



THERON, LYDIA

**DIE BELEWING VAN PSIGODRAMA DEUR BINNEPASIËNT
ADOLESENTE: 'N FENOMENOLOGIESE STUDIE**

MA(Kliniese Sielkunde)

UP

1996



UNIVERSITEIT VAN PRETORIA
UNIVERSITY OF PRETORIA
YUNIBESITHI YA PRETORIA

**DIE BELEWING VAN PSIGODRAMA DEUR
BINNEPASIËNT ADOLESSENTE:
'n FENOMENOLOGIESE STUDIE**

deur
LYDIA THERON

Voorgelê ter vervulling van 'n deel van die vereistes
vir die graad **MA(KLINIESE SIELKUNDE)**
in die Fakulteit Lettere en Wysbegeerte
Universiteit van Pretoria
November 1996

**DIE BELEWING VAN PSIGODRAMA DEUR BINNEPASIËNT
ADOLESENTE:
'n FENOMENOLOGIESE STUDIE**

deur Lydia Theron

Leier: Prof. G. Cleaver
Departement Sielkunde
MA (Kliniese Sielkunde)

ABSTRACT

This thesis aims at explicating the fundamental structure of inpatient adolescents' experience of psychodrama in order to promote the understanding thereof. The motivation for undertaking the study is the fact that an overview of recent literature brought to light that little research has been done on the process of adolescent psychodrama.

The literature review gives an introduction to the process of psychodrama, an overview of research in the field of psychodrama and looks at the developmental phase of adolescence.

Paul Francis Colaizzi's approach to phenomenological research was used to analyse the raw data. This consisted of ten adolescent inpatients' descriptions of their experience of psychodrama. The adolescents were involved in six one and a half hour psychodrama sessions which stretched over a period of six weeks. There were five male and five female patients and their ages ranged between fourteen and eighteen years. After each session the group members were interviewed individually and asked to describe their experience of the session. The sessions and interviews were

videotaped with the permission of the patients and their parents. The interviews were transcribed and analysed.

The qualitative analysis moves through three stages from fundamental descriptions to the fundamental structure of inpatient adolescents' experience of psychodrama. A summary of the fundamental structure reads as follows: "Inpatient adolescents' experience of psychodrama is the process of a simultaneous increase in physical and emotional involvement and disclosure and the exploration of experiences on an emotional level resulting in a new perspective on the relived and related past experiences".

The results of the analysis are integrated with the literature review and suggestions for further studies are given. It is hoped that this study will broaden the therapeutic community's understanding of psychodrama and will promote further research in this rich and much neglected field.

ABSTRAK

Hierdie skripsie poog om die fundamentele struktuur van die beleving van psigodrama deur binnepasiënt adolessente te verhelder, ten einde die begrip daarvan te verbreed. 'n Oorsig oor resente navorsing het aan die lig gebring dat min navorsing oor die proses van adolessente-psigodrama gedoen is.

Die literatuuroorsig bied 'n inleiding tot die proses van psigodrama, 'n oorsig oor navorsing in die veld van psigodrama en kyk na die ontwikkelingsfase van adolessensie.

Paul Francis Colaizzi se benadering tot fenomenologiese navorsing is gebruik om die rou data te ontleed. Dit het bestaan uit die beskrywing van tien binnepasiënt adolessente van hul beleving van psigodrama. Die pasiënte het aan ses een en 'n half uur psigodramasessies, wat oor ses weke gestrek het, deelgeneem. Die adolessente se ouderdom het gewissel van veertien tot

agtien jaar en daar was vyf manlike en vyf vroulike subjekte. Na afloop van die sessie is 'n individuele onderhoud met elke groeplid gevoer, waarin hulle gevra is om hul belewing van psigodrama te beskryf. Die sessies en onderhoude is, met die toestemming van groeplede en hul ouers, op videoband vasgelê. Die onderhoude is getranskribeer en geanaliseer.

Die kwalitatiewe analise beweeg deur drie fases vanaf fundamentele beskrywing tot by die fundamentele struktuur van die belewing van psigodrama deur binnepasiënt adolessente. Die volgende is 'n opsomming van die fundamentele struktuur: "Die belewing van psigodrama deur binnepasiënt adolessente is die proses van parallelle toename in fisiese en emosionele betrokkenheid en openbaring en die inlewing in en die ontginning van ervarings op emosionele vlak en 'n gevolglike nuwe perspektief op die herbeleefde situasie en ander soortgelyke situasies".

Die resultate van die ontledingsproses is met die literaturoorsig geïntegreer en aanbevelings vir verdere navorsingsprojekte is gegee. Daar word gehoop dat hierdie studie die terapeutiese gemeenskap se begrip van psigodrama sal verbreed en dat dit verdere navorsing in hierdie ryk en veel verwaarloose veld sal bevorder.



KEY WORDS

Psychodrama

Inpatient

Phenomenology

Adolescents

Psychotherapy

Moreno

Colaizzi

Drama Therapy

Psychotherapy

Research



SLEUTELWOORDE

Psigodrama

Adolescente

Binnepasiënte

Fenomenologie

Sielkunde

Psigoterapie

Moreno

Colaizzi

Dramaterapie

Navorsing



INHOUDSOPGAWE

TITELBLAD	i
SAMEVATTING	ii
INHOUDSOPGAWE	v
HOOFSTUK 1: INLEIDENDE ORIËNTERING	1
1. Inleiding	1
2. Motivering	2
3. Oorsig oor die skripsie	2
HOOFSTUK 2: LITERATUURSTUDIE	4
1. Die ontstaan van psigodrama	4
2. Psigodrama as terapeutiese metode	6
2.1. Sleutelkonsepte	7
2.1.1. Psigodrama	7
2.1.2. "Action and Acting"	8
2.1.3. Spontaniteit en Kreatiwiteit	8
2.1.4. Situasië	9
2.1.5. "Tele"	10
2.1.6. Katarsis	11
2.1.7. Insig	12
2.1.8. Sosiale Atoom	12
2.2. Basiese Elemente van Psigodrama	13
2.2.1. Protagonis	13
2.2.2. Regisseur ("Director")	14
2.2.3. Hulp-ego's / Helpers ("Auxiliary Ego's")	16
2.2.4. Gehoor	18
2.2.5. Verhoog of Aksie area	19
2.3. Fases van 'n Psigodramasessie	20
2.3.1. Opwarmingsfase of "Warm-up"	22
2.3.2. Aksiefase	23
2.3.3. Afsluitingsfase of "Sharing, Feedback and Closure"	26
2.4. Tegnieke	27
2.4.1. Self-voorstelling ("Self-presentation")	27
2.4.2. Rolomruiling	28
2.4.3. Monoloog	29
2.4.4. Dubbel-tegniek ("Doubling")	29
2.4.5. Spieël-tegniek	30
2.4.6. Toekomsprojeksie	31
2.4.7. Die "Helper-stoel" ("Auxiliary chair")	31
2.4.8. Beelding ("Sculpting")	32
3. Navorsing in die veld van psigodrama	33
3.1. Aard van Navorsing: 1952 tot 1985	33
3.2. Resente Navorsing	35



4. Adolessensie	39
4.1. Fases van die Menslike Lewensiklus	39
4.2. Ontwikkelingstake	41
4.3. Oorgang na Volwassenheid	42
5. Samevatting	44
6. Bronnelys	45
HOOFSTUK 3: NAVORSINGSMETODE	47
1. Navorsingsvraag	47
2. Doel, Fokus en Rasionaal van die Fenomenologiese metode	48
3. Seleksie van subjekte	49
4. Wyse van data-generering	50
5. Wyse van data-ontleding	52
5.1. Ontdekking van 'n Fundamentele Struktuur (FS) deur die metode van Individuele Fenomenologiese Refleksie (IFR)	54
5.2. Verkryging van 'n Fundamentele Beskrywing (FBeskr) deur die metode van Fenomeen Bestudering (FBest)	55
5.3. Verkryging van 'n Fundamentele Beskrywing (FB) deur die proses van Empiriese Fenomenologiese Refleksie (EFR)	56
5.4. Ontdekking van die Fundamentele Struktuur (FS) deur die metode van Empiriese Fenomenologiese Refleksie (EFR)	57
5.5. Samevatting van Data-ontledingsproses	58
6. Navorsingsprojek	58
6.1. Subjekte	58
6.2. Prosedure	59
7. Bronnelys	61
HOOFSTUK 4: NAVORSINGSRESULTATE	62
1. Opsomming van sessies	62
1.1. Sessie 3	62
1.2. Sessie 4	62
1.3. Sessie 5	62
1.4. Sessie 6	63
2. Protokolle wat vir ontleding gebruik is	63
2.1. Sessie 3	63
2.2. Sessie 4	65
2.3. Sessie 5	67
2.4. Sessie 6	69
3. Data-ontleding	71
3.1. Fundamentele Beskrywing (FBeskr) via Fenomeen Bestudering(FBest)	72
3.1.1. Fase1	72
3.1.2. Fase 2 en 3	72
3.1.3. Fase 4	72
3.2. Fundamentele Beskrywing (FB) via Empiriese Fenomenologiese Refleksie (EFR)	76



3.2.1. Fase 1	76
3.2.2. Fase 2	77
3.2.3. Fase 3	77
3.2.4. Fase 4	77
3.2.5. Fase 5	82
3.3. Fundamentele Struktuur (FS) via Empiriese Fenomenologiese Refleksie (EFR)	83
4. Bronnelys	86
HOOFSTUK 5: GEVOLGTREKKING EN INTEGRASIE	87
1. Integrasie	87
2. Gevolgtrekking	92
3. Aanbeveling vir verdere navorsing	94
4. Bronnelys	95
BYLAE	
BYLAAG 1: RELEVANTE STELLINGS UIT OORSPRONKLIKE PROTOKOLLE	96
BYLAAG 2: LYS VAN BETEKENIS-UITDRUKKINGS	100

HOOFSTUK 1 INLEIDENDE ORIËNTERING

1. INLEIDING

Adolesensie is 'n lewensfase wat gekenmerk word deur die uitdagings wat dit bied in terme van die persoon se vermoë om die suksesvolle oorgang vanaf kindwees tot volwassenheid te maak. Dit is 'n oorgangsfase waarin die soeke na 'n eie identiteit voorop staan. Indien die persoon nie suksesvol is in die soeke na 'n vaste eie identiteit nie, is rolverwarring die gevolg en die hantering van latere lewensfases en die krisis wat dit bied, raak moeiliker.

Patologie wat in hierdie fase na vore tree kan slegs behandel word, indien die terapeut in gedagte hou dat hierdie 'n oorgangsfase is en dat die vestiging van 'n eie identiteit kardinaal is vir die adolessent. Verskillende terapeutiese modaliteite word aangewend in die behandeling van adolessente. Die behandelingsmetodes stem ooreen met dié wat by behandeling van volwassenes gebruik word, hoewel spesiale aandag aan die kenmerke van die fase van adolesensie geskenk moet word. Individuele-, groep- en gesinsterapie word met vrug in die behandeling van adolessente gebruik.

Psigodrama is een van die vorme van terapie wat vir adolessente gebruik kan word. Dit het onder andere die voordeel dat die persoon in psigodrama met alternatiewe kan eksperimenteer in 'n lewensgetroue situasie en daardeur in sy soeke na 'n eie identiteit bygestaan word. Soos later uitgewys sal word, is psigodrama-navorsing met adolessente 'n braakveld en verdere ondersoek word vereis sodat die volle potensiaal van hierdie behandelingsmetode vir adolessente ontgin kan word.

2. MOTIVERING

'n Oorsig oor resente navorsing het aan die lig gebring dat 'n leemte in die veld van navorsing in adolessente-psigodrama bestaan. Dit is veral op die gebied van kwalitatiewe navorsing oor adolessente-psigodrama dat weinig literatuur gevind kon word. Die huidige navorsingstudie poog om by te dra tot die terapeutiese gemeenskap se begrip van die beleving van psigodrama - spesifiek met betrekking tot binnepatiënt adolessente. Aangesien dié tipe navorsing beperk is, is daar gepoog om verdere areas van navorsing wat uit dié studie vloeï, te identifiseer. Hierdie aspek word volledig in hoofstuk vyf behandel.

Psigodrama leen homself tot terapeutiese gebruik in alle gemeenskappe weens die universaliteit van drama as ekspressiemedium. Daar is gepoog om deur hierdie studie die veld meer toeganklik te maak vir verdere navorsing wat gedoen mag word, ook op die gebied van transkulturele navorsing, aangesien hier veral 'n leemte bestaan.

3. OORSIG OOR DIE SKRIPSIE

Die literatuurstudie wat in hoofstuk twee onderneem is, stel die leser bekend aan psigodrama. Die ontstaan daarvan word behandel en dan word psigodrama as terapeutiese metode bespreek. In hierdie afdeling word sleutelkonsepte en die basiese elemente van psigodrama uitgewys. Die leser word verder ingelig oor die verloop van 'n psigodramasessie en voorbeelde van tegnieke wat gebruik kan word, word gegee. Die volgende afdeling van hoofstuk twee behels 'n oorsig oor navorsing in die veld van psigodrama en help om leemtes in die navorsingsveld te identifiseer. 'n Inleiding tot die kenmerke van die lewensfase van adolessensie word aan die einde van hierdie hoofstuk gegee.



Hoofstuk drie behels 'n uiteensetting van die fenomenologiese metode wat in dié studie gebruik is. In die verduideliking oor die data-ontledingsproses word daar op Colaizzi se metode gefokus aangesien sy voorgestelde stappe van data-ontleding in hoofstuk vier gevolg is.

In hoofstuk vier word die leser deur die data-ontledingsproses geneem en die resultate van die proses word weergegee. Die ontleding en resultate beweeg vanaf die fundamentele beskrywing van die beleving van psigodrama deur binnepasiënt adolessente tot by die fundamentele struktuur daarvan. Die fundamentele struktuur is die eindresultaat van die studie.

In hoofstuk vyf word die resultate met die literatuuroorsig geïntegreer en 'n kort gevolgtrekking oor die navorsingsresultate word gegee. Die hoofstuk sluit af met enkele aanbevelings vir verdere navorsing wat as uitvloeisel van die studie onderneem kan word.

HOOFSTUK 2 LITERATUURSTUDIE

1. DIE ONTSTAAN VAN PSIGODRAMA

Psigodrama as terapeutiese metode is die skepping van Jacob Levy Moreno en die oorsprong daarvan is diep gewortel in sy persoonlike geskiedenis. Volgens legende is Moreno op 20 Mei 1892 aan boord van 'n onbekende skip in die Swart See gebore. Volgens sy geboortesertifikaat is hy gebore op die agtiende Mei 1889 in sy ouerhuis in Roumania (Marineau, 1989).

Moreno verbind die oorsprong van psigodrama aan 'n insident wat tydens sy kinderjare plaasgevind het:

“When I was four-and-a-half years old my parents lived in a house near the River Danube. They had left the house on a Sunday to pay a visit, leaving me alone in the basement of the house with neighbours' children. The size of this basement was about three times that of an average room. It was empty except for a huge oak table in the middle. The children said: 'Let's play.' One child asked me: 'What?' 'I know', I said, 'let's play God and his angels.' The children inquired: 'But who is God?' I replied: 'I am God and you are my angels.' The children agreed. They all declared: 'We must build the heavens first.' We dragged all the chairs from every room in the house to the basement, put them on the big table and began to build one heaven after another by tying several chairs together on one level and putting more chairs above them until we reached the ceiling. Then all the children helped me to climb up until I reached the top chair and sat on it. There I sat pretty. The children began to circle around the table, using their arms as wings, and singing. Suddenly I heard a child asking me: 'Why don't you fly?' I stretched my arms, trying it. A second later I fell and found myself on the floor, my right arm broken.” (Moreno, 1946:2)

Moreno gaan voort om hierdie belewenis as sy eerste psigodramasessie te beskryf.

Na voltooiing van sy mediese graad in 1917 het Moreno sy belangstelling in spontane spel voortgesit en dit het 'n hoogtepunt bereik met die opening van die “Theatre of Spontaneity” in Vienna in 1921. In hierdie tyd (1919 - 1925)

het Moreno as psigiater in Vienna gepraktiseer. Hy het 'n lewendige belangstelling in drama gehad.

In 1925 het Moreno verhuis na die Verenigde State. Hy het onmiddellik begin om sy metode van psigodrama aan mede geestesgesondheidswerkers voor te stel. In 1929 het hy die eerste gereelde programme van grootskaalse "oop" psigodrama in Amerika begin: die Impromptu Group Theater in Carnegie Hall waar psigodrama-sessies drie maal per week gehou is (Marineau, 1989).

Afgesien van die ontwikkeling en verfyning van die metode, tegnieke en teorie van psigodrama, was Moreno tydens die laat 1920's en 1930's ook besig met die formulering van sy teorie van sosiometrie en groep-interaksie terapie (insluitend sosiodrama). Die teorie is veral gebaseer op Moreno se werk met skoliere van 'n verbeteringskool - die New York State Training School for Girls - en met die gevangenes van die Sing Sing tronk in New York (Greenberg, 1974).

In 1936 het hy die Beacon Hill Sanatorium in Beacon, New York geopen waar hy die eerste psigodrama teater in die VSA gebou het (Greenberg, 1974). In 1937 het hy die wetenskaplike tydskrif "Sociometry, a Journal of Interpersonal Relations" van stapel gestuur. In die 1930's het Moreno ook sy eerste universiteitskursusse oor psigodrama aangebied. In 1941 is 'n psigodrama teater (wat gemodelleer is op die een by Beacon Hill) gebou by die St. Elizabeth Hospital in Washington en in 1942 is die Institute of Psychodrama in New York geopen. In dieselfde jaar is die Society of Psychodrama and Group Psychotherapy (tans American Society of Group Psychotherapy and Psychodrama) gestig met Moreno as president van die vereniging. Die vereniging se joernaal Sociatry (drie maal hernoem en nou Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry) is in 1947 vir die eerste maal uitgegee.



Moreno het sy werk in die veld van onder andere psigodrama voortgesit tot en met sy dood in 1974. Tans gaan die ontwikkeling en uitbreiding van psigodrama voort in die werk van talle aanhangers van dié terapeutiese metode.

Moreno het 'n groot impak gehad op die gebied van groepterapie, hoewel hierdie impak nie ten volle erken word nie. Die rede hiervoor lê moontlik in drie eienskappe van Moreno en sy benadering. Eerstens het hy mense van hom vervreem deur sy self-erkende gebrek aan nederigheid, sy oorheersende styl en sy oormatige aandrang op erkenning vir sy bydraes. Tweedens het Moreno 'n magdom literatuur rondom die teorie en metode van psigodrama gepubliseer, maar sy skryfstyl veroorsaak dat die beginsels van sy teorie en metode nie altyd baie duidelik en verstaanbaar is nie. Derdens was Moreno se klem op die nie-analitiese aard van die tegniek teenstrydig met die hoofstroombenadering wat op intrapsigiese inhoudes wat in terapie na vore tree, gefokus het.

2. PSIGODRAMA AS TERAPEUTIESE METODE

In hierdie afdeling word gekyk na die belangrikste beginsels en teoretiese aannames wat psigodrama as terapeutiese benadering, soos dit deur Moreno daargestel is, onderlê. Moreno se teorie is gebaseer op die dinamiese magte van spontaniteit en kreatiwiteit en die proses waardeur insig verkry word deur perseptuele herkonstruering (Greenberg, 1974).

Ten einde Moreno se teorie te verstaan, is dit nodig om die betekenis van 'n paar sleutelkonsepte uit te klaar. Die konsepte wat in hierdie afdeling bespreek sal word, is spontaniteit en kreatiwiteit, situasie, "tele", katarsis, insig, sosiale atoom en aksie en spel ("action and acting").



2.1. Sleutelkonsepte

2.1.1. Psigodrama

Volgens Kellerman (1987a:76) bestaan daar nie 'n volledige en konsekwente definisie van psigodrama nie. Hy skryf dit toe aan vyf faktore. Die eerste faktor behels die geskiedenis van inkonsekwente en teenstrydige definisies van psigodrama en die onderliggende teorie soos beskryf deur Moreno in sy oorspronklike werke. Tweedens bestaan die neiging om 'n drie-ledige sisteem te gebruik om psigodrama, sosiodrama en groep- psigoterapie onder een hoof te bespreek. Derdens lei die ooreenkomste tussen psigoterapeutiese benaderings soos "fixed role therapy", "social model learning", "gestalt therapy", en "encounter group" tot die siening dat psigodrama 'n eklektiese benadering is wat aspekte van elk van bogenoemde insluit. Vierdens word psigodrama op verskillende wyses deur verskillende terapeute toegepas en vir verskillende redes aangewend. Laastens veroorsaak die neiging om definisies op teorie te baseer teenstrydighede aangesien die teorie verskillend geïnterpreteer word.

Met bogenoemde in gedagte stel Kellerman (1987a:79) die volgende operasionele definisie van psigodrama voor:

"Psychodrama is a method of psychotherapy in which clients are encouraged to continue and complete their actions through dramatization, role playing, and dramatic self-representation. Both verbal and nonverbal communications are utilized. A number of scenes are enacted, depicting, for example, memories of specific happenings in the past, unfinished situations, inner dramas, fantasies, dreams, preparations for future risk-taking situations, or simply unrehearsed expressions of mental states in the here and now. These scenes approximate real-life situations or are externalizations of mental processes from within. If required, other parts may be taken by group members or by inanimate objects. Many techniques are employed, such as role reversal, doubling, mirroring, concretizing, maximizing, and soliloquy. Usually the phases of warm up, action, working-through, closure, and sharing can be identified."



2.1.2. “Action and Acting”

Psigodrama het, soos psigoanalise, in Vienna ontwikkel - 'n paar jaar nadat Freud met sy werk begin het. Moreno se klem op aksie in die terapeutiese proses is duidelik in teenstelling met die meer passiewe houding van die pasiënt in psigoanalise - 'n houding wat vir Moreno onaanvaarbaar was. Hy was oortuig dat die klem wat op aktiwiteit tydens die terapisessie geplaas word pasiënte se bewustheid ontsluit en verbreed. So kom hulle in kontak met aspekte van hulself waarvan hulle voorheen nie bewus was nie (Moreno, 1946).

2.1.3. Spontaniteit en Kreatiwiteit

Volgens Greenberg (1964:105) is die eenvoudige definisie van spontaniteit die volgende: “spontaneity...refers to the creative, uninhibited action that occurs on the stage in a psychodramatic session”. Moreno (1945:xii) definieer spontaniteit as 'n persoon se respons wat die volgende bevat: “some degree of adequacy to a new situation or a degree of novelty to an old situation”.

Spontaniteit en kreatiwiteit is konsepte wat nou verweef is met die fase van “warm up” (die eerste fase van 'n psigodramasessie wat in die volgende afdeling volledig bespreek word). In Moreno se eie woorde: “warming up begets spontaneity which in turn begets creativity” (Bischof, 1970:235). Kreatiwiteit is latent en benodig 'n katalisator om aktief te raak. Hierdie katalisator is spontaniteit (Moreno, 1953: 40).

Moreno het 'n werklik kreatiewe samelewing gesien as een waarin die “cultural conserves” nie oormatig rigied is nie (Rabson, 1979:41). “Cultural conserves” verwys na enigiets wat die waardes van die samelewing bewaar - dit kan onder andere die vorm aanneem van literatuur, 'n gebou, 'n musiekstuk of selfs 'n vaste gedragspatroon of ritueel. 'n Samelewing wat oormatig vasklou aan die “cultural conserves” raak outomaties, vasgevang en beskik nie oor die vermoë om nuwe situasies toereikend te hanteer nie - dit

wil sê alle spontaniteit word gesmoor en geen kreatiewe oplossings is moontlik nie. Die individu moet daartoe in staat wees om sy integrasie in die aangesig van verandering te behou, maar hy moet terselfdertyd spontaniteit na vore bring en “cultural conserves” op ‘n buigbare en kreatiewe wyse gebruik.

Volgens Moreno (in Greenberg, 1974:76) kan spontaniteit verskillende vorms aanneem. Dit kan ‘n nuwe, maar ontoereikende respons tot ‘n situasie wees. Hierdie tipe spontaniteit word dikwels waargeneem in die gedrag van psigotiese persone. Spontaniteit kan ook aanleiding gee tot ‘n respons wat wel toereikend is, maar wat nie werklik nuut of kreatief is nie. ‘n Voorbeeld hiervan is die komediant wie se herhaalde respons tot ‘n situasie steeds daarin slaag om ander te amuseer, maar wat nie werklik meer so nuut en vars is soos toe dit aanvanklik na vore gekom het nie. Moreno praat ook van hoë graad spontaniteit. Dit is beide nuut en toereikend en die resultaat kan enige vorm aanneem - van ‘n kunswerk tot ‘n stuk masjinerie. Om werklik spontaan te wees moet die resultate op die een of die ander manier nuut en bruikbaar wees.

Psigodrama help ‘n persoon om met optimale kreatiwiteit en spontaniteit te funksioneer. Greenberg (1974:16) stel dit soos volg:

“...Moreno saw...that man’s survival is not to be found in bomb shelters or by his breaking out of his earthbound existence through space-age explorations, but rather by his breaking out of his own rigid personality moulds and by breaking the chains that constrict his psyche. This he can accomplish through spontaneity”.

2.1.4. Situasie

Spontaniteit word volgens Greenberg (1974, 17) optimaal ontwikkel in die psigodramatiese situasie. Die natuurlike grense van onder andere tyd en plek word oorbrug aangesien alles op die psigodrama-verhoog in die hier-en-nou plaasvind. Alle gebeure word in die situasie beleef en dit is hier waar spontaniteit in die realiteit ten volle ontwikkel en gebruik word.

Hoewel gebeure wat in die verlede plaasgevind het, of geantisipeerde gebeure wat in die toekoms mag plaasvind, uitgespeel word, val die klem op die pasiënt se belewenis, emosies en reaksies in die hier-en-nou. Daar word met behulp van spontaniteit in die situasie met die belewenisse, emosies en reaksies gewerk.

2.1.5. “Tele”

Moreno (1946:238-239) definieer “tele” soos volg:

“Tele is defined as a feeling process projected into space and time in which one, two or more persons may participate. It is an experience of some real factor in the other person and not a subjective fiction. It is rather an inter-personal experience and not the affect of a single person. It is the feeling basis of intuition and insight. It grows out of person-to-person and person-to-object contacts from the birth level on and gradually develops the sense for interpersonal relationships.”

Rabson (1979:45) wys daarop dat Moreno onderskei tussen die konsepte van empatie, “tele” en oordrag. Empatie is ‘n eenrigting subjektiewe proses waardeur jy ‘n ander persoon se denke, gevoel en gedrag verstaan en dit jou in staat stel om sy rol oor te neem. “Tele” is ‘n tweerigting gevoel wat uit wedersydse begrip van en sensitiwiteit vir mekaar op ‘n interpersoonlike vlak bestaan. Blatner (1973:37-38) beskryf “tele” verder as ‘n term vir Moreno se siening van verhoudings as multidimensioneel. Dit is ‘n term wat ryker aan betekenis is as rapport en wat meer wedersyds is as oordrag of teenoordrag.

