

BRONNELYS

Adams, J.F., (1980). Understanding adolescence: current developments in adolescent psychology. Boston: Allyn & Bacon.

Allport, G.W., (1961). Pattern and growth in personality. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Aveline, Mark & Dryden, Windy, (Eds). (1988). Group Therapy in Britain. Milton Keynes: Open University Press.

Azima, F.J.C. & Richmond, L.H., (1989). Adolescent Group Psychotherapy. Madison: International Universities Press.

Baker, Phillip., (1981). Basic Family Therapy. Great Britian: Granada Publishing Limited.

Balk, David E., (1991). Death and Adolescent bereavement: current research and future directions. Journal of Adolescent Research, 6(1), 7-27.

Balswick, Jack O. & Balswick, Judith K., (1991). The Family. A Christian perspective on the contemporary home. Grand Rapids: Baker Book House Company.

Barrell, James J., Aanstoos, Chris, Richards, Anne C. & Arons, Mike, (1987). Human science research methods. Journal of Humanistic Psychology, 27(4), 424-457.

Beekman, A.J. & Maillette de Buy Wenniger, W.F., (1989). De betekenis voor life-events in de anamnese en in het bijzonder het verlies van een ouder tijdens de puberteit. Tijdschrift voor Psychiatrie, 31(6), 381-391.

Berkovitz, I.H., (1989). Application of Group Therapy in Secondary Schools. In Fern J. Cramer Azima & Lewis H. Richmond (Eds). (1989). Adolescent Group Psychotherapy. (pp.99-124).

Beyers, D., (1979). Die bevordering van kohesie in terapeutiese groepe. Doktorale proefskrif. Bloemfontein: Universiteit van die Oranje-Vrystaat.

Beyers, D., (1985). Die Westdene-busramp. Rampsindroom: proses van hulpverlening. Pretoria: Derde Nasionale Sielkundekongres.

Beyers, D. & Vorster, C., (1991). Groepterapie en praktyk. Ongepubliseerde dokument. Johannesburg: Randse Afrikaanse Universiteit.

Beyers, D. (1997). Persoonlike mededeling. Pretoria: Universiteit van Pretoria.

Bowlby, J., (1980). Attachment and loss (3). London: The Hogarth Press.

Bratter, T.E., (1989). Group Psychotherapy with Alcohol and Drug Addicted Adolescents: Special Clinical Concerns and Challenges. In Fern J. Cramer Azima & Lewis H. Richmond (Eds.). (1989). Adolescent Group Psychotherapy. (pp.163-191). International Universities Press.

Cates, Jim A., (1986) Grief therapy in residential treatment: A model for intervention. Child Care Quarterly, 15(3), 147-158.

Cerney, Mary S., (1985). Imagery and grief work. The Psychotherapy Patient, 2(1), 35-43.

Coche, Judith, (1989). Consultation in group therapy with children and adolescents. Special issue: Variations on teaching and supervising group therapy. Journal of Independent Social Work, 3(4), 99-109.

Coleman, J.C., (1980). Friendship and the peer group in adolescence. In J. Adelson (Ed.). Handbook of adolescent psychology. New York: Wiley.

- Daley, Barbara S. & Koppenaal, Gerri, (1989). Training mental health clinicians to lead short-term psychotherapy groups in an HMO. In Karen Gail Lewis (Ed), (1989). Variations on Teaching and Supervising Group Therapy. London: The Haworth Press.
- De Villiers, F.M.J., (1985). Sterwensbegeleiding: 'n Christelike perspektief. Pretoria: N.G. Kerkboekhandel.
- Demp, Janet, (1989). Adolescent "survivors" of parents with AIDS. Family Systems Medicine, 7(3), 339-343.
- Denzil, Norman K., (1989). Interpretive biography. Qualitative Research Methods, 17, 26-49.
- Die Bybel., (1983). Nuwe Vertaling. Kaapstad: Bybelgenootskap van Suid-Afrika
- Egan, Gerard, (1994). The Skilled Helper. A problem-management approach to helping. (5th ed). California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Erikson, E.H., (1963). Childhood and society. (2nd ed.), New York: Norton.
- Frankl, V.E., (1959). Man's search for meaning: an introduction to logotherapy. Boston: Beacon.
- Frankl, V.E., (1969). The will to meaning: Foundations and applications of logotherapy. New York: World Publishing.
- Frederick, Calvin J., (1980). Drug abuse as indirect self-destructive behavior. In Edwin S. Shneidman (Eds). (1980). Death: current perspectives. (pp.520-532). California: Mayfield Publishing Company.
- Fromm, E., (1956). The sane society. London: Routledge & Kegan Paul.

Goldberg, J., (1989). Pastoral bereavement counseling. A structured program to help mourners. USA: Human Science Press.

Gouws, L.A., Louw, D.A., Meyer, W.F., & Plug, C., (1979). Psigologiese Woordeboek. Johannesburg: McGraw-Hill Boekmaatskappy.

Gray, Ross E., (1987). Adolescent Response to the Death of a Parent. Journal of Youth and Adolescence, 16(6), 511-525.

Harris, Emily S., (1991). Adolescent bereavement following the death of a parent: an exploratory study. Child Psychiatry and Human Development, 21(4), 267-281.

Horney, K., (1945). Our inner conflicts: A constructive theory of neuroses. New York: Norton.

Janov, Arthur, (1973). The primal scream. Great Britain: Abacus.

Johnson, Linda Russell, (1986). Growth through grief: a program for college students experiencing loss. Journal of College Student Personnel, 27(5), 467-468.

Joubert, Karen, (1993). Counselling the bereaved and the dying. Ongepubliseerde MA-skripsie. Universiteit van Pretoria.

Kaplan, Harold I., Sadock, Benjamin J. & Grebb, Jack A., (1994). Synopsis of Psychiatry. Behavioral Science Clinical Psychiatry. (7th ed). Baltimore: Williams & Wilkins.

Kübler-Ross, E., (1969). On Death and Dying. New York: Macmillan.

Lloyd, M.A., (1985). Adolescence. New York: Harper & Row.

Louw, D.A., (1990). Menslike ontwikkeling. Pretoria: HAUM-Tersiër.

- Louw, Daniël J., (1994). Illness as crisis and challenge. Guidelines for pastoral care. Halfway House: Orion Publishers.
- MacKenzie, Roy K., (1990). Introduction to Time-limited Group Psychotherapy. Washington: American Psychiatric Press.
- Martinson, Ida M. & Campos, Rosemary G., (1991). Adolescent bereavement: Long-term responses to a sibling's death from cancer. Special Issue: Death and adolescent bereavement. Journal of Adolescent Research, 6(1), 54-69.
- Maslow, A. H., (1968). Toward a psychology of being. Princeton: Van Nostrand.
- Meshot, Christopher M. & Leither, Larry M., (1993). Adolescent mourning and parental death. Omega Journal of Death and Dying, 26(4), 287-299.
- Meyer, W.F., Moore, C. & Viljoen, H.G., (1988). Persoonlikheidsteorieë van Freud tot Frankl. Johannesburg: Lexicon Uitgewers.
- Mishne, Judith, (1992). The grieving child: Manifest and hidden losses in childhood and adolescence. Child and Adolescent Social Work Journal, 9(6), 471-490.
- Mufson, Toni, (1985). Issues surrounding sibling death during adolescence. Child and Adolescent Social Work Journal, 2(4), 204-218.
- Muller, J.C., (1991). Grafika as hulpmiddel in die pastorale gesprek. Skrif en Kerk, 12(1), 54-63.
- Neuman, P.A. & Halvorson, P.A., (1983). Anorexia Nervosa and Bulimia. A Handbook for Counselors and Therapists. New York: Van Nostrand Reinhold Company.
- Noppe, Lloyd D. & Noppe, Illene C., (1991). Dialectical Themes in Adolescent Conceptions of Death. Journal of Adolescent Research, 6(1), 28-42.

Nyberg, V. & Griffiths, J., (1978). Shared Grieving. Bereavement Papers. The Family and Welfare Association., (pp.27-36). London: E.E. Owens & Co.

Oates, Wayne E., (1976). Pastoral Care and Counseling in grief and seperation. Philadelphia: Fortress Press.

O'Brien, John M., Goodenow, Carol & Espin, Oliva, (1991). Adolescents' reactions to the death of a peer. Adolescence, 26(102), 431-440.

Oltjenbruns, Kevin Ann, (1991). Positive outcomes of adolescent' experience with grief. Journal of Adolescent Research, 6(1), 43-53.

Parkes, C.M., (1973). The broken heart. In Edwin S. Shneidman (Eds). (1980). Death: current perspectives. (pp.222-232). California: Mayfield Publishing Company.

Podell, Craig, (1989). Adolescent mourning: the sudden death of a peer. Clinical Social Work Journal, 17(1), 64-78.

Rachman, A.W., (1989). Identity Group Psychotherapy with Adolescents. In Fern, J. Cramer Azima & Lewis, H. Richmond (Eds). (1989). Adolescent Group Psychotherapy. (pp.21-42). International Universities Press.

Ramos, Nereyda & Richmond, Alvin H., (1991). Adolescent group therapy in an inpatient facility. Special Issue: Child and adolescent group psychotherapy. Group, 15(2), 81-88.

Reber, Arthur S., (1978). The Penguin Dictionary of Psychology. New York: Penguin Books.

Ridgeway, Cecilia L., (1983). The dynamics of small groups. New York: St. Martin's Press.

Rogers, C.R., (1961). On becoming a person. A therapist's view of psychotherapy. London: Constable.

Rogers, Carl R., (1970). Encouter Groups. Great Britain: The Penguin Press.

Rosen, Helen, (1991). Child and adolescent bereavement. Child and Adolescent Social Work Journal, 8(1), 5-16.

Rutan, Scott J. & Stone, Walter N., (1993). Psychodynamic Group Psychotherapy. (2nd ed.). New York: The Guilford Press.

Saffer, Jerry B., (1986). Group therapy with friends of an adolescent suicide. Adolescence, 21(83), 743-745.

Schachter, Sherry, (1991). Adolescent experiences with the death of a peer. Omega Journal of death and dying, 24(1), 1-11.

Schulz, R., (1978). The Psychology of death, dying, and bereavement. London: Addison-Wesley Publishers.

Schwartz-Borden, Gwen, (1986). Grief work: prevention and intervention. The Journal of Contemporary Social Work: Social Casework, 67(8), 499-505.

Seamands, David A., (1981). Healing for damaged emotions. England: Scripture Press.

Shneidman, Edwin S., (1973). Death work and stages of dying. In Edwin S. Shneidman (Eds). (1980). Death: current perspectives. (pp.305-310). California: Mayfield Publishing Company.

Shneidman, Edwin S., (1973). Suicide. In Edwin S. Shneidman (Eds). (1980). Death: current perspectives. (pp.416-434). California: Mayfield Publishing Company.

Stone, Howard W., (1993). Crisis Counseling. Minneapolis: Fortress Press.

Sullivan, H.S., (1956). Clinical studies in psychiatry. New York: Norton.

Tesch, Renata, (1990). Qualitative Research: Analysis Types and Software Tools. London: The Falmer Press.

Teyber, E., (1992). Interpersonal Process in Psychotherapy. A Guide for Clinical Training. California: Wadsworth.

Visser, C., (1992). Gesinsterapie as ortopedagogiese hulpverlening na die dood van 'n ouer. Ongepubliseerde MA-skripsie. Universiteit van Pretoria.

Yalom, Irvin D., (1995). The Theory and Practice of Group Psychotherapy. (3d ed). New York: Basic Books Inc.

Yancey, Phillip, (1988). Disappointment with God. New York: HarperCollins Publishers.

Zarb, J.M., (1992). Cognitive-Behavioral Assessment and Therapy. New York: Brunner/Mazel Inc.

AANHANGSEL A: KAMPREGISTRASIEVORM

Naam _____ Van _____
Noemnaam _____ Kerkverband _____
Gemeente _____ Ouderdom _____
Adres _____
_____ Poskode _____
Beroep (Pa) _____ Beroep (Ma) _____
Jou toekomstige beroep _____
Hoeveel kinders in gesin? _____ Hoeveelste is jy? _____
Spannaam _____ Radix _____
Jou verhoudingstatus: _____ Hoeveel keer moet die bus
voëlvry/gekys/onwettig verloof _____ stop? _____
Is jy bang? _____
Gaan jy op 'n vakansie of gaan jy op 'n kamp? _____
Ek wonder of ek _____

Ek dink die gaan/moet _____

My belangstellings/stokperdjies is _____

My ouers is gelukkig/ongelukkig getroud; geskei; vervreem.
Indien: geskei sedert _____ vervreem sedert _____
Ek bly by _____
My verhouding met die Here is _____

Ek is seker/onseker van my redding _____
Ek het 'n persoonlike vriend/vriendin/vertroueling met wie ek oor enige iets kan gesels (Ja/Nee)
Ek het sommer baie vriende (Ja/Nee)

Vriende het my al teleurgestel (Ja/Nee)

Hoe?

Ek vertrou nie sommer ander nie (Ja/Nee)

Ek het van my vriendskappe verbrou/verloor (Ja/Nee)

Hoe?

Ek het al iemand aan die dood afgestaan (Ja/Nee)

Indien ja: Wie?

Wanneer?

Op watter wyse?

Ons verhouding was

Ek was/was nie op die begrafnis

Ek wens ek kon

Wat my die blyste maak is

Antwoord “ja” of “nee”

Ek wonder of die kamp lekker gaan wees

Ek is bekommerd oor die mense wat ek die week by die huis agter laat

Ek hou van lang registrasievorms

Ek wens dit was die laaste vraag op die registrasievorm

Ek dink hierdie is die laaste vraag

Was jou vorige antwoord korrek?

