

HOOFSTUK 3: GESTALTSPELTERAPIE EN GESTALTGROEPWERK

3.1 Inleiding

Kinders wat 'n ouer deur die dood of egskeiding verloor het en hulleself in 'n enkelouergesin bevind, gaan deur 'n traumatiese ervaring. Hulle is nie altyd in staat om hulle gevoelens rondom die verlies van een ouer tesame met die verlies van die aandag en beheer van die oorblywende ouer, uit te druk en te hanteer nie. Speltherapie vanuit die gestaltbenadering stel die kind in staat om insig te ontwikkel in sy/haar belewinge van die enkelouersituasie en gevoelens en behoeftes daar rondom. Die kind word dan deur die terapeut aangemoedig om hierdie gevoelens en behoeftes uit te druk. Met die hulp van die terapeut en ander groeplede word daar op toepaslike hanteringsmeganismes vir die gevoelens en behoeftes besluit. Hierdie hanteringstrategieë word tydens die groepwerksessies ingeef, indien moontlik, en in die groeplede se werklike lewensituasies uitgetoets. Baie hantering vind egter reeds plaas deur die blote uitdrukking van gevoelens en behoeftes. Die ander groeplede bied onmiddellike ondersteuning, aangesien hulle kan identifiseer met die groeplid wat ontlaai ten opsigte van sy/haar traumatiese ervaring. Daar word hoofsaaklik van skeppende spel, gedramatiseerde spel en bibliospel gebruik gemaak ten einde by die groeplede se gevoelens en behoeftes rondom die verliese wat gepaardgaan met die enkelouersituasie, uit te kom. Die model van Oaklander (1988:53-56) word dan benut om die kind te begelei tot insigontwikkeling in en die uitdrukking van die gevoelens en behoeftes.

In hierdie hoofstuk sal daar spesifiek gefokus word op speltherapie en gestaltterapie as benaderings tot terapeutiese intervensie met die kind. Gestaltspeltherapie met die kind in die laat middelkinderjare en gestaltgroepwerk sal verder in diepte aandag geniet. In die laaste plek sal die proses van verandering wat by die kind plaasvind, bespreek word.

3.2 Speltherapie

Kinders sal eerder hulle ervarings en behoeftes projekteer deur gebruik te maak van 'n vorm van spel, as om dit te verbaliseer soos wat die geval is by volwassenes. Wanneer

kinders in die middelkinderjare is, is hulle meer gereed om te leer hoe om hulle emosies en denke te verbaliseer. Nadat gevoelens en behoeftes dus deur 'n vorm van spel geprojekteer is, word die kinders begelei om dit uit te spreek. Kinders hoef dus nie destruktiewe wyses te benut om hulle gevoelens uit te druk nie, soos aggressiewe of depressiewe gedrag nie. Landreth (1993:17) toon aan dat kinders hulle bewustheid van wat in hulle wêreld gebeur deur hulle spel kommunikeer, aangesien die taalontwikkeling van kinders stadiger is as hulle kognitiewe ontwikkeling. (Vergelyk Boyd Webb, 1991:26.) Spel laat kinders toe om hulleself uit te druk op 'n wyse wat spanning en angstigheid verminder en hulle dus toelaat om beheer oor hulle lewens te bekom (Landreth, 1993:18). Serok (2000:221) meld in hierdie verband dat kinders hulle eie idees en gevoelens in aksie plaas tydens die verloop van spel. Vanweë hierdie selfkeuse aktiwiteit in spel, ontwikkel kinders vertroue in hulle eie krag, wat 'n verligting is van die magteloosheid wat baie kinders ervaar as junior lede van ons samelewing. Deur spel bekom kinders die tyd wat hulle nodig het om basiese behoeftes te bevredig en om die prosesse wat betrokke is, terwyl hulle die aktiwiteit uitoefen, te bemeester (Serok, 2000:221). Kinders in enkelouergesinne ervaar dikwels 'n gevoel van magteloosheid vanweë die verliese waarvoor hulle geen beheer gehad het nie. Kinders kry beheer terug wanneer hulle gevoelens en behoeftes rondom die enkelouersituasie in hulle spel kan uitdruk.

Boyd Webb (1991:27) definieer speltherapie as 'n psigoterapeutiese metode wat gebaseer is op psigodinamiese en ontwikkelingsbeginsels met die doel om die emosionele nood/angs van jong kinders te help verlig deur 'n verskeidenheid van verbeeldings- en ekspressiewe spelmateriale soos poppe, handpoppe, klei, bordspeletjies, kunsmateriale en miniatuur objekte. Bluestone (1991:258) beklemtoon die waarde van herhaling wat tydens die proses van spel plaasvind. Die kind speel die trauma oor en oor in sy/haar spel uit en hierdie "herbelewing" van die trauma verlig spanning en lei tot katarsis. Die benutting van handpoppe skep die potensiaal vir katarsis. Dit stel kinders in staat om onopgeloste konflikte en aspekte deur te werk op 'n wyse waarin hulle verskillende rolle, strategieë en gevolge kan uitspeel of beheer (Bluestone, 1991:258).

Wanneer die kind dus behoeftes en gevoelens kommunikeer deur die medium van spel, word die proses van selfheling aan die gang gesit en kan hy/sy die bepaalde traumatiese ervaring soos verlies, verwerk.

3.3 Gestaltterapie

Groepspeeltherapie vanuit die gestaltbenadering kan eers verstaan word indien daar duidelik uiteengesit word wat met gestaltterapie bedoel word, asook die verwante konsepte en veronderstellings daarvan. Volgens Clarkson (1995:1) beteken die duitse woord “Gestalt” die strukturele entiteit wat beide verskillend is van en baie meer is as die som van sy dele. O’Leary (1992:10) toon aan dat die beste verduideliking van die woord gestalt “geheel” is. Gestaltterapeute is van mening dat ‘n respons tot ‘n situasie ‘n geheel moet wees en dus die totaliteit van die persoon moet insluit. Deur die vorming van ‘n gestalt, gee ons betekenis aan wat met ons gebeur. Die mens is ‘n eenheid wat uit baie dele bestaan wat in verhouding tot mekaar funksioneer. Deur gestaltterapie kan die persoon ten volle funksionierend en self-ondersteunend word en ‘n volkome gestalt vorm wat bevorderlik is vir groei en psigologiese gesondheid (O’Leary, 1992:10).

Die doel van die gestaltbenadering is volgens Clarkson (1995:1) dat die persoon sy/haar eie vorm, patroon en heelheid kan ontdek, eksploreer en ervaar. Dit kan bewerkstellig word deur groter bewustheid by die persoon. Yontef (1993:129) is van mening dat die doel van gestaltterapie is dat kliënte bewus word van wat hulle doen, hoe hulle dit doen en hoe hulle hulleself kan verander en terselfdertyd leer om hulleself te aanvaar en van waarde te ag. Gestaltterapie fokus meer op die proses (wat besig is om te gebeur) as op die inhoud (wat bespreek word). Die klem is op wat gedoen word, gedink en gevoel word op die oomblik, eerder as op dit wat was, mag wees, kan wees of behoort te wees (Yontef, 1993:129). Clarkson (1995:1) verduidelik verder dat die doel van gestalt die integrasie van al die verskillende dele is. Op hierdie wyse kan mense hulleself toelaat om totaal te word wat hulle alreeds is, en wat hulle potensieel kan word. Hierdie volheid van ervaring kan dan vir hulle beskikbaar wees beide in die verloop van hulle lewe en in die ervaring van ‘n enkele oomblik (Clarkson, 1995:1). Wanneer verhoogde bewustheid bewerkstellig is, is die persoon tot verbeterde probleemoplossing in staat vanweë verhoogde selfregulasie en

selfondersteuning (Yontef, 1993:150). Bewustheid behels verder kennis van die omgewing, verantwoordelikheid vir keuses, selfkennis en selfaanvaarding, en die vermoë om kontak te maak. Die gestaltterapeut fokus eerder op hoe kliënte hulleself ondersteun in die oplossing van probleme (Yontef, 1993:150).

Volgens Clarkson (1995:2) word die gestaltterapeut se benadering veral gekenmerk deur die benutting van metafoor, fantasie en beelding, werk met liggaamsbeweging, opvoering (toneelspel) en visualisering, tyddistorsie en die volle uitdrukking van gevoelens wat die totale liggaam in aksie insluit. Gestaltterapie kan na aanleiding van bogenoemde omskrywings, beskou word as 'n terapeutiese benadering wat fokus op die kliënt se totale menswees en die kliënt aanmoedig om in kontak te kom met hom-/haarself deur bewustheid van die self te verhoog. Wanneer kontak bewerkstellig is, is die kliënt in staat tot verbeterde probleemoplossing en selfbesluitneming.

