and exists only by virtue of interrelation of the parts."

Navorsers sien Gestalt as 'n geheel wat gevorm word deur onderlinge dele en die verhouding wat daar tussen die dele met mekaar sowel as met die geheel bestaan. As maatskaplike werker, wil die navorser 'n holistiese beeld van die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse verkry om te verstaan hoe probleme in een deel die geheel as sulks beïnvloed – in die adolessent self, maar ook in die gesin waaraan die adolessent behoort en die skool waaraan hy studeer.

2.3.2 DIE GESTALT BENADERING

Soos reeds onder punt twee bespreek blyk dit dat die oorsprong van die Gestaltbenadering geleë is in die psigo-analise. Dit het ontwikkel in 'n prosesbenadering waarin die sisteemteorie 'n belangrike rol gespeel het deurdat die rol van funksionering van die individu binne sy omgewing en die meganismes wat hy gebruik om homself in balans te hou, sentraal staan. (Vergelyk Joubert, 1997:82; Thomson & Rudolph, 2000:113.)

Die Gestaltbenadering fokus op die kliënt en terapeut se bewustheid van realiteit in die hier-en-nou. Onvoltooidhede (*"unfinished business"*) van die verlede kan opgehef word sodat die persoon bevry daarvan, ten volle in die hede kan leef. Selfbewussyn is dus essensieel vir die individu. Integrasie vind plaas wanneer die persoon bewustelik die eenheid van sy verskillende dele naamlik, denke, gevoel en gedrag aanvaar. Die totaliteit van die persoon word beklemtoon. Die klem word geplaas op die individu binne sy omgewing en die meganismes wat hy gebruik om homself in balans te hou ten einde onafhanklik te kan funksioneer. Perls het geglo dat die mens se ontwikkeling nooit voltooi kan wees nie, maar 'n proses is en dat die Gestaltbenadering nooit voltooi sal wees nie. (Vergelyk O'Leary, 1992:121; Joubert, 1997:82.)

2.3.3 BASIESE BEGINSELS VAN DIE GESTALT BENADERING

Die volgende beginsels vorm die grondslag van die Gestaltbenadering:

- Elke mens besit die potensiaal om ten volle te leef en sy eie behoeftes te bevredig.
- Die mens vorm 'n belangrike deel van sy omgewing en kan nie los daarvan gesien word nie. Hy word daardeur beïnvloed en moet dus bewus wees van sy kontak met sy omgewing en die invloed van die omgewing op hom.
- Elke mens vorm 'n geheel met 'n liggaam, emosies, denke, sensasie en persepsie. Die individu moet bewus wees van sy eie bestaan as 'n eenheid.
- Elke mens bepaal sy eie respons tot die wêreld deur selfregulering. Die beginsel van egtheid word beklemtoon. Deur bewustheid van wie hy werklik is en watter behoeftes hy ervaar, word die individu in staat gestel om keuses te maak en sy eie bestaan te organiseer. Sodoende word beheer verkry en moet die individu verantwoordelikheid vir sy eie lewe neem.
- Elke mens is in staat om bewus te wees van sy eie emosies, gevoelens en gedrag en sodoende in kontak met homself te kom.
- Elke mens kan homself net in die hede beleef en daarom word die hier-en-nou voorop gestel. Die verlede en toekoms kan net deur herinneringe en voorstellings in die hede beleef word.
- Mense is nie goed of sleg nie. Probleme ontstaan as gevolg van oneffektiewe hantering van behoeftes. Daar behoort op een behoefte per keer gefokus te word.
- Die mens is pro-aktief eerder as re-aktief en bepaal sy eie respons op stimuli.
- Daar is 'n deurlopende behoefte by die mens om die gestalt te voltooi en sodoende in balans of homeostase te wees. (Vergelyk Aronstam, 1989:187; Joubert, 1997:83,84; Thomson & Rudolph, 2000:164-165.)

Dit blyk vanuit bogenoemde beginsels dat die mens verantwoordelikheid vir homself kan neem, maar dat hy bewus moet wees van sy holistiese en unieke samestelling. Keuses wat hy maak word gebaseer op sowel sy bewustheid van homself en sy behoeftes op 'n gegewe oomblik in die hier-en-nou as die interaksie met sy omgewing en beskikbare hulpbronne.

Bogenoemde beginsels vorm die basis waarop terapie met die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse gebou is. Die verskillende sisteme soos die skool en ouerhuis vorm die raamwerk waarbinne hy funksioneer en oefen 'n invloed uit op hom. Hy moet binne hierdie raamwerk bemagtig word om te groei tot 'n verantwoordelike individu in kontak met homself en sy omgewing.

2.3.4 GESTALTTERAPIE

Gestaltherapie is 'n fenomenologies-eksistensiële terapie wat terapeute en kliënte die fenomenologiese metode van bewustheid leer deur op die proses van wat nou gebeur te fokus, eerder as op die inhoud wat behels om te verklaar en te interpreteer (Yontef, 1993:128). Dieselfde outeur benadruk verder dat gestalttherapie 'n holistiese benadering is wat die mens as organisme sien, vry van interne hiërargieë wat hom kan beheer. Die kliënt in gestalttherapie is 'n aktiewe, verantwoordelike deelnemer wat leer om te eksperimenteer en te observeer ten einde bewus te raak van sy eie doelwitte en ten einde dit self te ontdek deur sy eie pogings en inspanning. Die verantwoordelikheid vir die kliënt se gedrag, sy gedragsverandering en die pogings om die verandering te bewerk, word aan die kliënt self oorgelaat (Yontef, 1993:55).

Die doel van gestalttherapie is om die kliënt te help om bewus te word van die hier en nou. Die doel hiervan is dat die kliënt kan groei en meer verantwoordelikheid aanvaar vir sy eie lewe, en daardeur selfbemaagtig word (O'Leary, 1992:45).

Gestaltherapie fokus meer op die proses (wat gebeur) as op inhoud (wat bespreek word). Die klem is op wat gedoen, gedink en ervaar word op 'n gegewe oomblik, eerder as wat **behoort** gedoen te word, wat **kon** gewees het of hoe dit **moes** gewees het. Yontef (1993:21) beskou gestalttherapie as volg:

"Gestalt therapy is freedom to do therapy with spontaneity, liveliness and creativity. But it also entails responsibility. Responsibility to know what works to care about best options. Responsibility to improve therapy."

In aansluiting hierby is dit belangrik om kennis te dra van die onderliggende basiese beginsels wat in ag geneem moet word om die proses van gestalttherapie te begryp. Hierdie beginsels sluit in: dialogiese eksistensialisme, holisme (sisteemteorie) en bewustheid. Alhoewel hierdie beginsels later meer volledig bespreek word, is dit nodig om dit vervolgens kortliks te bespreek as deel van die gestalttherapieproses.

Drie oorhoofse beginsels wat verskeie ander omvat en insluit, word deur Yontef (1993:203) beskryf:

- Gestaltherapie is gebaseer op dialogiese eksistensialisme – die "I -Thou" (Ek-jy) kontak/onttrekking proses.

- Gestaltterapie is gebaseer op **holisme en die sisteemteorie (ekologiese interafhanklikheid)**. Die mens is deel van sy omgewing en kan nie los daarvan begryp word nie. Die mens moet dus bewus wees van sy kontak met sy omgewing en die invloed daarvan op hom. Hy moet verantwoordelikheid aanvaar vir die keuses wat hy maak binne hierdie raamwerk en die wisselwerking met die omgewing. (Vergelyk Yontef, 1993:141; Joubert 1997:80.)
- Gestaltterapie is fenomenologies van aard. Die oorhoofse doelstelling is **bewustheid** en die metodologie is gefokus op die verkryging van bewustheid. Elke mens is in staat om bewus te wees van sy emosies, gevoelens en gedrag. Die individu moet dus in staat gestel word om emosies en gevoelens te beleef en so in kontak met homself te kom. Bewustheid bestaan dan ook net in die hede. Deur bewustheid van wie hy werklik is en watter behoeftes hy ervaar, word die mens in staat gestel om keuses te maak en sy eie bestaan te organiseer. Hierdeur word beheer verkry en moet die mens verantwoordelikheid vir sy eie lewe neem. (Vergelyk Joubert 1997:80; Clarkson, 1995:26.)

Gestaltterapie kan benut word ten opsigte van terapie met individue, groepe, gesinne en adolessente (Blom, 1997:11). Oaklander (1988:291) beklemtoon die feit dat die adolessent ook soos die jonger kind, baat vind by gestaltspelterapie.

Gestaltterapie is besonder van pas by die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse, aangesien dit regterbrein hemisfeer en nie liniêre denkpatrone beklemtoon (Clarkson, 1995:1). Dit word nie ten koste van ander denkwyses gedoen nie, maar ter aanvulling daarvan. Die regterbrein word geassosieer met ritme, ruimtelike verhoudings en intuïsie terwyl die linkerbrein geassosieer word met logiese denke, veroorsakende patrone en deduktiewe denkpatrone. Die gestaltterapie word gekenmerk deur die gebruik van metafore, fantasie en beeldspraak, gebruik van die liggaamspostuur en beweging, visualisering, tydskorsie en die volle uitdrukking van emosies waarby die totale liggaamsaksie betrek word (Clarkson, 1995:2).

Navorsers sien gestaltterapie as 'n prosesgeoriënteerde terapie wat fokus op bewustheid in die hier-en-nou wat integrasie tussen al die menslike dimensies ten doel het. Die doel is dus dat die kliënt bewus moet word van wat nou en hier gebeur, hoe die kliënt na aanleiding van hierdie bewustheid kan verander om meer te word soos wat hy werklik is en om homself as sulks te aanvaar.

2.3.5 GESTALTSPELTERAPIE

Spel is die wyse waarop 'n kind sy wêreld leer ken en is belangrik vir die gesonde ontwikkeling van die kind. Spel is die wyse waarop die kind werk deur angstigheid, konflikte en verwarring. Deur die veiligheid van spel kan die kind eksperimenteer en ontwikkel. (Vergelyk Oaklander, 1988:160.)

Aangesien spel 'n natuurlike wyse is waarop die kind sy probleme oplos, is navorsers van mening dat dit ook suksesvol aangewend kan word tydens terapie. Barker (1991:174) verduidelik speltherapie as volg:

“Play therapy is a form of psychotherapy used by social workers and other professions to facilitate communication. The client uses toys to act out conflicts or to demonstrate situations that cannot be verbalized. Play therapy is most commonly used in work with children but is also effective with adults in certain circumstances.”

Smith (1995:3-4) meen speltherapie vorm 'n inherente deel van onderhoudvoering met die kind. Dit word geselekteer afhangende van die betrokkenheid van die kind se probleme, ontwikkelingsfase en die doelwitte wat met die onderhoud bereik wil word. Deur die gebruikmaking van speltherapie kan die maatskaplike werker daagliks waarneem en assesser ten opsigte van die kind se probleemsituasie.

Gestaltspeltherapie kan dus gesien word as 'n vorm van terapie waartydens spel gebruik word en gestalttegnieke en -beginsels daarmee geïntegreer word ten einde verandering en groei by die kind te weeg te bring.

Die oorkoepelende doelstelling van gestaltspeltherapie is die groei van die kind tot die neem van beheer oor sy eie lewe en verantwoordelikheid vir homself en sy eie groei tot volwassenheid (Thomson & Rudolph, 2000:167).

2.4 BASIESE PERSPEKTIEWE AS GRONDSLAG VIR DIE GESTALT BENADERING

Die fenomenologiese perspektief, die eksistensiële perspektief en die sisteemteorie verskaf die teoretiese onderbou waarop die gestaltbenadering hoofsaaklik gegrond is en word vervolgens bespreek.

2.4.1 FENOMENOLOGIESE PERSPEKTIEF

Fenomenologie is 'n dissipline wat die mens help om homself te distansieër van die wyse waarop hy gewoonlik dink, sodat hy die verskil kan waarneem tussen dit wat in die huidige situasie ervaar word, en dit wat vanuit die verlede oorgedra is om die huidige realiteit te vorm (Yontef, 1993:129). Die gestaltterapeut beskou dit wat subjektief in die huidige ervaar word, sowel as wat objektief waargeneem word as getroue en belangrike data.

