

HOOFSTUK 6

BESPREKING VAN RESULTATE

6.1. INLEIDING

In die navorsingsprosedure (Hoofstuk 4) is op die volgende metodes gefokus ten einde die studie te rig en te kan bepaal hoe effektief groepsterapie is in die hantering van adolessente se belewenisse van roumart:

- 1) Persoonlike vraelys
- 2) Beck- Depressieskaal
- 3) Tematiese Appersepsie Toets
- 4) Prosesnotas

6.2 ALGEMENE INTEGRASIE VAN RESULTATE

In die gegewens uit die navorsingsresultate verkry, volgens individuele ervarings voor die groepsterapeutiese program, blyk dit dat die volgende emosies en temas veral by adolessente teenwoordig was: gevoelens van ongelukkigheid, moedeloosheid, depressie, hartseer, alleenheid, onvermoë om die eise in die omgewing te hanteer, intense gevoelens van verliese gely en 'n gemis, skuldgevoelens, teleurgesteldheid, 'n neiging om seergevoelens te onderdruk en/of te ontken, 'n tendens om intense gevoelens nie met ander te deel nie en van interpersoonlike verhoudings te onttrek, magteloosheid met 'n besef dat die lewe moet aangaan en hy/sy sin in die gebeure moet vind, vrae rondom die dood en 'n neiging om te rasionaliseer en te verdedig teen intense emosies van rou. Hierdie gevoelens korreleer met inligting uit die literatuurstudie verkry soos aangedui in hoofstuk 2.

Die rouproses is deur middel van 'n groepsterapeutiese program geïnisieer en gefasiliteer. Die volgende tema's was veral kenmerkend in die onderskeie sessies:

Sessie Een: Temas wat na vore getree het, (en dus 'n refleksie op die rouproses kan wees) was: hartseer, skuldgevoelens, katarsis, onttrekking in interpersoonlike verhoudings en isolasie, asook die onregverdigheid van die lewe met die afsterwe van die betekenisvolle ander (“hoekom?”-vrae).

Sessie Twee: Die volgende temas het veral uitgekóm: spanning, aggressie, hartseer, katarsis en verhoogde groepskohesie namate lede mekaar begin vertrou.

Sessie Drie: Sessie Drie bou hierop voort met: wegbeweeg van groepdoelwitte, gevoelens van verligting van emosies na die vorige sessie, hartseer, alleenheid, leegheid en pyn, gemis, opstand en aggressie, selfontbloting asook vrae na die sin in die gebeure.

Sessie Vier: Die verloop van gevoelens in Sessie Vier verskuif na temas van gevoelens van skuld, die lewe na die dood; oor Christenskap, Godsbeleving, geloofsekerheid en God se rol in die rouproses. Katarsis, aggressie en woede kom ook voor.

Sessie Vyf: Beklemtoning van die volgende temas: gevoelens van empatie, meegevoel en begrip vir mekaar, verhoogde intimiteit en groepskohesie, asook terminering en afskeid (van die betekenisvolle afgestorwene en ook die groep).

Sessie Ses: Sessie Ses het gehandel rondom die aanvaarding van die rouproses, eie gevoelens en die waarde van die groepsessies vir elke lid, die waarde van nuwe vriendskappe wat gevorm is en gemotiveerdheid om sonder die afgestorwene met die lewe voort te gaan.

Individuele temas wat gedurende die groepsproses en individuele rouproses voorgekom het, was: hartseer, skuld, onttrekking, ongemak met emosies, woede en/of aggressie, frustrasie, opstandigheid en geïrriteerdheid, alleenheid, moedeloosheid, depressie, leegheid, beheer verloor en 'n gevoel van magteloosheid, vertrou, geloof, verlange en hartseer.