3.3.1 Veronderstellings van die gestaltbenadering

Die volgende veronderstellings van die gestaltbenadering word deur Passons (in Clarkson, 1995:14-15) uiteengesit en hou verband met bogenoemde omskrywings, naamlik:

- 'n Persoon is 'n geheel en is (eerder as het) 'n liggaam, emosies, denke, sensasies en persepsies, waarvan almal in 'n verhouding tot mekaar funksioneer.
- 'n Persoon is deel van sy/haar omgewing en kan nie losstaande daarvan verstaan word nie. Die kind wat in 'n enkelouergesin in 'n woonstel in die stad grootword, moet dus binne hierdie konteks verstaan en benader word.
- Mense is pro-aktief eerder as reaktief. Hulle bepaal hulle eie response tot die wêreld. Kinders kan dus kies hoe hulle die gevoelens en behoeftes ten opsigte van hulle ervaring van die enkelouersituasie gaan hanteer.
- Mense is in staat om bewus te wees van hulle sensasies, denke, emosies en persepsies. Kinders kan hiervan bewus gemaak word deur middel van sensoriese kontakmakingsaktiwiteite waar die sintuie gestimuleer word.
- Mense is deur selfbewustheid in staat tot keuse en is dus verantwoordelik vir hulle gedrag. Wanneer kinders uit enkelouergesinne weet wat hulle nodig het, kan hulle besluit om hierdie behoefte(s) op 'n gepaste wyse te vervul.

- Mense beskik oor die potensiaal en hulpbronne om effektief te leef en om hulle behoeftes te bevredig. Kinders moet begelei word tot 'n bewustheid van hierdie potensiaal en hulpbronne tot hulle beskikking en die benutting hiervan uittoets.
- Mense kan hulleself slegs in die teenwoordige ervaar.
- Die verlede en toekoms kan slegs in die huidige ervaar word deur herinnering en antisipering.
- Mense is nie innerlik goed of sleg nie. Die kind moet dus aanvaar word soos wat hy/sy is.

3.3.2 Gestaltverwante konsepte

Die term gestalt is reeds in die verduideliking van gestaltterapie bespreek. Die verdere konsepte soos deur O'Leary (1992:11-29) uiteengesit, sal vervolgens aandag geniet:

3.3.2.1 Figuur en grond

Indien 'n persoon se ervarings 'n betekenisvolle geheel vorm, bestaan gesonde funksionering. 'n Gemaklike oorgang volg wanneer sekere gebeure binne die fokus van bewustheid is, terwyl ander in die agtergrond is. Die figuur/grond beginsel impliseer dat die individu in staat moet wees om te differensieer of te onderskei tussen die meer prominente en minder prominente stimuli in die omgewing op enige gegewe tyd. Daar moet buigsaamheid wees in die persoon se interaksie met die omgewing.

Wanneer 'n persoon kontak maak met sy/haar innerlike ervaring, word die individu bewus van 'n behoefte wat na vore kom as voorgrond/figuur teen die agtergrond van sy/haar totale persoonlikheid. Wanneer 'n persoon byvoorbeeld honger is, is kos belangrik en is kos die voorgrondbehoefte. Wanneer hierdie behoefte bevredig word, word dit deel van die grond totdat nog 'n behoefte dominant word. Op enige gegewe tydstip mag daar verskeie behoeftes wees wat aandag verg; dit wat die belangrikste is vir die persoon se oorlewing of selfaktualisering sal die figuur word. Tydens gesonde funksionering onderskei die individu duidelik hierdie dominante behoefte. Soos wat die behoefte vergroot, word opgewondenheid gegenereer wat die persoon aktiveer om die behoefte te bevredig. Die figuur word dan deel van die agtergrond en die volgende belangrikste behoefte word die nuwe figuur. Verskillende figure kom dus te voorskyn

en beweeg weer na die agtergrond. In neurotiese individue is die verhouding tussen hulleself en hulle omgewing van so 'n aard dat hulle nie enige opkomende dominante behoefte kan bevredig nie. Nie een van die behoeftes word die figuur teen die agtergrond nie. Wanneer figure dof bly, verward is of 'n gebrek aan energie het, word iets in die omgewing uitgeblokkeer of word 'n behoefte van die individu nie uitgedruk nie.

Wanneer kinders die trauma van verlies ervaar, blokkeer hulle dikwels hulle waarneming en bewuswording via hulle sintuie en is hulle nie meer bewus van hulle gevoelens en behoeftes nie. Kinders word tydens gestaltspelterapie gehelp om in kontak te kom met hulle behoeftes en gevoelens en om hulle voorgrondbehoefte te onderskei en op 'n toepaslike wyse te bevredig. Indien daar voorgrondbehoefte is wat die kinders nie self kan bevredig nie, soos 'n behoefte aan agting en waardering of fisiese kontak van die ouer, moet die ouer ingelig word ten opsigte van hierdie behoefte en aangemoedig word om dit in sy/haar kind se lewe te vervul. Kinders moet ook bemagtig word om hulle behoeftes aan die ouer bekend te maak.

3.3.2.2 Balans

Die gesonde individu funksioneer binne 'n geskikte balans van al die dele (Perls in O'Leary, 1992:12). Daar is 'n inherente dryfkrag binne individue om hierdie ekwilibrium te handhaaf ten einde te groei en hulle volle potensiaal te ontwikkel. Mense doen dit deur die gevoelens en ervarings wat binne hulle na vore kom, te aanvaar.

Kinders word dikwels grootgemaak met die idee dat hulle nie mag uiting gee aan die negatiewe gevoelens en ervarings wat hulle beleef nie. Wanneer hierdie gevoelens en ervarings deur die kind onderdruk word, kom dit in baie gevalle in onvanpaste gedrag na vore. Kinders moet leer om beide hulle positiewe en negatiewe gevoelens en ervarings te aanvaar as deel van hulleself.

Tydens elke oomblik word die persoon gekonfronteer met dissonansie, deur 'n eksterne eis of deur 'n interne behoefte, sodat balans nooit gehandhaaf word nie

(O’Leary, 1992:12). Volgens Perls (in O’Leary, 1992:12) bekom die mens ekwilibrium deur hierdie behoeftes en eise te bevredig of te elimineer en verwys hy hier na die proses van organismiese selfregulasie.

‘n Bekende polariteit wat geïdentifiseer is deur Perls, Hefferline & Goodman (in O’Leary, 1992:13) is dié van die “top dog/underdog”. Die “top dog” is outoritêr, ouerlik en veroordelend, terwyl die “underdog” onderdanig en verskonend is. Aangesien ons nie ‘n totale lewe kan lei sonder beide van hierdie aspekte van onself nie, werk gestaltterapie na ‘n integrasie van die twee, waar nie een sal domineer nie, maar waar ‘n balans van beide effektief bereik sal word.

3.3.2.3 Bewustheid

Volgens Perls (in O’Leary, 1992:13) behoort individue in staat te wees om ten volle bewus te word van hulle behoeftes en daarop te reageer. Bewustheid is die proses van herkenning van waaroor ons dink en wat ons voel, ervaar en doen. Bewustheid sluit die totale selffokussing op die figuur in. Dit is nie gemoeid met die onbewuste nie, maar met die ooglopende, die oppervlak. Dit begin met wat is en groei vind hierdeur plaas. Wanneer kliënte fokus op wat hulle in die huidige situasie voel, lei dit tot ‘n toenemende bewustheid van die teenwoordige. Deur aandag te skenk aan oomblik tot oomblik veranderinge, ontdek hulle hoe hulle in die wêreld funksioneer. Bewustheid konsentreer op die kliënt se bewegings, posture, taalpatrone, stem, gebare en interaksies.

Perls (in O’Leary, 1992:14) is van mening dat baie mense nie hulle sintuie ten volle benut nie. Die gestaltterapeut nooi die kliënt uit om sy/haar sintuie ten volle te benut, om bewus te word van hoe hulle die ooglopende vermy en om hulleself oop te maak vir dit wat nou hier is. Die verhoging van bewustheid is die terapeutiese kern van gestaltterapie.

Die kind uit die enkelouergesin word binne ‘n gestaltgroep gehelp om bewus te word van die wyse waarop hy/sy die verliese wat in die enkelouersituasie ervaar word, hanteer. Wanneer hierdie bewustheid gevestig is, kan daar op alternatiewe hanteringstrategieë besluit word.

3.3.2.4 Onvoltooidheid

Die konsep van onvoltooidheid impliseer dat wanneer ons 'n onvoltooide figuur ervaar, die brein poog om die onvoltooidheid te voltooi en as beëindig te beskou. Onvoltooide ervarings en gevoelens bly voortbestaan in die geheue van die waarnemer. Dit is 'n geneigdheid by die organisme om enige situasie of transaksie wat onvoltooid is, af te sluit.

Insteede daarvan dat hulle hulleself toelaat om die gevoelens wat gepaardgaan met traumatiese gebeure, te ervaar, verhinder individue met onvoltooidheid hierdie gevoelens. Die terminering van 'n verhouding deur skielike dood, egskeiding of skeiding lei dikwels tot 'n onvoltooidheid. Dit vind plaas in gevalle waar individue nie gerou het nie of vermy het om die verhouding af te sluit en totsiens te sê. Hulle het hulle onaangename gevoelens geïgnoreer en die gevoelens is toe onderdruk. Hierdie situasie gee aanleiding tot onopgeloste gevoelens of onvervulde behoeftes.