Die hoofdoel van gestaltterapie is juis fenomenologies van aard omdat dit fokus op die bewustheid van die huidige, die realiteit. Die terapeut poog dus om deur bewustheid insig by die kliënt te bewerkstellig. Bewustheid en eksperimentering is dus noodsaaklik vir insig.

Die paradoksale teorie van verandering sluit nou aan by die fenomenologiese perspektief. Beisser (1970:110) benadruk dat verandering in 'n individu net plaasvind as die individu word wie hy werklik is, nie wanneer die individu probeer wees wie hy nie is nie. Individue, veral kinders en adolessente, probeer dikwels wees soos ander belangrike persone of maats van hulle verwag om te wees en nie soos hulle werklik is nie. Yontef (1993:26-28) meen hoe meer 'n individu probeer om te wees wie hy nie is nie, hoe meer bly hy dieselfde. Die paradoks is juis dat hoe meer 'n individu probeer om dieselfde te bly, hoe meer verandering, in verhouding met sy omgewing, plaas vind.

Die realiteit sal dus vir die individu voortdurend verander soos wat insig bewerkstellig word. Wat gister realiteit was, is nie noodwendig realiteit in die hier en nou nie, daarom verander die behoeftes van die individu soos die realiteit as figuur grond verander. Wanneer die behoefte as huidige realiteit dus nie aandag geniet en bevredig word nie, beweeg dit steeds saam in die toekoms in as '*unfinished business*'.

2.4.2 "FIELD THEORY" (SISTEEMTEORIE/VELDTEORIE)

Gestaltterapie word op die "*field theory*" gebaseer wat gegrond is op die beginsel dat die organisme gesien moet word binne sy omgewing, as deel van 'n voortdurende veranderende omgewing. Die veldteorie is dus die verkenning van die veld in geheel waarvan die huidige situasie of gebeurtenis deel is. Die sisteem kan beskou word as 'n geheel waar die dele in onmiddellike verhouding tot mekaar staan en op mekaar reageer sodat geen deel onaangeraak word deur wat verder in die omgewing gebeur nie (Yontef 1993:130). Die mens in sy lewensruimte verteenwoordig die veld in die gestaltterapie. Die mens is deel van sy omgewing en kan nie los daarvan begryp word nie en word voortdurend daardeur beïnvloed. (Vergelyk Yontef, 1999:11; Yontef 1993:130 & Corey, 2000:307;

Joubert, 1997:83.) Die mens in sy lewensruimte is 'n veld. Geen aksie is dus ongebonde nie, dit wat nou gebeur beïnvloed weer iets in tyd en ruimte. Gestaltterapeute bestee dus besondere aandag aan en ondersoek wat gebeur op die grens tussen die individu en die omgewing waarbinne hy funksioneer. Volgens Yontef (1993:130) en Clarkson (1989:8) werk gestaltterapie met die hier-en-nou, maar is voortdurend bewus daarvan dat die hier-en-nou, oorblyfsels en introjekte van die verlede insluit, soos gewoontes, boodskappe en gedagtes. In die geval van die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse, mag daar baie negatiewe introjekte bestaan wat tydens terapie aangespreek moet word.

Navorsers beskou die adolessent as 'n integrale deel van die gesin. Enigiets wat met die adolessent (veld) gebeur, beïnvloed noodwendig die gesin en ook andersom. Alles wat die adolessent van ander persone in sy lewe aanleer of oorneem, beïnvloed weer sy aksies en optrede. Die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse staan dus nie net as individu met 'n probleem nie, maar is deel van 'n sisteem waarbinne voortdurende verandering plaasvind. Therapie met die adolessent kring dus wyer uit na al sy sisteme soos die gesin as geheel, die skool, sport, verenigings, en alle ander sisteme waarvan hierdie individu deel is.

2.4.3 EKSISTENSIËLE PERSPEKTIEF

Eksistensialisme is op die fenomenologiese metode gebaseer. In Eksistensialisme word gefokus op die mens se bestaan, onderlinge verhoudinge, lief en leed soos dit regstreeks ervaar word (Yontef, 1993:130). Selfmisleiding is die basis van onopregtheid: die uitleef daarvan gee aanleiding tot skuldgevoelens en angstigheid. Gestaltterapie is 'n metode waardeur die individu kan groei tot opregtheid, eerlikheid, betekenisvolle besluitnemering en om sy eie bestaan op 'n betekenisvolle wyse te organiseer. Die eksistensialis gaan van die veronderstelling uit dat die mens voortdurend besig is om homself te ontdek en aan te pas. Daar is dus geen deel van die menslike natuur wat vir eens en vir altyd ontdek word nie. Daar is altyd nuwe horisonne, nuwe probleme en nuwe geleenthede (Yontef 1993:131).

Volgens Yontef (1993:155) en Corey (2000:195) is gestaltterapie eksistensiël omdat dit gegrond is op die siening dat die mens altyd in 'n proses is om homself te wees en te herontdek. Yontef (1993:129) konstateer verder dat gestaltterapie op die proses fokus, naamlik dit wat gebeur, eerder as op die inhoud wat bespreek word. Dit wat nou is en wat nou gebeur, is meer belangrik as dit wat was, moet wees, kon wees of behoort te wees.



Volgens O'Leary (1992:6) is die basiese mening van die eksistensiële denkers dat elke individu persoonlike verantwoordelikheid moet neem vir sy eie bestaan.

Adolesensie kan dus gesien word as 'n tydperk waarin bewuswording van die self en selfontdekking plaasvind, waarin 'n eie identiteit ontwikkel word. Bewuswording dus van die eie eksistensie. Leerhindernisse vorm dus deel van hierdie realiteit en ontdekking van die self en die onvermoë om akademies te presteer as gevolg van verskeie faktore. Die potensiaal van groei, ontwikkeling en herontdekking kan benut word om die adolessent te motiveer om verantwoordelikheid vir sy lewe en toekoms te aanvaar.

2.5 TEORETIESE FUNDERING VAN DIE GESTALT BENADERING

Gegrondevs op die teoretiese fundering van gestaltbenadering, is in hierdie studie gepoog word om vas te stel watter meganismes (gedrag) die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse gebruik om homself in stand te hou. In groepsterapie is hierdie meganismes met hulle deurgewerk en nuwe meganismes is saam met die adolessente ontwikkel en geïmplementeer, om gestalbalans te verkry ten einde onafhanklik te kan funksioneer en hulself steeds na waarde te ag ten spyte van hul leerhindernisse.

2.5.1 HOLISME

Holisme is een van die belangrikste grondbeginsels van gestaltterapie en gaan van die standpunt uit dat die geheel meer is as die som van die onderskeie dele waaruit dit bestaan (Latner, 1986:4; Aronstam, 1989:631). Elke mens vorm 'n geheel met liggaam, emosie, denke, sensasie en persepsie (Clarkson, 1989:17-18; Joubert, 1997:83). Omdat die gestaltterapie belang stel in die persoon as geheel, word geen klem gelê op enige besondere aspek van die individu nie. Die klem val op: integrasie; hoe die dele in mekaar pas en hoe die individu kontak met die omgewing maak. Alhoewel daar onderskeid tussen die dele gemaak kan word, kan hulle nooit geskei word nie (Harman, 1995:13; Blom, 1997:11). Klem moet dus gelê word op die onderskeibare eenheid van die liggaam, emosionele, kognitiewe, geestelike aspekte, taal, denke en gedrag.

Tydens terapie met die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse is dit dus besonder belangrik dat die adolessent as holistiese wese in ag geneem moet word. In hierdie gevalle word soveel klem deur ouers en onderwysers op die intellek en gedrag van die adolessent geplaas, dat dit meestal buite rekening gelaat word dat die adolessent ook emosioneel en sosiaal deur die wanfunksionering op akademiese gebied geraak word.

Wedersydse beïnvloeding tussen individu en gesin/omgewing vind ook plaas deurdat die gesin en sibbe onder andere geraak word deur die adolessente leerder met leerhindernisse. Emosioneel, fisies en finansiëel het dit 'n invloed op die gesin, wat dan weer 'n uitwerking op die adolessent het wanneer die adolessent beleef dat die ouer hom verwerp as gevolg van sy onvermoë om akademies te presteer.

2.5.2 GESTALTFORMASIE

Perls sien gestaltformasie as 'n voortdurende proses. Hierdie proses beskryf die wyse waarop die individu sy omgewing van oomblik tot oomblik organiseer (Corey, 2000:308). Homeostase en bewustheid is belangrike begrippe wat ineengevleg word om gestaltformasie te beskryf. Navorsers beskou dit as 'n oorkoepelende begrip wat al die ander toepaslike teoretiese konsepte in die gestaltbenadering omvat en insluit.

2.5.3 ORGANISMIËSE SELF-REGULERING/ HOMEOSTASE

Vanuit die gestaltteorie word alle gedrag beheer deur 'n proses wat homeostase of organismiëse selfregulering genoem word. Dit is 'n natuurlike, inherente proses wat die individu gebruik om sy ewilbrium of balans onder verskillende omstandighede en dus sy gesondheid, in stand te hou (Blom, 2006:230; Bloem, 1995:47). Daar word voortdurend vanuit die eksterne omgewing en ook vanuit die individu self (interne omgewing) faktore ondervind wat hierdie ewilbrium versteur. In 'n strewe om die ewilbrium of balans in stand te hou, poog die individu om deur die proses van selfregulering sy behoeftes te bevredig. Sodra die behoefte bevredig is, word 'n balans verkry, dus homeostase bereik totdat 'n volgende behoefte na vore tree en die proses herhaal word soos in Figuur 2.1 voorgestel word. (Vergelyk Patterson, 1980:433; O'Leary, 1992:12; Sinay, 1997:167.)

Spesifieke leerhindernisse versteur dus die gesonde funksionering van die adolessente leerder aangesien dit nie opgelos word en die adolessent kan voortgaan om weer die balans te herstel nie. Sodoende word onvanpaste ander meganismes en gedragswyses aangeleer om die 'balans' te herstel. Dit kan tot gevolg hê dat die adolessent vashaak in 'n fase van sy ontwikkeling wat sy totale gesonde funksionering kan versteur met negatiewe gevolge vir sy toekoms aangesien hy nooit tot volkome homeostase kan kom nie.

- **EKOLOGIESE INTERAFHANKLIKHEID**

Die individu bestaan deur die onderskeiding van die self van die ander en deur die binding van die self en ander. Ten einde goeie kontak te maak met die eie wêreld is dit nodig om uit te reik en die eie grense te ontdek. Effektiewe selfregulasie sluit in kontak waarin die self bewus word van aspekte in die omgewing wat potensiaal voedend of giftig kan wees. Die

voedende aspekte word geassimileer en alles anders word verwerp. Sodoende word groei bewerkstellig (Yontef, 1993:141).

'n Eie mening is dat dit juis tydens adolessensie is wanneer die adolessent abstrak begin dink en norme, waardes, boodskappe begin oorweeg en hierdie aspekte deel van homself maak, met ander woorde assimileer of dit verwerp en rebelleer teen bestaande waardes, norme of grense wat nie vir hom betekenisvol is nie. Alhoewel hy meer onafhanklik word, bly hy steeds afhanklik en dit veroorsaak konflik in homself wanneer hy nie op 'n gesonde wyse losmaking kan bekom en sy grense ontdek nie.

- **REGULASIE VAN DIE GRENSE**

Ten einde homeostase te verseker moet die grense tussen die self en die omgewing deurdringbaar genoeg wees om uitruilings tussen die self en die omgewing deur te laat, maar tog ferm genoeg om outonomie van die individu te verseker. Metaboliese prosesse word deur die wette van homeostase beheer. Die belangrikste behoefte dring die organisme binne totdat dit vervul is, of onderdruk word deur 'n dringender behoefte. Sodoende streef die organisme na balans van die een oomblik na die volgende en na die volgende behoefte (Yontef, 1993:142). Voortdurende wisselwerking vind dus plaas tussen die organisme en sy omgewing.