Temas en emosies wat na die groepsterapeutiese program individueel teenwoordig was, was geloof as bron van ondersteuning, onvermoë om die eise van die omgewing alleen suksesvol te hanteer, gevoelens van bedruktheid en moegheid, moedeloosheid, teleurstelling, onsekerheid oor die toekoms, gevoelens van hartseer, rou en verdriet wat lei tot interne selfmutilasie, gevoelens van hartseer en ontsteltenis, 'n emosionele wegbeweeg van mense as beskermingsmeganisme, lae selfkonsep en 'n gedwonge berusting by onveranderbare omstandighede.

6.3 BESPREKING VAN RESULTATE AAN DIE HAND VAN GEFORMULEERDE NAVORSINGSVRAE

Die vrae soos aangedui in Hoofstuk 4 was die volgende

- * Hoedanig beïnvloed groepsterapie die emosionele verliese van adolessente in rou?
- * Hoedanig kan groepsterapie bydra tot die konstruktiewe vermindering van gevoelens van rou, verlies en gepaardgaande depressie by adolessente?
- * Hoedanig kan groepsterapie bydra tot adolessente se hernude ingesteldheid op hoop en die toekoms?

Uit die gegewens soos verkry uit die Beck Depressieskaal en die prosesnotas, blyk dit dat daar 'n algemene verskuiwing was in die groep as geheel se belewenisse: weg van intense gevoelens van verlies na 'n beter aanvaarding daarvan.

Die Beck Depressieskaal se voor- en na-tellings sien soos volg daaruit:

TABEL III: VERGELYKING VAN VOOR- EN NA-TELLINGS OP DIE BECK DEPRESSIESKAAL

	VOOR-TELLING	NA-TELLING	ONTLEDING
Groeplid I: Joan	6	3	Bly laag gemiddeld hoewel tellings 'n afname toon
Groeplid II: Roux	12	5	Verlaag vanaf matig na laag depressief
Groeplid III: Susan	19	10	Verlaag vanaf hoog/matig na matig depressief
Groeplid IV: Marie	9	12	Neem toe van laag na matig depressief
Groeplid V: Tarien	16	7	Verlaag van matig na laag depressief
Gemiddeld vir groep	12,4	7,4	Afname in gevoelens van depressiwiteit vir groep as geheel

Uit Tabel III blyk dit dat daar drie groeplede is wat laag op die na-telling meet, teenoor twee op die voor-telling. Die drie se na-telling is ook laer as die van die voor-tellings. Een lid se telling het wel gestyg vanaf 9 na 12 (Groeplid IV).

Die redes vir Groeplid IV, Marie, se styging van laag na matige depressie, kan aan verskeie faktore toegeskryf word. Die tema van "onregverdigheid" kom by haar voor, wat manifesteer in 'n onttrekking van ander en moontlike verwerping (onder andere deur haar vader). Hoewel sy haar gevoelens verbaliseer, wissel sy interpersoonlik vanaf nabyheid na afgetrokkenheid. Geloofsekerheid is wel daar, hoewel godsdiens moontlik ingespan word om te verdedig teen selfontbloting en die deurwerk van intense emosies. Op dié wyse word haar gevoelens van "onreg"

en aggressie byvoorbeeld nie aangetas nie. Dit dra by tot hulpeloosheid en haar wantroue teenoor andere (5.5.4. - Hoofstuk 5). Op die na-meting van die persoonlike vraelys, het sy ook aangedui dat sy nie verligting van gevoelens van aggressie in die program ervaar het nie (5.8.4. - Hoofstuk 5).

Aan die ander kant kan die telling van Marie, wat toegeneem het van laag na matig, nie gesien word as 'n betekenisvolle verswakking in haar emosionele belewenisse nie. Sy toon wel tekens van en pogings tot interaksie en is bereid om gevoelens te openbaar, hoewel sy aanspraak maak op haar individualiteit eerder as dat sy "deel van" die groep voel (sien Sessie Een).