“Tele” kan positief of negatief of neutraal wees en dit kan bestaan teenoor objekte sowel as teenoor persone. Binne die terapeutiese situasie word die interpersoonlike verhoudings van groeplede en terapeut, en die posisie van individue in die groep gekenmerk deur die aard van die “tele”-prosesse (Moreno, 1959:239).

Tydens die psigodrama is “tele” deurentyd teenwoordig. ‘n Bewustheid daarvan maak dit moontlik dat interpersoonlike verhoudings geëksploreer kan word. Kellerman (1992b:108) wys daarop dat hierdie eksplorاسie ‘n pasiënt help om versteurde persepsies te korrigeer, om uit oordrag verhoudings te

groeï, of om die emosionele intensiteit van verhoudings na 'n vlak te bring wat ontdekking van werklike verhoudings tussen pasiënt en terapeut of ander groeplede moontlik maak.

2.1.6. Katarsis

Katarsis kan volgens Greenberg (1974:12) as 'n proses van emosionele reiniging - soos dit deur Aristoteles omskryf is - beskou word. Die verskil lê egter daarin dat dit nie net deur die gehoor, maar ook deur die akteur (of pasiënt) en ander groeplede ervaar word. Katarsis kan gesien word as die eindproduk van die verhouding tussen spontaniteit en "tele" wat plaasvind binne die hier-en-nou.

Kellerman (1984:3&4) wys daarop dat katarsis eerstens 'n emosionele loslating, wat talle fisiologiese en sielkundige sisteme beïnvloed, behels. Tweedens vind kognitiewe loslating van 'n idee vanuit die onbewuste plaas. Derdens vind aksie- ontlasting plaas. Dit beteken dat vroeëre gebeurtenisse en die emosionele impak daarvan via direkte motoriese uitdrukking van die intrapsigiese proses herhaal word. Innerlike konflik word omgeskakel in overte gedrag en die moontlikheid van aksie-insig kom na vore.

Emosionele loslating en afbreek van inhibisies is nie 'n akkurate omskrywing van Moreno se konsep van katarsis nie. Die klem lê op die tweeledige proses van loslating en verligting (katarsis) en integrasie en ordening (deurwerk). Kellerman (1992b:83) sê dat Moreno die betekenis van die woord katarsis verbreed het om nie net die loslating en verligting van emosie te behels nie, maar ook die integrasie en ordening daarvan. Dit is nie net intense herlewing van die verlede nie, maar ook werklike belewing in die hier-en-nou; nie net passiewe verbale refleksie nie, maar ook aktiewe nie-verbale uitspeel; nie net private ritueel nie, maar ook 'n gemeenskaplike, gedeelde genesingsritueel; nie net 'n intrapsigiese konflikvermindering nie, maar ook 'n spirituele en estetiese ervaring.

Blatner (1937:157) ondersteun hierdie omskrywing van katarsis deur dit te beskryf as 'n verbreding van die self. Hierdie proses vind volgens hom op vier vlakke plaas. Dit behels 'n abreaksie en bewuswording van ontkende emosies, 'n integrasie van daardie emosies, 'n ervaring van insluiting in die sosiale netwerk en 'n belewenis van sinvolle deelname aan die wêreld.

Zerka Moreno (1965:79) vat dit saam deur te sê “restraint has to come after expression”.

2.1.7. Insig

Greenberg (1974:12) sien insig as die resultaat van die suksesvolle herstrukturering van die perseptuele veld ten einde 'n nuwe gestalt te vorm. Insig kan tydens die belewenis van katarsis plaasvind, of na afloop van die psigodrama tydens die “sharing”-fase wanneer groeplede hul persoonlike belewenisse met mekaar deel.

Kellerman (1992b:86) kwalifiseer die aard van insig in psigodrama deur daarna te verwys as “action-insight”. Deur aktief betrokke te wees en deur die proses van kreatiwiteit en katarsis herstruktureer deelnemers hul perseptuele veld en insig is moontlik.

2.1.8. Sosiale Atoom

Hierdie konsep groei uit die proses wat Moreno “tele” noem. Die sosiale atoom word deur Rabson (1979:50) beskryf as “the smallest living social unit” en die gemeenskap bestaan uit 'n netwerk van sosiale atome wat deur positiewe of negatiewe “tele”-prosesse geaktiveer word.

Rabson (1979:51) onderskei tussen die sielkundige sosiale atoom, die kollektiewe sosiale atoom en die kulturele atoom. Die sielkundige sosiale atoom bestaan uit die minimum aantal betekenisvolle verhoudings wat 'n individu benodig ten einde 'n gevoel van sekerheid en stabiliteit te hê. Die kollektiewe sosiale atoom verwys na die minimum aantal betekenisvolle

groepe waaraan die individu behoort en die kulturele atoom verwys na die rolle wat die individu binne sy kultuur vervul.

Die harmonie en balans tussen die individu en sy verskeie atome noem Rabson (1979:51) "sociostasis". Dit is belangrik vir spontane, kreatiewe en gesonde funksionering van 'n individu in sy interpersoonlike lewe. Sosiale atoom-herstelwerk kan in psigodrama plaasvind indien die balans versteur is: "psychodrama seeks to repair broken relationships or possibly prepare the individual to remove negative, hindering relationships" (Rabson, 1979:52).

2.2. Basiese Elemente van Psigodrama

In die klassieke psigodrama soos dit deur Moreno ontwikkel is, is daar vyf basiese elemente. Die eerste is die protagonis - dit is die persoon wat sy lewensituasie uitbeeld. Tweede is die regisseur of leier van die psigodramasessie. Die derde basiese element is die hulp-ego's of "auxiliary egos". Hulle is die persone wat die rol inneem van die afwesige ander in die protagonis se drama. Vierdens is daar die gehoor of groeplede wat teenwoordig is tydens die psigodrama. Die laaste element is die verhoog of aksie area

2.2.1. Protagonis

Moreno (1946:12) het hierdie term vanuit die antieke Griekse teater geleen waar dit na die hoofspeler van 'n drama verwys. Die protagonis kom gewoonlik tydens die opwarmingsfase na vore. Dit kan wees dat hy tydens hierdie fase 'n belangrike situasie of tema ontdek het waaraan hy wil aandag skenk. Dit kan ook gebeur dat een lid meer aktief betrokke was tydens die opwarming en dan aanbied om die protagonis te wees. Dit kan ook die persoon wees wat deur ander groeplede aangewys is aangesien die hele groep by die tema van sy lewensituasie aanklank vind. 'n Ander moontlikheid is dat die groep of die terapeut reeds voor die opwarmingsfase besluit het dat 'n spesifieke lid se lewendrama tydens die sessie uitgespeel sal word. Heisey (1982:12) wys daarop dat dit belangrik is dat geen lid gedwing word



om die rol van die protagonis aan te neem nie, aangesien dit dikwels die spontaniteit van die sessie demp.

Sodra die groep besluit het op 'n protagonis, beweeg die protagonis en die terapeut na die verhoog en daar word na die aksiefase oorgegaan.

2.2.2. Regisseur (“Director”)

Dit is die persoon wat die psigodrama lei. Dit kan 'n psigoterapeut, 'n opgeleide psigodramatis of enige persoon met die kennis en vaardigheid om die terapie- sessie te lei, wees.

Moreno (1946:252) wys daarop dat die regisseur drie funksies vervul: hy is die spelleier (“producer”), die terapeut en die analis. Kellerman (1992b:46) het hierdie rolle van die regisseur ondersoek in terme van funksie, vaardighede en ideale. Hy het ook 'n vierde rol van die regisseur geïdentifiseer. Sy indeling lyk soos volg:

TABEL 1

The Professional Roles of a Psychodramatist			
<i>Roles</i>	<i>Functions</i>	<i>Skills</i>	<i>Ideals</i>
Analyst	Empathizer	Understanding	Hermeneutic
Producer	Theater - director	Staging	Aesthetic
Therapist	Agent of change	Influencing	Healing
Group Leader	Manager	Leadership	Social

Kellerman (1992a; 74)

As analis moet die regisseur empaties luister sodat hy ten volle bewus kan wees van die protagonis se situasie. Dit behels begrip van die protagonis se persoonlike en interpersoonlike wêreld sodat hy betekenis aan belewenisse toe kan skryf en daardeur die protagonis se selfbegrip kan verhoog. As analitiese waarnemer moet die regisseur hipoteses toets, mede-spelers gebruik om inligting na vore te bring en verwarrende tonele uitklaar. Hy moet terselfdertyd bewus wees van die effek wat die aksie op gehoorlede het sodat



hy kan verseker dat die aksie ook van terapeutiese waarde vir die gehoor sal wees. Dit mag waardevol wees as die regisseur in die rol van die analis sy eie insigte en hipoteses gedurende die sluitingsfase aan die groep oordra.

As spelleier is die regisseur verantwoordelik vir die koördinasie van die produksie. Hy voorsien kontinuïteit en maak voorstelle oor moontlike tonele. In teenstelling met die rol van 'n spelleier in die teater, vind hy eerste die karakters en gehoor en van hulle kry hy die storielyn. Met hulle hulp skep hy 'n produksie wat die individuele en kollektiewe behoeftes van die spelers en gehoor bevredig. Hy moet ook materiaal wat na vore kom in aksie wat emosioneel en esteties bevredigend is, vertaal.

As terapeutiese agent is sy taak om die pasiënt te help om die toneel te ontwikkel, om spontane spel na vore te bring en kreatiwiteit en katarsis aan te moedig deur aktief betrokke te raak of terug te staan wanneer nodig. Hy is die agent vir verandering wat die protagonis op so 'n wyse beïnvloed dat genesing gefasiliteer word. As groepleier skep hy 'n klimaat waarbinne 'n ondersteunende sosiale netwerk kan ontwikkel.

Die regisseur moet sensitief wees vir die verbale en nie-verbale gedrag van die protagonis, aangesien dit begrip vir die dinamiek van probleme wat die protagonis uitspeel, bied. Hy is dan meer in staat om toepaslike intervensies en terapeutiese tegnieke te kies. Hy moet die sessie lei, sodat dit opbou na 'n hoogtepunt en sinvol tot 'n geïntegreerde einde in die sluitingsfase kom. Intra-groepdinamiek moet in gedagte gehou en gebruik word. 'n Klimaat vir groepskohesie moet geskep word. Verder moet hy individue aanmoedig om risiko's te neem en spontaan op te tree (Moreno, 1946:254).

Die regisseur rig die psigodrama sodat die protagonis sy wêreld kan eksploreer en situasies kan uitspeel ten einde insig te verkry, gevoel te ontlaai en areas van konflik en spanning te bemeester.



2.2.3. Hulp-ego's / Helpers ("Auxiliary Egos")

Dit is die term wat gebruik word vir enige persoon, buiten die regisseur, wat aan die psigodrama deelneem en die protagonis by staan in die eksplorasië van sy probleem.

Daar is volgens Blatner (1973:14) ses verskillende tipes helpers. Die helper kan die rol van 'n belangrike ander persoon in die protagonis se sosiale atoom aanneem, byvoorbeeld 'n seun, broer, ma, vriend, terapeut, ens. Indien die karakter deur die protagonis as vyandig waargeneem word in die lewensdrama (byvoorbeeld die haatdraende stiefpa, 'n aggressiewe vriend, ens.) word dit die rol van die antagonis genoem. 'n Helper kan ook die rol van die protagonis se alter ego aanneem. In hierdie geval word hy 'n dubbel genoem. Hy help die protagonis om sy innerlike emosies met meer helderheid uit te druk. Die helper kan ook die rol van 'n meer verwyderde persoon byvoorbeeld 'n skoolhoof, 'n nagklub eienaar, ens speel. Die rol van 'n fantasie-karakter byvoorbeeld 'n geïdealiseerde vader, God of 'n "ridder op 'n wit perd" wat die protagonis gaan red is nog 'n rol wat gespeel kan word. Die helper kan ook 'n nie-lewende objek wees waarmee die protagonis in interaksie tree, byvoorbeeld die skilder se verfkwas of die student se lessenaar. Die laaste tipe helper vertolk die rol van 'n abstrakte konsep of kollektiewe stereotipe byvoorbeeld "hulle", "die samelewing", "reg en geregtigheid", ensovoorts.

Die helper help die protagonis om sy situasie te eksplorieer deur in sy toegekende rol teenoor die protagonis op te tree. Die protagonis moet aan die helper die eienskappe en optrede van die persoon of konsep wie se rol hy moet aanneem, verduidelik. Die helper moet so na as moontlik aan hierdie beskrywing bly. Blatner (1973:15) wys egter daarop dat dit nie presies so hoef te wees nie, aangesien onverwagte gedrag dikwels die protagonis se spontaniteit in die hantering van uitdagings verhoog.

Die ontmoeting tussen protagonis en helper plaas die protagonis in die hier-en-nou en hy beleef die situasie asof dit vir die eerste keer plaasvind. Die funksie van die helper is om die protagonis meer betrokke te kry in die toneel. Sodoende word diepliggende konflikte en onderdrukte emosies duideliker, vinniger en meer volledig na die oppervlak gebring.

Moreno (1947:xvii) wys daarop dat die helper se betekenis in die psigodrama tweeledig is: "They function not only as extensions of the patient, portraying actual or imagined personae of his life drama, but also as extensions of the director, being exploratory and therapeutic".

Die helper kan óf deur een van die groeplede óf deur 'n professionele helper gespeel word. Die professionele helper is opgelei om vinnig 'n rol in te neem, maklik die regisseur se doelstellings en beplanning raak te sien en om sensitief vir persoonlikheidsdinamiek en die gevolg van interaksies te wees. Instansies wat psigodrama op 'n gereelde basis aanbied, het dikwels opgeleide professionele helpers.

Dit is nie noodsaaklik om professionele helpers te gebruik nie. Altruïsme word bevorder wanneer groeplede vir mekaar as helpers optree. Empatiese bewustheid word dikwels hierdeur gestimuleer.

Rabson (1979:8) wys ook op die indirekte voordele vir groeplede wat as helpers optree. Die regisseur kan 'n groeplid kies om 'n rol te speel wat ook sy probleem aanspreek. 'n Rol wat die teenoorgestelde vereis as die helper se normale styl, kan sy spontaniteit bevorder en nuwe gedrag in sy rolrepertoire inkorporeer. Refleksie op sy gevoel en herinneringe terwyl hy die rol speel, kan selfinsig bevorder.

'n Verdere belangrike faktor by die keuse van 'n helper is die mate waartoe die groeplid met die protagonis se situasie identifiseer. As 'n helper konflik ervaar wat ooreenstem met dié van die protagonis, kan dit die waarde van die

psigodrama vir die protagonis verminder of vermeerder. Indien die identifikasie te sterk is, kan dit die protagonis verwar. Blatner (1973:17) gee die volgende waarskuwing: “Unless the director is alert to the auxiliary ego’s behaviour and applies firm control, the auxiliary can impose issues upon the protagonist’s drama”.

Gewoonlik vra die regisseur vir die protagonis om ‘n helper te kies. Die regisseur ken professionele helpers se rolle toe. Hy kan ‘n groeplid vra om ‘n spesifieke rol te speel indien die groeplid daarby baat sal kan vind, of die rol goed sal kan speel, of indien die roldefinisie van so aard is dat slegs een persoon vir die rol geskik is.

Die regisseur kan die groep vra om voorstelle aangaande rolle te maak. Verder kan daar vir vrywilligers gevra word. So kan die persone wat empatie met die protagonis het, geïdentifiseer word. Hulle kan selfs later gebruik word om as die protagonis se dubbel op te tree.

Blatner (1973:21) wys op spesifieke maniere waarop ‘n helper kan opwarm om ‘n rol te speel. Die protagonis kan byvoorbeeld rolle omruil en so aan ‘n helper demonstreer watter gedrag toepaslik is. Die helper moet aangemoedig word om spontaan te improviseer. As die protagonis hom korrigeer, moet hy dit ter harte neem en sy rol aanpas.

2.2.4. Gehoor

Die gehoor bestaan uit groeplede wat nie tydens die aksiefase die rol van die protagonis of helpers speel nie. Moreno (1946:261) wys op twee dimensies van die gehoor, naamlik hul verhouding tot die protagonis en die gebeure op die verhoog (produksie-gesentreerd) en hul verhouding tot die gehoor self (gehoor-gesentreerd).

In verhouding tot die protagonis verteenwoordig die gehoor die wêreld. Moreno (1946:261) stel dit soos volg: “He has always lived in the world more



or less anonymously but he has never lived “in front” of it.” Die protagonis is sensitief vir die gehoor se opinie van hom - veral indien hy homself as ‘n uitgeworpene beleef of nog nie die geleentheid gehad het om status in sy omgewing te verkry nie - soos in die geval van adolessente. In hierdie rol kan die gehoor dus ‘n ondersteunende of bevestigende funksie vervul.

Die tweede dimensie van die gehoor hou verband met die feit dat die gehoorlede deur middel van identifikasie tot nuwe insigte kan kom. Die gehoorlede kan deur die gebeure op die verhoog waar te neem, katarsis beleef en emosies en ervarings integreer en orden.

Starr (1977:39) wys daarop dat groeplede tydens die “sharing”-fase die geleentheid het om hul emosies, identifikasie en assosiasie met die protagonis te deel. Die protagonis se alleenheid kan opgehef word deur sy besef dat ander persone soortgelyke ervarings het. Groeplede se vertellings van hoe hulle soortgelyke ervarings hanteer het, kan aan die protagonis nuwe moontlikhede vir die hantering van sy eie situasie bied. Die groepskonteks van psigodrama bevorder die terapeutiese faktor van universaliteit en skep ‘n klimaat van aanvaarding en kohesie.

2.2.5. Verhoog of Aksie area

Die verhoog is die area waar die protagonis se lewendrama uitgespeel word. Dit hoef nie noodwendig ‘n verhoogde platform te wees nie, maar kan enige afgebakende area in die vertrek wees. Moreno het volgens Rabson (1979:14) ‘n verhoogarea gebruik wat uit drie ronde vlakke bestaan het. ‘n Vierde vlak wat die vorm van ‘n balkon aangeneem het, word verder onderskei.

Die verhoog word gesien as ‘n uitbreiding van die lewensarea van die protagonis. Hier eksplorieer hy sy verhoudings, sy probleme en sy wêreld. Die duidelike skeiding tussen hom en die gehoor help hom om uit die rol van gehoorlid in dié van protagonis te beweeg. Dit is ook bevorderlik vir die

proses van 'ontrolling' wanneer die protagonis en helpers uit hulle psigodramarolle beweeg.

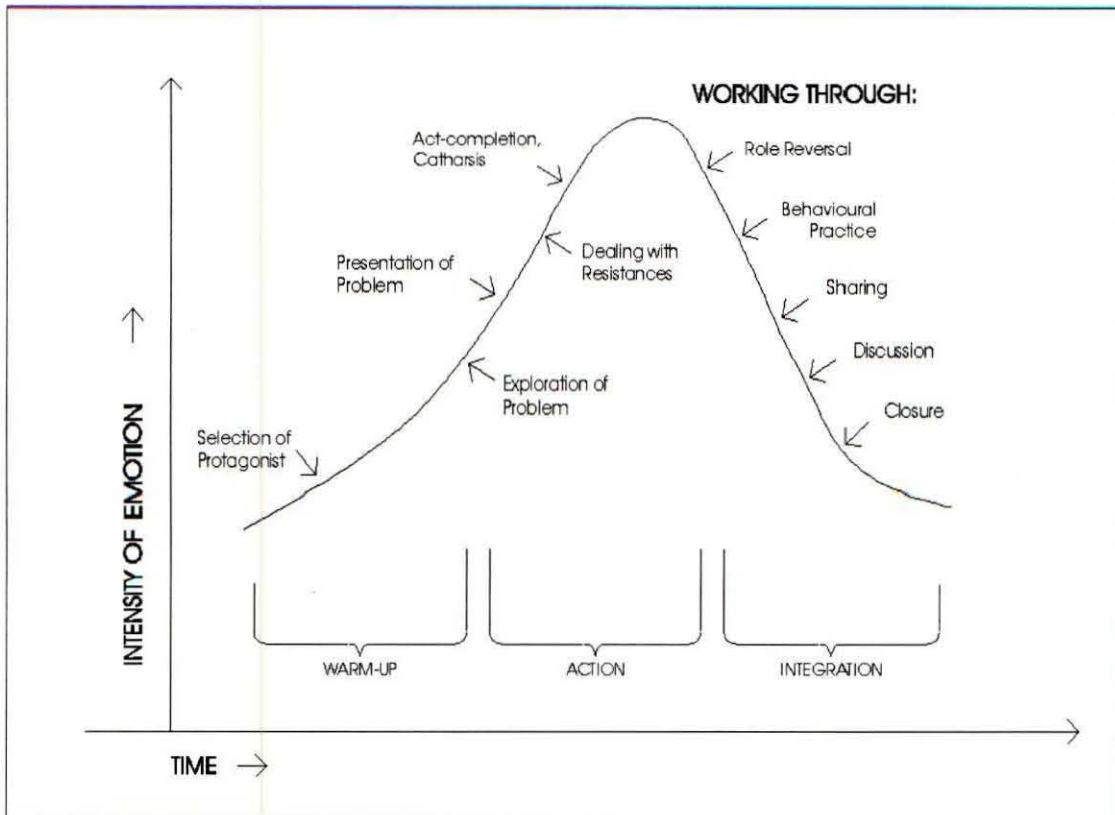
Op die eerste vlak van die verhoog voer die regisseur 'n onderhoud met die protagonis. Hierdeur raak hy bewus van die protagonis se persepsie van die probleem en vind hy uit waar die protagonis wil begin om die probleem te eksploreer. Soos hy begin 'opwarm' tot die realiteit van sy probleemsituasie, begin hy verder met die vlakke van die verhoog op beweeg. Sodra hy volkome in die situasie is, beweeg hy na die derde vlak van die verhoog. Daar is dus 'n progressiewe wegbeweging van die groepsituasie na die realiteit van die lewendrama.

Die balkon kan vir verskillende doeleindes gebruik word. Dit is dikwels van waarde vir die protagonis om die toneel van bo-af waar te neem. Dit kan hom op 'n konkrete wyse distansieer van die emosioneel-gelaaide situasie, sodat hy perspektief op die situasie kan behou. 'n Helper kan dan sy rol in die toneel vertolk. Die balkon kan ook gebruik word om 'n gevoel van mag en outoriteit aan 'n speler te gee. Dit kan byvoorbeeld gebruik word wanneer 'n speler die rol van God of 'n belangrike outoriteitsfiguur vertolk. Die balkon is ook effektief in die voorstelling van abstrakte of bonatuurlike konsepte in die psigodrama.

Soos uitgewys is bogenoemde 'n beskrywing van die verhoog soos Moreno dit gevisualiseer en gebruik het. Dieselfde effek kan egter in die afwesigheid van so 'n struktuur verkry word. Afstand op horisontale vlak kan byvoorbeeld geskep word ten einde die protagonis in die drama in te lei. 'n Gedetailleerde verhoog met rekwisiete en beligting is nie 'n voorvereiste vir die uitvoer van 'n geslaagde psigodrama-produksie nie.

2.3. Fases van 'n Psigodramasessie

Psigodramasessies volg gewoonlik 'n sekere patroon soos dit deur die fases van opwarming, aksie en sluiting beweeg. Barbara Seabourne en Carl Hollander het 'n kurwe, wat hierdie patroon voorstel, saamgestel Bron: Rabson (1979:39):



Die Hollander Psigodramakurwe
BRON: Rabson, 1979: 39



2.3.1. Opwarmingsfase of “Warm-up”

In die klassieke psigodrama bestaan elke sessie uit 'n opwarmings-, aksie- en afsluitingsfase. Die opwarmingsfase word deur Blatner (1973:11) beskryf. Die volgende is 'n kort opsomming van Blatner se beskrywing. Die regisseur warm homself op en daarna bespreek die groep hulle doelwitte, rolle, betaling, afspraaktye ensovoorts. Oefeninge word gedoen sodat groeplede mekaar beter kan leer ken. Die regisseur lei die groep sodat die aard van die oefeninge geleidelik verander. Dit raak meer aksie-georiënteerd en groepskohesie en spontaniteit word aangewakker. Na afloop van die opwarmingsoefeninge is daar gewoonlik 'n bespreking oor wat die groeplede beleef het en dit gee aanleiding tot die verskyning van 'n algemene tema of van 'n spesifieke individu se probleem. Aan die einde van dié fase word een van die groeplede gekies as protagonis. Hy sal in die aksiefase sy eie of die groep se probleem uitspeel.

Die belangrikste funksie van die opwarmingsfase is die vestiging van 'n klimaat of konteks waarbinne spontaniteit vrylik realiseer. Van die nodige voorwaardes vir spontane gedrag behels volgens Blatner (1973:36) 'n gevoel van vertrouwe en veiligheid, norme wat toelaat vir die nie-rasionele en intuïtiewe dimensies van gedrag, en 'n beweging in die rigting van waagmoed en ontdekking van nuwe en onbekende moontlikhede.

Ten einde spontaniteit te bevorder, moet die regisseur self ook opgewarm wees. Dit behels onder andere dat hy fisies aktief is terwyl hy die sessie inlei. Passiwiteit is teenproduktief aangesien dit spontaniteit demp. Deur sy eie gedrag modelleer die regisseur die groepnorme van selfopenbaring, spontaniteit, aanvaarbaarheid van humor, toleransie van 'n mate van afstand en die aanvaarbaarheid van aksie en uitlewing.

Tydens die opwarmingsfase word daar dikwels van spesifieke oefeninge of tegnieke gebruik gemaak. In die literatuur word talle sulke oefeninge beskryf. 'n Voorbeeld is die “magic shop”-opwarmingstegniek. Starr (1977:134) beskryf die tegniek: die regisseur is die eienaar van 'n winkel wat sekere



menslike kwaliteite verkoop. Dit kan egter nie vir geld gekoop word nie en 'n groeplid moet 'n eienskap van homself in ruil vir die nuwe eienskap gee. So kan 'n groeplid wat geduld wil koop byvoorbeeld van sy eie angstigtheid of perfeksionisme in ruil gee.

Deur middel van so 'n tegniek kom daar dikwels temas na vore wat in die aksie- fase uitgebou kan word in 'n lewensdrama.

Die opwarming kan volgens Rabson (1977:19) ook die vorm van 'n verbale bespreking aanneem. Die regisseur kan die bespreking in 'n sekere rigting stuur en gesprekke rondom 'n spesifieke tema of onderwerp uitlok. Hy kan non-direktief wees en die groep vry laat assosieer totdat 'n tema na vore kom en een van die groeplede aanbied om die protagonis te wees. Hy eksplorieer dan die tema in sy eie lewe.

Sodra die protagonis geïdentifiseer en die verhoog of aksie area betree is, neem die aksiefase 'n aanvang.