Kinders wat 'n ouer deur dood of egskeiding verloor het, word dikwels met 'n onvoltooidheid gelaat, omdat daar nie voldoende aandag aan die uitdrukking van hulle gevoelens rondom die dood of egskeiding geskenk word nie. Wanneer kinders toegelaat word om hulle emosies ten volle te ervaar, is dit vir hulle makliker om traumatiese gebeure te verwerk.

Onvoltooidheid tap die persoon van die noodsaaklike motivering om betrokke te raak by ander aktiwiteite. Onvoltooidheid oorskadu huidige ervaring en verhinder die belegging van energie in teenwoordige gebeure. Individue met onvoltooidheid is in werklikheid onwillig om die pyn wat hulle ervaar te voel en vooruit te beweeg.

Die genoemde situasie is moontlik 'n rede waarom kinders wat 'n ouer deur dood of egskeiding verloor het, in baie gevalle nie kan voortgaan met die bemeestering van hulle ouderdomstoepaslike ontwikkelingsstake nie.

3.3.2.5 Teenwoordigheidsgesentreerdheid

Gestaltterapie is gefokus op 'n hier-en-nou oriëntasie. Om in die onmiddellike oomblik te bly is van kardinale belang vir die kliënt se poging om ware bewustheid te bereik. Die teenwoordige alleen is betekenisvol, aangesien die verlede verby is en die toekoms nog nie gearriveer het nie; die verlede en die toekoms is slegs betekenisvol indien dit op die huidige betrekking het. Dit is nie die inhoud van kinderherinneringe wat belangrik is nie, maar die gevoelens of houdings daar rondom. Die gestaltterapeut poog om die kliënt se bewustheid te verhoog van wat hulle van oomblik tot oomblik voel. Selfkritiek, blaam, skuldgevoelens en veroordelings teenoor die self of ander, kan individue daarvan weerhou om betrokke te raak by hulleself of met ander, in die teenwoordige. Groei sal alleenlik plaasvind wanneer hulle hulleself oopmaak vir die moontlikheid om die huidige in ag te neem. In 'n gestaltgroep, word kinders aangemoedig om te fokus op hulle voorgrondbehoefes en -gevoelens in die hier en nou.

3.3.2.6 Verantwoordelik vir self

Kliënte word ondersteun in die beweging van 'n posisie van afhanklikheid van ander, insluitende die terapeut, na 'n staat van selfondersteuning. Hulle word aangemoedig om baie dinge onafhanklik te doen. Aanvanklik beskou hulle hul gevoelens, emosies en probleme as iets wat buite hulleself is: hulle gebruik frases soos “ hy maak my kwaad”. Hulle aanvaar geen verantwoordelikheid vir wie hulle is nie en dit lyk vir hulle of daar niks is wat hulle aan hulle situasie kan doen anders as om dit te aanvaar nie. Hulle sien hulleself nie as persone wat insette tot of beheer oor hulle eie lewens het nie. Kliënte word gehelp om te besef dat hulle verantwoordelik is vir dit wat met hulle gebeur. Dit is hulle wat moet besluit om hulle lewensituasie te verander of om toe te laat dat die situasie onveranderd bly. Mense sal eerder enige-iets doen as om bewus te word van hoe hulle hulleself daarvan weerhou om ten volle lewend te wees.

Tydens gestaltgroepwerk word kinders begelei om hulle gevoelens te erken en om verantwoordelikheid daarvoor te neem en dus die gevoelens hulle eie te maak.

3.3.2.7 Kontak

Kontak vorm die kern van gestaltterapie. Die plek waar die individu en sy/haar omgewing mekaar ontmoet, word die kontakgrens genoem. Gesonde individue weet dat hulle 'n aparte entiteit is en kontak kan waag sonder om bewustheid van interne en eksterne toestande te verloor. Dit is egter nie die geval met die ongesonde individue nie, soos die neurotikus wat verlies van self mag ervaar deur kontak. Die grens tussen die persoon en sy/haar omgewing is vir hulle versteurd. Angstige menslike wesens laat minder geleenthede vir kontak toe; hulle handhaaf gevestigde gedragspatrone en persepsies wanneer hulle gekonfronteer word met potensieel opwindende, maar bedreigende moontlikhede vanuit interaksie. Energie word teruggedraai na die self. Hulle poog om behoeftes te bevredig sonder om die omgewings-ander in te sluit. Assimilasie word verhoed en integrasie vind nie plaas nie. Die individu is as't ware geënkapsuleer.

Kinders kry in 'n gestaltgroep die geleentheid om kontak te maak met hulleself en die ander groeplede. Die ondersteuning van die ander groeplede lei tot toenemende selfondersteuning.

3.4 Gestaltspelterapie met die kind in die laat middelkinderjare

Kinders uit enkelouergesinne het dikwels negatiewe persepsies van hulleself, aangesien die enkelouer dit in die meeste gevalle moeilik vind om voldoende tyd en aandag aan sy/haar kind te bestee. 'n Negatiewe selfpersepsie gee aanleiding tot 'n swak selfbeeld. Die bemagtiging van 'n kind om die belewenisse van die enkelouersituasie, op 'n toepaslike wyse te hanteer, impliseer in 'n groot mate ook die versterking van die kind se selfbeeld en eie identiteit. Wanneer die kind weet wie hy/sy is en dat hy/sy belangrik en spesiaal is, voel die kind sterk genoeg in hom-/haarself om moeilike situasies beter te kan hanteer.

Tydens 'n onderhoud van Campbell (1993:53) met Violet Oaklander (outeur van "Windows to our children") oor die begeleiding en berading van laerskoolkinders, word die vraag gestel oor hoe daar teweerk gegaan kan word om die negatiewe selfpersepsies van 'n twaalfjarige kind te verander. Oaklander (in Campbell, 1993:53)

toon in die eerste plek aan dat 'n twaalfjarige kind gewoonlik baie beskermend teenoor die self is. Baie weerstand en ontkenning word by twaalfjarige kinders aangetref, omdat 'n kind op daardie ouderdom baie begin verander. Oaklander respekteer hierdie weerstand en benader die kind op 'n gemaklike nadenkende wyse. Sy verkies om baie projektiewe werk, tekeninge, sandbakspel en kleiwerk met hierdie kinders te doen. "Die self" van die kind word versterk deur middel van die verhoging van selfuitdrukking ten opsigte van "wie is ek" en "wie is ek nie"; differensiering van die self; en deur die geleidelike verhoging van emosionele uitdrukking, aangesien die voorafgaande baie moeilik is vir die kind. 'n Voorbeeld hiervan is waar 'n kind van ongeveer twaalf jaar in sommige situasies soos 'n egskeiding in die familie baie ontkenning gebruik en sê: "O, dis reg met my, dit pla my nie". In die kind se gedrag en simptome mag daar egter aanduidings wees dat dit wel die kind pla. Die kind is dus nie in staat om sy/haar gevoelens hieroor sy/haar eie te maak nie en daarom moet die terapeut hierdie situasie aanvaar en baie stadig beweeg ten opsigte van die motivering van die kind om hierdie gevoelens uit te druk.

'n Twaalfjarige kind sal sy/haar gevoelens van woede teenoor iemand ontken en byvoorbeeld sê: "Wel, ek is nie kwaad nie". Wanneer daar dan aggressie na vore kom vanuit die kind se projeksie in die sandbak, sal Oaklander (in Campbell, 1993:54) direk vra: "Voel jy ooit so? Voel jy ooit kwaad soos hierdie leeu?" Die kind kan byvoorbeeld antwoord: "Wel, ja, somtyds" en dan praat oor sommige van die dinge wat hom/haar kwaadmaak in sy/haar lewe. Dit is vir Oaklander (in Campbell, 1993:54) belangrik om stadig te beweeg ten opsigte van die uitdrukking van dieper woede deur die kind, omdat dit vir hierdie kinders so moeilik is om te hanteer. Kinders sal soms weerstand toon, omdat hulle nie oor genoeg selfondersteuning of egokrag beskik om die materiaal te hanteer nie. Die terapeut moet dan die kind los of stadiger beweeg, totdat die kind binne 'n volgende sessie meer energie het (Oaklander in Campbell, 1993:53-55).

Tydens gestaltgroepwerk word elke kind gevra om 'n projeksie van hulle gevoelens ten opsigte van die feit dat hulle nie meer twee ouers het wat saamwoon nie, te maak, hetsy met behulp van klei, teken of verf. Die groepterapeut eksploreer dan dieper rondom die gevoelens wat deur elke kind se projeksie uitgebeeld word. Die groeplede word hierna begelei om hulle gevoelens hulle eie te maak en om die gevoelens uit te

druk. Kontak met die self word op hierdie wyse versterk en dra by tot 'n verhoogde positiewe selfpersepsie.

