

## HOOFSTUK 3: TEORETIESE RAAMWERK

### 3.1 INLEIDING

Soos reeds in Hoofstuk 1 verduidelik, is die doel van hierdie navorsing om te ondersoek of die Ericksoniaanse benadering met sandspelterapie gekombineer kan word ten einde terapeutiese ingrepe daar te stel vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar. Twee sleutelemente word in die teoretiese raamwerk van die studie ingesluit:

- Die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar
- Kinders en adolessente.

In die lig van die doel van die studie is die kind en/of adolessent egter die hoofokus vir die teoretiese raamwerk. Daarna volg die Ericksoniaanse benadering tot terapie (gekombineer met sandspelterapie) wat as terapeutiese ingrepe moontlike verligting al dan nie kan bring vir die kind of adolessent wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.

### 3.2 TEORETIESE EN KONSEPTUELE RAAMWERK

#### 3.2.1 Teoretiese raamwerk

Smith (1995:21) noem ten opsigte van die teoretiese raamwerk die volgende:

*Providing a theoretical basis or foundation means that the researcher undertakes a systematic analysis of existing theory in order to acquire more expertise in the field of his research. Through an analysis of existing theories, the researcher obtains more insight into his problem field of study and how others see it; the researcher also takes cognizance of the methodology which other researchers have used to solve a similar problem.*

In hierdie verband noem Nieuwenhuis in Maree (2007) en Leonard (1994) dat 'n navorser haarself behoort te verantwoord ten opsigte van die ontologiese vraag, naamlik "Wat beteken dit om mens te wees en hoe is die wêreld vir ons verstaanbaar?" Hierdie vrae hou verband

met die metateoretiese en teoretiese aannames van die navorser, soos kortliks hieronder uiteengesit.

### **3.2.2 Metateoretiese aannames**

Volgens Nieuwenhuis in Maree (2007) het metateoretiese aannames betrekking op die mens en haar omgewing, en is die oorsprong daarvan in die filosofie geleë. Hoewel hierdie aannames geen epistemologiese uitsprake lewer nie, rig dit die navorsingsbesluite deurgaans.

### **3.2.3 Teoretiese aannames**

Teoretiese aannames is toetsbaar en bied epistemologiese uitsprake ten opsigte van die navorsingsveld (Nieuwenhuis in Maree, 2007). Hierdie aannames dra by tot die konseptuele raamwerk van die studie en is op die bestaande en aanvaarde teorieë van 'n dissipline gebaseer – in hierdie geval die opvoedkundige sielkunde.

## **3.3 KONSEPTUELE RAAMWERK**

Volgens Brink (2001) en Keeves en Sowden (1997) is die konseptuele raamwerk die struktuur wat die studie rig. Hierdie struktuur behels konsepte of sleutelfaktore wat die basis van die navorsing vorm, en is 'n raamwerk wat deur die navorser ontwikkel word nadat verskillende konsepte uit verskeie teorieë geïdentifiseer en op die studie van toepassing gemaak is. Die beskouing van die konseptuele raamwerk as 'n basisstruktuur vir navorsing sluit aan by Maree (2007) wat dit sien as 'n instrument waarmee die navorser probeer sin maak uit die realiteit wat sy bestudeer. Dit is dus nodig om in die volgende bespreking kortliks te let op die teorieë wat met die beplande navorsing verband hou ten einde 'n konseptuele raamwerk vir die studie daar te stel. In die volgende afdeling is die fokus derhalwe op die kind of adolessent binne die ekosistemiese teorie.

## **3.4 EKOSISTEMIESE TEORIE**

Die ekosistemiese teorie (Do

nald, Lazarus & Lolwana, 2002) is saamgestel uit die ekologiese (Bronfenbrenner, 1979) en sisteemteorieë (Capra, 1982) en dui aan hoe individue en groepe op verskillende vlakke in 'n dinamiese, interafhanklike en interaktiewe verhouding, asook binne 'n sosiale konteks verbind is. In die huidige studie waar kinders en adolessente as deelnemers aan die studie gebruik word, gaan ek van die standpunt uit dat alle kinders en adolessente deel van 'n ekosisteem is.

### 3.4.1 Ekologiese teorie

Die ekologiese teorie het sy oorsprong in Bronfenbrenner (1977; 1979; 2005) se ekologiese model van kinderontwikkeling. Volgens hierdie model is die inagneming van vier interaktiewe dimensies belangrik wanneer kinderontwikkeling bestudeer word (Donald *et al.*, 2002):

- Persoonlike faktore (bv. die temperament van die kind en/of haar ouer)
- Prosesfaktore (bv. die tipe interaksie wat binne 'n gesins- of skoolkonteks plaasvind)
- Kontekste (bv. gesinne, skole of plaaslike gemeenskappe)
- Tyd (bv. veranderinge oor tyd in die kind of omgewing).

Bronfenbrenner (1979) beklemtoon die belangrikheid van 'proksimale' interaksie in kinderontwikkeling (met ander woorde interaksie wat in aangesig-tot-aangesig en langtermynverhoudings plaasvind, byvoorbeeld tussen 'n ouer en kind of tussen 'n kind en 'n naby vriend). Die proses van proksimale interaksie word beïnvloed deur persoonlike faktore (bv. die kind se temperament), sowel as die aard van die kontekste waarbinne hierdie interaksie plaasvind. Hierdie persoonlike, proses- en kontekstuele elemente verander oor tyd, afhangende van die kind se ontwikkeling en verandering(e) in die omgewing(s).

Volgens die ekologiese teorie van Bronfenbrenner (in Donald *et al.*, 2002) behoort kinderontwikkeling bestudeer te word vanuit die uitgangspunt dat dit plaasvind binne vier interafhanklike sisteme, naamlik die mikro-, meso-, ekso- en makrosisteem. Voorgenoemde sisteme is in interaksie met die chronosisteem en word vervolgens bespreek.

### **3.4.1.1 Mikrosisteme**

Die sisteme waar kinders in volgehoue aangesig-tot-aangesig interaksie met bekende mense (byvoorbeeld die gesin, skool en portuurgroep) betrokke is, kan as mikrosisteme beskou word. Hierdie sisteme het betrekking op patrone van daaglikse aktiwiteite, rolle en verhoudings. Volgens Bronfenbrenner (in Donald *et al.*, 2002) vind die proksimale interaksies waarvan vroeër melding gemaak is binne hierdie sisteme plaas.

### **3.4.1.2 Mesosisteme**

Die mesosisteme kan beskou word as 'n stel mikrosisteme wat met mekaar geassosieer word, aangesien die portuurgroep-, skool- en gesinsisteme op hierdie vlak in interaksie met mekaar is. Met ander woorde, wat by die huis gebeur kan 'n invloed hê op hoe 'n kind by die skool, in terapie, tussen haar vriende, ensovoorts, reageer – en andersom. 'n Kind kan byvoorbeeld geen ondersteuning van 'n ouer ontvang nie, maar wel by 'n onderwyser of by haar portuurgroep. Alhoewel die gebrek aan ondersteuning by die huis die kind dus angstig en onseker kan laat voel, kan positiewe interaksie met byvoorbeeld 'n onderwyser of haar portuurgroep sodanige negatiewe gevoelens verminder. Die omgekeerde kan egter ook gebeur, naamlik dat 'n kind geborgenheid by die huis ervaar, maar verwerping by die skool beleef (Bronfenbrenner in Donald *et al.*, 2002).

### **3.4.1.3 Eksosisteme**

Hierdie sisteem sluit ander sisteme in waarby die kind nie direk betrokke is nie, maar wat wel 'n uitwerking het op die mense met wie sy proksimale verhoudings in haar mikrosisteme het. 'n Ouer se werksomstandighede of 'n sib se portuurgroep kan byvoorbeeld as eksosisteme in 'n kind se lewe beskou word (Donald, *et al.*, 2002).

### **3.4.1.4 Makrosisteme**

Die makrosisteme het betrekking op die dominante sosiale strukture, waardes en oortuigings wat al die ander sisteme beïnvloed, of wat deur al die ander sisteme beïnvloed word (d.w.s. die sosiale sisteem as geheel). 'n Kind kan byvoorbeeld leer dat sy respek vir ouer mense behoort te hê. Hierdie kulturele waarde sal dan die proksimale interaksies in haar

mikrosisteem beïnvloed en waarskynlik oorfloei na al die ander sisteme waarby sy betrokke is (Donald, *et al.*, 2002).