Uit haar persoonlike vraelysgegewens (4.8.4. - Hoofstuk 4) is daar tekens van verwyderde gesinsverhoudings; daarenteen word waarskynlik van haar verwag om 'n rolmodel te wees (sy is 'n kampspanleier) met die sosiale "verpligting" om nie te selfontbloot of deursigtig te wees nie. Verder blyk dit dat sy 'n romantiese idee het waarmee sy haar probleme wil hanteer: "om te kan vlieg en bo probleme uit te styg" - sien 4.8.4. - Hoofstuk 4)

Haar T.A.T. se voor- en na-interpretasies blyk redelik dieselfde soort interpersoonlike dinamiek te vertoon, maar het selfs 'n afname in inhoud getoon. Dit is moontlik te wyte aan 'n bewuswording van die betekenis van haar gevoelens en terselfertyd 'n poging om beheer daaroor te verkry, met 'n gepaardgaande "ondertoon" van depressie (sien 5.6.4. - Hoofstuk 5).

Al die ander lede se tellings op die Beck Depressieskaal het verlaag. Die totale gemiddelde van die groep as geheel het van matig na laag gedaal. Hierdie verlaging verteenwoordig 'n vyf punt verlaging in die algemene gevoelsvlak van die groep as geheel. Dit kan aan die volgende faktore toegeskryf word:

- Wanneer die ontwikkeling van groepsdinamiek vanaf sessie een tot sessie ses gevolg word, blyk dit dat groepskohesie toegeneem het en dat die norme van interpersoonlike leer, selfontbloting, sosiale omgang en belewenisse van onderdrukte emosies (deur middel van katarsis), kragtige meewerkers in die handhawing van kohesie was.

- Die rol van die groepleier (terapeut) het daarbenewens aan die eenkant toegelaat dat lede self verantwoordelik moes optree, maar aan die ander kant genoeg struktuur, ondersteuning en persoonlike deursigtigheid geskep, om die groep in 'n konstruktiewe genesende rigting te laat ontwikkel.
- Faktore wat verder (soos wat die kohesie in die groep ontwikkel het) in die prosesnotas na vore getree het, is dié van vertroue en interpersoonlike ondersteuning, asook verskerping in godsdienstelewenis. Die persoonlike vraelyste na die groepsterapeutiese program bevestig in die meeste gevalle 'n beweging "na mense toe" en 'n verdieping in godsdienstelewenisse. Dit kan saamgevat word onder twee temas, naamlik dié van hoop en dié van vertroue in die toekoms. So 'n drastiese psigiese skuif van wantroue en hopeloosheid na vertroue en hoop getuig van 'n redelike mate van emosionele genesing wat plaasgevind het.

Hierdie gevolgtrekking word bevestig deur die feit dat die aanvanklike tema van selfmoord, ongeag die feit dat groter emosionaliteit en interpersoonlike intimiteit ervaar is, nie in die laaste vier sessies van die groepsinteraksie na vore gekom het nie.

Sonder om op elke individuele lid se tellings en groepsinteraksies in te gaan, kan in die geheel gesê word dat vier van die vyf groeplede, veral soos geïllustreer deur die Beck Depressieskaal, afnames in hul gevoelens van depressie beleef het. Dit word ook matig onderskryf deur die voor- en na-interpretasies van die T.A.T. en persoonlike vraelyste.

Die slotsom wat bereik word, is dat:

- 1) Groepsterapie die emosionele verliese van adolessente in rou beïnvloed,
- 2) groepsterapie bydra tot die konstruktiewe vermindering van gevoelens van rou, verlies en gepaardgaande depressie by adolessente, en
- 3) groepsterapie bydra tot 'n adolessent se hernude ingesteldheid op hoop en die toekoms.

In die volgende hoofstuk gaan gepoog word om verskeie riglyne vir 'n groepsterapeutiese program gerig op adolessente in 'n rouproses, neer te lê.

HOOFSTUK 7

RIGLYNE VIR 'N GROEPSTERAPEUTIESE PROGRAM

7.1. INLEIDING

In Hoofstuk 4 word die volgende ook as doelwit met die navorsing gestel: Watter prosedures, aksies en temas voortspruitend uit die navorsingsresultate kan veralgemeen word en tot riglyne vir effektiewe groepsterapie met adolessente in rou, gereduseer word?