Perls stel juis die paradoks van verandering as hy benadruk dat 'n mens groei deur meer te word wat hy werklik is, en om nie te probeer anders wees nie (Beisser, 1970:110). Nog 'n paradoks wat Perls gestel het, is hoe die gestaltteorie met ongewenste denke en gevoelens te werk gaan. Die enigste manier om van ongewenste denke en gevoelens ontslae te raak, is om hulle eerstens te aanvaar en daarna toe te laat dat hulle tot uiting kom. Dit staan in verband met selfaanvaarding en om sodoende die self in balans en harmonie te bring met die geaardheid. Die gestaltterapeut sal byvoorbeeld vir die kliënt sê: "*feel your pain as much as you do*" (Smith, 1987:34). 'n Verdere paradoks wat Perls uitwys, is dat die terapeut '*cruel*' moet wees ten einde '*kind*' te wees. Die terapeut moet dus só optree dat groei gefasiliteer word by die kliënt.

- **DIE VOORGROND-AGTERGROND FORMASIE**

Die voorgrond-agtergrond formasie (*figure-ground*) proses is interverweef met die beginsel van organismiese self-regulasie of homeostase wat die aard van die verhouding tussen die individu en die omgewing beskryf. Alle lewende organismes het sekere behoeftes wat bevredig moet word om hul voortbestaan te verseker. Die individu het verskillende

behoefte op verskillende tye en elke behoefte versteur die ekwilibrium van die individu. Wanneer ekwilibrium versteur word deur die verskyning van 'n behoefte, sensasie of belangstelling, sal die individu sekere bronne onderskei wat hierdie behoefte kan bevredig. Organismes sal alles binne hul vermoë doen om hulself in ekwilibrium te hou deur gebruik te maak van hul eie kapasiteit of bronne uit die omgewing. Indien hierdie bewustheid nie na vore tree of die nodige aktiwiteit tot gevolg het nie, is terapie nodig om die nodige bewustheid te ontwikkel wat aanleiding gee tot betekenisvolle keuses en verantwoordelikheid. (Vergelyk Frankel, 1984:44; Joubert, 1997:84 ; Corey, 2000:308.)

Die gesonde persoon, fokus op een behoefte (*'figure'*) op 'n slag terwyl ander behoeftes na die agtergrond (*'ground'*) verskuif. Wanneer die voorgrond behoefte bevredig is (of die gestalt voltooi is), verskuif dit na die agtergrond en 'n nuwe behoefte beweeg na vore (Thompson & Rudolph, 2000:165,167; Smith, 1987:18). Dit word die proses van homeostase genoem. Die gladde wisselwerking van die *'figure-ground'* is bepalend vir die ontwikkeling en funksionering van 'n gesonde persoonlikheid.

Die proses van figuur-grond-interaksie is voortdurend aan die gang. Die figuur wat na vore tree, is die mees dominante behoefte wat aandag vereis. Sodra die behoefte bevredig word, is die gestalt voltooi en verdwyn die behoefte in die agtergrond om plek te maak vir 'n nuwe behoefte wat na vore tree. Die individu wat die proses op 'n betekenisvolle wyse ervaar, het 'n gesonde funksionering. Hierdie individu is in staat om aan een behoefte op 'n keer aandag te gee (Aronstam, 1989:631; Thomas & Rudolph, 1996:142). O'Leary (1992:2) is van mening: *"When a person's experiences from a meaningful whole, healthy functioning exists. A smooth results when certain happenings are in the focus of awareness, while others are in the background."*

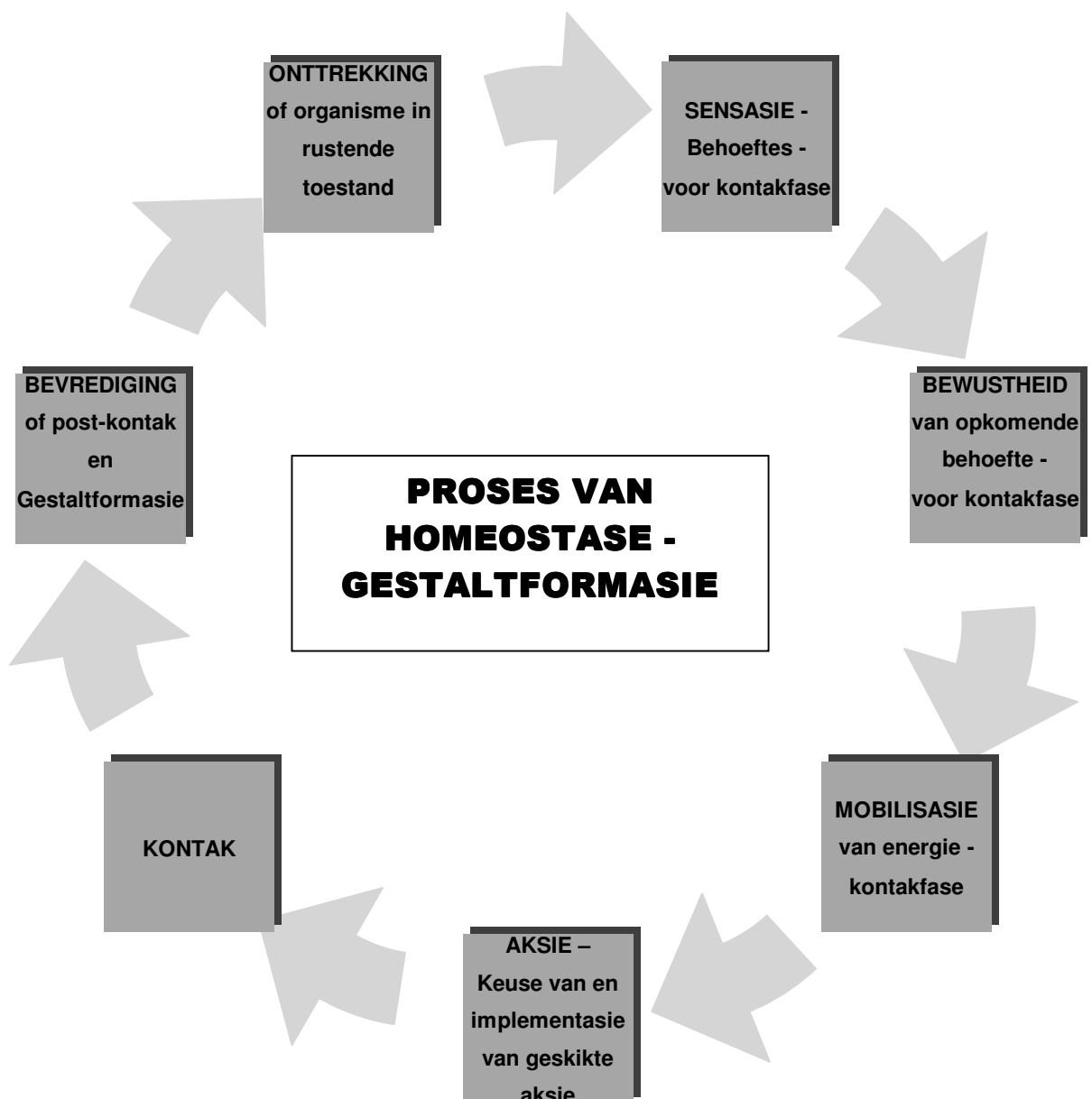
Wanneer die voorgrondbehoefte nie bevredig word nie, noem Perls dit *'unfinished business'*. (Vergelyk Frankel, 1984:43.) Hierdie onvoltooidheid veroorsaak gevoelens soos frustrasie, ongemak, aggressie en spanning wat in adolessente se gedrag na vore kan kom. Fankel (1984:43) meen: *"Any time a natural expression of feeling is repressed, it creates unfinished business with those who demands compliance."*

Navorsers glo dat probleme ontstaan wanneer *'unfinished business'* (voorgond behoefte wat nie voldoende bevredig word nie), voortdurend op die voorgond bly en dat verskeie behoeftes tegelyk meeding om aandag. Die individu moet dan aan te veel behoeftes tegelyk aandag gee. Verskeie onafgehandelde behoeftes roep dus om volkome bevrediging en

beweeg nie na die agtergrond as gevolg van afhandeling nie. By die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse kan dit wees dat daar verskeie emosionele behoeftes teenwoordig is en terselfdertyd saam met die leerhindernisse tot vervulling roep en dit tot intense probleme kan aanleiding gee en die leerhindernisse intensiveer.

Die proses van homeostase kan in Figuur 2.1 as volg voorgestel word:

FIGUUR 2.1: PROSES VAN HOMEOSTASE-GESTALTFORMASIE



(Vergelyk Clarkson, 1995:29; Cole, 1997:49; Joubert, 1997:85.)

Oaklander (1994a:144) glo dat adolessente op redelik aanvaarbare wyses volgens hul ontwikkelingsvlak op wanfunksionering binne die gesin, traumas, krisisse of verliese sal reageer. Hulle het die neiging om hulself te blameer wanneer dinge verkeerd loop en sal enigiets binne hul vermoë doen om in eie behoeftes te voorsien en sodoende homeostase te probeer behou.

Leerhindernisse by adolessente kan volgens navorsers meebring dat hulle verskeie onvervulde emosionele en sosiale behoeftes het, wat tegelykertyd om vervulling roep. Dit mag meebring dat ongewensde gedrag openbaar word ten einde eie homeostase te handhaaf. Hierdie gedrag kan onder andere afknouerigheid, gebrek aan konsentrasie, aandagsoekerigheid of aggressiwiteit wees. Adolessente moet dan gehelp word om bewus te word van hul onaanvaarbare gedrag en nuwe gedragswyses uittoets om ekwilibrium te bereik.

'n Gestalt is onvoltooid wanneer 'n adolessent vernedering ervaar, seergemaak word, kwaad of hartseer ervaar en hierdie gevoelens nie uitgedruk en hanteer word nie. Dit bly dus geblokkeer en onopgelos. Onopgeloste gestalt berooft 'n individu van energie, bly in die agtergrond, soek voortdurend na bevrediging, benadeel gesonde selfregulering en kontak met die omgewing en benadeel die bevrediging van nuwe gestalt (O'Leary, 1992:14-15). Onvoltooidesituasies/ervarings ontnem dus die adolessent van die nodige motivering om in ander aktiwiteite betrokke te raak en gesond en energiek te funksioneer.

2.5.4 BEWUSTHEID

Volgens Yontef (1993:129) is die doel van Gestalt, om bewustheid of insig te verkry. Hy stel dit soos volg: *"Insight is...the formation of a gestalt in which the relevant factors fall into place with respect of the whole."* Hy brei daarop uit deur Laura Perls aan te haal:

"The aim of Gestalt therapy is the awareness continuum, the freely ongoing Gestalt formation where what is of greatest concern and interest to the organism, the relationship, the group or society becomes Gestalt, comes into the foreground where it can be fully experienced and coped with (acknowledged, worked through, sorted out, changed, disposed of, etc.) so that then it can melt into the background (be forgotten or assimilated and integrated) and leave the foreground free for the next relevant Gestalt."

Bewustheid sluit verskeie aspekte van die bestaan van die mens in. Die persoon moet bewus wees van sy eie innerlike gevoelens en prosesse, sowel as ander mense en voorwerpe in die omgewing (Congress, 1995:1117). Hierdie bewustheid van ervaringe en die omgewing (insluitende fisiese en emosionele ervaringe) geskied deur die kontak wat die individu maak deur sy sintuie: deur te sien, te hoor, aan te raak, te proe en te ruik. (Vergelyk Ludick, 1995:74; Blom, 2006:92). Yontef (1993:144) beskryf volle bewustheid as die proses waardeur kontak met die belangrikste gebeure in die individu/omgewing plaasvind met volle sensories-, motories-, emosionele-, kognitiewe- en energieke ondersteuning. Polster en Polster (1974:128) en Oaklander (1988:57) is van mening dat daar by bogenoemde vyf sintuie nog twee kontakfunksies gevoeg word naamlik praat en beweeg. Oaklander (1988:121) beklemtoon ook dat ons bewus moet wees van ons sesde sintuig naamlik intuïsie en daarna moet luister.

Effektiewe bewustheid is gegrond op en aangevuur deur die dominante behoefte van die organisme op 'n spesifieke oomblik. Dit behels nie slegs selfkennis nie, maar ook kennis van die huidige situasie. Enige ontkenning van die situasie of die eise daaraan verbonde is 'n versteuring van bewustheid (Yontef 1993:144). Betekenisvolle bewustheid is van die self in die wêreld, in dialoog met die wêreld en met ander – dit is nie net 'n na binne gerigte introspeksie nie. Bewustheid gaan gepaard met eienaarskap, dit is die proses waardeur die individu kennis dra van sy beheer oor, keuse van en verantwoordelikheid vir eie gedrag en gevoelens. Bewustheid is kognitief, sensories en affektief (Yontef 1993:145). Die persoon wat sy situasie verbaal erken, maar dit nie werklik sien, ken, op dit reageer en dit aanvoel in respons daarop nie, is nie ten volle bewus en in kontak nie. (Vergelyk paragraaf 2.5.7.)