### **3.4.1.5 Chronosisteme**

Die interaksies tussen voorgenoemde sisteme en hul invloed op individuele ontwikkeling vind binne spesifieke tydsraamwerke plaas. Met ander woorde, 'n gesin, 'n skool of enige ander sisteem waarin die ontwikkelende kind betrokke is, kan op sigself as 'n proses van ontwikkeling beskou word. Hierdie sisteme is op hul beurt in interaksie met 'n kind se progressiewe fases van ontwikkeling (Donald, *et al.*, 2002).

### **3.4.2 Samevatting: ekologiese teorie**

Uit voorgaande is dit duidelik dat die ekologiese teorie gebaseer is op die interafhanklikheid en verhoudings wat tussen organismes en hul fisiese omgewings bestaan (Bronfenbrenner, 1979). Hierdie verhoudings word as 'n geheel beskou, waar elke deel ewe belangrik is en waar verandering in een verhouding/sisteem waarskynlik 'n verandering in ander verhoudings/sisteme teweeg sal bring. Volgens hierdie teorie word daar na ekologiese balans gestreef – wanneer die verhoudings en siklusse binne die hele sisteem in balans is, kan die sisteem onderhou word (Donald *et al.*, 2002).

Die persoon en haar omgewing is dus voortdurend met mekaar in interaksie en beïnvloed mekaar wedersyds. Bronfenbrenner in Donald *et al.* (2002) beklemtoon dat kinders se eie persepsie van hul kontekste (sisteme) sentraal is tot 'n begrip van die wyse waarop hulle daarmee omgaan. 'n Kind word dus nie slegs deur die omgewing beïnvloed nie, maar kan beskou word as 'n aktiewe agent aan haar eie ontwikkeling. Individue word volgens die ekologiese teorie as bevoeg beskou om aan te pas en om volgens verskillende omgewingsvereistes op te tree. Op dieselfde wyse kan die individu se rolverwagtinge van een omgewing na die volgende verskil. In hierdie studie word die kind of adolessent as deel van die genoemde sisteme gesien. Verder word aanvaar dat die kind of adolessent die sisteme beïnvloed, maar dat sy ook deur die verskillende sisteme beïnvloed word.

Die sisteemteorie word vervolgens bespreek.

### 3.5 SISTEEMTEORIE

Sisteemteoretici aanvaar dat individue slegs verstaan kan word binne die sosiale konteks waarbinne hulle bestaan. Satir en Minuchin (in Proschaska & Norcross, 2007:352) definieer 'n sisteem soos volg:

*A system is defined as a set of units or elements that stand in some consistent relationship with one another. A system comprises the separate elements as well as the relationships among those elements.*

'n Familiesisteem bestaan volgens hierdie definisie kennelik nie slegs uit byvoorbeeld vier individue nie, maar ook uit die verhoudings tussen die vier individue en die algehele konteks van die familie en reëls binne die familie.

Frisch (2006) sluit aan by Satir en Minuchin (2007) en redeneer dat 'n sisteem 'n stel georganiseerde eenhede of elemente is wat eers 'n eenheid vorm wanneer hierdie elemente deur 'n patroon gekombineer word. Volgens Frisch (2006) konstitueer dit die konsep *wholeness* (heelheid).

Voorstanders van die sisteemteorie beskou die verskillende vlakke en groeperings van 'n sosiale konteks as 'sisteme' waar die algehele funksionering van die sisteem afhanklik is van die interaksie tussen al die dele. 'n Skool of gesin kan byvoorbeeld elk as 'n sisteem beskou word. Volgens die sisteemteorie vind oorsaak-gevolg-verhoudings nie net in een rigting plaas nie, maar aksies word beskou op grond van die wyse waarop hulle mekaar op sikliese wyse beïnvloed. Elke sisteem is ook in interaksie met ander parallelle of wyer sisteme, byvoorbeeld die gesin as geheel is in interaksie met die skool, die kerk, ander families, ensovoorts (Donald *et al.*, 2002).

Verskeie ander elemente en prosesse is volgens Donald *et al.* (2002) en ander skrywers belangrik om enige sisteem te verstaan en word vervolgens bespreek.

#### 3.5.1 Doelwitte en waardes van die sisteem

Die sisteem as 'n geheel, sowel as die sisteem se interaksie met ander sisteme, beïnvloed en word beïnvloed deur beide die vanselfsprekende (openlik gestelde) en versteekte doelwitte en waardes van die sisteem. Byvoorbeeld, 'n vanselfsprekende doelwit van 'n gesin

kan 'ekonomiese vooruitgang' wees, terwyl 'die handhawing van manlike dominansie' 'n versteekte (en dikwels meer invloedryke) doelwit kan wees.

Volgens Von Bertalanffy (2003) word 'n lewende sisteem – soos 'n familie – as 'n 'oop' sisteem beskou, wat beteken dat energie vrylik binne sowel as buite die sisteem kan beweeg. Von Bertalanffy (2003) voer aan dat inligtingverskaffing die belangrikste tipe energie binne 'n lewende sisteem is aangesien aktivering van hierdie tipe energie (wat in wese neerkom op effektiewe kommunikasie) onsekerheid verminder. Wanneer inligting effektief tussen die verskillende sisteme en subsisteme (byvoorbeeld ouers en kinders binne 'n familiesisteem) oorgedra word, verbeter dit die vermoë van die sisteem om op goed georganiseerde wyse binne meer komplekse sisteme te funksioneer.

### **3.5.2 Subsisteme binne die sisteem**

Subsisteme kan beskou word as verskillende en soms oorvleuelende groeperings binne die sisteme, byvoorbeeld verskillende generasies binne 'n gesin. Een subsisteem kan ook met 'n ander subsisteem oorvleuel, byvoorbeeld seuns en dogters binne dieselfde gesin. Die wyse van kommunikasie tussen sisteme (met ander woorde, hoe duidelik en direk die kommunikasie plaasvind) is 'n belangrike element in die funksionering en interaksie daarvan. Byvoorbeeld, kommunikasie tussen ouers en hul kinders as subsisteme kan onduidelik wees en dus spanning tussen hierdie subsisteme veroorsaak. 'n Egpaar kan volgens Everett en Lee (2006) nie as twee onafhanklike sisteme gesien word nie, aangesien daar immers juis 'n verhouding tussen hierdie twee individue bestaan, en behoort daar eerder verwys te word na 'n huweliks-subsisteem.

### **3.5.3 Rolle binne die sisteem**

Die vanselfsprekende – en veral die versteekte – doelwitte van 'n sisteem hang saam met die wyse waarop rolle binne daardie sisteem gedefinieer en vertolk word. Die funksionering van die hele sisteem word hierdeur beïnvloed. Gesinslede kan byvoorbeeld 'n aantal verskillende rolle aanneem wat kan oorvleuel of soms teenstrydig kan wees. Algemene rolle sluit in ouer, kind, versorger, probleemoplosser, ensovoorts. Teenstrydigheid kan voorkom

wanneer daar byvoorbeeld van 'n kind verwag word om beide die rolle van kind en ouer aan te neem (in 'n geval waar een van die ouers byvoorbeeld afwesig is).

### **3.5.4 Grense**

Sekere grense bestaan onderling tussen subsisteme, asook tussen die sisteem en ander sisteme. Die funksionering van 'n sisteem of subsisteem word beïnvloed deur hoe rigied (geslote) of aanpasbaar (oop) die grense binne die sisteem is. Volgens Everett en Lee (2006) word sisteme op so 'n wyse georganiseer dat verhoudings tussen elemente grense binne die sisteem, asook binne-in elke subsisteem veroorsaak. In gesinne waar bloedskande byvoorbeeld gepleeg word, is die grense tussen die ouerlike subsisteem en die kinder-subsisteem diffuus en vaag. Werner-Wilson (2001) beaam hierdie standpunt en noem dat grense ook té rigied kan wees, met die gevolg dat bevredigende interaksie tussen individue binne 'n sisteem of tussen sisteme nie plaasvind nie. Families waarbinne kindermolestering byvoorbeeld plaasvind, mag om verskeie redes rigied van die breër (ondersteunende) sosiale sisteem afgesny wees. Dus kan hierdie familie nie die sosiale ondersteuning uit die groter sosiale sisteem aanvaar om die familie te ondersteun om die molestering te voorkom nie.