2.3.2. Aksiefase

Die aksiefase verloop volgens Blatner (1973:11-13) op die volgende wyse. Die regisseur neem die protagonis na die verhoog waar die probleem kortliks bespreek word. Hulle herdefinieer die konflik in terme van 'n konkrete voorbeeld wat uitgespeel kan word. Die regisseur help die protagonis om die spesifieke situasie, waarbinne die probleem plaasvind, te beskryf. Die protagonis speel die toneel uit asof dit in die hier-en-nou plaasvind. Helpers word gekies om die rolle van die ander persone in die drama te speel. Nou word die openingstoneel uitgespeel. Die regisseur help die helpers om hul rolle te vestig deur die protagonis met hulle rolle te laat omruil - so kan hulle die gedrag van die ander figure in die drama waarneem. Die protagonis gee terugvoer aan die helpers aangaande die akkuraatheid waarmee hulle die rol vertolk. Sodra die protagonis tevrede is, kan die toneel voortgaan.



Soos die toneel voortgaan, implementeer die regisseur verdere tegnieke soos die monoloog, die dubbel tegniek en “asides” om emosies te eksplorieer. Ambivalensie word konkreet voorgestel deur verskillende helpers te gebruik om verskillende aspekte van die protagonis se psige voor te stel. Empatiese of geprojekteerde emosies van die protagonis kan deur middel van rolomruiling uitgespeel word. Die protagonis kan met homself gekonfronteer word deur middel van die “mirror” tegniek. Belangrike vroeë herinneringe word gewoonlik tydens die aksiefase uitgespeel. Toekomstige planne, hoop en vrese kan simbolies gerealiseer en geëksplorieer word. Die protagonis se onderdrukte emosies - skuldgevoel, aggressie, vrese, behoeftes - kan na vore gebring word deur ‘n verskeidenheid fasiliteringstegnieke.

Die aksie word geneem tot by die punt waar die protagonis beleef dat hy op simboliese wyse daardie gedrag wat onderdruk was bevredigend kon uitspeel. Die protagonis kan gehelp word om alternatiewe, meer toereikende gedrag in ‘n situasie te openbaar. Dit kan met behulp van die volgende tegnieke gedoen word: Speel die konflik herhaaldelik uit en laat die protagonis telkens ‘n nuwe benadering probeer, laat die ander groeplede hul benadering tot die konflik- situasie uitspeel - so kan die protagonis nuwe moontlikhede deur middel van modellering aanleer, laat die protagonis rolle met die antagonis of ander helpers omruil, sodat hy kan beleef wat die ander persoon ervaar - op hierdie wyse kan hy agterkom wat die effek van sy gedrag is en ook watter gedrag die gewenste uitwerking het.

Nadat die protagonis geïdentifiseer is, beweeg hy en die regisseur na die verhoog en die protagonis begin om die situasie te beskryf. Die regisseur moedig hom aan om dit uit te speel deur hom te vra om die toneel op te stel. Indien die protagonis byvoorbeeld ‘n situasie wat aan etenstafel plaasgevind het wil uitspeel, word hy gevra om die verhoog te omskep in die eetkamer waar die toneel afspeel. Die regisseur moedig hom aan om in die teenwoordige tyd te praat. So word hy in die hier-en-nou van die situasie geplaas. Die opstel van die fisiese toneel, die visualisering van kleure en

teksture en die belewing van die gepaardgaande emosies en die atmosfeer vorm ook deel van die protagonis se opwarmingsproses.

Soos die toneel opgestel word, word die nodige helpers gekies en aangemoedig om hul rolle in te neem. Die toneel word uitgespeel en die regisseur implementeer die toepaslike tegnieke om byvoorbeeld onderdrukte emosies na vore te bring, onderliggende konflikte sigbaar te maak, empatie te verhoog, ensovoorts. Nadat die toneel uitgespeel is, kan die regisseur besluit om die interaksie te laat voortgaan. Die toneel kan weer uitgespeel word met moontlike variasies of in 'n situasie wat verband hou met die eerste. Die regisseur poog hierin om die sessie in die rigting van meer sentrale emosionele kwessies te laat beweeg.

Soos in ander terapeutiese metodes is die deurwerk van weerstand in die psigodrama ook belangrik. Kellerman (1983:30) sien weerstand as 'n blokkering van spontaniteit wat teen die terapeutiese proses inwerk. Moreno (1953:140) beskryf weerstand as "a function of spontaneity; it is due to a decrease or loss of it." Blatner (1973:63-64) wys daarop dat die manier waarop die protagonis weerstand bied of 'n situasie probeer vermy eerstens geïdentifiseer en genoem moet word. Die tweede stap in die hantering van weerstand behels die oordrewe gebruik van die verdediging. Die protagonis word byvoorbeeld aangesê om die verdediging so oormatig as moontlik te gebruik. Hierdeur kan die protagonis agterkom dat hy kies om die verdediging te gebruik ten einde sekere kwessies te vermy. Hy raak bewus van sy eie verantwoordelikheid vir sy gedrag en dit gee aan hom die gevoel dat hy beheer kan toepas oor sy herhalende patroon van gedrag.

Soos die psigodramakurwe dit uitwys, bereik die sessie 'n hoogtepunt tydens die protagonis se ervaring van katarsis. Dit is hier waar die intensiteit van emosie die hoogste is. As Moreno se siening - dat katarsis met integrasie en ordening gepaard moet gaan - belig word, is dit vanselfsprekend dat die psigodrama nie hier kan eindig nie. Die deurwerk-proses is hier van groot



belang. Hierdeur kry die protagonis die gevoel van beheer of bemeestering van sy probleem. Dit kan uitgevoer word met behulp van tegnieke soos rolomruiling of met behulp van “behavioral practice”. Dit behels volgens Blatner (1973:79) dat die protagonis met nuwe alternatiewe gedragspatrone binne ‘n veilige omgewing kan eksperimenteer. Integrasie vind verder plaas tydens die afsluitingsfase.

2.3.3. Afsluitingsfase of “Sharing, Feedback and Closure”

Na afloop van die aksiefase help die regisseur die protagonis om ondersteunende terugvoer van die groeplede te kry. In plaas daarvan om ‘n intellektuele analise van die protagonis se probleem te onderneem, moedig die regisseur die groeplede aan om hul emosies tydens die toneel met die protagonis te deel. In hierdie fase kan die regisseur ‘n verskeidenheid ondersteunende psigodramategnieke gebruik. Indien daar tyd is om nog ‘n groeplid se psigodrama uit te speel, kan die regisseur, na afloop van die afsluitingsfase die groep weer opwarm of die sessie kan afgesluit word met behulp van afsluitingstegnieke (Blatner, 1973:13).

Die klem val in hierdie fase op ondersteuning en self-onthulling deur groeplede. Hulle kan emosies of soortgelyke ervarings uit hul persoonlike lewe met ander groeplede deel. Die terapeutiese faktore van universaliteit en kohesie tree veral in hierdie fase in werking.

Sodra die aksiefase sinvol afgehandel is, beweeg die protagonis en regisseur terug na die groep en word die protagonis geherintegreer in die groep. Groeplede ‘ontrol’ ook tydens hierdie fase en keer terug na die hier-en-nou realiteit van die groep.

Kellerman (1992b:157-159) gee ‘n lys van moontlike afsluitingstegnieke wat in hierdie fase gebruik kan word. Die “gehoor-analis”-tegniek behels dat ‘n groeplid die gehoor se reaksie op die psigodrama opsom. “Konkretisering” is ‘n tegniek waarin ‘n balans tussen twee innerlike konflikterende tendense op



'n konkrete vlak uitgespeel word. "Ontspanning" is 'n tegniek waarin die protagonis en groeplede aan die einde van die sessie met behulp van toepaslike musiek vir 'n oomblik fisies ontspan.

2.4. Tegnieke

Treadwell, Stein en Kumar (1990:102) wys daarop dat die aantal psigodramategnieke op tussen 200 en 300 geskat word. In hierdie afdeling word slegs enkele tegnieke, wat relevant tot die studie is, bespreek.

2.4.1. Self-voorstelling ("Self-presentation")

Volgens Rabson (1979:82) word hierdie tegniek aan die begin van 'n sessie gebruik. 'n Individu of elke lid van die groep kry 'n beurt om vir die groep te vertel wat op daardie stadium vir hom 'n belangrike lewenskwestie of tema in sy lewe is. Hy kan dit aktief uitspeel, dit deur middel van mimiek voorstel of hy kan leë stoele - wat ander objekte of persone met wie hy wil praat - voorstel, neersit en met of deur hulle in interaksie tree.

Hierdie tegniek is waardevol in die identifisering van presenterende probleme en dit werp lig op die wyse waarop lede hulself en hul probleme ervaar. Dit help groeplede ook om mekaar te verstaan.

'n Variasie van hierdie tegniek behels dat die individu homself voorstel in die rol van 'n belangrike ander persoon. Dit is dikwels 'n makliker en minder bedreigende wyse om persoonlike inligting aan ander mee te deel. Dit gee inligting oor wie die belangrike persone in die individu se lewe is en wat hy dink belangrike ander van hom dink. Treadwell, Stein en Kumar (1990:103) noem hierdie variasie 'n "role-taking interview" en beveel dit veral aan vir gebruik met adolessente wat 'n krisissituasie beleef.

Die groeplid kan homself deur middel van 'n objek voorstel. Hy kan byvoorbeeld die rol van 'n skildery in sy eie huis aanneem en homself vanuit die perspektief van die skildery voorstel.



Die selfaanbieding kan volgens Blatner en Blatner (1988:175) effens uitgebrei word (genoem “opstel van die toneel” of “setting the scene”). Die protagonis gee ‘n beskrywing of voorstelling van ‘n belangrike area waar die drama afspeel, byvoorbeeld sy klaskamer en gee ook ‘n kort voorstelling van die relevante persone. Hy demonstreer hul optrede - wat gesê word en wat nie - en skep deur verskeie ander basiese dramatiese tegnieke sy fenomenologiese en psigodramatiese wêreld.

2.4.2. Rolomruiling

‘n Konsepanalise van Carlson-Sabelli (1989:142) toon dat rolomruiling verskillend gedefinieer word deur verskillende navorsers. In haar analise identifiseer sy drie tipes rolomruiling:

1. Klassieke rolomruiling: Twee werklike individue, wat albei teenwoordig is, tree in interaksie en ruil dan rolle om en gaan voort met die interaksie.
2. Onvolledige rolomruiling: Persoon A speel die rol van persoon B, maar persoon B is nie teenwoordig ten tye van die interaksie nie. Byvoorbeeld, ‘n dogter wat poog om haar ma beter te verstaan, speel die rol van haar ma, terwyl ‘n ander persoon die rol van die dogter speel. Die ma is nie tydens die sessie teenwoordig nie.
3. Sosiodramatiese rolomruiling: Die subjek speel die rol van ‘n fantasie karakter, ‘n argetipe of ‘n veralgemeende ander byvoorbeeld Sneeuwitjie, God, ‘n wrede heks, ‘n geïdealiseerde moederfiguur ensovoorts. Uiteraard is die ander karakter nie teenwoordig nie.

Vir die doeleindes van die studie is tipe 2 - onvolledige rolomruiling - tydens sessies gebruik.

Volgens Blatner en Blatner (1988:75) steek die protagonis die grens van sy egosentrisiteit oor wanneer hy rolle omruil. Hierdeur kan hy die ander persoon se perspektief ervaar en empatie verkry met die ander se sienswyse.



Rolomruiling word ook gebruik in die opstel van 'n toneel (byvoorbeeld tydens selfaanbieding) as 'n manier waarop helpers hulle rolle leer aanneem.

2.4.3. Monoloog

Die groeplid deel tydens die drama sy normaalweg gesensorde gevoel met die gehoor. Hy koppel ook hierdie emosies aan die aksie wat op die verhoog plaasvind. Dit help hom om onderdrukte emosies na vore te bring of om emosionele verwardheid (wat gewoonlik tot blokkering aanleiding gee) uit te klaar.

Tydens hierdie tegniek gee die regisseur gewoonlik die opdrag dat die protagonis sy kop moet wegdraai en nie die monoloog vir sy mede-spelers moet lewer nie. Dié tegniek word ook "asides" genoem.

Die regisseur kan vra dat die protagonis 'n monoloog voer terwyl hy met 'n ander persoon rolle omruil. Dit help om die protagonis se persepsie en begrip van die ander uit te bou.

Yablonsky (1976:121) wys daarop dat hierdie tegniek ooreenkomste toon met die proses van vrye assosiasie wat in psigoanalise gebruik word. Hy wys egter ook op belangrike verskille:

"In psychodrama the soliloquy is performed in the contextual fibre of an actual situation. Also in psychodrama, as differentiated from psychoanalysis, the process is utilized not only for analytic purposes but also to facilitate the dramatic action of the session".

2.4.4. Dubbel-tegniek ("Doubling")

Die dubbel is 'n persoon - óf 'n opgeleide ko-terapeut, óf 'n groeplid - wat die protagonis bystaan in die aanbieding van sy posisie of emosies. Die dubbel sal emosies of standpunte verwoord wat hy vermoed die protagonis ervaar of huldig. Hy staan gewoonlik skuins agter die protagonis en praat met die betrokke helpers asof hy die protagonis is. Hy neem die protagonis se houding aan en voer dieselfde aksies uit. Indien die protagonis saamstem met die emosie of standpunt wat die dubbel uiter, herhaal hy dit as sy eie.



Indien hy nie saamstem nie, of indien die dubbel nie sy emosies akkuraat genoeg verwoord nie, ignoreer hy daardie stelling van die dubbel.

Die dubbel-tegniek is effektief in die onthulling van die protagonis se ambivalensie, konflikte en onderdrukte emosies. Verder intensifiseer dit sy deelname aan en betrokkenheid by 'n toneel.

Blatner (1973:24) onderskei drie algemene funksies van die dubbel, naamlik stimulering van interaksie, ondersteuning en uitklaring en interpretasie. Deurdat die dubbel ondersteuning bied, stel hy die protagonis in staat om risiko's te neem in die ontdekking van sy interne dinamiek.

Dit is belangrik dat die regisseur die norm - dat die protagonis van die dubbel se stelling kan verskil, dit kan aanpas, of daarop kan uitbrei - vestig. Soms is dit reeds wanneer die protagonis van die dubbel verskil dat hy 'n belangrike koppeling tussen die situasie en sy emosies maak of dat hy skielik insig in sy gedrag verkry.

In die meervoudige dubbel-tegniek word meer as een helper aangestel om as dubbel op te tree. Elke dubbel kan byvoorbeeld die protagonis op verskillende stadia van sy lewe voorstel. In die verdeelde dubbel ("divided double" Rabson, 1979:91) speel elke helper een deel van die protagonis se self of psige.

2.4.5. Spieël-tegniek ("Mirror technique")

'n Helper speel die rol van die protagonis in 'n spesifieke interaksie en die protagonis kyk toe. Op hierdie wyse kan hy sien hoe hy vir ander voorkom en kan hy insig in sy eie gedrag verkry. Dit is 'n kragtige konfronteringstegniek en Blatner en Blatner (1988:169) wys daarop dat dit oordeelkundig gebruik moet word. Die protagonis moet getrou weergegee word en nie aan bespotting onderwerp word nie.



Die tegniek kan volgens Yablonsky (1976:126) ook gebruik word indien die protagonis traag is om sy eie rol te speel. Dit betrek hom dikwels weer by die interaksie aangesien hy sy persoonlike betrokkenheid by 'n situasie kan waarneem.

Die protagonis word aangemoedig om op die helper, wat in sy plek optree, se optrede kommentaar te lewer. Die akkuraatheid van die helper se voorstelling kan met die hulp van gehoorlede vasgestel word.

2.4.6. Toekomsprojeksie

'n Insident wat in die toekoms kan plaasvind word uitgespeel. Verskillende subtonele word gebruik wat variasies van die insident verteenwoordig. So kan die mees gesogte uitkoms, 'n gevreesde katastrofiese scenario, 'n oordrewe reaksie, 'n realistiese verwagting of enige moontlike dimensie van die toneel uitgespeel word.

Dié tegniek berei volgens Yablonsky (1976:125) die protagonis voor vir die effektiewe hantering van 'n situasie wat in die toekoms kan plaasvind.

2.4.7. Die “Helper-stoel” (“Auxiliary Chair”)

Volgens Rabson (1979:95) behels hierdie tegniek dat 'n leë stoel gebruik word om 'n belangrike ander persoon voor te stel. Die protagonis spreek hom aan asof hy teenwoordig is. Dele van die self, waardes of abstrakte simbole kan deur die stoel(e) voorgestel word.

Die tegniek kan tydens die opwarmings-, aksie- of afsluitingsfase gebruik word. Blatner (1973:45) beskryf dit verder as 'n tegniek vir die selektering van 'n protagonis aan die begin van die sessie. 'n Leë stoel word voor die groep geplaas en die regisseur vra die groeplede om 'n belangrike ander persoon in die stoel te visualiseer. Die groeplede gee individueel 'n indikasie wanneer hulle die persoon duidelik visualiseer en die regisseur vra wie dit is. Wanneer iemand respondeer kan die regisseur óf vra dat die groeplid in die stoel gaan



sit en die persoon word, óf hy kan vra wat hy vir die persoon in die stoel wil sê. Dit kan lei tot 'n interaksie wat in 'n psigodrama oorgaan.

As 'n afsluitingstegniek kan die helper-stoeltegniek volgens Rabson (1979:96) funksioneel wees indien baie van die groeplede met die protagonis se tema geïdentifiseer het. Elke lid kan byvoorbeeld 'n beurt kry om die protagonis se belangrike ander aan te spreek of kan sy eie ekwivalente persoon in die stoel visualiseer en aanspreek.

2.4.8. Beelding (“Sculpting”)

Die protagonis gebruik helpers om die essensiële eienskappe of betekenis wat persone of situasies vir hom inhou, uit te beeld. Die helpers word gebruik om ware persone of abstrakte konsepte soos kwaliteite, emosies of waardes te verteenwoordig. Die protagonis “vorm” hulle en bring 'n beeld tot stand wat sy persepsie of ervaring vergestalt.

Hy kan aan elke helper 'n sin gee wat kenmerkend is van die persoon of konsep wat hulle verteenwoordig. Die helpers kan elk begin om sy sin te sê en die protagonis kan óf sy pratende standbeeld waarneem en die emosies wat dit wek beleef, óf hy kan daarmee in interaksie tree ten einde die emosies verder te eksploreer.

Volgens Rabson (1979:97) is die tegniek van diagnostiese waarde aangesien dit inligting verskaf rondom die interpersoonlike dinamiek wat die situasie onderlê. Dit is terapeuties in soverre dit die protagonis se insig verbreed tydens die bou van die beeld en tydens sy waarneming van en interaksie met die beeld.



3. NAVORSING IN DIE VELD VAN PSIGODRAMA

In afdeling twee is 'n oorsig oor die teorie en metode van psigodrama gegee. Talle ondersoekte, gebaseer op die teorie van psigodrama, is al uitgevoer. Daar word nou gekyk na die navorsingskomponent van psigodrama en wat die bydrae daarvan is in terme van die uitbouing van die teorie. Die doel van hierdie afdeling is nie om 'n volledige oorsig van die navorsing te gee nie. Die fokus is eerder op die aard van navorsing wat in die veld bestaan.

3.1. Aard van Navorsing: 1952 tot 1985

Kellerman (1987b:459) gee in sy artikel 'n oorsig oor navorsing wat in die periode van 1952 tot 1985 op die uitkoms van klassieke psigodrama gefokus het. Volgens hom het psigodrama-terapeute tradisioneel meer op kliniese ervaring as op wetenskaplike studies staatgemaak. Die literatuur het daarom grootliks uit gevallestudies bestaan en was anekdoties van aard. In die laat sewentigerjare het hierdie tendens verander. Meer navorsing is op 'n wetenskaplike wyse uitgevoer en die navorsingsmetodes wat ingespan is, was hoofsaaklik kwantitatief van aard. Studies wat op die eksperimentele navorsingsontwerp gebaseer is, het die lig begin sien.

Kellerman (1987b:461-463) gee 'n opsomming van drie en twintig navorsingstudies. Dit is nie naastenby 'n volledige lys nie, maar werp wel lig op die aard van eksperimentele navorsing wat in hierdie tyd gedoen is. Enkele voorbeelde daarvan sal vervolgens bespreek word.

Harrow het in 1952 'n groep van 20 psigiatriese binnepasiënte betrek by 'n navorsingsprojek. Een groep is aan psigodrama blootgestel en die ander was 'n kontrole groep (Kellerman noem ongelukkig nie by een van die studies wat die aard van die kontrole groep was nie). Harrow het die "Rorschach", "Make-a-Picture" toets en 'n rol-aanneming meetinstrument gebruik as uitkomsmetings. Die bevinding was dat psigodrama effektief is in die verbetering van aanpassing en spesifieke rol-aannemingsvaardighede.



Slawson het in 1965 'n navorsingsprojek met 54 psigiatriese binnepasiënte uitgevoer. Die projek het oor twee jaar gestrek. 'n Psigodramagroep en kontrole groep is geïdentifiseer. Die "MMPI" is as uitkomsmeetinstrument gebruik en daar is bevind dat psigodrama nie effektief is in die bevordering van persoonlikheidsverandering nie.

In 1968 het Herman 'n tien weke lange navorsingsprojek met 24 manlike studente van stapel gestuur. 'n Psigodrama- en kontrole groep is ook gebruik. Gedragskriteria is as uitkomsmeting geïmplementeer en die resultate het getoon dat psigodrama effektief is in die verbetering van algemene toepaslikheid van gedrag.

Girshick het in 1977 'n navorsingstudie aangepak rondom die verband tussen psigodrama, kreatiewe uitdrukking en akademiese prestasie. Sy projek het oor agt weke gestrek en 38 hoërskoolleerlinge is betrek. 'n Psigodramagroep, 'n verbale besprekingsgroep en 'n kontrole groep is gebruik. Die "Torrance Test of Creative Thinking" het as uitkomsmeetinstrument gedien. Die resultate het getoon dat psigodrama nie effektief is in die verhoging van kreatiewe uitdrukking of verwante akademiese prestasie nie.

Wood en sy kollegas het in 1979 'n navorsingstudie oor psigodrama met alkoholverslaafdes uitgevoer. Dit het oor 4 weke gestrek en 110 alkoholiste is betrek. Een groep is aan psigodrama blootgestel en die ander aan groepterapie in klein groepe. Die "Comrey Personality Scale", verkorte "MMPI", "State-Trait Anxiety inventory" en die "Anxiety-state Scale" is as uitkomsmetings gebruik. Die resultate het getoon dat psigodrama effektief is in verhoging van aktiwiteitsvlak, vertroue en emosionele stabiliteit.

Carpenter en Sandberg het in 1985 'n twaalf weke studie met sewe gedragsafwykende ("delinquent") adolessente uitgevoer. 'n Psigodrama- en



kontrole groep is gebruik. Die volgende meetinstrumente is geïmplementeer om die uitkoms van die sessies te bepaal: “Jesness Inventory”, “I-E Locus of Control Scale” en die “High School Personality Questionnaire”. Die resultate het getoon dat psigodrama effektief is in verbetering van ego sterkte, sosialisering en ekstroversie.

Uit bogenoemde wil dit voorkom dat psigodrama aanpassing, vertroue en emosionele stabiliteit beïnvloed, maar dat dit nie kreatiwiteit bevorder of persoonlikheidsverandering te weeg bring nie.

Soos vroeër genoem is, het terapeute ook op kliniese ervaring staat gemaak. Dit het tot gevolg gehad dat aannames oor byvoorbeeld die doel en effektiwiteit van tegnieke, die belang van terapeutiese elemente of die hantering van probleemareas gemaak is. Hierdie aannames is gewoonlik gebaseer op kliniese ervaring eerder as op navorsing - hetsy kwalitatief of kwantitatief.

3.2. Resente Navorsing

Enkele voorbeelde van navorsingstudies oor adolessente- en volwassepsigodrama wat na 1985 die lig gesien het, sal vervolgens bespreek word.

Ozbay et al (1993:3-11) beskryf 'n studie wat ondersoek instel na die terapeutiese faktore in 'n adolessente psigodramagroep. Die doel van die navorsing was om uit te vind hoe groeplede in 'n buitepasiënt adolessente-psigodramagroep Yalom se “Therapeutic Factors List” gebruik om terapeutiese faktore op verskillende stadiums van die groep te beoordeel. Daar is gekyk na die terapeutiese effek van psigodrama op adolessente, die verskil tussen manlike en vroulike groeplede se beoordeling van terapeutiese faktore en hoe die beoordeling van dieselfde toetspersone op verskillende stadiums van die groep vergelyk.



Tien groeplede (ses vroulik, vier manlik, ouderdom tussen 15 en 20 jaar) van 'n geslote buitepasiënt psigodramagroep is gebruik. Die groep het een maal per week vir twee ure oor 'n tydperk van een jaar ontmoet. Aan die einde van die tiende en twintigste sessie is Yalom se "Therapeutic Factors List" aan groeplede gegee om te rangskik van mees bruikbare tot mins bruikbare in terme van terapeutiese faktore. Die data is kwantitatief ontleed en daar is vasgestel dat geen statisties beduidende verskil tussen manlike en vroulike groeplede bestaan met betrekking tot geïdentifiseerde terapeutiese faktore nie. Daar is ook geen beduidende verskil gevind tussen waargenome terapeutiese faktore van die tiende en twintigste sessie nie. Daar is verder vasgestel dat Insig, Familie - Heruitspeel en Eksistensiële faktore die belangrikste terapeutiese faktore vir die groep was. Hierdie studie is veral waardevol in die identifisering van bruikbare terapeutiese faktore in psigodrama met adolessente.

Guldner (1990:142) kyk in sy navorsing na die gebruik van gesinsterapie met adolessente. Gesinne is willekeurig aan vier terapeute toegewys. Twee van die terapeute het verbale metodes en twee het aksie-metodes in terapie gebruik. Elke terapeut het ses gesinne, vir tussen ses en twaalf sessies, in konsultasie gesien. Guldner beskryf die aksie metode as 'n kombinasie van struktuurteorie en psigodrama. Na opname is gesinne se vlak van funksionering met behulp van Weltner se "Family Assessment and Intervention Continuum" bepaal. Hulle het ook voor- en na- toetse met behulp van die "Family Relationship Inventory" ondergaan. Die gesinne moes ook aan die begin van terapie doelwitte vasstel. Na afloop van terapie het elke gesin deur middel van 'n Likert-tipe skaal hul vordering in terme van bereiking van doelwitte beoordeel.

Die resultate van die doelwit-bereikingevaluasie en van die "Family Relationship Inventory" is statisties ontleed en die navorsers het tot die volgende gevolgtrekking gekom (hoewel die resultate nie veralgemeenbaar is nie): in gesinne met 'n sekere vlak van funksionering, veroorsaak aksie-



metodes dat gesinslede meer saamstem oor doelwitbereiking en tevredenheid met terapie.

Martin en Labott (1991) het 'n navorsingstudie onderneem waarin hulle gepoog het om 'n betroubare en praktiese metode vir die analisering van psigodrama-prosesse daar te stel. Met betrekking tot die prosesse was hul hipotese dat die lengte van protagonis-regisseur interaksies sal verminder en die lengte van rolomruiling sal vermeerder soos die psigodrama vorder.