Ek het elke vraag eerlik geantwoord

Handtekening

Datum

AANHANGSEL B: VERBATUM VAN DIE GROEPSESSIES

B.1. GROEPSESSIE EEN

1. Terapeut: Welkom by die groepsessies. In die groepsessies is dit wat jy insit, dit wat jy gaan uitkry. Dis
2. soos wanneer jy inkopies gaan doen, wat jy in jou mandjie laai is waarmee jy huis toe gaan. In die
3. sessies stoot ek nie die waentjie nie, ek stap net saam. Wat jy insit, kry jy uit. Kom ons leer me-
- 4.kaar eers 'n bietjie beter ken. Ons gaan in die ry af, sê jou naam, wat jy doen, watter skool jy is
5. en jou doelwit vir groep. Ek is Anita, en ek is een van die beraders op die kamp. Ek lei ook die
6. sessies. My doel vir die groep is om sinvol aan elke lid ondersteuning te gee in die deurwerk van
7. sekere pynvolle gevoelens.
8. Annalien: (kom ingestorm) Ek gaan nie meer die sessies bywoon nie. Verskoon my asseblief. (gaan weer
9. uit)
10. Marie: Ek is in matriek en ek wil leer om te verstaan hoekom dit gebeur het, hoekom iemand moes
11. doodgaan.
12. Susan: Ek is in st.8 en ek wil leer om daarvoor te praat en oor my gevoelens.
13. Tarien: Ek is ook in st.8 en ek wil beter daarvoor kan praat en veral ook om dit te verwerk.
14. Joan: Ek is ook in st.8 en ek dink dit sal my help om in so 'n groep te wees.
15. Roux: Ek is 23 en was in 'n motorongeluk. Hulle sê ek het die verstandelike vermoë van 'n st.9 kind
16. weens skade aan my brein. Daarom is ek op die kamp toegelaat. Ek wil leer om te kan "cope" en
17. hoor hoe ander mense "cope".
18. Terapeut: Julle het almal verskillende agtergronde en lewensverhale, maar dit klink my dat almal basies
19. dieselfde doelwit het en dit is om oor die verliese wat julle gely het te kan praat en te leer om dit te
20. aanvaar en te verwerk, maar ook om by ander te hoor hoe hulle daarmee "cope". (ongemaklike
21. stilte heers en Joan begin saggies te huil - die groeplede sien dit en raak ongemaklik) Kom ons
22. gesels 'n bietjie oor dit wat uitstaan as 'n hoogtepunt in jou lewe. (stilte)
23. Marie: My hoogtepunt was by LSA (Love Southern Africa) die Outreach vroeër die jaar. Ek glo ek moet
24. 'n sendeling word en dat God my sal gebruik waar Hy wil.
25. Terapeut: (na 'n lang stilte) Ek het die Argus dié jaar gery. Dit was my lewensdroom en ek voel ek het iets
26. daarmee bereik. (stilte, almal kyk na Roux regs van die Terapeut)
27. Roux: Dit wat ek op skool in die drilpelaton bereik het. Ons het verskeie kompetisies gewen.
28. Joan: (gaan in ry af; sy huil steeds) Ek kan nie aan iets dink nie.
29. Susan: (volg vinnig vir Joan op) Ek het Noord Transvaalkleure in perdry gekry.
30. Tarien: (is stil en wil nie praat nie, trek net haar skouers op)
31. Terapeut: (iniseer om op dieselfde trant oor die laagtepunt in jou lewe te gesels)

32. Marie: (effens ongemaklik, maar praat redelik vinnig) My laagtepunt was my vriend se dood (sy brei
33. meer oor die gebeure rondom die vriend se dood uit). Vandat ek 'n Christen geword het, voel ek
34. skuldig oor goed wat ek en hy toe gedoen het, somer gewone goed wat ons saam gedoen het. Ek
35. en my ouers is ook gedurig in konflik, hulle verstaan my nie. My lewe was baie verkeerd voordat
36. ek 'n Christen geword het. (stilte)
37. Roux: (stadig en hartseer) My pa se dood is 'n laagtepunt in my lewe. My pa was alles in my lewe.
38. (Vertel van sy motorongeluk in 1991 en sy pa se dood kort daarna) Ek was op drugs en ander
39. dwelms voor die ongeluk, en my pa kon my sien herstel. Na my pa se dood kon ek dit nie verwerk
40. nie en ek het toe probeer selfmoord pleeg. Ek het epilepsiepille gedrink, baie van hulle en toe gaan
41. ek in 'n koma. My broer het onraad gemerk en hy het my gered en met my na die hospitaal toe
42. gejaag. Ek was twee dae in 'n koma. Dwelms en selfsug los nie jou probleme op nie. My vriend is
43. oorlede voor my ongeluk as gevolg van dwelms. Hy het nie 'n tweede kans gekry nie, maar ek het.
44. Mense dink sleg van my as gevolg van die dwelms en hoe ek gelewe het. Ek gee nie om wat
45. mense dink nie. My pa is gelukkig in die hemel. (stilte)
46. Susan: (apaties, afgetrokke en monotoon) My vriendin se dood was 'n laagtepunt. Sy was 31 en ons het
47. een middag gaan perdry. Sy kon goed ry en was een van die kampioene. Sy het vooruit gejaag en
48. ek was moeg en het omgedraai. Sy het nie terug gekom nie. Iets het langs die pad haar perd laat
49. skrik en hy het haar afgegooi. Sy het haar nek gebreek en is dood. Ek het eers die volgende dag
50. daarvan gehoor. (stilte).
51. Joan: (huil) Ek wil nie nou vertel nie.
52. Tarien: (effens hartseer) My vriend se dood was vir my 'n laagtepunt. (stilte - Joan huil effens harder)
53. Terapeut: Joan, ek kan sien dat jy baie hartseer voel, wil jy hê iemand in die groep moet jou 'n drukkie kom
54. gee? (skud haar kop "ja") Wie wil jy hê moet vir jou 'n drukkie kom gee? (sy trek haar skouers op
55. en kyk af. Marie staan op en die res van die groep volg haar. Almal druk Joan) Dis nie maklik om
56. oor die verliese wat julle gely het te praat nie, want dit maak seer en dit kan dalk voel asof jou hart
57. pyn. Feit is ongelukkig, dat elkeen van julle hier het iemand verloor en aan die dood afgestaan.
58. Daar is 'n mate van gemeenskaplikheid tussen julle. Wat gebeur het plaas 'n gat in jou lewe en dis
59. moeilik om daaroor te praat of te dink, want dit maak jou hartseer. En tog wonder jy: hoe kan ek
60. "cope"? (kort stilte)
61. Roux: (effens heftig, kyk vir terapeut) Hoekom vergelyk ek my ma met my pa?
62. Terapeut: Wat sê die groep?
63. Marie: Miskien wil jy hê jou ma moet jou pa se plek vat. Jy mis jou pa en jou ma is al wat hy het. Sy
64. herinner jou aan jou pa. (lang stilte, almal lyk ongemaklik)
65. Terapeut: (verduidelik aan die groep hoe die sessies gaan werk en waaroor hulle gaan gesels - temas
66. rondom die afsterwe van 'n geliefde. Verduidelik ook dat 'n groep verskeie rigtings en temas dek
67. en dat ons alles wat op die tafel kom sal bespreek en as groep deurwerk) Ek wil vra dat elkeen

68. homself sal "Commit" aan die groep, soos wat ons in die individuele onderhoude ook gesels het,
69. en dat elkeen sal onderneem om die sessies as vertroulik te beskou en nie buite die groep oor dinge
70. wat in die groep gesê of gedoen word, sal uitpraat nie. (almal knik "ja") Daar is nie 'n reg en
71. verkeerd van belewenis nie. In die groep is daar vryheid. Jy is vry om jou eie emosies te ervaar en
72. te erken op die stadium wat dit kom. (verduidelik aan hulle dat wanneer intense gevoelens hulle
73. opwagting maak, hulle dalk gedagtes rondom selfmoord kan kry, en sluit kontrak met hulle dat hul
74. die terapeut eers sal kom soek voordat hulle iets doen) Ek is 24 uur per dag beskikbaar vir
75. gesprekke.
76. Marie: (effens gespanne) Ek het omtrent drie weke gelede probeer selfmoord pleeg. Ek het net gevoel die
77. lewe is nie meer die moeite werd nie. Maar dis nou beter.
78. Roux: (vul haar aan deur weer uit te brei oor sy eie poging met die epilepsiepille) Ek wil van my
79. skuldgevoelens ontslae raak, want ek het met my pa baklei die oggend wat hy dood is en ons het
80. nie die probleem opgelos nie. Dit was ons eerste argument in die verhouding en dit op die dag wat
81. hy... Ek wil leer om te "cope" daarmee, maar dis moeilik om daaroor te praat. (begin te
82. huil)
83. Terapeut: Kan iemand in die groep jou 'n drukkie gee? (skud sy kop "nee")
84. Roux: Liewers nie. (huil steeds) Ek wil nie kontak hê nie, ek wil self "cope". Almal gaan Vrydag weer
85. weg en uitmekaar want dis die einde van die kamp. Daar's dan nie meer 'n omgee nie. Ek wil self
86. "cope".
87. Terapeut: Ons is nou by jou en kan die week jou ondersteun en help "cope". Dis waar wat jy sê dat ons
88. moontlik niemand weer na die week sal sien nie, maar ons is nou vir mekaar hier. Hoe voel julle
89. daaroor?
90. Tariën: Ek voel ons kan niks verloor nie. Ek kan hier sien en voel hier's mense wat dieselfde ervaring
91. gehad het. (gaan half in ry af)
92. Marie: Ek praat nie daaroor nie, mense los my alleen. Dis okay om alleen te "cope", maar soms help dit
93. as ander 'n mens ook kan help. (begin huil, stilte).
94. Terapeut: Wil jy hê iemand moet jou 'n drukkie gee? (knik "ja" en die groep uitgesluit Susan staan op en
95. gee haar 'n drukkie. Susan staan later op, half traag, om haar 'n drukkie te gee) Joan, hoe voel jy
96. nou? (Joan antwoord nie en huil weer effens) Jy is vandag regtig baie hartseer. (stilte)
97. Susan: Hoekom het dit met my gebeur? Ander mense is altyd so gelukkig en ek nie.
(tydsverloop - opname onduidelik)
98. Terapeut: Dit is belangrik om te weet dit is okay om nie te kan "cope" nie, nie in beheer te wees van dit wat
99. gebeur nie, en beheer te verloor, selfs oor jou gevoelens. Dit is okay om te voel alles gee pad onder
100. jou. Soms is dit bevrydend as al die onaangename gevoelens eers 'n stem gekry het en uitgekom
101. het. Baie keer kan genesing eers daarna kom.

102. Roux: Ek het 'n vraag. Ek probeer altyd vergeet van my selfmoordpoging. Almal is bang ek doen dit
103. weer en hulle hou dit heeltyd voor my oë. Praat ek net daarvan, dan pas hul my op, hulle verstaan
104. nie dat ek dit nie weer sal doen nie. Hoekom is dit so? (stilte)
105. Marie: Die Here gebruik jou dalk om ander te waarsku. (Roux knik sy kop, stilte)
106. Terapeut: Jou ma en familie is lief vir jou en is bang dat jy dit weer sal probeer. Hulle is versigtig om jou
107. te gou te los en te vertrou.
108. Roux: Die dwelms was vir my 'n ontvlugting, maar dis net 'n tydelike ontvlugting. (stilte, Roux meer
109. heftig) Selfmoord is verkeerd - jy mag nie die Here se handewerk in jou hande neem nie. As jy
110. selfmoord pleeg gaan jy hel toe.
111. Marie: (byna dadelik) Ek verskil van jou, want jy weet nie wat gebeur in die laaste paar minute nie. Ek
112. glo dat God jou nog kan vergewe as jy berou toon net voor jy doodgaan, en dan sal niemand
113. daarvan weet nie. God is immers groter en genadiger as wat ons regtig wil glo.
114. Terapeut: (belig weer die kontrak rakende selfmoordgedagtes tydens die groeptyd en tyd op kamp. Elkeen
115. in groep sê hy sal kom praat, maar soos hulle nou voel is hul nie van plan om dit te doen nie).
116. Roux: (half ingedagte) Die rede vir my selfmoord was dat my pa alles vir my was, en nie omdat ek
117. skuldig voel oor ons argument nie. (vertel verder van insident met swart hekwag en dat hy op ander
118. plek moes parkeer en toe hy by sy pa kom, toe is hy nog vuurwarm maar reeds dood. Hy voel dat as
119. dit nie vir die swartman was nie, sy pa nog sou gelewe het toe hy daar kom. Die dokter en sy ma sê
120. dit is nie so nie)
121. Marie: (na stilte en met selfvertroue) Ek moes my ou vir die Here gee en Hy het hom nie teruggegee nie,
122. dit was hel. Die Here vat dit weg wat jy tussen Hom en jouself stel. (lang stilte)
- (tydsverloop)
123. Terapeut: (verduidelik dat die groep ook 'n navorsingsprojek is en lig weer eerlikheid en vertroulikheid uit
124. as eienskappe van die groep. Verduidelik die prosedures rondom die vraelyste en T.A.T.-kaarte.
125. Groeplede vul die lyste in en antwoord die T.A.T.-kaarte. Daarna word 'n tyd vir die tweede sessie
126. vasgestel en die groep verdaag)

B.2. GROEPSESSIE TWEE

127. Terapeut: (Susan is nie hier nie en die terapeut stel voor dat hulle 'n leë stoel vir haar los. Die groep begin
128. deur te kyk wie kan wie se name onthou. Almal kan almal s'n onthou, behalwe Tariën wat met
129. Marie gesukkel het. Stilte)
130. Joan: Ek sal Susan gaan soek. (staan op en die groep gesels oor die weer, na 'n rukkie kom Joan terug)
131. Ek kon haar nie kry nie.