### **3.5.5 Tyd en ontwikkeling**

Sisteme, volgens Donald *et al.* (2002) behoort in terme van die dimensie van tyd en ontwikkeling beskou te word. Alle menslike sisteme verander en ontwikkel oor tyd; derhalwe word die sisteem as geheel deur ontwikkelingsveranderinge in dele van die sisteem beïnvloed. Die ontwikkeling van kinders vanaf baba- na kindertyd en deur adolessensie het 'n noemenswaardige effek op die wyse waarop 'n gesin funksioneer en ontwikkel. Ontwikkelingsveranderinge in een sisteem is ook in interaksie met ontwikkelingsveranderinge in ander sisteme. Met ander woorde, skole kan as sisteme beskou word wat mettertyd verander en ontwikkel. Dieselfde geld vir gemeenskappe, en die aard van die ontwikkeling in een sisteem beïnvloed die aard van die ontwikkeling in die ander – in volgehoue interaktiewe siklusse.



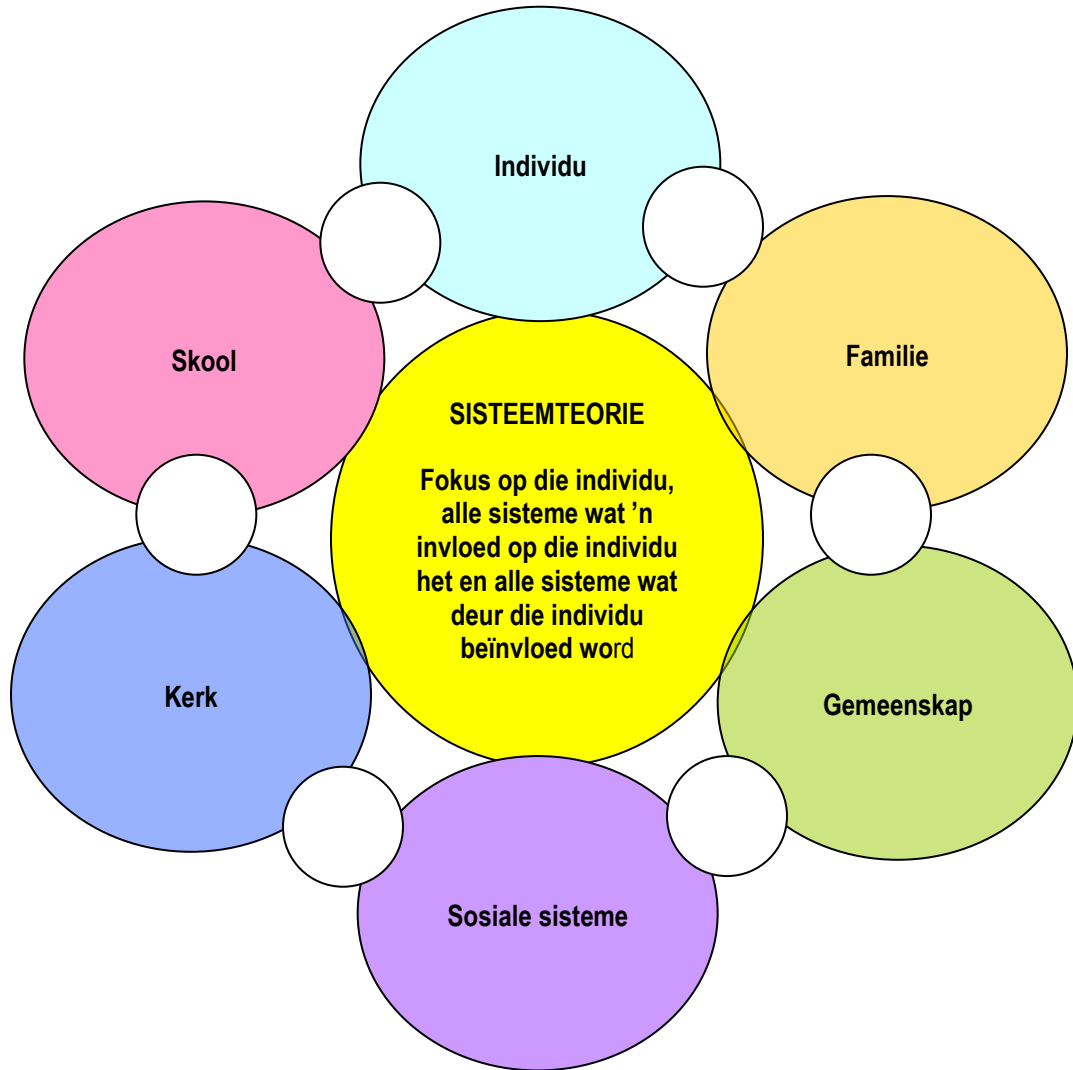
### **3.5.6 Die belangrikheid van die sisteemteorie vir my navorsing**

Namate die sisteemteorie oor die jare ontwikkel het, het terapeute wat die sisteemteorie as vertrekpunt vir hul praktykstigting sien, dit buite die domein van die familiesisteem begin aanwend (Olds, 1992; Prochaska & Norcross, 2007; Snyder & Whisman, 2005). Een van hierdie areas buite die familiesisteem is die individu, waar die psige en die sisteem binne die konteks van individuele psigoterapie hanteer word (Prochaska & Norcross, 2007; Everett & Lee, 2006). Hierdie feit is belangrik vir my studie aangesien ek heelwat op terapie met die individu gaan fokus.

Ek moet dit egter beklemtoon dat die familiesisteem ook betrek sal word, indien en waar moontlik. Die 'self' in die familiesisteem is immers volgens Snyder en Whisman (2003) amper 'herontdek' deur terapeute binne die sisteemteorie. Die familiesisteem sal altyd belangrik bly binne die sisteemteorie en sisteemteoretici sal aanhou om hul teorie in groter sosiale sisteme, soos byvoorbeeld in gemeenskappe, toe te pas.

Figuur 3.1 illustreer die invloed van sisteemteorie op die individu

**Figuur 3.1: Die invloed van sisteemteorie op die individu**



'n Volgende moontlike rigting waarin die sisteemteorie mag beweeg, is 'n ooreenstemmende diagnostiese sisteem vir disfunksionele families. Tradisionele diagnostiese skemas soos die *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (DSM-IV) (American Psychiatric Association, 2007) vind die oorsaak van 'n versteuring binne die individu en skep die verhoudingskontak tot 'n mate af (Prochaska & Norcross, 2007). Die outeurs van die DSM-IV het volgens Prochaska en Norcross (2007) ingestem om verhoudingsfunksionering te assessee en te oorweeg vir moontlike insluiting in die volgende uitgawe van die DSM. Verskeie organisasies het voorts saamgewerk om 'n uitgebreide tipologie van

familiediagnose daar te stel. Kaslow (1996) som die tipologieë op en stel enkele stappe voor vir die daarstel van 'n 'ware' interaksionele sisteem van kliniese diagnose.

'n Sisteem-georiënteerde waarde het duidelik in Erickson se werk en selfs in sy persoonlike lewe na vore gekom (Lankton, 1985). Hy het gepoog om sy kliënte deur die normale lewens- en familiesiklusse te laat beweeg deur te identifiseer waar hulle moontlik nie goed binne die eie lewens- en familiesiklus aangepas is nie. Die doelwit van Erickson se terapie was om kliënte by te staan en te ondersteun om noodsaaklike veranderinge aan te bring met betrekking tot hul eie houdings, persepsies, gedrag, emosies en selfbeeld. Die doel hiermee was om hulle in staat te stel om op 'n betekenisvolle manier te verbind of herverbind met die sisteme (familie, skool, kerk, sosiale sisteme, skool, ens.) waarop hulle 'n invloed uitoefen en waardeur hulle beïnvloed word (Lankton, 2004). Volgens Gilligan (2003) is hierdie klem om verandering in terapie vir die kliënt in totaliteit in haar groter sosiale konteks voort te bring, 'n kenmerk van die Ericksoniaanse benadering tot terapie. 'n Ericksoniaanse benadering is strategies- en sisteemgeoriënteerd desnieteenstaande die spesifieke tegniek wat gedurende die terapeutiese ingrepe gebruik word (O'Donohue & Cummings, 2006).

