

**‘N VERGELYKENDE KWALITATIEWE BESKRYWING VAN DIE
ONTWIKKELINGSTADIA VAN ERIK ERIKSON EN CHAKRA-
ONTWIKKELING.**

deur

JEANNE SMIT

Voorgelê ter gedeeltelike vervulling van die vereistes vir die graad

MAGISTER ARTIUM

(Voorligtingsielkunde)

In die

Fakulteit Geesteswetenskappe

Universiteit van Pretoria

Pretoria

Studieleier: Me E du Preez

April 2003

DANKBETUIGINGS

Om 'n tesis op eie stoom aan te pak, is onmoontlik. Daarom bedank ek die volgende persone:

- My studieleier, Elizabeth Du Preez, vir haar eindelose geduld tydens die voltooiing van die studie.
- Nelia Oets, vir die taalversorging en afronding van die finale produk.
- My ouers, Hennie en Elizabeth, vir die geleentheid om 'n Meestersgraad af te lê en vir hulle morele ondersteuning gedurende die afgelope twee jaar..
- My familie en vriende vir hul aanmoediging en Yanic wat deurgaans gesorg het vir 'n ligte luim.
- Niel, vir sy emosionele ondersteuning en vertrouwe in my.

**A COMPARATIVE QUALITATIVE DESCRIPTION OF THE
DEVELOPMENTAL STAGES OF ERIK ERIKSON AND CHAKRA
DEVELOPMENT**

Name: Jeanne Smit
Supervisor: Ms E. du Preez
Department: Psychology
Degree: Master of Arts (Counseling Psychology)

SUMMARY

The aim of this study is to investigate the resemblance between the developmental stages and developmental tasks of the seven chakras (Judith, 1996) and Erik Erikson's developmental theory (Bee, 1996). The researcher aims to describe the similarities between the chakra system and developmental psychology.

The discussion of literature was divided into two components. Firstly, Stages 1-8 of Erikson's developmental theory were discussed. Secondly, the chakra system was discussed. The researcher discussed the following concepts to explain the term *chakra system*: the human and the body; chakra definitions and associations, chakra names, and the colours associated with the chakras. For the purposes of this study, the functions of the separate chakras and the development of the chakra system were focal points.

The study was done at a private yoga organisation in Durbanville, Cape Town, where the participants of the study regularly took part in classes. These participants were chosen because of their reliability (adults and regular participation) and their receptivity for alternative healing. Their age and gender was also relevant to the study, because the researcher used non-probability sampling. The main prerequisites for individuals to participate in the study were regular attendance and the individuals' status as adults.

Die analise van die data is met die literatuurstudie vergelyk, en die navorser het tot die gevolgtrekking gekom dat die primêre temas, wat in beide die lewensgeskiedenisvraelys en die chakra-indeks geïdentifiseer is, ooreenstem met Erikson se agt ontwikkelingstadia. Die navorser het ook tot die gevolgtrekking gekom dat daar wel ooreenstemminge is tussen die ontwikkelingstadia en ontwikkelingstake van die sewe chakras en die ontwikkelingstadia en ontwikkelingstake wat Erik Erikson geïdentifiseer het. Dit beteken dus dat Erikson se ontwikkelingsteorie ooreenstemminge met die ontwikkeling van die chakra-sisteem toon.

SLEUTELBEGRIPE

Chakra-sisteem, Chakra-ontwikkeling, Funksies van die chakras, Erik Erikson se agt ontwikkelingstadia, Ontwikkelingsteorieë, Inhoudsanalise, Begronde teorie, Illustratiewe metode, Chakra-indeks, Lewensgeskiedenisvraelys.

INHOUDSOPGAWE**HOOFSTUK 1: INLEIDING**

1.1	Inleiding	1
1.2	Probleemstelling	2
1.3	Metode	4
1.4	Uitleg van die studie	5

HOOFSTUK 2: LITERATUURSTUDIE

2.1	Inleiding	7
2.2	Erikson se ontwikkelingsteorie	7
2.2.1	Agtergrond	7
2.2.2	Spesifikasies van die agt ontwikkelingstadia	8
2.3	Erikson se agt ontwikkelingstadia	8
2.3.1	Stadium 1 (0-1 jaar)	8
2.3.2	Stadium 2 (2-3 jaar)	9
2.3.3	Stadium 3 (4-5 jaar)	10
2.3.4	Stadium 4 (6-12 jaar)	10
2.3.5	Stadium 5 (13-18 jaar)	11
2.3.6	Stadium 6 (19-25 jaar)	12
2.3.7	Stadium 7 (25-65 jaar)	13
2.3.8	Stadium 8 (65 jaar +)	14
2.4	Kommentaar: Erikson se ontwikkelingsteorie	15
2.5	Chakra-sisteem	15
2.5.1	Die mens en die liggaam	15
2.6	Chakra definiëring en assosiasies	17
2.7	Chakra lokalisasie, benaming en kleur	19
2.7.1	Lokalisasie	20
2.7.2	Kleur	20
2.8	Funksies van die chakras as vlakke van bewustheid	21
2.8.1	Chakra 1	21
2.8.2	Chakra 2	22
2.8.3	Chakra 3	22
2.8.4	Chakra 4	23
2.8.5	Chakra 5	24

2.8.6	Chakra 6	24
2.8.7	Chakra 7	25
2.9	Globale chakra funksionering	25
2.10	Teoretiese fokus van die studie	26
2.11	Chakras en ontwikkelingsteorie	27
2.12	Ontwikkelingsbenadering tot die chakra-sisteem	30
2.12.1	Chakra 1 (mid-swangerskap tot 12 maande)	30
2.12.2	Chakra 2 (6-24 maande)	30
2.12.3	Chakra 3 (18 maande tot ongeveer 4 jaar)	31
2.12.4	Chakra 4 (4-7 jaar)	31
2.12.5	Chakra 5 (6-12 jaar)	31
2.12.6	Chakra 6 (Adolesensie)	32
2.12.7	Chakra 7 (Vroeë volwassenheid en daarna)	32
2.13	Gevolgtrekking	32
2.14	Samevatting	33
	HOOFTUK 3: NAVORSINGSMETODOLOGIE	34
3.1	Inleiding	34
3.2	Doel van die studie	34
3.3	Respondente	34
3.4	Navorsingsontwerp	35
3.5	Data-insameling	36
3.5.1	Chakra-indeks	37
3.5.2	Lewensgeskiedenisvraelys	40
3.5.3	Afdelings in die aangepaste lewensgeskiedenisvraelys	42
3.6	Metode van data analise	44
3.6.1	Fundamentele reëls vir die prosedure van kwalitatiewe inhoudsanalise	47
3.6.2	Kodering	49
3.6.3	Koderingseenhede	50
3.6.4	Oop kodering	51
3.6.5	Aksiale (teoretiese) kodering	52
3.6.6	Selektiewe kodering	53
3.6.7	Betroubaarheid en geldigheid	53
3.6.8	Metodes om betroubaarheid van resultate te bevorder	56
3.7	Samevatting	57

HOOFSTUK 4: RESULTATE	58
4.1 Inleiding	58
4.2 Agtergrond	58
4.3 Primêre en sekondêre temas in chakra-indeks	59
4.3.1 Chakra 1 (baarmoeder-12 maande)	60
4.3.2 Chakra 2 (12maande –2 jaar)	62
4.3.3 Chakra 3 (2-4 jaar)	64
4.3.4 Chakra 4 (4-7 jaar)	65
4.3.5 Chakra 5 (7-12 jaar)	66
4.3.6 Chakra 6 (12-18 jaar)	68
4.3.7 Chakra 7 (18 jaar+)	71
4.4 Primêre temas in lewensgeskiedenisvraelys	73
4.4.1 Fase 1: Oorlewing	74
4.4.2 Fase 2: Verbintenis	75
4.4.3 Fase 3: Uitreiking	76
4.4.4 Fase 4: Bewustheid	76
4.4.5 Fase 5: Selfontwikkeling	78
4.4.6 Fase 6: Aanvaarding	79
4.4.7 Fase 7: Universaliteit	80
4.5 Vergelyking van die temas vanuit die chakra-indeks met Erikson se teorie	83
4.6 Erikson se agt ontwikkelingstadia	84
4.6.1 Stadium 1	84
4.6.2 Stadium 2	86
4.6.3 Stadium 3	86
4.6.4 Stadium 4	87
4.6.5 Stadium 5	88
4.6.6 Stadium 6	90
4.6.7 Stadium 7	90
4.6.8 Stadium 8	91
4.7 Vergelyking van die temas vanuit die lewensgeskiedenisvraelys met Erikson se ontwikkelingstadia	94
4.7.1 Stadium 1 versus baarmoeder-2 jaar	96
4.7.2 Stadium 2 versus 2-4 jaar	96
4.7.3 Stadium 3 versus 4-7 jaar	96
4.7.4 Stadium 4 versus 7-12 jaar	97
4.7.5 Stadium 5 versus 12-18 jaar	97
4.7.6 Stadium 6-8 versus 19-65 jaar	97
4.8 Samevatting	98

HOOFTUK 5: GEVOLGTREKKING EN AANBEVELINGS	99
5.1 Inleiding	99
5.2 Doel van die studie	99
5.3 Probleme ervaar tydens studie	100
5.6 Kritiese evaluering	101
5.5 Aanbevelings ten opsigte van verdere navorsing	102

VERWYSINGS	105
-------------------	------------

ADDENDA

Addendum 1: Vrywaringsvorm	111
Addendum 2: Multimodale Lewensgeskiedenisvraelys	112
Addendum 3: Aangepaste Lewensgeskiedenisvraelys	122
Addendum 4: Chakra-indeks	128
Addendum 5: Lewensgeskiedenisvraelys: Kodering 1	133
Addendum 6: Lewensgeskiedenisvraelys: Kodering 2	140
Addendum 7: Lewensgeskiedenisvraelys: Kodering 3	146
Addendum 8: Lewensgeskiedenisvraelys: Kodering 4	150
Addendum 9: Chakra-indeks: Kodering 1	151
Addendum 10: Chakra-indeks: Kodering 2	156
Addendum 11: Chakra-indeks: Kodering 3	159
Addendum 12: Chakra-indeks: Kodering	161

LYS VAN TABELLE

Tabel 1: Chakra, lokalisasie, benaming en kleur	20
Tabel 2: Primêre en sekondêre temas in chakra-indeks	59
Tabel 3: Vergelyking van die temas vanuit die chakra-indeks met Erikson se teorie	83
Tabel 4: Vergelyking van Erikson se ontwikkelingsstadia met die ontwikkeling van die chakrasisteam	93

Tabel 5:	Ooreenkomste tussen temas in Erikson se ontwikkelings- teorie en die chakrasisteam	94
Tabel 6:	Vergelyking van die temas in die lewensgeskiedenisvraelys met Erikson se ontwikkelingstadia	95

HOOFSTUK 1

INLEIDING

1.1 Inleiding

Die gemeenskap binne die Suid-Afrikaanse konteks is tot op hede bekend met verskeie ontwikkelingsmodelle in die veld van ontwikkelingsielkunde. Die chakra-sisteem, wat in die Indiese kultuur ontstaan het (Patterson, 1998), word ook as 'n ontwikkelingsmodel gedefinieer (Judith, 1996). Aangesien Suid-Afrika 'n multi-kulturele agtergrond het, was die verskynsel van globalisering onder andere 'n oorweging vir die ondersoek na 'n tradisioneel Oosterse konsepsualisering van sielkunde en gevallestudies. In Westerse genesing is die algemene praktyk om spiritualiteit óf te ontken óf as patologies te etiketteer (Bailey, 1970), terwyl die ontwikkelingsteorie van die chakra-sisteem spiritualiteit wel inkorporeer.

Binne die Westerse filosofie van genesing val die klem steeds op mediese intervensies soos medikasie, inspuittings, bestraling en operasies. Patterson (1998) staaf dat die fundamentele oortuiging van die Indiese kultuur (en dus die chakra teorie) daarop ingestel is om dinge soos balans, selfvernuwing, transendensie, harmonie en die kwaliteit van holisme te inkorporeer. Aangesien Oosterse genesingspraktyke ongeveer vyf duisend jaar gelede ontstaan het (en nog steeds bestaan), sou dit foutief wees om 'n alternatiewe of holistiese terapie in genesing te ignoreer. Esoteriese, Oosterse genesing mag miskien nuut wees binne die Westerse kultuur, maar dit lê ingebed in Oosterse oortuiging. Die navorser ag dit dus noodsaaklik om 'n studie te doen wat verwys na die Oosterse konsepsualisering van menslike ontwikkeling.

Judith (1996), 'n Westerse, kliniese sielkundige, postuleer dat die chakra-sisteem 'n gelykwaardige geldigheid tot ander sielkundige teorieë het. Sy beweer ook dat die teorie rondom die chakra-sisteem buigbaarder as Westerse sielkundige teorieë is, omdat dit kognitiewe, liggaamlike en geestelike

aspekte inkorporeer. Hierdie siening van Judith was 'n verdere aansporing tot die navorser se studie binne 'n Suid-Afrikaanse konteks

Die navorser se studie fokus op die ontwikkelingstadia van die chakra-sisteem en hoe dit met Erik Erikson (Bee, 1996) se agt ontwikkelingstadia vergelyk. Sherwood (2000) definieer die sewe chakras in die chakra-sisteem as transformasie sentrums wat verskillende frekwensies van energie na gedagtes en na emosionele- en fisiese sensasies transformeer. In Hoofstuk 2 brei die navorser hierop uit, asook op Erikson se ontwikkelingstadia.

Die samelewingskonteks waarbinne die studie afgelê is, is 'n privaat joga-organisasie in Durbanville, Kaapstad. Hier bied 'n gekwalifiseerde joga-instruktrise tweeweekliks jogaklasse aan wat een en 'n halwe uur per klas duur. Die deelnemers aan die studie was volwassenes wat die joga klasse op 'n gereelde basis bywoon. Die betroubaarheid van bogenoemde deelnemers en hul ontvanklikheid vir alternatiewe genesing het die navorser gemotiveer om hierdie deelnemers by die eksperiment te betrek. Die sosiale konteks waarteen die studie afgelê is, is dié van 'n Westerse gemeenskap waar die liggaam benader word as 'n entiteit wat losstaande is van konstruksie soos kultuur, genesing, verstand en spiritualiteit. In terme van kulturele agtergrond is die studie benader vanuit 'n multi-kulturele Suid-Afrikaanse konteks.

1.2 Probleemstelling

Na aanleiding van bogenoemde konteks formuleer die navorser die volgende navorsingsdoelstelling: 'n Vergelykende, kwalitatiewe beskrywing van die ontwikkelingstadia van Erik Erikson en van chakra-ontwikkeling. Met hierdie vergelyking wil die navorser vasstel of daar 'n ooreenstemming is tussen die ontwikkelingstadia van Westerse en Oosterse ontwikkelingsteorieë. Nadat die navorser literatuur rondom die navorsingsdoelstelling bestudeer het, het die navorser tot die gevolgtrekking gekom dat daar 'n intense tekort aan literatuur of inligting is rakende die oorweging, kombinasie en vergelyking van Oosterse alternatiewe filosofieë

en Westerse psigoterapie. 'n Verdere bevinding was dat literatuur oor alternatiewe, holistiese denke of uitgangspunte betreffende menslike ontwikkeling ook moeilik bekombaar was.

Hoewel Jung (in Hull, 1978) dekades gelede die voorstel gemaak het dat 'n vergelykende beskrywing tussen die idees en praktyke van Oosterse en Westerse filosofieë gemaak moet word, is daar steeds beperkte navorsing betreffende die onderwerp. Volgens Atwood en Martin (1991) is beide die ontkenning van spiritualiteit, en die dualiteit tussen liggaam en gees leemtes in moderne Westerse literatuur. Hierdie twee skrywers beskou spirituele tradisies as sisteme wat diepgaande persoonlike veranderinge teweegbring kan bring. Indien Westerse terapeute dit sou oorweeg om sekere Oosterse tegnieke in terapie te inkorporeer, sou dit individue moontlik kon bystaan om 'n nuwe ontwikkelings stadium van harmonie tussen liggaam, verstand en gees te bereik.

Dit skyn ook belangrik te wees dat die sosiale konteks of die gemeenskap 'n ontvanklikheid vir 'n moontlike kombinasie tussen Oosterse en Westerse genesingspraktyke moet ontwikkel voordat die terapeut so 'n verskuiwing in denke moontlik kan maak. Tot op hede is die verdeling van bogenoemde belangstelling nog nie in enige literatuur bekend gemaak nie. Die navorser is van mening is dat dit van die individu in die sosiale konteks afhang of hy/sy ontvanklik sal wees vir 'n gekombineerde terapeutiese sessie. 'n Gedeelte van die gemeenskap beweeg terug na natuurlike geneesmiddels ten opsigte van beide medikasie en terapie. 'n Ander gedeelte van die gemeenskap raak egter al hoe meer vasgevang in 'n wetenskaplike en tegnologiese verklaring van persoonlike en sielkundige klagtes (Furnham, 2002).

1.3 Metode

Die navorsingsproses van die studie is as volg gestruktureer:

- a.) Na afloop van 'n literatuurstudie bepaal die navorser die presiese formulering van die navorsingsvraag, die praktiese betekenis van die studie en hoe die studie bydra tot die konstruksie van sosiale teorieë.
- b.) Die navorser identifiseer dan die deelnemers aan die studie: gereelde, volwasse bywoners van jogaklasse te Durbanville, Kaapstad, en maak gebruik van nie-waarskynlike steekproefneming om die respondente te identifiseer.
- c.) Daar word van die deelnemers vereis om twee vraelyste (chakra-indeks en lewensgeskiedenisvraelys) onafhanklik van die navorser in te vul. 'n Periode van twee tot drie weke word aan die respondente toegestaan om die vraelyste te voltooi.
- d.) Kwalitatiewe data-analise word gebruik om die studie se opnames te evalueer (Babbie, 1998). Deur middel van 'n inhoudsanalise, gegrond op begroonde teorie, identifiseer die navorser eerstens primêre temas in beide die chakra-indeks en die lewensgeskiedenisvraelys. Erik Erikson se agt ontwikkelingstadia (in Bee, 1996) word deur middel van die illustratiewe metode (Neuman, 2000) as reeds-bestaande kategorieë gebruik. Die tweede deel van die inhoudsanalise is daarop gerig om te bepaal of die temas, wat in die vraelyste geïdentifiseer is, in die bestaande agt kategorieë pas. Die doel met die gebruik van inhoudsanalise is dus om te bepaal of die ontwikkeling van die chakra-sisteem ooreenkomste toon met die ontwikkelingsteorie van Erikson.
- e) Laastens word die analise van die data met die literatuurstudie vergelyk en maak die navorser 'n gevolgtrekking aangaande die resultate van die studie.

1.4 Uitleg van studie

1.4.1 Hoofstuk 1

In Hoofstuk 1 bespreek die navorser die navorsingsdoelstelling en die motivering vir die studie. In aansluiting hierby gebruik die navorser leemtes in die literatuur as ondersteuning vir die noodsaaklikheid van die studie. 'n Kort uiteensetting van die metode van analise en 'n uitleg van die studie as geheel word ook in Hoofstuk 1 gedek.

1.4.2 Hoofstuk 2

Hoofstuk 2 begin met 'n bespreking van Erik Erikson se agt ontwikkelingstadia. Hierna bespreek die navorser die chakra-sisteem, die funksies van die chakra-sisteem, en die ontwikkelingstadia van die chakra-sisteem. Bogenoemde bespreking geskied vanuit bestaande literatuur wat van toepassing is op die navorser se studie.

1.4.3 Hoofstuk 3

Hierdie hoofstuk gaan oor die navorsingsmetode wat gebruik is vir die doeleindes van die studie. Die navorser verwys ook na die respondente in die studie. Die metode van data-insameling en data-analise is 'n ander belangrike faset van die derde hoofstuk. In die laaste afdeling van Hoofstuk 3 bespreek die navorser die geldigheid en betroubaarheid van die studie.

1.4.4 Hoofstuk 4

Die navorser skenk in hierdie hoofstuk aandag aan die resultate wat deur die studie verkry is. Die weergee van data, die data-analise en die bespreking van die data is die hoofdoel van hierdie studie. Die navorser bepaal in hierdie hoofstuk of die hipotese, dat daar ooreenstemming is tussen Erikson se ontwikkelingstadia en die ontwikkeling van die chakras, in die studie bewys kon word.

1.4.5 Hoofstuk 5

Hoofstuk 5 verwys na die gevolgtrekking van die studie. Die navorser verwys na die doel van die studie en probleme wat tydens die studie ervaar is, en verskaf dan 'n kritiese evaluering van die studie in sy geheel. Laastens maak die navorser aanbevelings vir toekomstige studies binne dieselfde veld van ondersoek.

HOOFTUK 2

LITERATUURSTUDIE

2.1 Inleiding

In hierdie hoofstuk val die klem op die bespreking van Erik Erikson se ontwikkelingsteorie, sowel as op die chakra-sisteem, die funksies van die chakras, en die ontwikkelingstadia van die chakra-sisteem.

2.2 Erikson se ontwikkelingsteorie

2.2.1 Ter agtergrond

Bee (1996), wat die ontwikkelingsteorie van Erikson as stadia van ontwikkeling na volwasseheid kategoriseer, word as primêre bron gebruik. Sy beweer dat 'n sleutelkonsep in Erikson se teorie die geleidelike en stapsgewyse ontstaan van 'n identiteit is. Erikson is veral bekend vir sy teorie oor menslike ontwikkeling, waarin hy agt ontwikkelingstadia onderskei wat die totale lewensloop dek. Sy ontwikkelingsteorie kan ook gesien word as 'n persoonlikheidsteorie en word as volg deur Meyer, Moore en Viljoen (1988) verduidelik: "Die ontwikkeling van die persoonlikheid duur voort deur die lewensloop en probleme wat tydens ontwikkeling ontstaan, word op 'n spontane wyse in latere stadia deur die individu reggestel" (p.155). Die stadia, waarna herhaaldelik verwys word, word ook deur Louw en Edwards (1993) uitgestip. Volgens hulle word die lewensloop verdeel in agt stadia wat elk gekenmerk word deur 'n psigososiale krisis. Die krisisse verwys na 'n situasie waarin individue hulself ten opsigte van twee teenoorgestelde pole moet oriënteer. Louw en Edwards dui aan dat Erikson die oplossing van elke krisis eerder in terme van die sintese van die twee pole verstaan, as in terme van 'n keuse van die positiewe pool.

2.2.2 Spesifikasies van die agt ontwikkelingstadia

Craig (1996) verwys na 'n *psigososiale uitkomst* wat ooreenstem met die agt stadia waarna Bee (1996) verwys. Die verskillende stadia sien as volg daaruit: basiese vertrouwe versus wantroue (0-1 jaar); outonomie versus skaamte en twyfeling (2-3 jaar); inisiatief versus skuld (4-5 jaar); ywer versus minderwaardigheid (6-12 jaar); identiteit versus rolverwarring (13-18 jaar); intimiteit versus isolasie (19-25 jaar); voortplanting versus selfbeheptheid en stagnasie (25-65 jaar); en ego-integriteit versus wanhoop (65 jaar+).

Erikson (in Craig, 1996). beskou hierdie agt stadia van ontwikkeling ook in terme van psigososiale stadia: oraal-sensories (1), spier-anaal (2), lokomotories-genitaal (3), latensie (4), puberteit en adolensensie (5), jong volwassenheid (6), volwassenheid (7), en bekwaamheid (8).

Die agt stadia van ontwikkeling, soos Erikson (in Hall, 1985) dit omskryf het, word vervolgens bespreek.

2.3 Erikson se agt ontwikkelingstadia

2.3.1 Stadium 1

Basiese vertrouwe versus wantroue (0-1 jaar)

Die eerste manifestasie van sosiale vertrouwe by die baba het, volgens Erikson (in Hall, 1985), te make met die gemak van voeding, diepte van slaap en ontspanne dikderm funksies. Hy sê verder dat die baba se eerste sosiale sukses figureer wanneer die baba in staat is om die moeder sonder onophoudelike angs of woede buite sig te hê. Dit vind plaas wanneer die moeder 'n innerlike sekerheid, sowel as 'n uiterlike voorspelbaarheid vir die baba geword het.

Newman en Newman (1975) skryf dat vertrouwe by 'n baba, wat nog nie deur middel van taal kan kommunikeer nie, deur eksperimentering en ervaring ontstaan. Die baba ontwikkel toenemend 'n gevoel dat hy/sy 'n waardige entiteit is en bou vertrouwe op dat sy/haar behoeftes bevredig sal word. Hierdie vertrouwe word hoofsaaklik gevestig

deur middel van interaksies met familieledede. Wanneer die versorger nie tussen die baba se behoeftes onderskei nie, mag 'n gevoel van wantroue in die omgewing ontstaan. Onderliggend aan die oplossing van die krisis in hierdie stadium is die proses waartydens die versorger en kind 'n wedersydse verhouding tot stand bring. Zimberoff en Hartman (2000) verwys na hierdie verhouding as 'n gesonde ko-afhanklikheid wat die volgende ontwikkelingsake insluit: die uitdrukking van behoeftes; die aanvaarding van versorging; die vorming van emosionele verbintnisse; en die aanleer van vertroue in volwassenes. Die belangrikste oorlewingstaak, wat by hierdie fundamentele take aansluit, is die baba se wil om te leef.

2.3.2 Stadium 2

Otonomie versus skaamte en twyfeling (2-3 jaar)

Boeree (1997) is van mening dat 'n kleuter van hierdie ouderdom, wat toegelaat word om die omgewing te verken en te manipuleer, 'n mate van outonomie of onafhanklikheid sal ontwikkel. Hoewel skaamte en twyfeling nadelig vir die ontwikkeling kan wees, redeneer hy dat 'n mate van skaamte en twyfeling nogtans voordelig is want "...without that you will develop the maladaptive tendency Erikson calls 'impulsiveness', a sort of shameless willfulness that leads you, in later childhood and even adulthood, to jump into things without proper consideration of your abilities" (p.5). Boeree beweer ook dat die individu wilskrag en determinasie sal ontwikkel indien daar 'n positiewe balans tussen outonomie en skaamte en twyfeling tot stand kom.

Die kleuter se behoeftes in hierdie stadium het te make met die vermoë om vrye keuses te maak en die self te beheer. Volgens Hall (1985) lê die hoofkomponente van ontwikkeling in hierdie stadium daarin dat die selfvertroue wat die kleuter aanleer 'n mate van onafhanklikheid tot gevolg het. Die moontlikheid bestaan egter ook dat die kleuter skaamte en twyfel mag ontwikkel ten opsigte van sy/haar vermoë om onafhanklik te funksioneer.