3.5 Gestaltgroepwerk

3.5.1 Groepspeeltherapie

Daar is verskeie voordele verbonde aan speltherapie binne groepverband. Tait & Depta (1998:142) verduidelik die waarde van groepterapie met kinders met emosionele probleme. Groepterapie gee aan deelnemers 'n veilige plek om oor moeilike aspekte met die ander groeplede te praat. Speltherapie binne groepverband breek verder die gevoel van isolasie, normaliseer die herstel-/helingsproses en voorsien portuurgroepondersteuning. Die kombinasie van groepintervensie en speltherapie prosedures voorsien aan kinders die geleentheid om die gevoel dat hulle in 'n buite beheersituasie is, te verwerk (Tait & Depta, 1998:142). Die enkelouerkind voel dikwels buite beheer, as gevolg van die verliese en veranderinge wat met enkelouerskap gepaardgaan.

House (1998:209) toon aan dat deelname aan groepspeeltherapie vanuit die kindgesentreerde benadering, 'n klimaat vir verandering skep, waarbinne 'n kind kan leer om gevoelens op geskikte wyses uit te druk, wat lei tot die ontwikkeling van positiewe agting vir die self en vir ander. Tydens groepspeeltherapie moet die kind se gevoelens dus aanvaar word deur die terapeut en die ander groeplede.

Die sosiale waarde van groepintervensie word deur O'Connor (2000:411) beklemtoon deur die stelling dat groepspeeltherapie veral fokus op die veralgemening van die kind se individuele vermoëns na sy/haar interaksie met die portuurgroep. Tydens gestaltgroepwerk word die kind dus nie bloot begelei tot groter kontak met die self en gevolglik verhoogde selfregulering nie, maar ook tot verbeterde interaksie met portuurgroeplede.

3.5.2 Teoretiese konsepte onderliggend aan gestaltgroepwerk met kinders

Die volgende konsepte wat deur Oaklander (1999:162-165) bespreek word, kan as onderliggend aan gestaltgroepwerk met kinders beskou word. Die konsepte sal waar nodig deur ander skrywers toegelig word:

3.5.2.1 Die “I/Thou”-verhouding

Die verhouding tussen die terapeut en die kind is self terapeuties. Die terapeut ontmoet die kind met aanvaarding en respek, ongeag die wyse waarop die kind hom-/haarself aanbied, terwyl die terapeut terselfdertyd bewus is van die wyer potensiaal van die kind. Die terapeut respekteer verder haar eie grense, perke en gevoelens en raak opreg betrokke by die kind sonder manipulasie of rollespel. So ‘n tipe verhouding voorsien dikwels die kind van ‘n ervaring wat nuut en uniek is.

3.5.2.2 Kontak

Gesonde kontak behels die benutting van die sintuie (kyk, luister, voel, proe, ruik); bewustheid van en gepaste benutting van aspekte van die liggaam; die vermoë om emosies op ‘n gesonde wyse uit te druk; en die benutting van die intellek in sy verskeie vorme soos tydens leer en die uitdrukking van idees, gedagtes, nuuskierighede, behoeftes, belange en afkeure. Indien enige van hierdie modaliteite geïnhibeer, beperk, afgesny of geblokkeer word, lei goeie kontak skade en vind fragmentasie, eerder as integrasie plaas. Oaklander verduidelik tydens ‘n onderhoud met Campbell (1993:57) dat wanneer kinders angstig of onrustig is, hulle geneig is om aspekte van hulleself af te sny. Hulle benut nie hulle sintuie ten volle nie; hoor nie so goed nie of sien nie so goed nie. Hulle blokkeer hulle emosies en beperk hulle liggame en dit inhibeer kontak (Oaklander in Campbell, 1993:57). Gesonde kontak behels ‘n gevoel van sekuriteit met die self, ‘n vreesloosheid om alleen te staan.

Die kind in die enkelouergesin se kontak kan skade lei indien die kind angstig of onrustig is, vanweë ‘n verlies aan ‘n gevoel van sekuriteit wat dikwels met enkelouerskap gepaardgaan. Kontak moet tydens gestaltgroepwerk herstel word deur middel van verskeie kontakmakingsaktiwiteite soos om te luister en te kyk na, te voel, te ruik en te proe aan verskeie materiale en teksture. Indien kontak herstel word, word die kind se sin van self versterk.

3.5.2.3 Kontakgrensversteurings

Die kontakgrens is die punt waar 'n individu die "ek" in verhouding tot dit wat "nie ek" is nie, ervaar en deur hierdie kontak word beide meer duidelik ervaar (Polster & Polster in Oaklander, 1999:163). Soos wat die kind worstel om groot te word, te oorleef en die lewe te hanteer, mag hy/sy 'n verskeidenheid gedragspatrone en simptome openbaar ten einde kontak te vermy en die self te beskerm. Yontef (1993:159) verduidelik dat wanneer ouers nie 'n kind se behoefte aan 'n versorgende ouer-kindverhouding tesame met toepaslike grense, vervul nie, omdat hulle 'n afhanklike kind nodig het of 'n gebrek het aan voldoende innerlike hulpbronne, die kind versteurde kontakgrense, bewustheid en 'n verlaagde selfbeeld ontwikkel.

Kontakgrensversteurings ontwikkel dus by sowel kinders binne intakte gesinne, as by kinders binne enkelouergesinne. Volgens Oaklander (1999:163-164) sluit kontakgrensversteurings wat algemeen by kinders aangetref word, die volgende in:

- **Projeksie** – projekteer gevoelens of blaam op ander.
- **Defleksie** – draai weg van dit wat ongemaklik is, maar het nodig om te skop en te slaan ten einde die energie van woede of ander diep gevoelens vry te stel.
- **Retrofleksie** – trek die energie na binne, wat 'n verskeidenheid fisiese kwale veroorsaak.
- **Samevloeiing** – het 'n desperate behoefte aan goedkeuring ten einde 'n segment van self te voel en vloei dus saam met die gevoelens en oortuigings van ander.
- **Introjeksie** – die kind ontwikkel 'n geloofsstelsel van wie hy/sy is en hoe hy/sy veronderstel is om te wees in die wêreld, ten einde goedkeuring en liefde te verseker en verwerping en verlating te voorkom.

Kinders ontwikkel dus kontakgrensversteurings ten einde hulle te help om die lewe beter te hanteer en die self te beskerm teen verdere seerkry. Wanneer die kind hom-/haarself binne 'n enkelouersituasie bevind, mag hy/sy van een of meer van die kontakgrensversteurings gebruik maak ten einde die negatiewe belewing wat gepaardgaan met die situasie, te hanteer. Tydens gestaltgroepwerk word kinders gehelp om hulle gevoelens op meer toepaslike wyses te hanteer, soos om oor hulle gevoelens te praat en ondersteuning van die ander groeplede in hierdie proses, te ontvang. Dit is verder belangrik dat kinders sal weet dat hulle mag voel soos wat hulle

voel en dat hulle vrylik binne 'n aanvaardende atmosfeer aan hulle gevoelens kan uiting gee.

3.5.2.4 Weerstand

Weerstand is eintlik 'n gesonde respons, omdat dit op selfbeskerming dui. Kinders met geen weerstand, is gewoonlik kinders wat 'n swak sin van self het. Die weerstand moet egter buigsaam wees. Net soos wat geen weerstand kontakvaardighede beïnvloed, veroorsaak 'n hoë vlak van weerstand dat bevredigende kontak onmoontlik is. Die terapeut moet die kind se weerstand respekteer, aangesien weerstand dikwels die kind se teken is dat hy/sy die grens van sy/haar vermoë op 'n gegewe tyd bereik het. Weerstand kan manifesteer in die vorm van 'n afname in die kind se energievlak en verskuiwing van kontak. Sommige kinders toon weerstand op passiewe wyses soos om te ignoreer, afleibaar op te tree of nie te luister nie. Die kind wat kan sê: “ Ek wil nie meer verder gaan hiermee nie”, moet erkenning kry vir so 'n direkte, kontakvolle stelling.

Binne 'n groepsituasie kan kinders wat deur hulle nie-verbale optrede uitdrukking gee aan hulle weerstand, begelei word om dit teenoor die terapeut of ander groeplede te verbaliseer. Indien die kind hierna besef dat hy/sy steeds aanvaar word, vind bemagtiging en versterking van die self plaas.

3.5.2.5 Bewustheid en ervaring

'n Belangrike aspek van gestaltterapie is om die kliënt te begelei tot bewustheid van sy/haar proses – wat ek doen en hoe ek dit doen. 'n Kliënt wat bewus is van die spesifieke gedrag wat tot probleme aanleiding gegee het, kan dan kies om met nuwe, meer bevredigende wyses van wees te eksperimenteer. Wanneer die kind aan verskeie ervarings en eksperimente blootgestel word, word die kind meer bewus van hom-/haarself: wie hy/sy is; wat hy/sy voel; waarvan hy/sy hou en nie hou nie; wat hy/sy nodig het; wat hy/sy wil hê; wat hy/sy doen; en hoe hy/sy dit doen. Kinders besef dat hulle keuses het wat hulle kan maak - keuses vir uitdrukking, die bevrediging van behoeftes en die eksplorering van nuwe gedrag (Oaklander in Oaklander, 1999:165).