Volgens Lankton (2004) behels 'n strategiese benadering *the devising and employing of plans or strategems towards a goal*. Die Ericksoniaanse benadering sluit 'n versigtige assessering in van die individu en die sisteme waarbinne die individu funksioneer en behandel word, maar beklemtoon die stel van terapeutiese doelwitte eerder as die omhang van diagnostiese etikette (Lankton, 2004).

Carlson en Erickson (2003) meen dat binne die Ericksoniaanse terapie dit uiters belangrik is dat die terapeut eerstens verstaan wat die kliënt benodig om bepaalde doelwitte tydens terapie te bereik of wat sy behoort te leer vir groei om plaas te vind, en tweedens, wat sy benodig om normaal te ontwikkel en genoegsaam geluk te ervaar sodat simptoombiagnoses nie langer nodig is nie. Wanneer hierdie punt verstaan word, kan 'n intervensie vir die kliënt daargestel word om 'n spesifieke doelwit te bereik. In hierdie verband is die Ericksoniaanse benadering tot terapie strategies van aard en is die terapeut aktief verantwoordelik om doelwitte te stel, die behandeling te beplan en die intervensie te ontwerp ten einde terapeutiese doelwitte te bereik (Tyrer & Silk, 2008).

Lankton (2004) redeneer dat voorgenoemde stelling nie beteken dat die kliënt gemanipuleer word om by die standaard van die terapeut aan te pas nie, aangesien hierdie doelwitte na gelang van die kliënt se behoeftes van verandering opgestel word. Die kliënt bly te alle tye ten volle verantwoordelik daarvoor om die terapeutiese doelwitte wat gestel word te bereik, aangesien sy slegs sal verander op maniere wat vir haar betekenisvol en relevant is (Lankton, 2004).

Binne die sisteemterapie is daar tans 'n beweging na integrasie. Sisteemterapeute beskou hulself nie slegs as familieterapeute nie, maar sien hul styl as meer eklekties, waar ander psigoterapeutiese ingrepe saam met familieterapie tot voordeel van die kliënt gebruik word (Prochaska & Norcross, 2007). Hierdie aanslag kom ooreen met my navorsing en met Ericksoniaanse terapie in die algemeen.

### **3.5.7 Verband tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie en die ekosistemiese teorie**

Volgens Lankton (2004) kan die Ericksoniaanse benadering tot terapie as 'n subkategorie van strategiese terapie beskou word, aangesien dit rondom 'n integrasie van familieterapie en hipnoterapie sentreer. Hy argumenteer verder dat die Ericksoniaanse benadering tot terapie onafhanklik gegroei het, enersyds in die rigting van familieterapie en andersyds in die rigting van hipnoterapie, maar dat daar tog 'n filosofiese punt is waar die twee terapieë in die Ericksoniaanse benadering saamkom.

Tydens my navorsing wil ek graag fokus op die deelnemer as 'n sisteem binne ander sisteme, byvoorbeeld 'n familiesisteem, 'n sosiale sisteem, 'n skoolsisteem, ensovoorts. Binne die terapeutiese ingrepe wat ek beplan, word die deelnemer beskou as 'n individu wat beïnvloed word deur die sisteme waarvan sy 'n deel is. Terselfdertyd wil ek haar ook sien as iemand wat 'n invloed uitoefen op die sisteme waarvan sy 'n deel is – onder andere deur haar kommunikasie-vaardighede, uitkyk op die lewe, houding, ensovoorts.

In Tabel 3.1 word die verband tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie en die ekosistemiese teorie ondersoek.

**Tabel 3.1: Verband tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie en die ekosistemiese teorie**

	<b>Ericksoniaanse benadering tot terapie</b>	<b>Sandspelterapie</b>	<b>Sisteme</b>
1. Nie-patologies van aard	Volgens hierdie benadering is 'n individu se probleme die gevolg van haar pogings om by die veranderende behoeftes van familie- en sosiale netwerke aan te pas (Lankton, 2004).	Sandspelterapie fokus op die selfontdekking en selfontwikkeling van die kliënt (Pearson & Wilson, 2001).	Individu vorm deel van 'n familiesisteem en ander sosiale sisteme, bv. die skool.
2. Indirekte en/of direkte terapie	Tydens terapie word gepoog om die kliënt of lede van die familie te ondersteun om talente, hulpbronne, verskillende opsies en antwoorde te ontdek (Lankton, 2004).	Gedurende sandspelterapie word die kliënt ondersteun om haar eie hulpbronne te herontdek (Pearson & Wilson, 2001). Waterman (2003) dui aan dat die sandspelproses die kliënt kan ondersteun om haar diepste innerlike hulpbronne te herontdek.	Individu vorm deel van 'n familiesisteem en die familiesisteem is deel van 'n groter sisteem, nl. die gemeenskap.
4. Aksie-georiënteerd <sup>19</sup>	Die terapeut verwag van die kliënt en moedig haar aan om aksie te neem met betrekking tot onder andere doelwitstelling (Lankton, 2004).	Deur sandspelterapie kan die kliënt op 'n aksie-georiënteerde manier nie-verbale en simboliese kommunikasie gebruik (Drewes, 2009).	Die individu vorm ook deel van die terapeutiese sisteem.
5. Strategies-georiënteerd	Die terapeut speel 'n aktiewe of passiewe rol om die stappe van die terapeutiese proses te inisieer en by die kliënt aan te pas (Lankton, 2004).	Sandspelterapie kan nie-direktief of direktief wees, afhangende van die terapeut se teoretiese oriëntasie en die kliënt se behoeftes (Malchiodi, 1999).	Die individu vorm ook deel van die terapeutiese sisteem.
6. Toekoms-georiënteerd	Terapie fokus op die hede en die toekoms eerder as op die verlede (Lankton, 2004).	Sandspelterapie kan gebruik word om verkose toekomstige visies/planne/tekens van verandering, ens., uit te druk (Lowe, 2004).	Die individu vorm ook deel van die terapeutiese sisteem.
7. Betowerend	Die terapeutiese aktiwiteit neem die kliënt se verstand in beslag en blyk 'n aangename uitdaging vir die kliënt daar te stel (Lankton, 2004). Aangesien die kliënt 'n aangename ervaring tydens terapie het, mag dit gebeur dat sy daarna uitsien en hard daaraan werk om hierdie gevoel wat 'n betowerende effek het, te behou.	Die eenvoud en diepte van die sandspelproses is 'n betowerende ervaring (Steinhardt, 2000).	Die individu vorm ook deel van die terapeutiese sisteem.
8. Aanpasbaar	Die terapeutiese tegnieke wat binne die benadering gebruik word, wissel na gelang van die aanmeldingshindernis van die kliënt. Die benadering is buigsaam (Lankton, 2004).	<i>Sandplay and the use of the sandbox is paradoxical in that it seems to have a quality of contraction and concentratedness and yet also, due to its amorphous and very flexible nature, it can just as easily manifest and express expansion (McCarthy, 2007:28).</i>	Die individu vorm ook deel van die terapeutiese sisteem.
9. Gebruik van waarneming	Om sukses in terapie te behaal is dit belangrik dat die terapeut se waarnemingsvaardighede goed ontwikkel is, aangesien sy ingestel moet wees op	Die terapeut se waarneming kan 'n beter begrip daarstel van die impak wat die sandspelervaring op die kind	Die individu vorm ook deel van die terapeutiese sisteem.

<sup>19</sup> Aksie is ook 'n belangrike aspek van die transteoretiese benadering wat hierna bespreek word.

	<b>Ericksoniaanse benadering tot terapie</b>	<b>Sandspeltherapie</b>	<b>Sisteme</b>
	die kliënt se denkpatrone, ondervindings en aksies ten einde 'n intervensie daar te stel wat by die unieke geskiedenis van die kliënt pas en wat van sessie tot sessie kan verander (Lankton, 2004).	het (Friedman & Mitchell, 2008).	