Data is verkry uit sewe psigodramasessies wat op band vasgelê is, ontleed is en met betrekking tot aard van interaksies, gekodeer is. Dit het 'n opsomming gegee van wie in interaksies betrokke was, watter rolle deur die protagonis gespeel is, watter komplimentêre rolle tydens 'n interaksie gespeel is en hoe lank 'n interaksie was. Interkorrelasies tussen data gegeneer deur verskillende waarnemers is gedoen om vas te stel of betroubare resultate verkry sal word. Nadat inligting statisties verwerk is het die navorsers tot die gevolgtrekking gekom dat waarnemers se data ooreenstem en dus betroubaar is.

Met betrekking tot die hipotese rondom die afname van interaksies tussen protagonis en regisseur is daar bepaal dat interaksies tussen protagonis en regisseur wel korter word soos die drama vorder. Daar is verwag dat rolomruilings langer sal raak soos die dramas vorder en in intensiteit toeneem. Die bevinding was dat rolomruilings wel geleidelik langer word soos die drama vorder, maar dat dit na die einde van die drama weer verkort. Die waarde van die navorsing lê onder andere in die daarstelling van 'n betroubare metode vir kwantitatiewe analise van psigodrama-prosesse.

Thomas Stallone (1993) kyk in sy navorsing na die effek van psigodrama op gevangenes met aanpassingsprobleme. Die metode het behels dat twee en twintig gevangenes uit die groep wat by die geestesgesondheidsprogram "Intensive Services Program" betrokke was, aan 'n oop psigodramagroep



deelgeneem het. Die groep het een maal per week vir 'n uur en 'n half oor 'n periode van een jaar bymekaargekom. 'n Gelyke aantal lede van die "Intensive Services Program" is geselekteer. Hulle het die normale aktiwiteite van die program bygewoon, maar het nie aan psigodrama deelgeneem nie. 'n Verdere geselekteerde groep was twee en twintig gevangenes wat nie aan die "Intensive Services Program" of aan die psigodrama deelgeneem het nie.

Die deelnemers se vlak van onaanvaarbare gedrag en positiewe aanpassing is vasgestel deur middel van die aantal institusionele dissiplinêre verslae wat hulle al ontvang het. Dit is 'n verslag wat opgestel word indien die gevangenes iets doen wat teenstrydig is met die reëls van die gevangenis. Die aantal verslae teenwoordig in die ses maande voor die navorsingsprojek is vergelyk met die aantal verslae in die maande wat op die projek gevolg het.

Die hipotese rondom die effektiwiteit van psigodrama is getoets deur 'n variansie-analise toe te pas op die hoeveelheid verandering tussen dissiplinêre verslae in die ses maande voor die aanvang van die projek en die ses maande daarna. Hierdie analise is van toepassing gemaak op al drie die geïdentifiseerde groepe.

Die resultate het getoon dat gevangenes wat aan die psigodramagroep deelgeneem het, beduidend minder onaanvaarbare gedrag na afloop van die program geopenbaar het as dié gevangenes wat net aan die "Intensive Services Program" deelgeneem het. Laasgenoemde gevangenes se onaanvaarbare gedrag was weer minder as dié van gevangenes wat geen blootstelling aan terapiegroep gehad het nie. Hierdie studie ressorteer onder die uitkomsstudies in hierdie veld en illustreer die effektiwiteit van psigodrama.

Die oorsig oor resente navorsing het aan die lig gebring dat daar steeds minder navorsing oor adolessente-psigodrama in vergelyking met volwasse-psigodrama bestaan. Die navorsing wat wel oor adolessente-psigodrama



bestaan, fokus eerder op die uitkoms van die terapie as op die terapeutiese proses self. Die navorsingsmetodes wat in hierdie uitkomsstudies geïmplementeer is, is hoofsaaklik kwantitatief van aard.

Hierdie bevinding help om die leemtes in die veld van psigodrama-navorsing te identifiseer. Daar is 'n tekort aan kwalitatiewe navorsing oor adolessente-psigodrama wat fokus op die terapeutiese proses eerder as op die uitkoms van die terapie. Knittel (1990:116) lê daarop klem dat psigodrama met adolessente verskil van psigodrama met volwassenes en dat navorsing nodig is om te bepaal watter tegnieke effektief is in werk met adolessente. Daar sal vervolgens gekyk word na die kenmerke en uitdagings van adolessensie as ontwikkelingsfase en die potensiaal van psigodrama as terapeutiese metode in die behandeling van adolessente.

4. ADOLESSENSIE

Die aanvang van adolessensie val saam met die begin van seksuele volwassewording en adolessensie eindig wanneer die individu volgens wet onafhanklik van volwasse outoriteit kan funksioneer. Aangesien seksuele volwassewording varieer is dit nie moontlik om 'n presiese tyd vir die aanvang van adolessensie daar te stel nie, maar dit word algemeen geskat op twaalfjarige ouderdom vir dogters en dertienjarige ouderdom vir seuns. Volgens bogenoemde definisie eindig die fase van adolessensie op agtienjarige ouderdom (Hurlock, 1973:2).

4.1. Fases van die Menslike Lewensiklus

Erik Erikson kyk na menslike ontwikkeling in terme van die psigososiale take wat in verskillende fases van ontwikkeling deurloop moet word. Hy stel die take in terme van "krisisse" wat die individu tydens vasgestelde fases probeer oplos. Die krisis van die adolessent word gestel as "Identity vs. Role confusion" (Hopkins, 1983:75). Die komponente van identiteit kan gesien



word as seksuele-, sosiale-, fisiese-, sielkundige-, morele-, ideologiese- en beroepskomponente (Rice, 1995:329). Erikson beskryf die krisis soos volg: "The physical changes of adolescence arouse a new search for sameness and continuity and the need for a coherent sense of self" (Stevens-Long & Cobb, 1983:56). Die suksesvolle deurloping van vorige lewenstadia en die positiewe oplossing van toepaslike vroeëre krisisse is 'n voorvereiste vir die suksesvolle oplossing van die krisis van hierdie fase.

James Marcia (1989) (weergegee in Rice, 1995:330) het in sy navorsing die konsep van Erikson effens verder uitgebou en verskillende fases van identiteitsvorming daargestel. Dit word hier weergegee aangesien dit lig werp op die proses van identiteitsvorming wat die adolessent deurloop. Die mees gevorderde stadium is dié van "identity achievement". Hier het die individu 'n periode van ontdekking en eksperimentering met alternatiewe deurloop en duidelik gedefinieerde verbintenisse gemaak. Hierdie stadium word voorafgegaan deur 'n moratorium-fase waar die adolessent kans gegun word om alternatiewe te eksplorieer en verbintenisse is nog vaag en tentatief. "Foreclosure" verwys na die individu wat min of geen eksplorاسie onderneem het en wat nog toegewy is aan die waardes van die kind-fase. "Identity diffusion" verwys na 'n gebrek aan toewyding tot enige spesifieke verbintenisse en besluite, hetsy 'n periode van ontdekking deurloop is, al dan nie. Psigodrama as behandelingsmetode kan 'n waardevolle rol speel in die deurloping van die proses van identiteitsvorming. Dit bied aan die adolessent die geleentheid om met alternatiewe te eksperimenteer in 'n lewensgetroue situasie waar hy terugvoer en ondersteuning vanuit sy sosiale omgewing kan kry. Die ondersteunende atmosfeer bied verder aan die adolessent 'n groter mate van vryheid en sekuriteit wat hom in staat stel om alternatiewe te oorweeg wat moontlik nie in sy algemene lewensituasie aan hom beskikbaar sou wees nie.

Anna Freud (1946) (weergegee in Rice, 1995:328-329) beskryf adolessensie verder as 'n tydperk wat gekenmerk word deur psigiese wanbalans,



emosionele konflik en wisselvallige gedrag. Adollesente is aan die een hand egosentriees en selfsugtig en aan die ander hand kan hulle vasgevang word in die behoeftes van ander. Hulle kan ten tye nie sonder sosiale kontak funksioneer nie, en op ander tye wil hulle alleen wees. Hulle varieer tussen rebellie en konformering. Hulle is nie net selfsugtig en materialisties nie, maar ook moreel idealisties. Hulle is die een oomblik onwrikbaar selfversekerd en die volgende oorkom deur twyfel in hul eie vermoëns.

Na aanleiding van Anna Freud word hierdie konflikterende gedrag veroorsaak deur seksuele rypwording tydens puberteit wat 'n oplewing in instinktiewe dryfkragte meebring. Intrapsigiese konflik breek uit tussen id, ego en superego en die adollesent is in konstante worsteling ten einde hierdie konflikte die hoof te bied. Indien die konflik bly voortbestaan en ontoereikende verdedigings teenwoordig is, is psigiese versteuring die gevolg. Freud is egter van die opinie dat, indien die ego en superego na wense ontwikkel het in die vorige lewensfasies, die individu die intrapsigiese konflikte suksesvol kan oorkom.

4.2. Ontwikkelingstake

Havinghurst (1972) (weergegee in Rice, 1995:334) identifiseer agt hooftake wat deurloop moet word tydens adollesensie. Ontwikkelingstake kan gesien word as die vaardighede, kennis, funksies en houdings wat individue moet ontwikkel ten einde effektief as volwasse persone te funksioneer. Die volgende ontwikkelingstake word vir adollesente daargestel:

1. Aanvaarding van eie liggaam en vermoë om die liggaam effektief te gebruik.
2. Bereiking van emosionele onafhanklikheid vanaf ouers en ander volwassenes.
3. Aanneming van 'n manlike of vroulike geslagsrol in die samelewing.
4. Daarstelling van nuwe en meer volwasse verhoudings met ouderdomsgenote van beide geslagte.
5. Verlanging en daarstelling van sosiaal verantwoordelike gedrag.



6. Verkryging van 'n waarde- en etiese sisteem wat gedrag rig.
7. Voorbereiding vir 'n ekonomiese loopbaan.
8. Voorbereiding vir die huwelik en 'n gesinslewe.

Hierdie ontwikkelingstake loop hand aan hand met Erikson se konsep van adolessensie as 'n fase waarin die daarstelling van identiteit 'n uitdaging is. Die onvermoë om hierdie ontwikkelingstake suksesvol te deurloop gee aanleiding tot rolverwarring en dus 'n onvermoë om 'n vaste identiteit te vorm waarop die individu moet bou in sy poging om die krisis van verdere lewensfases suksesvol die hoof te bied.

Aangesien die adolessent in psigodrama deel is van 'n situasie waar problematiese sosiale interaksies herbeleef kan word en waar hy met alternatiewe kan eksperimenteer, bied psigodrama 'n omgewing waarbinne hy die nodige vaardighede en kennis kan opdoen wat hy benodig ten einde die ontwikkelingstake suksesvol te kan bemeester.

4.3. Oorgang na Volwassenheid

Adolessensie word verder gekenmerk deur die feit dat dit 'n oorgangsfase tussen kindwees en volwassenheid is. Die blote wete van wat van hom op sosiale vlak verwag word, soos uitgespel in ontwikkelingstake, stel die adolessent nie outomaties in staat om die oorgang te maak nie. Dit is belangrik om in gedagte te hou dat die oorgang 'n verandering behels en aanpassing tot verandering 'n groot uitdaging vir persone van alle ouderdomme bied.

Daar is etlike faktore wat die oorgangsproses beïnvloed. Hurlock (1973:7-8) identifiseer sekere van dié faktore. Die eerste het te make met die spoed en lengte van die oorgangsfase. Indien die adolessent byvoorbeeld direk na skool begin werk, is die spoed waarmee die oorgang gemaak word kort en die tydperk vir voorbereiding minder. Sou die oorgangsfase egter te lank uitgerek word, soos in die geval van persone wat lank finansieel van ouers



afhanklik is, bly die adolessent ook in ander aspekte afhanklik en word dit al moeiliker om later onafhanklik te funksioneer.

Die tweede faktor hou verband met die feit dat daar van die adolessent verwag word om verantwoordelikheid te neem, terwyl hy as kind aangemoedig is om afhanklik en onderdanig te wees. Die derde faktor is die graad van afhanklikheid wat tydens die kinderjare teenwoordig was. Adolessente wat as kinders baie afhanklik was, vind die oorgang moeiliker aangesien die onafhanklikheid en verantwoordelikheid van volwassenheid onhanteerbaar is. 'n Volgende faktor is die tweeledigheid van die adolessent se bestaan. Daar word van hom verwag om keuses te maak en onafhanklik te wees, hoewel hy steeds poog om die wense van ander in gedagte te hou en in talle opsigte steeds van ouers afhanklik is en aan hul outoriteit onderwerp word.

Die graad van realisme rondom eie vermoë is 'n verdere faktor wat die oorgangsfase beïnvloed. Die vryheid wat saam met onafhanklikheid gaan, word dikwels gesien as 'n verwydering van alle hindernisse. Die adolessent wat gekonfronteer word met sy eie beperkings kan 'n diep teleurstelling in sy eie vermoë beleef. In psigodrama kan die adolessent vir homself soveel vryheid voorstel as wat hy benodig en daarbinne eksperimenteer. So kan hy binne 'n veilige, ondersteunende omgewing bewus word van sy beperkinge en sy werklike lewensituasie met 'n groter mate van realisme, tegemoet gaan.

Die persoon se sukses in die hantering van krisisse in die vorige lewensfasies gaan uiteraard sy vermoë om huidige krisisse te hanteer, beïnvloed. Dit gaan verder 'n invloed hê op sy vermoë om die oorgang na volwassenheid te maak.

Die soeke na 'n eie identiteit, die poging om ontwikkelingstake suksesvol te deurloop en die poging om die oorgang te maak vanaf kindwees na volwassenheid kenmerk die fase van adolessensie en moet in gedagte gehou



word by terapeutiese behandeling. Die uitdagings van hierdie fase moet nie as 'n hindernis vir behandeling gesien word nie, maar moet eerder benut en geëksploreer word in terapie en psigodrama leen hom tot eksplorasië van en eksperimentering met alternatiewe.

5. SAMEVATTING

In hierdie hoofstuk is 'n oorsig oor die literatuur onderneem ten einde 'n inleidende perspektief oor die ontstaan van psigodrama as terapeutiese metode te verskaf. Daar is gekyk na die aard van navorsing en 'n leemte met betrekking tot kwalitatiewe prosesnavorsing in die veld van adolessente psigodrama is geïdentifiseer. Daarna is die ontwikkelingsfase van adolessensie bespreek en die potensiaal van psigodrama as terapeutiese behandelingsmetode vir adolessente is uitgewys.

~~Die huidige studie fokus op adolessente se belewing van die proses van psigodrama en poog om die leemte wat op die gebied van prosesnavorsing in adolessente-psigodrama bestaan, aan te spreek. In die volgende hoofstuk sal die navorsingsmetode wat in die huidige studie gevolg is om data in te samel en te ontleed, bespreek word.~~



6. BRONNELYS:

1. Bishoff, L.J. (1970). *Interpreting Personality Theories*. New York. Harper & Row.
2. Blatner, A. (1985). The Dynamics of Catharsis. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol 37, no 1, 1-13.
3. Blatner, H.A. (1973). *Acting In: Practical applications of psychodramatic methods*. New York: Springer Publishing Co.
4. Blatner, A & Blatner, A. (1988). *Foundations of Psychodrama: History, Theory & Practice*. New York: Springer Publishing Co.
5. Carlson-Sabelli, L. (1989). Role Reversal - A Concept Analysis and Reinterpretation of the Research Literature. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol 41, no 4, 139-152.
6. Greenberg, I.A. (1964). Audience in Action Through Psychodrama. *Group Psychotherapy*. Vol xvii, no 2-3, 104-122.
7. Greenberg, I.A. (Ed). (1974). *Psychodrama: Theory and Therapy*. New York: Behavioral Publications.
8. Guldner, C.A. (1990). Family Therapy with Adolescents. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol 43, no 3, 142-150.
9. Heisey, M.J. (1982). *Clinical Case studies in Psychodrama*. Washington D. C.: University Press of America Inc.
10. Hollander, C. (1969). *A process for psychodrama training: The Hollander Psychodrama Curve*. Littleton, Colorado: Evergreen Institute Press.
11. Hopkins, J.R. (1983). *Adolescence: The Transitional Years*. New York: Academic Press.
12. Hurlock, E.B. (1973). *Adolescent Development*. New York: McGraw-Hill Book Company.
13. Kellerman, P.F. (1983). Resistance in Psychodrama. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol 36, no 1, 30-43.
14. Kellerman, P.F. (1984). The Place of Catharsis in Psychodrama. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol 37, no 1, 1-13.
15. Kellerman, P.F. (1987a). A proposed definition of psychodrama. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. vol 40, no 2, 76-80.
16. Kellerman, P.F. (1987b). Outcome Research in Classical Psychodrama. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol18, no 4, 459-469.
17. Kellerman, P.F. (1992a). The Psychodramatist. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol 45, no 2, 74-87.
18. Kellerman, P.F. (1992b). *Focus on Psychodrama: The Therapeutic Aspects of Psychodrama*. London: Jessica Kingsley Publishers.
19. Knittel, M. (1990). Strategies for Directing Psychodrama with the Adolescent. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol 43, no 3, 116-121.
20. Marineau, R.F. (1989). *Jacob Levy Moreno 1889-1974 Father of Psychodrama, Sociometry, and Group Psychotherapy*. London: Tavistock/Routledge.



21. Martin, R.B. & Labott, S.M. (1991). Monitoring the psychodrama Process. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol 44, no 3, 99-114.
22. Moreno, J.L. (Ed). (1945). *Group Psychotherapy: A Symposium*. Beacon, New York: Beacon House.
23. Moreno, J.L. (1946). *Psychodrama (Vol I)*. Beacon, New York: Beacon House.
24. Moreno, J.L. (1953). *Who Shall Survive?* Beacon, New York: Beacon House.
25. Moreno, J.L. (1959). *Psychodrama (Vol II)*. Beacon, New York: Beacon House.
26. Moreno Z.T. (1965). Psychodramatic rules, techniques and adjunctive methods. *Group Psychotherapy*. Vol 18, 73-86.
27. Ozbay, H. Göka, E. Oztürk, E. Güngör, S. Hincal, G. (1993). Therapeutic factors in an Adolescent Psychodrama Group. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol 46, no 1, 3-11.
28. Rabson, J.S. (1979). *Psychodrama: Theory and Method*. Department of Sociology, University of Cape Town, South Africa.
29. Rice, F.P. (1995). *Human Development*. New Jersey: Prentice Hall.
30. Stallone, T.M. (1993). The effects of Psychodrama on Inmates Within a Structured Residential Behavior Modification Program. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol 46, no 1, 24-31.
31. Starr, A. (1977). *Rehearsal for Living: Psychodrama*. Chicago: Nelson Hall.
32. Stevens-Long, J. & N.J. Cobb (1983) *Adolescence and Early Adulthood*. Los Angeles: Mayfield Publishing Company.
33. Treadwell, T.W. Stein, S. Kumar, V.K. (1990). A Survey of Psychodramatic Action and Closure Techniques. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol 43, no 3, 102-115.
34. Williams, A. (1989). *The Passionate Technique: Strategic Psychodrama with Individuals, Families, and Groups*. London: Tavistock/Routledge.
35. Yablonsky, L. (1976). *Psychodrama: Resolving Emotional Problems Through Role-Playing*. New York: Basic Books Inc.



HOOFSTUK 3 NAVORSINGSMETODE

Die beleving van psigodrama deur binnepasiënt adolessente word in die studie kwalitatief ondersoek. 'n Leemte in navorsing oor die psigodramaproces is in die vorige hoofstuk uitgewys en die fokus van dié studie is op deelnemers se beleving van die proses soos dit in hul beskrywings na vore tree. Die navorsingsmetode wat aangewend word, is die fenomenologiese navorsingsmetode wat beskrywings bied van die wyse waarop die fenomeen beleef word.

In hierdie afdeling word die rasionaal, doel en fokus van die fenomenologiese metode uiteengesit. Verder word 'n beskrywing van die navorsingsontwerp wat in die studie gebruik word, gegee. Spesiale verwysing na die navorsingsmetode wat deur Paul Francis Colaizzi ontwikkel en verfyn is, word gemaak, aangesien dit die metode is wat in die studie geïmplementeer word.

1. NAVORSINGSVRAAG

Die onderwerp van die studie is die beleving van psigodrama deur binnepasiënt adolessente. Dit kan omgeskakel word in 'n navorsingsvraag wat soos volg lui: Wat behels die beleving van binnepasiënt adolessente wat aan 'n psigodrama- sessie deelneem?

Polkinghorne (1989:43) wys daarop dat fenomenologiese sielkunde die strukture wat tipies of algemeen vir groepe mense is, ondersoek. Die struktuur van "psigodrama", soos dit betekenis het in groeplede se bewussyn, word dus ondersoek wanneer bogenoemde navorsingsvraag nagevors word.

Volgens Polkinghorne (1989:45) kan navorsing binne die fenomenologiese sielkunde in twee basiese tipes ingedeel word. Die eerste is navorsing wat vra hoe objekte, in sekere modaliteite van bewuste belewenis, byvoorbeeld

persepsie of geheue, teenwoordig is en die tweede tipe is navorsing wat vra hoe betekenis sigbaar is in belewenis (“those that ask how meaning presents itself in experience” Polkinghorne, 1989:45). Die navorsingsvraag rondom groeplede se beleving van psigodrama, val in Polkinghorne se tweede kategorie.

2. DOEL, FOKUS EN RASIONAAL VAN DIE FENOMENOLOGIESE METODE

Die **doel** van die fenomenologiese metode is volgens Polkinghorne (1989:44) om duidelike en akkurate beskrywings van ‘n sekere aspek van menslike belewenis, te produseer. Hierdie doel kan net bereik word wanneer daar teruggekeer word na, wat Husserl noem, “the things themselves”. Dit beteken dat die fenomeen op sy eie terme verstaan word en dat daar nie ‘n verduideliking, deur middel van operasioneel gedefinieerde hipoteses omtrent die fenomeen, gesoek word nie. Daar word gepoog om die **essensiële** eienskappe van die fenomeen te ontdek en dit verbaal weer te gee. Hierdeur word dit moontlik om die betekenisvolheid van menslike belewenis te verstaan - soos dit werklik geleef word.

Die **lokus** van die metode is menslike belewenis, daarom is die **fokus** op die subjek se beleefde betekenis, eerder as op die beskrywing van die subjek se owerste aksies of gedrag. Dit impliseer dat daar ondersoek ingestel word na strukture wat betekenis in die subjek se bewussyn produseer.

Die **rasionaal** van die fenomenologiese metode is nou verbind aan die doel en fokus van die metode. Dit kan kortliks soos volg saamgevat word:

“From a phenomenological point of view, to do research is always to question the way we experience the world, to want to know the world in which we live as human beings” (van Manen, 1990:5).

In sy vergelyking tussen die tradisionele benadering tot sielkundige navorsing (wat gewoonlik gebaseer is op die gebruik van eksperimente) en fenomenologiese navorsing, werp Colaizzi (Valle & King, 1978:52) lig op die rasionaal van die metode. Hy beklemtoon dat objektiwiteit slegs verkry word indien die navorser getrou bly aan belewenis:

“To deny my experience, is to not be objective...experience is (a) objectively real for myself and others, (b) not an internal state but a mode of presence to the world, (c) a mode of world presence that is existentially significant, and (d) as existentially significant, it is a legitimate and necessary content for understanding human psychology.”

Met hierdie redenasie in gedagte beklemtoon Colaizzi (Valle & King, 1978:53) dat 'n metode vir sielkundige navorsing een moet wees wat gefokus bly op menslike belewenis, soos dit beleef word en volgens Colaizzi kan dit net gedoen word deur die fenomenologiese metode van beskrywing.

Ten einde nie in die slaggat van die behoefte om die fenomeen te forseer om by die metode aan te pas te trap nie, gee Colaizzi (Valle & King, 1978:53) die volgende waarskuwing:

“Each particular psychological phenomenon, in conjunction with the particular aims and objectives of a particular researcher, evokes a particular descriptive method...there is no single method or procedure.”

3. SELEKSIE VAN SUBJEKTE

Tydens die seleksie van subjekte moet daar in gedagte gehou word dat die volle spektrum van moontlike aspekte van die belewenis van die fenomeen verteenwoordig moet word. Subjekte word op so 'n wyse gekies dat hulle as informante kan funksioneer deur ryk beskrywings van die bestudeerde fenomeen te gee. Die eerste kriteria vir seleksie is dat die subjek wel die onderwerp van navorsing moes beleef het. Sommige ervarings soos “om kwaad te wees”, “om angstig te wees” is universele ervarings, maar ander is spesifiek aan 'n groep. Die huidige navorsing val in laasgenoemde groep en dit is daarom nodig om die adolessente aan die psigodramasessie bloot te

stel. Die tweede vereiste is dat die subjek 'n volledige en sensitiewe beskrywing van die ervaring moet kan gee.

Van Kaam (Polkinghorne, 1989:47-48) gee ses kriteria waaraan subjekte moet voldoen: (a) die vermoë om hulself verbaal met relatiewe gemak uit te druk, (b) die vermoë om emosies sonder inhibisie te ervaar en uit te druk, (c) die vermoë om die fisiese beleving wat die emosies vergesel te ervaar en uit te druk, (d) die situasie onder bestudering moes redelik onlangs ervaar gewees het, (e) subjekte moet 'n spontane belangstelling in hul beleving hê, en (f) die vermoë om te rapporteer of neer te skryf wat in hulle plaasvind. Van Kaam se kriteria is 'n goeie riglyn vir seleksie van subjekte, hoewel Colaizzi (Polkinghorne, 1989:48) voel dat 'n ervaring van die bestudeerde fenomeen en die vermoë om duidelik te kan kommunikeer voldoende kriteria vir seleksie van subjekte is.

4. WYSE VAN DATA-GENERERING

In fenomenologiese navorsing word 'n aantal naïewe beskrywings van persone wat die bestudeerde ervaring (byvoorbeeld psigodrama) het of gehad het, ingesamel. Hierdie beskrywings dien as data wat ontleed word ten einde die beleving van subjekte weer te gee. Die fenomenologiese navorser is op soek na beskrywings wat die belewenis weergee soos dit bestaan in die subjek se bewussyn. Die doel van die beskrywing is dus nie om "objektiewe feite" in te samel rondom wat gebeur het nie, maar wel om 'n idee te gee van hoe die subjek die ervaring beleef het. Die navorser sal verkieslik vir die subjekte vra wat hulle beleef het of hoe die ervaring vir hulle was, eerder is om te vra wat gebeur het.

Die fenomenologiese navorser beskik volgens Polkinghorne (1989:46) oor drie bronne vir generering van sy data (beskrywings). Eerstens is daar die navorser se persoonlike selfrefleksies rondom die ervaring, tweedens, ander

deelnemers aan die studie (subjekte) se mondelinge of skriftelike beskrywings van die ervaring, en derdens is daar beskrywings van die ervaring vanaf bronne buite die konteks van die navorsingsprojek self byvoorbeeld beskrywings uit verhale, poësie, skilderye, en toepaslike vorige navorsingsprojekte.