Op grond van hierdie vraagstelling is die resultate, soos verkry deur die persoonlike vraelys, die Beck Depressieskaal, die T.A.T. en die prosesnotas, bespreek. In hierdie hoofstuk word dié resultate, tesame met kliniese gegewens en navorsingsresultate soos weergegee in die literatuurstudie (Hoofstukke 2, 3 en 4), tesame met die bespreking van die resultate (Hoofstuk 6), geïntegreer. Die doel hiervan is om riglyne vir 'n groepsterapeutiese program vir adolessente in rou daar te stel.

7.2. GEGEWENS UIT DIE LITERATUURSTUDIE

In Hoofstuk 3 word sekere vereistes volgens Ramos en Richmond (1991) vir groepsterapie gestel, naamlik,

1. dat die groepterapeut 'n sterk verhouding moet kan bou en onder andere empatie en groepskohesie moet kan bevorder;

2. selektief persoonlike gevoelens met die groep moet kan deel (wat ooreenstem met Yalom (1995) se begrip van deursigtigheid).

Uit die prosesnotas blyk dit dat die groepterapeut ten alle tye bewus is van die krag van haar interaksies met die groeplede (reëls 533-539) en dat sy haarself ook ten opsigte van die deel van haar gevoelens, blootstel (Sessie Vier).

Hiermee word as eerste riglyn gestel dat die verhouding van die groepterapeut met die lede van die groep van primêre belang is.

Wat die adolessente-groep betref, meen Ramos en Richmond (1991) dat:

1. wantroue in die beginfase van die groep sal bestaan, as 'n toets vir die terapeut, of hy/sy die intensiteit van gevoelens wat ontbloot sal word, kan hanteer;
2. weerstand teen insette van die groepterapeut sal plaasvind om die groepsgrense, veral soos gestel deur die groepterapeut, uit te daag en te toets;
3. ambivalente gevoelens in die groep sal manifesteer omrede daar 'n vrees is vir selfontbloting, en
4. vrese vir intimiteit verdedigende houdings tot gevolg kan hê.

Wanneer die prosesnotas nagegaan word, blyk dit dat adolessente veral in die eerste fase van die ontwikkeling van die groep, wantrouig en onseker is. Mettertyd, soos wat die groep ontwikkel, verskuif ambivalente gevoelens na groter openheid en vind selfontbloting plaas.

Op grond hiervan kan as tweede riglyn gestel word die sensitiewe hantering van self (van die terapeut) in verhouding tot die geleidelike selfopenbaring en gevoelens van die groeplede.

Sekere tegnieke blyk van waarde te wees. Rutan en Stone (1993) (sien Hoofstuk 3) se gedagte dat die termineringsfase van die groep as 'n tegniek waardevol kan wees vir die verwerking van gevoelens van verliese en rou, is hier ter sprake. In die studie is die verband tussen die terminering van die groep (wat 'n meer sosiale gees gehad het) en die groep se gevoelens van verliese en rou nie ten volle benut nie. Daarteenoor het ander tegnieke soos die leer-mekaar-kenoefening in die beginfase, die "guided-imagery"-tegniek en selfs die voor- en na-metings, veral van die T.A.T. gepas binne die groepsproses en konstruktiewe interaksies bevorder (sien Sessie Een, Vyf en Ses).

As derde riglyn word die gebruik van spesifieke tegnieke aanbeveel. As vereiste kan gestel word dat die tegnieke in die konteks en ontwikkeling van die groep moet pas en nie die natuurlike groepsdinamika moet versteur nie.