### 3.5.8 Samevatting en betekenisvolheid van die ekosistemiese teorie

Die ekosistemiese perspektief kan as 'n integrasie van die ekologiese en sistemiese teoretiese insigte beskou word. Die ekosistemiese teorie sluit aan by Louw en Van Ede (1998) en Hartshorne (1992) se mening dat kinders nie werklik verstaan kan word tensy hul onmiddellike agtergrond en familiegeskiedenis asook die impak van hierdie faktore op hul reaksie tot die wêreld om hulle (of laasgenoemde se invloed op hul gesinslewe) in ag geneem word nie. Die ekosistemiese teorie bied dus 'n benadering waarbinne kinders se gedrag (in hierdie geval depressie) ondersoek en verstaan kan word, aangesien dit vir die wedersydse invloed tussen 'n individu en haar konteksvoorsiening maak.

Die sisteemteorie en die ekosistemiese teorie is waardevol vir my studie aangesien ek die deelnemer nie as 'n geïsoleerde sisteem beskou nie, maar as deel van 'n geheelsisteem. Dit sluit goed aan by die term *wholeness* (heelheid)<sup>20</sup> wat Frisch (2006) gebruik. In my navorsing poog ek om die deelnemer binne al die sisteme waarin sy betrokke is te leer ken en verstaan sodat my terapeutiese ingrepe 'n ingeligte en weldeurdagte bydrae sal wees.

Dit blyk duidelik uit die bespreking hierbo dat die Ericksoniaanse benadering tot terapie, gekombineer met sandspeltherapie en die ekosistemiese teorie, impliseer dat kinders en adolessente nie as passiewe ontvangers van omgewingsinvloede beskou behoort te word nie, maar as aktiewe agente in hul eie ontwikkeling en in die hantering van hul omgewing.

Die Ericksoniaanse benadering tot terapie, gekombineer met sandspeltherapie, vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar, word vervolgens aan die hand van die transteoretiese model bespreek.

---

<sup>20</sup> Sien: par 3.5, p. 78

## **3.6 DIE TRANSTEORETIESE MODEL**

### **3.6.1 Inleiding**

Erickson se benadering tot terapie word as A-teoreties beskou, omdat sy perspektief oor die gebruik van teoretiese konstrukke en veralgemenings oor mense 'n ontoreikende metode is om die verskeidenheid en unieke kompleksiteit van individuele funksionering te beskryf (Havens, 2003). Volgens Havens (2003) het Erickson geen spesifieke teoretiese perspektief onderskryf nie en ook nie sy eie teoretiese model ontwikkel nie.

Daar bestaan wêreldwyd honderde teorieë rakende psigoterapie en terapeute sal moontlik nooit oor die teoretiese of filosofiese terrein van die psigoterapie saamstem nie. Verder bestaan daar duisende spesifieke tegnieke wat in die psigoterapie aangewend word en terapeute sal waarskynlik ook nooit saamstem oor die spesifieke intervensies wat vir 'n bepaalde hindernis (bv. depressie) gebruik of nie gebruik behoort te word nie. Die transteoretiese model verminder die terapeutiese moeras na 'n beheerbare aantal prosesse van verandering (Prochaska & Norcross, 2007). Hierdie prosesse van verandering<sup>21</sup> word binne en tussen terapie gebruik en het teoreties vanuit 'n vergelykende analise tussen die leidende sisteme in die psigoterapie ontstaan (Prochaska & Norcross, 2007).

In die volgende afdeling poog ek om die fundamentele prosesse van verandering vanuit die transteoretiese model toe te pas op die Eriksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie.

### **3.6.2 Die stappe van die transteoretiese model**

#### **3.6.2.1 Eienskappe van die transteoretiese model**

Die transteoretiese terapeut is epistemologies eerder as eties aan 'n spesifieke terapeutiese sisteem gewy. Volgens Prochaska en Norcross (2007) is die transteoretiese model een van psigoterapie en gedragsverandering wat teorieë vanuit die hele spektrum van die bekendste

---

<sup>21</sup> Sien 3.6.2.1 (ii) wat die prosesse van verandering behels.

teorieë in terapie kan gebruik (byvoorbeeld psigoanalise, behaviorisme, en so meer), daarom die term transteoreties.

Prochaska en Norcross (2007) noem die volgende oorwegings by die moontlike implementering van die transteoretiese model:

- Deur die integrasie van verskillende teorieë en terapeutiese sisteme respekteer die terapeut eensyds die fundamentele diversiteit en andersyds die essensiële eenheid van psigoterapeutiese sisteme. Hierdie skrywers stel voor dat die waardevolle en unieke bydraes van die vernaamste psigoterapeutiese sisteme gedurende psigoterapie bewaar behoort te word. Gedurende die huidige navorsing word die Ericksoniaanse benadering tot terapie met sandspeltherapie gekombineer.
- Die transteoretiese model behoort ervaringsleer te beklemtoon en die fundamentele veranderlikes van hierdie ervaringsleer behoort meetbaar en geldig te wees. Prochaska en Norcross (2007:511) vra die vraag: *Why bother with a new model if it is never tested or if it does not produce more compelling outcomes than those already available?*
- Die transteoretiese model hou rekening met hoe mense verander sonder dat 'n terapeutiese ingreep plaasgevind het en hoe hulle verander wanneer daar wel 'n terapeutiese ingreep plaasgevind het. Hierdie model veronderstel dat die meeste mense wat 'n kliniese versteuring het nie professionele hulp ontvang nie (Veroff, Douvan & Kulka, 1981). Gedurende hierdie navorsing vind daar wel 'n terapeutiese ingreep plaas. Deur middel van die deelnemer se refleksiejoernaal asook deur onderhoudvoering, sal ek poog om vas te stel tot welke mate daar verandering by die deelnemer plaasgevind het, indien enige.
- Die transteoretiese model behoort suksesvol op 'n wye reeks verstourings, insluitende depressie, toegepas te kan word.
- Die transteoretiese model behoort psigoterapeute aan te moedig om innoverend te werk te gaan en nie slegs inligting vanuit terapeutiese sisteme te leen nie. Ten einde vas te stel wat die waarde van die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspeltherapie is vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingssteurnis ervaar, sal ek poog om innoverend en kliëntgerig te werk.



Die geïntegreerde model word daarop toegespits om riglyne vir terapeutiese praktyk, asook vaste beginsels vir 'n vergelykende analise daar te stel. Die transteoretiese model behoort buigsaam te wees en terapeute aan te moedig om verskillende teorieë te kies en om nuwe psigoterapeutiese sisteme en navorsingsontwikkeling in hul terapie te inkorporeer. Haley (1993) is van mening dat Erickson primêr daarin belang gestel het om diverse tegnieke te verken om sodoende terapeutiese verandering teweeg te bring. In die huidige navorsing word die Ericksoniaanse benadering met sandspelterapie gekombineer om terapeutiese verandering te probeer bewerkstellig.

Die transteoretiese model berus op drie sleutelkwessies, naamlik die vlakke van verandering, die prosesse van verandering en die verskillende stadia van verandering.

### **A. Vlakke van verandering**

Die vlakke van verandering in die transteoretiese model verteenwoordig 'n hiërargiese organisering van vyf onmiskenbare maar interafhanklike vlakke van sielkundige probleme wat in die psigoterapie aangespreek kan word:

- Simptome/omstandigheidsprobleme
- Wanaangepaste (foutiewe) kognisies
- Huidige interpersoonlike konflik
- Familie-/sisteemkonflik
- Intrapersoonlike konflik.

As 'n geïntegreerde model is al vyf vlakke ewe belangrik in die transteoretiese model. 'n Kritiese punt in behandeling word volgens Prochaska en Norcross (2007) bereik wanneer die terapeut en die kliënt saamstem oor die vlak waarop die probleem lê en watter vlak(ke) hulle gesamentlik gaan teiken om die versteuring te wysig. Erickson se werk het gefokus op dit wat die kliënt na die terapeutiese sessie bring. Ek sal op dieselfde wyse poog om kliëntgerig te wees wanneer 'n terapeutiese ingreep tydens die onderhawige studie beplan word.

Met die transteoretiese model word daar aanvanklik by die simptomevlak ingetree aangesien verandering vinniger by hierdie meer bewuste en kontemporêre vlak van probleme

plaasvind. Dieper vlakke behels meer onderbewuste en historiese konflikte wat tot die versteuring bydra. Hoe dieper die vlak waar verandering behoort plaas te vind, hoe langer en meer kompleks is die terapie gewoonlik. Daar word dus gewerk met dit wat die kliënt bied – een van die elemente van die Ericksoniaanse benadering tot terapie. Eweneens sal ek sodanige inligting gebruik in die gesamentlike benadering wat in hierdie navorsing beoog word.