Perls, Hefferline and Goodman (1996:75) omskryf bewustheid as:

“Awareness is the spontaneous sensing of what arises in you – of what you are doing, feeling, planning; intro-spection in contrast, is a deliberate turning of attention to these activities in an evaluating, correcting, controlling, interfering way, which often, by the very attention paid them, modifies or prevents their appearance in awareness.”

Aronstam (1989:635) is van mening dat die individu deur volle bewustheid in staat gestel word om sy mees dominante behoefte te identifiseer en toepaslik kontak met sy omgewing te maak, ten einde sy behoeftes te bevredig, aandag te gee aan hoe hy selfregulering laat plaasvind of onderbreek en verantwoordelikheid vir sy eie gedrag aanvaar. Yontef (1993:150) en Bloem (1995:49) is van mening dat bewustheid beteken om die omgewing te

ken, verantwoordelikheid vir keuses te neem, selfkennis, selfaanvaarding en die vermoë om kontak te maak.

Bewustheid geskied dus altyd binne die raamwerk van die hier-en-nou. Die handeling van bewustheid is altyd hier-en-nou al is die inhoud daarvan uit die verlede. Die handeling van onthou is **nou**; wat onthou word is nie **nou** nie.

Gedrags- en emosionele probleme by adolessente word vanuit die Gestaltbenadering gesien as die manifestasie van onbevredigende maniere om behoeftes te identifiseer en te bevredig. Oaklander (1988:71-72) stel dit so:

“As the child finds himself through the therapy experience, he becomes more aware of who he is, what he feels, what he needs, what he wants, what he does and how he does it. He then finds he has choices to make and often will experiment with them. He will drop the unproductive behaviours that bring him into therapy.”

Bewustheid versterk die sin vir die self (Oaklander, 1994a:143). Die adolessent kan binne gestaltterapie meer bewus gemaak word van die huidige deur die volgende vrae te vra:

- Wat ervaar jy nou?
- Hoe voel jy nou terwyl jy praat?
- Hoe ervaar jy nou die angstigtheid in jou liggaam?
- Hoe probeer jy op hierdie oomblik onttrek, en hoe vermy jy kontak met onaangename gevoelens?
- Hoe voel jy op hierdie oomblik – soos jy daar sit en probeer praat?
- Wat gebeur nou met jou stem terwyl jy met jou pa praat?

Om bewustheid van die huidige te behou, moet die spelterapeut konsentreer op die adolessent se bewegings, houdings, taalpatrone, stem, gewoontes en interaksie met ander (Frankel, 1984:43; Corey, 2000:309). Oaklander stel dat ervaring die sleutel tot bewustheid is (Oaklander, 1994a:146). Die adolessent moet dus tydens terapie die geleentheid gegee word tot 'n verskeidenheid ervarings om sodoende bewustheid te bevorder.

Bewustheid kan dus beskou word as die wegspringplek sowel as grondslag van gestaltterapie. Die sintuie is die toegangshekke tot bewustheid en daardeur word

bewustheid bevorder of benadeel. Bewustheid is dus binne terwyl kontak na buite gemaak word op die kontakgrens.

Die fokus van gestaltterapie is dus bewustheid van denke en gevoelens in die hier-en-nou. Dit op sigself word deur Perls as helend beskou. Deur bewustheid ervaar individue kragte in hulself wat nodig is om probleme op te los en ontdek hulle die omstandighede wat verandering moontlik sal maak. Indien die persoon sy bewustheidskontinuum kan verhoog, kan hy die belangrikste onvoltooide situasie na vore laat tree en daaraan aandag gee ten einde die gestalt te voltooi. (Vergelyk Thompson & Rudolph, 2000:164,167; Corey, 2000:305; Yssel 1997:98; Aronstam, 1989:639.)

Bewustheid en dialoog is volgens Yontef (1993:144) die twee primêre terapeutiese hulpmiddels (tools) in Gestaltterapie. Bewustheid is 'n vorm van ervaring wat as in kontak met die eie bestaan *'in touch with one's own existence'* beskryf kan word.

Die funksie van die terapeut is nie om direkte verandering by die individu te weeg te bring nie, maar eerder om hom by te staan in die ontwikkeling van bewustheid en in die beleving van die hier-en-nou (Corey, 2000:306).

Dit is volgens Schoeman (1996:52) belangrik dat die adolessent bewus moet wees van die spektrum van emosies. Dit kan gedoen word deur aan die adolessent 'n kaart te wys met gesiggies wat emosies reflekteer. Hy kies dan die gesiggie waarmee hy op daardie oomblik kan identifiseer. Oaklander (1988:122) is ook van mening dat dit belangrik is om aan die adolessent die geleentheid te bied om te kies hoe hy sy emosies wil beskryf of uitdruk.

Die adolessent vind dit gewoonlik interessant om te hoor hoe sy liggaam op emosies reageer. Gedurende terapie word die adolessent se aandag gevestig op sy liggaam se reaksies op spesifieke emosies. Deur tekens in sy liggaam te identifiseer, kan die adolessent beter voorberei word om sy emosies te hanteer. Oaklander (1988:123) stel dit so: *"It is only when we acknowledge our feelings and experiences that we can release them and use our total organism for other things."*

Oaklander (1988:123) beskryf die gebruik van 'n bewustheidskontinuum in 'n speletjie. Dit is daarop gerig om die mens meer bewus te maak van sy liggaam en dit help die adolessent om ontslae te raak van onderdrukte negatiewe emosies. Gedurende die speletjie neem die terapeut en die adolessent beurt om binne en buite bewustheid te rapporteer. Die terapeut mag byvoorbeeld sê dat sy swaar voel binne. Die adolessent mag sê dat hy voel soos 'n

klein bang voëltjie. Na 'n tyd word die klem na buite verskuif. Die terapeut sal byvoorbeeld sê dat sy verleë voel omdat haar jas se knoop af is. Hulle vertel dan ook wat hul van mekaar waarneem. "Ek sien jou bruin oë en gloeiende wange." Gedurende hierdie tegniek word baie aandag aan die adolessent se houding, gesigsuitdrukking en belangstellings gegee. Die adolessent se aandag word soms op die verlede gefokus. Die adolessent mag sy gedagtes verbind aan sy onderwyser terwyl hy met die klei speel. Hy kan dan moontlike negatiewe gevoelens verbaliseer en soos die emosies uitgedruk word, begin hy oor probleme gesels. Hanteringstrategieë en moontlike alternatiewe gedrag kan bespreek word. Die adolessent word bewus gemaak van sy eie sterkpunte en 'n steunstelsel word geïdentifiseer.

Die maatstaf vir sukses tydens die gestaltherapie is die mate waarin die kliënt gegroei het tot bewustheid, om verantwoordelikheid vir sy dae te aanvaar en tot watter mate omgewingsteun verskuif het na selfsteun.

Cole (1997:49) stel dit so: *"Helping our clients integrate their affective experience into the whole of their lives is an essential aspect of the work of the Gestalt therapist."*

Dit is dus belangrik om die individu se totale bewustheid in die huidige te verhoog. Hy moet bewus gemaak word van **wat** hy doen, **hoe** hy dit doen en hoe hy homself kan verander en tegelykertyd leer om homself te aanvaar en van waarde te ag. Terwyl die individu dus binne sy omgewing funksioneer, maak hy gebruik van meganismes om homself in balans te hou ten einde tot onafhanklikheid te groei. Om die individu te help om emosionele ervarings in sy lewe te integreer, is dus 'n essensiële taak van die gestaltherapeut.

2.5.5 HIER-EN-NOU

Een van die belangrikste bydraes van die gestaltherapie is die klem wat geplaas word op die aanleer van die vermoë om die huidige ten volle te beleef en te waardeer (Corey, 2000:309; Thompson & Rudolph, 2000:167). Hierdie fokus op die huidige beteken nie dat die verlede nie as belangrik geag word nie, maar slegs dat die verlede belangrik is in soverre dit gekoppel is aan die huidige funksionering (Congress, 1995:1118).

In gestaltherapie bring die adolessent probleme uit die verlede na die huidige deur die situasie weer uit te speel asof dit in die huidige plaasvind. Melnick (in Corey, 2000:309) noem die voorbeeld van 'n individu wat praat oor hoe moeilik dit vir haar was om saam met haar vader te lewe. Die terapeut vra dan dat sy in die hier-en-nou moet wees met haar

vader en direk met hom moet praat. Die terapeut sê dan: “Bring jou vader hier in die kamer in nou, en laat jouself teruggaan na die tyd toe jy ‘n kind was. Vertel hom nou, asof jou weer ‘n kind is, wat jy die graagste vir hom sou wou sê.” Sodoende kan die terapeut die adolessent aanmoedig om op die huidige te fokus. Fritz Perls het “die leë stoel” tegniek ontwikkel (Oaklander, 1988:151). Die persoon met wie gepraat word, word dan aangespreek asof hy in die stoel sit. Om *met* die persoon te praat is kragtiger as om *van* hom te praat.

Die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse moet in gestaltterapie voortdurend terugbring en bewus gemaak word van wat binne die huidige situasie gebeur. Daarvandaan kan belewenisse deurgetrek word na die eie individuele lewe en die mees gepaste oplossings gevind word vir probleme ten opsigte van sosio-emosionele funksionering. (Vergelyk paragraaf 3.7.)

2.5.6 KONTAK EN KONTAKGRENSE

In gestaltterapie is kontak ‘n belangrike kernaspek wat verwys na die aard en kwaliteit van die wyse waarop ‘n individu kontak maak met homself en sy omgewing (Latner, 1986:45). ‘n Individu bestaan deur die self te differensieer van ander en om die self met ander in kontak te bring (Yontef, 1993:141).

Die mens maak kontak met die omgewing deur sy sintuie: sien, proe, hoor, ruik en tas. Wanneer kontak gemaak word met die omgewing, is verandering onafwendbaar. Effektiewe kontak beteken interaksie met die omgewing en ander mense sonder om die eie sin vir individualiteit te verloor. Dit is die voortdurende hernude kreatiewe aanpassing van individue by hulle omgewing. Voorwaardes vir goeie kontak is duidelike bewustheid, energie en die vermoë tot uitdrukking van die self. Polster (in Corey, 2000:310) en Bloem (1995:49) is van mening dat : “...*contact is the lifeblood of growth*”. Daar bestaan slegs oomblikke van hierdie soort kontak, daarom is dit meer akkuraat om te praat van kontakvlakke, eerder as ‘n finale toestand wat bereik is. Na ‘n kontakervaring vind daar gewoonlik onttrekking plaas om dit wat geleer is te integreer (O’Leary, 1992:29; Aronstam, 1989:635; Yontef, 1993:206-207). Volgens Oaklander (1988:57) is adolessente wat probleme op emosionele vlak ondervind nie in staat om een of meer van hulle kontakfunksies suksesvol te gebruik om kontak met volwassenes, ander adolessente of hulle omgewing in die algemeen te maak nie.

Volgens O’Leary (1992:29) kan ‘n kontakgrens beskou word as die grens tussen die organisme en sy omgewing, wat ander persone of objekte kan insluit. Die individu word deur middel van sy sintuie by die grens tussen die ‘ek’ en die ‘nie ek’ van inligting voorsien, wat

hom in staat stel om te onderskei op wyses wat noodsaaklik is vir identiteitsvorming en oorlewing. 'n Organisme is dus voortdurend in kontak met sy omgewing ten einde sy behoeftes te bevredig. Hierdie grens moet dus deurdringbaar wees sodat uitruiling kan plaasvind, maar ook ferm genoeg vir outonomie. (Vergelyk Blom, 2006:102-103.)