132. Terapeut: Ons gaan solank aan. (deel die Beck Depressie Skaal uit en verduidelik die prosedure en die
133. groep begin daarmee)
134. Roux: (effens skaam) Verskoon my maar vandag as ek weer sou begin huil. Ek voel ongemaklik as
135. man as ek huil, maar ek wil graag leer om my emosies te wys. So verskoon my maar asseblief.
136. Marie: Dis okay, ek voel ook maar simpel as ek voor ander huil, maar ek sal ook my gevoelens wys. (res
137. van die groep beaam dit, Susan kom ingestorm, kop onderstebo, sy gaan sit en die groep groet haar
138. spontaan. Terapeut gee vir haar ook 'n Beck. Anders as die ander groepslede kyk Susan na die
139. vrae en antwoord dit rond en bont. Sy toon duidelike aversie in die situasie. Res van die groep loer
140. onderling na haar, bewus van haar gevoelens. Hulle voltooi die Beck en die terapeut deel die O.G
141. Pretoets uit en empatiseer met die vraelyste. Roux vat langer en werk stadiger as die ander. Susan
142. toon steeds ongemak. Na 'n halfuur is die hele groep klaar)
143. Terapeut: Susan, terwyl jy weg was het ons gekyk wie kan wie se name onthou. Dit het heel goed gegaan
144. behalwe vir Tarien wat met een naam gesukkel het.
145. Susan: (half kortaf) Wel, ek ken niemand se name nie.
146. Terapeut: Kan ons net gou weer in die ry afgaan en sê net elkeen jou naam vir Susan. (elkeen doen dit -
147. stilte, Terapeut herhaal weer die doelwitte en vra 'n formulering van 'n groepsdoelwit.)
148. Roux: (na 'n kort stilte) Om te leer om te kan "cope" en aan te gaan met ons lewens.
149. Tarien: Klink goed vir my. (Terapeut skryf dit neer en herhaal dit. Niemand wil iets byvoeg nie. Stilte,
150. groep sukkel om gemobiliseer te word.)
151. Terapeut: Dis interessant dat hier vandag so baie stiltes is. Dis amper asof julle ekstra versigtig is om
152. vandag in die groep betrokke te raak. Kom ons doen eers 'n oefening. (Terapeut staan op en die
153. groep volg en gaan na die leë garage langs die vertrek wat meer spasie het. Terapeut verduidelik
154. die reëls dat almal rondstap, nie aan mekaar mag raak nie, ook nie praat nie, en af moet kyk. Stap
155. lank rond. Almal bly uit almal se pad. Terapeut begin insny tussen lede, terwyl hul aanhou stap,
156. behalwe Marie - sy stop telkens as Terapeut voor haar insny. Hulle moduleer nie die terapeut se
157. gedrag nie. Susan storm boos die garage uit en die terapeut besluit om haar te los. Die groep gaan
158. aan met die oefening. (na die sessie het die terapeut Susan raakgeloop en sy sê die groep werk nie
159. vir haar nie). Reëls verander, hul mag nou aan mekaar raak en gesels, en hulle stap rond en raak
160. steeds nie aan mekaar nie. Terapeut begin hul liggies "skouer" terwyl hul gewoon aanstap.
161. Weereens moduleer hulle nie die terapeut se gedrag nie, totdat Marie die terapeut van agter begin
162. skouer. Roux inisieer 'n handevat sodat die groep 'n linie teen die terapeut vorm. Die terapeut sluit
163. aan by die groep deur ook hande te vat en 'n sirkel vorm. Groep beweeg terug na hul stoele.
164. Terapeut: Susan het vroeër gesê sy is ongemaklik in die groep. Sy het aan my genoem dat sy eerder uit die
165. groep wil wees. Sy het reeds een sessie bygewoon, hoe sal julle daarvoor voel as sy uit die groep
166. uitgaan?
167. Marie: Dis okay, dit pla my nie, as sy wil uit is dit okay.

168. Roux: Ek voel ook so. Dis jammer as sy uitgaan want sy gaan iets verloor, maar niemand kan haar keer
169. nie.
170. Terapeut: Voel julle ook so? (Tarien en Joan knik "ja"). Goed, wat dink julle was die doel van die
171. oefening?
172. Tarien: (na 'n lang stilte) Ek dink dis om te ontspan.
173. Roux: Wel, ek voel gemaklik met mekaar, ek voel reeds ontspanne. (Marie en Joan knik instemmend)
174. Terapeut: En met die tweede oefening toe ek julle begin "skouer" het?
175. Roux: Ek dink jy wou ons net frustreer, irriteer en aggressie uitlok. Maar ek het dit in die lig van 'n
176. grap beleef. Ek het geweet jy is nie ernstig nie.
177. Marie: Ek wou terug aggressief wees. Ek hou nie van mense wat aan my vat of raak sonder
178. toestemming nie, veral mans. Ek word gou kwaad as iemand dit doen.
179. Terapeut: Die doel van die oefening was om mekaar gewoon te raak en om spanning te verlig.
180. Roux: Ek voel nader aan die ander, en is nie meer gespanne nie. (stilte)
181. Terapeut: Kom ons vat die oefening 'n bietjie verder. (terapeut staan op en gaan na garage, die groep volg,
182. terwyl Marie bly sit. Nou stap hulle en moet aan mekaar raak. Tarien raak aan Julien, Roux raak
183. aan hulle arms, en later ontwikkel hy dit in 'n inhaak by mekaar - hulle het nie aggressie getoon
184. soos wat die terapeut uitgelok het in die eerste oefening nie. Marie begin huil. Iemand onderbreek
185. die groep en soek Marie. Sy gaan egter nie uit nie en hou op huil. Die groep beweeg terug. Stilte)
186. Terapeut: Marie, ek dink dit het baie deursetting gevra om te bly sit terwyl die res van die groep opgestaan
187. het en voortgegaan het met die oefening. Wat het jou laat besluit om nie aan die oefening deel te
188. neem nie?
189. Marie: (kort stilte, half sag en hartseer) Ek was bang ek word aggressief en dan sê of doen ek dalk iets
190. om ander seer te maak en ek wil nie. Ek hou nie van aggressie nie. (stilte)
191. Terapeut: Hoe voel julle daarvoor dat Marie bly sit het?
192. Roux: Dis okay. Sy hoef nie iets te doen wat sy nie wil nie. Elkeen is uniek en ons moet mekaar so kan
193. aanvaar soos wat hy of sy is (ander stem saam, Marie kyk af).
194. Terapeut: Marie, hoe sal jy in die groep optree as jy aggressief raak?
195. Marie: (kyk steeds af) Ek dink ek sal opstaan en wil uithardloop of skree en net stoele gooi.
196. Terapeut: Sal dit vir julle aanvaarbaar wees as Marie kwaad word en doen soos wat sy nou gesê het sy sal
197. dalk doen?
198. Tarien: Dit sal oraait wees. (Joan en Roux stem saam)
199. Terapeut: Marie, hoe sou jy wou gehad het dat die groep moet dit of jou hanteer as jy so kwaad sou word.
200. Is daar iets spesifiek wat iemand kan sê of doen om dit vir jou dan makliker te maak?
201. Marie: (trek net haar skouers op, skud kop en kyk steeds af)
202. Terapeut: Hoe sal jy optree Tarien as Marie aggressief sou word?
203. Tarien: Ek sal ook wil uithardloop. (terapeut knik en kyk vir Joan)

204. Joan: Ek sal nie kwaad word nie. (terapeut knik en kyk vir Roux)
205. Roux: Ek sal wil skree.
206. Terapeut: Daar is verskillende wyses waarop elkeen van julle sal optree as julle kwaad word, maar ek wil
207. vra dat as jy kwaad word, dat jy nie die vertrek sal verlaat nie, maar binne bly, dat ons dit as groep
208. kan hanteer. (groep knik en stem in, stilte) Dis ook belangrik dat julle die vrymoedigheid sal hê
209. om met mekaar ook te praat en nie net met my nie. Ons tyd is amper verby. Ek wil graag van
210. elkeen weet hoe het julle die sessie beleef?
211. Tarien: Ek voel nader aan die ander, asof ons nader aan mekaar gekom het. Ek voel nie meer so vreemd
212. nie.
213. Roux: Ek voel dieselfde as Tarien, ek is gemakliker. (stilte)
214. Joan: Ek dink ek sal makliker kan praat as aan die begin.
215. Marie: Ek het baie kwaad gevoel, maar dis nou beter.
216. Terapeut: Ek dink dat die sessie 'n bietjie "ligter" as gister se sessie was en dat dit goed was, sodat ons eers
217. meer gemaklik met mekaar kan raak en mekaar kan leer ken. Vandag het ons besluit dat dit okay is
218. om jou gevoelens te wys, al sou dit wees om kwaad te word. Elkeen van julle het gesê dat dit oraait
219. is as iemand anders sy gevoelens sou wys. Ons aanvaar mekaar se individualiteit en aanvaar
220. mekaar soos ons is. Is daar nog enige iemand wat iets wil sê of byvoeg? (almal knik "nee"). Kom
221. ons sluit die groep af met 'n ritueel. Wat kan ons doen? (groep besluit om met hulle hande in die
222. middel en op mekaar "baai" te skree, en die groep doen dit).

Aand laat dag drie na sessie 2:

Persoonlike gesprek met Marie:

- voel alleen, soos mislukking
- moes nie kom kamp het nie
- kind in haar groep het begin huil en toe sy haar wou uitvat kry sy raas, want hulle moes in die saal bly.
- verwerping, mislukking, alleenheid, isolasie
- skuld - kan niks reg doen nie, niemand gee om nie.
- ek praat meer pastoraal, godsdiens - Jesus se doel vir haar op die kamp, nooit alleen nie ens.
- ons bid saam. Sy huil baie, baie. Breek erg oop.

B.3. GROEPSESSIE DRIE (22:00 pm)

223. Terapeut: (almal het net gesit en gegroet toe kom Susan in, die groep groet haar ook.
224. Susan: Ek is jammer ek is laat, het ek al baie gemis? (klink heel positief)
225. Tarien: (baie opgewek en vol energie) nee, ons het ook nou net eers kom sit.

226. Roux: Hoe het julle van die sport op die strand gehou? (ook opgewek, terapeut sit terug en laat hulle 'n
227. rukkie begaan. Almal neem deel met die gesprek oor die sport -behalwe terapeut)
228. Terapeut: Dit klink my die sport was vir almal vandag 'n hoogtepunt. Tog is ons nie hier om net oor die
229. sport en al die ander lekker dinge van die kamp te gesels nie. (stilte) Hoe voel dit om so oor die
230. sport te gesels?
231. Roux: Verlig, dis nie so "tense" soos die ander kere nie. (ander stem saam, Marie half eenkant)
232. Susan: Ek is ook verlig. Dit was 'n lang dag en ek is baie moeg en uitgeput.
233. Tarien: Ek stem saam. Dis al laat, die kampprogram was baie aktief en uitputtend.
234. Terapeut: Ja, dis al laat. Kom ons besluit as groep of ons die sessie moet afstel en of ons wil gesels.
235. Marie: (neem leiding) Ek voel die sessie moet voortgaan. (half in ry af)
236. Joan: Ek gee nie regtig om nie.
237. Tarien: Dit maak vir my ook nie saak nie.
238. Roux: Ek voel soos Marie, dat die sessie moet aangaan. (stilte)
239. Terapeut: Lyk my Susan almal wag vir jou antwoord.
240. Susan: (lag) Ek dink die sessie moet aangaan.
241. Terapeut: Goed dan gaan ons aan.
242. Roux: Sjoë, ek is regtig uitgeput na die sport. Die beste deel was toe hulle die kampeier op die strand
243. geduik het en in die see gaan gooi het. (res skakel in en gesels weer oor die sport)
244. Terapeut: 'n Interessante ding het nou gebeur en ek het gewonder of julle dit agtergekom het. Wat het
245. gebeur?
246. Marie: (na 'n stilte) Ons praat nog steeds oor die sport.
247. Terapeut: Het julle ander dit ook agtergekom? (ander knik "ja") Waarom dink julle sal dit wees?
248. Roux: Wel, ons het nie veel van 'n keuse gehad nie. As jy nie praat nie, word jy aggressief
249. rondgestamp. (groep lag)
250. Terapeut: Lyk my ek het die "mean" image. Dalk gaan julle nog erger voel oor my na vanaand. (stilte,
251. almal glimlag) Hoe dink julle hou dit wat nou net gebeur het, verband met die groepsdoelwit? (lees
252. doelwit weer, stilte)
253. Tarien: Wel, na gister voel ek al baie beter. (Marie kyk af)
254. Roux: (half hartseer) Ek voel as jy wil huil, huil. Die Here sal jou deurhelp. Hy het my gehelp. (stilte)
255. Marie: (met energie) Ek voel ons het al 'n entjie gevorder. Ek praat al makliker daarvoor. (stilte)
256. Terapeut: Ek dink baie van die werk het al in die persoonlike gesprekke begin. Deur vir die eerste keer
257. met iemand, in die geval met my te gesels, het al klaar die proses van deurwerk van die
258. seergevoelens, aan die gang gesit. Dis soos om 'n wedloop te hardloop. Julle het klaar weggespring
259. en is nou in die resies. Julle hardloop almal saam in dieselfde resies. En in die resies is daar
260. sekere waterpunte of mylvlakke. Die eerste is ontkenning van die seergevoelens en die feit dat
261. iemand vir wie jy lief was gesterf het. Die tweede is woede of aggressie; die derde is "negotiation",