Die vlakke van verandering staan nie alleen en geïsoleerd van mekaar nie; verandering op enige vlak behoort verandering op die ander vlakke teweeg te bring. Simptome sluit dikwels die volgende in: intrapersonlike konflikte, wanaangepaste kognisies, asook geloofsoortuigings van die familie/sisteem (met betrekking tot byvoorbeeld reëls). Volgens die transteoretiese model en die Ericksoniaanse benadering gekombineer met sandspelterapie is die terapeut bereid om op enige van die vlakke van verandering in te gryp.

Die prosesse van verandering word vervolgens bespreek.

## **B. Prosesse van verandering**

Die prosesse van verandering het te make met mense se geheime of bewuste aktiwiteite om hul emosies, denke, gedrag of verhoudings wat aan 'n spesifieke probleem of lewenspatroon verwant is, te verander.

Die proses van verandering in die Ericksoniaanse benadering gekombineer met sandspelterapie behels dat die deelnemer bewus word daarvan dat daar moontlik 'n probleem in haar lewe bestaan wat aangespreek behoort te word. In die konteks van hierdie navorsing maak die ouer 'n afspraak vir die kind of adolessent (die deelnemer). Die navorser/terapeut weet nie of die deelnemer van haar eie probleem bewus is alvorens sy nie die eerste onderhoud met haar gevoer het nie. Die eerste stap is dus om vas te stel of die deelnemer dink dat daar 'n probleem bestaan wat haar keer om haar volle potensiaal te bereik (bewusmaking). Wanneer sy hierdie bewuswording bereik, word die terapeutiese ingrepe – in hierdie geval Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie – voorgestel.

Die volgende tien prosesse van verandering het volgens Prochaska en Norcross (2007) die meeste empiriese ondersteuning tot op datum ontvang:

- Verhoging van die bewuswording van die probleem
- Verligting van die probleem
- Herevaluasie van die self
- Herevaluasie van die omgewing
- Selfbevryding
- Sosiale bevryding
- Teenkondisionering
- Stimuluskontrole
- Toevalligheidsbestuur
- Ondersteunende verhouding.

Prochaska en Norcross (2007) suggereer dat die bekende psigoterapieë meer verskil ten opsigte van die **inhoud** van die terapeutiese sessie wat behoort te verander as oor die **prosesse** wat gebruik kan word om daardie inhoud te verander. Die sisteme van psigoterapie verskil dus oor **wat** om te verander, maar neig om saam te stem oor **hoe** om te verander.

Volgens Prochaska en Norcross (2007) beklemtoon die meeste psigoterapeutiese sisteme slegs twee of drie prosesse van verandering. Die transteoretiese model vra egter dat terapeute behoort te probeer om minstens kognitief net so kompleks as die kliënt te wees. Terapeute behoort volgens die transteoretiese model eerstens in terme van 'n meer omvattende stel prosesse te dink, en tweedens oor die vermoë te beskik om tegnieke te gebruik, sodat elke proses gedurende die terapeutiese ingrepe ingeskakel kan word indien dit nodig blyk te wees. Gedurende die beoogde navorsing kan die terapeut (indien nodig) die prosesse van verandering gebruik wat deur die transteoretiese model genoem word.

Die stadia van verandering word vervolgens bespreek.

### **C. Stadia van verandering**

Om die prosesse van verandering optimaal te kan gebruik is dit belangrik om te verstaan hoe die kliënt deur die stadia van verandering kan beweeg. Prochaska en Norcross (2007) noem dat die stadia van verandering in geen van die ander bekende psigoterapeutiese sisteme geïdentifiseer word nie en dat dit 'n relatiewe unieke bydrae tot terapeutiese ingrepe lewer.

Die stadia van verandering verteenwoordig spesifieke konstellasies van houdings, intensies en gedrag wat verwant is aan die kliënt se gereedheid in die siklus van verandering. Hierdie outeurs meen dat verandering 'n fenomeen is wat oor tyd blootgelê word. Elke stadium verteenwoordig nie slegs 'n tydspanne nie, maar ook 'n stel take wat nodig is vir beweging na die volgende stadium. Die tyd wat elke individu in elke stadium bestee verskil, maar die take wat elke individu behoort uit te rig bly dieselfde.

Verandering ontvou gedurende 'n periode van vyf stadia wat hieronder bespreek word. Ten tye van die navorsing en die terapeutiese ingrepe wat beplan word, sal ek poog om vas te stel in watter een van die vyf stadia van verandering die deelnemer haarself bevind. Die rede hiervoor is dat die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspeltherapie 'n benadering daarstel wat gaan poog om verandering vir die deelnemer te bewerkstellig met betrekking tot die depressie wat sy ervaar.

#### **(a) Kliënt se aanvanklike beskouing van haarself (voor-oorpeinsingstadium)**

Die kliënt word gewoonlik deur ander belangrike persone in haar lewe (ouers) gedwing om 'n terapeut te sien. In hierdie stadium het sy volgens Prochaska en Norcross (2007) nie die intensie om in die nabye toekoms te verander nie, aangesien sy onbewus van die hindernis is. Ander persone in haar lewe besef reeds dat daar 'n probleem is, maar die kliënt self ontken dit. Ten einde vorentoe te beweeg is dit belangrik om 'n kliënt wat in hierdie stadium vasgevang is, bewus te maak van beide die bestaan en die negatiewe aspekte van die probleem. Indien een van die deelnemers in die voorgestelde navorsing in hierdie ontkenningstadium is, sal ek deur gesprekvoering poog om haar van die bestaan van die probleem bewus te maak.

### **(b) Oorpeinsingstadium**

Nou besef die kliënt dat daar 'n probleem bestaan. Sy dink ernstig aan moontlike oplossings maar het nog nie besluit om iets daadwerkliks daaraan te doen nie. Die kliënt weet waarheen sy wil gaan, maar is nog nie gereed om die eerste stap te neem nie. Indien enige van die deelnemers in die voorgestelde navorsing hulself in hierdie stadium bevind, sal ek poog om hulle te ondersteun om 'n ferm besluit te neem en so die eerste tree na 'n oplossing vir die probleem te gee (Prochaska & Norcross, 2007). In hierdie geval sal ek Ericksoniaanse terapie met sandspelterapie kombineer.

### **(c) Voorbereiding (oorwegingstadium)**

Die voorbereidingstadium kombineer intensie met gedragskriteria. Die kliënt se intensie is nou om onmiddellike aksie te neem en sy noem gewoonlik klein gedragsveranderings wat reeds in haar lewe plaasgevind het. Die kliënt wat in hierdie stadium vasgevang is, het egter nog nie doelwitte tot verandering daargestel nie (Prochaska & Norcross, 2007). Indien enige van die deelnemers in die voorgestelde navorsing hulself in hierdie stadium bevind, sal ek hulle ondersteun om haalbare doelwitte daar te stel ten einde die probleem – in hierdie geval depressie – te oorkom.

### **(d) Aksiestadium**

In die aksiestadium is die deelnemer besig om haar gedrag, ervarings of omgewing te verander ten einde die probleem aan te spreek. Aksie stel ten doel bewuste gedragsverandering en vereis toewyding aan die kant van die kliënt. Modifikasie van die teikengedrag en bewuste pogings deur die kliënt om te verander is kenmerkend daarvan dat sy in hierdie stadium is (Prochaska & Norcross, 2007). Tydens die voorgenome navorsing sal ek poog om vas te stel of die deelnemer haarself in die aksiestadium bevind wanneer haar refleksiejoernaal-inskrywings voor elke sessie bestudeer word.