2.3.3 Stadium 3

Inisiatief versus skuld (4-5 jaar)

Erikson (in Craig, 1996) sê dat kinders tussen die ouderdom van 4 en 5 jaar eksplorieer hoe die wêreld funksioneer en hoe hulle die wêreld kan affekteer. Op hierdie stadium van hulle leeftyd bestaan die wêreld uit beide werklikheid en fantasie. Indien kinders se eksplorاسie en aktiwiteite oor die algemeen effektief is, leer hulle om konstruktief met mense en dinge om te gaan. Hulle verkry dan ook 'n sterk sin vir inisiatief. Indien kinders tydens hierdie ouderdom egter oormatig gekritiseer en gestraf word, leer hulle om oor die meeste van hul aksies skuldig te voel.

In aansluiting hierby bespreek Lord (2002) ook die impak van bloedskande op die eerste drie ontwikkelingsstadia wat Erikson geïdentifiseer het. Hy glo dat bloedskande daaropvolgende stadia kan wysig, aangesien die eerste drie stadia die fondasie van 'n persoon se lewe vorm. Hunter, Goodwin en Wilson (1992) voel dat die derde stadium, inisiatief versus skuld, as volg deur bloedskande belemmer word. Wanneer die kind met bloedskande geassosieer word, ontwikkel die kind die idee dat hy/sy - en nie die ouers nie - die oorsaak van bloedskande is. Volgens Fritz, Stoll en Wagner (1981) veroorsaak dit skuldgevoelens wat die kind met 'n tekort aan vertroue, 'n lae selfbeeld en 'n gebrek aan selfbeheersing laat.

2.3.4 Stadium 4

Vlyt/Fluksheid versus ondergeskiktheid/minderwaardigheid (6-12 jaar)

Erikson (1963a) beskou hierdie stadium as 'n stadium van toegang tot die lewe. Die kind leer om erkenning te verkry as reaksie op wat hy/sy produseer en ontwikkel sodoende 'n gevoel van fluksheid (vlyt). Hy sê dat die kind nou 'n gretige eenheid van 'n produktiewe situasie word en dat die kind se ego-grense nou ook vaardighede insluit.

Die werksbeginsel leer die kind om die plesier van werksvoltooiing deur middel van gelykmatige konsentrasie en volhardende ywer te ervaar. Die grootste gevaar vir die kind in hierdie stadium lê in 'n gevoel van onbevoegdheid en minderwaardigheid.

Origens is hierdie 'n sosiaal-beslissende stadium, aangesien vlyt ook aktiwiteite met en sonder ander behels (Erikson, 1963a). 'n Gevoel vir die verdeling van arbeid en vir die lewensgewoontes en gedrag van 'n kultuur ontwikkel ook tydens hierdie stadium. 'n Fundamentele gevaar, wat Erikson identifiseer, is die beperkinge op die self en die inkorting van horisonne wanneer die kind slegs sy /haar eie werk inkorporeer. Bogenoemde formuleer hy as volg: Indien die kind werk as sy/haar enigste verantwoordelikheid beskou, en sukses slegs in terme van werk bepaal, mag die kind moontlik (ten gunste van ander) 'n denklose konformis word.

2.3.5 Stadium 5

Identiteit versus roldiffusie/rolverwarring (13-18 jaar)

'n Groot hoeveelheid navorsing is gesentreerd rondom die vyfde stadium, wat te doen het met adolessensie of die krisis van identiteit versus rolverwarring. Marcia (1976) het byvoorbeeld onderhoude gevoer waarvolgens 'n evaluering van die individu se graad van krisis en verpligtinge in verhouding tot beroep en ideologie die identiteitstatus sou bepaal.

Verskeie outeurs assosieer die verkryging van identiteit met verskillende dinge. Vir Marcia (1979) is bevredigende interpersoonlike verhoudings van belang. Cross en Allen (1970) voel dat akademiese sukses 'n rol speel, terwyl Podd (1972) die verkryging van identiteit verbind aan morele ontwikkeling. Hierteenoor redeneer Marcia en Friedman (1970), en ook Orlofsky (1987), dat identiteit nie konsekwent met selfagting is nie. In aansluiting hierby meen Matteson (1974) dat identiteit ook nie konsekwent is met die lokus van beheer nie.

Adolessensie staan vir Erikson (1968) sentraal tot sy teorie, want sodra die individu hierdie stadium bereik, vind sekere veranderinge plaas. Die gebruik van identifikasie as 'n metode van aanpassing word gestaak en die vorming van identiteit neem 'n aanvang. Rosenthal, Gurney en Moore (1981) maak melding van bepaalde gevolge wanneer 'n identiteit nie suksesvol tydens adolessensie gevorm word nie. Indien die adolessent nie slaag in die vorming van 'n sterk identiteit, wat gegrond is in familie, ras en ideologie nie, kan hindernisse tydens volwassenheid ervaar word. Opregte intimiteit word byna onmoontlik en stabiele, lang termyn verhoudings

onwaarskynlik. Volgens Erikson (in Woodward, 1994) is identiteitsvorming 'n lewenslange proses, al vind dit grotendeels onbewustelik plaas

Erikson (1963b) brei sy idee van die onbewuste proses van identiteitsvorming uit deur identiteitsvorming te omskryf as 'n sielkundige proses wat sosiale prosesse reflekteer, maar ook 'n sosiale proses wat sielkundige prosesse reflekteer. In verband hiermee het Hodgson en Fischer (1979) byvoorbeeld 'n studie afgelê om verskille tussen die geslagte ten opsigte van die ontwikkeling van identiteit en intimiteit te evalueer. Hul bevinding was dat vroue op interpersoonlike aspekte en mans meer op intrapersoonlike aspekte van identiteit fokus. Volgens bogenoemde studie fokus mans op die intrapersoonlike aspekte van 'n identiteitstatus, intimiteitstatus en selfbeeld.

2.3.6 Stadium 6

Intimiteit versus isolasie (19-25 jaar)

Erikson (in Hall, 1983) beweer dat opregte intimiteit die bereidwilligheid is om die self aan 'n ander persoon toe te vertrou, en dat dit moontlik opoffering en tegemoetkoming kan behels. Verder meen hy dat liefde, 'n wederkerige en volwasse gehegtheid, die basiese krag van jong volwassenheid is. Hamachek (1988) verwys na die gedragsuitdrukkings van sintoniese en distoniese elemente van elke stadium, wat terapeute kan gebruik om ego-ontwikkeling te evalueer. Volgens hierdie benadering sou die terapeut, wanneer intimiteit bestudeer word, uitvra na die skeiding-verbinding spanning.

Sommige feministiese kritiek lees dat Erikson se teorie nie die ervaring van vroue akkuraat weergee nie. Die ontwikkelingstake van identiteit en intimiteit, en die ouderdomsgroep waarin Erikson hierdie uitdagings klassifiseer, word deur navorsers soos Douvan en Adelson, Marcia en Orlofsky (in Horst, 1995) bevraagteken. Hulle beweer dat die vroulike geslag hierdie ontwikkelingstake op 'n ander manier as die manlike geslag benader. Volgens hierdie skrywers het die verskil te make met die belangrikheid wat verhoudings in die lewe van die vroulike geslag het. Origens redeneer Douvan en Adelson (in Horst, 1995) dat Erikson vroue as afhanklik en passief uitbeeld. Horst (1995) meen dat Erikson wel interpersoonlike en

intrapersoonlike temas deur sy teorie weef en sodoende ook die vroulike geslag inkorporeer. Stadium 6 verwys byvoorbeeld na die intrapersoonlike en interpersoonlike fokus van die onderskeie geslagte. In aansluiting hierby meen Hodgson en Fischer (1979) dat die nastrewing van verskeie identiteitsontwikkelinge die selfbeeld van die twee geslagte op verskillende maniere affekteer. Navorsing het byvoorbeeld getoon dat vroue meer intiem is as mans en dat intimiteit by mans meer met identiteit geassosieer word as by vroue.

2.3.7 Stadium 7

Voortplanting versus selfbeheptheid en stagnasie (25-65 jaar)

Die kwessie van voortplanting word op verskillende maniere aangespreek. Volgens Stevens (1983) is voortplanting die kapasiteit om te gee sonder 'n verwagting om iets terug te ontvang. Hy redeneer dat voortplanting gereeld in godsdienstige simbole gereflekteer word en dat besorgdheid meestal 'n onderskeidende kenmerk van godsdienstige organisasie is. Erikson (1982) noem die ego-kwaliteit, wat vanuit hierdie stadium ontstaan, ook sorg. Volgens hom stem besorgdheid, as 'n ego-kwaliteit, ooreen met die waarde van liefdadigheid. Hy het ook belanggestel in die Ooste se benadering tot besorgdheid en het byvoorbeeld aan Sudhir Kakar ('n bekende Oosterse filosoof) gevra wat die Hindoe-term vir besorgdheid is. Kakar (in Erikson, 1982) het geantwoord: "The adult is said to fulfill his tasks by practicing *Dama* (Restraint), *Dana* (Charity), and *Daya* (Compassion)" (p.58). Erikson (in Hall, 1983) noem ook dat die Hindoes na besorgdheid verwys as die behoud van die wêreld.

Hierteenoor beweer Erikson, Erikson en Kivnick (in Christiansen & Palkovitz, 1998) dat voortplanting meestal deur middel van ouerskap uitgeleef word. Hulle redeneer dat die ontwikkeling van voortplanting 'n wederkerige verhouding tussen volwassenheid en afhanklikheid veronderstel. Kotre (1984) verdeel voortplanting in vier kategorieë: biologiese-, tegniese-, kulturele- en ouerlike voortplanting. Snarey (1993) sluit Kotre (1984) se verskillende kategorieë van voortplanting in sy studie rondom die vaderfiguur in, maar hy hanteer tegniese- en kulturele voortplanting as een kategorie. Hy noem hierdie kategorie die gemeenskapsvoortplanting. Volgens Christiansen en Palkovitz (1998) het Erikson nie tussen bogenoemde vier kategorieë

onderskei nie, maar het hy wel gesê het dat voortplanting deur pro-kreatiwiteit, kreatiwiteit, produktiwiteit, advisering, onderrig en versorging mag ontwikkel.

2.3.8 Stadium 8

Ego-integriteit versus wanhoop (65 jaar+)

Erikson (1982) redeneer dat wysheid die ego-sterkte van die finale ontwikkelingsstadia is. Hy definieer wysheid as die verwyderde, maar aktiewe, beheptheid met die lewe, selfs in die aangesig van die dood. Hy postuleer verder dat wysheid die behoud van integriteit en ervaring weespieël in plaas van die veragting vir menslike mislukkinge en die vrees vir die finaliteit van die mens se sterflikheid. Erikson (in Zimberoff & Hartman, 2001, p. 17) glo ook dat 'n individu se lewensiklus vervul is wanneer terminale duidelikheid en 'n finale eksistensiële identiteit voortspruit uit die kulminasie van die individu se psigososiale ontwikkeling.

Volgens Erikson (in Hall, 1983) sal die grootste verandering in die laaste stadium van die individu se lewe saamhang met 'n betrokkenheid by kwessies wat voorheen as onhanteerbaar beskou is. In 'n gesprek met Hall verwys Erikson (in Hall, 1983) na die denke van bejaardes wanneer hy sê dat hulle soos kinders dink wanneer dit kom by geluk, speelsheid en verwondering – dinge wat hul as volwassenes moes prysgee.

2.4 Kommentaar ten opsigte van Erikson se ontwikkelingsteorie

Craig, (in Domino & Affonso, 1990) omskryf Erikson se teorie as 'n teorie wat gekarakteriseer word deur 'n proses van ewewig waarin die psigososiale balans verskuif van een stadium tot die volgende. Tydens elke stadium is daar spesifieke uitdagings, al bly dieselfde tema beslissend vir voorafgaande en daaropvolgende stadia.

2.5 Die Chakra-sisteem

Aangesien Judith (1996) begrippe in verstaanbare en konkrete terme verduidelik, sal haar teorie hoofsaaklik gebruik word wanneer die ontwikkelingsbenadering tot die chakras bespreek word. Voorlopig vind die navorser dit egter voordelig om gebruik te maak van die insae van verskeie ander outeurs aangaande die chakra-sisteem.

2.5.1 Die mens en die liggaam

In hierdie afdeling word die chakra-sisteem bespreek in terme van die menslike liggaam. Die bespreking word gedoen aan die hand van die Oosterse, esoteriese filosofie van die liggaam en nie in terme van 'n Westerse bio-mediese model nie. Vir die meeste mense in ons Westerse gemeenskap maak die begrip *chakra-sisteem* nie deel uit van ons alledaagse gespreksvoering nie. Die konsep is abstrak, onbekend en vreemd. In hul pogings om die menslike bestaan te verstaan, maak Westerlinge selde van chakras gebruik om menslike funksionering mee te verduidelik. Ter inleiding tot die bespreking van die chakra-sisteem word die fisiese en eteriese liggaam eers as agtergrond bespreek.

Die fisiese liggaam

Wanneer daar in die Westerse kultuur na die siel verwys word, word dit geverbaliseer as *my* siel. Die verwysing word gebruik asof die liggaam die ware persoon is en die siel iets is wat deur die liggaam besit word (Judith, 1996). Leadbeater (1994) is van mening dat, vanuit 'n Oosterse konsepsualisering van die siel, bogenoemde verwysing 'n vae en onakkurate verwysing is. Sy bewering is dat die mens 'n siel is wat in besit is van verskeie liggames. Hy redeneer dat ons 'n liggaam het om die fisiese mee te verrig maar ook liggames het om met emosionele en geestestoestande om te gaan. Medici is egter geneig om slegs aandag te skenk aan die dele van die liggaam wat sigbaar is (byvoorbeeld die verskeie liggaamsdele), terwyl die onsigbare, dog fisiese materie van die liggaam, soos byvoorbeeld die siel, buite rekening gelaat word. In Teosofie (die mistieke leer van die bestaan van Wese, wat gedeeltelik op Boeddhistiese opvattinge berus) praat van bogenoemde as die eteriese liggaam (Leadbeater, 1994).

Die eteriese liggaam

Bailey (1970) beweer dat die eteriese liggaam een hoof funksie het naamlik om die fisiese liggaam lewensvatbaar te maak en energie aan die liggaam te verskaf. Volgens hom is die eteriese liggaam 'n web van energiestrome, lyne van fors, en lig. Hy maak dus die stelling dat die eteriese liggaam 'n sender is vir energie na die fisiese liggaam toe. Om die lokalisasie en die bestaan van die chakras beter te verstaan, is dit noodsaaklik om die eteriese liggaam duideliker te omskryf. Bailey beskryf die eteriese liggaam as 'n liggaam wat saamgestel is uit lyne van krag en punte waar die lyne oorkruis. Energie-sentrums word dus gevorm waar die lyne oorkruis. Waar menigte lyne mekaar oorkruis word groter sentra van energie gevorm en sewe hoofsentrums kom voor waar selfs groter strome van energie ontmoet (soos in die kop en spinaalkoörd). Hierdie hoofsentrums is algemeen bekend as chakras. Hoewel daar ook kleiner sentrums geïdentifiseer word, word slegs die sewe hoofsentrums vir die doeleindes van hierdie studie bestudeer.

Volgens Bailey (1970) is die sewe sentrums (chakras) dus binne die eteriese liggaam geleë en dien hulle as fokuspunte vir die ontvangs en verspreiding van energie. Die sentra is die ontvangers van sewe verskillende tipes energie wat vanuit die omgewing en die innerlike spirituele natuur van die mens verkry word. Hierdie energie word deur die hele liggaam versprei. Die konsep chakra-sisteem het ontstaan vanuit die Oosterse filosofie en kan gesien word as 'n sewe-vlakkige filosofiese model van die heelal - *sewe* vanweë die aanname dat die chakra-sisteem hoofsaaklik uit sewe chakras bestaan.

2.6 Chakra definiëring en assosiasies

Daar is verskeie teorieë en interpretasies aangaande die chakra-sisteem. Die werke van Brennan (1988), Johari (2000) en Judith (1996) is belangrik vir die definiëring van die chakras. Brennan (1988) gebruik byvoorbeeld die chakras in haar praktyk van energiegenesing, wat sy in *Hands of light: a guide to healing through the human energy field* beskryf. Johari (2000) gee 'n grondige spirituele interpretasie van die chakras in *Chakras: energy centres of transformations*. Judith (1996) se weergawe

van die chakras in *Eastern body, western mind* verbind die liggaam en gees en neem die leser deur 'n transformasie van bewustheid.

Brennan (1988) vestig die aandag op die hoeveelheid dele (*petals*) van elke chakra, hoewel sy die chakras ook verstaan teen die agtergrond van Oosterse esoteriese literatuur. Sy beweer dat “these petals appear to be small rotating vortices spinning at very high rates and each vortex metabolizes an energy vibration that resonates at it's particular spin frequency” (p.48). Brennan maak die afleiding dat die chakras direk verband hou met enige patologie in die liggaam, aangesien hul die liggaam lewensvatbaar maak. Sy verduidelik byvoorbeeld dat die chakra van die bekken area (Chakra 2) vier klein openinge het en vier basiese frekwensies van energie metaboliseer.

Volgens Brennan (1988) word elke chakra ook met 'n kleur geassosieer: Chakra 1 - rooi; Chakra 2 - oranje; Chakra 3 - geel; Chakra 4 - groen; Chakra 5 - blou; Chakra 6 - indigo; en Chakra 7 - violet of wit. Sy postuleer dat die kleure wat in elke chakra waargeneem word, verband hou met die frekwensie van energie wat teen elke chakra se spoed metaboliseer. Origens word elke chakra met 'n spesifieke endokriene klier en 'n hoofsensuwee-netwerk (*plexus*) geassosieer. Volgens Brennan bestaan daar 'n proses van energie-opgaarding en energie-verspreiding, wat as volg plaasvind. Die chakra absorbeer die universele- of primêre energie (*prana*), breek dit op in komponente en stuur dit dan deur energiekanaale (*nadis*) na die sensuweesisteem, die endokriene kliere en die bloed om sodoende die liggaam daarmee te versorg.

Johari (2000) bied 'n alternatiewe konsepsualisering aan om die chakras mee te verstaan. Hy meen dat chakras subtiele sentrums is wat in die spinaalkoord gevestig is en nie in die algemene sensuweevleg (*plexus*), wat buite die spinaalkoord lê nie. Johari identifiseer ook vyf *tanmantras* (suiwer frekwensies of wesens). Die vyf tanmantras is die volgende: klank (*shabda*), reuk (*gandha*), smaak (*rasa*), vorm (*rupa*) en tas (*sparsha*). Elke chakra word met 'n element geassosieer, soos byvoorbeeld die *Muladhara* (Chakra 1) wat met die aarde geassosieer word. Aangesien die tanmantras elk met 'n spesifieke sintuig geassosieer word, word elke chakra ook met 'n spesifieke orgaan geassosieer. Johari (2000, p. 73) definieer die chakras dus in wese nie net as fisiese sentrums nie, maar ook as sentrums wat

psigiese of verstandelike energie na spirituele energie transformeer. Elke chakra is 'n stoorkamer van verskeie soorte psigofisiese energie wat deur die asem geaktiveer word wanneer die energie van die een na die ander chakra beweeg met die vloei van die elemente.

Die woord *chakra* is Sanskrit en word deur Judith (1996, p. 5) omskryf as 'n sentrum van aktiwiteit wat lewensenergie ontvang, assimileer en uitdruk. Sy is van mening dat 'n chakra direk vertaal kan word as 'n *wiel* of *disket*. Hierdie disket verwys na 'n bio-energieke sfeer wat spin en wat voortspruit uit die ganglia van die hoofsenuwee in die omgewing van die spinaalkoord. Daar is sewe van hierdie diskette wat in 'n kolom van energie al langs die spinaalkoord gerangskik is en strek vanaf die basis van die spinaalkoord tot by die bopunt van die individu se kop. Aangesien die chakras, volgens Judith, deel is van die eteriese liggaam kan daar beweer word dat die chakras nie fisiese entiteite is nie, al het hulle 'n prominente effek op die fisiese liggaam. Chakras het dus 'n spesifieke lokalisasie, maar bestaan nie in die fisiese sin van die woord nie. Judith sê verder dat die chakras waargeneem word deur dit wat ons om onself laat manifesteer.

Uit bogenoemde bespreking is dit dus duidelik dat Brennan (1988) meen dat energie in die onderskeie chakras gemobiliseer word. Hierdie universele energie word voorsien aan die senuweesisteem, die endokriene kliere en die bloed om die liggaam sodoende te versorg. Johari (2000) omskryf chakras weer as transformasie-sentrums wat psigiese energie omsit na spirituele energie, en Judith (1996) glo dat chakras aktiwiteitssentra is wat lewensenergie ontvang, assimileer en uitstuur.

Vir die doel van hierdie skripsie, integreer die navorser die genoemde werke van Brennan (1988), Johari (2000) en Judith (1996) en omskryf dan die chakra-sisteem as volg. 'n Chakra is 'n nie-sigbare energiesentrum wat nietemin gekoppel word aan 'n spesifieke lokalisasie in die liggaam en wat met 'n spesifieke kleur geassosieer word. Hierdie energiesentrum ontvang, assimileer en versprei energie na verskeie dele van die liggaam om sodoende die liggaam te versorg. Bogenoemde proses verwys na die transformasie van energie. Die chakras dien ook as sentra vir die transformasie van psigiese energie na spirituele energie en hou direk verband met patologie, aangesien hulle die liggaam lewensvatbaar maak. Indien sekere

energieblokkasies of 'n oormaat of tekort aan energie in die chakra-sisteem ontstaan, sal daar 'n fisiese of psigiese manifestering in die liggaam plaasvind. Beide hierdie manifestasies kan apart of tesame in Westerse terme as patologie omskryf word.

2.7 Chakra lokalisasie, benaming en kleur

Met die verskeie omskrywinge van 'n chakra in gedagte, is die benaming van elke chakra, die lokalisasie; en die kleur wat met elk geassosieer word, belangrik vir 'n beter begrip van hierdie konsep. Die detail, wat in Tabel 1 voorgestel word, sal vervolgens bespreek word.

Tabel 1: Chakra benaming, lokalisasie en kleur

Chakra	Lokalisasie	Kleur
Een (<i>Muladhara</i>)	Perineum	Rooi
Twee (<i>Svadhithana</i>)	Bokant geslagsorgane	Oranje
Drie (<i>Manipura</i>)	Buikvleg (<i>solar plexus</i>) rondom die individu se middel	Geel
Vier (<i>Anahata</i>)	Hart	Groen
Vyf (<i>Vissudha</i>)	Keelarea	Blou
Ses (<i>Ajna</i>)	Bokant en tussen die wenkbroue	Indigo
Sewe (<i>Sahasrara</i>)	Kroon van die kop	Violet

2.7.1 Lokalisasie

Vaughan (1995, p. 104) verskaf die volgende beskrywing van die verskillende chakras. Die eerste chakra, die *Muladhara* (letterlik vertaal as *root support*), is fisiologies gelokaliseer in die perineum. Chakra 2 (*Svadhithana*) is net bokant die geslagsorgane geleë. Die derde chakra (*Manipura*) is fisiologies in die buikvleg, of boonste gedeelte van die abdomen, onder die diafragma geleë. Bokant die diafragma, in die omgewing van die hart, lê die vierde chakra (*Anahata*). Judith (1996) lokaliseer Chakra 5 (*Vissudha*) meer spesifiek as Vaughan wanneer sy verwys na die keelarea (*pharyngeal plexus*) as die lokalisasie van hierdie chakra.

Chakra 6 (*Ajna*) is, volgens Vaughan, geleë in die omgewing van die derde oog net bokant en tussen die wenkbroue, terwyl Chakra 7 (*Sahasrara*) by die kroon van die kop gevind word.

2.7.2. Kleur

Judith (1996) verduidelik dat soos daar sewe vlakke in die chakra-sisteem is, so is daar ook sewe kleure in die reënboog en hierdie kleure word respektiewelik met die chakras geassosieer. Die stadigste vibrasie van visuele lig (rooi) word met die eerste chakra geassosieer en die vinnigste en kortste vibrasie van visuele lig (violet) met die kroon (sewende) chakra. Chakras 2 tot 6 stem dus respektiewelik ooreen met oranje, geel, groen, blou en indigo.

2.8 Funksies van die chakras as vlakke van bewustheid

2.8.1 Chakra 1

Vaughan (1995, p. 100) sê dat Chakra 1 gesien kan word as die mees basiese vlak van selfbewustheid, wat oor die algemeen bekend staan as *ek*-bewustheid. Sy is verder van mening dat die self met die liggaam geïdentifiseer word en dat die dominante realiteit van hierdie chakra materialisties van aard is. Op hierdie vlak van bewustheid is bewustheid van die liggaam gedifferensieer, maar dit identifiseer nog steeds met die liggaam eerder as met die verstand. Judith (1996) is onder die indruk dat Chakra 1 ooreenstem met prenatale ontwikkeling en die babatydperk, dit wil sê vanaf middel swangerskap tot en met 12 maande na geboorte. Gesonde ontwikkeling op hierdie vlak van bewustheid kan, volgens Vaughan (1995), suksesvolle gevolg hê vir die bereiking van materialistiese doelwitte en die bevrediging van basiese behoeftes, soos voeding en beskutting.

Sherwood (2000) verstaan die funksies van Chakra 1 op 'n ander manier. Hy postuleer dat die eerste chakra afwaarts in die rigting van die aarde open en dat dit die individu aan sy/haar fisiese omgewing verbind. Sy teorie lees verder dat energie vanaf die aarde die subtiele energiestroom deur die eerste chakra binnegaan. Dit is dan ook as gevolg van die eerste chakra dat 'n persoon sy/haar konneksie met die

aarde voel. Volgens Sherwood onderhou Chakra 1 in die algemeen die gesondheid van die liggaam van onder die boude tot net bokant die geslagsorgane. In die besonder is Chakra 1 egter verantwoordelik vir die vertering en ekskresie van voedsel.

2.8.2 Chakra 2

Volgens Johari (2000) neem die uitbreiding van die persoonlikheid in die tweede chakra 'n aanvang. Bewustheid verskuif nou na behoeftes en fantasieë van seksuele aard en kreatiwiteit. Hy sê ook dat hindernisse, soos onkunde en oneerbiedigheid in hierdie chakra oorkom word en dinge soos wanbalans en disharmonie vernietig word. Origens meen hy dat 'n persoon tussen die ouderdom van agt en veertien vanuit tweede chakra motivering optree.

Rama (1979) bespreek die chakras vanuit 'n psigoterapeutiese oogpunt en beskou seksuele impulse en sensoriese plesier as die fokus van die tweede chakra se funksies. In samehang hiermee word die energie van die sentrum gebruik vir die oorlewing van die spesie. Rama veronderstel dus dat die doel van die tweede chakra meer as net eenvoudige selfbeskerming is. Hy sê verder dat die tweede chakra verantwoordelik is vir kreatiwiteit. Met verwysing na Freudiaanse psigo-analise verduidelik Rama die intense impak van die tweede chakra se energie. Hierdie sentrum se energie is so intens dat onderdrukking daarvan 'n deurlopende invloed op motivering en persoonlikheid kan hê.