262. dis wanneer jy met God in gesprek gaan en vir Hom vertel hoe jy voel oor die feit dat Hy toegelaat
263. het dat jou geliefde afsterf, en waar jy met Hom 'n kompromie aangaan vir die res van jou lewe of
264. in die hantering van jou gevoelens. Die vierdie is depressie, wanneer jy vir die eerste keer regtig
265. eers die impak van jou verlies besef, en besef dat die persoon nooit weer sal terugkom nie, en dat jy
266. jou lewe sonder hom/haar sal moet leef. Die laaste in die resies is die wenpaal, met aanvaarding.
267. As jy hier gekom het is jy moeg na die resies en miskien is jou spiere seer, maar jy sien weer kans
268. vir die lewe en is gereed om jou lewe weer met sin en betekenis te hervat. In die wedloop is dit
269. belangrik dat jy nie net oor jou gevoelens sal praat nie, maar jouself ook sal toelaat om dit te voel
270. en te ervaar. (stilte, Marie en Roux lyk hartseer) Dit verg moed om die wedloop te hardloop, dis
271. nie almal wat die moed het om dit te doen nie. (stilte) Wat dink julle sê die stiltes? (stilte) Dat dit
272. dalk moeilik is om daaroor te praat? Dat dit jou hart diep raak en nie 'n maklike onderwerp is om
273. aan te raak nie, want hartsverstaan is belangrik? (lang stilte)
274. Marie: (stadig, effens emosioneel, maar wys nie baie nie, net stem is onseker en bewurig) My vriend is
275. dood. Sy pa het hom per ongeluk geskiet. Ongelukkig was ons verhouding 'n bietjie koud, net voor
276. sy dood het ons nie met mekaar gepraat nie en toe is hy dood. Ek het eers by die skool gehoor. Ek
277. kon dit nie glo nie.
278. Roux: My pa is dood en ons het baklei voor dit, maar die Here dra nou my seer nou saam met my. (half
279. formeel, sonder veel emosie, stilte)
280. Tarien: My vriend is ook geskiet. Maar dit was nie eintlik 'n ongeluk nie. My lewe het baie verander
281. sedert sy dood. Ek het begin rook en ek sluit my van mense af. Ek skakel nie maklik in nie en wil
282. ook nie vriende maak nie. Ek het 'n rebel geword, maar julle kon dit seker sien. En my lewe is nog
283. steeds so, ek weet nie hoe om dit te hanteer nie. (hartseer, en ongemaklik)
284. Roux: Ek glo elkeen sal iets "gain" deur dit wat hy sê en doen en deur te luister na die ander in die
285. groep. Vat byvoorbeeld, ek voel nie meer so skuldig oor alles nie. Ek weet nou ek "cope" nie
286. alleen nie, en dis lekker om te weet dat ek nie alleen is nie.
287. Marie: (huilerig) Alles wat met my gebeur in my lewe het "hurt". Ek kry altyd net seer. (stilte)
288. Terapeut: Is jy bereid om jou "hurt" met ons te deel?
289. Marie: Ons het altyd gaan draf en ons het alles gedeel en saam gedoen. Nou is hy weg en ek mis hom
290. (huil effens). Ek wens so dat hy hier was. As ek by die see is en daaroor uitkyk, voel ek baie leeg
291. en mis hom. (stilte) Tog aan die anderkant weer is ek bly hy's weg, want ek weet hy's beter af daar
292. waar hy nou is. (huil meer, Joan sit haar arm om Marie, Roux skuif sy stoel nader)
293. Terapeut: (na stilte) Hoe voel jy nou Marie?
294. Marie: Hartseer, seer, alleen. (lang stilte)
295. Terapeut: Is daar nog iemand wat iets met ons wil deel?

296. Susan: (monotoon) Ek mis M. net so baie, veral as ek perdry, ek wil nie eers meer gaan perdry nie, want
297. sy is nie daar om dit saam met my te geniet nie. M. het 'n belangrike plek in my lewe gehad. Sy
298. was "gay" maar dit het my nie gepla nie. Sy was die enigste mens wat my regtig verstaan het en
299. nou is sy dood. Ons was daar vir mekaar en het ook baie dinge gedeel. (sonder emosie, Marie huil
300. nie meer nie)
301. Tarien: Daar is net een ding wat mens eintlik kan doen en dit is om te aanvaar. Ek weet dit voel nie so
302. nie Susan, maar die seer sal later beter raak. (stilte)
303. Terapeut: Tarien, dit het geklink of jy uit ondervinding praat, is dit so?
304. Tarien: (effens ongemaklik) Wel ja, behalwe die "aanvaar" deel.
306. Terapeut: Wil jy ons meer vertel?
307. Tarien: Vandat hy dood is voel my lewe ook leeg. Ek is elke dag bewus daarvan dat hy nie meer daar is
308. nie en dit laat my ontsettend alleen voel. Die alleenheid is die ergste, want jy dink aan alles wat
309. julle altyd saam gedoen het en nou is dit net weg. (raak hartseer, stilte, half moedeloos) Wat is die
310. doel van moord? Daar moet 'n doel wees, maar wat is dit? Ek verstaan dit nie. Hoekom het dit
311. met my gebeur, hoekom met C.? Daar's baie mense, maar hoekom met ons? (lang stilte)
- (tydsverloop, opname onduidelik)
312. Marie: Ek kan ook nie die doel insien nie, hy was nog so jonk. (stilte, Joan sit kop onderstebo en sê niks)
313. Terapeut: Joan, wil jy ons ook vertel? (skud kop "nee" en kyk af)
314. Tarien: Dit maak nie vir my sin nie. Hy is dood en dit sonder rede. Dit maak dat ek nie sy dood kan
315. aanvaar nie, ek raak opstandig en wil hom die hele tyd terug hê... (stemtoon verskil by terms
316. "dood" en "weg", meer hartseer, stilte)
317. Terapeut: Tarien, ek het opgemerk dat jou stem 'n bietjie wankelig raak as jy van C. se dood praat en die
318. feit dat hy nou weg is.
319. Tarien: (half moedeloos) Ek weet nie hoekom nie.
320. Susan: (vertel weer van M. met baie rasionalisasie. Wys nie haar gevoelens nie. Terapeut wys dit uit.)
321. Dit voel vir my ek sit met al die gevoel in my maar dit kan nie uitkom nie. Ek kan nie huil nie, ek
322. wil graag want ek voel so seer en stukkend binne, maar die trane wil nie kom nie. Dit kom nooit
323. uit nie. Baie keer is ek gefrustreerd daarvoor en maak dit my kwaad. (stilte)
324. Terapeut: Susan, jy wou nie in die groep wees nie omdat jy nie wou praat nie. Vanaand het jy al baie gesê
325. en ek wonder hoe dit jou laat voel om so in die groep te gepraat het?
326. Susan: Dit voel beter. Dis toe nie so erg as wat ek gedink het dit sal wees nie.
327. Terapeut: Ek is seker die ander sal met my saamstem as ek sê dat ons bly is dat jy gekom het en so baie
328. met ons in die groep gedeel het.
329. Marie: Ek het die oggend vir Susan op die strand gesien en toe laat sy my toe om by haar te gaan sit. Ek
330. het toe by myself gewens Susan wil groep toe kom. Ek is ook bly Susan dat jy hier is. (lang stilte)

331. Roux: Ek het julle reeds vertel van my pa. 'n Vriend van my is dood twee weke voor my ongeluk. Hy
332. het nie 'n tweede kans gekry nie, maar ek het wel. Dis vir my erg om te dink dat ek 'n tweede kans
333. gekry het en hy nie. Wat maak my so anders as hy. Ek mis hom baie en wens hy kon ook 'n
334. tweede kans gekry het, dan het ons nou dalk saam vriende gewees en verander. Ek mis hom baie
335. (huil nie, ...lang stilte)
336. Terapeut: Weer 'n stilte... wat sê die stilte?
337. Tarien: Die stilte sê ek is ongemaklik. Dit voel dit maak my geïrriteerd want ek weet nie wat ek moet sê
338. of doen nie. Ek voel gefrustrerend. Ek is bang om iets te sê wat die ander dalk sal seermaak.
339. Roux: Ja, as dit stil is wag almal en ek weet nie wat aangaan nie.
340. Susan: (half in ry af) Die stilte laat my ongemaklik voel. Ek weet nie wat om te doen nie.
341. Joan: Ek voel dieselfde.
342. Marie: Ek weet nie lekker nie, dit voel vir my stupid.
343. Terapeut: Voel julle ek gee te min struktuur en dat ek meer leiding moet gee?
344. Roux: Ja, want ek weet nie wat om te verwag nie, of wat aangaan nie. (groep beaam)
345. Terapeut: Dit voel vir my asof julle teen julle emosies veg. Die stiltes sê vir my dat julle nog versigtig is
346. om met mekaar julle gevoelens te deel en dat alhoewel julle gedeel het en van dit gewys het, is daar
347. nog soveel meer wat wil uitkom. Miskien het die feit dat die sessies opgeneem word en vir 'n
348. navorsingsprojek gaan ook 'n invloed op julle gemaklikheid in die groep? Ons het gesels oor die
349. bandmasjien, maar sonder dat julle as groep gesê het hoe jul werklik daarvoor voel.
350. Susan: Wel, vir my is dit soos jou (verwys na terapeut) kosblikkievoorbeeld wat jy in my onderhoud
351. gebruik het. Dat as jy nie oor iets praat nie, bly dit binne totdat dit vrot. Ek moet praat anders krop
352. alles binne op en word "vrot".
353. Tarien: Ek is bang om oor my emosies te praat. Ek is bang dit word te erg en dat ek sal wil huil. Ek voel
354. om te huil maar ek wil nie. Ek voel ek is dan in 'n kringloop vasgevang van net huil en huil en
355. huil en nooit weer ophou nie.
356. Marie: (huil weer) Ek kan nie die huil meer keer nie. Ek kan van gister af nie ophou dink aan my
357. vriend nie en dit maak my seer. Dit maak my baie seer. Ek verstaan dat ek hom en die seer nog
358. altyd goed weggebêre het, maar van gister af kan ek nie meer nie. Ek het een keer by die skool oor
359. hom gehuil en toe lag die onderwyser vir my (huil). Ek het baie seer gevoel en toe lag hy vir my.
360. (huil meer)
361. Terapeut: Dit was nie mooi nie van die onderwyser nie. Dit was wreed en gevoelloos. (groep beaam, stilte)
(tydsverloop)
362. Terapeut: (groep begin spontaan weer gesels oor meer struktuur in die sessies)
363. Roux: Daar is baie vrae wat by my opkom oor my pa wat ek graag wil bespreek. (lang stilte, kyk vir
364. terapeut) Het jy al iemand aan die dood afgestaan?

365. Terapeut: Jy wonder of ek regtig verstaan waardeur julle moet gaan? My ouma aan wie ek baie naby was,
366. is oorlede. My belangstelling in groepe en om adolessente deur die rouproses te help het daar al
367. begin.
368. Tarien: My rebelsheid het na my vriend se dood begin. Van toe af is daar net konflik tussen my en my
369. ouers en verstaan hulle my nie. My lewe het drasties verander na my vriend se dood.
370. Roux: Die Here het my gehelp om die "dope" te los, Hy sal jou ook kan help om te verander en die rook
371. te los.
372. Tarien: Ek weet dit is moeilik om die rook te los, ek het al probeer, maar dit het nie gewerk nie.
373. Roux: Ek wil net sê dat waar 'n wil is, is 'n weg. Ek is 'n getuie daarvan.
374. Terapeut: Maar dis steeds moeilik, ne Tarien?
375. Marie: Hoe lank rook jy nou al? (aan Tarien)
376. Tarien: Al drie jaar en nee, ek het nie met sy dood begin rook nie, maar ek het al voor die tyd ook
377. gerook. Dit het net vererger. Ek kan sy dood verwerk.
378. Marie: (opname onduidelik - tydsverloop)
379. Terapeut: (reflekteer weer oor emosies van alleen, gemis en leegheid)
380. Roux: Ek het op die kamp mense ontmoet wat my kan help "cope", vriende. Al die lekker tye wat ek en
381. my pa saam gehad het is net 'n gedagte ver. Ek kan dit enige oomblik oproep en daaraan
382. terugdink. Dis "nice", en dit maak nie meer so seer soos aan die begin nie. Ek het ook met my
383. groepleier oor my gevoelens en my pa se dood gesels.
384. Terapeut: (reflekteer oor gevoelens tot dusver in die groep ervaar en hoe hul die ondersteuning van die
385. kamp, mekaar en buite vriende tot dusver ervaar het)
(tydsverloop)
386. Susan: M. het 'n spesiale plek in my lewe, haar dood laat my leeg...(stilte)
387. Roux: (aan Susan) Is daar nie iemand anders met wie jy kan vriende raak nie?
388. Susan: Daar is net een plek wat M. kon vul. Niemand sal ooit daarin staan nie, al sou ek ander vriende
389. maak. Ek is bang om betrokke te raak en mense weer te vertrou. (lang stilte)
390. Terapeut: Hoe voel jy, Susan?
391. Susan: Seer en alleen. (lyk ongemaklik)
392. Terapeut: Is daar iemand wat iets vir Susan wil sê?
393. Roux: Net dat mens weer vriende moet maak want hulle dra jou deur jou seer. (stilte, tydsverloop)
394. Terapeut: (vat saam en sluit die sessie af)

Dinsdag:

Persoonlike gesprek met Roux:

- skuldgevoelens, wraak teenoor familie (broers en susters)
- Vertel hoe God hom verander het

- vertrou meer mense, begin omgee en begin toelaat dat hulle vir hom omgee.
- meer kontak met ander lede in groep. Deel saam, speel saam. Voel aanvaar t.s.v. gebrek.
- God dra sy laste, hy dra dit nie meer self alleen nie.
- Jesus bring verandering, Hy gee werklik om.
- hy voel goed, lyk goed. Hy is nog hartseer as hy oor sy pa praat, maar wys dit nie. Ek los dit want ons kan dit vanmiddag in die groep aanraak.
- hy voel hy het almal vergewe en kan aangaan met sy lewe. Hy is nie meer alleen nie en dra ook nie meer al sy probleme alleen nie. Jesus is by dit en hom en dra dit saam met hom.
- Ek is anders as sielkundiges. Hy praat makliker. Ek is nie 'n kopdokter nie, dis okay. Hy sal weer met my praat. Ek werk anders, op ander maniere.