### **(e) Handhawing van bepaalde gedragsuitinge**

Tydens hierdie stadium werk die kliënt daaraan om terugsakking te voorkom. Indien die kliënt vir 'n periode van ses maande en langer haar doelwitgedrag kan uitleef, is sy in die handhawingstadium (Prochaska & Norcross, 2007). Sy handhaaf haar teikengedrag

wanneer sy nie langer enige versoeking ervaar om die probleemgedrag te hervat nie en wanneer dit nie langer vir haar nodig is om 'n daadwerklike poging aan te wend om haarself te motiveer om nie daarop terug te val nie (Prochaska & Norcross, 2007). Dit is ongelukkig so dat die afhandeling van behandeling en die vermindering van 'n probleem (soos depressie) nie altyd gelyktydig plaasvind nie. Therapie eindig gewoonlik voordat die ernstige probleem verdwyn. Volgens die transteoretiese model behoort die kliënt vir die meeste kliniese verstourings vir versterkersessies terug te keer. Die kliënt kom egter gewoonlik slegs vir verdere sessies wanneer sy voel dat sy besig is om die probleemgedrag te herhaal (Prochaska & Norcross, 2007).

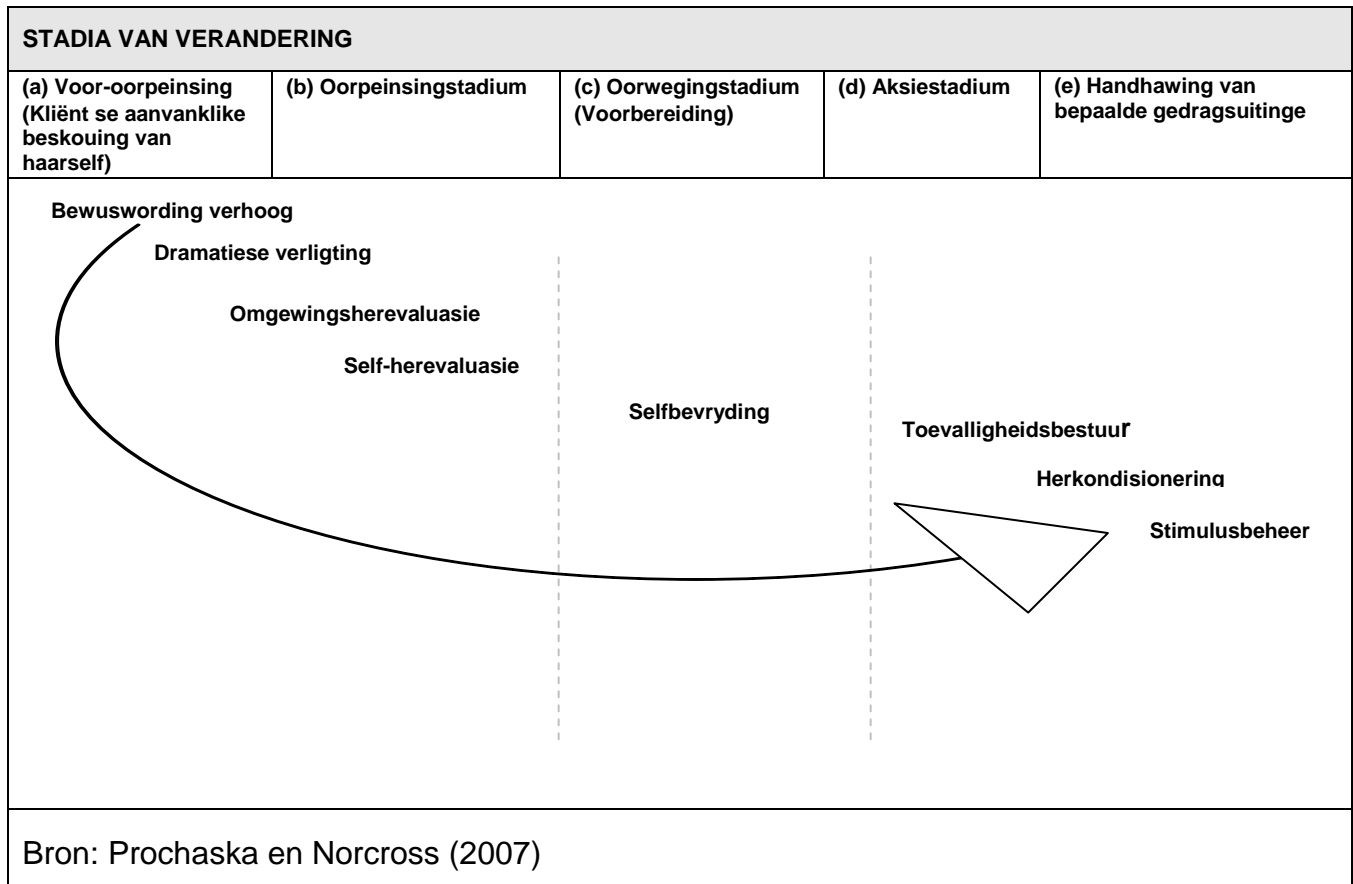
Vir die doel van die beplande navorsing sal ek nie noodwendig weet of die deelnemer met haar doelwitgedrag volhou nie, tensy sy terugval en daaropvolgende afsprake maak.

### **3.6.2.2 *Integrasie van die verskillende stadia en prosesse van verandering***

Prochaska en Norcross (2007) bevind dat spesifieke prosesse van verandering meer effektief gedurende spesifieke stadia van verandering is. Volgens hulle kan die integrasie van stadia en prosesse van verandering as 'n belangrike gids vir terapeute dien. Sodra die stadium waarin 'n kliënt haarself bevind, sigbaar is, behoort die terapeut te weet watter proses om toe te pas ten einde die kliënt te ondersteun om na die volgende stap van verandering aan te beweeg (Prochaska & Norcross, 2007). Die terapeut kan dus die proses van verandering op 'n sistematiese en doeltreffende manier gebruik.

Figuur 3.2 toon die integrasie aan tussen die stadia van verandering en die prosesse van verandering.

**Figuur 3.2: Stadia van verandering waartydens die prosesse van verandering die meeste beklemtoon word**



Figuur 3.2 toon spesifiek watter stadium van verandering die meeste gedurende die vyf stadia van verandering voorkom. Daar word vervolgens gefokus op die mate waartoe hierdie integrasie sistematies aangewend kan word wanneer daar met psigoterapie begin word.

### (a) Voor-oorpeinsingstadium

Gedurende die kliënt se aanvanklike beskouing van haarself (voor-oorpeinsingstadium (a) ) wend sy minder van die prosesse van verandering aan as in enige ander stadium van verandering. Wanneer die klënt in die voor-oorpeinsingstadium is, prosesseer sy minder inligting rakende haar probleme, bestee minder tyd en energie daaraan om haarself te herevalueer, ervaar minder emosionele reaksies op die negatiewe aspekte van haar probleme, is minder openlik oor haar probleme teenoor belangrike ander persone, en doen sy min om haar probleme te oorkom (Prochaska & Norcross, 2007).

Indien 'n kliënt in die voor-oorpeinsingstadium (a) vasgevang is, kan die terapeut, volgens Prochaska en Norcross (2007), 'n paar intervensies aanwend om die kliënt vanaf voor-oorpeinsingstadium (a) na die oorpeinsingstadium (b) te laat aanbeweeg, naamlik bewuswordingsintervensies soos waarneming, konfrontasie en interpretasie. Op hierdie manier ondersteun die terapeut die kliënt om meer bewus te raak van die oorsake, gevolge en oplossings van haar spesifieke probleme. Om na die oorpeinsingstadium (b) aan te beweeg is dit belangrik dat die kliënt meer bewus raak van die negatiewe gevolge van haar gedrag.

### **(b) Oorpeinsingstadium**

Kliënte in die oorpeinsingstadium (b) is meer vatbaar vir metodes wat die terapeut gebruik om hul bewustheid te verhoog, byvoorbeeld waarneming, konfrontasie en interpretasie. Dit is veral op hierdie vlak waar die Ericksoniaanse benadering gekombineer met sandspeltherapie toegepas kan word. Namate die deelnemer meer bewus raak van haarself en die aard van haar probleme, raak sy vryer om haarself op 'n emosionele en kognitiewe wyse te herevalueer (Prochaska & Norcross, 2007). Om van die voor-oorpeinsingstadium na die oorpeinsingstadium te beweeg en verder aan, vereis die gebruik van kognitiewe, gevoels- en evaluerende prosesse van verandering.