2.8.3 Chakra 3

Wanneer Judith (1996) insae lewer oor die derde chakra sê sy dat die eerste drie chakras ons met die aarde verbind en ons betrokke, gemotiveerd en aktief hou. Sy identifiseer ook ander fasette wat met die derde chakra geassosieer word. Chakra 3 se basiese kwessie hou vir Judith verband met mag en wilskrag. Lewensvatbaarheid, spontaneïteit, wilskrag, selfbeeld en doelgerigtheid is verdere kwessies wat met die derde chakra geassosieer word. 'n Selfdefiniërende oriëntasie maak ook deel uit van Chakra 3 se doel van transformasie.

Myss (1996) sluit by hierdie siening aan en verwys na die derde chakra as die chakra wat te doen het met die energie van persoonlike mag. Volgens Myss, word die dominante vibrasie in ons ontwikkeling gedurende puberteit. Sy postuleer ook dat die derde chakra ons bystaan in die proses van individualisering, die vorming van die self en die ontwikkeling van die ego en persoonlikheid (onafhanklik van die identiteit wat ons geërf het). Myss stem dus ooreen met Judith se teorie wanneer sy redeneer dat die derde energiesentrum te doen het met kwessies wat verband hou met die ontwikkeling van persoonlike mag en 'n selfbeeld.

2.8.4 Chakra 4

Chakra 4 is, soos reeds genoem, bekend as die hart-chakra. Bailey (1970) spreek haarself as volg oor hierdie chakra uit: Sy sê dat die hart-chakra ooreenstem met die hart van die son en daarom as die bron van lig en liefde omskryf kan word. In aansluiting hierby word die emosionele natuur onder die beheer van die gees gebring en die begeerte van die laer persoonlike self word na liefde getransformeer. Die hartsentrum registreer met ander woorde die energie van liefde. Wanneer die hartsentrum aktief raak, ontwikkel die individu stelselmatig 'n hegte verhouding met die gees, terwyl die vlak van bewustheid ook uitbrei. Hierdie uitbreiding van bewustheid verwys onder andere na 'n toename in die verantwoordelikheid om diensbaar te wees en om te werk. Bailey glo dat die individu nou betrokke raak by verhoudings wat menslikheid dien.

Anders as Bailey konsentreer Brennan (1988) op die psigodinamiese funksionering van die chakras, wat verband hou met die eerste drie liggame van die aura, naamlik fisiese, geestelike (*mental*) en emosionele interaksies. Sy verduidelik bogenoemde aan die hand van 'n voorbeeld: wanneer 'n individu se hart-chakra behoorlik funksioneer, is die individu daartoe in staat om lief te hê. Verder identifiseer sy die hart chakra met die *thymus* (endokriene klier) wat die hart, bloed, vagus-senuwee en die sirkulêre sisteem versorg.

2.8.5 Chakra 5

Beide Judith (1996) en Bailey (1970) maak melding van 'n eteriese veld. In verband hiermee meen Judith dat individue se aandag van die fisiese na die subtiële eteriese veld beweeg. Laasgenoemde, wat algemeen bekend staan as die aura, word gegenerer deur die totaliteit van interne prosesse.

Hoewel resonansie die onderliggende beginsel van die vyfde chakra is, beweer Judith (1996) dat kommunikasie, as die uitruil van informasie en energie, die funksie en doel van die vyfde chakra is. 'n Teken van 'n gesonde chakra, een wat met beide liggaam en gees verbind is, is volgens haar 'n resonante en ritmiese stem wat opreg en duidelik praat. Dit sou beteken dat daar in gesprekke 'n balans bestaan tussen die vermoë om te luister en die vermoë om te reageer. Op grond hiervan identifiseer Judith dan ook drie hooftake van chakra vyf: self-uitdrukking, simboliese redenering en kommunikasie-vaardighede.

2.8.6 Chakra 6

Wilber (1985) maak melding van 'n ooreenstemming tussen filosofieë soos byvoorbeeld Buddhisme, Hinduïsme en Christendom, wat almal rondom die menslike natuur se grense van bestaan en funksionering draai. Hierdie tradisies bevestig dat daar bo en behalwe die ego-gees ook 'n hoër vlak van bewustheid bestaan. Wilber redeneer dat hierdie vlak van bewustheid by die sesde chakra (*Ajna*) begin waar bewustheid in die rigting van die transpersoonlike beweeg. Bewustheid is met ander woorde nou trans-verbaal en trans-persoonlik en begin om die ware, subtiële sfeer (*realm*) binne te dring.

In verband hiermee verwys Wilber (1985) onder andere na 'n laer subtiële sfeer. Hierdie laer subtiële gebied bestaan uit die *Ajna* chakra, dit wil sê die derde oog (*third eye*). Die derde oog sluit beide astrale en psigiese gebeurtenisse in en domineer hierdie gebeurtenisse. Die laer sfeer bestaan dus beide uit die astrale, wat auras, ware towery en *out-of-body experiences* insluit, en die psigiese lae van bewustheid, dit wil sê psi-fenomene soos pre-kognisie, heldersindheid en psigokinese.

2.8.7 Chakra 7

Volgens Vaughan (1995) verdwyn die idee van die self op hierdie vlak van bewustheid. Sy omskryf dit as die sfeer van absolute gees, 'n sfeer van ondubbelsinnigheid waar alle verskille te bowe gekom word en die individu nie meer as 'n aparte entiteit bestaan nie. Hierdie vlak bly 'n illusie totdat 'n persoon 'n verligting (*enlightenment*), dit wil sê 'n vlak van ontwikkeling bereik waar die ander ses vlakke gesien kan word as 'n manifestasie van die kroon- of sewende chakra.

In aansluiting by Vaughan se siening beweer Rama (1976) dat bewustheid, wanneer dit hoogs ontwikkel is, primêr in die kroon-chakra fokus. In hierdie energiesentrum van die chakra-sisteem word alle onderskeid van algemene bewustheid afgebreek. Bewustheid word tot so 'n mate uitgebrei dat dit nie meer in verbale terme verklaarbaar is nie. Dit beweeg dus verby die sfeer van intellektuele funksionering. Judith (1996) se siening dat die boonste drie chakras (Chakra 5, 6 en 7) die individu deur middel van kommunikasie, visie en begrip met die universele verbind, maak hierdie abstrakte konsep ietwat duideliker.

2.9 Globale chakra funksionering

In hierdie studie is daar reeds na die chakras verwys as energie-sentrums wat energie transformeer. Om die globale funksies (transformasie en omsetting van energie) van die chakras te omskryf, is die navorsing van Sherwood (2001) waarskynlik die aangewese bron om mee te begin, aangesien hy 'n deeglike omskrywing van die globale funksionering van die chakras gee. Hy verwys na die chakras as antennas wat energie absorbeer wanneer dit die individu se persoonlike energieveld binnekom. Die chakras transformeer dan hierdie energie in gedagtes, emosies en fisiese sensasies. Elke chakra dien sodoende as 'n kanaal vir 'n verskeidenheid frekwensies van energie wat die individu se persoonlike energieveld binne kom.

Brennan (1988, p. 45) gebruik die analogie dat mense soos sponse is in die see van energie rondom hulself. Sy benader die funksies van die chakras in terme van die aura. Volgens haar gaan al die chakras oop, sodat energie heen en weer tussen die aura en die chakras kan vloei. Judith (1996) redeneer weer dat die aktiwiteite in die

verskeie chakras ons klierprosesse, ons kroniese, fisiese siektes, ons gedagtes en ons gedrag kan beïnvloed net soos wat emosies ons asemhaling, hartklop en metabolisme beïnvloed. Sy assosieer die chakras, volgens hulle lokalisasie in die liggaam, met verskeie toestande van bewustheid, argetipiese elemente en filosofiese konstrakte. Die laer chakras hou byvoorbeeld verband met die praktiese aspekte van ons lewens vanweë hul lokalisasie wat fisies nader aan die aarde is.

2.10 Teoretiese fokus van studie

Die volgende outeurs is as moontlike bronne vir primêre verwysing gedurende die studie oorweeg: Brennan (1988), Myss (1996), Johari (2000) en Judith (1996). Die keuse het uiteindelik op Anodea Judith (1996) geval, aangesien sy nie op 'n spesifieke faset van die chakra-sisteem konsentreer nie, maar die sisteem as 'n geheel saam met sy hoofkomponente, die individuele chakras, aanbied. Sy evalueer ook die invloed van menslike gedrag en kultuur op die chakras, sowel as die invloed wat die chakras op menslike gedrag en kultuur het.

Hierteenoor is Barbara Ann Brennan (1988) se fokus intensief gevestig op die energieveld (aura), eerder as op die chakras en die chakra-sisteem, terwyl Caroline Myss (1996) se geestelike benadering die klem laat val op geloof en kultuur. Daarenteen maak Harish Johari (2000) die leser vertrouwd met die antieke konsepte van chakras en vestig die aandag dan uiteindelik op joga as sodanig

Uit bogenoemde uiteensetting is dit duidelik waarom daar dus grotendeels vir die studie in sy geheel gefokus sal word op die funksies van die verskeie chakras, soos Judith (1996) dit geïdentifiseer het. Sy identifiseer egter nie net die funksies van die verskeie chakras nie, maar fokus ook op transformasie en ontwikkeling. Aangesien hierdie studie op die ontwikkeling van die chakras fokus, het dit die navorser se besluit om Judith (1996) as die primêre bron van verwysing te gebruik, verder versterk.

Dit blyk dat chakras oop en gebalanseerd moet wees vir 'n individu om 'n gesonde lewe met onvoorwaardelike geluk te kan lei. Vir die meeste mense sal die aktiwiteite in die afsonderlike chakras verskil, afhangende van die blokkasie in 'n

spesifieke chakra. Judith (1996) beweer dat die progressie van laer na hoër chakras 'n progressie van individualiteit na universaliteit is. Om universaliteit te bereik is dit dus nodig om die chakras te beïnvloed, en dit kan gedoen word deur middel van tegnieke soos joga, asemhaling, fisiese oefening, meditasie en visualisering.

2.11 Chakras en ontwikkelingsteorieë

Afdeling 2.10 en afdeling 2.11 verwys beide na ontwikkelingsteorieë wat aan die chakra-sisteem gekoppel is. Myss (1996) en Wilber (1997) omskryf nie die ontwikkeling van die chakra-sisteem in terme van die onderskeie chakras nie, maar in terme van die chakra-sisteem as geheel. Aangesien die navorser die navorsing primêr op Judith (1996) se teorie en begrip van chakra-sisteem-ontwikkeling baseer, vind die navorser dit voordelig om Myss (1996) en Wilber (1997) afsonderlik in afdeling 2.11 van Judith in afdeling 2.12 te bespreek. Dit is dus duidelik dat die navorser hoofsaaklik van Judith se teorie gebruik maak om die chakra-sisteem met Erikson (in Bee, 1996) se ontwikkelingsstadia te vergelyk.

Soos wat daar in ontwikkelingsteorieë verwys word na ontwikkelingsstadia wat lei tot volwassewording, so kan die chakra-sisteem ook gesien word in terme van verskillende ontwikkelingsstadia. Myss (1996), wat 'n meestersgraad in teologie het, is medies intuïtief. Dit beteken dat sy die subtiele energie van ons sisteme deur middel van intuïsie kan bekom en die taal van ons elektromagnetiese bestaan kan lees en verstaan. Haar diagnoses dokumenteer die effekte van emosionele energie (verlede en hede) op fisiese gesondheid. Sy is dus in staat om individue se diepste traumatiese ervarings, wat die frekwensie van selle en die volmaaktheid van die energiesisteem beïnvloed, aan te voel.

Myss (1996) verstaan die chakra-sisteem as 'n argetipiese voorstelling van individuele volwassewording deur middel van sewe onderskeie stadia. Soos vroeër genoem, bestaan die liggaam in die Oosterse filosofieë uit sewe energiesentrums. Myss meen dat elkeen van die energiesentrums 'n universele, spirituele lewensles insluit wat individue moet leer tydens hulle evolusie na 'n hoër vlak van bewustheid. Sy neem aan dat die chakras vertikaal gerangskik is vanaf die basis van die spinaalkoord tot by die kroon van die kop en verduidelik dan hoe dit ooreenstem met

ons ontwikkeling as mens. Die chakras is 'n voorstelling van die mens se toenemende strewe na die goddelike (geestelike), terwyl daar 'n gelydelike bemeestering van die fisiese wêreld plaasvind. Judith (1996) sluit hierby aan wanneer sy postuleer dat die sewe hoof chakras ooreenstem met die basiese toestande van bewustheid.

Wilber (1997) benader menslike ontwikkeling nie in terme van die verskillende chakras nie, maar vestig die aandag eerder op menslike ontwikkeling as 'n geheel. Hy omskryf dit as volg:

The course of human development (and evolution at large)
is from subconscious to self-conscious to superconscious;
from pre-personal to personal to transpersonal; from undermental
to mental to overmental; from pretemporal to temporal
to transtemporal, by any other name: eternal (Wilber, 1997, p.89)

Met bogenoemde aanhaling beweer Wilber dat die baba by die eerste stap van menslike ontwikkeling reeds in alle hoedanigheid is. Hoewel die baba se ontwikkeling by die onderbewuste, pre-persoonlike, pre-verstandelike, pre-temporale proses van menslike ontwikkeling begin, sien hy menslike ontwikkeling dus as 'n ewigdurende proses wat van een vlak na 'n volgende beweeg. Die vlakke waarna Wilber in hierdie aanhaling verwys, stem ooreen met Myss se idee dat die mens progressief tot 'n hoër vlak van bewustheid evolueer.

Op 'n meer konkrete vlak verduidelik Myss (1996) dat die individu tydens elke stadium 'n beter begrip van persoonlike en spirituele mag verkry, want elke chakra verteenwoordig 'n spirituele lewensles (of uitdaging) wat algemeen tot alle mense staan. Soos wat die individu elke chakra bemeester, verkry die individu mag en selfkennis wat in die gees geïntegreer word. Myss is ook van mening dat hierdie integrasie die individu bevorder op die weg na spirituele bewustheid. 'n Voorbeeld van een van die spirituele lewenslesse is die lesse van die eerste chakra, wat met die materiële wêreld verband hou.

Soos reeds genoem, word daar vir die doeleindes van hierdie studie grotendeels op Judith (1996) se ontwikkelingsteorie van die chakras gefokus. Die volgende uitlatings van Judith herinner aan Erik Erikson se ontwikkelingsteorie van persoonlikheid in terme van die impak wat 'n voltooide stadium op die volgende stadium het. Sy meen dat die ontwikkeling van die vaardighede en konsepte, wat met elke chakra verband hou, progressief in ons lewens plaasvind en dat elke voltooide stadium die gesonde ontwikkeling van die volgende chakra ondersteun. Judith dui aan dat daar spesifieke ontwikkelingsstadia is waarin verskeie chakra-vaardighede aangeleer en in die persoonlikheid geïnkorporeer word.

In die algemeen ontwikkel die chakras van onder tot bo, en in ooreenstemming met die kronologiese ouderdom. Afhangende van die individu mag 'n oorvleueling in die ontwikkeling ontstaan wat sal verseker dat die voorafgaande chakra volledig ontwikkel. Judith (1996) beweer dat die eerste rondte van chakra-ontwikkeling na ongeveer twintig jaar voltooi is, waarna die siklus homself weer herhaal vir volwasse ontwikkeling. Dit is egter noodsaaklik om die ontwikkelingsstadia, soos Judith dit geïdentifiseer het, ook te benoem, aangesien dit die doel van hierdie studie is om die raakpunte tussen 'n ontwikkelingsteorie van die chakra-sisteem en 'n Westerse ontwikkelingsteorie te ondersoek.

2.12 Ontwikkelingsbenadering tot die chakra-sisteem

2.12.1 Chakra 1

Mid-swangerskap tot 12 maande na geboorte

Die baba se eerste ontwikkelingstaak is om te leer hoe om die liggaam te hanteer. Dit is vir die baba veeleisend om die fisiese wêreld en swaartekrag te trotseer en daarom neem hierdie taak die grootste deel van bewustheid gedurende die eerste jaar van lewe in beslag. Tydens hierdie stadium is die baba se interne fokus hoofsaaklik gerig op oorlewing en fisiese gemak. Wanneer hierdie behoeftes bevredig word, word die gees in die fisiese liggaam geanker en voel die kind welkom in die wêreld. Suksesvolle vordering in hierdie stadium van ontwikkeling gee ons 'n sin van hoop en bevestig die reg om in die wêreld te wees. Hierdie stadium bou die fondasie van

sekuriteit en verskaf volgens Judith (1996) ook ‘n “...groundedness that enables self-preservation and forms the physical identity” (p. 40).

2.12.2 Chakra 2

Ses maande tot 24 Maande

Judith (1996) verwys na hierdie stadium as *skeiding versus gehegtheid*. Tydens hierdie stadium val die fokus veral op die vorming van ‘n emosionele identiteit wat hoofsaaklik gesentreer is rondom selfbevrediging. Dualiteit, sensasie, gevoel en mobiliteit is ook tiperend vir die ontwikkeling van die tweede chakra. Soos wat die kind eksploreer, ervaar hy/sy die eerste ervarings as binêre keuses - goed of sleg, plesier of pyn. Origens motiveer begeerte, behoefte en sensasie die kind se fisiese beweging.

2.12.3 Chakra 3

18 maande tot ongeveer vier jaar

Gedurende hierdie ouderdomsfase is die kleuter van nature selfgesentreerd. Volgens Judith (1996) het hierdie stadium te doen met die vorming van ‘n persoonlike ego-identiteit wat hoofsaaklik op self-definiëring gefokus is. Die vermoë om die self te skep en dan self te definieer, is nou een van die kind se belangrikste wense. Verder het die individu ook ‘n begeerte om ‘n sin van mag en menswees te vestig. Hy/sy is nou bewus van die self as ‘n aparte entiteit en fokus op ‘n magsdinamiek deur middel van eksplorاسie en die ontwikkeling van sy/haar persoonlike wil. ‘n Belangrike mylpaal in hierdie ontwikkelings stadium is die bereiking van ‘n sin van outonomie en wilskrag wat met die wil van ander balanseer.

2.12.4 Chakra 4

Vier tot sewe jaar

Hierdie stadium bestaan uit die vorming van verhoudings en ‘n sosiale identiteit. Die hooffokus van bewustheid op hierdie stadium is om te leer hoe konsepte met mekaar verband hou. Origens word die suksesvolle vorming van ‘n gesonde sosiale

identiteit geskoei op selfaanvaarding, wat 'n persoon toelaat om ander ook te aanvaar.

2.12.5 Chakra 5

Sewe tot twaalf jaar

Chakra 5 is 'n stadium van eksperimentering, uitbreiding en kreatiewe uitdrukking. Dit word gekenmerk deur 'n behoefte om energie in kreatiwiteit te kanaliseer en om iets aan die wêreld terug te gee.

2.12.6 Chakra 6

Adolesensie

Judith (1996) beweer dat hierdie ontwikkelingstadium, wanneer dit toegelaat word om ten volle te ontwikkel, kan lei tot die vorming van 'n argetipiese identiteit wat op self-refleksie gefokus is. Dit bring mee dat die sosiale identiteit meer bewustelik getoets en ondersoek word. Die moontlikheid bestaan ook dat 'n belangstelling in mitologie, simbolisme en die spirituele kan ontwikkel deur dinge soos byvoorbeeld mode en musiek.

2.12.7 Chakra 7

Vroeë volwassenheid en daarna

Judith (1996) verduidelik dat die sewende chakra verband hou met die verkryging van kennis, die vorming van 'n wêreldsiening en 'n strewe na die spirituele. Hierdie stadium het ook te make met 'n soeke na betekenis, wat vrae rondom die aard van die lewe, die heelal en die self insluit. Laasgenoemde lei tot die vorming van 'n universele identiteit wat deur middel van self-kennis gevind word.

2.13 Gevolgtrekking

Tydens voorbereiding vir die studie is tekortkominge in terme van die literatuur ondervind. Dit het duidelik geword dat daar slegs beperkte inligting rondom chakras beskikbaar is, veral ten opsigte van ontwikkeling in die konteks van die chakra-

sisteem. Hierdie tekortkominge is terselfdertyd ook die motiveringsfaktor vir die huidige studie. Ter uitbreiding van inligting rondom chakra-ontwikkeling is besluit om die studie te kombineer met die Westerse en wetenskaplike ontwikkelingsteorie van Erik Erikson. Hoewel akademiese leesstof rondom laasgenoemde meer vrylik beskikbaar is, bly die kombinasie met chakra-ontwikkeling 'n uitdaging in 'n domein wat nog weinig aangeraak is, naamlik 'n domein waarin die raakpunte tussen Westerse en Oosterse filosofieë en genesingsbenaderinge ondersoek word.

2.14 Samevatting

Die navorser het in hierdie hoofstuk eerstens die ontwikkelingsteorie van Erik Erikson bespreek en toe oorgegaan na 'n bespreking van die chakra-sisteem se bestaan, geassosieerde kenmerke, funksies en 'n ontwikkelingsbenadering tot die chakra-sisteem.

In die hieropvolgende Hoofstuk 3 fokus die navorser op die navorsingsmetodologie van die voorgenome studie. Data-insameling en data-analise, wat albei verband hou met die poging om 'n moontlike koppeling tussen Erikson se ontwikkelingsteorie en die chakra ontwikkelingsisteem te evalueer, is ook in die volgende hoofstuk ingesluit.

HOOFSTUK 3

NAVORSINGSMETODOLOGIE

3.1 Inleiding

In hierdie hoofstuk word die navorsingsmetode bespreek. Daar word spesifiek verwys na respondente, die metode van data-insameling, data-analise, geldigheid en die betroubaarheid van die studie.

3.2 Doel van die studie

Die doel van hierdie studie is om vas te stel tot watter mate die ontwikkelingstadia en ontwikkelingstake van die sewe chakras ooreenstem met die ontwikkelingstadia en ontwikkelingstake wat Erik Erikson geïdentifiseer het. Die projek probeer dus om die kontakpunte tussen die chakra-sisteem en ontwikkelingsielkunde te beskryf. Die verskynsel van globalisering in die Suid-Afrikaanse konteks het die bestudering van Oosterse konsepsualisering rakende gevallestudies in sielkunde gemotiveer. 'n Verdere motivering vir die studie is om 'n bewustheid van spiritualiteit binne die algemene praktyk in Westerse genesing te ontwikkel, aangesien Westerse geneeskunde op kognisie en emosie fokus en spiritualiteit uitsluit. Die eksplorerende studie van chakras se ontwikkeling kan dus moontlik as voorbereiding dien vir 'n studie betreffende die terapeutiese uitkoms van 'n kliënt wie se konteks so uitgebrei is dat dit ook die spirituele liggaam insluit.

3.3 Respondente

Die volgende voorvereistes is vir die keuse van deelnemers aan hierdie studie geïdentifiseer: volwassenes en bywoning van jogaklasse. Die konteks waarbinne die studie afgelê is, is 'n privaat joga-organisasie in Durbanville, Kaapstad waar 'n gekwalifiseerde joga-instruktrise tweeweekliks jogaklasse van een en 'n halwe uur per klas aanbied. Die deelnemers aan die studie was persone wat die jogaklasse op 'n gereelde basis bygewoon het. Die betroubaarheid van bogenoemde deelnemers (in terme van volwassenheid en gereelde bywoning) en hul ontvanklikheid vir

alternatiewe genesing het hierdie deelnemers geskik gemaak om by die eksperiment betrek te word. Die sosiale konteks waarteen die studie afgelê is, is 'n multi-kulturele gemeenskap wat die liggaam benader as 'n entiteit wat losstaande is van konstruksie soos kultuur, genesing, verstand en spiritualiteit. Aangesien 'n nie-waarskynlike steekproefneming (Babbie, 1998) gebruik is, was die geslag en ouderdom van die respondente ook van belang.

3.4 Navorsingsontwerp

Hierdie studie is benader aan die hand van kwalitatiewe navorsing. Die doel van kwalitatiewe navorsing is om die betekenis van sekere sosiale aksies en situasies duideliker te maak. Gilhooly en Green (1996) beweer dat kwalitatiewe metodes 'n oordeelkundige, evaluerende, vergelykende en kontrasterende data-analise voorsien en betekenisvolle patrone of temas interpreteer. Volgens hierdie omskrywing was 'n kwalitatiewe data-analise geskik om ooreenstemmende patrone en temas in die ontwikkeling van chakras en Erikson se ontwikkelingsstadia te herken. Die navorser sou dus 'n kwalitatiewe navorsingsbenadering kon gebruik om die spesifieke ontwikkelingsstadia van die chakra-sisteem met Erikson se agt ontwikkelingsstadia te vergelyk.

Die volgende idees is, volgens Uwe (1998), sentraal tot kwalitatiewe navorsing: toepaslikheid van metodes en teorieë; perspektiewe van die respondente en hul diversiteit; die wederkerende effek van die navorsers en die navorsing; en die verskeidenheid benaderings en metodes in kwalitatiewe navorsing. Bogenoemde sentrale idees is deurgaans in gedagte gehou by die voltooiing van hierdie studie.

Gedurende die voorbereiding en uiteensetting van die voorgenome studie is die volgende kriteria van Silverman (2000, p. 12) vir die evaluasie van kwalitatiewe navorsing ook in gedagte gehou:

- Is die metodes van navorsing toepaslik op die aard van die navorsingsdoelstelling?
- Is 'n bestaande teorie duidelik in die studie?
- Is die kriteria wat gebruik is vir die keuse van respondente, data-insameling en data-analise duidelik?
- Ontmoet die sensitiwiteit van die navorsingsmetode die behoeftes van die navorsingsdoelstelling?
- Is die data-insameling en optekening sistematies hanteer?
- Is daar verwys na aanvaarde prosedures van analise?
- Is die data-analise sistematies?
- Is daar genoegsame bespreking betreffende die verkryging van temas, konsepte en kategorieë vanuit die data?
- Is daar 'n duidelike onderskeid tussen die data en die interpretasie daarvan?
- Is daar geskikte bespreking oor die bewyse ten gunste van, sowel as teen die navorsers se argumente?

3.5 Data-insameling

Twee vraelyste, naamlik 'n lewensgeskiedenisvraelys en die chakra-indeks, is gebruik om data mee in te samel. Die lewensgeskiedenisvraelys bied toegang tot tradisionele, Westerse inligting oor die individu se ontwikkelingsgeskiedenis. Die chakra-indeks verskaf daarenteen inligting oor die individu se chakra-ontwikkeling en chakra-sisteem. Die respondente is 'n tydperk van twee weke gegun om die twee vraelyste te voltooi en beide vraelyste is onafhanklik van die navorser ingevul. Hierdie twee vraelyste word vervolgens in detail bespreek.