Die eerste bron, naamlik selfrefleksies, word wel in die fenomenologiese filosofie gebruik, maar in die fenomenologiese sielkundige navorsing word selfrefleksies hoofsaaklik gebruik as data vir voorafstudies. Die navorser se selfrefleksies, wat Colaizzi (1973) (Polkinghorne, 1989:46) “individual phenomenological reflection” noem, is dikwels waardevol vir die identifisering van voorveronderstellings en vooroordele rondom die ervaring. Ten einde die onderwerp opnuut te bestudeer sonder voorafopgestelde idees, kan die navorser fenomenologiese reduksie (“bracketing”) na aanleiding van sy selfrefleksies toepas.

Die tweede bron, naamlik beskrywings deur subjekte, is die mees algemene bron van data vir die navorser. Die metode van data-generering wat voorkeur geniet, is onderhoudvoering met subjekte en die seleksie van subjekte is ‘n belangrike deel van die data-genereringsproses.

Die derde bron, naamlik beskrywings vanaf bronne buite die konteks van die navorsingsprojek, word nie gereeld gebruik nie en het nie toepassing op hierdie studie nie.

In die data-genereringsonderhoud word die subjekte gevra om hul ^{*} belewenisse met die bestudeerde onderwerp in detail te beskryf. Die vrae wat in die onderhoud gestel word is gewoonlik oop vrae. Die onderhoud neem die vorm van ‘n interpersoonlike ontmoeting aan, waarin die subjek versoek word om sy belewenis met die navorser te deel.

Polkinghorne (1989:49) maak melding van die feit dat die navorser ook 'n spesifieke situasie kan skep waarin subjekte blootgestel word aan die fenomeen wat ondersoek word. Daarna word terugvoer gevra oor die belewenis van die subjekte. Dit is die strategie wat in hierdie navorsingsprojek gebruik is - subjekte is blootgestel aan 'n psigodramasessie en na afloop daarvan is 'n onderhoud met elkeen gevoer. Op dié manier is naïewe beskrywings aangaande die belewing van psigodrama ingesamel. Die onderhoude is op videoband vasgelê en daarna getranskribeer. Colaizzi (Valle & King, 1978:62-64) wys daarop dat onderhoude op dieselfde wyse as geskrewe protokolle hanteer word in die ontledingsproses nadat dit deur die navorser getranskribeer is.

5. WYSE VAN DATA-ONTLEDING

In hierdie afdeling word daar gekyk na hoe subjekte se naïewe beskrywings ontleed word om die aard van die belewing van die fenomeen te ontgin. Voorbeelde uit Colaizzi se navorsing oor die belewing van leer ("learning") sal ter illustrasie gebruik word. Die ontledingsprosedure van die adolessente se protokolle rondom die belewing van psigodrama sal in die volgende hoofstuk geïllustreer word.

Die doel van data-ontleding is die daarstelling van 'n beskrywing wat die ~~essensiële~~ struktuur van die fenomeen verhelder. Hierdie struktuur bestaan volgens Polkinghorne (1989:51) uit die elemente of konstituente wat nodig is vir die belewenis om te wees wat dit is ("to present itself as what it is"). Die beskrywing word 'n "algemene strukturele beskrywing" genoem.

Die proses waardeur algemene strukturele beskrywings tot stand kom, is kompleks. In hierdie afdeling sal daar verder slegs gefokus word op die data-analiseringsmetode wat deur Colaizzi gebruik is, aangesien dit ook die metode is wat in die huidige studie gevolg word.



Colaizzi beskryf in Valle & King (1978, 57-61) 'n navorsingstudie wat hy aan die Duquesne Universiteit onderneem het. Dit het gefokus het op die belewenis van “being impressed by reading something to the point of modifying one’s existence”. Die stappe wat hy in sy analisering van data gevolg het, is die volgende.

1. Deurlees van die protokolle.
2. Identifikasie van frases of sinne wat direk van toepassing is op die belewenis.
3. Frases word omgesit in die woorde van die navorser. Die betekenis van elke protokol-stelling word uitgehaal, en die resultaat is 'n lys “betekenisse” of “betekenisvolle” stellings.
4. Individuele temas word saamgegroepeer en verder gereduseer ten einde algemene temas wat in alle protokolle voorkom, te vorm.
5. Die finale resultaat van die voorafgaande stappe is die essensiële strukturele definisie .
6. Die navorser gaan terug na die subjekte en vra hoe sy finale beskrywing vergelyk met hul belewenis, en of daar enige aspekte van hul belewenis is wat nie duidelik is in sy beskrywing nie. Enige nuwe bevindinge word geïnkorporeer in 'n hersiene finale beskrywing.

Colaizzi lê volgens Von Eckartsberg (1986:43) daarop klem dat die navorser by 'n fundamentele struktuur (FS) van die bestudeerde fenomeen wil arriveer. Om dit reg te kry moet hy die implisiete dimensies van sy data konfronteer en op die essensiële elemente waaruit die fenomeen bestaan, fokus.

Volgens Colaizzi kan die fundamentele struktuur van 'n fenomeen deur twee verskillende tipes refleksie na vore kom. Eerstens is daar die proses van Individuele Fenomenologiese Refleksie (IFR) waarin die navorser slegs sy persoonlike belewenisse as data gebruik. Dit word verhelder en uitgebou deur 'n proses van vrye verbeeldingsvariasies. Daar is in die afdeling oor data-generering na hierdie proses verwys en dit is toe reeds uitgewys dat

selfrefleksies wel in die fenomenologiese filosofie gebruik word, maar dat dit in die fenomenologiese sielkundige navorsing hoofsaaklik as data vir voorafstudies gebruik word. Aangesien 'n voorafstudie nie in hierdie betrokke navorsingsprojek onderneem is nie, word die stap van ontdekking van 'n fundamentele struktuur (FS) deur die proses van Individuele Fenomenologiese Refleksie, uitgeskakel.

Die tweede manier waarop 'n fundamentele struktuur (FS) verkry kan word, is deur Empiriese Fenomenologiese Refleksie (EFR). Dit word voorafgegaan deur 'n proses waar die navorser sistematiese refleksie op subjekte se beskrywende protokolle toepas.

Die volledige stappe wat Colaizzi (Von Eckartsberg, 1986:44) voorgestel het waarvolgens empiriese fenomenologiese navorsing uitgevoer kan word is:

- 1) Ontdekking van 'n **Fundamentele Struktuur (FS)** deur die proses van **Individuele Fenomenologiese Refleksie (IFR)**.
- 2) Verkryging van 'n **Fundamentele Beskrywing (FBeskr.)** deur die metode van **Fenomeen Bestudering (FBest.)**.
- 3) Verkryging van 'n **Fundamentele Beskrywing (FB)** deur die metode van **Empiriese Fenomenologiese Refleksie (EFR)**.
- 4) Ontdekking van 'n **Fundamentele Struktuur (FS)** via **Empiriese Fenomenologiese Refleksie (EFR)**.

'n Duideliker uiteensetting van die stappe, aan die hand van Colaizzi se navorsing oor die beleving van leer, sal vervolgens gegee word.

5.1. Ontdekking van 'n Fundamentele Struktuur(FS) deur die metode van Individuele Fenomenologiese Refleksie (IFR)

Colaizzi het vir homself 'n leer-taak gegee, naamlik om die inhoud van Spengler se boek "The Decline of the West" te leer. Daarna het hy op sy beleving van die taak gereflekteer, verbeeldingsvariasies toegepas en die volgende fundamentele struktuur geartikuleer (Colaizzi, 1973:59):

“Learning is...that activity whereby the learner extracts from material his learned content, which is a meaning-idea of which he had no previous knowledge and which he posits as true”.

Soos reeds uitgewys word hierdie stap in die huidige navorsingstudie weggelaat.

5.2. Verkryging van ‘n Fundamentele Beskrywing (FBeskr.) deur die metode van Fenomeen Bestudering (FBest.)

Colaizzi het aan vyftig subjekte ‘n verskeidenheid leer-take gegee en toe beskrywende data uit hulle gekry deur middel van ‘n oop einde vraelys wat die subjekte skriftelik beantwoord het. Die vraelys het gefokus op veranderinge wat subjekte in hulself en in die leer-taak waargeneem het tydens die oefening.

Die data moes nou in hierdie stap gekonfronteer word ten einde by ‘n fundamentele beskrywing uit te kom. Dit kan opgebreek word in vier verdere fases. ① In die eerste fase word stellings wat van toepassing op die fundamentele beskrywing is, uit die oorspronklike protokolle gehaal en die res word uitgelaat. ② Die tweede fase behels die klassifikasie van stellings in natuurlik gevormde kategorieë en die eliminerings van herhalende stellings. Dit is moontlik dat een stelling in meer as een kategorie opgeneem kan word. Colaizzi (1973:65) lê klem daarop dat daar in hierdie proses van fenomeen bestudering nog nie gepoog word om te reflekteer op die betekenis van stellings nie. Die kategorieë word dus bloot op grond van die ooglopende kwaliteite van stellings daargestel en nie op grond van diepligende betekenis nie.

In die derde fase word die oorblywende relevante stellings vanuit hul rou vorm soos hulle in die oorspronklike protokolle verskyn het, “vertaal”. Die vertaling behels die uitdrukking van stellings in komponente sodat dit duidelik gekommunikeer kan word.

Die finale stap behels die samestelling van komponente sodat dit 'n fundamentele beskrywing vorm. Elke komponent word ewe belangrik geag, ongeag van hoeveel keer dit voorkom. Geen relevante komponente word uitgelaat nie en selfs teenstrydige komponente word ingesluit.

5.3. Verkryging van 'n Fundamentele Beskrywing (FB) deur die proses van Empiriese Fenomenologiese Refleksie (IFR)

Die proses van Empiriese Fenomenologiese Refleksie begin met die resultate van die vorige proses - dit wil sê met die fundamentele beskrywing wat deur die proses van fenomeen beskrywing, gevind is. By die bestudering van die fundamentele beskrywing het dit vir Colaizzi duidelik geword dat daar nie slegs één fundamentele beskrywing vir 'n fenomeen bestaan nie. Die klem kan óf op die een pool naamlik ekstensiwiteit van detail, óf op die ander naamlik intensiteit van substansie (Von Eckartsberg, 1986:47) geplaas word. Colaizzi het vyf fases gevolg om by twee verskillende fundamentele beskrywings (wat op die verskillende pole fokus) uit te kom.

Die eerste fase was bloot die besef dat die soeke na 'n ekstensiewe fundamentele beskrywing 'n verlies aan substansie veroorsaak, aangesien soveel detail as moontlik ingesluit word, terwyl die soeke na 'n substansiële fundamentele beskrywing weer verlies aan detail veroorsaak, omdat die klem op intensiteit van substansie val. Dié besef het gelei tot die besluit om beide fundamentele beskrywings te verkry.

Die tweede fase het behels dat elke relevante stelling reflektief geïnterpreteer is om vas te stel watter betekenis dit uitdruk en elke unieke (dit wil sê nie-herhalende) "betekenis-uitdrukking" of "meaning-expression" (Colaizzi, 1973: 76) is gelys.

In fase drie is elke betekenis-uitdrukking ondersoek met betrekking tot die betekenis wat dit het in verhouding met ander betekenis-uitdrukkings. Die

gevolg was verbandhoudende groepe betekenis-uitdrukkings. Die feit dat die betekenis-uitdrukkings interafhanklik is, het in fase vier tot die besef gelei dat dit in 'n enkele verteenwoordigende tema saamgevoeg moes word. Dít is aanvaar as die ekstensiewe fundamentele beskrywing van die fenomeen.

In fase vyf is 'n substansiële fundamentele beskrywing verkry deur al die spesifiekhede (“specifics”) van die verbandhoudende groepe betekenis-uitdrukkings (wat in stap drie gegeneer is) abstrak te maak.

5.4. Ontdekking van die Fundamentele Struktuur (FS) deur die metode van Empiriese Fenomenologiese Refleksie (EFR)

Die ekstensiewe fundamentele beskrywing wat in die vorige stap verkry is, is die beginpunt van hierdie stap. Die rede waarom die substansiële fundamentele beskrywing nie gebruik is nie, is omdat dit minder empiriese data bevat as die eersgenoemde. Daar word gereflekteer op die inhoud van die ekstensiewe fundamentele beskrywing ten einde die implisiete struktuur van die fenomeen na vore te bring. In hierdie proses moet daar egter altyd binne die empiriese limiete van die inhoud gehou word. Dit word gedoen deur konfrontasie met elk van die belangrike temas of betekenis-uitdrukkings wat in die ekstensiewe fundamentele beskrywing opgeneem is. Daar moet dus deurentyd 'n dialoog wees tussen elk van die temas en die reflektiewe interpretasie daarvan in terme van wat elkeen uitdruk as fundamenteel van die bestudeerde fenomeen.

Colaizzi (1973:83) erken self dat bogenoemde verduideliking van die proses effens vaag is. Hy wys egter daarop dat die proses en die resultaat daarvan nie werklik geskei kan word nie. In sy weergawe van die fundamentele struktuur van leer (deur die metode van empiriese fenomenologiese refleksie - p. 84-85) word die proses van EFR dan ook duideliker.

5.5. Samevatting van data-ontledingsproses

Tydens die ontledingsproses vind daar 'n transformasie en sintese van data plaas. Dit is 'n ingewikkelde proses wat Polkinghorne (1989:55) soos volg beskryf:

“The transformation ‘goes through’ the everyday linguistic expressions to the reality they describe, and then it rediscrines this reflective reality in the language appropriate to a phenomenologically based psychology.”

Hierdie transformasieproses hou verband met die verskil tussen die fundamentele beskrywing aan die een hand en die fundamentele struktuur van 'n fenomeen aan die ander hand. Volgens Colaizzi is daar 'n verskil in vlakke van bestaan: die een is reflektief en die ander pre-reflektief. Die fundamentele beskrywing is 'n beskrywing van die onderwerp in sy reflektiewe dimensie. Hierdie dimensie is tematies teenwoordig in die subjektiewe belewenis en kan daarom op versoek gerapporteer word. Die fundamentele struktuur aan die ander hand, verteenwoordig 'n strukturele ontginning van die pre-reflektiewe dimensies. Hierdie dimensies is nie direk vir die subjek toeganklik nie, maar kan onthul en verhelder word deur die navorser se reflektiewe konfrontering van data. Die ‘going through’ proses waarvan Polkinghorne praat, kan dus ook gesien word as 'n deurbeweging van 'n reflektiewe na 'n pre-reflektiewe beskrywing van die ervaring van 'n fenomeen.

6. NAVORSINGSPROJEK

6.1. Subjekte

Die navorsingstudie fokus op die belewing van psigodrama deur binnepatiëntadolesente. Die situasie waarbinne die navorsing onderneem is, is die adolessente-eenheid van 'n psigiatriese kliniek. Die pasiënte se verblyfperiode het gewissel van 'n paar weke tot 'n paar maande. Geen van die pasiënte het egter chroniese behandeling benodig nie. Hulle het ervaring van verskeie terapeutiese modaliteite byvoorbeeld groepterapie, individuele

terapie en gesinsterapie gehad, maar het nie enige vorige blootstelling aan psigodrama gehad nie.

Aangesien pasiënte se verblyf by die kliniek van relatiewe korte duur was, is daar besluit om die groep oop te hou sodat lede wat die groep verlaat weens ontslag, deur nuwe lede vervang kon word. 'n Totaal van tien adolessente het aan die projek, wat oor 'n tydperk van ses weke gestrek het, deelgeneem, hoewel almal nie by elke sessie betrokke was nie. Die adolessente se ouderdom het gewissel van veertien tot agtien jaar en daar was vyf manlike en vyf vroulike subjekte. Deelname aan die psigodramagroep was vrywillig.

Groeplede se diagnoses het ingesluit gedragsversteurings, affektiewe versteurings en persoonlikheidsversteurings ('cluster B'). Geen van die pasiënte was oort psigoties ten tye van enige van die psigodramasessies nie. 'n Totaal van ses sessies is deurloop en hiervan is die laaste vier vir navorsingsdoeleindes gebruik. Die rede hiervoor is dat die proses teen die derde sessie al meer ontwikkel het (in vergelyking met sessie een en twee) en dat die data wat uit die laaste vier sessies verkry is, die rykste was. Die adolessente en hul ouers het toestemmingsbriewe onderteken waarin die pasiënte ingestem het om aan die projek deel te neem en vir opname van sessies en onderhoude op videoband. Groeplede se name is in die navorsingsverslag verander ten einde konfidensialiteit te verseker. Al die subjekte beskik oor die vermoë om hulself sinvol uit te druk en kon volledige weergawes van hul belewing tydens die sessies gee.

6.2. Prosedure

Die psigodramasessies waaraan groeplede deelgeneem het, se verloop was dié van 'n klassieke psigodrama soos dit in hoofstuk twee beskryf is. Die sessies se regie is om die beurt deur een van twee arbeidsterapeute, wat opleiding in psigodrama ontvang het, waargeneem. Die navorser het telkens as ko-terapeut opgetree. Die duur van die sessies was ongeveer een en 'n half uur en tien tot twintig minute onderhoude is na afloop van die sessie met



elke groeplid gevoer. Die sessies en onderhoude is op videoband vasgelê. Die onderhoude is daarna getranskribeer en as rou data gebruik. 'n Opsomming van die sessies word aan die begin van hoofstuk vier vir die leser gegee, hoewel die volledige sessies nie gegee word nie. Die opnames van die sessies is gemaak sodat die navorser daarna kon terugkeer tydens die skryf van die opsommings van die sessies.



7. BRONNELYS

1. Colaizzi, P.F. (1973). *Reflection and Research in Psychology: A Phenomenological Study of Learning*. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.
2. Polkinghorne, D.E. (1989). (R.S. Valle & S. Halling Ed) *Existential-Phenomenological Perspectives in Psychology: Exploring the Breadth of Human Experience*. New York: Plenum Press.
3. Valle, R.S. & King, M. (1978). *Existential-Phenomenological Alternatives for Psychology*. New York: Oxford University Press.
4. Van Manen, M. (1990). *Researching lived Experience: Human Science for an Action Sensitive Pedagogy*. New York: State University of New York Press.
5. Von Eckartsberg, R. (1986). *Life-World Experience: Existential-Phenomenological Research Approaches in Psychology*. Washington, D.C.: Centre for Advanced Research in Phenomenology & University Press of America.



HOOFSTUK 4 NAVORSINGSRESULTATE

In hierdie hoofstuk is 'n kort opsomming van die sessies wat vir ontleding gebruik is, gegee. Daarna is die protokolle ingesluit om die verstaan van resultate vir die leser te vergemaklik, aangesien die konteks van waar die resultate vandaan kom, dan vir die leser duideliker behoort te wees.

1. OPSOMMING VAN SESSIES

1.1. Sessie 3

Die groeplede wat aan hierdie sessie deelgeneem het, was Annelie (protagonis), Daniël, Anton en Lea. Annelie se lewensdrama het gewentel rondom 'n verkragting deur 'n vriend. Tegnieke wat gebruik is, is self-voorstelling, beelding, dubbel-tegniek en rolomruiling. Daniël was een van die gehoorlede, maar het ook die rol van 'n helper-ego aangeneem. Anton het die rol van Annelie se vriend gespeel en hy en Annelie was in hierdie rol in rolomruiling betrokke. Lea was hoofsaaklik 'n gehoorlid, maar het ook as dubbel vir Anton opgetree.

1.2. Sessie 4

Annelie was weer die protagonis in hierdie sessie. Sy het die konflik in haar verhouding met haar ouers uitgespeel deur die rol van 'n rolprentkarakter wat soortgelyke konflikte beleef, aan te neem. Lea het die rol van haar vriend en redder vertolk, asook die rol van haar ma. Anton en Daniël het die rol van Annelie se pa vertolk en Daniël het ook die rol van Annelie se ma vertolk. Tegnieke wat gebruik is, is dubbel-tegniek, rolomruiling, self-voorstelling, monoloog en beelding.

1.3. Sessie 5

Karin was die protagonis in hierdie sessie en haar lewensdrama het gehandel rondom haar konflik met haar stiefpa. Janet het die rol van Karin se ma

gespeel en het in hierdie rol met Karin omgeruil. Neels het die rol van Karin se stiefpa gespeel en het in die rol met haar omgeruil. Beelding is in dié sessie gebruik en al die groeplede het simboliese karakters aangeneem. Die dubbel-tegniek is ook in hierdie sessie gebruik.

1.4. Sessie 6

George was in hierdie sessie die protagonis en sy lewensdrama het gedraai rondom die onlangse dood van sy ma. Karin en Kobus het die rol van verskillende dele van George se psige tydens die beeldingstegniek gespeel. Sy het ook die rol van George se broer gespeel. Adri het die rol van George se ma gespeel en het in hierdie rol met hom omgeruil. Kobus het ook die rol van 'n onbekende man teenoor wie George sy aggressie projekteer, gespeel. Neels het die rol van George se tannie gespeel. Die tegnieke wat gebruik is, is self-voorstelling, rolomruiling, beelding en dubbel-tegniek.

2. PROTOKOLLE WAT VIR ONTLEDING GEBRUIK IS

2.1. SESSIE 3

Beskryf asseblief jou beleving tydens vanaand se sessie:

Annelie: I was scared when I was chosen to be protagonist. I felt really scared. I felt that I wouldn't be able to tell everybody what really happened that night. It would only be me, me who know about it and eventually I started off, getting it right and I was glad that you forced me to show it, no matter what happens, so that the people inside would know what happened. I was scared they will think I'm weird and that something is wrong with me. They know now what happened and they feel better knowing.

Near the end I started crying, I pushed Anton away like I would've liked to do with him, that night. It didn't feel like butterflies, it felt like eagles inside my stomach, wanting to burst out and just grab the person and kick him and beat him up so that he could never do this again. It was so real, I felt so powerful. I also felt bad towards Anton, everybody could see his feelings, he's not like that person and I don't think he wanted to do that. But at that stage it felt like somebody was really kicking me and it was painful and that is why I started crying. I felt bad for Anton's sake but it also felt good. It felt it could come to an end where I could defeat this guy even if it was still Anton. I felt like I could still beat him.

When someone doubled for me, I stated straining my mind, it stated confusing me. I wanted to say what I said that night, but then I can't remember the words. What the double said was close, but not exactly and not the expression that I wanted but eventually it got up to what I wanted to say and what I wanted him to feel, the aggressiveness in me, the pain that he caused me. What the double said didn't keep the feelings down, my mind was playing with itself, it said the feelings to itself and what the double told me made me want to get the feelings out, it must come up, it must come out of my system. Some of the stuff that the double said was really true, except it wasn't the exact words but it was how I felt and it helped me to say the things I felt.

At the end when we did that sharing part I felt like they realized the pain. I felt like I showed more emotion to them than I actually ever showed to my mind itself and I know they hate him as much as I do and they would beat him up if they saw him for what he did to me.

It felt terrible to play him (*antagonist*). I never imagined his role before, hear his voice all the time, I never want to be in his position again. I couldn't imagine that somebody could do something like that, it destroyed my mind totally, playing his role and do that and feel it was me lying there and it was me getting kicked like that. It made me feel "no I can't do this, it is wrong". The way he said it, I could never say the same words. But the words that he said that I had to say was powerful. It felt like I was him and it felt like what I am doing is wrong and eventually it came to an explosion where I couldn't imagine him anymore, it was like just the words that I had to say. It felt like it was wrong, why did he do it, what was going on in his mind at the time.

I was surprised by the way that everybody felt about him, I never knew people would understand. I never expected anybody to feel that way. I expected everybody to keep quiet and say it's wrong. I could see everybody, how they felt they knew how I felt and they would really like to get back at him and give him the pain and suffering that I had. I felt stupid not to have told anybody when it happened, instead of only now.

Daniël: I felt heartsore for Annelie's sake. It was such a terrible thing to happen to her. I was shocked, when you said people could cry in a psychodrama I thought "What a load of shit, why would anyone cry?". Now I know it can happen and you could see it was actually genuine. Afterwards I could tell her that I know how bad she felt and still does feel. That fears will probably be there for a long time.

When I played the boyfriend I felt I never want to be that way and I was glad she was pushing me away. It is a pretty straight forward role to play but trying to feel what drives him to it, it is impossible for me.

Anton: Dit was goor om daai boyfriend te speel. Ek hou nie daarvan om iemand seer te maak en seer te laat kry nie en dis nou wat vanaand gebeur

het. Ek het ook gesukkel toe ek haar rol moes speel en sy die boyfriend. Ek het probeer maar ek kon nie soos sy voel nie. Ek moes ook probeer om my in te leef in hoe hierdie ou sou gewees het, maar ek kon dit nie doen nie, ek is net nie so ou wat dit kan doen nie. Toe Lea vir my ge-"dubble" het, het dit my brein half van die goed afgekry want dan moet ek doen wat sy sê. So dit maak 'n ou dat jy nie heeltemal so in die ding inlewe nie.

Dit het my gepla dat ek haar maak huil het, maar ek weet dit help haar. Tog kan ek nie help, ek voel sleg, ek wil nie hê sy moet huil nie.

Lea: I think what happened tonight really helped Annelie. It was good, I felt that she really needed it because she's got all of these feelings that she's scared to show and it brought some of it out.

While I was watching tonight I got angry, very, very angry and I almost wanted to jump up and kill Anton and when she started crying, I started crying too. I felt so helpless because I couldn't do anything to make her feel better and I wasn't there so I couldn't do anything to stop him.

Anton has never been in that situation and he doesn't know what to say. I've been in something like that and when I doubled for him, I just wanted Annelie's feelings to come out so she can feel better. I think it worked, it really helped her to get into it.

I also felt better afterwards just by telling her that she must not worry, I'll be there for her. And I was angry and I wanted to tell her that I understand how she feels and that I'm angry for her part too and she mustn't feel alone or ashamed.

The things that happens in other people's psychodrama sometimes also has something to do with me and I think I also learned something out of it as well but I'm not ready to do my own psychodrama.

2.2. SESSIE 4

Beskryf asseblief jou beleving van vanaand se sessie:

Annelie: Tonight wasn't so heavy as the other night, not so intense. I don't think I have that big a problem at the moment, with my future. I had a problem in the past but I don't have that big a problem in the future 'cause I know eventually I'll get to talk to my parents, so then I'll probably not have that much emotion lying ahead of me.

I role-reversed with my mother and that felt different, it wasn't easy, 'cause I know what some of my mother's answers to questions will be but I'm not exactly sure if it will be the same as what I think. So I don't know, I couldn't exactly play my mother's role. It was difficult 'cause at the moment she is still cross with me because I disappointed her but then again my father is not

mad, he is very disappointed but he's not mad at me anymore. I could go into her role a bit but not totally because it is too different, well she's very soft-hearted, well not that I'm not, but she, well she's more lady like than I am and she's got a book-type personality, she likes to sit and read books, she's not a social person. So it's not like I could be the same as she is.