B.4. GROEPSESSIE VIER

395. Terapeut: (groep sit, almal is daar) Hoe was julle dag sover?
396. Tarien: Ag oraait, ek is net moeg van die stap. (half lui en moeg)
397. Roux: Ek het vandag op die strand 'n klip opgetel en besef toe Jesus sê Hy is die rots in die lewe, Hy
398. wankel nie, niks nie en as Hy jou laste help dra dan word alles makliker. Ek het dit net weer besef.
399. Susan: Ek het met mense gesels en vriende gemaak. Dis was nogal lekker. (ingenome met haarself)
400. Marie: Ek kon vandag van my seer met ander deel en hulle het geluister. Hulle wou luister en het
401. verstaan. Dit het my nogal lekker en belangrik laat voel... ek het nooit met mense my goed gedeel
402. nie, dis "actually" lekker, ek glo ek kan hulle vertrou en dit laat my beter voel (stilte, groep half
403. onseker wat nou verder - dalk weerstandig, Marie lyk baie ongemaklik)
404. Terapeut: Hoe voel jy, Marie?
405. Marie: Baie deurmekaar... 'n deel van my is weg, die "nice" een wat omgee vir mense. Rut is weg. Ek
406. voel so geïrriteerd en aggressief. (lang stilte en lyk depressief)
407. Terapeut: Dis moeilik om woorde te kry vir wat jy werklik voel? (Marie knik "ja", stilte, aan groep) Hoe
408. ervaar julle Marie nou?
409. Tarien: Ek dink as jy met seer gekonfronteer word in jou dan laat dit jou voel asof die goeie deel van jou
410. weg is, maar hy is nie, hy kom weer terug.
411. Roux: Ek het altyd gevoel as my ma doodgaan wat gaan ek doen? Dan moet ek weer dieselfde hel
412. deurgaen, maar ek sal nie weer myself probeer doodmaak nie. Niemand is dit werd nie, Ek mag
413. nie God se handewerk my eie maak nie. Half bou jy 'n skuldgevoel op van: wat gaan die mense van
414. my dink en so aan, en jy leer om na die tyd daarmee saam te leef en te leer uit jou foute. (stilte)
415. Terapeut: Ek dink daar is baie dinge wat gister op die tafel gekom het. Ons het gepraat oor "hoekom ek en
416. met my?", die verlies, eensaamheid en verlange. Wat is die doel agter dit alles? Ek voel dinge is

417. besig om te gebeur in die groep en dit maak my opgewonde al is dit 'n moeilike tyd in die groep en
418. vir elkeen van julle. Julle emosies is besig om oopgemaak te word en dit is seer en ongemaklik.
419. Hoe voel julle daaroor? (stilte)
420. Tarien: Dis waar, dis al makliker om aan te gaan. Dis seer as ek aan alles dink, maar nou word ek
421. "actually" vir die eerste keer gedwing om aan alles te dink en dis dalk nodig.
422. Roux: (half ernstig) Ek het altyd gedink, kopdokters, wat weet hulle? Hulle kan my nie help nie, hulle
423. verstaan my nie. Hulle ken my nie en het nie my pa geken nie. As ek met hom praat dan weet hy
424. nie waarvan ek praat nie, terwyl elkeen van ons het basies dieselfde ervaring gehad en ons verstaan
425. waarvan die ander een praat. Dis vir my makliker om daaroor te praat want julle verstaan. (stilte)
426. Terapeut: Joan, jy het nog nie vir die groep vertel wie jy aan die dood afgestaan het nie, wil jy?
427. Joan: My situasie is baie soos joune (verwys na terapeut). My oupa is dood. Ek voel baie skuldig
428. daaroor. Ek...(huil stilte)
429. Terapeut: Dis okay, wat jou tyd.
430. Joan: (huil) ek voel so...skuldig (huil), die laaste paar kere voor sy dood (huil) dit was so skielik ... en
431. ek het 'n vriend gehad. Ek wou nie by my oupa gaan kuier het nie, maar eerder na my vriend toe
432. gegaan het. En toe's hy dood (huil) my ma't net gesê hy is dood (stilte)
433. Terapeut: (aan Joan) Dink jy jou oupa verkwalik jou dat jy hom nie gegroet het nie? (stilte)
434. Joan: Ek weet nie. (huil)
435. Terapeut: Kom ons gesels bietjie daaroor. Wat maak jy met jou skuldgevoelens? (aan groep in die
436. algemeen)
437. Tarien: J. is dood nadat ons half kwaad uitmekaar is. Ek het eers weer gehoor toe hy dood is. Ons kon
438. nie groet nie. Ek moes net leer aanvaar dis nie my skuld nie. Ek kon nie weet hy gaan dood nie.
439. Hy kon my ook jammer gesê het en ordentlik gegroet het. Dis nie net my skuld nie, ek moes dit
440. leer aanvaar.
441. Terapeut: Jy sou hom graag wou gegroet het, maar jy het nie geweet nie? (knik, stilte, Marie sit kop
442. onderste bo) Marie? (sy skud haar kop "nee", wil nie praat nie en kyk af) Goed. (stilte) Roux?
443. Roux: My pa en ek het laaste ge"fight". Ek het gedink: hoekom moes ek juis met hom baklei die dag
444. voor hy dood is, hoekom het ek ooit met hom baklei? (stilte) Ek het net gevoel hoe kon ek? Maar
445. nou het ek dit vir die Here gegee en Hy het dit weggevat. Dit pla my nie meer nie.
446. Terapeut: So die Here het jou gehelp om van die skuld ontslae te raak? (knik "ja") Susan?
447. Susan: Ek sou saam met M. gaan uitry het, maar ek het toe nie. M. het alleen gaan ry en haar perd was
448. half wild en het daarvan gehou om saam met ander te jaag. Ek het nie vir haar gewag nie en nou
449. is sy dood (lang stilte, Joan huil steeds)
450. Terapeut: (aan Joan) Joan, as jy wil kan ons iets probeer om ontslae te raak van jou gevoel van skuld. Dis
451. jou keuse. Ons kan 'n leë stoel vat en jy kan met die stoel praat asof jou oupa daarop sit en vir hom

452. totsiens sê. Die groep sal jou ondersteun, wil jy? (skud haar kop "nee" en huil meer, stilte) Wil jy
453. hê iemand in die groep moet jou 'n drukkie gee? (sy knik "nee") Jy mag vra (knik weer "nee")
454. Joan: Ek's okay (huil baie, lang stilte)
455. Terapeut: Ek het vergeet, dis vandag drukkiedag. Het julle mekaar vandag al drukkie gegee? (groep soos
456. een man "nee") Dis 'n skande (half grappendergewys, terapeut staan op en die groep volg, gaan in
457. die ry af en druk mekaar. Marie staan nie op nie en wil nie hê dat die terapeut of een van die
458. groeplede haar 'n drukkie gee nie) Dis okay Marie, as jy nie 'n drukkie wil hê nie. (groep gaan
459. voort, almal druk almal en lag, sit weer) Ons het gister gesels oor meer struktuur in die groep, en
460. dat julle voel dat ek dit vir julle moet gee. Ek het kaartjies gemaak met sekere temas op. Ek voel
461. ons kan dit in die groep trek en dan daarvoor gesels. (haal kaartjies uit en stuur in groep af) Ek het
462. ook 'n bietjie in die Bybel gaan krap vir 'n antwoord op "hoekom?" vrae. Ons kan dit eerste
463. bespreek, of op 'n ander geleentheid, hoe voel julle? (stilte)
464. Susan: (selfversekerd, half aan terapeut se kant) Nou is okay vir my.
465. Terapeut: Hoe voel die res van julle (knik "ja" - terapeut vertel van lyding (na siel en liggaam), en sonde
466. onder Satan se koninkryk op aarde en dat al is jou gees wedergebore in God se koninkryk is jou
467. liggaam steeds blootgestel aan distels en dorings in die duiwel se ryk totdat Jesus weer kom. Hy
468. veroorzaak nie siekte, dood of lyding nie, dit kom nie van Hom af nie (God), maar die duiwel. God
469. wil dit keer maar Hy gaan nie, want anders is Hy nie getrou aan sy belofte in die Woord nie,
470. naamlik dat Hy alles nuut sal maak met Sy wederkoms. Christene word nie vrygestel van aardse
471. verdriet nie, God gebruik wel dit wat ons oorgekom het wat sleg was, om iets positiefs te doen bv.
472. iemand nader aan Hom te bring of nader aan ander (mekaar). Dit kan dan 'n sin of doel gee aan
473. die lyding. Ons sal egter nooit werklik verstaan nie, want dis geestelik, net God weet, maar eendag
474. sal ons verstaan. Dus op "hoekom?" sal ons nooit 'n bevredigende antwoord kry nie, daar's wel 'n
475. God en Hy is by my in my seer en pyn.
(tydsverloop - opname onduidelik)
476. Roux: My pa het baie gely as gevolg van my pa se rookverwante siekte waaraan hy dood is. Ek weet dat
477. waar hy nou is, ly hy nie meer nie en kan hy gelukkig wees.
478. Terapeut: Hy is reeds vry van aardse pyn en seer.
479. Roux: As jy gebore word gaan jy by die dood uitkom. Elkeen van ons gaan daar uitkom, dit sal met ons
480. gebeur. As jy lewe sal jy sterwe, niemand kan dit vryspring nie.
481. Marie: Ek weet nie waar my vriend nou is nie. Ek weet nie of hy in die hemel of die hel is nie (stilte)
482. Tarien: Deur J. se dood het die Here my nader aan Hom gebring en nader aan ander. Ek was nooit
483. ernstig met God nie. Ek het nooit sekerheid gehad waarheen ek sal gaan nie. Met sy dood het ek
484. nader aan God gekom.
485. Susan: M. se dood het my ook nader aan God gebring. Ek het besef ek is alleen en kan enige tyd sterf.
486. (stilte, kinders raas buite, terapeut staan op om hulle stil te maak. Los die kaartjies by hulle
487. sodat hul 'n volgende tema kan trek. Terapeut kom terug en die groep praat oor sport.)

488. Terapeut: Julle gesels weer oor sport soos die vorige dag, amper asof julle die opdrag vermy het. Hoe dink
489. julle daaroor?
490. Susan: Dis makliker om oor dit wat ons vandag gedoen het te praat as oor dit wat ons voel.
491. Terapeut: (na stilte) Hoe beleef julle dit?
492. Roux: Dis waar, dit is makliker om te praat oor ander goed, maar ek voel klaar dat dit ook makliker is
493. om in die groep te praat oor my pa se dood. Ek "cope" nie meer alleen nie (stilte, Susan trek
494. kaartjie)
495. Susan: Die kaartjie sê "My aggressie". (Marie sug hard)
496. Roux: (dadelik) Ek voel nie meer so aggressief nie, ek het geleer om te "cope". Ek vloek nie meer so
497. baie soos altyd nie en is nie so opvlieënd nie. Ek is rustiger in myself.
498. Terapeut: Marie? (sy toon steeds aversie en apatie in die groep)
499. Marie: Ek het niks om te sê nie, ek het nie skuldgevoelens nie.
500. Terapeut: Ek dink daar is ander dinge wat jou nou pla. Wil jy dit met die groep deel? (sy knik "nee",
501. stilte)
502. Marie: Ek voel baie aggressief en kwaad maar weet nie hoe om dit uit te kry nie. Ek dink ek moet
503. hardloop - ek hou nie van hardloop nie.
504. Terapeut: Hardloop sal vir jou beter wees as om te voel?
505. Marie: (afgetrokke) Ja. (stilte)
506. Terapeut: Wil jy hê ons moet nou in die groep iets probeer doen om die aggressie uit te kry?
507. Marie: (geirriteerd en half aggressief) Ek weet nie soos wat nie.
508. Terapeut: Ek sal dink wat, as jy wil hê ons moet iets probeer. Wat dink jy sal vir jou help?
509. Marie: (stilte) Ek weet nie. Miskien moet ek iets breek of gooi. (sy kyk rond en die res van die groep
510. ook)
511. Terapeut: Wat sien jy hier wat jy kan breek of gooi? (trek skouers op) Sien julle iets hier? (groep kyk
512. rond)
513. Tarien: Nee, hier's niks.
514. Terapeut: Wat anders, Marie?
515. Marie: Weet nie. Ek voel nie om te skree nie, nie hier en nou nie.
516. Terapeut: As jy skree sal jy nie alleen skree nie, die groep sal saam met jou skree. (aan die groep) Wat
517. dink julle kan ons doen? (stilte)
518. Marie: (half onseker) Ek is bang. Ek is bang dit help nie.
519. Terapeut: Jy is bang jy probeer dit ontlaai en dit gaan nie weg nie? (=sy knik "ja") Wil jy tog iets doen?
520. (knik "ja") Skree?
521. Marie: (meer kwaad) Okay
522. Terapeut: (aan groep) Is julle bereid om Marie te help skree? (groot oë en knik "ja") Kom ons gee die

523. klomp hier buite 'n rede om te wonder wat hier binne aangaan (hulle lag, staan op, die terapeut
524. verduidelik aan hulle om hulle hande teen mekaar te hou en vas te skop, en dan te druk. Die een
525. kant skree "nee" en die ander kant "ja" terwyl hulle druk - verspreiding: terapeut & Susan; Roux &
526. Marie; Joan & Tarien. Begin skree - Marie skree, draai skielik om en slaan aan die ruit agter haar,
527. terwyl sy moedeloos sug, dan bars sy in trane uit (die ruit het spons voor gehad waarmee ons dit
528. toegemaak het vir privaatheid) die groep hou op skree en staan net half verskrik. Marie staan styf
529. teen die muur en huil. Die terapeut gaan na Marie en vra haar (sonder om aan haar te vat) of
530. iemand haar kan vashou - sy knik "ja"
531. Terapeut: Is daar iemand spesifiek wat jy wil hê dit moet doen?
532. Marie: (sag, huilend en onhoorbaar) Weet nie...
533. Terapeut: Mag ek maar? (sy knik "ja", die terapeut vat haar aan die skouers (sy is half verstyf), gaan staan
534. in lyn met die muur en trek haar oor teen haar en hou haar vas. Marie hou terapeut kramptig vas
535. en huil hardverskeurend verder. Die res van die groeplede kyk verward en onseker toe, stilte)
536. Terapeut: Kan die groep maar bykom? (sy knik "ja", terapeut wys met haar oë vir die groep om by hulle
537. aan te sluit. Die res kom en vorm 'n sirkeltjie om hulle en staan so totdat Marie bedaar het. Joan
538. het ook begin huil. Die groepie ontbind en gaan sit weer) Kom ons gesels bietjie hoe dit gevoel het
539. om die oefening te doen.
540. Tarien: (met meegevoel) Ek voel jammer vir Marie, ek wil haar help.
541. Terapeut: (aan Tarien) Sê dit vir haar.
542. Tarien: (aan Marie) Ek wil jou help en ek wens ek kon.
543. Susan: Die oefening het my bang laat voel, en ek het nie daarvan gehou nie.
544. Terapeut: (aan Joan wat steeds 'n bietjie huil) Joan?
545. Joan: Dis nie lekker nie, ek voel ook soos Marie. Ek verstaan (huil meer)
546. Terapeut: (aan Joan) Wil jy ons meer vertel? (sy knik "nee")
547. Marie: (angstig) Dit help nie. Die oefening het nie gehelp nie.
548. Roux: (aan terapeut) Ek wil vra. Ek het altyd begin vloek as ek kwaad word. Ek het gewonder of ek
549. gaan vloek, wat gaan ek doen? Ek was bang vir myself, maar het gedink omdat jy opleiding het sal
550. jy weet wat jy doen. En toe ek begin het, het ek nie gevloek nie. Ek wou nie op Marie skree of
551. vloek nie. Hoe werk dit?
552. Terapeut: (aan groep) Wat dink julle? (stilte)
553. Tarien: Ek dink jy was jammer vir haar. (lang stilte)
554. Terapeut: Die Here het jou verander Roux. Hy het jou nou meer sensitief vir ander gemaak. Jy dink eers
555. aan hulle behoeftes soos aan die van Marie, voordat jy impulsief optree en vloek.
556. Roux: (ingenome en selfvoldaan) Dis so. (glimlag)
557. Terapeut: Ons tyd is om. (hoor om die beurt by elkeen persoonlik of hulle okay is)
558. Joan: Ek sal okay wees. Ek wil graag nou alleen op my bed gaan huil totdat alles uit is.