Die self word sterker soos wat die kind hom-/haarself definieer. 'n Sterk sin van self lei tot goeie kontak met die omgewing en die mense daarbinne. Wanneer kinders

bewus word van hulle gevoelens rondom die enkelouersituasie en hoe dit hulle gedrag op positiewe of negatiewe wyses beïnvloed, kan hulle 'n keuse maak om hierdie gevoelens op geskikte wyses uit te druk en te hanteer.

Na aanleiding van bogenoemde konsepte, blyk dit dat kinders tydens gestaltgroepwerk die gulde geleentheid het om hulleself te ontdek, te leerken en om te ontwikkel, met behulp van die eksperimente en ervarings met ander groeplede waaraan hulle blootgestel word.

3.5.3 Gestaltgroepwerkmodelle

Daar is twee primêre groepmodelle wat binne die gestaltbenadering benut kan word, naamlik die Een-tot-een groepmodel en die Groepsdinamikamodel. Elkeen sal vervolgens kortliks bespreek word, terwyl die kombinasie van hierdie twee modelle ook aandag sal geniet:

3.5.3.1 Een-tot-een groepmodel

Die “warm stoel”-struktuur word deur hierdie model benut. Levitsky en Simkin (in Yontef, 1993:169) toon aan dat 'n individu volgens hierdie metode sy/haar behoefte in die hantering van 'n spesifieke probleem teenoor die terapeut uitdruk. 'n Uitgebreide interaksie tussen die kliënt en die groepterapeut volg dan. Tydens die een-tot-een werk, bly die ander groeplede stil. Na die interaksie gee hulle terugvoer oor hoe hulle beïnvloed is, wat hulle waargeneem het en hoe hulle eie ervarings soortgelyk is aan dié waaraan die kliënt gewerk het. In latere jare is die een-tot-een werk uitgebrei om bewustheidswerk in te sluit, wat nie op 'n spesifieke probleem gefokusseer is nie (Yontef, 1993:169).

3.5.3.2 Groepsdinamikamodel

Hierdie model sluit volgens Yontef (1993:169-170) groter betrokkenheid van groeplede in wanneer 'n individu besig is met een-tot-een werk; werk aan individuele temas deur elkeen in die groep; klem op interpersoonlike verhoudings (kontak) in die groep; en werk met groepprosesse as sodanig. Dikwels begin gestaltgroepe met 'n oefening ten einde deelnemers te help om die oorgang na 'n werksingesteldheid te maak, deur hulle hier-en-nou ervarings met mekaar te deel (Yontef, 1993:169-170).

‘n Model wat dikwels volgens Yontef (1993:170) benut word, is een wat beide verhoogde bewustheid deur ‘n fokus op kontak tussen groeplede en een-tot-een werk in die groep (met die ander groeplede wat aangemoedig word om deel te neem tydens die werk), aanmoedig. Dit bevorder groter buigsaamheid en vloeibaarheid (Yontef, 1993:170). Hierdie model leen hom meer tot groepintervensie met kinders, aangesien kinders hulleself beter leerken vanuit hulle interaksie met ander kinders, as wanneer interaksie nie ‘n rol speel nie.

3.5.4 Die oorhoofse gestaltgroepwerkproses

3.5.4.1 Groepsamestelling

Die kind in die laat middelkinderjare is ‘n baie goeie kandidaat vir groepintervensie. Volgens O’Connor (2000:416) is kinders tussen die ouderdom van ses en twaalf jaar geskik vir aktiwiteitsgeoriënteerde groepterapie. Op hierdie ouderdom ontwikkel hulle sterk verbintenisse met hulle portuurgroeplede en is hulle nou in staat om hulle portuurgroep as ‘n belangrike bron van emosionele voorsiening te sien. Hulle is verder in staat om hulleself as deel van die groep te sien, sonder om hulle sin van individualiteit te verloor en sal daaraan werk om hulle spesifieke rol te definieer (O’Connor, 2000:416).

Die verskillende aspekte van groepsamestelling soos deur O’Connor (2000:419-421) geïdentifiseer, word vervolgens bespreek:

- **Frekwensie van groepsessies**

Vir ouer kinders is een maal per week of selfs een maal in twee weke voldoende om kontinuïteit te verseker. Die kind in die laat middelkinderjare val in hierdie kategorie. Jonger kinders moet ten minste een maal of twee maal per week bymekaarkom ten einde stabiel te bly en kontinuïteit te verseker.

- **Toestemming van die ouers**

Ouerlike toestemming moet bekom word vir die inskakeling van die kind by groepintervensie. Indien die kinders nog nie voorheen geïdentifiseer is nie, soos soms die geval is binne 'n skool- of hospitaalopset, mag dit beter wees om iemand anders as die terapeut, soos 'n onderwyser of verpleegster, te benut om die eerste kontak met die ouer te maak ten einde die aard en die doelstellings van die groep en die redes vir die kind se bywoning te verduidelik. 'n Ingeligte toestemmingsvorm is deur die ouers van die respondentegroep onderteken, sodat die ouers deeglik ingelig is ten opsigte van die aard en doelstellings van die groep en die etiese aspekte daaraan verbonde.

- **Plek van groepsessies**

Die lokaal behoort verkieslik groot te wees, relatief meubelvry en nie maklik beskadigbaar nie. Elke kind kan 'n kussing hê om op te sit, aangesien kussings help om grense te skep, asook 'n sin van persoonlike ruimte. Dieselfde lokaal behoort vir elke groepwerksessie benut te word, sodat daar nie tyd gemors word wanneer die kinders die nuwe omgewing eksploreer en afgelei word daardeur nie.

- **Bekendstelling van die groep aan die kinders**

'n Eenvoudige verduideliking van die aard van die groep met 'n paar voorbeelde van die aktiwiteite wat die groep sal doen, is gewoonlik voldoende om die kinders te betrek.

Toseland & Rivas (2001:171) toon aan dat sewe groeplede in die literatuur oor groepintervensie as die ideale getal groeplede beskou word. Oaklander (1999:172) is van mening dat 'n groep van ses tot agt kinders wat oor die ouderdom van agt jaar is, 'n geskikte grootte is. Indien die kinders onder agt jaar oud is, is 'n groep van drie tot ses kinders geskik. Dit is belangrik om 'n medeterapeut te betrek, indien moontlik, aangesien een van die kinders individuele aandag mag benodig. Gestaltgroepe vergader gewoonlik vir een en 'n half tot twee ure per keer (Oaklander, 1999:172). Groepe neem langer as gewoonlik, omdat daar tydens 'n gestaltgroep op elke kind se proses gefokus word ten einde by sy/haar voorgrondbehoefte en gevoelens uit te kom. Prinsloo (2001:153) sluit hierby aan deur te meld dat wanneer die groep te groot word, dit vir die groepleier moeilik kan wees om aan die sosio-emosionele behoeftes van die groep aandag te gee. 'n Groot groep word nie vir terapeutiese groepe waar daar aan ernstige probleme aandag gegee word, aanbeveel nie.

3.5.4.2 Fases van groeopontwikkeling en verbandhoudende kontakgrensversteurings

Die drie fases van groeopontwikkeling wat deur Frew (in O’Leary, 1992:43) binne die gestaltbenadering onderskei word, is: oriëntering, konflik en kohesie. Hierdie drie fases sal vervolgens in verhouding tot die vyf meganismes waardeur kontak vermy word, verduidelik word:

- **Die oriënteringsfase**

Tydens hierdie fase is die groeplede gemoeid met hulle eie veiligheid en poog hulle om hulleself so vinnig as moontlik in die omgewing te vestig of te plaas. Individue wat **introjekter** steun op die groepterapeut om struktuur aan die ervaring te verleen. Individue wat **projekter** sal eienskappe aan die groepterapeut en ander groeplede toeken wat nie werklik daar is nie. **Retroflekterders** praat min, terwyl **samevloeiers** geneig is om die ooreenkomste tussen groeplede te beklemtoon eerder as die verskille. Groeplede wat **deflekter**, ontwyk oogkontak of praat in kort sinne.

- **Die konflikfase**

Groeplede begin nou beheer oor die rigting van die groep uitoefen en hanteer mag- en outoriteitskwessies. Individue wat **introjekter** verskuif hulle aandag na informele leiers wat in die groep na vore begin tree. **Projekterders** onteien hulle eie behoeftes aan beheer deur raak te sien hoe ander groeplede die groep oorneem. **Retroflekterders** verander hulle gevoelens ten opsigte van die rigting van die groep en hou ‘n mate van die emosie binne hulleself. **Samevloeiende** individue minimaliseer verskille tussen hulleself en ander groeplede. **Deflektiewe** individue rig gevoelsopmerkings wat verband hou met die groepproses, aan groeplede oor die algemeen, eerder as aan die groeplid vir wie dit bedoel is. Ander manifestasies van defleksie, behels die benutting van humor of storievertelling, of om ‘n breek voor te stel, ten einde die ontluikende konflik in die groep te omseil.