Navorsers is van mening dat onaanvaarbare gedrag ontwikkel omdat die individu binne 'n sisteem lewe en situasies in wisselwerking en dus op die kontakgrens ontstaan wat veroorsaak dat die individu gedrag ontwikkel om as unieke individu binne die oorweldigende sisteem te bly voortbestaan. Gedrag sal afhang van hoe die kontakgrens van die individu ontwikkel het en hoe deurdringbaar of ondeurdringbaar dit is. Sal 'n adolessent byvoorbeeld ander se menings sonder voorbehoud as sy eie oorneem en sodoende sy eie identiteit nadelig beïnvloed of sal die kontakgrens so ondeurdringbaar wees dat hy geïsoleer sal wees en nie invloede van buite gebruik om te ontwikkel nie?

2.5.7 KONTAKGRENSTERSTURINGS

Vanuit die gestaltbenadering, verwys weerstand na verdedigings wat groeplede/individue ontwikkel wat hulle verhoed om die huidige ten volle en realisties te beleef (Corey, 2000:310).

Terme soos 'weerstand teen kontak' of 'kontakgrensversteurings' word gebruik wanneer persone dit gebruik in 'n poging om hul omgewing te beheer. Blom (2006:103) stel dit soos volg: "...different symptomatic behaviour and contact boundary disturbances can form part of children's strategy to protect their real self from further pain and to try to satisfy their need to acceptance."

In gestaltterapie word die individu aangemoedig om toenemend bewus te word van sy dominante styl om kontak te blokkeer. Deur bewuswording van weerstand teen kontak, kry die adolessent die geleentheid om sy bewustheid te bevorder en aspekte van sy funksionering te ontdek wat verlore gegaan het. Die doel van bewuswording van weerstand, is nie om dit te elimineer nie, maar om bewus te raak van die wyses wat die individu ontwikkel om sy behoeftes te bevredig (Corey, 2000:312).

Baie energie word vermors deur die kunsmatige gedrag in stand te hou en ware kontakmaking te blokkeer. (Vergelyk 2.5.10.) Die individu is nie homself nie en onegte emosies en gedrag word geopenbaar. Hy speel toneel waarskynlik ter wille van vrede of om goeie verhoudings te bevorder. Die individu se behoeftes word egter nie bevredig nie, want

hy blokkeer ware kontakmaking met sy omgewing. Twee belangrike vorme van wanfunksionering tydens kontakmaking is:

Topdog/underdog: innerlike konflik tussen wat die persoon beleef hy **moet** doen (*topdog*) en **wil** doen (*underdog*), lei tot onsekerheid en besluitloosheid.

Fragmentasie: fragmentasie kom voor wanneer die individu op te veel behoeftes gelyktydig fokus en nie kan identifiseer wat die belangrikste is nie. Ambivalensie kom dus voor.

Indien die grens tussen die self en die ander vaag of ondeurdringbaar word, gee dit aanleiding tot steurnisse in die onderskeiding tussen die self en die ander, 'n steuring tussen beide kontak en bewustheid (Yontef, 1993:142). In goeie kontakgrensfunksionering, word daar gewissel tussen kontak en skeiding, tussen in kontak wees met die omgewing en onttrekking van die omgewing. Die kontak met die grens gaan verlore deur twee teenoorgestelde pole in samevloeiing en isolasie. In isolasie word die grens so ondeurdringbaar dat kontak verlore gaan, dit wil sê die belangrikheid van ander vir die self word nie bewustelik ervaar nie.

Gestaltterapie beskryf sewe vorme van weerstand wat ook beskou kan word as kontakgrensversteurings of neuroses: samevloeiing, introjeksie, projeksie, retrofleksie, defleksie, desensitisasie en egotisme. (Vergelyk Congress, 1995:1119-1120; Joubert 1997:93-99; Blom, 2006:39.) Dit word vervolgens bespreek.

2.5.7.1 SAMEVLOEIING

Samevloeiing (*confluence*) beteken dat die individu geen grense tussen hom en sy omgewing ervaar nie, of waar die grense te veel deurdringbaar is (Yontef, 1993:10; Aronstam, 1989:638). Thomson en Rudolph (2000:165) stel dit so: "*People may incorporate too much of themselves into others or incorporate so much of the environment into themselves that they lose touch with where they are. Then the environment takes control.*"

Adolessente wat van samevloeiing as 'n kontakgrensversteuring gebruik maak, het 'n swak selfbeeld en word gekenmerk as die 'plesierders' wat enige iets doen wat van hulle verwag word (Oaklander, 1994b:284-285). Die kind probeer dus voortdurend ander gelukkig hou omdat hy nie meer in kontak met homself en sy behoeftes is nie. Volgens Oaklander

(1994a:145) gee die aspekte van samevloeiende gedrag, soos om soet te wees en ander tevrede te stel, 'n adolessent 'n vals gevoel van die self.

Volgens Clarkson en Mackewn (1994:74) word samevloeiing in terapie egter benut om 'n terapeutiese verhouding en groepskohesie op te bou en die kind bewus te maak van sy eie emosie en behoeftes.

2.5.7.2 INTROJEKSIE

Introjeksie is die proses waardeur die adolessent inhoude (introjekte) vanuit sy omgewing, as deel van sy persoonlikheid opneem, sonder enige evaluering of diskriminasie. Aangesien hierdie inhoude nie werklik deur die individu geassimileer word nie, bly dit onverwerk en vreemd vir hom. Reëls en waardes word aanvaar omdat dit deur 'n ander persoon, byvoorbeeld die ouer of onderwyser, op die adolessent afgedwing word deur gesag, straf en/of beloning. Hierdie onverwerkte gevoelens, gewoontes, maniere van optrede en evaluering, word gebruik asof dit die adolessent se eie is. (Vergelyk Yontef 1993:142; Aronstam, 1989:638; Joubert, 1997:94.) Oormatige pogings om ander te plesier of te beïndruk of probleme om besluite op sy eie te neem of die begeerte om gedurig van ander se liefde vir hom verseker te word, is tekens van introjeksie.

Die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse wat introjeksie as kontakgrensversteuring gebruik, neem passief in wat die omgewing voorsien. Etikette soos 'dom' en 'lelik' word aanvaar en sy eie gemaak. Volgens Blom (2006:104) kan introjekte aanleiding gee tot 'n swak sin vir self in kinders aangesien hulle voel dat hulle slegs voorwaardelik aanvaar word. Hulle kan byvoorbeeld oordrewe 'slim' optree en dan maklik ontstel word wanneer hulle gekorrigeer word omdat hulle ervaar dat dit beteken dat hulle dom is. Hierdie kinders sal hulself ook verkleiner.

2.5.7.3 PROJEKSIE

Projeksie is om die self en die omgewing met mekaar te verwar en die neiging om die omgewing verantwoordelik te hou vir wat in die self ontstaan (Yontef 1993:11 en142). Soos introjeksie die neiging is om die self 'n gasheer te maak van wat deel is van die omgewing, is projeksie die neiging om die omgewing gasheer te maak van wat deel is van die self (Joubert, 1997:95). Die adolessent wat vertel hoe sy maats jok, is dikwels self die sondebok. Die adolessent mag dus emosies ontken omdat sy sin vir die self nie sterk genoeg is om verantwoordelikheid vir homself te aanvaar nie. Oaklander (1994a:145) meen dat die adolessent projeksie gebruik om homself te beskerm en verlies van sy eie emosies

te hanteer. Die individu maak dus eienskappe van homself wat inkongruent met sy selfbeeld is, los van homself en skryf dit aan andere in sy omgewing toe.

Voorbeelde van projeksie by die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse kan wees: aggressiewe gedrag, blamering van onderwysers, ouers of andere uit sy omgewing vir sy swak punte, afknouerigheid teenoor sibbe of ander wat goed presteer en die verniel van ander se besittings.

2.5.7.4 RETROFLEKSIE

Retrofleksie is wanneer daar 'n skeiding in die self ontstaan; wanneer die self sekere aspekte van die self nie aanvaar nie en dit weerstaan (Yontef 1993:142).

Retrofleksie is:

- die proses waar die individu aan homself doen wat hy eerder aan ander sou wou doen (die self vervang nou die omgewing) of;
- wanneer die individu aan homself doen wat hy eerder sou wou hê ander moet aan hom doen. (Vergelyk Polster & Polster, 1973:83; Frankel, 1984:160.)

'n Voorbeeld hiervan is die impuls om woede uit te spreek, maar die lip word dan eerder gebyt as om iets te sê of voortdurende maagpyn of hoofpyn sonder fisiese oorsake. (Vergelyk Blom, 2006:104.)

Hierdie wanfunksionering geskied onbewustelik en gee aanleiding tot isolasie (Yontef 1993:142). Deel van gestaltterapie is om die individu te help om 'n self-regulerende sisteem te ontwikkel sodat realisties met die wêreld omgegaan kan word. Gedurende die inisiële fase van terapie, kan retrofleksie waargeneem word deur die neiging van sommige persone om 'terug te hou' deur baie min te praat en min emosie te toon (Corey, 2000:311).

Navorser beskou retrofleksie as 'n onbewustelike innerlike begeerte by die adolessent om homself in stand te hou deur andere te betrek deur sy gedrag op hulle te fokus. Dit gebeur ook dat die adolessent op homself fokus omdat hy nie die innerlike sterkte het om ander te betrek by sy begeertes nie. Daar is dus nie duidelikheid by die adolessent oor presies wie hy wil betrek by sy gedrag nie.

2.5.7.5 DEFLEKSIE

Defleksie is ter sprake wanneer 'n gevoel of verbale respons weggelei word na ander skynbare inkongruente gedrag (Frankel, 1984:162). Dit gebeur byvoorbeeld wanneer die

onderwerp in 'n gesprek verander word, wanneer trane teruggehou word, (daarvan te deflekteer) of wanneer 'n mens taktvol is eerder as om direk te konfronteer. Defleksie sluit introjeksie en projeksie as deel van gedrag in. 'n Introjek "Jy mag nie huil nie" kan lei tot deflektiewe gedrag in hartseer situasies. Defleksie kan dan 'n alternatief wees om geïntrojekteerde reëls na te kom (Yontef, 1993:143).

Oaklander (1994b:284) meen die adolessent pas defleksie toe deur gedrag soos woedeuitbarstings, selfdestruktiwe gedrag, fantasering of dagdromery te benut. Energie word dus ontoepaslik benut en die adolessent weet nie dat sy gedrag nie toepaslik is om sy probleem op te los nie.

Defleksie of wegkaatsing van probleme of belewenisse kom voor wanneer die individu of groep nie aan 'n probleem wil werk nie. Probleme kan byvoorbeeld deur oordrewe humor, abstrakte veralgemenings en vrae, in plaas van stellings ontken word. Defleksie word ook as kontakgrensversteuring gebruik wanneer die adolessent oormatig skaam of teruggetrokke is en nie kontak maak nie deur onder andere gereelde woedebuie of dagdromery.

Die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse maak dikwels van hierdie vorm van kontakgrensversteuring gebruik as metode om probleme te hanteer, aangesien dit die probleem weg van homself weerkaats en hy dan nie deur emosionele pyn hoef te gaan en verantwoordelikheid vir onaanvaarbare gedrag hoef te aanvaar nie. Die motivering vir hierdie gedrag geskied onbewustelik.

2.5.7.6 DESENSITISASIE

Erg getraumatiseerde kinders desensitiseer hulleself dikwels om van die seerkry wat hulle beleef het, weg te kom (Oaklander 1994a:149). Die kind funksioneer dus met so min as moontlik fisiese en emosionele ervaring. Clarkson en Mackewn (1994:77) beskryf desensitisasie as: "*The process by which we numb ourselves of the sensation of our bodies. The existence of pain or discomfort is kept out of awareness*". Die individu sluit homself af van liggaamlike en emosionele ervaring om homself teen pynlike ervarings te beskerm.

2.5.7.7 EGOTISME

Egotisme impliseer dat die kind objektiewe, rasonale bewustheid het van sy ervaringe, maar geen subjektiewe of emosionele bewustheid nie. Hy is dus nie in kontak met homself nie.

Clarkson (1989:54) omskryf egotisme as volg: “...is aware and has something to say about everything, but the concentrating self feels empty, without need or interest”.

'n Bepaalde hoeveelheid egotisme is normaal ten opsigte van enige belangrike of langtermynproses. Indien kinders nie in staat is om hulle spontane opgewondenheid by tye te onderdruk nie, kan hulle moontlik iets doen wat hulle later oor spyt kan wees. Gesonde egotisme help kinders om op 'n objektiewe wyse na hulle self en hulle situasie te kyk. Dit is veral van toepassing op kinders in die senior primêre fase en ouer. (Vergelyk Blom, 2006:39.) Navorser is dus van mening dat dit in besonder van toepassing is in die geval van adolessente.