559. Terapeut: Is jy seker? (Joan knik "ja")
560. Susan: Ek's okay.
561. Roux: Ek's ook okay.
562. Tarien: Ek's okay.
563. Terapeut: Marie, hoe voel jy? Wil jy 'n bietjie agterbly as die groep verdaag?
564. Marie: Asseblief. (groep verdaag, terapeut en Marie gaan af strand toe en herhaal daar die oefening. Sy
565. hou weer halfpad op en gaan sit op die strand en gooi sand in die see. Terapeut gaan sit op die
566. strand 'n ent agter haar. Sy wou nie dat die terapeut haar help nie, en moontlik het die terapeut se
567. teenwoordigheid haar gekeer om te voel en te doen wat sy wil. Sy het vir 'n lang ruk in die vlak
568. water in die see gaan staan en toe is hulle saam terug kamp toe. Sy het gemeld dat sy beter voel
569. maar dat die gevoelens nie weg is nie.)

Groepsessie 5

570. Terapeut: (groep kom in en begin gesels oor die dag se verrigtinge op die strand, die reën, wie waar
571. geslaap het en wie wat gedoen het. Die gesprekke begin vanself doodloop totdat almal stilbly.)
572. Hoe het julle gister se sessie beleef? (lang stilte)
573. Marie: Okay (stilte)
574. Terapeut: Hoekom sê jy so, Marie?
575. Marie: Ek het baie emosies gehad en dis uit (stilte)
576. Terapeut: Jy het baie verskillende gevoelens gehad en jy voel dit is uit? (sy knik "ja", stilte volg) En vir
577. julle? (verwys na ander)
578. Joan: Dit was lekker - ek voel beter.
579. Susan: Okay.
580. Tarien: Ook okay.
581. Terapeut: Definieer vir my wat "okay" vandag beteken. "Okay" is so 'n neutrale woord. Dit kan elke dag
582. 'n ander betekenis hê.
583. Tarien: Dit was anderste. (half onseker) Ek is nie so iets gewoond nie.
584. Roux: Ek het nie daarvan gehou nie. Dit was moeilik teenoor Marie, en ek hou nie daarvan om
585. aggressie uit te lok teenoor iemand anders nie. (lag ongemaklik)
586. Terapeut: Miskien sal ons nie vandag weer aggressief wees nie, miskien wel, maar ek dink nie so nie,
587. goed? (knik)
588. Roux: Ek sal bly wees as ons nie is nie, vir almal se onthalwe. (stilte)
589. Terapeut: Gister was 'n intense sessie, 'n moeilike sessie omdat daar so 'n verskeidenheid van gevoelens
590. was: skuld, woede, hartseer, aggressie. Die emosionele lading van die sessie was swaar, en dit was
591. vir julle almal baie moeilik gewees. Vandag sal ons dit rustiger probeer hou, hang af watter

592. emosies maak vandag hulle opwagting op die tafel. (stilte) Ons moet vandag ook begin dink aan
593. groepsterminering, want dis ons tweede laaste sessie.
594. Tarien: Afrikaans asseblief.
595. Terapeut: Groepopbreking, of be-eindiging. Die sessies hou more op en ons moet onself gereed maak
596. daarvoor. (lang stilte) Kom ons begin met 'n oefening net om die ergste stywe gevoel van "wat-
597. gaan-vandag-gebeur?" af te skud (groep lag ongemaklik). Maak toe julle oë en skuif so dat jy
598. gemaklik is en kan ontspan (doen asemhalingsoefeninge totdat almal gemaklik is) Verbeel jou jy is
599. op 'n stil en kalm plek. 'n Plek waar jy graag heen gaan as jy kalmte soek. Dis moet 'n spesiale
600. plek wees net vir jou. Dit kan enige plek wees: in die bos, in die veld, by die see, by 'n stroompie of
601. op die strand. Sien jouself soontoe loop en daar gaan sit. Ontspan, jy is totaal weg van alles en
602. almal, jy is rustig op jou eie alleen. As jy rustig is by so 'n plekkie, gee net vir my 'n aanduiding
603. met jou hand (terapeut wag totdat almal gewys het). Let op: wat hoor jy, ruik jy, sien jy? (stilte).
604. Kies enige voorwerp, die see, sand, klip, boom of enige iets wat jy graag sal wil saambring realiteit
605. toe, terug in die groepskamer, enige iets wat jou sal herinner aan die plekkie. Gee weer vir my 'n
606. aanduiding as jy so iets het (terapeut wag weer totdat almal gewys het). Staan op, neem die
607. voorwerp en stap terug groep toe. Maak jou oë oop en sien dat jy by die groepie is (wag totdat
608. almal klaar is). Kom ons hoor bietjie wat het elkeen saambring. (stilte)
609. Tarien: (antwoord byna dadelik) Ek haat hierdie stiltes waar niemand niks wil sê nie. (almal lag)
610. Terapeut: Goed Tarien, wil jy begin?
611. Tarien: Dit was lekker om net te "relax". Ek het daar gesit en my vriend se hond het daar eenkant gesit,
612. alleen. En ek het hom geroep en hy't by my kom sit en toe is hy nie meer alleen nie. Toe bring ek
613. hom terug.
614. Roux: Ek was by die Vaalrivier, ek en my broer. Ons het visgevang by Oranjeville. Ek het visstokke
615. saambring. Ek en my broer is albei mal oor visvang.
616. Marie: Ek het op die strand gesit. tussen die duine op 'n oop kolletjie waar net ek kon inpas. Toe bring
617. ek die see terug.
618. Terapeut: Hoekom die see, Marie?
619. Marie: Sy golwe is vol emosie, soos dit breek. Hy't 'n rustige karakter.
620. Terapeut: Joan?
621. Joan: Ek was by 'n kampvuur in die bosveld, ek het die vuur gebring.
622. Terapeut: Watter betekenis het die vuur vir jou, Joan?
623. Joan: Die vlamme is lewendig en jy kan daarin sien wat jy wil.
624. Terapeut: Susan?
625. Susan: Ek was by die stalle en het my droomperd teruggebring.
626. Terapeut: Dis baie interessant om te hoor wat elkeen teruggebring het. In elkeen van julle se beelde was
628. daar nog iets wat lewe: die see, vuur, broer, perde, jou vriend se hond. Maar kom ons laat dit daar.
629. Hoe voel julle nou? Meer rustig? (knik ja) Gister het ons oor skuldgevoelens, hartseer, en

630. aggressie gepraat. Ek weet nie hoe julle voel nie, maar ek dink nie dit is alles al heeltemal opgelos
631. nie. (stilte) Wat vandag baie naby aan my gekom het is "letting go". Dit volg half op die vorige
632. emosies. Hoe "let" ek "go"? Om 'n gevoel te "let go" is 'n proses waarin ek eers moet besef dat ek
633. so voel ('n bepaalde gevoel het), dan moet ek dit wys, en dan "let go", en eers daarna kan ek die
634. persoon wat die oorsaak van hierdie gevoel is (was), "let go" of laat gaan. Ons kan nie by
635. aanvaarding kom as ons nie die emosies daarrondom eers 'n spreekbeurt gegee het en laat gaan het
636. nie ("let go"), en so eventueel ook nie die persoon "let go" nie. Dit voel vir my (en hiermee moet
637. julle my help), dit voel vir my asof julle in die groep al heelwat emosies "let go" het. Party het in
638. die groep en ander het dit buite die groep gedoen. Is daar een van julle wat dalk anders daarvoor
639. voel of dink? (almal stem saam) Ek wil hê dat as jy voel daar is nog enigsins emosie in jou
640. waarmee jy kamp toe gekom het of wat in die groep losgekome het en jy het dit nog nie "let go" nie,
641. dat jy so sal sê (gaan in groep om, almal s'n behalwe Marie en Susan s'n; Susan het gevoelens oor
642. ander goed as die dood wat nog nie ge"let go" is nie, seer wat sy graag sal wil uithuil (sy het met
643. die aandprogram heeltemal oopgebreek en vir die eerste keer (volgens haar) gehuil soos 'n baba.
644. Die terapeut was in die omgewing en het haar bygestaan) Marie voel nog deurmekaar, nie oor die
645. dood goed nie, maar in die algemeen. Volgens haar is dit beter as die vorige dag. Terapeut maak
646. weer in die groep seker dat almal die emosies ge"let go" het, en vra of hulle gereed voel om die
647. persoon te "let go".)
648. Tarien: Ek het hom reeds ge-"let go". (Joan en Roux stem saam dat hulle dit ook reeds gedoen het.
649. Marie en Susan sê niks.)
650. Terapeut: (stel 'n afskeidsritueel voor, en verduidelik aan die groep dat die begrafnis die "let go" van die
651. persoon se liggaam simboliseer en dat dit 'n sigbare ritueel is. Soms is nog 'n ritueel nodig om die
652. persoon se siel te "let go" en die fisiese verhouding wat daar was tussen die groepslid en die
653. persoon toe hy/sy geleef het, te beïndig. Die verhouding kan nie meer bestaan nie, want die
654. persoon is weg. Die mooi van herinneringe bly, maar die verhouding moet laat gaan word, ten
655. einde die individu te help om nuwe sinvolle emosionele verhoudings te sluit. Die terapeut
656. reflekteer uit hulle persoonlike gesprekke, dat hulle almal gesê het hulle vertrou nie ander mense
657. nie of laat hul nie naby aan hulle toe nie. Party isoleer hulself, het onttrek en wou nie meer
658. betrokke raak by mense nie, omdat hulle nog nie ge"let go" het nie. Hulle het te seergekry in die
659. verhouding en hou vas aan die seer om die persoon te probeer hou, en hulle is bang om weer te
660. waag in 'n nuwe verhouding. Maar die persoon moet ook weggee word en daarom is 'n ritueel
661. nodig. Terapeut verduidelik dat die ritueel so 'n "letgo" geleentheid is waarin al die ander laste wat
662. die individu dalk nog dra oor sy/haar verhouding met die afgestorwene, (wat gebeur het en wat nie
663. gebeur het nie - skuld, vrese, twyfel) van ontslae kan raak. Wanneer die verhoudingsbande gesny
664. word kan die groepslid ook die laste van hom-/haarself afgooi. Herinneringe van die mooie (soms
665. ook die lelike) bly, en hy/sy sal die afgestorwene steeds mis. Dis normaal, maar hy/sy is vry om

666. aan te gaan met sy/haar lewe en nuwe verhoudings.) Ontspan en gaan weer na jou veilige plek. As
 667. jy daar is, wys net vir my met jou hand. (wag totdat almal gewys het) Sien hoe jou geliefde na jou
 668. toe kom en langs jou kom sit. Wys weer vir my hy daar is (almal wys na 'n lang ruk). Jy gaan nou
 669. met die persoon gesels en hom/haar vertel hoe jy voel en wat jy nog altyd wou, maar nooit tyd voor
 670. gehad het nie. As jy sy beeld verloor gee net weer 'n aanduiding met jou hand, dan wag ons eers tot
 671. hy weer by jou terug is voordat ons aangaan. (terapeut skets 'n situasie waar die groeplid se
 672. geliefde wat afgesterf het by hom/haar kom sit en die veilige plekkie saam met hom/haar geniet.
 673. Dan begin 'n gesprek tussen hulle waarin die groeplid alle vrae en ander onafgehandelde temas met
 674. die geliefde bespreek en deurpraat (elke individu doen dit in sy/haar gedagtes) Roux en Tarien
 675. verloor die persoon, en kry die persoon weer terug. Terapeut gee genoeg tyd vir elkeen om dit af te
 676. handel. Roux, Joan en Marie huil saggies terwyl hulle deur die ritueel gaan. Daarna versoek die
 677. terapeut die groeplede om Jesus ook in die prentjie in te nooi en aan te dui as Hy daar is. Dan volg
 678. 'n gesprek tussen die drie van hulle waarin die groeplid afskeid neem van die geliefde en hom/haar
 679. aan Jesus oor te gee. Dele van die "script" is onduidelik, maar hier volg die einde): ...en ek wil dit
 680. nooit-oit verloor nie. Hoe moeilik dit ookal vir my is, moet ek jou laat gaan en jou totsiens sê,
 681. want my lewe moet aangaan. Ek is en bly baie lief vir jou, en onthou ek dra jou herinneringe altyd
 682. in my hart. Dankie dat jy my 'n lewe gun. 'n Lewe waarin ek nie meer skuldig hoef te voel oor ons
 683. verhouding of gedagtes/drome ens. wat ek van jou gehad het nie. Dankie dat jy wil hê dat ek voluit
 684. vorentoe moet lewe, en die lewe kan geniet al is jy nie meer daar om dit saam met my te deel nie.
 685. Here Jesus, ek het _____ se liggaam destyds by die begrafnis vir U gegee, vandag gee ek
 686. _____ emosioneel ook vir U. Dankie dat ek kan weet by U is hy veilig en dat U ook nou
 687. in my seer en swaarkry by my is. Help my en sterk my om te kan "cope" en met my lewe aan te
 688. gaan. In Jesus se naam. Amen. (Susan sukkel, Roux en Susan huil steeds 'n bietjie (Joan het
 689. volgens haar groepleier na die spesifieke groepsessie vreeslik gehuil, maar sy wou nie daarvoor praat
 690. nie) Die terapeut versoek die groeplede om te sien hoe hul geliefde veilig saam met Jesus wegstap
 691. na 'n gelukkige lewe, terwyl die terapeut 'n lied van David Meece speel ("In my brokenness") Joan
 692. se liggaamstaal wys sy voel alleen en seer; Roux steek arms in die lug; Marie begin ook effens huil;
 693. Tarien wys geen emosies nie; Susan vroetel ongemaklik (sy het ophou huil) stilte) As jy gereed voel
 694. kan jy terugkom groep toe en kamer toe (wag rukkie, almal kom terug behalwe Marie wat langer
 695. vat)
696. Roux: Ek wil net sê (huil) dis so lekker om te weet (huil) dat my pa by Jesus is en ek wens hy (huil) kan
 697. sien dat ek 'n kind van Jesus geword het. (huil)
698. Terapeut: Ek dink hy weet dit Roux (stilte). Wil jy hê dat iemand jou 'n drukkies moet kom gee?
699. Roux: Nee, dis nie nodig nie. (stilte)
700. Terapeut: Goed (wag) okay (stilte) hoe het julle dit ervaar? (opname onduidelik maar gevoelens van seer,
 701. goed, verligting is gemeld). Onthou, jy mag voel, met tye sal jy nog hartseer en die gemis voel, dis