Lea: I didn't want to do my psychodrama tonight 'cause I'm not really a person who opens up and I was kind of scared 'cause I don't want anybody to find out how I really feel and invade my private life. Maybe I don't have the guts to do it. And I know if I do the psychodrama and you find out part of me, I might get aggressive, 'cause I might get angry and destroy something and I'm scared that I might hurt somebody. Also I don't want anybody to feel 'Ah shame, the poor child' or 'I know how you feel' 'cause they don't know how I feel, they haven't been through all that. And they'll try and understand and they'll say 'I understand' but they won't.

When I played the mother's role I felt 'Hey Annelie, how can we trust you, you hurt us so badly and now you expect us to let you just go free again, and then you can disappoint me again and again'. I didn't want to be the mother 'cause, I felt weird feeling those feelings of the mother 'cause I know how Annelie feels and that she wants her freedom and I know she won't try and disappoint her mother. It was like, the Lea part knows I want to take Annelie's side, and I don't want to take the mother's side 'cause I'm not the mother and I don't even want to think of what I was thinking then, you know 'Annelie, you are going to disappoint me'. So I kinda struggled with myself saying 'Lea, you're not the mother, you're Lea and you mustn't try and tell Annelie that she's going to disappoint you'. And also I know how she feels, it took me two years to get my freedom, I know how she feels and I can tell her that.

It is good to see her psychodrama, 'cause I know its helping her and I'm trying to help too, but I don't actually know, it's kinda weird, everybody is walking around with these happy faces and then when you look a bit deeper, you see the real person, and then in psychodrama they show their real feelings but outside they don't. It's like here they can confide but outside they can't.

I think she learned a lot tonight. She has this fantasy that she wants to be free but now at least she knows that she can't be totally free, she still has parents and that the parents must take responsibility for her. And I hope she learnt that new communication with her parents and if they don't want to talk or listen, she must try and try and try. And she learnt a lot about herself too 'cause when I was the mask she told us everything and that she was wearing the mask and she realized that she was wearing a mask. And I think she kinda realized how her parents felt.

Anton: Ek weet nie, ek het nog nie eintlik sulke probleme soos Annelie gehad nie. Dit sou seker vir my iets beteken het as my ma so was, as ek sulke probleme gehad het. Toe ek nou die pa gespeel het, ek was nie lus om hom te speel nie, ek het nie eintlik iets gesê nie en ook niks gevoel nie. Die hele

ding het eintlik niks met my te doen gehad nie en dit is seker hoekom ek nie juis veel daarvoor kan sê nie.

Daniël: I have a lot of the same feeling as Annelie, similar stuff happened to me. I think I learned a lot too, like I must communicate with my parents. When I played her dad, I thought he's a bit tough on her, he shouldn't put her down so much. I felt kind of guilty saying that stuff to her. I just played it the way I thought her dad would be, but I can't say I got into it. You don't feel like that guy, you just say what you think. It was easier when you doubled for me. Sometimes I didn't know what to say and then you help say it.

2.3. SESSIE 5

Beskryf asseblief jou belewing tydens vanaand se sessie:

Karin: Met die opwarming het ek daai brief geskryf vir my oumagrootjie. Sy weet nie van al hierdie dinge nie. As sy nog daar was sou ek by haar gaan bly het want ek was baie lief vir haar. Dit het my hartseer gemaak, ek het na haar verlang.

Ek was bang toe ons begin om my psigodrama te doen want alles het weer van voor af opgekom. Nou na die tyd voel ek verlig, beter, ek dink ek het dit alles met iemand klaar bespreek, ek voel beter. Toe ek gekies is, was ek op my senuwees, senuweeagtig. Ek was bang op 'n manier. Ek het lam gevoel.

Dit was moeilik om my ma se rol te speel. Die feit dat sy my nie wou glo nie, om dit uit te beeld, dit was vir my moeilik. Ek kon dit nie eers doen nie. Om te dink dat jou eie ma jou nie glo nie, dat sy jou stiefpa sal kies, ek weet nie, dit was vir my moeilik. Ek het geskok gevoel.

Toe ons die simbole gebruik het, ek was die muis, ek was bang, maar teen die leeu was daar haat, ek het hom gehaat. Ek het gevoel hy moet nooit weer daar wees nie, hy moet op die aarde weg wees. Dit was soos die werklikheid. Ek was klein, ek kon niks doen nie, ek was hulpeloos en dat iemand, jy weet daar is iemand beter as jy en jy weet hy sal jou ma opsteek teen jou, om weer te sê nee ek lieg. Dit was vir my moeilik, dit was die werklikheid.

Toe ek begin het om die plek te bou waar alles gebeur het, alles het net teruggekom, hoe dit lyk. Ek het anders gevoel. Dit het meer soos die werklikheid begin voel, soos daai aand, presies die tyd toe dit gebeur het. Dit het die werklikheid geword.

Toe ons na die tyd gesit en praat het, alles wat die ander vir my gesê het, ek het nooit geweet of moet ek vir Janet en Neels vertrou nie, maar ek weet ek kan nou, ek was nooit seker, maar ek weet ek kan nou. Soos hulle gepraat het en vertel het wat al met hulle gebeur het. Dit het my ook laat dink aan my ma. Sy haat dit ook as ek 'n seunsvriend het. My stiefpa veral, hy wil hulle

slaan as ek net met een praat. Soos Janet vertel het, het ek haar op 'n manier ook jammer gekry. Dis einlik baie soos my ma, die feit dat haar ma haar ook nie vertrou nie.

Toe ek my stiefpa se rol gespeel het, het dit gevoel of ek soos hy begin raak - 'n monster. Ek het dit gehaat. Ek wil nie 'n monster wees nie, ek wil nie soos hy wees nie. Ek was bang, ek het gewens hy wil stop, ek haat sy stem, ek haat alles.

Janet: Ek was skrikkerig in die begin, ek meen jy hoor van gemene stiefpa's en dit, maar jy weet nooit regtig wat dit is tot dit met jou gebeur nie. Ek was bietjie bangerig en deurmekaar aan die begin. Jy weet nie wat is besig om te gebeur nie en om jousef in so 'n posisie te sit. Dit was ook ontstellend. Ek het gedink ek gaan begin huil. Dis hartseer, dis ontstellend, ek meen, ek ken Karin nie baie lank nie, maar ek is haar vriendin en dit maak seer om te sien iemand wat jou vriendin is, kry seer, iemand waarvoor jy omgee. Ek was nog nooit in haar posisie nie, maar ek kan haar punt insien en ek kan dink hoe sy moet voel.

Met die opwarming het dit snaaks gevoel, ek meen ek het myself nog nooit as 'n dier voorgestel nie, maar dis lekker om jousef as 'n dier voor te stel en nie te worry wat ander mense dink nie, ek meen jy is 'n dier en jy is vry. Met die brief was ek ongelukkig, ek voel skuldig, ek weet nie, ek is deurmekaar.

Toe ek Karin se ma gespeel het, was dit anders. Ek het nog nooit myself as enige iemand anders probeer voorstel nie, ek meen, ek was nog net myself en dis wie ek wil bly. Ek wil nie in iemand anders se skoene wees nie. Dit was moeilik, dit was moeilik om myself voor te stel as iemand anders, veral in so posisie. Dit was regtig moeilik. As ek hard genoeg daaraan werk sal ek my daarin kan indink en regtig sien wie die ma is.

Dit was nie vir my lekker gewees om die rol van die leeu te speel nie. Om so magtig te voel en klink en almal is bang vir jou. Dit maak mens bang, ek meen, dit kan nie 'n lekker gevoel wees nie. Hulle skrik vir jou en enige iemand is te bang om uit hulle spoor te trap. Niemand wil met jou praat nie en jy weet mense is net vriende met jou omdat hulle te bang is vir jou en nie omdat hulle regtig van jou hou nie.

Nou is ek soort van deurmekaar, dit was anders, ek het nog nooit aan so iets deelgeneem nie en hoe meer ek daaraan dink ... ek dink dat Karin gehelp kan word en dat, ek dink dit was goed om aan die psigodrama deel te neem. Ek moet sê ek voel snaaks binnekant, ek was bietjie ongelukkig, maar ek dink dit was goed.

Neels: Ek weet nie eintlik hoe of wat ek voel nie, ek weet nog die hele tyd nie. Ek raak half nervous. Ek kom agter dat 'n mens kry dit reg om in jou diepste probleme in te gaan met die psigodrama. OK, dit kom uit en als, maar dit lyk vir my 'n bietjie skrikkerig. Skrikwekkend. As ons dalk eendag my

psigodrama doen, ek weet nie, dit sal nie goed wees, ek sal te kwaad word, ek is bang ek maak mense seer.

Toe ek daai stiefpa gespeel het kon ek haar seer voel. Mens kon voel. Mens weet. Jy weet as daar seer is in iemand anders en ek is so dat dan is dit net so seer in my. Maar ek kan nie uitmaak watse sin daai stiefpa gehad het nie. Daar is iets fout met hom. Toe sy my weggestamp het toe ek die stiefpa was, ek kon toe agterkom sy het regtig haar gevoelens, het sy laat gaan. Ek weet nie of dit waar is, maar ek kry die indruk 'n mens raak sterker as jy jou gevoelens laat gaan. Ek was bly vir haar dat sy haar gevoelens bietjie kon uitkry, want ek dink 'n mens voel beter na die tyd.

2.4. SESSIE 6

Beskryf asseblief jou belewing tydens vanaand se sessie:

Karin: Dit was anders as toe ek protagonis was. Op 'n manier was dit goed, om hom te kan help, maar op 'n manier was dit ook hartseer om te sien wat in daai ou se lewe aangegaan het. Toe ons begin het met die psigodrama, toe ons hier aangekom het, was dit nie eintlik iets nie, maar hier aan die einde het ek hartseer geraak, baie hartseer geraak en toe het ek mos selfs begin huil saam met hom. Ek het die "ek haat myself" gedeelte van hom gespeel en daai gevoelens kom ook baie by my op, dat ek myself haat. Toe ek dit gespeel het, het ek ook aan goed van myself begin dink.

Toe ek hier ingestap het, was ek nie regtig lus vir vanaand nie. Toe ons nou sit en almal se probleme hoor, het ons vir George gekies en toe ons dit begin opvoer, het dit nou nie vir my so erg geklink nie en toe dit nou aangaan, met daai haat en dit, toe het ek aan myself gedink, tot waar dit, waar ek sy broer speel, toe dink ek, maar wat as hy nou sy broer haat, omdat hy met sy ma baklei het, nooit jammer gesê het regtig nie - daai gevoel was nie lekker nie, om te weet iemand gaan jou haat vir die res van jou lewe. Toe kom dit waar hy in die kar met sy ma begin praat toe was my emosies dadelik hartseer, baie hartseer en toe het ek saam begin huil. Toe dit klaar was, was my emosies nog hartseer - vir sy part. As dit ek was sou ek ook aan selfmoord gedink het. Toe ons hier in die kring gesit het en ek die emosies van sy broer vertel het, het ek dit baie bedoel want ek het regtig so gevoel. Aan die begin het ek maar net die broer gespeel omdat hy my gekies het, maar toe ek regtig die broer speel het dit my regtig geraak.

Aan die einde kon ek vir hom sê dat ek verstaan hoe hy voel want dit het gevoel of ek nou saam met hom in een plek is, of ek nou hy is en dat ek weet watse lewe hy lewe - dis hoe dit gevoel het.

Adri: Ek het vanaand pyn en hartseer en haat gevoel. Dit was goed om dit weer te voel want dit vertel 'n mens meer van die lewe. Ek voel hartseer vir wat met hom gebeur het, maar ook vir wat al met my gebeur het. Mense wat ek lief voor was, is ook al dood en dit pla my baie.



Aan die begin was ek bang, ek het gedink, wat gaan nou gebeur, wat gaan ons nou doen? Toe ek sy ma gespeel het, was ek hulpeloos. Ek kan niks vir hom sê sodat hy beter voel nie. Ek wou hom help, maar dit voel of jy niks regkry nie. Dit was moeilik om sy ma te speel. Ek was angstig toe ek die ma was - dit het gevoel of ek nou uit my eie met hom praat en almal kyk vir my en wat moet ek sê? Ek weet sy is dood en dat hy nie weer met haar sal kan praat nie, ek hou nie van sulke fantasie-goed nie. Ook toe hy gewys het hoe hy die ander ou geslaan het - ek het gesien toe dit regtig gebeur het en dit was nie soos hy dit gewys het nie. Ek hou nie daarvan nie.

Toe ek aan die einde vir hom vertel het van my kat wat dood is, het ek simpel gevoel. Maar darem weet hy ek is ook hartseer. Ek het hom jammer gekry dat hy so hartseer was. Ek wou vir hom sê hy hoef nie daarvoor te praat as dit nie lekker is nie.

Kobus: Vir 'n lang tyd was ek nou al soos 'n klip gewees. Ek het niks vir niemand gevoel nie. En skielik kom vanaand en die eerste gevoel wat ek kry is pyn en hartseer en al daai negatiewe goed. Dit maak my aggressief en dan doen ek die verkeerde goed en verloor beheer oor myself en dan maak ek net droog. Dit was nie lekker nie, ek wil dit nie weer doen nie. Ek het myself in George se skoene geplaas en ek dink, op 'n manier, ek het gevoel soos hy voel, en moedeloos - ek weet hoe dit voel.

Toe ons die opwarming gedoen het en die die diere gespeel het - dit was 'n ander manier om myself uit te druk - dit was beter as om te praat. Ek het so soort van op my gemak gevoel.

Aan die einde toe ek vertel het van my vriend wat dood is, was ek op 'n manier weer stukkend gewees, van voor af. Aan die ander kant, ek besef dis verby en ek kan niks daaraan doen nie - ek wil nie weer daarvoor praat nie want ek wil nie hê dit moet weer vir my 'n "issue" word nie. Ek voel nou bietjie bang. Ek hou nie daarvan om hierdie goed te voel nie, ek voel onseker oor wat ek voel en moet dink.

George: Dit was vanaand vir my of ek regtig weer met my ma gepraat het. Ek voel baie beter, my probleem voel ligter. Dit is van daai laaste deel waar ek met haar gepraat het, dit was asof my ma self langs my gesit het, asof ek met haar self gepraat het. Vir haar gesê hoe ek gevoel het oor haar en dit wat vir my teruggesê is, dit is dieselfde as wat sy vir my sou sê.

Toe ek my broer en suster en tannie gespeel het om te wys hoe hulle is en so, was ek nie seker oor presies wat hulle sou sê en hoe hulle voel oor die hele storie nie, maar ek dink wat ek gesê het was die waarheid, ek dink dit is hoe hulle voel. Toe ek die man gespeel het wat ek geslaan het, het dit nie goed gevoel nie. Ek het gedink hoe ek sou gevoel het as ek in die straat geloop het en iemand moet my ewe skielik net begin slaan. Ek sou nie geweet het wat om te doen nie, ek sou nie daarvan gehou het nie, ek sou bang geword het. En toe dink ek hoe hy moes gevoel het. Dis maar, daai oomblik toe dit gebeur het, het ek nie geweet dis hoe dit moet voel nie.



Toe ek omgeruil het en my suster se rol gespeel het, was ek onseker. Ek het soort van geweet wat hulle gesê het, maar as ek my suster moes wees, sou ek baie onseker gewees het - ek sou nie weet hoe om dit te sê nie.

Toe ek vertel het van hoe daai aand was, het ek baie daaraan teruggedink, toe hulle vir my kom sê het. Ek het dit alles in my gedagtes gesien, die gebou, die paadjie, die teerpad, die boom, die parkeerarea. Ek het dit alles gesien en dit was soos daai aand wat hulle vir my kom sê het. Dit het my gehelp om dit so te wys, waar alles is. Die asof dit weer daai aand geword het.

Ek voel dat ek met my ma kon praat, om te huil oor dit alles, ek voel baie beter na die tyd, om oop te maak, om te sê hoe jy voel oor die hele storie, om te praat is baie beter, dis beter as om net te dink jy moet selfmoord pleeg, hulle verstaan hoe ek voel en dis beter.

Neels: Ek kon vanaand weet hoe hy voel, ek kon dit voel, hoe dit vir moes wees. Ek het ook al probeer selfmoord pleeg - ek voel ook verward, soos dit vir hom gevoel het. Ek voel simpatiek, ek kon daai pyn van hom voel. Toe ek gesit en kyk het, het ek gedink hoe daai mense voel, ek het probeer om myself in daai rolle te sit en te dink hoe sou hulle voel en hoe sou ek voel as dit ek was.

Ek dink dit help almal wat iemand al verloor het. Dit is seer. Ek het my oupa verloor en ons was baie in kontak met mekaar. Ek is nog verward, maar ek weet hy weet ook hoe ek voel. Dit voel vir my daar kom gevoelens uit wat ek nie gedink het ek het nie. In die psigodrama kom sy gevoelens ook uit soos hy op daai stadium gevoel het. Dis nie soos jy gaan na die tyd en dink oor wat jy moes gesê het nie, dit kom los terwyl jy dit speel.

3. DATA-ONTLEDING

'n Totaal van sestien onderhoude is met subjekte gevoer. Die onderhoude is die rou data vir die studie en in hierdie afdeling word geïllustreer hoe die data, deur middel van Colaizzi (1973) se metode, geanaliseer is sodat 'n fundamentele struktuur van die belewing van psigodrama deur binnepasiënt adolessente daargestel kan word.



3.1. Fundamentele Beskrywing (FBeskr.) via Fenomeen Bestudering (FBest.)

Die metode wat hier gevolg is, is in Hoofstuk 3, afdeling 5.2. uiteengesit.

3.1.1. Fase 1

In hierdie fase is stellings wat van toepassing op die fundamentele beskrywing is, uit die oorspronklike protokolle gehaal en die res is uitgelaat. Dit kan gevind word in Bylaag 1.

3.1.2. Fase 2 en 3

Bogenoemde stellings word op grond van ooglopende kwaliteite in groepe geklassifiseer en in komponente “vertaal”. Die resultaat van dié fase is by die navorser beskikbaar, maar word nie hier weergegee nie, aangesien dit in die vorm van ‘n reeks stellings in die volgende fase gekommunikeer word.

3.1.3. Fase 4

Fase 4 behels die samestelling van komponente sodat dit ‘n fundamentele beskrywing van die fenomeen vorm. Die volgende fundamentele beskrywing is die resultaat:

Fundamentele beskrywing van die belewing van psigodrama deur binnepasiënt adolessente as resultaat van die metode van Fenomeen Bestudering:

Psigodrama, soos dit beleef word deur binnepasiënt adolessente, is ‘n proses van herbelewing van ‘n lewensituasie waarin betrokkenheid by die situasie geleidelik toeneem soos inlewing in die situasie plaasvind. Die aard van die proses word beïnvloed deur die inhoud daarvan, byvoorbeeld die tipe tegnieke wat gebruik word en die aanslag van die regisseur. Komponente van die proses wat sigbaar word, is algemeen affektief (a. hieronder), protagonis-komponente (b. hieronder), hulp-ego-komponente (c. hieronder), rolomruiling-komponente (d. hieronder), opwarming-komponente (e. hieronder), “sharing”-komponente (f. hieronder), dubbel-tegniek-komponente (g. hieronder), gehoorlid-komponente (h. hieronder), antagonis-komponente

(i. hieronder), selfaanbieding-komponente (j. hieronder), katarsis-komponente (k. hieronder) en simbool-komponente (l. hieronder).

a. 'n Proses wat vooraf gepaard gaan met 'n gevoel van onsekerheid, onwilligheid om emosie met ander te deel, vrees en verwarring en die intensiteit van die proses word gelykgestel aan die intensiteit van die betrokke lewensdrama. Dieper betrokkenheid en meer empatie bestaan as tema relevant of gedeel is. Onbetrokkenheid is teenwoordig as tema onbekend is. Persoonlike betrokkenheid verhoog met aanneem van 'n rol en 'n toename in intensiteit van gevoel word ervaar soos proses voortbeweeg. Daar is 'n herbelewing van intense emosie wat met die betrokke lewensdrama gepaard gaan en skok in die sigbaarheid daarvan, maar ook verhoogde selfvertroue om emosies te deel. Ontdekking van eie situasie en dié van mede-karakters vind plaas en vaardighede in hantering van situasie word verkry. Daar is 'n sterk beleving van die drama as realiteit en die fantasie-element veroorsaak ongemak. Protagonis se emosie kom ook na groeplid se bewussyn en ervaring van negatiewe emosie bring negatiewe konnotasie met psigodrama. Die ervaring van groeplede se ondersteuning en empatie is verrassend en bring 'n besef van die onnodigheid van vroeëre vrese om die lewensdrama met ander te deel. Na afloop van die proses is daar ervarings van oorweldiging, gerustheid, verwarring oor eie emosies, besorgdheid oor en sorgsaamheid vir ander groeplede en verligting teenwoordig.

b. Antisipering van verkiesing as protagonis bring angs, onwilligheid om emosie aan ander te openbaar, onwilligheid om ander toe te laat om eie privaatheid te betree en vrees vir potensiële destruktiwiteit en onbeheerbaarheid van eie negatiewe emosies. Verkiesing as protagonis bring ervarings van angs, selfsug, senuweeagtigheid, lamheid in die liggaam, onsekerheid oor vermoë om lewensdrama met ander te deel en 'n vrees vir die opinie van ander. Daar is 'n dringendheid om eie lewensdrama met ander te deel en die gevoel van dwang om voort te gaan met die proses ten spyte van vrese. Hernude herinneringe wek angs. Skuldgevoel teenoor betrokke



medegroep lid verskyn wanneer negatiewe emosies teenoor antagonis geopenbaar word. Dis 'n hindernis, maar kan oorkom word. Beleving van die protagonis na afloop van die proses bevat 'n gevoel van verligting, blydskap en 'n sterk besef van groeplede se begrip, empatie en meegevoel.

c. Die intensiteit van betrokkenheid verhoog met die aanneming van 'n rol en die emosionele ervaring in die rol van die hulp-ego bring verligting. Die hulp-ego se meegevoel bly by die protagonis en verskuif nie na die karakter wie se rol vertolk word nie. Daar is 'n inlewing in die karakter se emosie en konflik weens die meegevoel met beide die karakter en die protagonis se emosie. 'n Opinie oor die karakter se gedrag, motivering en houding word op kognitiewe vlak gevorm en die rol word gespeel soos dit op kognitiewe vlak waargeneem word. Die kennis van 'n karakter verbreed hoe langer die hulp-ego in daardie rol staan. In die rol van 'n karakter kom emosie wat betrekking op die hulp-ego se eie lewensituasie het, na sy bewussyn. Die aanneem van 'n rol is moeilik en verg inspanning en by uittrede uit die rol is daar blydskap oor die waargenome vermoë dat die protagonis gehelp is. Die hulp-ego openbaar die behoefte om die protagonis te red en dit gaan met tye gepaard met 'n ervaring van magteloosheid en 'n onvermoë om van hulp te wees. Selfbewustheid is ter sprake wanneer ander se aandag op die hulp-ego gevestig word.

d. Die protagonis se rolomruiling met die antagonis is 'n onbekende ervaring, uiters verwarrend, "aaklig" en bring woede, hartseer en skok omdat die antagonis se woorde en emosie herbeleef word. Daar is 'n onaangename ervaring van eenwording met die antagonis en 'n onvermoë om die sin in sy optrede te vind en om inlewing in sy rol te bewerkstellig. Tydens rolomruiling is daar onsekerheid oor hoe die ander karakter sal optree en dit is moeilik om rolle om te ruil met 'n karakter wie se karaktereienskappe waargeneem word as verskillend van dié van die self. Rolomruiling bring 'n onbekende, nuwe perspektief op die ander karakter se motiewe en gedrag.



- e. Opwarming wek emosie en die aksie-komponent versterk die vermoë om die emosie uit te druk. Frustrasie kom na vore in die onvermoë om die doel van die fase te vind.
- f. In die “sharing”-fase besef die protagonis dat ander sy emosies beleef en verstaan en hul mededelings word as opreg beleef. Groeplede poog om die protagonis te help, beskerm, ondersteun en empatie aan hom te kommunikeer en die resultaat is ‘n gevoel van waardevolheid. Tydens hierdie fase kom ‘n verhoogde vlak van wedersydse vertrouwe tussen groeplede na vore. Insidente wat tydens die fase vertel word, word herbeleef deur die verteller en wek verdere herinneringe by die protagonis. Daar is ‘n gepaardgaande ongemak en verleentheid om van die self met ander te deel.
- g. Verwarring, verbreking in konsentrasie en vermindering van inlewing kom na vore wanneer ‘n ander persoon vir die groeplid dubbel. Die groeplid soek na die regte gevoel in die woorde van die dubbel en die gevoel is vir hom belangriker as die woorde. Die dubbel-tegniek bring emosies na vore wat die groeplid wil kommunikeer, maar nie weet hoe nie. Die speel van die rol van ‘n karakter word makliker tydens die tegniek. Indien die groeplid self die rol van die dubbel speel kommunikeer hy emosie aan die hulp-ego sodat die protagonis se emosie na vore kan tree. Hy gebruik eie vorige ervaring om vir ‘n ander te kan dubbel.
- h. As gehoorlid is daar empatie met die protagonis, ‘n inlewing in alle waargenome rolle en ‘n poging om begrip vir die relevante karakters te verkry, ‘n behoefte om fisies op emosionele belewing te reageer en ‘n ervaring van magteloosheid om van hulp te wees, teenwoordig.
- i. Die speel van die rol van die antagonis het ‘n sterk negatiewe impak op die betrokke groeplid, hy beleef ‘n onvermoë tot inlewing in die rol en kan die karakter se motiewe nie begryp nie. ‘n Besef van die positiewe waarde van die oefening vir die protagonis skemer deur ten spyte van die beleefde

negatiewe impak. Die betrokke groeplid beleef innerlike konflik weens sy meegevoel met beide die protagonis en die antagonis se emosie.

j. Die proses van self-aanbieding wek herinnering van die detail van die lewendrama en veroorsaak 'n verandering in die persepsie van die protagonis, deurdat die situasie 'n verhoogde sin van werklikheid aanneem. Inlewing in die toneel is makliker na afloop van die proses van self-aanbieding.

k. Katarsis word beleef as 'n loslating en voortvloeiing van emosie wat gepaard gaan met 'n intense bewustheid van die werklikheid van die situasie. Dit word waargeneem as 'n keerpunt wat gevolg word deur 'n gevoel van verligting.

l. Groeplede verplaas emosie vanaf 'n persoon na 'n gekose simbool en die simbool word die vergestaltung van die emosie. Die fisiese kwaliteite van die simbool dra by tot die ervaring van werklikheid.

3.2. Fundamentele Beskrywing (FB) via Empiriese Fenomenologiese Refleksie (EFR)

3.2.1. Fase 1

Soos reeds in Hoofstuk 3, afdeling 5.3. uitgewys, behels fase een van hierdie stap die erkenning dat die soeke na 'n ekstensiewe fundamentele beskrywing 'n verlies aan substansie veroorsaak, aangesien soveel detail as moontlik ingesluit word, terwyl die soeke na 'n substansiële fundamentele beskrywing weer verlies aan detail veroorsaak, omdat die klem op intensiteit van substansie val en gevolglik moet beide fundamentele beskrywings weergegee word.