Volgens Clarkson (1989:55) word egotisme 'n kontakgrensversteuring indien kinders voortdurend poog om die onbeheerbare te beheer deur voortdurende objektiewe aksie ten koste van emosionele kontak. Die kroniese egotis blyk in beheer van homself te wees maar laat homself nooit toe om spontaan te gee of te ontvang nie. Volgens Blom (2006:39) vind kinders wat van hierdie kontakgrensversteuring gebruik maak, dit moeilik om spontaan te speel en te fantaseer.

2.5.8 ONVOLTOOIDHEDE (VOORGRONDBEHOEFTES - (*UNFINISHED BUSINESS*))

Die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse mag onervulde behoeftes, onuitgesproke gevoelens of onafgehandelde situasies in sy lewe hê wat aandag nodig het. Dit is onvoltooidhede of '*unfinished business*' uit die verlede wat 'n invloed op sy huidige funksionering mag uitoefen. Omdat die mens 'n neiging het om konfrontasie en die ten volle bewustheid van angs, rou, skuldgevoelens en ander ongemaklike emosies te vermy, word hierdie emosies 'n voortdurende onderstroming wat hom verhoed om ten volle te leef (O'Leary, 1992:14-16). Hy leef dus ingeperk en bestee energie aan die vermyding van bewuswording.

Onvoltooidhede of '*unfinished business*' sluit in: onuitgesproke gevoelens (haat, woede, pyn, angstigtheid, skuldgevoelens, hartseer en wraak) en gebeure en herinneringe wat op die agtergrond huiwer en vorentoe beur om afhandeling. (Vergelyk Thompson & Rudolph, 2000:166; Blom, 2006:213.) Tensy hierdie onafgehandelde situasies en onuitgesproke emosies geprojekteer, gesimboliseer en afgehandel word, sal dit die bewustheid van die huidige en effektiewe funksionering bly beïnvloed. Onvoltooidhede sal nie sondermeer verdwyn nie, daarom moet die terapeut die adolessente leerder met leerhindernisse help om

met die onvoltooidhede te deel, daarvan bewus te word en deur kontak, verandering te bewerkstellig (Schoeman, 1996:38).

In gestaltterapie poog die terapeut om die uitdrukking van intense gevoelens wat nooit van tevore direk uitgespreek is nie, aan te moedig. Wanneer die adolessent aan die terapeut sê dat hy bang is om in kontak met sy gevoelens van haat en skuld te kom, kan hy aangemoedig word om by die huidige uitdrukking van "Ek is bang" te bly. Die terapeut kan dan 'n eksperiment ontwerp waardeur die adolessent bewustheid van sy vrese kan verdiep (Corey, 2000:310).

Die adolessent mag tydens terapie verbaliseer dat hy leeg en magteloos voel. Die terapeut kan hom dan aanmoedig om selfs die ongemaklike gevoelens te vergroot – om 'leeg' of 'magteloos' te wees. Indien die adolessent werklik die diepte van sy gevoelens kan beleef, sal hy moontlik ontdek watter katastrofiese verwagtinge hy gehad het ten opsigte van hierdie gevoelens, dat dit meer 'n fantasie as realiteit was, en dat die magteloosheid hom nie sal vernietig nie. Belevens van gevreesde emosies lei tot integrasie en groei (Corey, 2000:310).

Die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse is 'oorlaai' met onvoltooidhede vanweë die feit dat hulle tiperend aan die ontwikkelingsfase, dikwels emosioneel labiel is en die realiteit vinnig wissel. (Vergelyk paragrawe 3.7.3.2; 3.7.3.4.) Onvoltooidhede kom dus dikwels voor maar bly nie lank genoeg voorgrond voordat dit deur die volgende behoefte verdring word nie. Behoeftes volg mekaar dus vinnig op en geniet nie genoeg aandag om ten volle bevredig te word nie. Geleentheid tot groei word dus nie ten volle benut nie, en fragmentasie kom grootliks voor. (Vergelyk paragraaf 2.5.7.)

2.5.9 POLARITEITE (TEENOORGESTELDES)

Polariteite kan gesien word as die konflikte of teenoorgesteldes wat in die lewe voorkom. (Vergelyk Yontef, 1993:148; Thompson & Rudolph, 2000:166; Blom, 2006:213.) Elke persoon en situasie beskik oor positiewe en negatiewe fasette. Organismiese selfregulering lei tot die integrering van dele in mekaar en tot die geheel wat die dele insluit. Dialoog integreer die dele tot 'n nuwe geheel. Bewuswording van albei dele in die individu dra by tot 'n balans, integrasie en aanvaarding van die self.

Die adolessent funksioneer in terme van teenoorgesteldes of polariteite soos liefde en haat (Vergelyk Schoeman, 1996:35; Yssel, 1997:62.) Die taak van die spelterapeut is om die

adolesent te lei tot insig in en aanvaarding van die normale teenoorgesteldes wat hy ervaar. Die adolessent moet gehelp word om insig in polariteite te ontwikkel ten einde hom in staat te stel om positiewe en negatiewe aspekte van die lewe te hanteer en te aanvaar, en as 'n geïntegreerde wese te ontwikkel. Hy moet byvoorbeeld gehelp word om te besef dat dit moontlik is om iemand terselfdertyd te haat en lief te hê, en dat hierdie gevoelens dikwels tydens adolessensie ervaar word. Blom (2006:39) is van mening dat 'n groot deel van die daaglikse lewe van die mens gewy word aan die oplos van konflikte wat ontstaan as gevolg van hierdie polariteite.

Perls is van mening dat die '*topdog*' (ek moet) en '*underdog*' (ek sal weer probeer) die mees algemene vorm van polariteite in die mens se lewe is (Thompson & Rudolph, 2000:166; Blom, 2006:43).

Navorsers is van mening dat adolessensie in besonder 'n periode gekenmerk deur polariteite/paradokse is. Adolessente streef na nabyheid, maar tog vrees hulle intimiteit en vermy dit dikwels, hulle rebelleer teen beheer, tog begeer hulle leiding en struktuur; alhoewel hulle grense toets, sien hulle beperkinge as 'n teken van omgee; hulle word nie absolute outonomie gegee nie, maar tog word daar soms van hulle verwag om soos volwassenes op te tree; hulle is tipies selfgesentreerd, selfbewus en gepreokkupeerd met hulle eie wêreld, tog word daar van hulle verwag om aan die gemeenskap se verwagtinge te voldoen en om hul grense buite hulleself te stel en hulle horisonne te verbreed; hulle word gevra om realiteit te aanvaar, maar word terselfdertyd in die versoeking gebring deur ander maniere van ontsnapping soos drank en dwelmmiddels; hulle word gedruk om aan die toekoms te dink, tog het hulle 'n sterk behoefte om vir die oomblik te lewe en die lewe te geniet. Groepervaringe kan baie nuttig wees om adolessente te help om met hierdie verwarrende gevoelens van isolasie te deal en om konstruktiewe keuses te maak vir 'n bevredigende lewe. (Vergelyk Corey & Corey, 1997:324.)

Die meetinstrument wat tydens die kwantitatiewe fase van hierdie studie gebruik is, naamlik die Kinderfunksioneringsinventaris - Hoërskool (CFI - Hoër) (Faul & Hanekom, 1999) (bylae 3) meet positiewe sowel as negatiewe konstrakte. Vir elke aspek van die sosio-emosionele funksionering is 'n teenpool geïdentifiseer en getoets. Die meting tydens die voortoets en natoets het dus ook gefokus op polariteite binne die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse se sosio-emosionele funksionering. (Vergelyk paragraaf 7.4.)

Perls was van mening dat 'n mens in die groeiproses na doeltreffende kontak met homself en sy omgewing deur vyf verskillende fases of lae beweeg. (Vergelyk Thompson & Rudolph,

1996:143; Thompson & Rudolph, 2000:166; Joubert, 1997:101-106; Yssel, 1999:94.) Die vyf lae vorm 'n reeks terapeutiese prosesse wat as stappe na 'n gesonder lewe beskou kan word en word vervolgens bespreek.

2.5.10 PERLS SE VYF LAE VAN DOELTREFFENDE KONTAK EN BEWUSTHEID

Perls (in Joubert, 1997:101) deel die fragmentasie van 'n individu se persoonlikheid in vyf lae (*'neurotic layers'*), wat hy die struktuur van neurose noem. Thompson en Rudolph (1992:112) beskryf hierdie lae as "... *five steps to a better Gestalt way of life*".

Emosionele groei kan plaasvind indien die individu suksesvol deur die vyf lae van neurose kan beweeg. Die lae kan voorgestel word soos die lae wat 'n ui vorm. Corey (1991:235) is van mening dat: "*In order for individuals to achieve psychological maturity, they must strip off five layers of neurosis*".

Die vlakke van neurose waardeur 'n persoon moet groei om doeltreffende kontak te bereik is: die '*phony*' of vals laag; die '*phoby*' of bewustheidslaag; die '*impasse*' of weerstandslaag; die '*implosive*' of integrasie laag; en die '*explosive*' of kontak laag. Dit word soos volg deur verskeie skrywers onderskei. (Vergelyk Corey, 1990: 324-325; Thompson & Rudolph, 1996:143; Joubert, 1997:101-106; Yssel, 1999:95-97.)

2.5.10.1 DIE VALSLAAG ('PHONY LAYER')

Die individu is dikwels in hierdie laag vasgevang waar hulle voorgee om iets te wees wat hy nie is nie. Dit beteken 'n bestaan wat gekenmerk word deur swak kontak tussen die individu en sy leefwêreld, of selfs 'n kontaklose bestaan (Joubert, 1997:101).

Negatiewe introjekte (etikette) word kritiekloos aanvaar. Soos wanneer die adolessent van kleins af die boodskap kry vanuit diegene in sy omgewing dat hy dom is (soos wat dikwels die geval is met die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse). Hy aanvaar dus dat hy dom is en leef die valse boodskap asof dit die waarheid is. Hierdie laag word deur baie konflikte gekarakteriseer wat nooit opgelos word nie.

Die rol wat die individu speel help hom om weg te kom van dit wat hy nie is nie, of van die eienskappe waarvan hy nie in homself hou nie. Hy aanvaar dat mense van hom hou soos wat hy voorgee om te wees en nie soos hy werklik is nie. Hy leef dus op na die verwagtings wat hy dink ander van hom het. Die individu speel dus speletjies om die pyn van bewustheid en kontak te voorkom. 'n Swak selfbeeld is die onderliggende oorsaak van rolspeletjies. Rolle wat aangeneem word is byvoorbeeld 'n soet kind wat alles doen wat gevra word, 'n

harde werker, 'n baie mooi slim adolessent. (Vergelyk O' Leary, 1992:19, Thompson & Rudolph, 1996:112; Joubert, 1997:102.)

Die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse is bewus van sy probleem, maar is vasgevang in voorgee wat hy nie is nie en 'unfinished business' dat hy nie sy probleem kan of wil erken nie. Daarom kan hy dit nie verbaliseer, verantwoordelikheid daarvoor aanvaar en toepaslike gedrag ontwikkel nie. Hy sal dan voorgee dat hy is wat hy nie werklik is nie. Die adolessent gebruik dan verdedigingsmeganismes (kontakgrensversteurings) om sy onvoltooidheid weg te steek. Hy raak dus nie bewus daarvan nie, vermy kontak met homself en sy omgewing en kan daarom nie tot 'n oplossing kom nie.

Hierdie vermyding veroorsaak dat hy nie homeostase kan voltooi nie. As gevolg van 'n balansversteuring en gebrek aan gestaltvoltooiing ontstaan daar 'n onvoltooidheid. Kontakgrensversteurings soos introjeksie, defleksie, retrofleksie kan voorkom. Daar bestaan 'n onderliggende vrees, angstigheid en skuldgevoelens omdat hy nie aan ander se eise kan voldoen nie. As gevolg van hierdie onvermoë beleef hy verwerping deur sy ouers, maats en onderwysers. Hy beleef dus 'n gebrek aan beheer in sy lewe en word sodoende verhoed om verantwoordelikheid te neem.