702. normaal. Voel julle gereed om kamer toe te gaan. (almal knik) Ek is steeds 24 uur beskikbaar,
703. julle almal weet waar my kamer is. Kom praat gerus. (groep sluit af met die kreet)

B.6. GROEPSESSIE SES

Agtergrond: 'n tafel is in die vertrek ingedra en gedek met kerslig, blomme en skyfies. Daar is gereël met 'n ander span om die kos te bring net nadat die sessie in aanvang geneem het.

704. Terapeut: (Almal daag op en gaan by die tafel sit. Die luim is redelik lig, ook in die lig daarvan dat dit die
705. laaste aand van die kamp is en hulle opgewonde is oor die kampprogram. Die ete is by kerslig
706. genuttig, terwyl die dag se gebeure bespreek is.) Hoe het dit gegaan na gister se sessie, ook gister-
707. aand na die aandprogram?
708. Roux: Baie goed, ek het na gister nie weer tyd gehad om te dink nie want ons was die hele tyd nog
709. besig. As ek wel dink, soos 'n rukkie gelede, dan is dit nie meer so seer nie.
710. Terapeut: (aan Roux) Gister was nogal intens, ook vir jou. Jy het baie mooi gepraat gister by die
711. aandprogram. (Roux het met die aandprogram aan die res van die kampgangers vertel wat die
712. kamp en die groep vir hom beteken en die verandering wat hy as mens ondergaan het weens die feit
713. dat hy Jesus as sy Saligmaker aangeneem het. Die groep beaam die terapeut se opmerking) Hoe
714. voel julle ander na gister?
715. Tarien: (tussen die eet deur) Okay, beter.
716. Joan: Ek was baie hartseer gister na die sessie en wou die hele tyd net huil. (half eenkant)
717. Marie: (aan Joan) Ek het dit gesien, gister was vir my ook erg.
718. Terapeut: Susan?
719. Susan: Dit was swaar. (nadenkend) My skuldgevoelens is weg, maar die hartseer is nog daar.
720. Terapeut: Dit was vir jul almal baie swaar gewees en julle het omtrent dieselfde gevoelens ervaar, ook na
721. gister. Kom ons gesels bietjie oor al die emosies wat op die tafel gekom het, vanaf dag een: skuld,
722. hartseer, woede en aggressie. Voel julle dat daar enigsins nog gevoelens onaangeraak is, met ander
723. woorde: het ons alles wat op die tafel gekom het aangespreek? (stilte) Kom ons gaan op die ry af
724. (almal voel dat alles aangespreek is en al die gevoelens afgehandel is - tog voel die terapeut dat
725. Susan en Marie se rouprosesse nog nie afgehandel is nie). Dan is dit goed.
726. Roux: (aan die terapeut) Voel jy ons het alles deurgewerk?
727. Terapeut: Ek dink dit wat op die tafel gekom het, het ons aangeraak. Ek hoop dit was voldoende. Ek sal
728. nie weet of dit vir julle elkeen afsonderlik voldoende was nie, daarom is dit nodig om by julle te
729. hoor hoe jul daarvoor voel. Elkeen gaan subjektief dalk anders daarvoor voel. As jy nou in jou hart
730. voel dat alles deurgewerk is, dan was dit vir jou voldoende. As jy twyfel of bewus is van ander

731. gevoelens of onsekerheid, dan kan jy dit in die groep noem, of later met my kom gesels daaroor.
732. Dink bietjie na oor jou eie doelwit wat jy vir jouself gestel het vir die sessies. Kan julle hulle nog
733. onthou? (hulle skud "nee") Ek het die notas gebring, en sal dit voorlees sodat ons net kan
734. kontroleer of ons bereik het wat ons wou bereik het. Ook vir terugvoer aan toekomstige groepe.
735. Roux: Ek wil net sê dis makliker as jy vrae vra en ons hoef net te antwoord. Dit lok makliker reaksie
736. uit, want dis makliker om vrae te antwoord as wanneer jy self moet begin praat.
737. Tarien: Ja, die stiltes was my dood. (groep lag)
738. Terapeut: So, dalk eerder name ook vra as ek vrae vra en meer struktuur is belangrik. (groep beaam.
739. Terapeut deel aan elkeen sy doelwit uit en elkeen lees sy eie doelwitte uit die persoonlike
740. onderhoud deur en ook dit wat hy geskryf het in die O.G. Pre-Intervensie Vraelys. Elkeen
741. antwoord in hoe 'n mate hy voel hy die doelwit bereik het. Elkeen voel sy doelwit is bereik.)
742. Tarien: Ek voel ek het meer aanvaarding gekry oor my vriend se dood.
743. Susan: Ek voel ek het nog baie seer oor ander dinge wat moet uitkom. Ander dinge wat ek nog nie oor
744. gepraat het nie en ook nie in die groep oor kan praat nie. Wat M. se dood betref voel ek meer
745. verlig. Ek voel nie meer so skuldig soos aan die begin nie. Ek wou nie eers groep toe gekom het
746. nie, onthou?
747. Roux: Ek het net gevoel ek kon, eintlik het ek geweet, ek kan nooit met sielkundiges of kopdokters praat
748. oor wat met my gebeur het en oor my lewe nie. Ek het nooit by hulle baat gevind nie. Hulle ken
749. nie my omstandighede en goed nie, en hoe ek voel nie. Ek het net gevoel met die mense hierso,
750. hulle voel dieselfde as ek en vir my die belangrikste is dat hoe ek dit sien, dit sal nie noodwendig
751. nou makliker gaan nie, maar hoe ek gaan "cope" is hoe ek hier geleer het, hoe om dit te hanteer.
752. Om dit na God toe te vat. Ek het my saak met die Here reggemaak en Hy sal my vorentoe help.
753. (lang stilte)
754. Terapeut: (aan Roux) So Roux, jy voel jy het geleer om beter te "cope" en om jou pa se dood beter te
755. aanvaar. Dit was ook jou doelwit gewees. (stilte) Susan, jy het 'n belangrike ding gesê en dit was
756. dat daar nog gevoelens in jou is oor ander dinge wat nog nie deurgewerk is nie. Dis belangrik dat
757. as enige een van julle voel dat julle nog met iemand sal wil gesels oor dit wat emosioneel jou nog
758. terughou om die lewe voluit te leef, dan kan ek kyk wie in jou omgewing bly met wie jy later by die
759. huis mee kan gaan gesels. Kan julle nou al sê? (groep voel hulle is "okay") Julle sal onthou dat ek
760. vroeër aan die begin genoem het dat hierdie groepsessies deel van 'n navorsingsprogram is en ek
761. wil net weer by julle bevestig dat dit in orde is om die inligting streng vertroulik en anoniem te
762. gebruik vir die studie. Kan ek net skriftelik ook julle toestemming kry asseblief? (Groep
763. onderteken 'n papier en gee so toestemming. Die terapeut lê weer dieselfde T.A.T.-kaarte aan hulle
764. voor, asook die Beck Depressie Skaal en O.G.Post-Intervensie.)
765. Roux: Weer vorms...dit vat my altyd 'n ewigheid. Kan ek net eers klaar eet?
766. Terapeut: Ja, doen dit so tussenin. (groep eet en merk hulle eie Beck Skale. Terapeut gesels oor die

767. styging of daling van Beck punte, sedert die eerste toetsing.) Ek wil hê dat elkeen sal neerskryf
768. watter dier jy dink dië ander in die groep jou aan laat dink en hoekom. (hulle lyk deurmekaar en
769. wonder wat die doel daarvan kan wees, tydsverloop, hulle lag) Moeilik ne? Kom ons gaan sommer
770. so op die ry af, Joan?
771. Joan: Ek het gesê Anita (terapeut) is soos 'n poedeltjie, want jy kan ure sit en luister; Susan is soos 'n
772. perd, vir jou liefde vir perde en jou mooi geaardheid; Tarien het ek gesê laat my aan 'n kat dink,
773. een oomblik vrolik, dan weer stil, maar liefdevol; Marie is soos 'n dolfyn, rustig maar jy is eintlik
774. dinamiet; en Roux het ek gesê is soos 'n walvis, groot met 'n goeie hart.
775. Susan: By jou het ek gesê (terapeut) jy is soos 'n perd, want jy is vry. Ek kan ook met my perde praat en
776. weet hulle luister net soos wat jy luister. Ek vertrou ook my perde met alles; Joan het ek gesê jy is
777. soos 'n hond, jy kan 'n mens se vriendin wees, stil en altyd daar; Tarien is soos 'n springbokkie,
778. want sy is klein maar sy dra 'n deel by, altyd vol lewenslus; Marie is soos 'n "weeping willow" want
779. sy lyk altyd hartseer en voel jammer, maar ook vry in die wind; Roux is 'n skilpad vir die manier
780. waarop hy praat, maar hy bereik altyd wat hy wil al is hy dalk stadig.
781. Tarien: Goed, ek het gesê Anita (terapeut) laat my aan 'n leeu wyfie dink, want sy is sorgsaam en maak
782. tyd vir ander dinge ook; Susan laat my aan 'n mier dink, baie bedrywig om van haar gevoelens weg
783. te kom; Joan laat my aan 'n seemeeu dink, want sy is rustig en kyk net alles uit; Roux laat my aan
784. 'n leeu dink want hy maak sy punt en volhard daarby; en Marie laat my aan 'n olifant dink want sy
785. is saggeaard en liefdevol.
786. Marie: Anita laat my aan 'n skilpad dink, want sy werk stadig en seker, met wysheid; Joan laat my aan 'n
787. blouwildebees dink, want op haar manier was sy baie hartseer; Susan laat my ook aan 'n perd dink,
788. want sy is lewenslustig, soms onhanteerbaar en onverstaanbaar; Tarien laat my aan 'n zebra dink,
789. want sy is mooi opgewonde, maar baie versigtig en effens bang; en Roux laat my aan reëndruppel
790. dink, want hy is nuut en skoon.
791. Roux: Jy (terapeut) is soos 'n uil want jy het baie kennis oor die lewe, maar jy is ook soos 'n meerkat,
792. want jy tart mens uit en lok mens se emosies uit; Joan is soos 'n hasie - die mooi natuur straal uit
793. haar uit; Susan is soos 'n perd, haar liefde vir die diere het my daaraan laat dink; Tarien is soos 'n
794. blou apie, want jy is 'n baie nuuskierige mens wat alles wil uitwerk; en Marie is soos 'n krimpvarkie
795. want sy trek haar in teenoor alles wat haar kan seermaak.
796. Terapeut: Joan, jy laat my aan 'n verkleurmannetjie dink, want jy sal stilsit en waarneem en as jy oorgaan
797. tot aksie, deur iets te sê of te ervaar, dan is dit intens en akkuraat. Susan, jy laat my aan 'n slang op
798. vlug dink, want jy vlug weg van jou emosies af, maar jy het inherent die potensiaal om by jou
799. gevoelens uit te kom en dit te ervaar - 'n slang hoef nie te vlug vir dit wat hy as bedreiging beskou
800. nie, want hy is sterk genoeg om homself deur die moeilikhede te help. Tarien, jy laat my aan 'n
801. skilpad dink, want jy kom nie maklik uit jou dop nie en wys nooit jou volle self nie. Mens kan nie
802. altyd by jou binnekant uitkom nie, want jy het 'n harde veilige beskerming nodig. Marie, jy laat my
803. aan 'n rothweiler dink, want jy het goed geleer om jou eie gebied (en gevoelens) te beskerm, as

804. mens nader aan jou wil kom moet jy versigtig nader kom: "handle with care". En Roux, jy laat my
805. aan 'n Staffordshire Terrier dink, want jy is oop en ontvanklik, getrou met baie volharding en
806. uithouvermoë. (die groep geniet dit baie en ruil adresse uit. Die terapeut sluit die sessie af deur te
807. lees uit 2 Kor. 5/4, die deel wat handel oor die mens wat maar net 'n kleipot is. Gesels 'n bietjie
808. daaroor en die mens se sterflikheid wat hom/haar eintlik dwing om die beste van elke geleentheid
809. gebruik te maak. Die terapeut sluit af met 'n gebed waar sy vir elke groeplid afsonderlik bid dat
810. God hom/haar sal seën en vorentoe in die lewe sal help, ook met die aanvaarding van die afsterwe
811. van sy/haar geliefde en gevoelens daarrondom. Die groep help die terapeut die vertrek opruim en
812. groet soos die gewoonte met die ritueel en drukkies, en verdaag na die aandprogram.)