### **(c) Voorbereiding of oorwegingstadium (self-herevalueringproses)**

Die oorwegingstadium (c) sluit 'n assessering in van die waardes wat die kliënt gaan probeer aktualiseer, waarop sy gaan handel en gaan werklik maak, en watter sy bereid is om te laat gaan (self-herevalueringproses). Hoe nader haar probleme aan haar kernwaardes is, hoe meer sal haar herevaluasie 'n verandering in haar sin van die self teweeg bring. 'Oorwegers' maak ook gebruik van omgewingsherevaluering; hulle oorweeg die effek van hul gedrag op hul omgewing, veral op die mense vir wie hulle die meeste omgee (Prochaska & Norcross, 2007).

### **(d) Aksiestadium**

Om die individu vir die aksiestadium (d) voor te berei is verandering nodig oor hoe sy oor haar probleme dink en voel en hoe sy haar afbrekende lewenstyl na waarde ag (Prochaska & Norcross, 2007). 'n Aksieplan is nodig ten einde doelwitte te stel om teikengedrag te



behaal. Die kliënt behoort ferm verbintenisse (beloftes) te maak om vol te hou met die aksie wat sy kies. Namate die kliënt haarself vir die aksiestadium voorberei, is dit belangrik dat sy vanuit 'n sin van selfbevryding optree. Sy behoort te glo dat sy die selfstandigheid (outonomie) het om haar lewe te verander en dat haar eie pogings 'n kritieke rol speel in die mate van sukses wat sy gaan behaal wanneer sy voor moeilike situasies te staan kom (Bandura, 1982).

Gedurende die aksiestadium is terapie nodig om aan die kliënt die nodige vaardighede te voorsien om haarself te help (Prochaska & Norcross, 2007). Verandering vorm 'n integrale deel van die Eriksoniaanse benadering en behoort ook 'n integrale rol in hierdie spesifieke studie te speel.

Kliënte begin gewoonlik met klein treetjies om hulle nader aan die aksiestadium te bring. Hulle kan moontlik die prosesse van herkondisionering en stimulusbeheer gebruik om hul probleemgedrag te begin verminder. Herkondisionering beteken dat die kliënt leer om gesonder alternatiewe daar te stel in toestande wat normaalweg hindernisse veroorsaak, byvoorbeeld deur om in sekere stresvolle situasies eerder te leer ontspan as om te rook.

Erickson het dit belangrik geag om die kliënt se aandag op haar vaardighede en sterkpunte te vestig (Haley, 1993) en tydens die beoogde terapie sal ek dus poog om die deelnemer van haar vaardighede en sterkpunte bewus te maak. Selfbevryding berus volgens Prochaska en Norcross (2007) op 'n sin van self-effektiwiteit – die oortuiging dat 'n persoon se eie pogings 'n kritiese rol daarin speel om in moeilike situasies suksesvol te kan wees.

Die kliënt behoort ook effektief te wees met betrekking tot gedragsprosesse, soos byvoorbeeld herkondisionering, toevalligheidsbestuur en stimulusbeheer. Die terapeut kan aan die kliënt opleiding in gedragsprosesse verskaf om die waarskynlikheid te verhoog dat sy suksesvol sal wees wanneer sy besluit om aksie te neem. Volgens Haley (1993) het Erickson gereeld vir sy kliënte huiswerk gegee om dit wat tydens terapie gedoen is tot met die volgende terapeutiese ingrepe in te oefen en te versterk. Ek beplan om 'n soortgelyke benadering gedurende die beoogde terapeutiese ingrepe te volg en sal deelnemers versoek om tussen sessies 'n refleksiejoernaal by te hou.

### **(e) Suksesvolle handhawing**

Suksesvolle handhawing (e) bou op elk van die vyf prosesse en behels ook 'n assessering van die toestande waaronder 'n kliënt moontlik op haar aanvanklike probleemgedrag kan terugval. Gedurende hierdie laaste proses behoort die kliënt die gewaarwording te ervaar dat sy elke dag nader beweeg aan die tipe persoon wat sy graag wil wees. Prochaska en Norcross (2007) stel dit dat effektiewe gedragsverandering daarvan afhang of die kliënt die regte ding (proses) op die regte tyd (stadium) doen.

### **3.6.3 Kritiek teenoor die transteoretiese model (Prochaska & Norcross, 2007)**

#### **3.6.3.1 Vanuit 'n psigoanalitiese perspektief**

Die transteoretiese terapeut gaan van die oortuiging uit dat psigoanalise en insig-georiënteerde terapie 'n aanloop is tot aksie-georiënteerde kognitiewe en gedragsterapie. Psigoterapie is vanuit die psigoanalitiese perspektief 'n intense, lewensveranderende ervaring. Die doel van sodanige terapie is om mense by wyse van jarelange terapeutiese ingrepe te verander. Die aksie-georiënteerde uitgangspunt van die transteoretiese model – waar die uitgangspunt vinnige oplossings vir probleme is – mag moontlik veroorsaak dat die probleme nie deeglik aangespreek word nie.

Vir die beoogde studie (wat die moontlike waarde wil bepaal van die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar), word ses verskillende terapeutiese sessies beplan. Indien die deelnemer nie na afloop van die sessies verligting vir haar depressie ervaar nie, sal die terapeut eties verplig wees om met verdere terapie voort te gaan. Soms kan kliënte se hindernisse vinnig aangespreek word, maar ander kere nie. Dit is egter uiters belangrik dat die behoeftes van die kliënt altyd en in enige terapeutiese ingrepe eerste gestel sal word.

### **3.6.3.2 Vanuit 'n gedragsperspektief**

Vanuit die gedragsperspektief is daar reeds heelwat studies oor die stadia van verandering gedoen. Die uitkoms hiervan dui daarop dat behandeling by die kliënt se gereedheidsvlak vir verandering behoort aan te pas, wat beteken dat die terapeut haar behandeling by die kliënt se ouderdom of doelwitte of persoonlikheid behoort aan te pas. Gedragsterapeute volg al vir baie jare hierdie benadering en gedurende die voorgenome studie sal ek hierdie beginsel ook respekteer.

### **3.6.3.3 Vanuit 'n humanistiese perspektief**

Vanuit die humanistiese perspektief is die transteoretiese model eerder 'n teorie vir die fasilitering van gedragsverandering as vir psigoterapie. Dus bied die transteoretiese model weinig wanneer mense se probleme voortspruit uit veranderings wat op hul afgedwing is, soos byvoorbeeld die dood van 'n kind of 'n ander traumatiese gebeurte. Verder kan transteoretiese terapie die individu nie ondersteun om wysheid te ontwikkel om die verskil raak te sien tussen wat moontlik en onmoontlik is om te verander nie. Soos vroeër reeds genoem, het Erickson dit belangrik geag om die kliënt bewus te maak van beide haar sterk- en swakpunte – veral om insig te verkry in daardie dinge wat sy nie kan verander nie en dus behoort te aanvaar (Haley, 1993).

### **3.6.3.4 Vanuit 'n kulturele perspektief**

Volgens die kulturele perspektief behoort die transteoretiese terapeut die kliënt te help om aan haar probleem aandag te gee, sodat sy dan op haar eie deur die res van die stadia van verandering kan beweeg. Vir verandering om blywend te wees, word daar geglo dat verandering op 'n kulturele vlak en nie slegs op 'n individuele vlak plaasvind nie. In die voorgenome navorsing word die kliënt beskou as deel van 'n sisteem (familiesisteem, skoolsisteem of gemeenskapsisteem) en daar kan dus verwag word dat verandering in een deel van die sisteem behoort oor te spoel na die res van die sisteme waarby die kliënt betrokke is.

### **3.7 SAMEVATTING**

In hierdie hoofstuk is die teoretiese raamwerk waaruit die studie onderneem is, ondersoek. Ek het die ekologiese teorie, sisteemteorie en transteoretiese model bespreek. Die deelnemers in hierdie studie is, soos deur voorstanders van die ekosistemiese teorie, as aktiewe agente in hulle eie ontwikkeling beskou en data-analise en -interpretasie het dienoooreenkomstig geskied. Ander faktore soos persoonlike eienskappe van die deelnemers, eienskappe van gesinslede, die portuurgroep en ander lede van die skoolkonteks, interaksie tussen deelnemers en ander rolspelers in die verskillende sisteme, die ontwikkelingsfase van elke deelnemer, asook die tydsraamwerk waarbinne voorgenoemde plaasvind, is in ag geneem.

In Hoofstuk 4 word die navorsingsproses van die studie toegelig.