2.5.10.2 DIE BEWUSTHEIDSLAAG OF FOBIESE LAAG ('PHOBY LAYER')

Wanneer die individu in hierdie laag beweeg word negatiewe aspekte van die self waarvan hy bewus word, eerder ontken of vermy. Die individu vrees dat as hy in die openbaar erken wie hy werklik is, hy verwerp sal word en gevoelens van ontoereikendheid sal ervaar. Wanneer die individu agterkom dat hy voorgee om iets te wees wat hy nie is nie, raak hy bewus van die vrese wat hierdie 'voorgee' gedrag in stand hou. Hierdie ervaring is dikwels ontstellend en lei tot ongemak en pyn. Frankel (1984:52) is van mening dat die individu bewus is van wat hy voel, maar nie weet hoe om op te tree nie en volstaan nog by vorige gedrag wat weerspieël wie hy nie werklik is nie.

Die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse beweeg deur hierdie laag wanneer hy bewus raak van die invloed wat leerhindernisse op sy lewe het en hoe hy sy lewe moet inrig en sy toekomsplanne daarby aanpas. Dit ontken 'n vrees by die adolessent dat hy homself emosioneel sal ontbloot aan homself en sy maats gedurende 'n tydperk wat aanvaarding deur sy maats die belangrikste deel van sy bestaan vorm. Die adolessent raak gedurende hierdie laag dus bewus van die onvoltooidheid en die vrese wat daarmee gepaard gaan. Die adolessent moet gedurende terapie gehelp word om homself toe te laat om die vrese te beleef, te besit en uit te leef. Die adolessent mag nou bewus word van die

kontakgrensversteurings en die gedrag wat hy openbaar het om die onvoltooidhede in stand te hou.

2.5.10.3 DIE IMPASSE LAAG (PERLS SE WEERSTANDSLAAG)

Na die fobiese laag volg die impasse of die punt waar die individu vasgevang, verlore of leeg voel. Ou gedragswyses werk nie meer nie en daar is 'n gebrek aan energie. Hierdie is die laag wat mense bereik wanneer hulle die omgewingsondersteuning van hulle speletjies laat wegval en agterkom dat hulle nie oor 'n beter hanteringswyse beskik nie. Die persoon glo dat hy nie oor die nodige hulpbronne of kragte tot verandering beskik nie en is nie gemotiveerd om te verander nie. Mense is dikwels hier vasgevang en sien nie kans om verder te beweeg nie. O'Leary (1992:19) meen dat: "...individuals ... become stuck in their own maturation or growth". Die individu is paniekerig omdat hy meen dat hy nie die nodige hulpbronne het om te oorleef, as hy nie sy rolle en speletjies gebruik nie. Wanneer hierdie rolle en speletjies nie meer gebruik kan word nie, ervaar die individu 'n leegheid wat Perls (1973:60) die 'impasse' (weerstandsplek) noem.

In die gestaltbenadering word weerstand verwelkom en aangemoedig omdat weerstand op vordering dui. Die individu beseft dat vorige gedrag nie meer voldoende is nie en dat nuwe gedragswyses en denkpatrone moet ontwikkel ter wille van gesonde funksionering.

Dit gebeur dat die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse nie bereid is om gedrag wat hy gebruik om aandag van sy leerhindernisse af te lei, of die wyse waarop hy optree, te verander nie. Hy mag verwerping vrees, maar ook die openbaring en erkenning aan homself dat hy sy gedragswyse moet aanpas om sy unieke situasie suksesvol te hanteer en om toekomsplanne aan te pas. Hy kan ook nuwe gedragswyses probeer het, maar mag nie bereid wees om daarmee vol te hou nie. Dit mag aanleiding gee tot moedeloosheid en 'n versterking van die reeds aangeleerde hulpeloosheid.

Hier moet die terapeut vir die adolessent toestemming gee om homself te wees (onvoorwaardelike aanvaarding). Dit help ook as die terapeut verduidelik dat dit 'n moeilike stadium is en dat die persoon daardeur kan beweeg deur dit nie te vermy nie, maar te fokus op dit wat hom belemmer. (Vergelyk Thompson & Rudolph, 1996:112; Yssel, 1999:96.) Die belangrikste taak van die terapeut volgens O'Leary (1992:24) is om die kliënt in kontak met homself te hou.

2.5.10.4 DIE IMPLOSIEWE- OF INTERAKSIE LAAG ('IMPLOSIVE LAYER')

Mense raak bewus van die wyse waarop hulle hulself beperk en begin met nuwe gedrag eksperimenteer. Die individu het weerstand oorbrug en ontdek nuwe kragte in homself, hy ervaar energie, maar hou dit nog terug. Perls (1973:60) noem hierdie die doodslaag. Dit is amper of daar 'n katatoniese verlamming vanweë opponerende kragte, by die individu aanwesig is. Verhoogde bewustheid is genesend, aldus Perls (Thompson & Rudolph, 1996:141). Bewustheid en selfinsig lei tot eksperimentering met nuwe gedrag (Corey, 1995:299).

Die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse word nou bereid om aan homself te erken wat die invloed van leerhindernisse op sy lewe behels. Deur terapie word hy ondersteun en aangemoedig om met nuwe gedrag te eksperimenteer. Dit het tot gevolg dat hy beheer begin ervaar en vertrou ontwikkel om met nuwe gedrag te begin eksperimenteer. Suksesse wat hy bereik, moedig hom aan om steeds daarmee vol te hou. Die adolessent word nou toegelaat om sy gevoelens te besit en hy poog om te wees wat hy werklik is. Baie energie word egter nog teruggehou omdat hy intens bewus is van die interaksie tussen die polariteite in sy lewe.

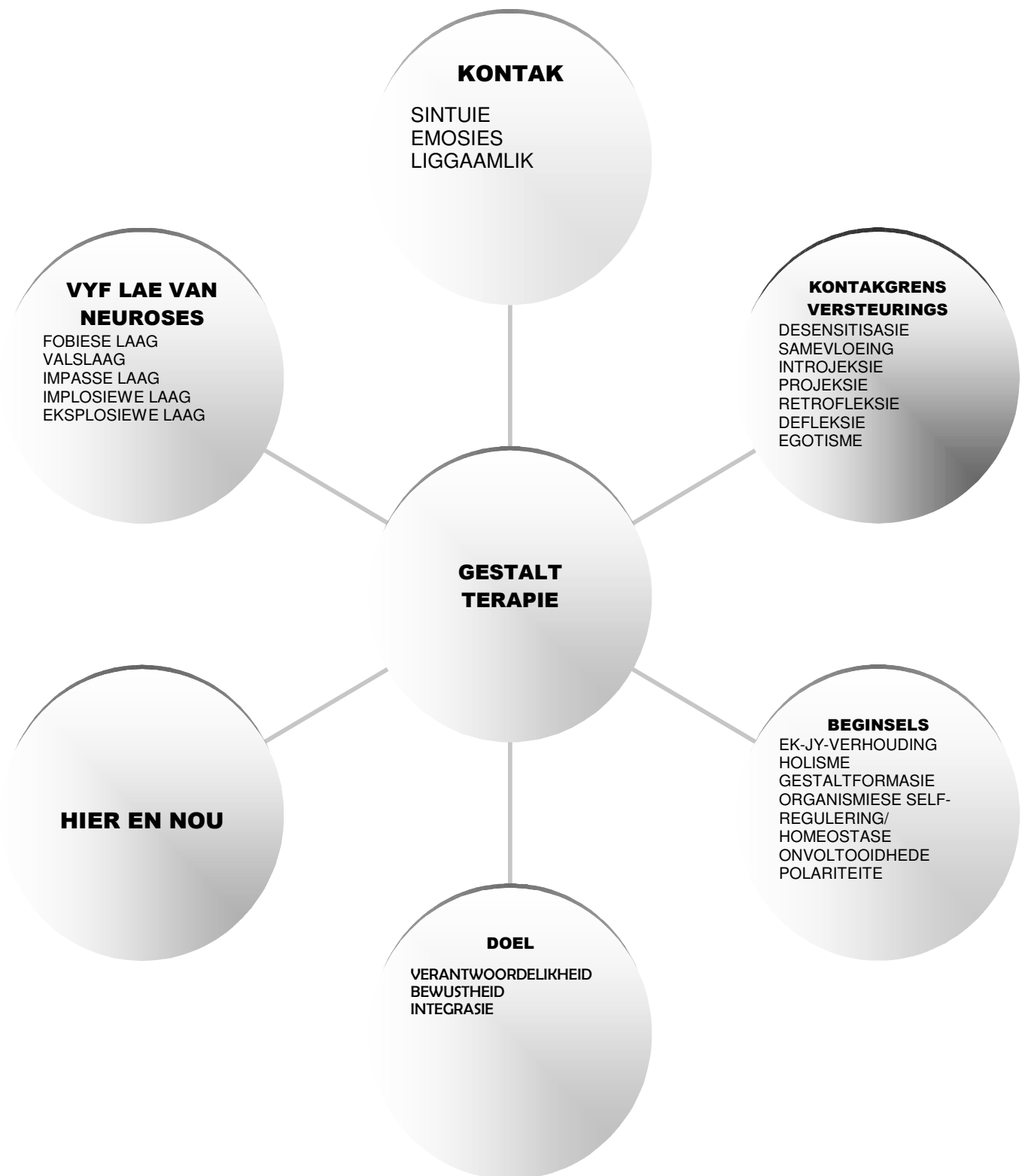
2.5.10.5 DIE EKSPLOSIEWE- OF KONTAK LAAG. ('EXPLOSIVE LAYER')

Indien die nuwe gedrag suksesvol blyk te wees, kan die individu die eksplosiewe laag bereik waar baie ongebruikte energie ontdek word. Energie wat voorheen op verdedigingsmeganismes/kontakgrensversteurings verspil is, word nou aangewend om behoeftes en wense volgens die ware self te bevredig. Die individu voel gereed om uitdrukking aan sy gevoelens te gee. Die individu word nou wat hy werklik is en hierdie opregte persoon is nou in staat om sy emosies te ervaar, uit te spreek, en te besit (Joubert, 1997:106).

Tydens die eksplosiewe laag is die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse bewus van sy behoeftes, alternatiewe, gevolge van die keuses wat hy maak, en die beloning wat verantwoordelike gedrag inhou. Hy is dus bereid om hulpbronne vanuit die omgewing te benut en aan te wend om hom te ondersteun in sy poging tot verbeterde akademiese prestasie of om die hulpbronne te benut om spesifieke leerhindernisse te hanteer sodat sy akademiese prestasie kan verbeter.

Figuur 2.2 bied vervolgens 'n kort samevattende opsomming van die kernaspekte van die gestaltbenadering.

FIGUUR 2.2: OPSOMMING VAN HOOFASPEKTE VAN DIE GESTALT BENADERING



2.6 DIE DOEL VAN GESTALTTERAPIE

Gebaseer op die basiese beginsels en die teoretiese fundering van gestaltterapie kan die volgende drie oorhoofse doelstellings van gestaltterapie afgelei word.

2.6.1 VERANTWOORDELIKHEID

Die oorkoepelende doelstelling van gestaltterapie is die groei van die individu tot die neem van beheer oor sy eie lewe en verantwoordelikheid vir homself en sy eie groei tot emosionele volwassenheid (Thomson & Rudolph, 2000:167).

Die adolessent moet leer om meer verantwoordelikheid vir homself te aanvaar ten einde in 'n emosioneel geïntegreerde volwassene te ontwikkel. Volgens Corey (1995:297) help gestaltterapie die individu juis om verantwoordelikheid te aanvaar vir dit wat hy ervaar, voel of doen.

'n Verdere doelstelling wat direk met verantwoordelikheid verband hou, is die verhoging van die persoon se vermoë tot selfstandige optrede. Volgens Perls (in Corey, 1995:302) is die doel van terapie die individu se volwassewording en die verwydering van blokkasies wat die persoon verhinder om selfstandig te funksioneer. Die terapeut moet die kliënt konfronteer sodat hy dit wat hy doen in die gesig kan staar en besluit of hy sy potensiaal wil ontwikkel (Corey, 1995:303).