Beyers (1979) se navorsing stel dat die populasie ook in die samestelling van die groep in ag geneem moet word (sien Hoofstuk 3). In 'n studie wat uit 'n adolessente-populasie saamgestel word, moet die take van die fase van adolessente-ontwikkeling (sien Hoofstuk 2) deeglik in ag geneem word. Gegee die sensitiewe ontwikkeling - veral dié van seksualiteit - is dit waarskynlik dat enkelgeslag-groepe tydens adolessensie meer effektief sal funksioneer en tot groter kohesie sal lei as groepe waar beide geslagte teenwoordig is. Veral in die proses van identiteitsvorming (sien Erikson, Hoofstuk 2) is dit onwaarskynlik dat jong seuns en meisies hul gevoelens van pyn en verdriet met mekaar sal deel en kan enkelgeslag-groepe waarskynlik groter intimiteit van gevoelens tot gevolg hê.

In dié studie was daar een manspersoon saam met vier meisies in groepsterapie. Hoewel dit nie geblyk het dat dié faktor van beide geslagte belemmerend op die proses ingewerk het nie, kan saamgestem word met die gedagte dat adolessente in groepe waar intense gevoelens na vore sal kom, waarskynlik groter skugterheid en onsekerheid sal openbaar as wanneer beide geslagte teenwoordig is.

Die vierde riglyn wat voorgestaan kan word, is dus dat adolessente-groepe verkieslik uit lede van dieselfde geslag saamgestel behoort te word.

‘n Verdere aspek wat uit die literatuur en die navorsing indirek na vore gekom het, is dié van die konteks. Die konteks in die geval van die navorsing was dié van ‘n Christelike Hoërskoolkamp. Die onderwerp van dié studie het ondersteuning gevind in ‘n konteks waar die norme van die Christelike geloof gehandhaaf is (sien Sessies Vyf en Ses). Aan die ander kant kon dié konteks die ontbloting van intense gevoelens soos woede (veral teenoor die afgestorwene en teenoor die Opperwese) belemmer het. Dit blyk veral dat die groeplede en die groepterapeut die moontlikheid dat hierdie gevoelens in die groep teenwoordig was, nie ondersoek of erken het nie.

Die vyfde riglyn is dat die konteks en die aard daarvan deeglik verreken moet word in die ontwikkeling van die groep. Groepskonteks moet sover as moontlik nie die norme wat in die groep mag ontwikkel, vertraag of verhoed nie.

Ander riglyne wat kan geld vir groepsterapie met adolessente in rou en soos blyk uit die resultate, is die faktore soos gestel deur Yalom (1995), veral:

- **die installering van hoop,**
- **universaliteit,**
- **interpersoonlike leer, en**
- **groepskohesie.**

Ten slotte kan gestel word dat hierdie riglyne nie as absolute vereistes gesien moet word nie. Soos wat Beyers (1979) in sy navorsing rapporteer, is die effektiwiteit van groepsterapie afhanklik van ‘n interaksiefaktor, naamlik dié tussen die terapeut, sy/haar handeling (en tegnieke) en die spesifieke groep wat vir terapie saamgestel is.

HOOFSTUK 8

EVALUERING, KRITIESE BESPREKING EN AANBEVELINGS

8.1. INLEIDING

Die evaluering, kritiese bespreking en aanbevelings wat in hierdie hoofstuk bespreek word, is gebaseer op bestaande literatuur, asook die subjektiewe kliniese waarnemings van die navorser. Verskeie aanbevelings vir toekomstige navorsingstudies en groepsterapeutiese programme, gerig op adolessente in 'n rouproses, word ook bespreek.

8.2. EVALUERING EN KRITIESE BESPREKING

Daar is heelwat positiewe en negatiewe kritiek wat op die groepsterapeutiese program gelewer kan word. Die idee van 'n groepsterapeutiese program vir adolessente, het 'n positiewe uitwerking gehad op die lede se bereidwilligheid om interpersoonlike verhoudings te sluit. In die groep kon hulle identifiseer met 'n rolmodel en ook van mekaar leer en mekaar ondersteun. Deur die rouproses te deel en saam rou-gevoelens te ervaar en deur te werk, het elke lid nuwe sin en betekenis in sy/haar gevoelens gevind. Hierdie resultate stem ooreen met dié in die literatuur (Hoofstuk 2 & 3).