3.5.1 Chakra-indeks

Judith (1996) het die chakra-indeks ontwerp en gebruik dit as 'n metode om te evalueer watter aspekte van elke chakra oormatig en gebrekkig is. Sy betrek dinge soos vertrouwe en finansies ook as elemente wat mag bydra tot 'n oormaat of tekort van energie. Judith dui aan dat die chakra-indeks 'n persoonlike verklaring is en nie 'n gestandaardiseerde persoonlikheidstoets nie. 'n Kandidaat hoef slegs die konsepte wat op hom/haar van toepassing is, aan te dui. Sy gee ook ruimte aan elke respondent om addisionele kwessies by te voeg indien dit relevant is tot 'n betrokke chakra.

Volgens Judith (1996) verskaf die chakra-indeks 'n analise van die individu se globale patroon, sowel as 'n grafiese lys van persoonlike kwessies wat aandag nodig het. Die individu se sterktepunte (aangedui in die chakra-indeks) sou die betrokke persoon kon help in die proses om bogenoemde kwessies aan te spreek. Die doel met die chakra-indeks is om die individu se energie-patroon te bepaal deur vas te stel waar die energie in die persoon se sisteem swakker of sterker is. Hierdeur behoort die individu 'n goeie idee te kry van waar energie in die sisteem oorheersend is, en waar energie heen moet beweeg om 'n balans in die sisteem te verkry.

Na die afloop van bogenoemde proses, beveel Judith (1996) aan dat die individu (by wyse van 'n joernaal) reflekteer op gevoelens, situasies en ontwikkelingsmateriaal wat verband hou met spesifieke (onderontwikkelde en oorontwikkelde) chakras, en betrokke raak by sy/haar se genesingsaktiwiteite.

Judith (1996) se uitgangspunt oor gebalanseerde sisteme sluit in dat dit moontlik is om relatief gebalanseerd in elke chakra te wees. Individue wat genoegsame selfgenesing doen, of individue wat bevoorreg was in terme van hul opvoeding, sou byvoorbeeld relatief gebalanseerd kon wees. Vir die doeleindes van hierdie betrokke studie het die navorser hoofsaaklik gefokus op die ontwikkelingsaspekte soos wat Judith dit geïdentifiseer het.

Bogenoemde inligting, rakende die energiesisteme, is as agtergrond gegee om 'n beter begrip van die rasionaal vir die gebruik van die chakra-indeks te verkry. Vervolgens word die chakra-indeks, die kategorieë en die onderverdelings wat in die indeks vir data-insameling gebruik is, bespreek. Die chakra-indeks bestaan uit die volgende afdelings: *kategorie* (aanduidend van die spesifieke chakra), *sterktepunte* (Eng.: *strengths*), *oormaat* (van energie), *tekort* (van energie), en *traumas* (verlede en hede).

In die chakra-indeks het die navorser nie die spesifieke chakras aangedui nie, maar eerder Judith (1996) se assosiasie van elke chakra met die geïdentifiseerde oriëntasie tot die self gebruik. Die navorser se motivering hiervoor was dat die populasie moontlik makliker sou kon identifiseer met terme soos kreatiwiteit en self-uitdrukking as met die geassosieerde teoretiese konsep, soos byvoorbeeld Chakra 5.

In die chakra-indeks word sewe kategorieë aangedui en hulle verteenwoordig die sewe chakras as volg: Fisiese/selfbehoud (Chakra 1); Fisiese/selfbevrediging (Chakra 2); Ego-identiteit/self-definisie (Chakra 3); Sosiaal/aanvaar self en ander (Chakra 4); Kreatiwiteit/self-uitdrukking (Chakra 5); Self-refleksie (Chakra 6); Universele kennis/self-kennis (Chakra 7). Hierdie kategorieë verwys dus na Judith (1996) se oriëntasie tot die self wat met die onderskeie chakras geassosieer kan word.

Judith (1996) verbind sekere sentrale kwessies as volg aan die verskillende chakras: *oorlewing* (Chakra 1); *seksualiteit en emosies* (Chakra 2); *mag en wil* (Chakra 3); *liefde en verhoudings* (Chakra 4); *kommunikasie* (Chakra 5); *intuïsie en verbeelding* (Chakra 6); *bewustheid* (Chakra 7).

Die kategorieë *oormaat* en *tekort* in die chakra-indeks (sien Addendum 4) hou verband met kwessies wat kan dui op 'n oormaat of tekort van energie. Die doel van hierdie twee kategorieë is om vas te stel of daar 'n oormaat of tekort aan energie in 'n spesifieke chakra is en, indien wel, tot watter mate toe. Hierdie kategorieë mag verband hou met 'n persoon se vaardigheid om spanning te hanteer. Judith (1996) beweer dat 'n individu se hantering van spanning (negatiewe ervarings of trauma) gewoonlik in een van twee kategorieë pas. Die eerste kategorie dui op meer

beskikbare energie en aandag om die spanning mee te beveg en die tweede kategorie dui aan dat energie en aandag verminder, sodat die individu van die situasie onttrek. Judith (1996) definieer die oormaat en tekort fenomeen ook as 'n patroon van vermyding of oorkompensasie. Sy beweer dat vermyding na 'n *chakra-tekort* lei en oorkompensasie na 'n *chakra-oormaat*. Oormatige chakras oorkompenseer vir verlies of skade deur die spesifieke kwessie oormatig en op 'n disfunksionele manier te hanteer. So 'n proses sal die genesingsproses dus nie suksesvol kan aan help nie. Judith verduidelik verder dat 'n vermydingsrespons ontstaan wanneer 'n individu nie genoegsame ontwikkeling het om ten volle op 'n spesifieke vlak te funksioneer nie en die situasie dan gevolglik eerder vermy.

Dit wil voorkom asof dit “normaal” is om in die loop van 'n leeftyd oormatig in sekere areas en onvoldoende in ander areas te funksioneer. Indien 'n persoon 'n tekort in die eerste chakra het, is dit algemeen dat hierdie persoon 'n oormaat in een van die ander chakras sal hê (Judith, 1996). Dit is egter ook moontlik om sowel 'n oormaat as 'n tekort in dieselfde chakra te hê.

Oormatige chakras en chakras met tekorte is beide die resultaat van hanteringstrategieë ten opsigte van spanning, trauma en onaangename situasies. Beide ekstreme chakras (oormaat en tekort aan energie) lei tot disfunksionele gedrag en gesondheidsprobleme.

Om 'n aanduiding te kry van die oormaat, die tekort, of beide, in die individu se chakra-sisteem het die navorser dus die afdelings *oormaat* en *tekort* behou wat Judith (1996) geïdentifiseer het. Die oormaat of tekort in spesifieke chakras is dan vergelyk met die persoon se ontwikkelingsgeskiedenis. Sodoende kon die ontwikkelingstadia van die chakras vergelyk word met die ontwikkelingstadia wat Erik Erikson (in Bee, 1996) geïdentifiseer het.

Die derde kategorie in die chakra-indeks het die naam *strengths* wat direk vertaal kan word as 'n individu se sterktepunke in 'n gegewe chakra. Hierdie kategorie is ontleen aan die gebalanseerde karaktertrekke wat aan elke chakra gekoppel is (Judith, 1996).

Volgens die navorser was dit noodsaaklik om die afdeling *traumas* (verlede en hede) in die chakra-indeks te inkorporeer, aangesien traumas vanuit die kinderdae een van die moontlike oorsake van chakra-blokkering is (Judith, 1996). Chakra-blokkering beïnvloed die oormaat, die tekort, of beide, in 'n bepaalde chakra. Daarom sou die traumas wat 'n respondēt aangedui het die aangeduide oormaat en tekort in 'n spesifieke chakra beter verstaanbaar maak. Traumas wat in die chakra-indeks aangedui is, is verder in ooreenstemming gebring met die individu se lewensgeskiedenisvraelys en ooreenstemmende ontwikkelingstadia.

Die navorser het dus die formaat van die chakra-indeks gebruik soos dit deur Judith (1996) bepaal is en het slegs die afdeling, *traumas*, om bogenoemde redes bygevoeg. Dit wil voorkom asof Judith die chakra-indeks primêr gebruik het om 'n oormaat en tekort aan energie in chakras te bepaal. Sodra laasgenoemde vasgestel is, is die inligting gebruik om chakra-balansering deur middel van verskeie tegnieke toe te pas.

Die navorser se doel met die chakra-indeks is nie heeltemal dieselfde nie. Die chakra-indeks is nie net gebruik om energieverspreiding in individue se chakras te bepaal nie, maar ook om die huidige toestand van die individu se sewe chakras te koppel aan die individu se chakra-ontwikkeling.

3.5.2 Lewensgeskiedenisvraelys

Die lewensgeskiedenisvraelys wat in hierdie studie gebruik is, is gebaseer op Lazarus (1976) se Multimodale Lewensgeskiedenisvraelys (sien Addendum 2). 'n Omvattende agtergrond van die teorie, verbonde aan multimodale gedragsterapie, is daarom van belang. Lazarus skryf dat daar met 'n multimodale oriëntasie geen identifikasie met 'n spesifieke paradigma veronderstel word nie.

Die aangepaste lewensgeskiedenisvraelys is ook op die multimodale paradigma geskoei. Dit beteken dat die vraelys die individu evalueer in die modaliteite wat deur multimodale teorie geïdentifiseer is. Dit het die navorser in staat gestel om spesifieke inligting, sowel as 'n holistiese begrip, van die respondēt te verkry. Die navorser het juis gebruik gemaak van 'n variant van die Multimodale Vraelys om 'n

globale idee te verkry van die deelnemer se persoonlike geskiedenis en ontwikkeling.

Die doel van multimodale terapie is om emosionele ongemak te verminder en om persoonlike groei te versnel en te vestig. 'n Multimodale terapie beklemtoon dat weinig probleme, indien enige, 'n enkele oorsaak of 'n enkele "genesing" het. Volgens Lazarus (1981) erken multimodale terapie menslike, psigiese ongemak in terme van meervoudige vlakke en lae. Dit bring mee dat terapeute hul observasies dus nie in globale of ongedifferensieerde terme maak nie, maar menslike persoonlikheid in diskrete, interaktiewe modaliteite of dimensies kategoriseer (Lazarus, 1981). Lazarus (1981) beweer dat "by assessing each individual through each of these specific modalities, and then examining the salient interactions among them, one is better able to achieve a thorough and holistic understanding of the person and his or her social environment" (p.13). In die lig van hierdie stelling het die navorser besluit om die Multimodale Vraelys in hierdie navorsing te gebruik.

Die doel van die gestandaardiseerde Multimodale Lewensgeskiedenisvraelys word vervolgens bespreek. Volgens Lazarus (1981) is die doel met bogenoemde vraelys om 'n omvattende geheelbeeld van 'n individu se agtergrond te verkry. Die multimodale terapeut sou die betrokke vraelys gebruik om die terapeutiese proses en program te fasiliteer. Lazarus postuleer dat dit belangrik is om rekord te hou in psigoterapie want vraelyste laat die individu toe om probleme deeglik te ondersoek.

Die kategorieë en spesifieke vrae wat die Multimodale Lewensgeskiedenisvraelys dek, het genoegsame inligting aan die navorser verskaf aangaande respondent se agtergrond en geskiedenis. Die navorser kon hierdie inligting toe aanpas om dit vanuit 'n ontwikkelingsperspektief te benader. Verskeie aanpassings is in die Multimodale Lewensgeskiedenisvraelys aangebring en Addenda 2 en 3 verskaf 'n goeie idee van die spesifieke veranderinge wat gemaak is. Die motivering vir die aanpassing word vervolgens bespreek.

3.5.3 Afdelings in die aangepaste lewensgeskiedenisvraelys (sien Addendum 3)

Afdeling 1

Algemene inligting

Die navorser het oordeelkundig besluit om die biografiese of algemene inligting (Vraag 1 in die Multimodale Vraelys) te minimaliseer, aangesien 'n ekstensiewe uitbreiding nie relevant tot die studie sou wees nie. Afdeling 1, in die aangepaste lewensgeskiedenisvraelys, sluit dus die respondent se naam, ouderdom, geslag, beroep en huwelikstatus in.

Afdeling 2

Beskrywing van probleme

Die beskrywing van die aanmeldingsprobleem (Vraag 2 in die Multimodale Vraelys) is in Afdeling 2 van die aangepaste lewensgeskiedenisvraelys vereenvoudig en gekoppel aan drie oorkoepelende ontwikkelingskategorieë: *childhood, adolescence, adulthood*. Aangesien die navorser die individue nie as kliënte nie, maar as navorsingsrespondente genader het, en ook inligting betreffende ontwikkelingsstadia benodig het, het die navorser nie in gedetailleerde aanmeldingsprobleme belanggestel nie. Die navorser het daarom 'n opsomming van Vraag 2 gemaak wat slegs hoofkwessies tydens die kinderjare, adolessensie en volwassenheid dek.

Afdeling 3

Persoonlike en sosiale geskiedenis

Afdeling 3, in die aangepaste lewensgeskiedenisvraelys, word aan die respondent gestel as 'n samevatting van die informasie wat die Multimodale Vraelys in Vraag 3 vereis. Die response van respondente in hierdie afdeling verskaf inligting wat verband hou met die individu se persoonlike en sosiale geskiedenis.

Anders as in die vorige drie afdelings is Afdeling 4 tot Afdeling 9 van die aangepaste vraelys ekwivalent aan die Multimodale Lewensgeskiedenisvraelys se modaliteitsanalise van huidige probleme in Vraag 4 tot Vraag 9. Hierdie afdeling

binne die Multimodale Vraelys is so ontwerp dat die kliënt geleentheid het om huidige probleme in detail te beskryf. Dieselfde afdeling is georganiseer in ooreenstemming met die volgende sewe modaliteite: “Behaviour, Feelings, Physical Sensations, Images, Thoughts, Interpersonal Relationships and Biological Factors: BASIC ID” (Lazarus, 1981, p. 218).

Afdelings 4 en 5

Gedrag en gevoelens

Die navorser het toepaslike vrae vanuit Vraag 4 (*behaviour*) en Vraag 5 (*feelings*) gekies vir die doeleindes van Afdeling 4 en 5 van die aangepaste lewensgeskiedenisvraelys. Hierdie uitgekose vrae is direk oorgeneem vanuit Vrae 4 en 5 in die Multimodale Vraelys.

Afdeling 6,7, en 8

Beelde, gedagtes en interpersoonlike verhoudings

Vrae wat relevant is tot menslike ontwikkeling is vanuit Vrae 7, 8 en 9 van die Multimodale Vraelys gekies. Hierdie vrae hou verband met inligting aangaande beelde, denke en interpersoonlike verhoudings.

Afdeling 9

Opeenvolgende geskiedenis

In plaas daarvan om die respondent se geskiedenis op te deel in kategorieë van 5 jaar elk (soos in die Multimodale Vraelys), het die navorser van die respondent verlang om op sy/haar lewensgeskiedenis te reflekteer binne die sewe kategorieë wat Judith (1996) by chakra-ontwikkeling geïdentifiseer het. Inligting aangaande die respondent se ontwikkeling is sodoende oor ‘n groter tydperk verkry, aangesien Judith die eerste ontwikkelingstadium identifiseer as vanaf mid-swangerskap tot 12 maande na geboorte. Die navorser het hierdie ontwikkelingstadium se omskrywing vereenvoudig na baarmoeder tot 12 maande.

Deur middel van bogenoemde verandering hoop die navorser om te bewys dat data wat met die chakra-sisteem geassosieer is komplimentêr tot sogenaamde Westerse data oor individue se ontwikkelingsgeskiedenis kan staan. Aangesien Erikson se ontwikkelingsteorie as die reeds-bestaande kategorieë gebruik word, sal die ooreenstemminge deur middel van ouderdom en temas aangedui kan word.

3.6 Metode van data-analise

Die metode van data-analise vir die doeleindes van die studie is gebaseer op 'n inhoudsanalise wat verband hou met die grondbeginsels van *begronde teorie* (Kolbe & Burnett, 1991). Een van die redes vir die gebruik van inhoudsanalise in die voorgenome studie spruit voort uit Kolbe en Burnett (1991) se standpunt dat inhoudsanalise 'n belangrike herverskyning gemaak het vir die fasilitering van verskeie ander metodes van analise. 'n Potensiële bydrae van inhoudsanalise is die rol wat dit kan speel in die ontwikkeling van 'n teorie. Dit kan ook moontlik 'n substansiële bydrae lewer tot gedragsnavorsingsaktiwiteite.

Silverman (1994) beskryf inhoudsanalise as volg: Navorsers ontwikkel 'n stel kategorieë en tel dan die hoeveelheid gevalle wat in elke kategorie geplaas is. 'n Beslissende voorvereiste is om die kategorieë konsekwent te verkry, sodat verskillende kodeerders dieselfde resultate vanuit dieselfde materiaal verkry.

Deur middel van 'n inhoudsanalise van die twee tekste (lewensgeskiedenisvraelys en chakra-indeks) het die navorser gehoop om 'n beter begrip van deelnemers se onderskeie ontwikkelingskategorieë te kry.

Die algemeenste aanname in kwalitatiewe navorsing is dat inhoudsanalise te doen het met woordfrekwensie-telling. Berelson, Krippendorff en Weber (in Stemler, 2001b) meen dat inhoudsanalise gedefinieer kan word as 'n sistematiese, herhaalbare tegniek wat 'n groter hoeveelheid woorde in 'n teks in minder inhoudskategorieë saamvat. Hierdie proses is op eksplisiete reëls van kodering gebaseer. Volgens Stemler (2001a) behels inhoudsanalise enige tegniek waar die afleidings gemaak word deur die objektiewe en sistematiese identifikasie van die spesifieke karaktertrekke van boodskappe. Stemler en Bebell (in Stemler 2001b)

meen dat inhoudsanalise ook gebruik kan word om patrone en neigings in dokumente te identifiseer.

In aansluiting hierby redeneer Gustafson (1998) dat navorsers deur middel van inhoudsanalise afleidings uit dokumente kan maak deur sekere eienskappe van kommunikasie sistematies te identifiseer en te kwantifiseer.

Kolbe en Burnett (1991, p. 244) bespreek sekere voordele wat verbonde is aan die gebruik van inhoudsanalise tydens kwalitatiewe navorsing. Hulle meen dat inhoudsanalise die moontlikheid van indringende kommunikasie uitsluit. Laasgenoemde onbeperkte kommunikasie is voordelig, veral waar direkte navorsingsmetodes bevooroordeelde response tot gevolg kan hê. Verder bevestig Kolbe en Burnett dat inhoudsanalise die effekte van omgewingsveranderlikes kan evalueer; 'n empiriese beginpunt vir die generering van nuwe navorsing betreffende die natuur en effek van sekere kommunikasie beskikbaar kan stel; en die potensiaal het om as 'n ondersteunende navorsingsmetode in multimodale studies te funksioneer.

Die grootste voordeel van inhoudsanalise is, volgens Babbie (1998), die ekonomiese aspek van die metode, beide in terme van tyd en geld. Daar is ook 'n veiligheidsaspek verbonde aan die proses van inhoudsanalise. In inhoudsanalise is dit gewoonlik makliker om 'n gedeelte van die navorsing te herhaal eerder as om die navorsing opnuut af te lê. Inhoudsanalise laat navorsers verder toe om prosesse oor lang tydsperiodes te bestudeer.

In die voorgenome studie het die navorser gebruik gemaak van twee hoof prosedures wat Mayring (2001) aangaande kwalitatiewe inhoudsanalise identifiseer: (1) induktiewe kategorie-formulering, en (2) deduktiewe kategorie-toepassing. Hy maak 'n onderskeid tussen die toepassing van induktiewe en deduktiewe kategorieë. Induktiewe redenering werk byvoorbeeld vanaf spesifieke gevalle na algemene beginsels toe. In die geval van hierdie studie het die induksie-proses behels dat feite gebruik is om 'n teorie te formuleer. Deduktiewe redenering werk daarenteen vanaf die algemene na die spesifieke toe en Babbie (1998) redeneer dat 'n teorie tydens die deduksie proses op 'n spesifieke geval toegepas word.

Die navorser het in hierdie studie ook gebruik maak van die illustratiewe metode (Neuman, 2000) om data vanuit die lewensgeskiedenisvraelys en die chakra-indeks aan die ontwikkelingsteorie van Erik Erikson te koppel. Neuman beweer dat “...with the illustrative method, a researcher organizes data on the basis of prior theory. Pre-existing theory provides the empty boxes. The researcher sees whether evidence can be gathered to fill them” (p. 427). Met betrekking tot die voorgenome studie kan hierdie stelling as volg verwoord word: Die bewyse (verkry vanuit die lewensgeskiedenis-vraelys en chakra-indeks) in die houers (Erikson se agt ontwikkelingsstadia) ondersteun of verwerp die teorie (Erik Erikson se ontwikkelingsteorie) wat die navorser gebruik om die verwerfde data te interpreteer.

Waar moontlik is inligting uit die lewensgeskiedenisvraelys en die chakra-indeks in hierdie studie dus deur middel van inhoudsanalise en aan die hand van die beginsels van begonde teorie aan bestaande teoretiese konsepte van Erik Erikson se ontwikkelingsteorie gekoppel. Dit het behels dat beide die lewensgeskiedenisvraelys en die chakra-indeks se koderingsproses op deduktiewe kategorie-toepassing geskoei is. Data, wat vanuit die twee vraelyste verkry is, is deur middel van induktiewe kategorie-toepassing met Erikson se ontwikkelingsteorie en die illustratiewe metode vergelyk.

3.6.1 Fundamentele reëls vir die prosedure van kwalitatiewe inhoudsanalise

Mayring (2000) beskryf die fundamentele reëls vir die prosedure van kwalitatiewe inhoudsanalise kortliks as volg: Die materiaal moet stap vir stap met die reëls van die prosedure geanaliseer word en in inhoudsanalitiese eenhede verdeel word. Volgens Mayring is kategorieë die sentrale punt van ‘n analise. Die aspekte van teksinterpretasie word in kategorieë geplaas wat noukeurig gevorm en hersien is tydens die analise proses.

In hierdie studie is Erik Erikson se agt ontwikkelingskategorieë as bestaande kategorieë gebruik tydens die vergelyking met inligting uit die chakra-indeks en die lewensgeskiedenisvraelys, terwyl Sayers, Cowden en Sherrill (2002) se toepassing van die inhoudsanalise proses op die volgende manier as riglyn gebruik is in die analise van die data:

- a) Die aanvanklike lees van die transkripsies, naamlik die lewensgeskiedenisvraelys en chakra-indeks, het bestaan uit 'n mikro-analise wat 'n gedetailleerde, lyn vir lyn analise van die woorde en sinne van die deelnemers behels het.
- b) In aansluiting by die siening van Strauss en Corbin (in Sayers, Cowden & Sherrill, 2002) is die mikro-analise afgehandel in daaropvolgende fases met onder andere die gebruik van die woord-frekwensie handtellings van beide vraelyste.
- c) Volgens Miles & Huberman (in Sayers, Cowden & Sherrill, 2002) se voorstel is elke sin van die vraelyste vervolgens geanaliseer en in eenhede van betekenis verdeel. Die navorser het toe die eenhede van betekenis in tabelvorm georganiseer. Inligting oor die respondent se respons betreffende sy/haar menslike ontwikkeling tot op hede is verkry deur die lewensgeskiedenisvraelys te ondersoek. Die chakra-indeks het die respondent se respons aangaande die toestand van die sewe chakras verskaf. Die navorser sou ook die frekwensie van sekere response kon vasstel.

In kwalitatiewe inhoudsanalise bestaan daar, volgens Stemler (2001b), die aanname dat woorde wat gereeld voorkom gewoonlik die woorde is wat die grootste besorgdheid reflekteer. Hy redeneer verder dat dit moontlik is vir sekere woorde om meervoudige betekenis te hê. In verband hiermee beveel hy die volgende aan: “A good rule of thumb to follow in the analysis is to use word frequency counts to identify words of potential interest, and then to use a Key Word In Context (KWIC) search to test for the consistency of usage of words”, (Stemler, 2001b, p. 2). In hierdie studie het die navorser ook van bogenoemde voorstelling gebruik gemaak.

- d) Die navorser het die tabelle bestudeer om die onderskeie kategorieë te identifiseer

Weber (in Stemler 2001b) meen dat die basis van kategorisering daarin lê dat 'n kategorie 'n groep woorde met gelyke betekenis of konnotasies is. Stemler (2001b) redeneer weer dat wederkerig-eksklusiewe kategorieë ontstaan wanneer daar nie 'n

eenheid tussen twee datapunte val nie en wanneer elke eenheid deur slegs een datapunt gepresenteer word. Hy brei hierop uit deur te sê dat “the requirements of exhaustive categories is met when the data language represents all recording units without exception” (Stemler, 2001b, p. 3). Om die spesifieke kategorieë van die lewensgeskiedenisvraelys te identifiseer, was dit dus nodig om die woorde, frases of sinne te merk wat gebruik is om die vraag wat gevra is aan te spreek. Spesifieke kategorieë vir die chakra-indeks is vasgestel deur die hoogste frekwensie response in elk van die sewe voorafbepaalde kategorieë, soos byvoorbeeld *fisiese selfbehoud*, te identifiseer. Die navorser se einddoel hiermee was om te bepaal tot watter mate die geïdentifiseerde kategorieë, in beide die lewensgeskiedenisvraelys en chakra-indeks, ooreenstem met Erik Erikson se agt ontwikkelingsstadia.

e) Die navorser het die data te doen het wat met die diepte en die breedte van die onderskeie response ondersoek. Die response is genoteer om vas te stel watter response eenmalig of meermalig, sowel as gesamentlik in die twee vraelyste voorgekom het. Hierdie response is toe gebruik om te bepaal tot watter mate hulle ooreenstem met Erikson se ontwikkelingsstadia. Die ontwikkelingsstake op spesifieke ouderdomme, wat die respondent in die lewensgeskiedenisvraelys geïdentifiseer het, is binne die agt kategorieë van Erikson se ontwikkelingsstadia gepas. Die ouderdomme wat Judith (1996) met response uit die chakra-indeks geassosieer het, is vergelyk met die ouderdomme wat met Erikson se agt ontwikkelingsstadia geassosieer is.

3.6.2 Kodering

Weber (in Stemler, 2001b) onderskei twee benaderinge tot kodering wat volgens verskillende reëls afgelê word, naamlik *emergent versus a priori*. Vir die doeleindes van hierdie studie (dit wil sê om die inligting wat uit die data verkry is aan Erikson se teorie te koppel) is gebruik gemaak van a priori kodering. Weber beskryf die metode as volg. Wanneer a priori kodering gebruik word, word die kategorieë voor die aanvang van die analise vasgestel en op ‘n spesifieke teorie gebaseer. Professionele kollegas moet ooreenstem met die verkreë kategorieë en dan word die kodering op die data toegepas. Volgens hierdie literatuur kan die

nodige hersiening gemaak word, en kan die kategorieë wedersydse eksklusiwiteit en alomvattendheid maksimaliseer (Weber, in Stemler, 2001b).