(Groep het ook kontak begin maak in die af tye, hou mekaar dop en gee drukkies, maar nie op 'n intense wyse
nie, dus kontak half meer toevallig as intensioneel)

AANHANGSEL C: PERSOONLIKE VRAELYS I

Naam: _____ Span: _____

Die vraelys word aan die hand van 'n 5-puntskaal bentoord, waar 1 in die meer negtiewe rigting en 5 in die meer positiewe rigting lê. Moenie te lank oor die vrae dink nie, maar probeer so vinnig as moontlik jou eerste gedagte in die toepaslike blokkie te merk.

Skaal: 1=baie min; 2= min; 3=onseker; 4=redelik baie; 5=baie

Voorbeeld: Hoe aangenaam het jy die busrit ervaar?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

In hierdie geval het die persoon die rit nie aangenaam ervaar nie.

Hoe graag sou jy eerder wou afvlieg kamp toe ?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

In hierdie geval wou die persoon baie graag eerder afvlieg kamp toe.

1. Is jy gemaklik daarmee om oor jou geliefde te praat?	1	2	3	4	5
2. Hoe gereeld dink jy aan die geliefde wat jy deur die dood verloor het?	1	2	3	4	5
3. Hoe gereeld droom jy van jou geliefde?	1	2	3	4	5
4. Hoe gereeld besoek jy die grag?	1	2	3	4	5
5. Hoe gereeld word jy bewus van gevoelens van skuld?	1	2	3	4	5
6. Hoe jou sy die insiteit van die gevoelens kodeer?	1	2	3	4	5
7. Hoe gereeld word jy bewus van gevoelens van verdriet?	1	2	3	4	5
8. Hoe sou jy die intensiteit van gevoelens kodeer?	1	2	3	4	5
9. Hoe gereeld word jy bewus van gevoelens van aggressie?	1	2	3	4	5
10. Hoe sou jy die intensiteit van die gevoelens kodeer?	1	2	3	4	5
11. Hoe ondersteunend het jy jou familie tot dusver met betrekking tot jou verlies, ervaar?	1	2	3	4	5
12. Hoe ondersteunend ervaar jy jou vriende?	1	2	3	4	5
13. Hoeveel vrae en vrese dra jy in jou binneste rond aangaande die dood?	1	2	3	4	5
14. Hoe groot is die moontlikheid dat daar vir jou positiewe nagevolge uit jou verlies kan wees?	1	2	3	4	5

Rede vir deelname aan navorsingsprogram

Jou verwagtings van die groeps gesprekke

Waarvoor is jy bang rakende die groeps gesprekke?

AANHANGSEL C: PERSOONLIKE VRAELYS II

Naam: _____ Span: _____

Die vraelys word aan die hand van 'n 5-puntskaal bentoord, waar 1 in die meer negtiewe rigting en 5 in die meer positiewe rigting lê. Moenie te lank oor die vrae dink nie, maar probeer so vinnig as moontlik jou eerste gedagte in die toepaslike blokkie te merk.

Skaal: 1=baie min; 2= min; 3=onseker; 4=redelik baie; 5=baie

Voorbeeld: Hoe sinvol het jy die kamp ervaar?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

In hierdie geval het die persoon die kamp nie as sinvol ervaar nie.

Hoe graag sou jy meer "volleyball" op die kamp wou gespeel het?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

In hierdie geval wou die persoon baie graag meer "volleyball" op die kamp gespeel het.

1. In hoe 'n mate het die groeps gesprekke aan jou verwagtings voldoen?	1	2	3	4	5
2. Hoe sterk het jy deel gevoel van die groep waarin die gesprekke gevoer is?	1	2	3	4	5
3. Hoe sterk het jy bewus geword van gevoelens van verdriet gedurende die sessies?	1	2	3	4	5
4. Hoe sinvol het jy die gesprekke van jouself beleef?	1	2	3	4	5
5. Hoe graag sou jy aan 'n groep slegs van jou eie geslag wou deelneem het?	1	2	3	4	5
6. Hoe sterk het jy bewus geword van verligting van gevoelens van verdriet gedurende die sessies?	1	2	3	4	5
7. Hoe graag verlang jy verdere ondersteuning soos bv. deur jou predikant as jy terug by die huis is?	1	2	3	4	5
8. Hoe sterk het jy bewus geword van gevoelens van skuld gedurende die sessies?	1	2	3	4	5
9. Hoe graag sou jy in 'n groep waarvan die groepslede van beide geslagte was, wou deelgeneem het?	1	2	3	4	5
10. By die laaste sessie, hoe genesend het jy die hele gesprek (oor 6 sessies) gevind?	1	2	3	4	5

11. Hoe sterk het jy bewus geword van gevoelens van aggressie gedurende die sessies?	1	2	3	4	5
12. Hoe ondersteunend het jy die leierskap ervaar.	1	2	3	4	5
13. Hoe graag sou jy weer so 'n groep wou bywoon?	1	2	3	4	5
14. Hoe sterk het jy bewus geword van verligting van gevoelens van skuld gedurende die sessies?	1	2	3	4	5
15. Hoe graag sou jy 'n persoon van jou eie geslag as groepleier wou gehad het?	1	2	3	4	5
16. Hoe vertroulik het jy die gesprekke ervaar?	1	2	3	4	5
17. Hoe ondersteunend het jy jou Radix (ten opsigte van verlies) ervaar?	1	2	3	4	5
18. Hoe gereeld het jy gesprekke met iemand op die kamp, rakende jou verlies gevoer? (groepsessies uitgesluit)	1	2	3	4	5
19. Hoe sterk het jy bewus geword van verligting van gevoelens van aggressie gedurende die sessies?	1	2	3	4	5
20. Hoe bydraend was jou goedsdiensbelewensisse ten opsigte van jou deelname aan die sessies?	1	2	3	4	5
21. Hoe bydraend is jou godsdienstbelewensisse ten opsigte van jou gevoelslewe?	1	2	3	4	5
22. Hoe bydraend is jou godsdienstbelewensisse ten opsigte van jou huidige vriendskappe?	1	2	3	4	5

Enige kommentaar ter aanbeveling van sulke gespreksgroepe op toekomstige Winterkampe?

AANHANGSEL D: BECK DEPRESSIE-VRAELYS

BECK INVENTORY

Name _____ Date _____

On this questionnaire are groups of statements. Please read each group of statements carefully. Then pick out the one statement in each group which best describes the way you have been feeling the **PAST WEEK, INCLUDING TODAY!** Circle the number beside the statement you picked. If several statements in the group seem to apply equally well, circle each one. Be sure to read all the statements in each group before making your choice.

- | | |
|---|--|
| 1 0 I do not feel sad.
1 I feel sad.
2 I am sad all the time and I can't snap out of it.
3 I am so sad or unhappy that I can't stand it. | 12 0 I have not lost interest in other people.
1 I am less interested in other people than I used to be.
2 I have lost most of my interest in other people.
3 I have lost all of my interest in other people. |
| 2 0 I am not particularly discouraged about the future.
1 I feel discouraged about the future.
2 I feel I have nothing to look forward to.
3 I feel that the future is hopeless and that things cannot improve. | 13 0 I make decisions about as well as I ever could.
1 I put off making decisions more than I used to.
2 I have greater difficulty in making decisions than before.
3 I can't make decisions at all anymore. |
| 3 0 I do not feel like a failure.
1 I feel I have failed more than the average person.
2 As I look back on my life, all I can see is a lot of failures.
3 I feel I am a complete failure as a person. | 14 0 I don't feel I look any worse than I used to.
1 I am worried that I am looking old or unattractive.
2 I feel that there are permanent changes in my appearance that make me look unattractive.
3 I believe that I look ugly. |
| 4 0 I get as much satisfaction out of things as I used to.
1 I don't enjoy things the way I used to.
2 I don't get real satisfaction out of anything anymore.
3 I am dissatisfied or bored with everything. | 15 0 I can work about as well as before
1 It takes an extra effort to get started at doing something.
2 I have to push myself very hard to do anything.
3 I can't do any work at all. |
| 5 0 I don't feel particularly guilty.
1 I feel guilty a good part of the time.
2 I feel quite guilty most of the time.
3 I feel guilty all of the time. | 16 0 I can sleep as well as usual.
1 I don't sleep as well as I used to.
2 I wake up 1-2 hours earlier than usual and find it hard to get back to sleep.
3 I wake up several hours earlier than I used to and cannot get back to sleep. |
| 6 0 I don't feel I am being punished.
1 I feel I may be punished.
2 I expect to be punished.
3 I feel I am being punished. | 17 0 I don't get more tired than usual.
1 I get tired more easily than I used to.
2 I get tired from doing almost anything.
3 I am too tired to do anything. |
| 7 0 I don't feel disappointed in myself.
1 I am disappointed in myself.
2 I am disgusted with myself.
3 I hate myself. | 18 0 My appetite is no worse than usual.
1 My appetite is not as good as it used to be.
2 My appetite is much worse now.
3 I have no appetite at all anymore. |
| 8 0 I don't feel I am any worse than anybody else.
1 I am critical of myself for my weaknesses or mistakes.
2 I blame myself all the time for my faults.
3 I blame myself for everything bad that happens. | 19 0 I haven't lost much weight, if any, lately.
1 I have lost more than 5 pounds. I am purposely trying to lose weight.
2 I have lost more than 10 pounds by eating less. Yes _____ No _____
3 I have lost more than 15 pounds. |
| 9 0 I don't have any thoughts of killing myself.
1 I have thoughts of killing myself, but I would not carry them out.
2 I would like to kill myself.
3 I would kill myself if I had the chance. | 20 0 I am no more worried about my health than usual.
1 I am worried about physical problems such as aches and pains; or upset stomach; or constipation.
2 I am very worried about physical problems and it's hard to think of much else.
3 I am so worried about my physical problems that I cannot think about anything else. |
| 10 0 I don't cry any more than usual.
1 I cry more now than I used to.
2 I cry all the time now.
3 I used to be able to cry, but now I can't cry even though I want to. | 21 0 I have not noticed any recent change in my interest in sex.
1 I am less interested in sex than I used to be.
2 I am much less interested in sex now.
3 I have lost interest in sex completely. |
| 11 0 I am no more irritated now than I ever am.
1 I get annoyed or irritated more easily than I used to.
2 I feel irritated all the time now.
3 I don't get irritated at all by the things that used to irritate me. | |

Reproduction without author's express written consent is not permitted. Additional copies and/or permission to use this scale may be obtained from: CENTER FOR COGNITIVE THERAPY, Room 602, 133 South 36th Street, Philadelphia, PA 19104

AANHANGSEL E: T.A.T. NA-RESPONSE

GROEPLID I: JOAN

Kaart 1: 'n Seuntjie wat dalk dink oor sy vioolles wat hy nie so lekker regkry nie, omdat hy nie elke dag geoefen het soos wat hy veronderstel was om te doen nie.

Kaart 3GF: 'n Vrou wat 'n slegte dag agter die rug het en wat baie moeg en bedruk voel.

Kaart 8BM: 'n Seun wie se pa 'n noodoperasie moet ondergaan, maar hy is baie gerus daarvoor omdat God se lig op sy pa skyn.

GROEPLID II: ROUX

Kaart 1: 'n Seuntjie wat wonder wat hy gaan doen met die gebreekte viool of hy het rondgespeel en iemand se viool gebreek of hy het deur woede of moedeloosheid sy viool gebreek. Of hy wonder waar gaan hy geld kry om die viool se snare te vervang.

Kaart 3GF: Iemand ('n vrou) is baie teleurgesteld of sy het skokkende nuus gehoor of sy het afsku oor 'n persoon se dade.

Kaart 8BM: Dit is 'n persoon (seuntjie) wat terugdink aan 'n voorval, iemand wat 'n operasie ondergaan en hy wonder wat die uiteinde gaan wees.

GROEPLID III: SUSAN

Kaart 1: Dis 'n seuntjie by 'n viool en hy wonder oor hoe die viool gespeel word. Hy is depressief en kwaad omdat hy dit nie kan speel nie en hy sal op die uiteinde leer hoe om dit te speel.

Kaart 3GF: Die man het slegte nuus gehoor dat iemand dood is. Hy is hartseer en vol verdriet. Op die end kry hy hulp van iemand om die dood te verwerk.

Kaart 8BM: Hier is 'n seun in die voorgrond en hy is geskiet. Hy is vol pyn en lyding en kwaad vir die persoon wat hom geskiet het. Op die end word hy gesond en vergewe die persoon wat hom geskiet het.

GROEPLID IV: MARIE

Kaart 1: Hy kan nie konsentreer op sy werk nie want die huismense het hom ontstel. Hopelik gaan hy deurdruk en nie toelaat dat hulle hom ontstel nie.

Kaart 3GF: Die vrou is baie ontsteld en sy gaan iewers sit en huil.

Kaart 8BM: Daar was 'n ongeluk. Huidiglik is die seun baie ontsteld en sluit homself af van die werklikheid. Hopelik gaan hy nie alle gevoelens vir homself hou nie en die lewe beter leer aanvaar.

GROEPLID V: TARIEN

Kaart 1: Daar word vir die seuntjie iets gegee en hy weet nie mooi wat om te doen nie. Hy dink nou wat gaan hy doen. Wat hy ookal besluit het, het hy die slag na die tyd aanvaar.

Kaart 3GF: Sy het 'n teleurstelling gekry en sy is besig om daaroor te dink. Sy gaan haar probleem so goed as moontlik probeer oplos en aangaan.

Kaart 8BM: Daar was 'n ongeluk en die seuntjie wag vir sy pa en die gesondheidsuitspraak. Die seun moes die uitspraak aanvaar.