- **Die kohesiefase**

Kohesie word gekenmerk deur ‘n hoë vlak van deelname en emosionele gemak. **Introjekterders** mag stellings deur die groepterapeut ten opsigte van die terminering

van die groep aanvaar, sonder om hulle eie gevoelens ten opsigte hiervan in ag te neem. **Projektiewe** individue mag materiaal wat vroeër aan die groepterapeut of ander groeplede toegeëien is, hertoëien. **Retroflekteerders** mag hulleself daarvan weerhou om positiewe en negatiewe gevoelens te deel en verlaat die groep met onvoltooidhede. Ongesonde **samevloeiing** behels 'n poging om weerstand te bied teen sluiting. **Deflektiewe** individue poog om 'n gevoel van verlies te verlig deur 'n reünie te beplan of na toekomstige moontlike ontmoetings tussen verskillende groeplede te verwys.

Indien die terapeut bewus is van die aard van die vyf tipe kontakgrensversteurings wat tydens verskillende fases van groeipontwikkeling hulle verskyning onder die groeplede kan maak, is die terapeut daarop voorbereid en kan hy/sy dit met behulp van die tegnieke van gestaltgroepwerk, en die hulp van die ander groeplede, hanteer.

Oaklander (1999:171) maak die fases van groeipontwikkeling meer van toepassing op gestaltgroepwerk met kinders in haar beskrywing van die ontwikkeling van die groep. Sy toon aan dat die kinders mekaar gewoonlik nie ken nie en gevolglik 'n gevoel van alleenheid aan die begin ervaar. Die kinders is selfbewus en geneig om negatiewe gedrag te openbaar ten einde hulle benoudhede te verdoesel. Die terapeut moet die kinders aan die begin help om veilig en gerespekteerd te voel en om mekaar te leer ken deur nie-bedreigende aktiwiteite. Perke en grense word duidelik gestel soos benodig. Na ongeveer vier tot ses weke met 'n groep wat weekliks bymekaarkom, begin die groep sterker bind; die kinders voel gemaklik binne die groep en die angste ten opsigte van die deel van hulleself op 'n opregte wyse, val weg. Daar is oor die algemeen 'n gevoel van kameraadskap en 'n wete dat die ander begrip en ondersteuning sal voorsien wanneer nodig. Rolle maak ook hulle verskyning. Die terapeut kan die rolle tot die bewustheid van die groep bring met behulp van verskeie tegnieke, soos om die betrokke groeplid toe te laat om die rol te oordryf. Soms dink die kinders self idees uit om met die rolle te eksperimenteer (Oaklander, 1999:171).

3.5.5 Die groepwerkproses tydens een groepwerksessie

Tydens gestaltgroepintervensie met kinders, word die volgende proses soos deur Oaklander (1999:172-174) uiteengesit, tydens elke groepwerksessie gevolg. Die groep begin met “rondtes” waartydens elke kind enige iets vertel van hulle week. Geen besprekings en vrae kom tydens “rondtes” voor nie, behalwe vir klarifikasie nou en dan. Dit is die spesiale tyd van die kind wat aan die woord is. Die terapeut(e) neem ook deel.

Alhoewel die terapeut doelstellings en planne vir elke groepwerksessie het, kan die beplanning enige tyd verander word. Soms is daar ‘n aspek vanuit die “rondtes” wat aandag verg en soms neem die kinders self ‘n alternatiewe besluit ten opsigte van die rigting van die sessie. Dikwels vloei die groepwerksessie voort vanuit ‘n vorige groepwerksessie. Die aktiwiteite in die groep fasiliteer die uitdrukking van gevoelens, die definiëring en versterking van die self, en ervarings met gesonder aspekte van die self. Baie projektiewe tegnieke word vir hierdie doeleindes benut, soos teken, klei, “collage”, sandbak, poppespel, musiek, liggaamsbeweging, kreatiewe gedramatiseerde spel, metaforiese stories, fantasie en beeldwerk. Daar kan ook aan relevante temas aandag gegee word tydens groepwerksessies soos “eensaamheid”, “tergery”, “verwerping”, “vernederings”, “verlies” en “egskeiding”. Tydens ‘n sessie kan kinders hulle veilige plek teken en hulle pogings met mekaar deel. Die terapeut kan by tye op ‘n spesifieke kind se tekening fokus (Oaklander, 1999:73). Die terapeut moet ook poog om Oaklander (1988:53-56) se model van eksplorering met elke groeplid se projeksie toe te pas, ten einde die groeplede in kontak te bring met hulle voorgrondbehoefte en gevoelens. Hierdie model word later in hierdie hoofstuk bespreek.

Aan die einde van die groepwerksessie ruim die kinders volgens Oaklander (1999:173) op en neem weereens hulle sitplekke in. Dit is nou ‘n tyd vir sluiting en elkeen kry die geleentheid om enige-iets wat hulle vir die terapeut of enige iemand anders in die groep wil sê, te sê; om kritiek te lewer oor die aktiwiteit en om melding te maak van iets waarvan hulle veral gehou het tydens die groepwerksessie of iets wat hulle gehinder het (Oaklander, 1999:173). Opreghed en eerlikheid van die groeplede teenoor mekaar tydens die evaluering van die groepwerksessie, word dus beklemtoon.

Die groeplede word van die begin af gemotiveer om meer in kontak met hulleself te wees en om kongruent met hulle ware gevoelens op te tree.

3.5.6 Tegnieke in gestaltgroepwerk

Die tegnieke wat tydens gestaltgroepwerk benut kan word, kan beskou word as instrumente om by die uiteindelijke doelstellings van elke groepwerksessie uit te kom. Verskeie tegnieke kom voor en daar word baie ruimte gelaat vir die kreatiwiteit van die terapeut. Dit is egter belangrik dat die terapeut die verbale en nie-verbale leidrade wat die kind ten opsigte van hom-/haarself gee, met die kind sal opvolg.

Corey (1995:306-317) beskryf die volgende tegnieke wat onder andere binne gestaltgroepwerk benut kan word met die oog op die verhoging van kontak met die self en uiteindelik selfregulering:

3.5.6.1 Taaloefeninge

Die volgende gestaltintervensies maak kinders meer bewus van hulle spraakpatrone, versterk hulle selfgewaarwording en bring hulle nader aan hulleself:

- Groeplede moet gevra word om onpersoonlike voornaamwoorde soos **“dit”** te vervang met persoonlike voornaamwoorde soos **“ek”**. Op hierdie wyse neem groeplede verantwoordelikheid vir wat hulle sê.
- ‘n **“Jy”**-stelling moet vervang word met ‘n **“ek”**-stelling, aangesien ‘n sin wat met **“jy”** begin, ander op die verdediging plaas en die kind nie sy/haar eie ervaring vir hom-/haarself toe-eien nie.
- Binne ‘n gestaltgroep moet die groeplede ontmoedig word om **vrae** te vra, aangesien vrae die aandag op ander mense rig en ander maklik op die verdediging kan plaas. Vrae kan eerder vervang word met **direkte stellings** aan die ander kind of **“ek”**-stellings. Hoekomvrae kan vervang word met **“hoe”** en **“wat”** vrae.
- Die terapeut moet sag maar konsekwent daarop aandring dat groeplede **“kan nie”** met **“sal nie”** vervang. Hierdeur word hulle gehelp om hulle mag toe te eien en te aanvaar deur verantwoordelikheid te neem vir hulle besluite.
- Groeplede kan bewus gemaak word van die frekwensie van hulle **“behoort”**-opmerkings en van die gevoelens van magteloosheid wat daarmee gepaardgaan.

Groeplede moet aangemoedig word om “behoort”-stellings te verander na “**ek kies om te**”-stellings.

3.5.6.2 Nie-verbale taal

Die betekenis van nie-verbale boodskappe moet binne die groepsituasie eksplorieer word. Hierdie eksplorاسies is veral belangrik wanneer groeplede nie-verbale leidrade openbaar wat inkongruent is met wat hulle verbaal sê. ‘n Groeplid kan byvoorbeeld vir die terapeut sê dat hy kwaad is vir hom, omdat hy hom oorgeslaan het, maar terwyl hy dit sê, glimlag hy. Die groeplid kan in hierdie geval gevra word om ‘n dialoog te voer tussen sy woorde en sy glimlag of om self sy glimlag te word en vir sy glimlag ‘n stem te gee. Op hierdie wyse kan die groeplid self die betekenis van die diskrepansie ontdek. Hy mag in werlikheid sê: “ Ek wil hê jy moet weet dat ek ontsteld is, omdat jy my oorgeslaan het, maar ek wil nie die kans waag om jou afkeur te ervaar nie, deur vir jou te sê hoe kwaad ek is nie”.

Kinders uit enkelouergesinne mag sê hulle gee nie om dat hulle een ouer verloor het nie, maar terwyl hulle dit sê, kom die hartseer of woede in hulle stem duidelik na vore. Die terapeut kan in hierdie geval eers vir die kind toestemming gee om te voel soos wat hy/sy voel deur byvoorbeeld iets te sê soos: “ Baie keer voel kinders hartseer of kwaad wanneer hulle ‘n pa of ma verloor het” en dan vir die betrokke kind te vra of hy/sy ook soms so voel.