Babbie (1998) beweer dat kodering die logika van konsepsualisering (presies wat bestudeer word) en operasionalisering (die proses om stappe vir data-analise uiteen te sit) behels. Hy stel voor dat beide die manifesterende (klaarblyklike) inhoud, en alternatiewelik ook die latente inhoud, gekodeer kan word. Hiermee kan die geldigheid en betroubaarheid van die studie verhoog word. Die kodering van die manifesterende inhoud dui op die kodering van die visuele, sigbare inhoud. Volgens Babbie is die kodering van die manifesterende inhoud van 'n kommunikasie (geskrewe in die geval van hierdie studie) gelykstaande aan die gebruik van 'n gestandaardiseerde vraelys. Die navorser het die manifesterende inhoud van hierdie studie gekodeer in terme van woord-frekwensie telling.

3.6.3 Koderingseenhede

Daar is verskeie tipes van koderingseenhede. Vir die doeleindes van hierdie studie is steekprofeenhede gebruik. Steekprofeenhede varieer afhangende van hoe navorsers die data konseptualiseer. Dit kan woorde, sinne of paragrawe wees. Die steekprofeenhede van hierdie studie is woorde in die chakra-indeks en sinne in die lewensgeskiedenisvraelys.

Berg (in Babbie, 1998) plaas kode-ontwikkeling in die konteks van begronde teorie en vergelyk dit met die oplossing van 'n legkaart. Hy meen dat die operasionele definisie van enige veranderlike saamgestel word uit die kenmerke van die veranderlike. Dit is hierdie kenmerke wat wedersyds eksklusief en alomvattend moet wees.

Punch (1998) skryf dat begronde teorie 'n strategie vir navorsing, sowel as 'n metode van data-analise is. Die teorie wat gegenereer word, word dus op die data gegrond. Die essensiële idee in begronde teorie is dat teorie induktief ontwikkel word deur data wat vanuit vraelyste verkry is. Die generering van 'n abstrakte teorie maak duidelik wat sentraal tot die data staan. Die einddoel in die ontdekking van begronde teorie is om 'n kernkategorie te vind wat die sentrale idee in die data

verteenwoordig. Vraelyste word met behulp van inhoudsanalise en aan die hand van die beginsels van begronde teorie geanaliseer. Die volgende koderings vorm die basis van begronde teorie: oop kodering, aksiale kodering en selektiewe kodering (Punch, 1998). Die koderings vind nie opeenvolgend nie, maar gelyktydig plaas al is die drie koderingstipes verskillende operasies. . Begrunde teorie is in hierdie studie as 'n metode van data-analise gebruik en die navorser het dus van bogenoemde drie stappe gebruik gemaak in die data-analise proses van die twee vraelyste.

3.6.4 Oop kodering

Oop kodering verteenwoordig die eerste vlak van konsepsuele analise deur middel van data. Punch (1998) sê dat die data gebruik word om abstrakte, konsepsuele kategorieë te genereer vir latere gebruik in die tot stand bring van 'n teorie. Eenvoudige beskrywing, tematiese analise en interpretasie van die data is elemente wat die oop koderingsproses vergemaklik. Dit is egter nie die essensie van begronde teorie kodering nie. Punch beweer dat die analitiese en teoretiese verandering van die data die essensie van begronde teorie kodering is. Laasgenoemde sou beteken dat meer abstrakte kategorieë gegenereer kan word. Die generering van abstrakte, gegronde konsepte word dus uiteindelik die boustone van die teorie.

Die navorser het ook gebruik gemaak van die konsep-indikator model (Punch, 1998). Die idee dat 'n konsep verskeie, moontlike empiriese indikatore het, is die sentrale idee agter hierdie model. Die indikatore, wat verkry is uit die vraelyste en die chakra-indeks, is met mekaar vergelyk en hul ooreenkomste en verskille is ge-evalueer om die konsep (kategorie) af te lei. Die navorser het dus probeer om addisionele indikatore van 'n spesifieke konsep te spesifiseer. Volgens Punch (1998) bestaan die proses van etikettering in oop kodering uit twee hoof aktiwiteite, naamlik vergelykings tref en vrae vra. Dit sou beteken dat verskeie dele van die data met mekaar vergelyk word om kategorieë te genereer. Punch meld ook dat navorsers dikwels die volgende vrae met oop kodering gebruik: (1) Waarvan is die data 'n voorbeeld? (2) Wat verteenwoordig die data? (3) Na watter kategorie verwys die data? Laasgenoemde proses verteenwoordig die konseptualisering van data.

In oop kodering word die proses van etiketering deur die model en bogenoemde vrae gelei. Die indikatore in die data word deurlopend met mekaar vergelyk. Navorsers gebruik oop kodering om konsepsuele etikette en kategorieë te genereer vir die bou van 'n teorie (Punch, 1998). Deur slegs gebruik te maak van kategorieë en etikette wat vanuit die data gegenereer is, verseker dit dat hierdie data gegrond is in die data. Die einddoel met oop kodering in die geval van hierdie studie was om die data in die chakra-indeks, sowel as in die lewensgeskiedenisvraelys te konseptualiseer. Punch meen dat die proses van kategorisering gebalanseer moet word deur twee verdere prosesse. Eerstens moet 'n oorsig van die data in gedagte gehou word, eerder as om slegs intensiewe kodering te doen. Hy postuleer verder dat die tweede proses handel oor die oordeel van watter deel van die data sentraal tot die data staan. Hierdie twee prosesse sluit in dat navorsers sekere dele van die data intensief kodeer, maar terselfdertyd 'n oorsig van die data kry deur die gebruik van vergelykings. Volgens Glaser (in Punch, 1998) verskaf die vergelykings aan navorsers konsepsuele patrone wat ooreenkomste en verskille in die data uitwys. Teoreties gesproke is 'n stel konsepsuele kategorieë, wat vanuit die data gegenereer is, die uitkomst van oop kodering. Hiervolgens vind ordening en klassifisering van die kategorieë plaas en 'n idee word gevorm van die sentrale deel van die data. Met betrekking tot die twee antwoordlyste was dit dus belangrik om bogenoemde prosesse ook in gedagte te hou.

3.6.5 Aksiale (teoretiese) kodering

In die tweede stadium van konsepsuele analise word kategorieë verbind en 'n stel proposisies geproduseer. Aksiale kodering behels dus die verbintenis tussen bestaande kategorieë wat deur oop kodering ontwikkel is (Punch, 1998). Konsepte, wat idees aan mekaar bind, is nodig om bogenoemde verbande te trek. In suiwer begronde teorie is hierdie teoretiese kodes afkomstig van die data. Dit is dus belangrik dat navorsers let op die wyse waarop konsepte verbind is. Soos in die geval van kwantitatiewe analise, word die verhouding eerstens gevind en beskryf en daarna word die verhouding geïnterpreteer.

3.6.6 Selektiewe kodering

Op hierdie vlak van konsepsuele analise selekteer navorsers een aspek as 'n kern kategorie en konsentreer daarop. Hierdie een kategorie integreer die data, en die begroede teorie word uiteindelik op hierdie een kategorie gebaseer. Die kernkategorie moet die sentrale tema binne die navorsing behels. Volgens Punch (1998) is dit belangrik om met selektiewe kodering te probeer om 'n samevattende, gekondenseerde en geïntegreerde geheelbeeld van die data te verkry. Strauss en Corbin (in Punch, 1998) sluit hierby aan deur te sê dat kernkonsepte beide die kernkategorie en die storielyn is. Die kernkategorie is die sentrale fenomeen waarin ander kategorieë geïntegreer is en die storielyn is 'n beskrywende narratief oor die sentrale fenomeen. Die storielyn word gesien as 'n maatreël wat selektiewe kodering aan die gang sit, en wat ekwivalent is aan 'n beskrywing wat die teoretiese kodering geproduseer het. As dit geanaliseer word, word dit die kernkategorie genoem. Met analiseer word bedoel om van 'n beskrywing van die storielyn na 'n konseptualisering van 'n storielyn te beweeg.

In selektiewe kodering word dieselfde tegnieke gebruik as in oop- en teoretiese kodering, maar op 'n hoër vlak van 'n afgetrokke begrip (Eng: *abstraction*). 'n Hoër-orde konsep word dus gevind. Volgens Glaser (in Punch, 1998) ontstaan die kernkategorie vanuit die voortdurende vergelykings wat die vorige kodering aangehelp het. Punch (1998) maak die stelling dat, sodra duidelikheid verkry is aangaande 'n spesifieke kategorie, word die kategorie uitgebrei in terme van die kategorie se eienskappe en sistematies vergelyk met ander kategorieë in die data. Hierna word die verhoudings in die data geldig verklaar. Hierdie stadium is ook aanduidend van kategorieë wat verdere data benodig. In begroede teorie word hierdie stadium *sistematiese digtheid* en *die versadiging van die teorie* genoem.

3.6.7 Betroubaarheid en geldigheid

Hammersley (in Silverman, 1994) redeneer dat betroubaarheid na die graad van konsekwentheid verwys wanneer data deur verskillende observeerders, of deur dieselfde observeerder op verskillende tye, aan dieselfde kategorie toegeskryf word. Volgens hom word geldigheid as “die waarheid” gesien, en dit sou aandui dat die

inligting wat verskaf is 'n korrekte en objektiewe weergawe is van die data wat verkry is. Hy meen verder dat die interpretasie van die data 'n akkurate verteenwoordiging moet wees van die sosiale fenomeen waarna dit verwys. In so 'n geval sou data-analise as geldig beskou word.

Potter en Levine-Donnerstein (1999) benader die kwessie van geldigheid en betroubaarheid vanuit 'n ander oogpunt. Hulle meen dat geldigheid en betroubaarheid verskillend benader moet word ten opsigte van verskillende vorms van inhoud en gebruik. Volgens hulle is dit bewys dat die graad van betroubaarheid as volg bepaal moet word: persentasies van ooreenstemming moet altyd in koëffisiënte omskryf word, en wel deur middel van 'n formule wat toevallige ooreenkomste uitsluit.

Weber (in Stemler, 2001b) maak melding van probleme ten opsigte van betroubaarheid. Hy noem dat die dubbelsinnigheid van die betekenis van woorde, kategorie definisies en verskeie koderingsreëls gewoonlik probleme in terme van betroubaarheid veroorsaak. Verder postuleer hy dat geldigheid tydens inhoudsanalise as volg bewerkstellig word: Om geldige afleidings te maak is dit belangrik dat die klassifikasie-prosedure betroubaar is in terme van konsekwentheid. Dit beteken dat verskillende individue in staat moet wees om die teks op dieselfde manier te kodeer. Om te verhoed dat die betroubaarheidskoeffisiënt kunsmatig verkry word, verskaf Stemler 'n kritiese stap vir inhoudsanalise, naamlik die ontwikkeling van 'n stel eksplisiete opname-instruksies.

Aangesien die manifesterende inhoud (data) van 'n studie gekodeer word op die basis van logiese konsepsualisering, word 'n studie se betroubaarheid verhoog indien die konsepsuele raamwerk, sowel as die metode van observasie, gespesifiseer word. Daarom het die navorser besluit om die data van hierdie studie volgens 'n ontwikkelingsperspektief te konseptualiseer, en om nie-waarskynlike vraelyste en steekproefneming as die metode van observasie te gebruik.

Volgens Babbie (1998) is inhoudsanalise onopdringerig en hy redeneer dat hierdie eienskap 'n voordeel inhou vir 'n studie se betroubaarheid. Dit impliseer dat die inhoudsanalis selde 'n invloed op die bestudeerde subjek het. Die navorser

bevraagteken egter die mate van blootstelling wat deur die vyf respondente van die betrokke studie ervaar is. Hoewel die vraelyste anoniem ingevul is, lyk dit asof sommige van die respondente huiwerig was om inligting uit hul privaatlewe te onthul. Vir sommige was dit blykbaar moeilik om bogenoemde inligting aan 'n vreemdeling (die navorser) te oorhandig. Die navorser spekuleer dus dat sommige respondente die data-insamelingsproses tot 'n mate tog as indringend ervaar het.

In aansluiting by laasgenoemde verwys Babbie (1998) ook na nadele wat aan inhoudsanalise verbode is. Eerstens is dit beperk tot die eksaminering van opgeneemde kommunikasie. In die geval van hierdie studie is die tipe kommunikasie waarna Babbie verwys skriftelik in die vorm van twee vraelyste aangebied. Inhoudsanalise kan tweedens probleme met betrekking tot geldigheid veroorsaak. In verband hiermee sê Babbie egter dat die konkreetheid van die materiaal, wat in inhoudsanalise bestudeer word, die moontlikheid van betroubaarheid kan versterk.

Die betroubaarheid van inhoudsanalise het, volgens Kolbe en Burnett (1991), te doen met kategorieëse en inter-eksaminator betroubaarheid. Inter-eksaminator betroubaarheid word grotendeels beïnvloed deur die prosedure van inhoudsanalise, wat later onder die opskrif *objektiwiteit* bespreek sal word.

Kolbe en Burnett (1991) maak ook melding van swak punte rakende inhoudsanalise. Volgens hulle moet die volgende swak punte van inhoudsanalise in ag geneem word: Hierdie metode is ontvanklik vir die effekte van eensydige navorsers wat besluite aangaande data-insameling, data-analise en die interpretasie van data kan beïnvloed. Inhoudsanalise se potensiaal word verder beperk deurdat die rapportering van spesifieke elemente in kommunikasie beperk is. Hierdie eksplorerende benadering bemoeilik die oorweging van teoretiese perspektiewe. In aansluiting hierby is die oplewering van inhoudsanalise gewoonlik kategorieëse data. Alhoewel kategorieëse data ryk is aan beskrywing, kategorieëse en identifisering, is dit minder sensitief ten opsigte van subtiele informasie in kommunikasie. Dit is moontlik om hierdie subtiele informasie deur middel van Hoë-orde skale te voorsien.

Volgens Stemler (2001a) is dit belangrik om te verstaan dat 'n metodologie altyd in diens van die navorsingsdoelstelling staan. Hy sê dat geldigheid die vorm van triangulering aanneem. Triangulering inkorporeer verskeie bronverwysings, metodes, navorsers en teorieë wat die kredietwaardigheid van die studie verhoog. In hierdie studie het die navorser van triangulering gebruik gemaak deur middel van meervoudige data (6 respondente), meervoudige metodes (oop kodering, aksiale kodering en selektiewe kodering; induktiewe en deduktiewe kategorie toepassing; en die metode van illustrasie); meer as een evalueerder (twee onafhanklike eksaminators); en meervoudige teorieë (begronde teorie en Erikson se ontwikkelingsteorie).

3.6.8 Metodes om die betroubaarheid van resultate te bevorder

Objektiwiteit

Objektiwiteit verwys na die proses waartydens analitiese kategorieë ontwikkel en gebruik word. Volgens Kolbe en Burnett (1991, p. 246) is presiese operasionele definisies en gedetailleerde reëls en prosedures nodig vir 'n akkurate en betroubare koderingsproses. Die gebruik van veelvoudige, opgeleide en onafhanklike eksaminators verhoog die objektiwiteit. Vir die doeleindes van hierdie studie het die navorser gebruik gemaak van 'n mentor, sowel as 'n eksterne eksaminator, wat as twee onafhanklike eksaminators sal optree. Die objektiwiteit, en sodoende ook die studie se betroubaarheid, is deur bogenoemde maatreël verhoog.

Reëls en prosedures

Beskrywings van reëls en prosedures is belangrik vir die geldigheid van navorsingsbevindinge en toekomstige replikasie. Kolbe en Burnett (1991) verduidelik dat die teenwoordigheid van kategorieë en koderingsreëls 'n essensiële eerste stap is vir die herhaling van navorsing. Die navorser het die reëls en prosedures reeds voor die aanvang van data-analise gespesifiseer. Soos reeds genoem, geskied kodering volgens drie stappe: (1) oop kodering; (2) aksiale kodering; (3) selektiewe kodering. Navorsers identifiseer tydens bogenoemde stappe primêre en sekondêre temas in die teks en gebruik dan hierdie temas om

kategorieë mee te spesifiseer. Hoewel kwalitatiewe navorsing soms as 'n subjektiewe proses afgemaak word, sou bogenoemde reëls en prosedures die betroubaarheid van toekomstige replikasie kon verhoog.

Opleiding van eksaminators

Indien geen kontrole vir die goedkeuring van die navorsing beskikbaar is nie, is Kolbe en Burnett (1991) van mening dat die opleiding van eksaminators belangrik is om die objektiviteit van 'n studie te bevorder. In die geval van hierdie studie het die navorser van 'n studieleier gebruik gemaak om sodoende die objektiviteit van die navorsing verder te bevorder.

Meting voortoetsing

Die voortoetsing van kategorieë en definisies ondersoek die betroubaarheid van die koderingsproses. Volgens Kolbe en Burnett (1991) is die afwesigheid van verwysing na die opleiding van eksaminators of voortoetsing 'n gaping in enige navorsingsproses. Om hierdie gaping te vermy het die navorser die resultate onder toesig van een van die onafhanklike eksaminators bespreek alvorens die kategorieë in hierdie studie gefinaliseer is.

3.7 Samevatting

In hierdie hoofstuk het die navorser verwys die verkryging van respondente en die metode van data-insameling wat gebruik is. Die navorser het ook uitgebrei op die metode van data-analise en hoe geldigheid en betroubaarheid in die studie verseker is.

HOOFSTUK 4

RESULTATE

4.1 Inleiding

Die navorser skenk vervolgens aandag aan die resultate wat deur middel van die studie verkry is en maak gebruik van die data-analise en verwerkingsmetodes wat in Hoofstuk 3 bespreek is. Fokuspunte in die bespreking sluit die weergee van die data, 'n data-analise en die bespreking van die data in. Die transkribering van die uitslae is as 'n aanhangsel by die skripsie gevoeg.

Die navorser het deur middel van inhoudsanalise, en aan die hand van die beginsels van begonde teorie, temas vanuit die data (die chakra-indeks en die lewensgeskiedenisvraelys) verkry. Die volgende besprekings word in Hoofstuk 4 ingesluit. Die sewe primêre temas en die sekondêre temas, wat vanuit die chakra-indeks verkry is, word eerstens bespreek. Hierop volg 'n bespreking van die primêre temas wat uit die lewensgeskiedenisvraelys verkry is. Daarna tref die navorser 'n vergelyking tussen die primêre temas van die chakra-indeks en Erikson se agt ontwikkelingskategorieë. Laastens vergelyk die navorser die primêre temas in die lewensgeskiedenisvraelys kortliks met Erikson se ontwikkelingstadia en verskaf dan 'n samevatting van die studie se bevindinge.

4.2 Agtergrond

As agtergrond tot die bespreking wat volg, ag die navorser dit nodig om die chakra-indeks en die lewensgeskiedenisvraelys weer kortliks te omskryf. Volgens Judith (1996) verskaf die chakra-indeks 'n analise van die respondent se globale patroon, asook 'n grafiese lys van persoonlike kwessies wat aandag verg. Die navorser sal die chakra-indeks dus gebruik om die huidige toestand van die respondent se sewe chakras aan die individu se chakra-ontwikkeling te koppel.

Die lewensgeskiedenisvraelys het inligting aan die navorser verskaf aangaande die respondent se agtergrond en geskiedenis. Hierdie inligting word deur die navorser omskryf om dit sodoende vanuit 'n Westerse ontwikkelingsperspektief te benader. Die kodering van beide vraelyste kan bestudeer word in Addenda 1 tot 8. Die resultaat van die koderingsprosedure vir beide die vraelyste, naamlik die verkryging van primêre en sekondêre temas word vervolgens bespreek.

4.3 Primêre en sekondêre temas in die chakra-indeks

Die volgende tabel is die finale stap in die koderingsproses van die chakra-indeks en sluit die primêre en sekondêre temas in wat na inhoudsanalise geïdentifiseer is. (Vir meer detail aangaande die koderingsproses, sien Addenda 8 - 12.)

Tabel 2: Primêre en sekondêre temas in die chakra-indeks

Chakra	Primêre Temas	Sekondêre Temas
1	Fisiese identiteit	Fisiese ontwikkeling Stabiliteit
2	Emosies	Emosionele betrokkenheid Beweging
3	Selfontwikkeling	Selfontwikkeling
4	Sosiale identiteit	Sosiale identiteit
5	Self-uitdrukking	Kreatiwiteit Kommunikasie
6	Toestande van bewustheid	Kognisie Transendentale bewustheid
7	Universaliteit	Spirituele konneksie Intelligensie

Die temas in Tabel 2 is vanuit die chakra-indeks verkry en word met die ontwikkeling van die onderskeie chakras geassosieer. Chakras 1 - 7 het dus respektiewelik die volgende primêre temas: fisiese identiteit; emosies;

selfontwikkeling; sosiale identiteit; self-uitdrukking; toestande van bewustheid; en universaliteit. Sommige van bogenoemde primêre temas bestaan ook uit sekondêre temas wat as volg uiteengesit kan word: fisiese identiteit (fisiese ontwikkeling en stabiliteit); emosies (emosionele betrokkenheid en beweging); selfontwikkeling (selfontwikkeling); sosiale identiteit (sosiale identiteit); self-uitdrukking (kommunikasie en kreatiwiteit); toestande van bewustheid (kognisie en transendentale bewustheid); en universaliteit (spirituele konneksie en intelligensie).

4.3.1 Chakra 1 (baarmoeder tot 12 maande)

Primêre tema: Fisiese identiteit

Die primêre tema wat vir Chakra 1 uit die analise van die chakra-indeks geïdentifiseer is, is *fisiese identiteit*. Brennan (1988) ondersteun die identifikasie van fisiese identiteit as die tema vir Chakra 1. Sy sê dat die eerste laag van die aura en die eerste chakra geassosieer is met fisiese funksionering en sensasie wat die individu in staat stel om fisiese plesier en pyn te ervaar.

Sherwood (2000) stem saam met hierdie identifikasie van fisiese identiteit as die primêre tema vir Chakra 1. Hy redeneer dat hormonale veranderinge in die baarmoeder tydens swangerskap die passiwiteit of geldingsdrang van die kind kan beïnvloed. Dit is ook moontlik dat dit die behoeftes, die kwaliteit van verhoudings en die selfbeeld van die kind later kan affekteer. Laasgenoemde moontlike fisiese probleme reflekteer 'n wanbalans in die kind se subtiële energiesisteem wat beteken dat 'n kind reeds voor geboorte energie-blokkasie kan ontwikkel. Die fisiese komplikasies mag ook 'n invloed hê op linker- of regter brein dominansie, wat gewoonlik bepaal hoe intuïtief of rasioneel die kind sal wees. Volgens Sherwood word wanbalans in die moeder se hormoonsisteem ook gekoppel aan aggressie en passiwiteit by die kind.

Sekondêre temas:

Fisiese ontwikkeling

Die proses van geleidelike bewuswording van die fisiese wêreld duur voort na geboorte. Volgens Brennan (1988) is 'n kind se taak, in die vroeë stadium van lewe,

om gewoon te raak aan die beperkinge van fisiese sensasie en aan die driedimensionele wêreld. Sy postuleer dat sommige babas dit na geboorte moeilik vind om hul verbintenis met die spirituele wêreld van die baarmoeder af te sluit.

Sherwood (2000) gaan van die standpunt uit dat swangerskap en geboorte 'n impak op die fisiese ontwikkeling van die kind het. Hy sê dat stressors tydens swangerskap en gedurende kraam die baba aan fisiese en psigiese skokke mag blootstel wat in neurose kan ontwikkel. Hy is van mening dat 'n wanbalans in die swanger moeder se hormoonsistiem veranderinge met lang termyn gevolge in die fetus kan veroorsaak.

Stabiliteit

Sherwood (2000) skryf ook oor die konsep van stabiliteit. Indien die baba se verbintenis met sy ouers onderbreek is as gevolg van energie-blokkasies in een van die ouers, sal die baba se energieveld voortdurend verbrokkel wees. Hierdie onstabiliteit kan 'n negatiewe effek op die ego-ontwikkeling van die kind hê. Indien die ego primêr in die bewuste ontwikkel, sal die kind nie emosionele volwassenheid bereik nie en dit sou die kind verhinder om later volwasse verhoudings te ontwikkel.

Judith (1996) meen dat die eerste chakra se basiese taak daarin lê om die totale chakra-sistiem te stabiliseer. Verskynsels soos verwaarlosing en verwerping van 'n kind kan egter die stabiliseringsproses kniehalter. Moontlike gevolge van verwerping is 'n gevoel van hulpeloosheid en 'n tekort aan enige iets wat tasbaar is. Hierdie onstabiliteit lei tot 'n wantroue in ander en kan ook 'n vervreemding van moontlike ondersteuners veroorsaak.

4.3.2 Chakra 2 (12 maande-2 jaar)

Primêre tema: Emosies

Judith (1996) omskryf emosies as instinktiewe reaksies tot sensoriese data. Sy is daarvan oortuig dat emosies 'n spirituele funksie tydens die ontwikkeling van die tweede chakra het. Hierdie funksie beskryf sy as die taal van die siel wat deur die liggaam gepraat word. Volgens haar is dit 'n taal waar sensasies met woorde,

gevoelens met sinne en emosies met paragrawe vergelyk kan word. Laasgenoemde boublokke is die primêre vlakke van ons ervaring waardeur ons lewensverhaal ontvou en betekenis daaraan geheg word. Die betekenis integreer ons sisteme en ons ervaring van die wêreld.

In verband met emosies beweer Sherwood (2000) dat daar slegs vier basiese emosies bestaan: geluk, woede, pyn en vrees. Hy is van mening dat alle emosies vanuit genoemde vier emosies ontstaan deur 'n kombinasie van emosies en die toepassing van emosies op spesifieke situasies.

Volgens Brennan (1988) word die kind se emosionele lewe verryk sodra die tweede chakra ontwikkel.

Sekondêre temas:

Emosionele betrokkenheid

Met die sekondêre tema *emosionele betrokkenheid* verwys die navorser na konsepte soos seksualiteit, sensasie, verhoudings, verwaarlosing/verwerping.

Vaughan (1995) meen dat sensuele en materiële plesier die bekendste en gereeldste verkreeë plesiere is. 'n Voorbeeld van sensuele plesier sou 'n seksuele orgasme kon wees. Emosionele intimiteit word soms verwar met seksualiteit, maar daar kan duidelik tussen hulle onderskei word, en beide kan onafhanklik van mekaar bestaan.