3.2.2. Fase 2

Dit behels die interpretering van elke relevante stelling (Bylaag 1 - die resultaat van fase een van die verkryging van die Fundamentele Beskrywing via Fenomeen Bestudering - 3.1.1. hierbo) om vas te stel wat die betekenis wat dit inhou, is. Die betekenis is weergegee in betekenis-uitdrukkings en die resultaat van hierdie fase is 'n lys betekenis-uitdrukkings. Dit is in Bylaag 2 - Lys van betekenis-uitdrukkings) vervat.

3.2.3. Fase 3

In fase drie is elke betekenis-uitdrukking ondersoek met betrekking tot die betekenis wat dit in verhouding tot ander betekenis-uitdrukkings het. Die gevolg is verbandhoudende groepe betekenis-uitdrukkings. Die groepe betekenis-uitdrukkings word nie vir die leser apart weergegee in die vorm van 'n bylaag soos in die vorige fases nie aangesien dit in fase vier weergegee word in die vorm van 'n verteenwoordigende tema.

3.2.4. Fase 4

Die feit dat die betekenis-uitdrukkings interafhanklik is, het in fase vier gelei tot die besef dat dit in 'n enkele verteenwoordigende tema saamgevoeg moes word. Dit is aanvaar as die ekstensiewe fundamentele beskrywing van die fenomeen.

Die Ekstensiewe Fundamentele Beskrywing van die beleving van Psigodrama deur binnepasiënt adolessente, verkry deur die metode van Empiriese Fenomenologiese Refleksie:

Uit groeplede se beskrywings van hul beleving van psigodrama kan gesien word dat die intensiteit van hul emosionele betrokkenheid en openbaring verskillende fases deurloop. Dit kan genoem word die proses van emosionele betrokkenheid en openbaring. Die vlak van emosionele betrokkenheid en openbaring neem toe sodat 'n beweging vanaf beperkte betrokkenheid en openbaring na meer intense betrokkenheid en openbaring, waargeneem kan word. So kan daar byvoorbeeld gesien word dat die

ervaring van protagonis-wees aanvanklik vreesaanjaend is. Dit gaan gepaard met senuweeagtigheid en 'n gevoel van verlamming. Die vrees word gekoppel aan die opinie van medegroepede en onsekerheid rondom hul vermoë om begrip te toon vir die gevoel van die protagonis, asook 'n ervaring dat protagonis-wees daartoe sal lei dat ander sy privaatheid binnedring. Die aanvanklike vrees veroorsaak teenkanting teen emosionele openbaring en daar is 'n ervaring dat die proses onder dwang voortbeweeg. Afgesien van die vrees vir die opinie van ander is daar 'n sterk behoefte om die situasie met hulle te deel.

By aanvang van die psigodrama - reeds in die opwarmingsfase - is daar 'n vrees vir die geantisipeerde onkontroleerbaarheid van eie emosie. Hierdie vrees vir die katastrofiese gevolge wat die openbaring van emosie tot gevolg kan hê, lei tot die behoefte om die emosie aan bande te lê en veroorsaak by groepede 'n vrees om protagonis te wees.

Aan die begin van die proses is dit ook vir die protagonis moeilik om 'n duidelike onderskeid te tref tussen 'n groeplid en die karakter wat hy of sy verteenwoordig. Hierdie vaagheid van grense maak dit moeilik om te onderskei of emosie teen die groeplid of teen die karakter wat hy verteenwoordig, gerig word. Dit lei tot 'n beperking in die openbaring van emosie en in die vloei van die proses weens die protagonis se skuldgevoel teenoor die groeplid, terwyl die skuldgevoel nie deel van die lewensdrama vorm nie. Soos die proses vorder raak die onderskeid duideliker en beïnvloed die protagonis se houding jeens die groeplid nie meer sy houding jeens die karakter nie - en vice versa.

Die intensiteit van emosionele openbaring wat binne die psigodrama plaasvind, word gelykgestel aan die waargenome intensiteit van die betrokke probleem. Die hoeveelheid energie wat in die probleem geïnvesteer word, word ook in die psigodrama geïnvesteer. Hoewel dieselfde proses gevolg

word, verskil die intensiteit van betrokkenheid en openbaring in ooreenkoms met die waargenome intensiteit van die probleem.

Die vloeï van emosionele betrokkenheid is nie net sigbaar in die belewing van die protagonis nie, maar ook in dié van die hulp-ego's. Die groeplede ervaar aanvanklik 'n gebrek aan belangstelling en onwilligheid om deel te neem en die intensiteit van hul emosie is aan die begin van die drama laag. Soos 'n rol aangeneem word as hulp-ego, en hulle fisies betrokke raak by die drama, verhoog hul emosionele betrokkenheid. Daar is 'n opregte ervaring van emosie van die karakter wat uitgebeeld is en begrip vir die emosie van die karakter.

In die rol van 'n hulp-ego is daar ook emosionele betrokkenheid by die protagonis, inlewing in sy situasie en selfs skok in die besef van psigodrama se potensiaal tot emosionele loslating. Die emosionele betrokkenheid van 'n groeplid - selfs in die rol van 'n gehoorlid - lei tot die behoefte aan fisiese, liggaamlike betrokkenheid by die lewensdrama. Die vlak van emosionele betrokkenheid is afhanklik van die mate waartoe groeplede met die tema van die protagonis se lewensdrama kan identifiseer. Daar is 'n toename in betrokkenheid en 'n sterk impak op die groeplid se persoonlike situasie deurdat deelname as hulp-ego raakpunte met die groeplid se eie situasie aksentueer en groeplede is soms onbewus van die intensiteit van beleefde emosies tot hul in die psigodrama daarmee gekonfronteer word.

Die aanneem van 'n rol as hulp-ego vind aanvanklik op kognitiewe vlak plaas, maar hoe meer betrokke die hulp-ego by die drama raak, hoe hoër raak sy vlak van emosionele betrokkenheid. So kan gesien word dat die aanneem van 'n rol aanvanklik inspanning verg en dit verhoed algehele betrokkenheid, maar hoe meer vertrouwd die hulp-ego met die karakter raak, hoe makliker is dit om die rol te speel en om ook op emosionele vlak betrokke te raak.

Die aanvanklike onbetrokkenheid en onwilligheid van groeplede is reeds uitgewys en dit is teenwoordig in die opwarmingsfase sowel as aan die begin van die uitspeel van die lewendrama. Die opwarming word egter nie n t gekenmerk deur onbetrokkenheid nie. Dit word beleef as ‘n bekendstelling aan die aksie-gerigtheid van die metode wat voortgedra word in die res van die fases en dit word gesien as ‘n gemaklike manier van self-uitdrukking en ‘n inleiding tot die ontginning van emosie.

Die toename in emosionele betrokkenheid en openbaring kan ook gekoppel word aan die toename van die ervaring van die lewendrama as “werklikheid” - dit wil sê die beweging van die lewendrama vanaf die verlede of toekoms na die hier-en-nou. Hierdie ervaring van die situasie as in die hier en nou, is veral sigbaar by die punt van katarsis waar die drama die hoogtepunt van emosionele openbaring bereik. Aspekte van die drama wat bydra tot die beleving van die werklikheid van die situasie is die toekenning van simbole, selfaanbieding en voorstelling van karakters deurdat die protagonis hulle rolle aanneem en die opstel van die toneel. Die toekenning van simbole is ‘n proses waardeur emosies fisies op die verhoog teenwoordig raak in die gestalte van die hulp-ego wat die simbool uitbeeld - emosies word dus deel van die hier-en-nou van die ervaring.

In die afsluitingsfase kommunikeer die protagonis ‘n ervaring van empatie, begrip en sorgsaamheid vanaf ander groeplede. Daar kan gesien word dat die t endeel van dit wat aan die begin van die drama gevrees is en wat emosionele uitdrukking beperk het, aan die einde van die drama teenwoordig is. Daar is ook ‘n gevoel dat die protagonis deur die loop van die drama selfvertroue opgebou het en dat hy opregte en baie persoonlike emosies en ervarings met groeplede kon deel. Die kommunikasie van gedeelde ervarings tydens die afsluitingsfase bring by groeplede die besef van die universaliteit van hul ervarings en die ondersteuning wat uitgespreek word, verhoog vertroue. Hulp-ego’s deel ook in hierdie fase die emosie wat hulle in hul verskillende rolle beleef het en hierin kom hul begrip vir en empatie met



die protagonis na vore. Die inlewing in verskillende rolle en die sterk impak van psigodrama laat groeplede soms met 'n gevoel van oorweldiging en verwarring.

Die inlewing in óf die lewendrama óf die rol van 'n spesifieke karakter is 'n verdere prominente aspek van die belewing van psigodrama. Rolomruiling vra byvoorbeeld van die groeplid om hom in te leef in die rol van 'n ander karakter en om ondersoek in te stel na die psige van daardie karakter. Dit veroorsaak 'n heroorweging van sy gevestigde siening van die karakter.

Rolomruiling van die protagonis met die antagonis behels konfrontering met die realiteit van die antagonis se emosie, gedrag en motiewe. Dit lei tot skok, onvermoë om insig daarin te verkry, verwarring en 'n aanvanklike onvermoë tot inlewing in dié rol. Die impak op emosionele vlak is baie sterk en oorwegend negatief en die fokus bly op herbelewing van die protagonis se eie emosie in verhouding tot die antagonis en nie op inlewing in en empatie met die rol van die antagonis nie. Daar is ook sprake van oorspoeling deur die rol van die antagonis, asof hy werklik word in die rolomruiling.

Die rol van die antagonis het ook 'n negatiewe emosionele impak op die hulp-ego wat sy rol moet speel en dit bemoeilik die speel van die rol aansienlik. Daar is 'n konflik tussen sy onwilligheid om die rol te speel en die besef dat dit vir die protagonis van waarde kan wees.

Die dubbel-tegniek het ook 'n invloed op inlewing in 'n rol. Dit word waargeneem as 'n eksterne inset wat aanvanklik verwarrend is. Oorlaaiing vind op 'n kognitiewe vlak plaas terwyl die insette op emosionele vlak geprosesseer moet word. Die verwarring raak eers opgelos wanneer die klem nie meer val op die sê van die korrekte woorde nie maar eerder op die openbaring van die gevoel wat agter die woorde lê. 'n Wyse waarop die gevoel soms sterker na vore tree is wanneer die dubbel terugval op sy eie

ervarings wat soortgelyk is aan dit wat die protagonis uitspeel. Dit bring 'n groter mate van werklikheid aan die situasie en bevorder inlewing.

'n Verdere aspek van die belewing van psigodrama is dat groeplede dit as terapeuties ervaar. Daar is sprake van 'n poging om die protagonis te red, om hom uit die situasie waarin hy hom bevind, weg te neem. 'n Gevoel van magteloosheid vergesel hierdie behoefte. Dit is eers wanneer die protagonis die situasie deur middel van die psigodrama herbeleef en deur die situasie beweeg het, dat daar 'n waargenome terapeutiese effek is. Die protagonis beskryf dikwels sy gevoel na afloop van die drama as een van verligting en dat die probleem "ligter" voel.

Die loslating van die protagonis se emosie word deur die hulp-ego waargeneem, hy voel instrumenteel in die proses en dit laat hom met 'n gevoel van satisfaksie omdat hy ervaar dat hy deel was van 'n proses wat die protagonis "gehelp" het. Dit is reeds uitgewys dat hoe meer groeplede aanklank by die protagonis se situasie vind, hoe meer betrokke hulle by die drama raak. Daar is ook 'n ervaring dat die ander groeplede iets wys word van hul eie situasie en insig verkry deur aan 'n psigodrama met 'n relevante tema deel te neem.

3.2.5. Fase 5

Hier word gesoek na 'n substansiële fundamentele beskrywing en dit word verkry deur al die spesifiekhede ("specifics") van die verbandhoudende groepe betekenis-uitdrukkings (wat in stap drie gegenerer is) abstrak te maak.

Die substansiële Fundamentele beskrywing van die belewing van Psigodrama deur binnepatiënt adolessente, verkry deur die proses van Empiriese Fenomenologiese Refleksie:

Psigodrama word beleef as 'n proses van emosionele betrokkenheid en openbaring. Die proses word bekendgestel in die opwarmingsfase en bereik



'n hoogtepunt in die fase van katarsis waar die drama as werklikheid binne die hier-en-nou beleef word.

Hierdie proses is onlosmaakbaar van fisiese betrokkenheid en inlewing, hetsy as hulp-ego, protagonis of gehoorlid. Inlewing vind op verskillende vlakke plaas en word beïnvloed deur verwarring op kognitiewe vlak, vertrouwdheid met die rol van 'n karakter en intensiteit van die impak van die rol op die groeplid.

Tesame met die inlewing in rolle is daar bewustheid van eie emosionele ervaring soos die vrees vir die opinie van ander, die vrees vir die katastrofiese gevolge van die onkontroleerbaarheid van eie emosie, die ervaring van oorspoeling deur die rol van die antagonis, die aanvanklike verwarrende effek van die dubbel-tegniek, meegevoel met die protagonis en die losvloeiing van emosie tydens katarsis.

In die afsluitingsfase is die intensiteit van emosionele openbaring en betrokkenheid minder as tydens die uitspeel van die lewendrama en die klem is op die deelproses deurdat eie emosionele ervaring gekommunikeer word en die universaliteit van die protagonis se situasie na vore kom.

Die waargenome terapeutiese effek van die proses wat deur groeplede gekommunikeer word, word gekenmerk deur 'n veranderde perspektief van die probleemsituasie na afloop van die psigodrama. Die probleemsituasie word na afloop van die drama as meer hanteerbaar bestempel en 'n gevoel van verligting volg die herbelewing van die situasie.

3.3. Fundamentele Struktuur (FS) via Empiriese Fenomenologiese Refleksie (EFR)

Die metode wat hier gevolg is, is in Hoofstuk 3, afdeling 5.4. uiteengesit. Die verkryging van 'n fundamentele struktuur van die belewing van psigodrama behels reflektering op die inhoud van die ekstensiewe fundamentele

beskrywing ten einde die implisiete struktuur van die fenomeen na vore te bring. Dit word gedoen deur konfrontasie met elk van die belangrike temas of betekenis-uitdrukkings wat in die ekstensiewe fundamentele beskrywing opgeneem is. Daar moet deurentyd 'n dialoog wees tussen elk van die temas en die reflektiewe interpretasie daarvan in terme van wat elkeen uitdruk as fundamenteel van die bestudeerde fenomeen.

Die reflektiewe proses wat gevolg is om die fundamentele struktuur vanaf die ekstensiewe fundamentele beskrywing te ontgin, sowel as die ontginde fundamentele struktuur, sal vervolgens weergegee word:

Die Fundamentele Struktuur van die beleving van Psigodrama deur binnepatiënt adolessente, verkry deur die metode van Empiriese Fenomenologiese Refleksie:

Uit die ekstensiewe fundamentele beskrywing kom die tema dat psigodrama 'n proses van emosionele betrokkenheid en openbaring is, na vore. Dié proses word gekenmerk deur 'n inleiding tot fisiese betrokkenheid in terme van deelname aan aksie tydens die opwarmingsproses, die beleving van die drama as werklikheid - as synde in die hier en nou (met meegaande intense emosionele betrokkenheid en openbaring). 'n Volgende tema is dat die afsluitingsfase verbaal van aard is en gekenmerk word deur die mededelings van gedeelde ervarings, 'n besef van die universaliteit van ervarings en die kommunikasie van begrip en meegevoel. 'n Verdere tema is dat inlewing in rolle plaasvind en beïnvloed word deur tegnieke soos rolomruiling, dubbel, opstel van die toneel, toekenning van simbole en selfaanbieding. Die laaste tema is die waargenome terapeutiese effek van psigodrama deur die groeplede.

As daar gekyk word na wat hierdie temas uitdruk as fundamenteel van die beleving van psigodrama, word dit duidelik dat fisiese deelname in die uitspeel van 'n lewendige drama veroorsaak dat veranderinge op emosionele vlak plaasvind. Die verandering behels 'n toename in emosionele betrokkenheid



by die drama en in emosionele openbaring deur groeplede. Dit kulmineer in 'n ervaring van katarsis. Die besef van die universaliteit van ervarings in die afsluitingsfase en die meegaande ervaring van wedersydse begrip, is fundamenteel vir die struktuur van die belewing van psigodrama in soverre dit bydra tot die verandering in groeplede se perspektief op hul eie lewensituasies. Tegnieke soos rol-omruiling, dubbel, opstel van die toneel, toekenning van simbole en selfaanbieding beïnvloed inlewing en daardeur ook die aard van die emosionele betrokkenheid en openbaring en meer spesifiek die potensiaal tot ontginning van relevante emosies.

Hieruit kan die fundamentele struktuur van die belewing psigodrama soos volg geformuleer word: Die belewing van psigodrama deur binnepatiënt adolessente is die proses van parallelle toename in fisiese en emosionele betrokkenheid en openbaring en die inlewing in en ontginning van ervarings op emosionele vlak en 'n gevolglike nuwe perspektief op die herbeleefde situasie en ander soortgelyke situasies.



4. BRONNELYS

1. Colaizzi, P.F. (1973). *Reflection and Research in Psychology: A Phenomenological Study of Learning*. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.



HOOFSTUK 5 GEVOLGTREKKING EN INTEGRASIE

1. INTEGRASIE

Daar is duidelike raakpunte tussen die literaturoorsig en die navorsingsresultate, hoewel die navorsing nie onderneem is om aspekte van die literatuur te ondersteun of te weerlê nie. Die raakpunte wat waargeneem kan word, word vervolgens uitgewys sodat die navorsing in die konteks van die literatuur geïntegreer kan word.

Die sleutelkonsep van “action and acting” is deur Moreno (1946) gesien as ‘n aspek van psigodrama wat groeplede in staat stel om met aspekte van hulself, waarvan hulle voorheen nie bewus was nie, in kontak te kom. Die fundamentele struktuur reflekteer hierdie siening van Moreno: fisiese betrokkenheid (“action & acting”) wakker emosionele openbaring en ontginning aan.

Die belang van die situasie en die beweging van die lewensdrama in die hier-en-nou as sleutelkonsep van die teorie is ook in die navorsingsresultate sigbaar. Dit is in die werklikheid van die hier-en-nou van die drama dat spontaniteit in die vorm van emosionele betrokkenheid en openbaring te voorskyn tree. Annelie sê byvoorbeeld in sessie 3 die volgende: “Near the end I started crying, I pushed Anton away like I would’ve liked to do with him, that night. It didn’t feel like butterflies, it felt like eagles inside my stomach, wanting to burst out and just grab the person and kick him and beat him up...It was so real. I felt so powerful.” Toe sy die situasie van daardie aand in die hier-en-nou van die sessie kon beleef het emosionele betrokkenheid en openbaring spontaan na vore getree.

Daar is in die navorsingsresultate dikwels verwys na die konsep van katarsis as die proses van emosionele loslating. Die literatuur lê ook klem op die proses van integrasie en ordening wat emosionele loslating volg. Dít kan



gesien word in subjekte se belewing dat die betrokke en ander relevante lewensituasies vanuit 'n nuwe perspektief beskou kan word. Laasgenoemde toon verder raakpunte met die sleutelkonsep van insig waarna Kellerman (1992:86) verwys as "action-insight". Dit is deur fisiese betrokkenheid dat groeplede ervarings kan ontgin en hul perseptuele veld kan herstruktureer. George verwoord dit in sessie 6 soos volg: "Dit was vanaand vir my of ek regtig met my ma gepraat het. Ek voel baie beter, my probleem voel ligter. Dit is van daai laaste deel waar ek met haar gepraat het, dit was asof my ma self langs my gesit het, asof ek met haar self gepraat het." Die laaste deel waarna George in hierdie gedeelte verwys kan gesien word as die punt in die drama waar katarsis plaasgevind het. Dit het hom gehelp om sy probleem op 'n ander wyse te ervaar en sy belewing van die insident is geherstruktureer.

Wat die rol van die gehoor aanbetref, is daar verwys na Moreno (1946:261) se siening van die twee dimensies van die gehoor naamlik produksie-gesentreerdheid en gehoor-gesentreerdheid. Daar is gesê dat die protagonis sensitief is vir die gehoor se opinie van hom - veral indien hy homself as 'n uitgeworpene beleef of nog nie die geleentheid gehad het om status in sy omgewing te verkry nie - soos in die geval van adolessente - en dat die gehoor 'n ondersteunende en bevestigende funksie in dié verband vervul. Die sensitiwiteit vir die opinie van ander is in die eerste fundamentele beskrywing as deel van die geïdentifiseerde protagonis-komponente genoem en daar is gesien dat hierdie vrees spontaniteit in die vorm van emosionele openbaring aanvanklik stuit. Die ondersteunende rol van die gehoor is sigbaar in die besef van die universaliteit van ervarings en in die kommunikasie van begrip vir en meegevoel met die protagonis. Die gehoor-gesentreerde dimensie van die gehoor kan in subjekte se belewing gesien word, deurdat gehoorlede wat die gebeure op die verhoog waarneem tot nuwe insigte kan kom en dit van toepassing maak op hul eie soortgelyke ervarings. Daniël sê byvoorbeeld na afloop van sessie 4 die volgende: "I have a lot of the same feelings as Annelie, similar stuff happened to me. I think I learned a lot too, like I must communicate with my parents".



Die Hollander Psigodramakurwe (Rabson, 1979:39) (sien Hoofstuk 2, afdeling 2.3.) gee 'n aanduiding van hoe die intensiteit van emosie oor tyd toeneem en weer afneem. Hier is 'n verskil sigbaar in subjekte se beskrywings van hul beleving van psigodrama. Daar is 'n ooreenkoms in die toename van intensiteit van emosionele betrokkenheid en openbaring tot by die ervaring van katarsis, maar die deurwerkproses kan nie uit subjekte se beskrywings so duidelik ingedeel word as 'n funksie van rolomruiling en "behavioural practice" nie. Uit subjekte se beskrywings wil dit wel voorkom of die deurwerkproses deels 'n funksie van die afsluitingsfase is, soos dit ook in die psigodramakurwe uitgewys word.

Een van die duidelikste kenmerke van psigodrama soos dit in die literatuur uiteengesit word, is die aksie-gerigtheid van die metode. Uit die fundamentele struktuur van adolessente se beleving kom hierdie beginsel sterk na vore. Dit is die fisiese betrokkenheid wat emosionele ontginning aanwakker.

Betreffende die funksie van die tegniek van rolomruiling, sê Blatner en Blatner (1988:75) dat die protagonis die grense van sy egosentrisiteit oorsteek wanneer hy rolle omruil en dat hy dan die ander persoon se perspektief kan ervaar en dat hy empatie met die ander se sienswyse kan verkry. Uit die subjekte se beskrywings blyk dit dat dit nie altyd die geval is nie. By rolomruiling met die antagonis vind daar "oorspoeling" deur die rol van die antagonis plaas en is groeplede dikwels nie daartoe in staat om empatie met die karakter te verkry nie. Groeplede se fokus bly in so 'n geval op hul eie emosionele ervaring en dit versterk dikwels eerder die bestaande houding jeens die antagonis. Hierdie tendens kan byvoorbeeld in die volgende stellings gesien word: Annelie (sessie 3): "It felt terrible to play him. I never imagined his role before, hear his voice all the time, I never want to be in that position again. I couldn't imagine that somebody could do something like that, it destroyed my mind totally, playing his role and to feel it was me lying



there and it was me getting kicked like that. It made me feel “no I can’t do this it is wrong.” en Janet (sessie 5): “Toe ek my stiefpa se rol gespeel het, het dit gevoel of ek soos hy begin raak - ‘n monster. Ek het dit gehaat. Ek wil nie ‘n monster wees nie, ek wil nie soos hy wees nie. Ek was bang, ek het gewens hy wil stop, ek haat sy stem, ek haat alles.”

Die literatuur wys daarop dat adolessente in ‘n proses van soeke na eie identiteit is en dat vaste idees en besluite eers werklik na adolessensie vasgelê is (Hopkins, 1983:75). Daar word verder melding gemaak van die “selfsug” wat dikwels die houding van die adolessent kenmerk (Rice, 1995:328-329). Dit mag moontlik ‘n verklaring bied vir die waargenome tendens dat die adolessente nie in alle situasies empatie met ‘n ander karakter kan ervaar nie. Dit mag wees dat ‘n sterk eie identiteit eers vasgelê moet wees, alvorens dit moontlik is om met die oortuigings van die antagonis gekonfronteer te word en steeds die vermoë te behou om apart van die persoon te bly en nie deur hom oorspoel te word nie. Aangesien die krisis van adolessensie een van “Identiteit vs. Rolverwarring” (Hopkins, 1983:75) is, is dit moontlik om te vermoed dat roloverwarring intree by konfrontasie met die antagonis en dat die groeplid dit as bedreigend ervaar omdat dit sy - tot dusver - tentatiewe en steeds onsekere besef van ‘n eie identiteit bedreig. Hierdie is slegs ‘n hipotese en deeglike studie sal onderneem moet word om te bepaal of daar wel waarheid in steek.

In die protokol-ontleding kom dit na vore dat groeplede dit moeilik vind om die rol van karakters wat ander eienskappe as hulle openbaar, aan te neem. Annelie illustreer byvoorbeeld in die volgende deel dat dit met tye moeilik is om die ouerrol aan te neem: “I could go into her role a bit but not totally because it is too different, well she’s very soft-hearted, well not that I’m not, but she, well she’s more lady like than I am and she’s got a book-type personality, she likes to sit and read books, she’s not a social person. So it’s not like I could be the same as she is”.



Anna Freud (1946) (weergegee in Rice, 1995: 328-329) maak melding van die feit dat die adolessent varieer tussen egosentrisiteit en selfsug aan die een hand, en preokkupasie met die behoeftes van ander aan die ander hand. Sy skryf dit toe aan intrapsigiese id-superego konflik. Die tendens dat groeplede dit moeilik vind om die ouerrol aan te neem kan in die lig van Freud se stelling beskou word. Die ouerrol verteenwoordig die superego in terme van samelewing-waardes en syding met daardie waardes en oortuigings kan beteken dat die id-impulse ontken en negeer moet word. Hierdie situasie versterk die intrapsigiese konflik wat reeds teenwoordig is en die groeplid vind die situasie daarom moeilik en sal verkies om dit te vermy.

'n Verdere kwessie wat tydens protokol-ontleding na vore gekom het, is dat die psigodrama nie veel waarde vir 'n gehoorlid het indien hy nie die tema van die protagonis deel nie. Dit kom byvoorbeeld in Anton se woorde na vore (sessie 4): "Ek weet nie, ek het nog nie eintlik sulke probleme soos Annelie gehad nie. Dit sou seker vir my iets beteken het as my ma so was, as ek sulke probleme gehad het". Hierdie tendens kan verstaan word as in gedagte gehou word dat die adolessent weens die aard van sy ontwikkelingsfase met sy eie identiteitsoeke gepreokkupeer is. Alternatiewe wat hom sal in staat stel om sy eie identiteit te vestig, word ondersoek en dit wat nie met hierdie saak verband hou nie, maak nie op sy aandag aanspraak nie.