Groepsterapie vind plaas as individue in interaksie met mekaar is en mekaar beïnvloed na 'n terapeutiese doelstelling. Dit was wel met dié program die geval. 'n Groepservaring werk teen gevoelens van isolasie en bevorder genesende psigologiese ontwikkeling na volwassenheid. Vrae rondom die dood en die sin in die lewe is ook in die groep aangespreek en lede kon mekaar help soek na sin en betekenis in hulle ervarings, en ook in hul lewens en toekomsverwagtings.

Ramos en Richmond (Hoofstuk 3) dui sekere vereistes vir 'n groep aan soos toegepas in die groepsterapeutiese prosedure. Die terapeut het die rouproses gefasiliteer en waar moontlik die kriteria wat MacKenzie (Hoofstuk 3) vir 'n terapeutiese groep daargestel het, gevolg. Die terapeut het in die meeste gevalle gepoog om dadelik aan die gevoelens wat ter sprake gekom het, aandag te gee (Sessies Twee & Drie). In 'n groot mate was die groep 'n "veilige hawe" waar lede intense gevoelens van rou en smart kon deel. Verder het die terapeut 'n mate van struktuur neergelê, maar steeds vryheid gegee.

Alhoewel dit met tye in die groep geblyk het dat die terapeut te dominant was, het sy pogings aangewend om die groep te betrek en interaksie met mekaar te bevorder (r.533-539). Sessie Vier was 'n emosioneel intense sessie en die terapeut het daarby ingeskakel met aanvang van Sessie Vyf. Die ontspanningsoefening verlig nie net die psigiese ongemak in die groep nie, maar lê ook die platform vir die afsheidsritueel wat later in die sessie volg. Alhoewel die ritueel vir sommige lede prematuur in hul rouproses ingeforseer is, was dit binne die tydskonsep tog gepas. In reël 675 van die groepsessies bring die terapeut op 'n gepaste wyse die adolessente se Godservarings en geloofsbelewensisse rakende die dood in die rouproses en afskeid in. Dit vestig hoop en maak die hele belewenis meer konkreet en plaas die groepsterapeutiese sessies binne die norme en kultuur van die kampprogram (sien Hoofstuk 4).

Daar is verskeie geleenthede waar die terapeut nagelaat het om van die faktore soos deur Yalom (Hoofstuk 3) aangetoon, in die groep te bevorder. Kognitiewe leer het nie noodwendig op 'n katarsis gevolg nie (r.552) en skuldgevoelens is nie aktief reggestel nie. Die groepsterapeutiese program kon 'n sterker didaktiese onderbou gehad het, deur die lede meer oor die rouproses en die gepaardgaande afsheidsritueel in te lig. Op verskeie geleenthede het die terapeut nie emosies opgevolg of in diepte hanteer nie (r.620 & 622). Dit kon daartoe gelei het dat lede aggressief en verwerp gevoel het (r.143, 157, 407, 433, 468 & 469). Dit wil ook voorkom asof die terapeut in die groep ingetrek word en as klankbord tussen lede begin optree het, in 'n outoritêre en leidende rol. In reël 417 reflekteer die terapeut ontoepaslik op die groepsdinamiek. Sy is verder ook geneig om té interpreterend te wees, in stede daarvan dat sy die individu begelei tot selfinsig (r.450). Dit kan te wyte wees aan 'n sekere mate van onervarenheid by die terapeut, met betrekking tot die

toepassing van groepsterapeutiese metodes. 'n Mede-terapeut sou waarskynlik tot groter effektiwiteit en die uitkakeling van die pasgenoemde problematiek gelei het.