Die tweede chakra is, volgens Myss (1996), die verhoudings-chakra. Sy meen dat die energie van emosionele betrokkenheid rondom die sewende lewensjaar van die kind opmerklik word. Kinders begin verhoudings aanknoop met ander kinders en met volwassenes, en word meer onafhanklik van hul ouers en die ouerhuis. Volgens Myss begin die kind tydens sy/haar eerste interaksies om te individualiseer, verhoudings te vorm, en die mag van keuses te eksploreer. Waar verwaarlosing en verwerping na vrese van Chakra 2 verwys, sou verwerping deur die primêre versorger moontlike komplikasies vir die ontwikkeling van Chakra 2 kon veroorsaak.

Beweging

Die teenoorgestelde van emosionele betrokkenheid is ook waar tydens die ontwikkeling van Chakra 2. Brennan (1988) redeneer dat die kind nou begin om van die moeder af weg te beweeg. Terselfdertyd begin die kind om fantasiewêrelde te weef waarin hy/sy leef en volgens Brennan is hierdie fantasiewêrelde vir die kind van hulp tydens die skeidingsproses met die moeder.

Emosies word ook aan beweging gekoppel. So byvoorbeeld bewe 'n persoon wanneer hy/sy senuweeagtig raak. Die manier waarop 'n individu sy/haar liggaam dra, kan dus die emosie verklap wat in die onbewuste gestoor is. Judith (1996) postuleer dat die uitdagings van Chakra 2 onder andere is om te beweeg, vry te laat en te voel. Sy redeneer dat die bewuste slegs uitbrei deur middel van beweging en slegs deur verandering gestimuleer word. Dit beteken dat beweging en verandering daartoe bydra om bewuswording te stimuleer. Dit verbreed die individu se persepsie en verhoog sensoriese ervaring. Volgens Judith word spierweefsel gebou, sirkulasie verhoog, senuwee-eindpunte gestimuleer en soepelheid en lewendigheid bevorder wanneer die liggaam beweeg.

4.3.3 Chakra 3 (2-4 jaar)

Primêre Tema: Selfontwikkeling

Die primêre tema, *selfontwikkeling*, is verkry vanuit konsepte soos selfbeeld, selfvertroue, selfdissipline, wil, proaktiewe- en outonome optrede, verantwoordelikheid, sin vir humor, vrees vir straf en die hantering van uitdagings, wat almal in Addendum 11 voorkom. Die navorser gebruik selfontwikkeling as die oorkoepelende konsep om bogenoemde konsepte mee te bespreek

Brennan (1988) beweer dat die individu die vermoë het om hoër vlakke van vibrasie, energie of bewustheid, wat deur die chakras beweeg, te behou en dat hierdie vermoë verbeter soos die individu groei en ontwikkel. Volgens Myss (1996), is 'n begrip van die self en self-aanvaarding die belangrikste spirituele uitdaging vir die mens.

Hierdie uitdaging van die derde chakra veroorsaak dat die mens sy/haar sin van mag en die self in verhouding tot die wêreld evalueer. Die mens leer ken sy/haar emosionele natuur deur te eksplloreer, veral in verhouding tot hom/haarself. Die volgende vrae is voorbeelde van die tipe vrae wat die mens tydens hierdie fase stel: “Waarvan hou ek?”; “Wat maak my gelukkig?”; “Wat is my swakhede?”

Volgens Vaughan (1995) kan die definiëring van die self egter beperk word deur persoonlike ervarings en gedeeltelike persepsies van die wêreld. Hierdie beperkinge word versterk deur aannames en uitgangspunte van ‘n individu wat nie beantwoord word nie. Vaughan is nogtans van mening dat, soos wat die individu se bewustheid groei, so brei die self voortdurend uit en gaan deur spesifieke stadiums van ontwikkeling in die normale proses tot volwassewording.

4.3.4 Chakra 4 (4-7 jaar)

Primêre tema: Sosiale identiteit

Vaughan (1995) sien die sosiale self as die self uitgedruk in verhoudings. Sy verdeel die sosiale self op in ‘n universele (transpersoonlike) self en ‘n persoonlike (egosentriese) self. Wanneer die sosiale self primêr deur sosiale reëls en kondisionering gevorm word, kan onbevredigende patrone van gedrag herhaal word totdat ‘n bewuste besluit geneem word om dit te verander.

Aangaande die ontwikkeling van die sosiale identiteit sê Brennan (1988) dat die *ek* nie meer alleen bestaan nie, maar deel word van ‘n *ek-ons* verhouding. Die individu begin te dink dat hy/sy ander moet oortuig om hom/haar lief te hê, aangesien liefde nie meer so vanselfsprekend is soos in die kinderdae nie. Hierdie konsep veroorsaak spanning in die individu se psige, omdat twyfelin ontstaan rondom wie die individu dink dat hy/sy is en wie hy/sy volgens die samelewing behoort te wees.

Judith (1996) bevestig dat die ontwikkeling van die vierde chakra tydens die kinderjare die vorming van ‘n sosiale identiteit verteenwoordig. Volgens haar is sosiale identiteit ‘n aspek van die self wat die individu ontwikkel om liefde en

sosiale aanvaarding te verkry en om in die wêreld te oorleef. Hierdie aspek kom tot stand deurdat kinders verhoudings internaliseer deur middel van nabootsing, wat as identifikasie bekend staan. Identifikasie vind plaas wanneer die kind perspektiewe, spesifieke houdings, waardes en gedrag van ander aanneem en dit dan oordra na sy/haar eie verhoudings toe. Laastens is Judith van mening dat die ontwikkeling van 'n sosiale identiteit die kind voorberei vir meer komplekse interaksies in die samelewing. 'n Delikate balans tussen die behoud en die opgee van die outonomie wat in die derde chakra ontwikkel het, word hiervoor vereis.

4.3.5 Chakra 5 (7-12 jaar)

Primêre tema: Self-uitdrukking

“Freedom is essential to any form of genuine self-expression, and freedom in this context means not only freedom from external oppression, but freedom from internal repression as well” (Vaughan, 1995, p. 84)

Met hierdie stelling maak Vaughan dit duidelik dat ware self-uitdrukking nie kan plaasvind wanneer die individu deur eksterne en interne faktore beperk word nie. Dit sluit aan by haar siening dat die ontwikkeling van die self (in Chakra 3) deur persoonlike ervarings en persepsies van die wêreld beperk kan word, en dat die sosiale identiteit in Chakra 4 onbevredigende gedragspatrone kan ontwikkel as dit hoofsaaklik deur sosiale reëls en kondisionering gevorm word.

Volgens Judith (1996) word die sosiale identiteit tydens die ontwikkeling van die vyfde chakra voldoende genoeg gevorm sodat die kind kan begin om met kreatiewe uitdrukking te eksperimenteer. Die skoolomgewing begin nou om die familie as die hoofokus van aktiwiteite te vervang, aangesien dit 'n wyer spektrum van geleenthede vir kreatiewe uitdrukking bied. As die kind veilig voel in sy/haar verhoudings, is dit moontlikheid dat die kind meer gewillig sal wees om kreatief te eksperimenteer en sy/haar waarheid te spreek.

Sekondêre temas

Kommunikasie

Kommunikasie is essensieel vir 'n gevoel van voltooiing en kan op verskeie vlakke geskied: fisies, emosioneel, geestelik, eksistensiële of spiritueel. Die vermoë om te luister en die vermoë om stil te bly is belangrik vir effektiewe kommunikasie op alle vlakke. Vaughan (1995) redeneer byvoorbeeld dat betekenisvolle kommunikasie op die eksistensiële vlak na samehorigheid en liefde lei.

Wilber (in Vaughan, 1995) meen dat die gebruik van taal die self toenemend laat identifiseer met die verbale ego-verstand. Hiermee verwys hy na die integrasie van liggaam en verstand. Sy hipotese is dat 'n gesonde evolusie van die selfbeeld geskoei is op die integrasie van liggaam en verstand.

Dit wil voorkom asof die boublokke van taal en verhoudings bydra om verstandelike kapasiteit te verbreed. In hierdie stadium van die kind se leeftyd word informasie aangaande die wêreld geabsorbeer. Skool, boeke, televisie, gesprekke en ervaringe is belangrike faktore wat bydra tot die uitbreiding van die kind se kennis. Volgens Judith (1996) is die konsepsuele strukture, wat bogenoemde informasie absorbeer, reeds in plek en daarom vind leer klaarblyklik vinnig plaas. Dit is ook moontlik dat kreatiwiteit tydens hierdie fase mag verhoog.

Kreatiwiteit

In die bespreking van Chakra 4 het die navorser onder andere na die ontwikkeling van 'n sosiale identiteit verwys. Chakra 5 hou daarenteen gedeeltelik verband met die ontwikkeling van 'n kreatiewe identiteit. Aangesien self-uitdrukking die primêre tema van die vyfde chakra is, sou dit dus een van die take van kreatiewe identiteit wees.

Vaughan (1995) redeneer dat kreatiwiteit nie geniet kan word wanneer interne inhibisies of eksterne beperkinge konformiteit vereis nie. Dit sluit aan by sy siening

hierbo dat ware self-uitdrukking slegs geskied wanneer die individu vry is van beperkende eksterne en interne faktore. Volgens hom word kreatiwiteit in verskeie vorms uitgedruk: visueel, in kuns, musiek, en beweging, en ook deur die intellektuele uitruil van idees. Die proses om betekenis in die lewe te ontdek of te skep kan dus ook as ‘n kreatiewe poging beskou word.

Kreatiwiteit en effektiewe kommunikasie sou dus essensieel wees vir die optimale ontwikkeling van die individu se self-uitdrukking tydens die ontwikkeling van Chakra 5. Kreatiwiteit kan, net soos kommunikasie, op verskeie vlakke plaasvind, naamlik spiritueel, eksistensiële, verstandelik, emosioneel en fisies.

Grof (1975) sê dat stadiums van ontwikkeling op enige vlak sekere patrone volg. Die algemeenste patroon stem ooreen met die stadiums van die geboorteproses, wat hy as volg beskryf het:

1. ‘n stadium van salige eenheid, waarin alle moontlikhede vervat word;
2. ‘n depressiewe gevoel van druk en geen uitkoms;
3. ‘n passievolle worsteling wat aksie voorafgaan;
4. skeiding en nuwe lewe.

Kreatiwiteit op spirituele, eksistensiële, verstandelike, emosionele en fisiese vlak kan dus beskou word as stadia van ontwikkeling wat met die geboorteproses ooreenstem. Die navorser maak gevolglik die aanname dat die kreatiewe proses geboorte kan gee aan ‘n nuwe vorm. So kan spiritualiteit, wat ‘n proses van transformasie is, byvoorbeeld beskryf word as ‘n geboorteskenking aan die self.

4.3.6 Chakra 6 (12-18 jaar)

Primêre tema: Toestande van bewustheid

“A child’s life is normally a magical time, because by not being fully developed consciousness has not yet usurped the position of the I AM and it’s vehicles, intuition and unconscious awareness”. Sherwood (2000, p. 71)

Met bogenoemde aanhaling illustreer die navorser hoe toestande van bewustheid tydens menslike ontwikkeling groei en verander. Sherwood (2002) beweer dat alle kinders in 'n onbewuste eenheid met die universele veld verkeer en dat hulle die voordele, wat uit die universele veld vloei, geniet. Sodra die kind 'n aparte identiteit ontwikkel, raak die kind bewus van konsepte soos *ek, jy, myne* en *joune*. Bewustheid ontwikkel dus tot so 'n mate dat die ego gevestig raak in die bewuste eerder as in die onbewuste. Laasgenoemde illustreer die mate waartoe die kind die onbewuste eenheid met die universele veld verloor.

Sekondêre temas:

Kognisie

Kognitiewe vermoëns, soos insig en verbeelding, is temas uit die data wat met die tema *kognisie* geassosieër word

Judith (1996) sê dat die kognitiewe vermoë om simbolies en abstrak te begin dink, kenmerkend is van die ontwikkeling van die sesde chakra. Vir Piaget (in Craig, 1996) is hierdie 'n periode van formele eksplorasië waartydens die kind meer met vorm as met inhoud gemoeid raak. Die kind is nou in staat om te redeneer en kan in die simboliese sfeer leef. Gedurende hierdie stadium van adolessensie vind daar ook 'n her-evaluasie van die aangename persona plaas. Judith (1996) is van mening dat daar nou vir die adolessent 'n wyer spektrum persona is om van te kies en dat die kreatiwiteit van Chakra 5 die adolessent in hierdie proses ondersteun.

Die kwessie van insig beskou Judith (1996) as die vermoë om dieper te sien en die vermoë om patrone te herken. Dit wil voorkom asof die adolessent die weg na insig deur die herkenning van patrone vind. Die individu ontwikkel die potensiaal om te bepaal hoe 'n patroon in die groter prentjie inpas en wat die betekenis van daardie patroon is. Judith redeneer verder dat die informasie van ons ervarings in die self versamel en in die geheue gestoor word.

Vaughan (1995) onderskei twee verskillende rigtings waarin insig ontwikkel: intuïtiewe en sielkundige insig. Hy meen dat sielkundige insig gewoonlik op die inhoud van bewustheid en die prosesse en patrone van persepsie fokus. Intuïtiewe insig, daarenteen, neem die domein van die gees as objek.

Transendentale bewustheid

Alvorens die navorser uitbrei op die konsep van transendentale bewustheid, is dit eers nodig om na De Quincy (2000) se konsep van bewustheid te verwys. Hy tref 'n onderskeid tussen filosofiese bewustheid en sielkundige bewustheid. Filosofiese bewustheid is die toestand van realiteit en sielkundige bewustheid is die toestand van bewustheid wat bo drempel-bewustheid verhewe is. Voorbeelde van sielkundige bewustheid is, volgens De Quincy, drome, die wakker toestand, geluk, vrees en mistiek.

Drome, intuïsie en visie is temas wat ook vanuit die chakra-indeks verkry is. Volgens Judith (1996) verbind drome die bewuste met die onbewuste en representeer dit alternatiewe tot die ordinêre realiteit. Sy beskou drome ook as 'n primêre ervaring van transendentale bewustheid en as die psige se manier om homeostase in die liggaam te behou. Dit kompenseer heel moontlik vir die tekort aan balans wat ontstaan terwyl die individu sy/haar lewe by eksterne realiteite aanpas.

Vaughan (1995) verstaan drome as uitdrukkings van die onbewuste, geestelike lewe. Dit vestig die aandag op onbewuste faktore wat nodig is vir emosionele en geestelike gesondheid. Dit lyk dus asof drome 'n belangrike funksie vervul in die individu se ontwikkeling en welsyn

Die ontwikkeling van die tweede tema, naamlik intuïsie, beteken vir Myss (1996) dat die kind begin om energie-data te gebruik en sodoende in staat word om besluite op die ingewing van die oomblik te neem. Hierdie energie-data is die emosionele, sielkundige en spirituele komponente van 'n gegewe situasie. Intuïsie en die

onafhanklikheid, wat reeds in die derde chakra ontwikkel het, gee die individu die kapasiteit om risiko's te neem en om hierdie risiko's op gevoel uit te voer. Om op intuïsie te kan staatmaak, is dit dus belangrik dat die individu reeds in die derde chakra 'n positiewe selfbeeld ontwikkel.

Soos wat die individu ontwikkel, so word hy/sy meer en meer van hom/haarself bewus, en volgens Judith (1996) stel dit die individu in staat om dieper in mense en situasies rondom hom/haar te kyk. Die visie wat hierdeur ontstaan, maak gebruik van verbeelding om iets te skep wat nog nie voorheen bestaan het nie: 'n wêreldsiening of 'n persoonlike gebaar. Die individu se visie is egter nie noodwendig 'n absolute nie, maar kan voortdurend verander. Dit kan hom bevry van die verlede en voorberei vir 'n toekoms. 'n Persoon se visie maak dus die verskil tussen die verlede en die toekoms. Judith postuleer ook dat die individu in nuwe en kreatiewe maniere moet begin dink om sodoende visie, verbeelding en insig te verkry

4.3.7 Chakra 7 (18 jaar+)

Primêre Tema: Universaliteit

As mense ervaar ons die wêreld op twee maniere. Eerstens deur middel van ons vyf sintuie en tweedens ervaar die individu die wêreld intuïtief deur die hart (Sherwood, 2000). In laasgenoemde geval word die heelal ervaar as 'n ondeelbare, dinamiese geheel. Dit is 'n geheel wat bestaan uit vele dimensies wat mekaar interpreteer; wat nie onderhewig is aan chronologiese tyd nie; en wat slegs gedefinieer kan word binne die konteks van konstante verskuiwinge wat in verhouding tot mekaar staan.

Judith (1996) postuleer dat die individu 'n universele identiteit tydens die ontwikkeling van die sewende chakra vorm. Wanneer die individu die magiese omvang van die kosmos besef, het die individu die geleentheid om sy/haar klein en beperkte wêreld te transendeer en sodoende met die heelal te identifiseer.

Sekondêre temas:

Spirituele konneksie

Die sewende chakra is, volgens Myss (1996), die verbintenis met die spirituele natuur en dit laat spiritualiteit toe om 'n integrale deel van die fisiese lewe te word. Sy sê dat die energiesisteem as 'n geheel lewendig gehou word deur die gees en dat die doel van die sewende chakra daarop gerig is om 'n intieme verhouding met goddelikheid te verkry. Die sewende chakra verteenwoordig dus die individu se verbintenis met die transendentale dimensie van lewe. Dit is asof die energie van die sewende chakra die individu motiveer om 'n intieme verbintenis met goddelikheid te hê in alles wat die individu doen.

In verband hiermee is dit egter belangrik om te onderskei tussen die spirituele behoefte vir 'n verbintenis aan goddelikheid en die behoefte om aan 'n geloof verbind te wees. Geloof is 'n groepservaring en gegrond in die energie van die eerste chakra (Myss, 1996). Spiritualiteit, daarenteen, is 'n individuele ervaring wat vrese van die fisiese wêreld vergemaklik en 'n verhouding met goddelikheid nastreef.

Sherwood (2000) skryf die volgende oor die spirituele konneksie en dus die spirituele liggaam van die individu. Die spirituele (of onsterflike) deel van die mens beweeg verby die sfeer van persoonlikheid. Die spirituele deel van die mens word is in die heelal gevestig en ontvang versorging direk vanaf die universele veld. Die aanvaarding van eenheid met die universele veld is voordelig vir die individu se psigo-spirituele integrasie. Omdat eenheid die primodale toestand van die heelal is, bly dit en alles wat daarin bestaan, 'n manifestasie van die geheel. Die individu sal dus nie onafhanklik van die geheel kan ontwikkel nie.

Intelligensie

Die sewende chakra kan ook as 'n kognitiewe struktuur gedefinieer word. Judith (1996) beweer dat die aktiwiteit van leer die hoofaktiwiteit van die sewende chakra is. Sy meen dat 'n persoon reg deur sy/haar lewe na kennis sal soek as die persoon se sewende chakra gesond is. Deur te leer verbreed die individu sy/haar horisonne, bemeester verhoudings met objekte en persone, en groei tot insig en wysheid.

Wysheid, volgens Vaughan (1995), is die eienskap wat 'n individu in staat stel om die natuur van illusie en dualiteit deur middel van innerlike visie te verstaan. Die inherente wysheid van die psige kan geredelik as 'n innerlike mentor beskikbaar word. Waar sommige meesters in die Oosterse dissiplines intellektuele ontwikkeling as 'n hindernis vir progressie op die spirituele pad beskou, beweer Vaughan egter dat intellektualisering as 'n hulpmiddel vir self-transendering kan dien. Hy staaf sy stelling deur te redeneer dat helder denke en 'n uitdaging van die aannames, rakende die verstand, bruikbaar kan wees in die voorbereiding tot selfkennis.

Om die verstand te oefen (op te voed) is ook 'n integrale deel van leer en kognitiewe ontwikkeling. Verskillende tradisies stel verskillende vorms van oefening voor, soos byvoorbeeld konsentrasie, insig, willekeurige bewustheid en kontemplasie. In die Weste se sielkundige praktyke word meditasie gewoonlik as kontemplasie of gebed afgemaak, terwyl die komponent van selfgenesing en die ontwikkeling van die verstand soms ontken word.

4.4 Primêre temas in die lewensgeskiedenisvraelys

In die volgende deel sal die primêre temas, wat uit die lewensgeskiedenisvraelys verkry is, binne die konteks van die betrokke literatuur bespreek word.

4.4.1 Fase 1: Baarmoeder tot 12 maande

Primêre Tema: Oorlewing

Die primêre tema, *oorlewing*, kom in respondente se geskiedenis voor vanaf die baarmoeder tot en met 12 maande. Insidente wat die tema van oorlewing staaf, is 'n laat geboorte, geboorte met die naelstring om die nek en borsvoeding tot op 10 maande.

Hoewel elke fetus met sy/haar individuele verskille ontwikkel, verwys Craig (1996) na 'n algemene patroon in die proses van prenatale ontwikkeling. Ontwikkeling vind gewoonlik vanaf die bokant van die liggaam na die onderkant van die liggaam plaas. Gelyktydig hiermee ontwikkel die liggaam vanaf die middel in 'n uitwaartse rigting. Daarna reageer die fetus met die hele liggaam op 'n stimulus: dus 'n spesifieke tot algemene ontwikkelingspatroon. Die finale, algemene ontwikkelingsproses tydens prenatale ontwikkeling is differensiasie en integrasie. Volgens Craig verwys dit na die differensiasie van selle in die liggaam en die integrasie van organe/sisteme.

Craig (1996) meen dat die baba tydens die eerste maand van sy/haar leeftyd begin aanpas nadat die veilige en beskermende baarmoeder verlaat is. Hiermee neem die baba die uitdaging van die buitewêreld aan. Die eerste maand behels dus 'n proses van herstelling na die geboorteproses. Belangrike funksies soos respirasie, sirkulasie, vertering en regulasie van liggaamstemperatuur vind ook tydens die eerste maand van die baba se leeftyd plaas. Dit is ook 'n tyd waartydens die baba 'n balans tussen oorstimulasie en onderstimulasie begin ontwikkel.

Binne die eerste vier maande na geboorte verdubbel die baba se gewig byna en vind 'n groei van ongeveer 10 sentimeter in lengte plaas. Die oë begin te fokus en die baba begin te babbel. Rochat (1989) sê dat die meeste babas teen die vyfde maand begin om 'n gerigte, visuele uitreiking te ontwikkel. Tussen die ouderdom van vyf tot agt maande word fyn motoriese vaardighede en liggaamlike beweeglikheid

sigbaar. Vanaf die negende tot twaalfde maande verkry die kind die vermoë om op nuwe vlakke en met nuwe tegnieke te eksperimenteer. Volgens Bushnell & Boudreau (1993) word beide die kognitiewe en perseptuele ontwikkeling van die baba deur hierdie groeiproses bevorder.

Die navorser beweer dat die bekwaamheid waarmee die baba in staat is om die algemene patroon van fisiese ontwikkeling tegemoet te kom, die mate van oorlewing kan bepaal. Dit wil voorkom asof die fisiese ontwikkeling in die eerste vier maande 'n bedreiging is vir die oorlewing van die baba. Vanaf die vyfde maand lyk dit asof fisiese ontwikkeling die baba se toekomstige lewenskwaliteit kan beïnvloed

4.4.2 Fase 2: 12 maande tot 2 jaar

Primêre Tema: Verbintenis

Belangrike sekondêre temas soos familie herinneringe, skeiding, sosiale bereiking, vertroue wat vanuit die lewensgeskiedenisvraelys verkry is, is deur die navorser saamgevat in die primêre tema *verbintenis*.

Mash & Wolfe (1999) beskryf verbintenis as die proses van vorming en behoud van 'n emosionele band met ouers en ander primêre versorgers tussen die ouderdom van 6 tot 12 maande. Hierdie proses voorsien babas van 'n konstante en veilige basis waarvandaan hulle kan eksplorieer en hul wêreld verken. Die groeiende verhouding tussen baba en versorger help die baba om sy/haar gedrag en emosies te reguleer, veral tydens spanningsvolle omstandighede. Hierteenoor speel goeie binding 'n belangrike rol in die afname van spanning. Die baba vorm 'n balans tussen die behoefte om die bekende te behou en om terselfdetyd onbekende informasie te eksplorieer. Wanneer die bindingsfiguur 'n veilige basis vir eksplorاسie voorsien, leer die baba om op die self staat te maak. Hierdie eerste verhouding tussen die baba en die versorger kan bepalend wees vir wat die individu van toekomstige verhoudings sal verwag en hoe hy/sy later by verhoudings betrokke sal raak. Onveilige binding kan, volgens Mash & Wolfe, tot wanaangepaste gedrag soos angssteurings en depressie lei.

4.4.3 Fase 3: 2-4jaar

Primêre Tema: Uitreiking

Die navorser het op die primêre tema, *uitreiking*, vir fase drie besluit. Die sekondêre temas (waarna in Addendum 8 verwys word) is verkry vanuit die ontwikkelingstadias in die lewensgeskiedenisvraelys vir die ouderdomsgroep tussen 2 tot 4 jaar en sien as volg daaruit: *verken die omgewing, sibbe interaksie, fisiese bewustheid en diverse ervarings*.

Volgens Wenar & Kerig (1993) duur die behoefte om te eksplorieer voort in die kleuterperiode. Die kind se beweeglikheid open vir hom/haar 'n nuwe wêreld om te eksplorieer en te bemeester. Soos wat kleuters eksplorieer, so ontwikkel hulle die konsep van die self-as-agent en as hulle eksplorاسies suksesvol is, ontwikkel hulle selfvertroue en selftrots. Dit blyk dus dat dinge soos inisiatief, outonomie en onafhanklikheid tydens hierdie ontwikkelingsjare (2-4 jaar) na vore kom.

Die self-as-agent en uitreiking/uitbreiding is dus die kern van hierdie ontwikkelingsfase. Die kleuter leer dat gebare en woorde gebruik kan word om te kommunikeer en ook aangewend kan word om na ander uit te reik. Woorde en taal begin nou 'n rol te speel met betrekking tot selfbeheersing en kognisie. Wenar & Kerig (1993) sê dat uitreiking die volgende belangrike gevolge vir die self inhou:

1. Die kind vind uit waartoe hy/sy in staat is en dit speel 'n sentrale rol in self-definiëring.
2. Kinders wat suksesvol in hul uitreiking is, verkry 'n gevoel van trotsheid en selfvertroue.

4.4.4 Fase 4: 4-7 jaar

Primêre tema: Bewustheid

Die kinderjare is 'n besondere tydperk vir die ontwikkeling van die kind se selfbeeld en kinders ontwikkel nou 'n bewustheid van sommige van hul persoonlike eienskappe, soos byvoorbeeld hulle ouderdom en geslag. Allport en Erikson (in

Louw & Edwards, 1993) meen dat kinders tydens hierdie stadium begin om hulself en hulle eienskappe te evalueer, en gevolglik gevoelens soos trots en skaamte begin belewe. Erikson (in Louw & Edwards, 1993) meen ook dat kinders nou die inisiatief neem in spel, sosiale verhoudings en die verkenning van hul omgewing.