2.6.2 BEWUSTHEID

Die sentrale doelstelling van gestalterapie is om 'n konteks te verskaf waarbinne 'n dieper bewustheid van die self en die omgewing in die hier-en-nou kan ontwikkel. Sodoende word 'n gevoel geskep van voluit lewe in die huidige. Joubert (1997:86) stel dit soos volg: "Die doel van gestaltterapie is die verbetering van die individu se bewustheid en kontak." (Sien paragraaf 2.5.4.)

2.6.3 INTEGRASIE

Volgens Patterson (1980:453) word integrasie as doelstelling bereik wanneer die totale individu, bestaande uit liggaam, emosies, gedrag, gees, taal en denke as 'n eenheid met sy fisiese en sosiale omgewing funksioneer.

Gestaltterapie poog om nie te analiseer nie, maar deur sekere, somtyds konfliktuerende dimensies binne die adolessent, te integreer. Daar word na hierdie dimensies verwys as polariteite. (Vergelyk Schoeman, 1996:3; Yssel, 1997:62.) Hierdie stap-vir-stap proses sluit in die neem van eienaarskap ('*reowing*') van sekere dele van die self wat vervreemd is en

die samevoeging van hierdie teenstellende dele in 'n geïntegreerde geheel. Namate die adolessent se bewustheid toeneem, kan hy voortgaan met sy eie groei, ingeligte keuses maak en 'n betekenisvolle bestaan voer. Schoeman (1996:29) meen dat die adolessent gehelp moet word om insig in polariteite te ontwikkel ten einde hom in staat te stel om positiewe en negatiewe aspekte van die lewe te hanteer en te aanvaar, en as 'n geïntegreerde wese te ontwikkel.

Opsommend en samevattend kan volstaan word met Corey (1995:294) se omskrywing van die belangrikste doelstellings van gestaltterapie:

- Integrasie van polariteite in die self.
- Om kontak met die self en ander te bewerkstellig.
- Om selfstandigheid te kweek.
- Om bewustheid van eie gevoelens, gedagtes en gedrag in die hede te verhoog.
- Om eie grense met duidelikheid en helderheid te definieer.
- Om insig in aksie te omskep.
- Om die self beter te leer ken deur eksperimentering met gedrag.

Bogenoemde doelstellings van die gestaltbenadering kan van toepassing gemaak word op die verbetering van gesonde funksionering van die adolessente leerder met spesifieke leerhindernisse.

2.7 GESTALTTERAPIETEGNIEKE

Verskeie taal, speel en fantasiemetodes mag gebruik word om in die teenswoordige tyd, oriëntasie in die terapeutiese onderhoud te bewerkstellig en te behou. Thompson & Rudolph (2000:168) en Blom (2006:110-114) beveel die volgende tegnieke aan:

- **'Ek-taal'**. Moedig die gebruik van 'ek' aan wanneer die kliënt na 'n algemene vorm van ons of jy verwys. "Jy weet mos hoe dit is as jy nie wiskunde verstaan nie en die onderwyser raas met jou." Die boodskap is dan "Ek weet mos hoe dit is as ek nie wiskunde verstaan nie en die onderwyser raas met my." "Ek-taal" help die kliënt verantwoordelikheid neem vir sy gevoelens, gedagtes en gedrag.
- **Vervang 'gaan nie' met 'kan nie'**. "Ek gaan nie wiskunde slaag nie" word vervang met "Ek kan nie wiskunde slaag nie". Sodoende word verantwoordelikheid geneem vir eie dade.

- **Vervang 'hoekom', met 'wat en hoe'.** Hoe voel jy oor wat jy gedoen het? Wat doen jy met jou voet terwyl ons praat?
- **Geen skinderpraatjies.** Indien die adolessent moet praat oor iemand wat nie teenwoordig is in die vertrek nie, laat hy in die teenswoordige tyd praat met 'n leë stoel. Byvoorbeeld: "Ek dink dit is onregverdig mnr. Clark. Ek wens jy wil ook teenoor my wees soos teenoor die ander kinders". Die adolessent kan dan na die ander stoel toe gaan en antwoord namens mnr. Clark. "Joan ek sal dit makliker vind om van jou te hou as jy meer behulpsaam is gedurende die dag." Die dialoog kan dan aanhou totdat die adolessent haar klagte en die onderwyser se geantisipeerde response afgehandel het. Sulke dialoog verplaas nie net die materiaal na die teenswoordige nie, maar verhoog ook die adolessent se bewustheid van die probleem.
- **Verander vrae in stellings.** Hierdie tegniek stel kinders in staat om hul gedagtes direk uit te druk. In plaas van te vra: "Dink jy ek kan ophou om met hulle maats te wees?" word die stelling gemaak: "Ek dink ek moet ophou om met hulle maats te wees." Perls is oortuig dat die meeste vrae in elk geval versluierde stellings is.
- **Neem verantwoordelikheid.** Kliënte word gevra om sinne te voltooi as 'n alternatiewe manier om persoonlike verantwoordelikheid te ondersoek. Byvoorbeeld: "Ek voel nou... en ek neem ...persent verantwoordelikheid vir hoe ek voel."
- **Onvoltooide sinne.** Hierdie oefening, soos die bogenoemde oefening, help kliënte om bewus te word van hoe hulle hulself kan help of seermaak. Byvoorbeeld, "Ek help myself wanneer ek..." of "Ek benadeel myself wanneer ek..."
- **Polariteite.** Perls het die term differensiële denke toegepas om die konsep om in terme van teenoorgesteldes te dink, te beskryf. Dit blyk dat baie van die mens se energie op daaglikse basis gebruik word om konflikte tussen kompeterende polariteite op te los.
- **Topdog versus underdog** Hierdie is een van die mees algemene polariteite wat Perls gebruik het. Die *topdog* is regverdig, outoritêr en weet die beste. Die *topdog* is 'n boelie en funksioneer deur "jy moet" en "jy moet nie". Die *underdog* manipuleer deur verdedigend en apologeties te wees. Die *underdog* funksioneer deur "Ek wil" en maak verskonings soos "Ek probeer hard" en "Ek het goed bedoel". Twee stoele kan gebruik word om die adolessent te help om die "Ek wil" teenoor "ek moet" te debatteer. Noem een stoel *topdog* "Ek moet" en die ander *underdog* "Ek wil". Adolessente word gevra om die beste "ek moet" argument te stel terwyl hy in die *topdog* stoel sit en die leë *underdog* stoel aanspreek. Na die eerste "Ek moet" standpunt beweeg die adolessent na die *underdog* en stel 'n "Ek wil" argument. Die debat gaan aan totdat die adolessent al die argumente van beide punte opgehaal het. Sodoende kan die adolessent kyk aan watter kant van die argument hy die grootste integrasie beleef. Hierdie oefening kan vir

individue of groepe gebruik word. In 'n groep word adolessente in twee subgroepe gedeel. Die *underdogs* en die *topdogs*. Die *topdogs* lys redes waarom hulle 'n sekere ding moet doen, terwyl die *underdog* groep lys waarom hulle 'n sekere ding wil doen. Die werk goed wanneer kinders met sekere areas in hulle lewe waar die moet en wil ooreenstem. Byvoorbeeld: "Ek hou van lees en ek moet lees. Hierdie oplossings help adolessente om die polariteite in hulle lewens te integreer.

- **Sensoriese kontakmaking.** Bewustheid van die self en omgewing is noodsaaklik. Thomson en Rudolph (1992:113) meld dat die sentrale doelstelling in gestaltterapie is om die kliënt se bewustheid van homself, sy omgewing en sy behoeftes in die hier-en-nou te verhoog. In sy beskrywing van gestaltterapie sluit Aronstam (1989:640) hierby aan deur te noem dat beheer aan die kind teruggegee word deur hom in kontak met homself te bring. Weens 'n verlies aan bewustheid verloor die kind kontak met sy gevoelens en behoeftes. (Sien paragraaf 5.6.2.1.)
- **Die leë-stoel tegniek.** Hierdie gestaltegniek word dikwels gebruik om 'n konflik tussen persone of binne-in 'n persoon op te los. Die adolessent kan in een stoel sit en haar eie deel speel, dan kan die adolessent in die ander stoel sit en projekteer van wat die ander persoon sê of doen as respons. Die adolessent kan ook in een stoel sit en die voordele van 'n besluit oorweeg en in die ander stoel die nadele bespreek. Die leë-stoel tegniek word volgens Schoeman (1996:178) gebruik om aan die adolessent die geleentheid te bied om gevoelens uit te spreek. Tydens die tegniek word 'n leë stoel geneem waarin die adolessent enige persoon of onvoltooide deel van homself kan plaas. Die adolessent tree in gesprek met dit wat in die stoel geplaas is. Die tegniek is bruikbaar indien 'n adolessent konflikte tussen hom en ander, of innerlike konflik moet uitsorteer. (Vergelyk Aronstam, 1989:642; Thompson & Rudolph, 1996:116; Yssel, 1997:170.)

2.8 SAMEVATTING

Die Gestaltbenadering en -terapie is fenomenologies-eksistensiële gefundeerd, ontwikkel deur Fritz en Laura Perls in die 1940's. Die hoofdoel van gestaltterapie is om die individu ten volle in die hier-en-nou te laat lewe deur voortdurend bewus te wees van homself en sy omgewing en sodoende tot 'n geïntegreerde organisme te groei. Die ervaring van die individu in die huidige is dus wat belangrik is en nie soseer wat gebeur het nie. Sodoende kan die individu tot 'n geïntegreerde wese groei wat verantwoordelikheid vir sy eie dade aanvaar.

Beginsels van gestaltterapie sluit in: ek-jy-verhouding, holisme, gestaltformasie, organismiese self-regulasie, kontak, bewustheid, hier-en-nou, onvoltooidhede en polariteite.

Die terapeut fokus daarop om die kliënt binne 'n ek-jy-verhouding tot bewustheid van sy onvoltooidhede te lei. Dit sluit in bewustheid van die behoeftes wat hy ervaar. Nadat bewustheid bewerkstellig is, moet die individu gehelp word om in kontak met homself en sy omgewing te kom ten einde hulpbronne aan te wend en sy behoeftes te bevredig. In gestaltterapie word die individu geleer om ten volle gebruik te maak van sy sintuie ten einde in kontak te kom met homself en self-verantwoordelik en selfonderhoudend te word.

'n Terapeutiese ek-jy-verhouding waarin aanvaarding 'n belangrike rol speel en tegnieke gebruik word om verandering deur middel van emosionele en kognitiewe selfbegrip te weeg te bring nadat die individu tot kontak gekom het, moet bewerkstellig word.

Kontak geskied deur 'n proses van kontak en onttrekking in gedurige interaksie met die omgewing. Die wyse waarop kontak gemaak word, is belangrik. Kontak word op die grens tussen die individu en sy omgewing (kontakgrens) gemaak. Versteurings kan voorkom op die kontakgrens. Kontakgrensversteurings wat voorkom is samevloeiing, introjeksie, projeksie, retrofleksie en defleksie. Hierdie versteurings geniet aandag gedurende terapie deurdat die kliënt bewus gemaak word van die gebruik daarvan in sy lewe en hoe om ander alternatiewe wyses aan te wend ten einde tot integrasie te groei.

Vyf lae van doeltreffende kontakmaking is deur Perls beskryf. Dit bestaan uit: valslag, fobiese laag, impasse laag, implosiewe laag en eksplousiewe laag. Die terapeut moet gedurende terapie die kliënt help om deur hierdie lae te beweeg.

Gestaltterapie word beskou as 'n proses waarbinne die volgende plaasvind: die ontwikkeling van 'n ek-jy-verhouding, evaluering en vestiging van kontak, versterking van die kind se sin vir die self en selfondersteuning, ondersteuning tot emosionele uitdrukking, begeleiding tot selfvertroeteling en terminering van terapie. Die proses van gestaltterapie sowel as die beginsels waarop dit gebaseer is, maak dit 'n ideale wyse om tot die adolessent se lefwêreld toe te tree. Sodoende word die geleentheid daargestel vir projektering van sy voorgrondbehoefte, die hantering daarvan, vind van 'n oplossing en die versterking van die adolessent se vermoë om verantwoordelikheid vir homself, sy besluite en sy keuses te neem.

Tegnieke wat in gestaltterapie aangewend word is: sensoriese kontakmaking, dialoog, taalgebruik, pendeltegniek, fantasiespel en -dialoog en droomwerk. In die volgende hoofstuk sal aandag gegee word aan spesifieke leerhindernisse by die adolessente leerder.