3.5.6.3 Eksperimente met dialoog

Een van die doelstellings van gestaltterapie is om geïntegreerde funksionering en die aanvaarding van aspekte van die persoonlikheid wat onteien en ontken is, te bereik. Gestaltterapeute skenk gevolglik veral aandag aan splitse en polariteite in persoonlikheidsfunksionering. Fantasiedialoog bevorder bewustheid van interne splitse en uiteindelik persoonlikheidsintegrasië. Hierdie dialoë kan baie vorme aanneem soos dialoë tussen polariteite binne die self (soos sag/sterk, liefdevol/haatlik of aggressief/passief) en dialoë met ‘n ouer of ander betekenisvolle persoon, gefantaseerde ander of lewelose objekte.

Die kind wat ‘n ouer verloor het deur egskeiding of dood, kan ‘n denkbeeldige gesprek voer met hierdie ouer en vir die ouer sê hoe hy/sy daarvoor voel dat die ouer

weg is. Op hierdie wyse kry die enkelouerkind die geleentheid om gevoelens te ontlaai, wat nie binne die gesinsopset ontlaai kan word nie, omdat die oorblywende ouer moontlik nie hierdie gevoelens sal verstaan nie of bedreig sal voel daardeur.

3.5.6.4 Fantasiëbenaderings

Fantasie kan persoonlike bewustheid verhoog. Groeplede kan met behulp van fantasering begelei word om daardie aspekte van hulleself wat hulle gewoonlik te bang is om met ander persone in hulle lewens te deel, met behulp van verskeie tegnieke soos die “leë stoel” binne die groep uit te bring of bloot net te fantasieer oor hoe dit sou wees as hulle dit sou uitbring en wat die gevolge daarvan sou wees. Groeplede kan soms uitgedaag word om hulleself te sien soos wat hulle wens hulle binne interpersoonlike situasies was. Hulle kan hierdie fantasie hardop in die groep deel soos wat hulle hulleself op kreatiewe en dinamiese wyses ervaar. Die groeplede kan dan gevra word om die persoon wat hulle hul verbeel om te wees, binne die groep te dramatiseer. Wanneer hierdie eksperiment suksesvol is, kan groeplede aangemoedig voel om hierdie “nuwe” gedrag binne ware lewensituasies uit te toets.

Hierdie aktiwiteit dra by tot die versterking van die self en die aanvaarding van dele van die self wat voorheen ontken is. Wanneer die self sterker is, is die kind beter in staat om moeilike situasies te hanteer.

3.5.6.5 Die oordrywingsoefening

Tydens hierdie eksperiment word groeplede aangemoedig om hulle nie-verbale bewegings, posture en gebare te oordryf, sodat die onderliggende betekenis wat hierdeur gekommunikeer word duideliker word. Wanneer die beweging of gebaar herhaaldelik oordryf word, ervaar die kind die gevoelens wat met die gedrag gepaardgaan meer intens en word hy/sy bewus van die dieper betekenis daarvan.

Hierdie tegniek is waardevol wanneer kinders se onderdrukte gevoelens aangaande die enkelouersituasie tydens nie-verbale bewegings, posture en gebare na vore kom.

3.5.6.6 Droomwerk

Die groeplid wat 'n droom gehad het, maak 'n lys van al die besonderhede in die droom, onthou elke persoon, gebeurtenis en gemoedstemming en speel dan elkeen van hierdie dele so volledig as moontlik uit. Die groeplid "word" elke deel op hierdie wyse en word in 'n groter mate bewus van sy/haar teenstrydige aspekte en van die omvang van sy/haar gevoelens. Die kind begin uiteindelik sy/haar innerlike verskille waardeer en aanvaar. Elke stuk werk aan die droom lei tot verdere assimilasië en integrasië. Nadat 'n droom deur 'n groeplid deurgewerk is, word 'n groepekspêriment geskep wat die ander groeplede in staat stel om terapeutiese voordeel te trek uit die oorspronklike beeld van die dromer. Elke groeplid speel 'n deel van die droom uit. Die ander groeplede kry sodoende die geleentheid om sekere dimensies van die droom wat verband hou met beide die dromer en hulle eie lewe, uit te speel. Die dromer kan die groeplede help om tydens hierdie prosedure die karakters of objekte in die droom te verstaan. Tydens droomwerk word groepkohesie verhoog en een groeplid se werk word met dié van die ander verbind.

Tydens hierdie studie is daar nie van droomwerk gebruik gemaak nie, weens 'n gebrek aan tyd.

3.5.7 Die hantering van die kind se belewinge in die enkelouergesin

3.5.7.1 Die terapeutiese proses

Tydens gestaltgroepwerksessies kry die groeplede die geleentheid om hulle gevoelens en behoeftes rondom die enkelouersituasië te projekteer met behulp van media soos teken, verf of kleiwerk. Oaklander (1988:53-56) het 'n model daargestel waarvolgens die groeplede via hulle projeksies begelei word om hulle gevoelens van verlies en belewenisse van die enkelouersituasië uit te druk. Nadat die kind sy/haar skepping (projeksie) voltooi het, mag die terapeutiese proses soos volg verloop:

- Die kind word gevra om sy/haar ervaring tydens die skeppingsaktiwiteit te beskryf. Dit behels 'n uitdrukking van die self.
- Die kind vertel van sy/haar skepping deur dit te beskryf op sy/haar eie manier. Hierdie werkswyse behels 'n verdere uitdrukking van die self.

- Die kind se verdere selfontdekking word op 'n dieper vlak bevorder deur die kind te vra om uit te brei oor die dele van sy/haar skepping. Die dele word hierdeur duideliker en meer voor die handliggend. Die kind moet die vorms, kleure, verteenwoordigings, objekte en mense beskryf.
- Die kind word gevra om sy/haar skepping te beskryf asof die skepping die kind is deur die woord “Ek” te gebruik. Die kind kan sê: “ Ek is hierdie prentjie; ek het rooi strepe oral oor my en 'n blou vierkant in my middel”.
- Kies spesifieke dinge in die skepping waarmee die kind kan identifiseer. “ Wees jy die blou vierkant en beskryf jouself verder – hoe jy lyk, wat jou funksie is, ens.”
- Daar kan vir die kind vrae gevra word, indien nodig, ten einde die proses aan te help. “ Wat doen jy?” “ Wie gebruik jou?” “ Aan wie is jy die naaste?”
- Die kind se aandag moet verder gefokus word en sy/haar bewustheid moet verhoog word deur beklemtoning en oordrywing van 'n deel of sekere dele van 'n skepping. Die kind moet aangemoedig word om so ver te gaan as wat hy/sy kan met 'n spesifieke deel.
- Die kind word gevra om 'n dialoog te voer tussen twee dele in sy/haar skepping of twee kontakpunte of teenstrydige punte (soos die pad en die kar, of die streep om die vierkant, of die bly en hartseer kant).
- Die kind word aangemoedig om aandag aan die kleure te gee wat hy/sy gebruik het. Die volgende vrae kan onder andere gevra word: “ Wat beteken helder kleure vir jou? Wat beteken donker kleure vir jou?”. Die terapeut kan aan die kind uitwys dat party kleure donkerder as ander lyk, ten einde uitdrukking aan te moedig. Die kind moet so bewus as moontlik wees van wat hy/sy gedoen het, selfs al is die kind nie bereid om daarvoor te praat nie.
- Let op leidrade in die kind se stemtoon, liggaamspostuur, gesigs- en liggaamsuitdrukking, asemhaling en stilte. Stilte kan sensering, dink, onthou, repressering, angstigheid, vrees of die bewustheid van iets beteken. Hierdie leidrade moet gebruik word om die vloei van die terapeut se werk te bevorder.
- Werk aan identifikasie. Die kind moet gehelp word om dit wat oor die skepping of dele van die skepping gesê is, te besit. Die terapeut kan vra: “ Voel jy ooit so?” “ Doen jy dit ooit?” “ Pas dit by jou lewe in op enige manier?”
- Die skepping word nou verlaat om aan die kind se lewensituasies en onvoltooidheid te werk wat vanuit die kind se skepping na vore gekom het.

- Fokus op die uitgelate dele of leë spasies in die prentjie en gee daaraan aandag.
- Bly by die kind se voorgrondvloei, of gee aandag aan die terapeut se eie voorgrond – waar die terapeut belangstelling, opwinding en energie vind. Soms kan die terapeut beweeg met dit wat daar is en somtyds kan die terapeut met die teenoorgestelde van wat daar is, beweeg. ‘n Voorbeeld hiervan is waar ‘n kind ‘n partytjie teken en die pret en plesier van die partytjie beklemtoon. Die terapeut kan met die teenoorgestelde van die kind se voorgrond beweeg en sê: “ Kan ek raai dat jy nie so baie pret in jou eie lewe het nie”.