Volgens Louw & Edwards (1993) kan die volgende faktore ook 'n invloed op die kind se ontwikkelende selfbeeld hê:

1. Sukses in die aanpak en uitvoer van vaardighede.
2. Ouers en die opvoedingspatrone wat hulle toepas.
3. Die wyse waarop die kind behandel word deur onderwysers, ander volwassenes en ander kinders in hulle eie ouderdomsgroep.
4. Selfmotivering - dit wil sê positiewe gedagtes in reaksie op probleme en teleurstellings.

Fantasie is 'n ander faktor wat in die spel van kinders in hierdie ouderdomsgroep waargeneem word. Een van die gewilde speletjies op hierdie ouderdom is dramatiese spel en modellering (Craig, 1996). Die kind neem byvoorbeeld verskillende rolle aan deur middel van fantasie en verbeelding. Verder hou die kind hom/haarself besig met speletjies soos byvoorbeeld huis-huis, die nabootsing van 'n ouer wat werk toe gaan, of die kind gee voor dat hy/sy 'n ruimtevaarder, onderwyser(es), of iets dergeliks is. Craig (1996) noem hierdie speletjies, wat die nabootsing van gedragpatrone en fantasie insluit, sosio-dramatiese spel. Dit help kinders om verskillende sosiale verhoudings, sosiale reëls en ander aspekte van kultuur aan te leer deur middel van nabootsing en fantasie-belaaide spel.

Die navorser kom dus tot die slotsom dat die kind tydens hierdie stadium 'n bewustheid van persoonlike eienskappe en die omgewing vorm en dat konsepte soos selfbeeld en sosiale verhoudings van belang is.

4.4.5 Fase 5: 7-12 jaar

Primêre tema: Selfontwikkeling

Soos wat kinders ouer word, vorm hul 'n meer akkurate en komplekse geheelbeeld van die fisiese-, intellektuele- en persoonlikheidskaraktertrekke van hulself en van ander. Die selfbeeld wat vroeër ontwikkel is, voorsien in Fase 7 'n filter waardeur kinders hul eie en ander se sosiale gedrag evalueer (Harter, 1982). Craig (1996) postuleer dat die ontwikkeling van die selfbeeld 'n sirkulêre proses is. Kinders het die neiging om goed te presteer indien hulle vertroue in hul eie vermoëns het. Die sukses wat hul bereik lei weer tot 'n versterking van die selfbeeld. Kinders se selfvertroue, sowel as hul verhoudings met hulle eie ouderdomsgroep en met hul ouers kan verder ook 'n impak op persoonlikheidsontwikkeling hê.

Die sekondêre temas in die lewensgeskiedenisvraelys wat met die primêre tema, *selfontwikkeling* verband hou, is onder andere *sosiale aktiwiteite*, *aanvaarding* en *aanpassing* en sal vervolgens bespreek word.

Volgens Craig (1996) moet die kind in die middel kinderjare, ter wille van sosiale kennis, met die volgende konsepte kontak maak. Hulle moet leer om outoriteit en subtiele boodskappe in vriendskappe te lees en hulle moet bewus word van teenstrydige geslagsrolle, sosiale reëls en regulasies. Die kind doen bogenoemde deur middel van direkte sosialisering wat observasie, nabootsing van rolmodelle, erkenning van gewenste gedrag en straf vir ongewenste gedrag insluit. Aangesien kinders dus van die sosiale wêreld leer deur 'n proses van sosiale kognisie help sosiale kennis hulle om die gepaste gedrag en houdings aan te leer.

Die kind se begrip van die sosiale wêreld verander tydens hierdie proses. Craig (1996) sê dat begrip van die sosiale wêreld, asook gedagtes en kennis, die definisie van sosiale kognisie is. Hy redeneer verder dat sosiale kognisie aan vriendskap en die ontwikkeling van morele diskresie gekoppel is. Hierdie stadium van die kind se lewe het dus te make met selfontwikkeling, wat onder andere selfbeeld en sosiale kennis insluit.

4.4.6 Fase 6: 12-18 jaar

Primêre tema: Aanvaarding

Die tydperk tussen die ouderdom van 12- tot 18 jaar staan bekend as adolessensie (Bee, 1996). Die primêre tema vir hierdie ouderdomsgroep, soos verkry vanuit die lewensgeskiedenisvraelys, is *aanvaarding* en die sekondêre temas wat hierby aansluit, is *onafhanklikheid*, *godsdiens* en weereens *aanvaarding* (Sien Addendum 8).

Erikson (in Schlein, 1987) meen dat die vinnig-groeiende jeug nou primêr gemoeid is met hulle psigososiale identiteit, wat hand aan hand gaan met aanvaarding. Die adolessent eksperimenteer dus tydens hierdie stadium met sy/haar selfdefinisie in 'n sosiale omgewing. Die proses van verlief raak, kan volgens Erikson byvoorbeeld 'n poging wees om 'n selfdefinisie te verkry. Sodoende word die self opnuut as 'n geïdealiseerde en erotiese ander gereflekteer.

Erikson (in Schlein, 1987) redeneer verder dat adolessente mekaar tydelik in hul onsekerheid uithelp deur groepe en stereotipes te vorm. Die adolessent bepaal nou wie sy/haar gunsteling of vyande is. Gedurende hierdie proses kan hulle selfs gemeen raak in hul uitsluiting van diegene wat “anders” is.

'n Verdere aspek van adolessensie is die kwessie van ego-identiteit. Dit word aanvaar dat die ego-identiteit gevestig is wanneer die individu vir ander persone belangrik is en aanvaar word deur persone wat vir die individu van belang is. Dit sou egter verkeerd wees om identiteitsverwarring as 'n negatiewe resultaat af te maak. Erikson (in Hamachek, 1988) redeneer dat identiteitsverwarring individue kan help om hul selfpersepsies op te skerp en aanpassings te maak in die lig van veranderde lewensomstandighede. Tydens hierdie ontwikkeling van die selfbeeld het die adolessent die behoefte om eie besluite te neem en om, meer as van tevore, onafhanklik te funksioneer.

‘n Adollesent se sin vir sy/haar identiteit gaan volgens Erikson (in Hamachek, 1988) dan ook gepaard met ‘n sin vir onafhanklikheid. Die adollesent met ‘n sin vir sy/haar identiteit glo ook dat hy/sy verantwoordelik is vir wat met hom/haar gebeur, of dit nou goed of sleg is.

Uit bogenoemde bespreking blyk dit dus dat identiteitsvorming tydens adollesensie primêr gekoppel is aan aanvaarding en onafhanklikheid. Marcia (in Bee, 1996) se bewering dat die adollesent verskeie identiteite moet verkry, soos byvoorbeeld ‘n beroepsidentiteit, ‘n geslagsidentiteit, ‘n politiese identiteit en ‘n godsdienstige identiteit, sluit by bogenoemde idee aan.

4.4.7 Fase 7: 18 jaar +

Primêre tema: Universaliteit

Hierdie ouderdomstydperk hou verband met volwassenheid. Bee (1996) meen byvoorbeeld dat die individu op die ouderdom van 18 jaar begin om die verantwoordelikhede van volwassenheid aan te neem. Sy deel volwassenheid op in drie stadiums: jong volwassenheid (18 tot 40 jaar), middel volwassenheid (40-65 jaar) en bejaardheid (die oorblywende lewensjare).

In die lewensgeskiedenisvraelys is daar van respondente verwag om ervarings vanaf 18 jaar en ouer aan te haal. Volgens die data wat verkry is, figureer veral kennis en spiritualiteit nou in die volwassene se lewe. Vanuit die lewensgeskiedenisvraelys het dit ook duidelik geword dat individue sekondêre temas soos ‘*n belangstelling in die toekoms* en ‘*die self in die wêreld* tydens hierdie fase kontempler en internaliseer.

Om die konsep van die primêre tema, *universaliteit*, vir die leser meer verstaanbaar te maak, het die navorser dit goed gedink om eerder die sekondêre temas te bespreek.

Sekondêre temas:

Toekoms en die self in die wêreld

Die belang van die twee sekondêre temas van Fase 7 kan onder andere as volg beskryf word. Die volwassene vorm gedurende volwassenheid nuwe, sterk verbintenisse met 'n eggenoot/lewensmaat; behou of ontwikkel die verbintenis met die ouers verder; en vorm 'n verbintenis met sy/haar kinders sodra daar tydens hierdie stadium met 'n gesin begin word. Die *toekoms* en die *self in die wêreld* kan veral nou prominente kwessies vir die volwassene word.

Kennis

Kramer & Riegel (in Louw & Edwards, 1993) koppel die naam *post-formele denke* aan kognitiewe ontwikkeling tydens volwassenheid. Post-formele denke ontwikkel namate lewenservaring toeneem en is daarom geneig om tydens volwassenheid toe te neem.

Volgens Louw en Edwards (1993) sluit die eienskappe van post-formele denke onder andere die volgende in:

1. Die vermoë om meer objektief na sake te kyk.
2. Die vermoë om verskillende perspektiewe op 'n vraag te verskaf.
3. Die vermoë om verder as teenstrydige perspektiewe te beweeg ten einde 'n sintese te vind wat hierdie perspektiewe integreer.

'n Ander aspek van post-formele denke is die vermoë om kennis, wat opgegaan is, nie op 'n meganiese wyse aan te wend, of in detail vas te vang nie, maar om eerder 'n geheelbeeld van sake te vorm. Hierdie vermoë staan met volle ontplooiing bekend as wysheid. Craig (1996) sê dat die meganismes van die geheue in jong volwassenes sterker is as in ouer volwassenes, maar dat die omgekeerde waar is betreffende wysheid. Sy definisie van wysheid kan as volg verwoord word: 'n vaardige kennissistiem wat fokus op die pragmatiek van die lewe en wat goeie oordeel en advies ten opsigte van kritieke lewenskwesties kan lewer.

Spiritualiteit

Spiritualiteit behels volgens Wilber (1999) die hoogste vlak van enige ontwikkelingstadium. Hy lê sy definisie van spiritualiteit as volg uit:

Spirituality basically means the transpersonal, transrational, post-postconventional levels of any of the developmental lines, such as our highest cognitive capacities (e.g. transrational intuition), our most developed affects (e.g. transpersonal love), our highest moral aspirations (transcendental compassion for all sentient beings), our most evolved self (the transpersonal self or supra-individual witness), and so on (Wilber, 1999, p. 6).

Grof (1985) sluit aan by die idees van Wilber (1999) deur te beweer dat spiritualiteit 'n intrinsieke eienskap van die psige is. Hierdie eienskap ontstaan spontaan sodra die proses van self-eksplorasië 'n voldoende diepte bereik het. Hy sê verder dat Westerse skole van psigoterapie, behalwe miskien psigosintese en Jungiaanse sielkunde, spiritualiteit nie as 'n opregte en geloofwaardige fors van die psige erken nie.

Abraham Maslow (in Grof & Grof, 1991) maak melding van mistiese ervarings wat onder andere 'n ervaring van eenheid met ander mense, die natuur, die heelal en God insluit. Hy verwys daarna as 'n hoogtepunt in menslike ervarings. As hierdie ervarings toegelaat word om natuurlik te ontwikkel, lei dit tot *self-aktualisering*. Indien die volwassene dus spiritualiteit beleef, sou dit kon lei tot self-aktualisering of self-verweseningliking.

4.5 Vergelyking van temas vanuit die chakra-indeks met Erikson se teorie

Die navorser bespreek Erik Erikson se ontwikkelingsteorie in Hoofstuk 4 nie in detail nie, maar maak gebruik van die teorie en literatuur wat reeds in Hoofstuk 2 ingesluit is.

Tabel 3:’n Vergelyking van die temas vanuit die chakra-indeks met Erikson se teorie.

Erikson se temas							
0-1 jaar	2-3 jaar	4-5 jaar	6-12 jaar	13 - 18 jaar	19-25 jaar	25-65 jaar	65 jaar+
Basiese vertroue vs. wantroue	Outonomie vs. skaamte en twyfeling	Inisiatief vs. skuld	Arbeid-saamheid vs. minder waardig-heid	Identiteit vs. rolver-warring	Intimiteit vs. isolasie	Voort-planting vs. Selfabsorp-tsie en skuld	Ego-integriteit vs. wanhoop
Chakras en temas							
1	2	3	4	5	6	7	
Baarmoeder - 12 maande	12 mnde- 2 jaar	2-4 jaar	4-7 jaar	7-12 jaar	12-18 jaar	18 jaar +	
Fisiese identiteit	Emo-sies	Selfont-wikkeling	Sosiale identiteit	Self-uit drukking	Toestande van be-wustheid	Universaliteit	

In die bespreking wat volg, sal daar hoofsaaklik gefokus word op die vergelyking tussen die ontwikkelingstadia van die chakras en Erikson se agt ontwikkelingstadia, wat in Tabel 3 uiteengesit is. Daarom verwys die navorser na aanhalings uit vorige hoofstukke/paragrafe en integreer dit ook in die opvolgende bespreking. Erikson se ontwikkelingstadia sal dien as die basis kategorie waarin die vergelyking met die primêre en sekondêre temas wat uit die chakra-indeks verkry is, sal plaasvind.

4.6 Erikson se agt ontwikkelingstadia:

4.6.1 Stadium 1 (0-1 jaar)

In bogenoemde tabel is dit duidelik dat Erikson die kwessie van hierdie ouderdomtydperk definieer as een van *vertroue versus wantroue*. Judith (1996) som die eerste ontwikkelingstadium van Erikson op deur te sê dat dit die fondasie van sekuriteit en stabiliteit bou. Sekuriteit en stabiliteit maak self-behoud moontlik en vorm die fisiese identiteit. Newman & Newman (1975) skryf dat 'n baba nou 'n vertroue ontwikkel dat daar in sy/haar behoeftes voorsien sal word. Hierdie vertroue ontwikkel deur interaksies met familieledede. Wantroue mag egter ontstaan wanneer die versorger nie tussen die baba se behoeftes kan onderskei nie.

Erikson (in Hall, 1985) beweer dat die versorger/moeder tydens hierdie stadium 'n innerlike sekerheid en 'n uiterlike voorspelbaarheid vir die baba word. Die baba oorweeg dus sosiale uitreiking buite die sig van die versorger/moeder. Zimberoff en Hartman (2000) sê dat die baba en die versorger 'n wederkerige verhouding ontwikkel, waartydens onder andere emosionele binding plaasvind en die baba leer om volwassenes te vertrou.

Soos reeds genoem, is die primêre tema van die eerste chakra die vorming van 'n fisiese identiteit. Dit beteken die vorming van 'n fisiese liggaam. Die kind leer nou sy/haar eie liggaam ken en ook die funksies daarvan. Die eerste stap na onafhanklikheid vind plaas sodra die kind leer om die liggaam se motoriese funksies te bemeester. Judith (1996) sê dat die basiese taak van die eerste chakra daarin lê om die chakra-sisteem te stabiliseer (vergelyk Hoofstuk 4, p.3). Verwaarlosing en verwerping kan die stabiliseringsproses egter kniehalter en die onstabiliteit in die baba se ontwikkeling kan lei tot wantroue in ander mense.

Uit bogenoemde is dit dus duidelik dat Erikson se eerste ontwikkelingstadium ooreenstem met die ontwikkeling van die eerste chakra. Beide stadiums verwys na die ontwikkeling van fisiese identiteit en na die vertrouensverhouding wat die baba ontwikkel.

Die primêre tema van Chakra 2 is *emosies*, met twee sekondêre temas, naamlik *emosionele betrokkenheid* en *beweging*. Met betrekking tot emosionele betrokkenheid, ontwikkel die kind gevoelens en sensasies wat hom/haar by verhoudings betrokke laat word. Myss (1996) verwys dan ook na Chakra 2 as die verhoudings-chakra en verwerping in hierdie stadium sou ook komplikasies in die vertrouensverhouding impliseer.

Brennan (1988) maak melding van 'n skeidingsproses tydens die ontwikkeling van Chakra 2. Die baba begin stelselmatig sy omgewing exploreer en skei met tye van die primêre versorger. Die baba ondergaan dus kort ervarings van onafhanklikheid. Aangesien die baba nog nie taal ontwikkel het nie, kommunikeer die baba deur middel van emosies en hoop dat die versorger tussen sy/haar behoeftes kan onderskei.

Soos in die geval van die eerste chakra kan die aanname dus gemaak word dat Erikson se eerste ontwikkelingsstadium ook met die ontwikkeling van Chakra 2 ooreenstem. Beide Chakra 2 en Erikson se Stadium 1 verwys na emosionele binding, vertrouwe versus wantroue, en uitreiking/beweging.

4.6.2 Stadium 2 (2-3 jaar)

Die ouderdomstydperk tussen 2 en 3 jaar word as die kleutertydperk beskou. Die tema vir hierdie stadium is deur Erikson geïdentifiseer as *outonomie versus skaamte en twyfel*. Judith (1996) noem dat bogenoemde lewenskrisis, wat bestaan uit die gesonde oplossing van outonomie versus skaamte en twyfel, veroorsaak dat mag en wilskrag na vore kom. Hall (1985) ondersteun Erikson se kategorisering deurdat hy konsepte soos onafhanklikheid, die aanleer van selfvertroue, behoefte aan vrye keuses, asook selfbeheersing aan die kleuterjare te koppel.

Selfontwikkeling is die primêre tema wat vanuit die chakra-indeks vir Chakra 3 verkry is. Soos in Hoofstuk 2 bespreek is, meen Judith (1996) dat 'n belangrike doelwit vir hierdie ontwikkelingsstadium die bereiking van outonomie en wilskrag is

wat met die wil van ander gebalanseerd is. Sy sê verder dat die kind nou die behoefte het om self te skep, die self te definieer en sy/haar behoeftes te bepaal. Daarenteen plaas Myss (1996) die klem op 'n begrip van die self en selfaanvaarding as die uitdaging van die ontwikkeling van Chakra 3.

Uit bogenoemde bespreking blyk dit dat die konsepte van Erikson se tweede ontwikkelingstadium ooreenstem met die ontwikkeling van die derde chakra, aangesien beide ontwikkelingstadia te make het met die vorming van 'n persoonlike ego-identiteit wat spesifiek op self-definiëring fokus.

4.6.3 Stadium 3 (4-5 jaar)

Erikson identifiseer die tema van Stadium 3 in terme van *inisiatief versus skuld*. Soos vroeër vermeld, beweer Allport en Erikson (in Louw & Edwards, 1993) dat kinders tydens hierdie stadium begin om hulle persoonlike eienskappe en hulself te evalueer, en dat gevoelens soos trots en skaamte gevolglik belewe word. Kinders van hierdie ouderdom neem inisiatief in spel, sosiale verhoudings en in die verkenning van die omgewing. Die oplossing van die lewenskrisis, inisiatief versus skuld, lei tot standvastigheid en het te make met doelgerigtheid. Selfbeeld, sosiale verhoudings en sosiale reëls blyk ook prominente ontwikkelinge tydens hierdie stadium te wees.

Die primêre tema vir Chakra 4, wat vanuit die chakra-indeks vir bogenoemde ouderdomsgroep geïdentifiseer is, is *sosiale identiteit*. Judith (1996) sê dat die outonomie wat reeds in die derde chakra ontwikkel, die fondasie vir verhoudings met ander lê. Die kind internaliseer familie-verhoudings en begin om verhoudings met kinders van dieselfde ouderdom aan te knoop. Omdat die aard van hierdie verhoudings die kind se selfbeeld tot 'n groot mate affekteer, kan verwerping en verlies skadelik wees vir die kind. Die navorser kom dus tot die gevolgtrekking dat die kern van die ontwikkeling in Chakra 4 te make het met die vorming van sosiale verhoudings. Judith redeneer ook dat die suksesvolle vorming van 'n gesonde sosiale identiteit, afhanklik is van selfaanvaarding.

Dit blyk dus dat die prominente ooreenstemming tussen Erikson se derde stadium en Chakra 4 in die vorming van sosiale verhoudings lê.

4.6.4 Stadium 4 (6-12 jaar)

Erikson (in Bee, 1996) noem die tema van Stadium 4 *arbeidsaamheid versus minderwaardigheid*. In hierdie stadium lei die neem van besluite tot 'n gevoel van bevoegdheid. Volgens Erikson se beskrywing van hierdie stadium is dit 'n periode van uitbreiding, eksperimentering en kreatiwiteit.

Judith (1996) postuleer dat die ontwikkeling van Chakra 5 te make het met die vorming van 'n kreatiewe identiteit waarvan self-uitdrukking 'n belangrike aspek is. Die primêre tema, wat in die chakra-indeks geïdentifiseer is tydens die ontwikkeling van Chakra 5, is self-uitdrukking. Twee sekondêre temas, kommunikasie en kreatiwiteit, verskaf meer detail van hierdie proses. Judith redeneer dat die kind nou 'n seker idee van die self sal hê, indien vorige stadiums van chakra-ontwikkeling suksesvol afgehandel is. Daar ontstaan 'n behoefte om energie na kreatiwiteit te gelei en sodoende iets aan die wêreld terug te gee. Die vermoë om hierdie offer te maak en erkenning daarvoor te ontvang, is belangrik vir die behoud van die kind se ego-sterkte.

Om saam te vat kan gesê word dat beide ontwikkelingstadia, dit wil sê Stadium 4 en Chakra 5, verwys na wat die kind verkry deur na ander (deur middel van kommunikasie of kreatiwiteit) uit te reik en erkenning daarvoor te kry.

4.6.5 Stadium 5 (13-18 jaar)

Erikson (1968) verwys na hierdie stadium as *identiteit versus rolverwarring*. Dit blyk dat hierdie fase van 'n individu se lewe gefokus is op identiteitstatus. Navorsing het reeds bewys dat bevredigende interpersoonlike verhoudings, morele ontwikkeling en akademiese sukses geassosieer word met die ontwikkeling en verkryging van 'n identiteitstatus. Adolesensie en identiteit gaan veral gepaard met moontlike veranderinge in die individu. Erikson verduidelik dat die adolessent dit

nou oorweeg om 'n eie/persoonlike identiteit te vorm en nie'n identiteit te behou wat vir sosiale aanpassings-doeleindes gebruik word nie.

Ten slotte is dit belangrik om te noem dat Erikson (1968) 'n onbewuste proses van identiteitsvorming in sy teorie insluit. Die onbewuste proses kan tweeledig verstaan word. Eerstens is identiteitsvorming 'n sielkundige proses wat sosiale prosesse reflekteer. Tweedens kan identiteitsvorming vanuit 'n sosiale perspektief gesien word as 'n sosiale proses wat sielkundige prosesse reflekteer.

Dit wil voorkom asof die teorie, wat gekoppel is aan die primêre en sekondêre temas tydens die ontwikkeling van Chakra 6, ooreenstem met die temas van Erikson se vyfde ontwikkelingsstadia. Tydens die ontwikkeling van Chakra 6 ontstaan daar byvoorbeeld 'n her-evaluering en moontlike veranderinge aangaande die kind se voorstelling en presentering van die self. Hierdie stelling stem ooreen met Erikson se omskrywing van die vorming van identiteitstatus in die voorafgaande bespreking.

Soos vroeër in Hoofstuk 4 bespreek is, identifiseer Vaughan (1995) en De Quency (2000) bewuste en onbewuste prosesse vir die ontwikkeling van Chakra 6 tydens adolessensie. Beide hierdie prosesse kan 'n invloed hê op die individu se ontwikkeling en welsyn (emosioneel, sowel as geestelik). Drome, as uitdrukkings van die onbewuste, kan byvoorbeeld die aandag vestig op onbewuste faktore wat nodig is vir emosionele en geestelike gesondheid. In die bespreking van Erikson se ontwikkelingsstadia hier bo, is getoon dat hy sielkundige en sosiologiese prosesse koppel aan die invloed wat die onbewuste op identiteitsvorming het. Dit is dus duidelik dat beide Erikson en die chakra-sisteem na bewuste en onbewuste prosesse verwys wat by identiteitsvorming betrokke is.

Tydens bespreking van Chakra 6 se temas het dit duidelik geword dat intuïsie en visie twee verdere faktore is wat die individu tydens adolessensie toelaat om hom/haarself beter te leer ken. Visie en intuïsie (as onbewuste prosesse) sluit dus aan by die bewuste ontwikkeling van die adolessent se identiteit.

In haar bespreking van die ontwikkeling van die sesde chakra, maak Judith (1996) ook melding van die moontlikheid dat die adolessent, deur middel van musiek, lirieke, gewilde televisie-sterre en modes, 'n belangstelling in spirituele kwessies, mitologie of simboliek kan ontwikkel. Wanneer 'n belangstelling in die spirituele toegelaat word om te ontwikkel, lei dit volgens Judith na die vorming van 'n argetipiese identiteit wat self-refleksie as 'n belangstelling het. Bogenoemde stem ooreen met die konflik wat Erikson geïdentifiseerde het by die kwessie van identiteit versus rolverwarring (tydens adolessensie), asook by die her-evaluasie van die self (waarna reeds verwys is tydens die bespreking van Chakra 6 se ontwikkeling).

Wanneer Stadium 5 en Chakra 6 dus met mekaar vergelyk word, vind die navorser sekere ooreenkomste. Vir beide ontwikkelingsprosesse is identiteit in die algemeen 'n sleutelwoord, terwyl beide stadia in die besonder fokus op prosesse wat te make het met die vorming van identiteit.

4.6.6 Stadium 6 (19-25 jaar)

Die data wat vanuit Erikson se stadia en die chakra-indeks verkry is, toon 'n ooreenstemming tussen al die temas van Stadia 6 - 8 en dié van Chakra 7. Die navorser het dit dus goed gedink om hierdie oorblywende stadia van Erikson eers apart te bespreek alvorens dit met Chakra 7 vergelyk word.

Erikson (1968) verwys na die sesde ontwikkelingstadium as jong volwasseheid en assosieer dit met *intimiteit versus isolasie*. Volgens hom hou intimiteit verband met verbintenis en opoffering in 'n verhouding tussen mense. Die skeiding-binding spanning van die individu sou tydens die oplossing van hierdie lewenskrisis ter sprake kom. Soos reeds genoem, meen sommige kritici dat Erikson die vroulike geslag nie in aanmerking neem by sy uiteensetting rakende die oplossing van hierdie lewenskrisis nie. Hodgson en Fischer (1979) maak egter melding van geslagsverskille ten opsigte van die definiëring van intimiteit en meen dat intimiteit meer by vroue as by mans voorkom en dat die bereiking van intimiteit in mans meer met identiteit geassosieer word as by vroue.