Hoewel die studie hoofsaaklik gefokus het op 'n kwalitatiewe wyse van navorsing (Hoofstuk 4), was dit sinvol om die Beck Depressie-vraelys en die persoonlike vraelys te gebruik. Aangesien depressie deel is van die rouproses (soos deur Kübler-Ross aangedui - sien Hoofstuk 2) en gevoelens van verdriet, moedeloosheid en isolasie, skuld, aggressie en selfverwyt insluit, gee die Beck Depressie-vraelys 'n weergawe van die individu se ervaring van bogenoemde gevoelens op 'n gegewe tydstip. Adollesente vind dit soms moeilik om hul gevoelens te herken en te verwoord (Beyers, 1997) en daarom vergemaklik die gebruik van die meetmiddel die taak. Soos by die gebruik van enige geskaleerde meetinstrument, is dit ook hier nodig om in ag te neem dat emosies en gevoelens subjektiewe ervarings is wat nie in 'n juiste skaalsyfer vasgevang kan word nie. Dit bied bloot maar 'n aanduiding van die teenwoordigheid van die individu se gevoelens.

Die persoonlike vraelys het gepoog om binne die konteks van 'n Christelike kamp en berowingsdroefheid, 'n benaderde bepaling van die adollesent se innerlike gevoelslewe en teenwoordigheid van sekere verdriet-emosies daar te stel. Selfs na 'n groepsterapeutiese program soos in die studie gebruik, kan dit steeds moeilik vir sommige adollesente wees om gemaklik oor hul emosies te gesels. Die vraelys bied dan 'n agterdeur vir die groeplid wat nie in die groep gemaklik genoeg gevoel het om eerlik oor sy/haar innerlike gevoelens te wees nie.

Bogenoemde twee vraelys is in 'n mate manipuleerbaar en daarom was dit sinvol om die T.A.T.-kaarte ook te gebruik. Aangesien dit 'n projektiewe tegniek is, gee dit 'n meer juiste weergawe van 'n persoon se innerlike maar ook uiterlike belewenisse van sy/haar wêreld. Die drie geselekteerde kaarte was dalk te min en kaarte soos 8BM en 2 kon ook gebruik word. Hierdie twee kaarte gee 'n aanduiding van gevoelens van onderliggende aggressie en die gerigtheid daarvan (kaart 8BM) asook gesinsverhoudings waaruit 'n geskatte prognose vir die vorming van interpersoonlike verhoudings en intimiteit in die verhoudings (kaart 2) afgelei kan word.

Die drie geselekteerde kaarte was spesifiek gerig daarop om gevoelens rondom verdriet te ontlok, maar ook toekomsgerigtheid en om die mate van aktiwiteit of passiwiteit in die hantering van eise in die omgewing te evalueer. Hierdie metings was sinvol om vas te stel of die adolessente psigiese skuiwe of verandering in idees en lewensgerigtheid ná die groepsterapeutiese program ervaar het.

Die ontwikkeling van riglyne vir 'n groepsterapeutiese program (Hoofstuk 7) kon gedurende die uitvoer daarvan meer konkreet in die ontwikkeling van die groepsproses van moment tot moment verreken word. 'n Waarnemersgroep sou die prosesse ook beter kon "lees" as slegs die navorser en sou met groter betroubaarheid riglyne kon aanbeveel.

8.3. AANBEVELINGS

'n Groepsterapeutiese program vir adolessente in die rouproses het genesende waarde. So 'n groep blyk semi-gestruktureerd te wees, dus moet die groepsterapeut al die gevoelens wat in die rouproses voorkom in gedagte hou en nie sekere emosies op die groep forseer nie. Hy/sy skep eerder 'n terapeutiese milieu waarbinne die individu emosies rakende sy/haar eie rouproses kan deurwerk. Die groep word dus as't ware 'n "veilige hawe" vir die deurwerk van eie rougevoelens binne 'n konteks van ondersteuning, maar teen die individu se eie pas en tyd. Dit beteken dat een lid van die groep aan sy/haar woede kan werk terwyl 'n ander by skuldgevoelens is. Die groep gee ruimte aan elke individu se ervarings. Die terapeut fasiliteer die groepsproses, maar ook die individuele rouproses. So 'n benadering verhoog die moontlikheid van suksesvolle deurwerking van verdrietgevoelens, aangesien dit realiteits en individueel gebonde is en nie sekere gevoelens op die individu afdwing waarvoor hy/sy nog nie gereed is nie. As gevolg van die verskeidenheid van emosies wat op die tafel land, gee dit aan elke lid opnuut die geleentheid om seker te maak dat al sy/haar gevoelens wel deurgewerk is. Verder sal dit sinvol wees as daar, indien moontlik, nie 'n rigiede tydsbeperking vir die aantal sessies geplaas word nie, maar eerder beplan word dat daar argumentsonthalwe, tussen ses na tien sessies sal wees.