Die genoemde stappe hoef nie in hierdie presiese volgorde geïmplementeer te word nie. Daar moet volgens die kind se pas beweeg word en daar kan eers aan die maklike en gemaklike gedeeltes gewerk word en daarna geleidelik aan die moeiliker, ongemaalike gedeeltes (Oaklander, 1988:53-56).

Binne ‘n groepsituasie moet die terapeut vinniger as tydens individuele speltherapie deur die stappe beweeg, ten einde by die voorgrond van elke groeplid uit te kom. Hoe meer bewus die kinders word van wat hulle doen en voel, hoe vinniger word behoeftes en gevoelens uitgedruk en toegeëien. Die res van die groep word hierna betrek vir die voorsiening van ondersteuning en om voorstelle te maak vir die benutting van alternatiewe hanteringstrategieë vir bepaalde belewenisse.

3.5.7.2 Die hantering van die enkelouerkind se belewinge tydens gestaltgroepwerk

Sekere aanbevelings word deur Van Loggerenberg & Roets (1993:112-114) gemaak vir die hantering van die kind se belewinge in die enkelouergesin, wat tydens gestaltgroepwerksessies geïmplementeer kan word.

- **Skuldgevoelens**

Groeplede moet verseker word dat hulle teenwoordigheid in die gesin en negatiewe optredes en gevoelens teenoor die afwesige ouer, normaal was en nie die dood of die egskeiding veroorsaak het nie.

- **Woede**

Groeplede se woede moet aanvaar word en daar moet op toepaslike wyses daaraan uiting gegee word. Oaklander (1999:174) toon in hierdie verband aan dat die groeplede gevra kan word om dit wat hulle kwaadmaak te teken; of om 'n kleifiguur wat iemand voorstel vir wie hulle kwaad is, te maak; of om 'n verskeidenheid slaginstrumente te speel wat hulle gevoelens verteenwoordig; of om 'n poppespel vir die ander aan te bied wat 'n woede situasie uitbeeld.

- **Verwarring**

In die geval van 'n egskeiding moet die kind verseker word dat beide sy/haar ouers nog vir hom/haar lief is en dat hy/sy nog vir beide lief kan wees en nie nodig het om 'n keuse te maak tussen hulle nie.

- **Vrees**

Groeplede moet verseker word dat hulle ouers vir hulle lief is, dat hulle by beide ouers welkom is en dat die agterblywende ouer hulle nie sal verlaat nie.

- **Belewing van ontoereikendheid**

Die kind moet baie erkenning en waardering binne groepverband ontvang, sodat die kind 'n hoë selfagting kan beleef. (Vergelyk Oaklander, 1999:162-163.)

3.6 Die proses van verandering by die kind

Volgens Perls (in Corey, 1995:298) moet individue deur vyf lae van neurose beweeg ten einde psigiese volwassenheid te bereik, naamlik: 1) die valse laag, 2) die fobiese laag, 3) die weerstandslaag, 4) die implosiewe laag en 5) die eksplosiewe laag. Die enkelouerkind word tydens gestaltgroepwerksessies blootgestel aan die terapeutiese proses wat in die vorige afdeling bespreek is en beweeg gevolglik deur hierdie lae. Elke laag sal vervolgens aandag geniet:

- **Die valse laag**

Individue tree op hierdie vlak op soos iemand wat hulle nie is nie. Hierdeur poog individue om volgens 'n fantasie te lewe wat hulleself of wat ander geskep het. Wanneer individue bewus word van die valsheid van speletjies speel en meer eerlik word, ervaar hulle ongemak en pyn.

Kinders sal dikwels bepaalde rolle inneem ten einde hulle pyn ten opsigte van hulle verliese rondom die enkelouersituasie te verdoesel en te hanteer. Die kind kan onder andere die rol van 'n nar (defleksie); die soet kind (introjeksie); die stout, aggressiewe kind (projeksie); die stil, teruggetrokke kind (retrofleksie) en die kind wat altyd mense wil behaag (samevloeiing), inneem.

- **Die fobiese laag**

Weerstand word opgebou om die self te beskerm teen die emosionele pyn wat mag ontstaan wanneer daardie dele van die self wat onbeminde is, hulle verskyning maak. Katastrofiese vrese kom voor dat wanneer daardie egte deel van die self vir ander aangebied word, verwerping deur ander ervaar sal word.

Kinders is dikwels bang om hulle ware emosies aan volwassenes bekend te maak. Die kind mag vrees dat die uitdrukking van sy/haar negatiewe emosies rondom verlies en die enkelouersituasie verwerping van die enkelouer se kant sal veroorsaak. Die enkelouerkind kan nie bekostig om deur die oorblywende ouer verwerp te word nie. Kinders word van kleins af gekondisioneer dat die ervaring van negatiewe emosies onderdruk moet word en dat dit verkeerd is. Wanneer hulle dus negatiewe ervarings het, is hulle dikwels nie in staat om hulle gepaardgaande gevoelens daaromtrent te aanvaar en uit te druk nie.

- **Die weerstandslaag**

Dit is die punt waar individue vassit in hulle psigiese volwassewording. Individue voel dat hulle nie in staat sal wees om te oorleef sonder die ou rolle nie. Hulle is oortuig dat hulle nie oor die hulpbronne binne hulleself beskik om sonder omgewingsondersteuning verby hierdie punt te beweeg nie. Individue voel dikwels 'n doodsheid en voel dat hulle niks is nie. Dit is belangrik dat individue deur die weerstandslaag beweeg, ten einde weer lewendig te voel.

Tydens gestaltgroepwerk lei die ondersteuning van die medegroepdele tot selfondersteuning by 'n bepaalde kind. Die kind se interne hulpbronne word op hierdie wyse gemobiliseer en die kind is dan in staat om deur die weerstandslaag beweeg.

- **Die implosiewe laag**

Die implosiewe laag verteenwoordig kontakmaking met die ware self. Indien individue hulleself toelaat om die doodsheid ten volle te ervaar, eerder as om dit te ontken of te vermy, beweeg hulle in die implosiewe laag in. Deur in kontak te kom met die doodsheid of onopregte wyses van menswees, word verdedigings blootgestel en begin individue kontak maak met die ware self.

Die kind in die enkelouergesin kan nou begin eksperimenteer met alternatiewe en meer opregte wyses van menswees. Daar kan van gedramatiseerde spel in die groepsituasie gebruik gemaak word. Die groeplede kan aangemoedig word om hulle meer opregte gedrag by die huis te implementeer.

- **Die eksplosiewe laag**

Wanneer kontak gemaak word met die eksplosiewe laag, raak individue ontslae van valse rolle en voorwendsels en word 'n groot mate van energie vrygestel wat aanvanklik teruggehou is toe daar 'n valse beeld voorgehou is. Ten einde opreg en lewendig te word, is dit belangrik om hierdie vrystelling van energie te bereik. Dit kan die vorm aanneem van 'n ontploffing in pyn en vreugde, woede, hartseer of seksualiteit.

Kinders is nou in kontak met hulle ware gevoelens en in staat om die gevoelens opreg en eerlik uit te druk op wyses wat nie skadelik vir die self of vir ander mense is nie. Kinders is nou bemagtig om hulleself te wees en om hulle gevoelens aangaande die enkelouersituasie op gepaste wyses te hanteer.

Tydens gestaltgroepwerk beweeg die groeplede deur hierdie verskillende lae, soos wat hulle die geleentheid gebied word om hulle gevoelens, voorgrondbehoefte en ontkenende aspekte van die self, uit te druk en verantwoordelikheid hiervoor neem. Die self word versterk en die kind word 'n selfregulerende individu wat besluite kan neem, probleme kan oplos en met meer toepaslike gedrag buite die groepsituasie kan eksperimenteer.

3.7 Samevatting

- Die kind wat binne 'n enkelouersituasie grootword, het hulp nodig ten opsigte van die uitdrukking en toe-eiening van sy/haar emosionele belewenisse en behoeftes wat verband hou met die enkelouersituasie.
- Die kind het verder die behoefte om erken te word as 'n waardige individu en om aanvaar te word soos wat hy/sy is.
- Hierdie behoeftes kan met behulp van gestaltgroepwerk verwesenlik word waartydens kontakmaking met die self, versterking van die self en die interaksie met portuurgroeplede, voorrang geniet.
- Tydens gestaltgroepwerk word die kind ook begelei in die uitdrukking en toe-eiening van sy/haar emosionele belewenisse en behoeftes aangaande die enkelouersituasie.
- Dit stel die enkelouerkind in staat om negatiewe belewenisse te verwerk en sy/haar energie in belangriker aktiwiteite soos die bemeestering van die ouderdomstoepaslike ontwikkelingstake te belê.
- Die enkelouerkind sal ook toekomstige moeilike lewensveranderinge op meer toepaslike wyses kan hanteer, aangesien hy/sy nou sal weet hoe om op gepaste wyses uitdrukking te gee aan onaangename gevoelens en hoe om hierdie gevoelens te hanteer.

In die volgende hoofstuk word die kwantitatiewe bevindinge van die empiriese ondersoek, na die implementering van die gestaltgroepwerkprogram, bespreek.