Groeplede se vrees vir die onkontroleerbaarheid van hul eie emosies en gevolglike teenkating teen die uitspeel van hul eie psigodrama kom ook in protokol-ontleding na vore. Lea sê dit in sessie 4: "I know if I do the psychodrama and you find out part of me, I might get aggressive, 'cause I might get angry and destroy something and I'm scared that I might hurt somebody". Dit kom ook in Neels se woorde (sessie 5) na vore: "As ons dalk eendag my psigodrama doen, ek weet nie, dit sal nie goed wees, ek sal te kwaad word, ek is bang ek maak mense seer". Tydens adolessensie is die persoon se aanvaarding binne die sosiale omgewing vir hom belangrik. Die adolessent moet as onafhanklike identiteit deur veral sy ouderdomsgenote



aanvaar word. Dit wil uit die protokolle voorkom of groeplede vrees dat die onkontroleerbaarheid van hul eie emosies verwerping deur ander groeplede tot gevolg sal hê. Aan die einde van die psigodrama het groeplede egter telkens na die terapeutiese waarde van die ondersteuning van mede-groeplede verwys. Dit wil dus voorkom of psigodrama vir groeplede die geleentheid gee om gevreesde of onkontroleerbare emosies te eksplorieer binne 'n omgewing waar hulle steeds sosiaal aanvaar word.

Hierdie studie help om die potensiaal van psigodrama in die behandeling van adolessente uit te lig. Psigodrama bied vir die adolessent die geleentheid om te eksplorieer, te ontdek en te ontgin binne 'n beskermde situasie waardeur hy 'n nuwe perspektief op die herbeleefde en ander soortgelyke situasies kan kry. Verdere navorsing sal uiteraard nog lig op hierdie kwessie kan werp en sal 'n waardevolle bydrae tot die bron van kennis wees, waaruit die psigodrama-terapeut kan put in sy werk met adolessente.

2. GEVOLGTREKKING

Uit die aard van die data-analiseringsproses word die resultate saam met die proses gegee. Die ontledingsproses het beweeg vanaf 'n fundamentele beskrywing wat verkry is deur die bestudering van die fenomeen soos dit na vore gekom het in die beskrywings van die subjekte tot by die fundamentele struktuur van die belewing van psigodrama deur binnepasiënt adolessente wat verkry is deur die metode van Empiriese Fenomenologiese Refleksie. In hoofstuk drie is die volgende navorsingsvraag gestel: "Wat behels die belewing van binnepasiënt adolessente wat aan 'n psigodramasessie deelneem?" Die antwoord hierop is vervat in die fundamentele struktuur: Die belewing van psigodrama deur binnepasiënt adolessente is die proses van parallelle toename in fisiese en emosionele betrokkenheid en openbaring en die inlewing in en ontginning van ervarings op emosionele vlak en 'n



gevolglike nuwe perspektief op die herbeleefde situasie en ander soortgelyke situasies.

Hierdie fundamentele struktuur is die eindresultaat waarna in die data-analiseringsproses gewerk is. Een van die redes waarom daar besluit is om Colaizzi se metode van data-analising te volg, is dat die resultate van die proses, soos dit sistematies deurbeweeg tot by die fundamentele struktuur, duidelik aan die leser gekommunikeer kan word in die vorm van beskrywings. Dit is myns insiens vir die leser nodig om ag te slaan op die hele analiseringsproses, vanaf die eerste fundamentele beskrywing tot by die fundamentele struktuur, om werklik begrip en aanvoeling te hê vir die komplekse beleving van psigodrama deur binnepasiënt adolessente.

Die analiseringsproses kan verder gesien word as 'n poging om terug te keer na wat Husserl noem "the things themselves". Dit is 'n poging om die essensie van binnepasiënt adolessente se beleving van psigodrama te ontgin en te verhelder. Die fundamentele struktuur is nie dié van psigodrama nie, maar wel van die beleving daarvan. Dit is 'n weergawe van die interne prosesse wat die beleving kenmerk en nie van die objektiewe feite van wat in psigodrama gebeur nie. Dit is nie 'n metodologiese analise van psigodrama nie, maar wel 'n weergawe van hoe die toegepaste metode se betekenis gestalte aanneem in die beleving daarvan.

Dit is om hierdie rede dat die fundamentele struktuur van die beleving van psigodrama nie na die verskillende fases of tegnieke wat deel is van psigodrama as terapeutiese metode verwys nie, maar wel na die essensie van die beleving daarvan.



3. AANBEVELING VIR VERDERE NAVORSING

Eerstens word daar aanbeveel dat indien 'n soortgelyke navorsingsprojek onderneem word, 'n meer gestruktureerde onderhoud of vraelys ontwerp word om die data te genereer. In hierdie projek is subjekte bloot gevra om hul beleving te beskryf en dit het tot gevolg gehad dat subjekte uitgebrei het op wat gebeur het eerder as om net te fokus op hul beleving daarvan.

Wat onderwerpe vir toekomstige navorsingsprojekte aanbetref, kan daar ondersoek ingestel word na bogenoemde verskynsel dat rolomruiling nie in alle gevalle tot empatie met die sienswyse van die ander karakter aanleiding gee nie. 'n Navorsingsprojek in hierdie verband kan byvoorbeeld poog om vas te stel of dit slegs die geval in adolessente-psigodrama is en of dieselfde verskynsel by volwassenes waargeneem kan word.

'n Verdere navorsingsprojek wat uit hierdie studie vloei is 'n ondersoek na die subjekte se beleving van individuele tegnieke byvoorbeeld die beleving van groeplede van die dubbel-tegniek.

In hoofstuk een daar verwys na die bruikbaarheid van psigodrama as terapeutiese metode in alle gemeenskappe weens die universaliteit van drama as ekspressiemedium. Die veld lê braak vir psigodrama-navorsing op transkulturele gebied en aangesien kwalitatiewe navorsing daarop gerig is om die fenomeen te verstaan, kan dié tipe navorsing met vrug gebruik word om deel te vorm van 'n uiters waardevolle bron waaruit die psigodrama-terapeut kan put om die volle potensiaal van die metode te ontgin.



4. BRONNELYS

1. Blatner, A & Blatner, A. (1988). *Foundations of Psychodrama: History, Theory & Practice*. New York: Springer Publishing Co.
2. Hopkins, J.R. (1983). *Adolescence: The Transitional Years*. New York: Academic Press.
3. Kellerman, P.F. (1992). The Psychodramatist. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. Vol 45, no 2, 74-87.
4. Moreno, J.L. (1946). *Psychodrama (Vol I)*. Beacon, New York: Beacon House.
5. Rabson, J.S. (1979). *Psychodrama: Theory and Method*. Department of Sociology, University of Cape Town, South Africa.



BYLAAG 1 RELEVANTE STELLINGS UIT OORSPRONKLIKE PROTOKOLLE

SESSIE 3

Annelie:

- Bang aan begin. Onseker of met ander kan deel. Ervaring dat gedwing word om voort te gaan en te wys ten spyte van vrees. Bang ander gaan dink sy is vreemd, maar wil hê hulle moet weet wat gebeur het. Ander voel beter omdat hulle weet wat met haar gebeur het.
- Ervaar losvloeiing van emosie.
- Ervaring van werklikheid van die situasie.
- Voel sleg teenoor hulp-ego wanneer woede teenoor hom getoon word. Kan verby "slegvoel" gaan en voortgaan met psigodrama. As deur aanvanklike "slegvoel" teenoor hulp-ego beweeg, voel dit goed.
- Dubbel-tegniek veroorsaak verwarring, maak deurmekaar. Gedagtes speel rond en soek na regte gevoel. Al is woorde nie presies nie is die gevoel die belangrikste. Die gevoel moet uitkom. Dubbel help dat gevoel wat binne is kan uitkom al is sy woorde nie presies nie.
- Rolomruiling aaklig as rol van antagonis/aggressor moet speel. Self nog nooit vantevore in sy posisie probeer plaas nie. "Verwoes my brein" om dieselfde emosies as hy te ervaar. "Ek voel ek is hy". Woede en hartseer as gevolg van die ander se woorde en emosie.
- Aangenaam verras oor ander se ondersteuning. Kan in ander sien hoe hulle voel. Ander weet hoe ek voel. Voel dit was onnodig om dit nie vroeër met ander te kon deel nie.
- Ervaar pyn as aan die situasie dink.

Daniël:

- Ervaar as gehoorlid hartseer en meegevoel met protagonis en haar situasie.
- Skokkend om potensiaal van psigodrama om emosie te ontlok, waar te neem.
- Weet hoe protagonis voel en deel dit met haar.
- As hulp-ego bly meegevoel by protagonis. Nie moontlik om antagonis se motiewe te begryp as sy rol gespeel moet word nie.

Anton:

- Onaangenaam om rol van antagonis te speel. Poog om in rol in te leef, slaag nie daarin nie.
- Moet doen wat dubbel sê - verbreek konsentrasie en verminder inlewing.
- Negatiewe ervaring van antagonis speel bestaan. Ongeag hiervan is daar tog 'n behoefte om die protagonis te help.

Lea:

- Verheug dat protagonis gehelp is. Kon help om protagonis se innerlike gevoel uit te bring.



- As gehoorlid ingeleef in situasie. Wou fisies betrokke raak as gevolg van beleefde emosie. Wou huil uit meegevoel met protagonis. Wil protagonis help, maar voel hulpeloos.
- Sê as dubbel dinge wat protagonis help om emosie na vore te bring. Val terug op eie vorige ervaring om te kan dubbel.
- Voel beter om aan protagonis jou ondersteuning te beloof. Wil hê protagonis moet weet dat haar emosie begryp word.
- Indien protagonis se tema betrekking het op eie lewe, put gehoorlid ook waarde daaruit.

SESSIE 4

Annelie:

- Intensiteit van psigodrama word gelykgestel aan intensiteit van probleem.
- Rolomruiling voel vreemd. Weet nie presies wat ander persoon sal sê nie. Moeilik om in rol van persoon te wees wat jy dink is anders as wat jy is.

Lea:

- Bang by moontlikheid van protagonis wees. Wil nie regtig oopmaak nie, wil nie hê ander moet weet hoe sy voel nie. Moontlikheid van verkiesing as protagonis voel soos betreding van privaatheid. Vrees vir eie aggressie wat in eie psigodrama na vore mag tree. Wil nie bejammering van ander ervaar nie. Ander sal nie verstaan nie want hulle het nie die situasie beleef nie.
- Inlewing in emosie van karakter as hulp-ego. Voel vreemd om daardie emosie te beleef. Meegevoel met protagonis én antagonist - konflik omdat protagonis se kant wil kies en tog ander karakter se emosie kon beleef.
- Voel dat psigodrama protagonis help. In psigodrama wys mense hulle ware gevoelens. Meer selfvertroue om ware gevoel in psigodrama te wys.
- Weet hoe protagonis voel, was ook al in so 'n situasie.
- Protagonis leer iets uit psigodrama. Leer vaardighede bv. kommunikasie met ouers. Leer protagonis iets van haarself en van ander karakters in die drama.

Anton:

- Psigodrama nie veel waarde as nie selfde tema in eie lewe ervaar as protagonis nie.

Daniël:

- As selfde ervaring as protagonis gehad het, kan iets uit psigodrama geleer word.
- Vorm opinie oor gedrag van karakter tydens die speel van daardie karakter. Speel rol soos dink dit gedoen moet word, maar ervaar nie daardie persoon se emosie nie.
- Makliker om rol te speel as iemand vir jou dubbel.



SESSIE 5

Karin:

- Opwarming maak emosies los.
- Ervaar as protagonis angs weens opgewekte herinneringe.
- Voel lam en senuweeagtig nadat gekies is as protagonis.
- Na afloop van psigodrama ervaar protagonis gevoel van verligting, voel beter omdat dit met ander kon deel.
- Moeilik om rolle met karakter om te ruil omdat ander karakter se houding skokkend is.
- Simbole word vergestaltung van emosie, verplaas emosie vanaf karakter na simbool. Simboolgebruik verhoog ervaring van situasie as werklikheid.
- Tydens opstel van toneel kom alles terug. Iets verander binne groeplid - begin meer soos plek en tyd voel waar lewensdrama werklik afgespeel het. Kon deeglik inleef.
- Deel van lewensdrama in psigodrama verhoog gevoel van vertrouwe in ander groeplede.
- Deel van ervarings bring emosies en herinneringe uit protagonis se eie lewe na vore.
- Rolomruiling met antagonis - "voel of ek soos hy raak".

Janet:

- Aan begin skrikkerig, deurmekaar - weet nie wat gaan gebeur nie, nodigheid om self in skoene van ander te sit.
- Omgee vir ander groeplid.
- Kan protagonis se punt insien, kan dink hoe sy voel.
- Opwarming voel vreemd. Emosies word opgewek.
- Moeilik om self in rol van ander te plaas. Harde werk. Sal kan sien wie die persoon wie se rol jy speel, werklik is.
- Voel dat protagonis gehelp is.
- Voel oorweldig.

Neels:

- Voel verward na die tyd.
- Kry dit reg om in diepste probleme in te gaan in psigodrama, ervaar dit as skrikwekkend.
- Vrees dat ander sal seermaak en dat eie emosie onkontroleerbaar sal raak as eie lewensdrama uitbeeld.
- Ervaar protagonis se pyn.
- Kan in karakter se rol inleef en agterkom hoe hy voel.

SESSIE 6

Karin:

- Goed om hom te help, maar hartseer om te sien wat in sy lewe aangaan.
- Gevoel raak meer intens na einde van psigodrama.
- Deur ander rol te speel wek dit van hulp-ego se eie emosie - dit wat op



- Aan begin nie regtig lus vir psigodrama nie.
- Intensiteit van emosie aan begin nie so hoog nie - raak meer persoonlik betrokke wanneer self 'n rol aanneem.
- Intensiteit neem toe na punt van katarsis.
- Emosie in rol van ander karakter word opreg gevoel en beleef.
- Gevoel van een-wees met protagonis.

Adri:

- Ervaar intense emosie. Verrykend - wek sterk emosie oor eie lewensituasie.
- Aanvanklik bang.
- Voel magteloos - wil protagonis help maar weet nie hoe nie.
- Ongemaklik met fantasie-element.
- Ongemak met en verleë om van self met ander te deel.
- Help protagonis deurdat hy weet ander deel sy ervaring.
- Selfbewus as hulp-ego omdat ander se aandag op haar fokus.
- Vermoed dat protagonis nie oor sy emosies wil praat nie, kry hom jammer en wil sy gevoel spaar.

Kobus:

- Ervaar sterk "negatiewe" emosie - wil dit nie ervaar nie
- Plaas self in posisie van protagonis - voel soos hy voel - sterk identifikasie met protagonis.
- Aksie-metode van self uitdruk in opwarming - meer gemaklik as verbale uitdrukking.
- Herbelewing van situasie wat in afsluiting met ander gedeel word.
- Laat met gevoel van onsekerheid, verwarring.

George:

- Voel werklik.
- Voel beter na die tyd, probleem voel ligter. Koppel dit aan ervaring van katarsis.
- Plaas self in situasie van ander tydens rolomruiling - besef hoe hy voel. Dit nie voorheen besef nie.
- Opstel van toneel maak dat situasie werklik word. Help om in die situasie in te kom.
- Voel verlig dat situasie met ander kon deel.

Neels:

- Psigodrama wek ook emosie by groeplid
- Ervaar selfde emosie as groeplid
- Voel simpatiek teenoor protagonis.
- Plaas self as gehoorlid in situasie van karakters en dink hoe hulle moet voel.
- Voel dit help ander wat tema van protagonis deel.
- Bring emosie na bewussyn wat verwarring veroorsaak.
- Bring emosie wat hy nie geweet het hy het nie, na bewussyn.
- Emosie tree tydens die aksie na vore.



BYLAAG 2 LYS VAN BETEKENIS-UITDRUKKINGS

- Protagonis-wees aanvanklik angswekkend, hou verband met opinie van ander - hul vermoë om aanvaardend te wees en begrip te openbaar. Angs veroorsaak teenkanting aan begin en voortbeweging van proses is onder dwang. Afgesien van vrees vir ander se opinie is daar behoefte om toneel met hulle te deel en dat hulle weet wat plaasgevind het.
- By punt van katarsis word teenkanting teen proses gestaak en nou is ervaring van werklikheid van situasie hoër - dus is beleving van hier-en-nou van situasie hoog by punt van katarsis.
- Aan begin moeilik om te onderskei tussen groeplid en karakter wat hy speel. Moeilik om te onderskei of emosie teen karakter of teen groeplid gerig word. Veroorsaak beperking in vloei van proses, wat manifesteer in skuldgevoel teenoor medegroeplid, terwyl die skuldgevoel nie deel van lewendrama vorm nie. Soos proses voortgaan, raak onderskeid duideliker en beïnvloed protagonis se houding jeens groeplid nie meer sy houding jeens karakter nie. Deurbewegingsproses laat protagonis toe om met drama voort te gaan en eindresultaat voel goed. Dus eers wanneer drama vir protagonis werklikheid geword het, word proses as terapeuties beskou.
- Eksterne insette soos in geval van dubbel-tegniek veroorsaak verwarring. Oorlaaiing op kognitiewe vlak, wat op emosionele vlak geprosesseer moet word. Verminder kognitiewe en emosionele betrokkenheid by situasie deurdat handeling outomaties word. Verwarring net oplosbaar as eksterne inset geïnternaliseer word en groeplid op daardie vlak voortgaan. Weer emosionele betrokkenheid belangrik vir vloei van proses.
- Emosionele ervaring van protagonis aan begin in antisipering van ander groeplede se denke en houding. In afsluitingsfase het protagonis 'n ervaring van empatie, begrip en sorgsaamheid vanaf ander groeplede. Die teendeel van dit wat aan begin gevrees word en beperkend is, is aan die einde teenwoordig.
- In proses van rolomruiling van protagonis met antagonis, is impak op emosionele vlak baie sterk en oorwegend negatief. Op kognitiewe vlak verwarring en onvermoë tot inlewing. Selfs tydens rolomruiling is fokus op herbeleving van eie emosie en nie op inlewing in en empatie met antagonis nie.
- In afsluitingsfase 'n gevoel van nabyheid aan groeplede. Deel van intense emosionele ervaring lei tot verhoogde emosionele nabyheid, gevoel van ondersteuning en wedersydse begrip, waar geantisipeerde teendeel aan begin van drama die psigodrama-proses en emosionele openbaring, gestuit het.
- Emosionele betrokkenheid by protagonis deur gehoorlid en skok in besef van psigodrama se potensiaal tot emosionele loslating.
- Rol van antagonis aanneem gekenmerk deur onvermoë om sy gedrag en motiverings op kognitiewe vlak te verstaan, onvermoë tot inlewing in rol van antagonis en oorspoeling en vernietiging deur antagonis. Konflik



tussen onwilligheid om rol te speel en besef dat dit vir protagonis waardevol kan wees.

- Groeplid in rol van hulp-ego bewus van proses van emosionele loslating in protagonis. Voel instrumenteel in die proses en wek ervaring van satisfaksie.
- Betrokkenheid van gehoorlid op emosionele vlak lei tot behoefte aan fisiese betrokkenheid by drama.
- Belewens dat protagonis “swaarkry” in lewensdrama en behoefte om protagonis te red, telkens gevolg deur besef van magteloosheid. Gevoel dat groeplede van hulp was eerder wanneer self aan drama deelgeneem het sodat protagonis deur situasie kon beweeg en nie wanneer groeplede protagonis uit situasie “red” of wegneem nie.
- Terugval op eie lewensituasie deur dubbel - eie lewensdrama van dubbel word by situasie betrek. Kan as dubbel ‘n ander hulp-ego bystaan om protagonis se emosie na vore te bring deur by te dra tot die werklikheid van die ervaring vir die protagonis.
- Afluitingsfase gaan oor kommunikasie van ondersteuning en begrip aan protagonis.
- Psigodrama van ander ook betrekking op hulp-ego se lewe. Ervaar ook emosionele bevryding na afloop van psigodrama.
- Intensiteit van psigodrama word gelykgestel aan intensiteit van probleem: hoeveelheid energie wat in probleem geïnvesteer word, word ook in die psigodrama geïnvesteer.
- Rolomruiling dwing groeplid om ondersoek in te stel na psige van karakter wie se rol hy speel. Moet siening van persoon heroorweeg.
- In antisipasie van moontlik protagonis wees, ervaar groeplid vrees. Weier proses van protagonis wees en stuit proses vir haar uit antisipering van die invloed wat dit sal hê bv. dat ander haar sal bejammer en uit die oortuiging dat ander nie ten volle sal begryp nie en dat hulle haar privaatheid sal binnedring.
- As hulp-ego vind proses binne groeplid plaas waar opponerende emosies versoen moet word. Kry nie gevoel van “oorneem van persoonlikheid” soos wanneer protagonis met antagonis rolle omruil nie. Kan rol met emosie van antagonis speel en steeds protagonis se emosie en kognisies verstaan.
- Na afloop van drama is gevoel dat protagonis selfvertroue opgebou het deur loop van drama en dat sy opregte en baie persoonlike emosies en ervarings met groeplede kon deel.
- Vir gehoorlid lyk dit na ‘n leerproses waar bv. nuwe vaardighede aangeleer word, inligting oor die self en die antagonis(te) aan die protagonis bekend word (wat voor die drama nie bekend was nie). Proses wat op emosionele vlak afspeel het dus kognitiewe effek ook.
- Groter emosionele betrokkenheid as ervaring/tema met protagonis deel.
- Neem rol van karakter (as hulp-ego) op kognitiewe vlak aan, hoef nie emosioneel betrokke te wees om rol te kan speel nie.
- Herbeleving van emosie wat met situasie van lewensdrama gepaard gegaan het. Beskrywing van die ervaring vind vir protagonis op emosionele vlak plaas.



- Na afloop is verligting teenwoordig wat gekoppel word aan die feit dat die lewensituasie aan groeplede bekend is.
- Rolomruiling van protagonis met antagonis behels konfrontering met realiteit van antagonis se emosie, gedrag en motiewe, maar insig daarin volg nie noodwendig nie.
- Gee van simbole is proses waardeur emosies vergestalt word. Mees prominente gevoel wat jeens 'n persoon of situasie ervaar word, kry fisiese teenwoordigheid en groeplid kan dit direk konfronteer. Wek 'n sin van werklikheid en bring lewensdrama in hier-en-nou.
- Voorstelling van karakters, opstel van toneel en selfaanbieding bring verandering vir protagonis. Lewensdrama kom in hier-en-nou in.
- Ondersteuning wat tydens afsluitingsfase gekommunikeer word, bring vertrouwe in ander. Besef van gedeelde ervarings vind plaas.
- Na verkiesing as protagonis is groeplid senuweeagtig, bang, liggaam voel lam.
- In opwarming begin losmaking van emosie - opwarming dus beginpunt van die proses.
- Bangheid aan begin van drama nie net van toepassing op protagonis nie, ook waar vir ander groeplede. Verder gevoel van deurmekaarheid teenwoordig. Aan begin reeds ervaring van empatie met protagonis.
- Aanneem van rol verg inspanning, aanvanklik moeilik, soos in rol inkom begin karakter duideliker raak omdat hy deur die lewensdrama meer bekend raak.
- Drama laat groeplid met gevoel van oorweldiging en verwarring. Emosionele impak was groot. Voel dat ervaring waardevol vir protagonis was.
- Openbaring van intensiteit van 'n ander se probleem skrikwekkend vir mede-groeplid.
- Bang vir onkontroleerbaarheid van eie emosie. Deel van proses: uitspeel van emosie wek vrees, behoefte om daardie emosie aan bande te lê.
- Bewuswording van aard en intensiteit van ander se gevoel. Proses van inlewing, nie net in ander karakters nie, maar ook in situasie van protagonis.
- Prominent is die deel van emosie en die verligting wat dit bied.
- Inlewing in situasie van protagonis en bevredigend om deel te hê aan proses wat as waardevol vir protagonis beskou word.
- Toename in intensiteit van proses na einde.
- Bou op na punt waar gevoel meer intens is.
- Raak meer persoonlik betrokke.
- Impak op persoonlike situasie deurdat deelname in rol van hulp-ego raakpunte met eie situasie aksentueer.
- Gebrek aan belangstelling, onwilligheid, intensiteit van emosie laag aan begin.
- Met aanneming van rol, d.w.s fisiese betrokkenheid by aksie, verhoog emosionele betrokkenheid. Emosionele intensiteit en betrokkenheid hoog by punt van katarsis.
- Opregte ervaring van emosie van karakter deur hulp-ego - hoe hoër identifikasie met en inlewing in 'n rol, hoe hoër intensiteit van emosionele betrokkenheid. Verhoog ook begrip van situasie en empatie met



protagonis. Weens aanklank by tema van psigodrama kry hulp-ego ook insig in haar eie situasie.

- Intense emosionele ervaring van hulp-ego nie net betrekking op situasie van protagonis nie, maar - weens identifikasie met tema - ook betrekking op eie lewensituasie.
- Besef van eie magteloosheid wanneer probeer om as buitestaander die protagonis se situasie te verander.
- Moet kan oorgang maak van werklikheid na fantasie-vlak en fantasie in hier-en-nou as “werklikheid” beleef.
- In afsluiting word daar gevra vir selfopenbaring.
- Universaliteit van protagonis se ervaring in afsluiting sigbaar.
- Potensiaal van groeplid om “negatiewe” emosie te tolereer beïnvloed houding jeens psigodrama.
- Proses van identifikasie met protagonis as gedeelde ervaring uitgespeel word.
- Aksie-metode gemakliker manier van selfuitdrukking as suiwer verbale metode. Opwarming inleiding tot aksiegerigheid van res van proses.
- Tesame met selfopenbaring in afsluitingsfase kom herbelewing daarvan.
- Aan einde van proses is gevoel van verwarring en onsekerheid oor eie situasie, gedagtes en emosie teenwoordig - invloed van psigodrama op hulp-ego’s se eie lewensituasie word sigbaar.
- Bewustheid van werklikheid van ervaring. Die brug tussen spel en werklikheid het hoogtepunt tydens ervaring van katarsis. Laat groeplid aan einde met gevoel van verligting en dat probleem meer hanteerbaar is. Herbelewing van situasie in hier-en-nou vir groeplid ‘n terapeutiese belewenis.
- Rolomruiling bring nuwe perspektief op hoe ander die gedrag van die protagonis ervaar.
- Opstel van toneel bring lewensituasie in hier-en-nou en verhoog betrokkenheid en inlewing.
- Inlewing in situasie van protagonis bring ook herbelewing van emosie in verhouding tot eie lewensituasie deurdat sekere ervarings met protagonis gedeel word.
- Inlewing ook moontlik as gehoorlid.
- Onbewus van intensiteit van beleefde emosie tot in psigodrama daarmee gekonfronteer is.