Dit is belangrik dat die terapeut sal verseker dat die norme en faktore wat in 'n terapeutiese groep teenwoordig moet wees (Hoofstuk 3), duidelik bevorder word. Hierdie faktore versterk die groepskohesie en gee aan die lede die selfvertroue om hulself opnuut oop te stel vir interpersoonlike verhoudings en om persoonlike ervarings en emosies met ander te deel. In die lig van die feit dat adolessente in rou juis interpersoonlik onttrek, is 'n goeie korrektiewe groepservaring van kardinale belang vir gesonde en genesende psigologiese ontwikkeling.

Dit is verder belangrik dat 'n terapeutiese groep met adolessente in rou 'n didaktiese ondertoon sal hê, aangesien adolessente vanweë hulle ontwikkelingsfase emosioneel onstabiel en verward is, en konfrontasie met die dood en die verlies van 'n betekenisvolle ander die verwarrings net kan vererger. Didaktiek gee struktuur aan adolessente en help hul dus so om verdriet-emosies makliker te erken en te verwerk. Dit skep ook hoop en versterk 'n gevoel van universaliteit.

Die navorser is van mening dat individuele onderhoude voor die aanvang van die groepsproses eerder die proses vertraag as versterk. Individuele onderhoude is belangrik vir verdere ondersteuning buite groepverband, maar moet eerder 'n aanvang neem nadat die groepsproses begin het, indien nodig. Die navorser het gevind dat die meeste groeplede se intensste katarsis in die individuele sessies was, wat goed was vir 'n korrektiewe emosionele een-tot-een verhoudingservaring, maar wat dalk van groter waarde in die groepsopset sou gewees het. Die terapeut moet ook sensitief omgaan met verdere individuele onderhoude, aangesien dit in sommige gevalle die groepsproses kan vertraag en in ander gevalle dit weer verhaas.

'n Verdere aanbeveling is dat na afloop van sodanige program binne 'n sekere milieu (soos in kerkverband) die program met 'n enkele sessie of twee opgevolg kan word. Dit kan a) aanpassing by die realiteite van elkeen se eie wêreld monitor, b) nuwe gedrag wat na buite plaasvind, ondersteun, en c) die navorsingsresultate versterk deur opvolgmetings in vergelyking met die voor- en na-tellings te verkry.

Dit is goed om meetinstrumente soos die Beck Depressie-vraelys en persoonlike vraelyste voor en na die groepsterapeutiese program te gebruik, sodat 'n aanduiding verkry kan word van die adolessente se emosionele ervarings en moontlike veranderings nadat hulle die program deurloop

het. Dis egter in die navorser se opinie belangrik dat die afneem van die vraelyste verkieslik nie die tydsduur of aantal sessies beïnvloed en verkort nie.

Die gebruik van geselekteerde T.A.T.-kaarte word ook aanbeveel vir verdere emosionele evaluasies, veral ten opsigte van hoop en toekomsverwagtings.

Dit is verder die navorser se aanbeveling dat wanneer daar terapieë met berowingsdroefheid en verliese omgegaan word (oor die hele spektrum van menswees), dit met 'n gesindheid van "belese leerling" eerder as "leermeester" sal wees.

*Kleipotte wat maklik val en breek, het sagte teer hande nodig: hande wat doelgerig
meeleef in die proses van heelwording.*

- Outeur.