Die tema *eenheid* in die chakra-indeks (sien Addendum 11) stem ooreen met *intimiteit versus isolasie* (in Stadium 6). Die navorser sal later, by die bespreking van Chakra 7, na die kontakpunte verwys wat tussen die ontwikkelings van Stadium 6 en Chakra 7 bestaan.

4.6.7 Stadium 7 (25-65 jaar)

Erikson (1982) omskryf hierdie stadium as 'n stadium van volwassenheid wat te make het met voortplanting versus selfbeheptheid en stagnasie. Tydens hierdie stadium van ontwikkeling toon die individu besorgdheid teenoor ander. Die besorgdheid waarna Erikson verwys, is nie noodwendig aan godsdiens gekoppel nie, maar eerder aan liefdadigheid. Die liefdadigheid wat tussen die ouderdom van 25 en 65 jaar by die individu gevind word, het ook te make met 'n universele begrip, naamlik die behoud van die wêreld.

Volgens Erikson, Erikson & Kivnick (in Christiansen & Palkovitz, 1998) is voortplanting 'n essensiële eienskap wat 'n wedersydse verhouding tussen afhanklikheid en volwassenheid verg. Erikson (in Christiansen & Palkovitz, 1998) meen ook dat voortplanting deur pro-kreatiwiteit, kreatiwiteit, produktiwiteit, advisering, onderrig en versorging verder ontwikkel kan word.

4.6.8 Stadium 8 (65 jaar+)

Erikson (in Zimberoff & Hartman, 2001) glo dat die individu se lewensiklus vervul is wanneer 'n finale eksistensiële identiteit, met behulp van psigososiale ontwikkeling, gevorm is. Hy redeneer ook dat wysheid die ego-sterkte van hierdie stadium is. Wysheid ontstaan wanneer die individu hom/haarself beide kan distansieer en aktief besorg kan wees oor die lewe in die aangesig van die dood. Dit verwys ook na die behoud van 'n individu se integriteit en ervaringe in plaas van spyt ten opsigte van persoonlike teleurstellings.

Die primêre tema wat vir die ontwikkeling van Chakra 7 in die chakra-indeks geïdentifiseer is, is *universaliteit* en die twee sekondêre temas is *spirituele konneksie* en *intelligensie*. Volgens die literatuur wat bestudeer is en die temas wat uit die chakra-indeks verkry is, vind die navorser 'n ooreenkoms tussen die ontwikkeling van Chakra 7 en Stadia 6, 7 en 8 van Erikson se ontwikkelingstadia.

Dit beteken dat die spirituele konneksie tydens die ontwikkeling van Chakra 7 'n verhouding met goddelikheid versus 'n verbintenis aan geloof impliseer. Sherwood (2000) beweer orogens dat die individu steeds van die geheel afhanklik is vir ontwikkeling. Hierdie aanvaarding van eenheid met die geheel, of die universele veld, is voordelig vir die individu se psigospirituele integrasie.

Judith (1996) verwys na die sewende chakra as die individu se kognitiewe struktuur wat leer. Die individu se horisonne word sodoende verbreed, verhoudings met objekte en persone word bemeester en 'n groei na insig en wysheid vind plaas. Judith sê verder dat die individu in die stadium van die sewende chakra 'n konstante behoefte na 'n meer intense of dieper begrip van sy/haar bestaan het. Die uitbreiding van kennis en 'n bevraagtekening van die self ontstaan wanneer die kind die ouerhuis verlaat, gewoonlik om en by die ouderdom 18 jaar. Die familiesisteem word geleidelik op die agtergrond geskuif en die jong volwassene hunker na 'n eie funksionele sisteem. Dit stem ooreen met Erikson se lewenskrisis *intimiteit versus isolasie*. Volgens Judith is die jong volwassene gereed om deur middel van leer en eksperimentering verhoudings met ander persone te bemeester. Die intimiteit wat hieraan verbonde is, kan deel wees van die individu se hunkering na 'n dieper begrip van sy/haar menslike bestaan. Die navorser kom dus tot die gevolgtrekking dat die ontwikkeling van Erikson se Stadium 6 ooreenstem met die ontwikkeling van Chakra 7

Na aanleiding van die bespreking van Chakra 7 se primêre tema, universaliteit, stem die navorser saam met Judith (1996) dat daar, in vergelyking met die ander chakras, 'n klemverskuiwing in Chakra 7 plaasvind ten opsigte van die funksionering van die ego. Die ego, as die soeke na betekenis, raak verhewe bo die self. Die individu konsentreer al hoe meer op begrip ten opsigte van 'n universele bestaan en is ook

meer besorg oor ander en die wêreld. Dit is een van die belangrike redes waarop Erikson se sewende ontwikkelings stadium ook ooreenstem met die ontwikkeling van die sewende chakra. Soos vroeër vermeld, meen Erikson, Erikson & Kivnick (in Christiansen & Palkovitz, 1998) dat die ontwikkeling van voortplanting tydens volwassenheid ‘n wedersydse verhouding van afhanklikheid en volwassenheid verg.

In aansluiting by die kwessie van voortplanting redeneer die navorser dat die volwassene onder andere voortplant om ‘n eenheid met die universele geheel te vorm asook uit liefdadigheid vir die behoud van die wêreld. Hierdie gevolgtrekking is gemaak op grond van Sherwood (2000) se siening dat die individu nie onafhanklik van die geheel kan ontwikkel nie, en Erikson (in Hall, 1983).se redenasie dat liefdadigheid te make het met die behoud van die wêreld.

In die bespreking hier bo is vermeld dat Judith (1996) in haar beskrywing van die ontwikkeling van Chakra 7 na konsepte soos kognitiewe struktuur, insig en wysheid verwys. Wysheid word ook verbind aan die egosterkte in Erikson se agste stadium (Erikson, 1982). Origenes verwys Erikson (in Zimberoff & Hartman, 2000)) na die volwassene (65 jaar +) se besorgdheid oor die lewe en ‘n nader beweeg aan spiritualiteit soos wat die volwassene die dood nader. Die ontwikkeling van Chakra 7 stem dus ooreen met Erikson se agste ontwikkelings stadium.

Ter opsomming is die navorser se gevolgtrekking dat Ontwikkelingsstadia 6,7 en 8 soos Erikson dit geïdentifiseer het, ooreenstem met die ontwikkeling van Chakra 7. Die vergelyking van die ontwikkeling van die chakra-sisteem met Erikson se ontwikkelingskategorieë kan as volg in tabelvorm voorgestel word:

Tabel 4: ‘n Vergelyking van Erikson se ontwikkelingsstadia met die ontwikkeling van die chakra sisteem.

Erikson: Ontwikkelingsstadia	1	1	2	3	4	5	6	7	8
Chakra	1	2	3	4	5	6	7	7	7

Ooreenkomste tussen die temas in Erik Erikson se ontwikkelingstadia en die temas vir die onderskeie chakras in die chakra-sisteem kan ook in tabel- vorm voorgestel word.

Tabel 5: Ooreenkomste tussen temas in Erikson se ontwikkelingsteorie en die chakra-sisteem.

Erikson	Chakras
Vertroue vs wantroue	Fisiese identiteit
Vertroue vs wantroue	Emosies
Outonomieit vs skaamte en twyfeling	Selfontwikkeling
Inisiatief vs skuld	Sosiale identiteit
Vlyt vs minderwaardigheid	Self-uitdrukking
Identiteit vs rolverwarring	Toestande van bewustheid
Intimiteit vs isolasie	Universaliteit
Voortplanting vs selfbeheptheid	Universaliteit
Integriteit vs wanhoop	Universaliteit

4.7. Vergelyking van die temas in die lewensgeskiedenisvraelys met Erikson se ontwikkelingstadia

Aanvullend tot die vorige bespreking, waarin die navorser Erikson se ontwikkelingstadia met die onderskeie chakras vergelyk het, is die volgende inligting betreffende die lewensgeskiedenis ook relevant.

Tabel 6: Vergelyking van die temas in die lewensgeskiedenisvraelys met Erikson se ontwikkelingstadia

Erikson se temas							
0 -1 jaar	2 - 3 jaar	4 - 5 jaar	6 - 12 jaar	13 - 18 jaar	19 - 25 jaar	25 - 65 jaar	65 jaar+
Basiese vertrouwe vs. wantroue	Outonomie vs. skaamte en twyfeling	Inisiatief vs. skuld	Arbeid-saamheid vs. minderwaardigheid	Identiteit vs. rolverwarring	Intimiteit vs. isolasie	Voortplanting vs. selfabsorpsie en skuld	Ego-integriteit vs. wanhoop
Lewensgeskiedenisvraelys							
Baarmoeder-12 Maande	12 mnde - 2 jaar	2 - 4 jaar	4 – 7 jaar	7 –12 jaar	12 – 18 jaar	18 jaar+	
Oorlewing	Verbinteniss	Uitreiking	Bewustheid	Selfontwikkeling	Aanvaarding	Universaliteit	

Die navorser het die lewensgeskiedenisvraelys se ontwikkelingstadia gebruik as agtergrond en as aanvullende inligting vir ‘n Westerse begrip van die lewenskrisisse wat Erikson tydens elke ontwikkelingstadium geïdentifiseer het. Na aanleiding van die inligting in Tabel 6 en die grondige bespreking van temas in die lewensgeskiedenisvraelys in Hoofstuk 4 maak die navorser kortliks die volgende gevolgtrekkings ten opsigte van die lewensgeskiedenisvraelys en Erikson se ontwikkelingstadia.

4.7.1 Stadium 1: 0-1 jaar

Lewensgeskiedenisvraelys: Baarmoeder tot 2 jaar

Beide *oorlewing* en *verbintenis* in die lewensgeskiedenisvraelys en *basiese vertrouwe versus wantroue* in Erikson se ontwikkelingstadia omskryf die baba se stryd om fisies te oorleef, primêre behoeftes te bevredig, die liggaam te leer ken en geleidelik weg van die moeder af te beweeg.

4.7.2 Stadium 2: 2-3 jaar

Lewensgeskiedenisvraelys: 2-4 jaar

Uitreiking en *outonomie versus skaamte en twyfel* stem met mekaar ooreen omdat beide verwys na die wilskrag wat die kleuter ontwikkel om vrye keuses te maak en na sy/haar determinasie om onafhanklikheid te verkry. Dit verwys ook na die kleuter se uitreiking deur middel van kommunikasie, wat die ontwikkeling van trots en selfvertroue kan aanmoedig.

4.7.3 Stadium 3: 4-5- jaar

Lewensgeskiedenisvraelys: 4-7 jaar

Bewustheid en *inisiatief versus skuld* hou verband met die kleuter se behoefte om te eksperimenteer en die omgewing te verken. Die kind word bewus van konsepte soos geslag en ouderdom, en bewustheid brei onder andere uit deur middel van fantasie in spel en modellering. Beide bogenoemde temas verwys ook na die kind se evaluering van die self. Selfbeeld en sosiale verhoudings vorm dus nou 'n belangrike deel van die kind se lewe.

Stadium 4: 6-12 jaar

Lewensgeskiedenisvraelys: 7-12 jaar

Selfontwikkeling en *arbeidsaamheid versus minderwaardigheid* verwys beide na konsepte wat gedurende hierdie ouderdom figureer. Sosiale leer en die verdere

ontwikkeling van die selfbeeld is die prominentste krisisse tydens hierdie stadium van ontwikkeling. Sosiale betrokkenheid, interpersoonlike verhoudings, selfvertroue en 'n gevoel van bevoegdheid is ook belangrike temas wat aan hierdie ouderdomsgroep verbind word.

4.7.4 Stadium 5: 13-18 jaar

Lewensgeskiedenisvraelys: 12-18 jaar

Aanvaarding en *identiteit versus rolverwarring* as temas is onderskeidelik kategorieë in die lewensgeskiedenisvraelys en Erikson se stadia van ontwikkeling. Hierdie temas ondersteun die gevolgtrekking dat identiteitsvorming die hoofzaak van hierdie ontwikkelingsstadium is. Self-definiëring is dus die lewenskrisis waarmee die adolessent nou gekonfronteer word.

4.7.5 Stadium 6 tot 8: 19 - 65 jaar+

Lewensgeskiedenisvraelys: 18 jaar+

Die primêre tema, *universaliteit* (vanuit die lewensgeskiedenisvraelys: 18 jaar+), stem ooreen met die volgende temas in Erikson se Ontwikkelingsstadia 6-8: *intimiteit versus rolverwarring*, *voortplanting versus self-absorpsie*, en *ego-integriteit versus wanhoop*. Hierdie drie stadia van Erikson verwys kortliks na opoffering, sorg, besorgdheid, liefdadigheid en voortplanting wat ooreenstem met die tema universaliteit soos dit vroeër in Hoofstuk 4 bespreek is. Universaliteit verwys onder andere ook na die toekoms en die self in die wêreld, wat weereens ooreenstem met Erikson se Stadium 6 (intimiteit versus isolasie) en Stadium 7 (voortplanting versus self-absorpsie). Verder toon universaliteit (vanuit die lewensgeskiedenisvraelys) ook 'n ooreenstemming met Erikson se Stadium 8 (ego-integriteit versus wanhoop). Laasgenoemde temas verwys beide na wysheid, kennis, spiritualiteit, integriteit en 'n finale eksistensiële identiteit, wat volgens Maslow (in Craig, 1995) as selfaktualisering omskryf kan word.

Na aanleiding van bogenoemde bespreking kom die navorser dus tot die gevolgtrekking dat die temas van die lewensgeskiedenisvraelys die agt ontwikkelingsstadia wat deur Erik Erikson geïdentifiseer is, ondersteun.

4.8 Samevatting

Die deeglike bespreking van die studie se resultate in Hoofstuk 4 lei tot die gevolgtrekking dat daar wel ooreenkomste tussen Erikson se ontwikkelingsstadia en die ontwikkeling van die chakra-sisteem bestaan. Dit beteken dat daar ooreenstemminge is tussen Westerse en Oosterse oortuigings betreffende menslike ontwikkeling. Hierdie bevinding impliseer dat 'n terapeut Oosterse konsepsualisering in 'n Westerse praktyk kan gebruik om sodoende te voldoen aan die vereistes van globalisering. Hierdie studie se bevindinge kan verder gebruik word om 'n holistiese benadering tot kliënte in die praktyk te volg, met ander woorde 'n benadering wat liggaam, verstand en gees inkorporeer.

HOOFSTUK 5

GEVOLGTREKKINGS EN AANBEVELINGS

5.1 Inleiding

Hoofstuk 5 is 'n opsomming van die studie. Die navorser bespreek die doel van die studie, probleme ervaar tydens die studie en 'n kritiese evaluering van die studie in sy geheel. Die navorser verwys ook in hierdie hoofstuk na aanbevelings ten opsigte van toekomstige studies in dieselfde konteks.

5.2 Doel van die studie

Die doel van hierdie studie was ten eerste om 'n vergelykende, kwalitatiewe beskrywing van die ontwikkelingstadia van Erik Erikson en chakra-ontwikkeling te gee. Dit het 'n evaluasie behels van hoe die Westerse ontwikkelingstadia, soos Erikson dit geïdentifiseer het, ooreenstem met die esoteriese Oosterse filosofie van die ontwikkeling van die chakra-sisteem. Om dit te kon doen was dit nodig om beide die ontwikkelingstadia van Erikson en die chakra-sisteem as ontwikkelingsteorieë van menslike groei te hanteer.

Die navorser is van mening dat hierdie doel van die studie geslaagd was ten opsigte van die voorgestelde hipotese. Deur middel van inhoudsanalise, kodering (gebaseer op begronde teorie) en die illustratiewe metode (Neuman, 2000) het die navorser in Hoofstuk 4 bewys dat daar wel ooreenstemminge is tussen Erikson se agt ontwikkelingskategorieë en die sewe chakras.

Die studie het ook ten doel gehad om 'n bewustheid rondom alternatiewe genesing te genereer. Binne die Westerse filosofie val die klem steeds op mediese intervensies. Deur middel van 'n intensiewe omskrywing van globale funksionering en die funksies van die chakra-sisteem kon die navorser die teenwoordigheid, relevansie en impak van die chakra-sisteem op die individu se daaglikse lewe en ontwikkeling demonstreer. Dit het op sigself verder daartoe bygedra dat die studie

daarin kon slaag om die ooreenkomste tussen Erikson se agt ontwikkelingstadia en die ontwikkeling van die chakra-sisteem uitgewys.

‘n Verdere oorweging vir die studie was die verskynsel van globalisering in Suid-Afrika (Daya, 2000). Die navorser glo dat Oosterse genesingstegnieke, na afloop van die vergelyking met ‘n Westerse model, vir die leser nou meer geloofwaardig is; en dat die leser se verwysingsraamwerk verbreed is ten opsigte van die konsepsualisering van gevallestudies.

5.3 Probleme ervaar tydens die studie

In terme van die studie in sy geheel het die navorser moeite gehad om die Oosterse, esoteriese literatuur wetenskaplik te omskryf en te vergelyk met Westerse, mediese terme. Aangesien die chakra-sisteem nie ‘n sigbare en bekende fenomeen vir die leser is nie, was dit vir die navorser moeilik om die verskaafte inligting geloofwaardig te maak en wetenskaplik te verklaar. Hierdie proses is verder bemoeilik deurdat daar slegs ‘n beperkte aantal bronne/literatuur in Suid-Afrika beskikbaar was. Die navorser was dikwels verplig om van buitelandse biblioteke en bronne gebruik te maak, en dit het die navorsingsproses aansienlik vertraag.

Die navorser het ook probleme met die respondente ondervind. Die geïdentifiseerde respondente was aanvanklik gewillig om die navorser in die studie te ondersteun. Tydens die sessie waarin die navorser die twee vraelyste aan die respondente verduidelik het, het die respondente se entoesiasme egter tot ‘n mate gedaal. Dit was asof hul bedreig gevoel het om persoonlike inligting oor hulle ontwikkeling en private lewe aan die navorser weer te gee. Hoewel die respondente verseker is van anonimiteit en vertroulikheid, het sekere van die respondente nie die vraelyste aan die navorser terug besorg nie en was dit gevolglik nodig om ander, moontlike deelnemers te nader. Die navorser kon dus ten einde daarin slaag om die korrekte hoeveelheid respondente, wat vir die kwalitatiewe studie benodig is, by die studie te betrek.

Taal was ‘n verdere probleem vir veral een van die respondente. Die navorser was nie bewus daarvan dat hierdie spesifieke kandidaat se huistaal Duits is nie. Beperkte

inligting is dus vanuit die spesifieke respondent se lewensgeskiedenisvraelys verkry en die navorser is onseker oor die respondent se begrip rakende die chakra-indeks.

Sommige respondente het gevoel dat die twee vraelyste 'n groot hoeveelheid van hul private tyd opgeneem het. Ten spyte hiervan het hierdie respondente volledige antwoordlyste ingehandig. Sommige van genoemde respondente het die twee vraelyste voordelig gevind met betrekking tot die herinnering aan hul eie selfbewustheid.

5.4 Kritiese evaluering

Dit sou, volgens die navorser, voordelig gewees het om die respondente behulpsaam te wees tydens die invul van die twee vraelyste. Op dié manier kon onsekerheid en twyfel by die respondent uitgeskakel word, terwyl die navorser terselfdertyd van akkurate inligting verseker sou wees.

Vir die doeleindes van hierdie studie bevraagteken die navorser ook die relevansie van 'n volledige variasie van die lewensgeskiedenisvraelys. Hiermee bedoel die navorser dat dit moontlik slegs nodig was om die ontwikkelingsgeskiedenis van die respondent te verkry. In retrospek postuleer die navorser dat slegs Afdeling 9 van Addendum 3 nodig was vir die doeleindes van die studie.

In aansluiting hierby beweer die navorser dat die ontwikkelingstadia van die lewensgeskiedenisvraelys eerder in die ouderdomskategorieë, wat Erik Erikson (Bee, 1996) geïdentifiseer het, ingedeel moes wees. Die ontwikkelings-geskiedenis van die lewensgeskiedenisvraelys is tans ingedeel volgens die ouderdomskategorieë wat Judith (1996) geïdentifiseer het. Bogenoemde verandering sou die proses van vergelyking tussen die ontwikkelingstadia van die individu (in die lewensgeskiedenisvraelys) en Erik Erikson se agt ontwikkelingstadia vergemaklik het.

Na afloop van die studie, is die navorser dus van mening dat die inkorporasie van die lewensgeskiedenisvraelys oortollig was vir die doel van die studie in sy geheel. Die hoofdoel van die studie was om 'n vergelyking te tref tussen die agt

ontwikkelingstadia van Erik Erikson en die ontwikkelingstadia van die chakra-sisteem. Die bespreking van Erikson se ontwikkelingstadia in Hoofstuk 2 het genoegsame inligting aangaande die psigososiale ontwikkeling en 'n Westerse, wetenskaplike begrip van menslike ontwikkeling verskaf. Die navorser se hipotese is dat die studie tot dieselfde gevolgtrekking sou kom sonder die inkorporasie van die lewensgeskiedenisvraelys.

Deur die temas wat vanuit die chakra-indeks verkry is met die temas of lewenskrisisse van Erikson se agt ontwikkelingstadia te vergelyk, beweer die navorser dat daar steeds in die einddoel van die studie geslaag sou word. Die navorser postuleer verder dat, indien die studie op die individu gefokus het, die lewensgeskiedenisvraelys dalk 'n verskil sou kon aandui in terme van die kontakpunte tussen ontwikkelingsielkunde en die chakra-sisteem vir elke individu.

Ter opsomming sien die leemtes van die studie as volg daaruit. Dit sou voordelig gewees het indien die navorser die respondente geassisteer het tydens die invul van die twee vraelyste. Die lewensgeskiedenisvraelys as geheel was oortolig vir die doeleindes van die studie.

5.5 Aanbevelings

5.5.1 Aanbevelings ten opsigte van verdere navorsing

Indien 'n verdere studie in opvolging van hierdie studie gedoen word, word aanbeveel dat die navorser die respondente behulpsaam sal wees tydens die data-insamelingsproses. Aangesien esoteriese, Oosterse konsepte nie binne die verwysingsraamwerk van Westerlinge val nie, sou dit voordelig wees indien die navorser sekere konsepte en vrae aan die respondent duidelik maak.

Na aanleiding van sommige respondente se die reaksie (die hoeveelheid tyd spandeer op die vraelyste) stel die navorser voor dat die chakra-indeks vereenvoudig word. Dit beteken nie dat die verlangde hoeveelheid inligting geminimaliseer moet word nie, aangesien die navorser voel dat die chakra-indeks reeds 'n beperkte hoeveelheid inligting aangaande chakra-ontwikkeling verskaf. Met vereenvoudiging

bedoel die navorser dat konsepte omskryf kan word of dat meer bekende sinonieme vir dieselfde konsep gebruik kan word. So byvoorbeeld sou 'n konsep soos goddelikheid in die chakra-indeks moontlik onsekerheid by 'n respondent kon tuisbring.

Indien 'n navorser wel sou besluit om gebruik te maak van 'n vraelys soos die lewensgeskiedenisvraelys, stel hierdie navorser voor dat daar slegs gekonsentreer word op die ontwikkelingstadia van menslike ontwikkeling. Die navorsing het die volgende afdelings van die lewensgeskiedenisvraelys tot die minimum benut: algemene biografiese inligting; beskrywing van probleme; persoonlike en sosiale geskiedenis; gedrag, gevoelens, beelde; gedagtes en interpersoonlike verhoudinge. Indien 'n toekomstige navorser 'n deeglike studie oor elke respondent se individuele ontwikkeling wil doen, sou bogenoemde kategorieë dalk meer van toepassing wees. Ander inligting, behalwe 'n spesifieke verwysing na ontwikkelingstadia, kompliseer die studie en kan eerder oorweeg word in 'n meer intensiewe studie van menslike ontwikkeling.

Vir die doeleindes van die studie het die navorser hoofsaaklik gefokus op die ontwikkeling van die chakra-sisteem en die ontwikkeling van die mens in terme van 'n tradisionele Westerse benadering. 'n Toekomstige navorsing sou moontlik kon fokus op verskeie uitgangspunte en genesingspraktyke van professionele spesialiste. In so 'n geval sou dit nodig wees om te bepaal hoe die spesialis (Oosters of Westers) se konsepsualisering van die kliënt se probleem die kliënt se genesingsproses beïnvloed. 'n Navorser sou dus kon vergelyk wat die eindresultaat van 'n kontemporêre Westerse benadering en 'n esoteriese Oosterse benadering tot dieselfde klagte van 'n kliënt sou oplewer.

Die volgende kan as voorbeeld dien van 'n moontlike hipotese om bogenoemde omskrywing aan die leser duidelik te maak: 'n Vergelykende studie om die eindresultaat van psigoterapie en joga in kliënte met depressiewe simptome te evalueer.

Die navorser stel voor dat die volgende in gedagte gehou sal word ter voorbereiding van so 'n moontlike toekomstige studie. Die kontemporêre Westerse kultuur benader die mens kenmerkend in terme van fisiese liggaamsdele (mediese model); sosio/biologiese funksies (identiteit, ego, superego); gedragspatrone; emosies; aspekte van bewustheid (bewuste, voorbewuste, onbewuste); of elemente van verbeelding (argetipes). Die tradisionele Asiatiese kulture, volgens Motoyama (in Gallegos, 1983), beskou die mens daarenteen as 'n entiteit wat energie beslaan (dit wil sê die beweging en blokkering daarvan).

Hatcher (2001) sluit aan by bogenoemde vergelyking deur te sê dat Oosterse genesingspraktyke hulle ten doel stel om die totale immuunsisteem en verdedigingsmeganismes in die mens te versterk, sodat 'n balans in die individu gehandhaaf kan word. Oosterse genesing kan gedefinieer word as sistematies, kontekstueel en holisties. Sisteme van verbinding is beide intra-persoonlik en interpersoonlik. Daarom kan 'n verandering by een punt in die sisteem veranderinge in die hele sisteem veroorsaak. In Oosterse genesingspraktyke word emosionele en fisiese simptome nie van mekaar geskei nie, want beide word verwag en aanvaar in elke probleem wat genesing benodig. Die eksterne en die interne is dus aan mekaar gekoppel en Oosterse genesingspraktyke verwag dat die individu fisiese simptome of gedragssimptome sal ontwikkel wanneer trauma of spanning ervaar word.

Met bogenoemde in gedagte beweer die navorser dat daar wel geleentheid is vir moontlike verdere navorsing betreffende vergelykende studies van tradisioneel Oosterse en Westerse genesingspraktyke.

VERWYSINGS

- Atwood, J.D., & Maltin, L. (1991). Putting Eastern philosophies into Western psychotherapies. *American Journal of Psychotherapy*, 45(3), 368-383.
- Babbie, E. (1998). *The Practice of Social Research*. New York: Wadsworth Publishing Company.
- Bailey, A. A. (1970). *Esoteric Healing*. New York: Fort Orange Press.
- Bee, H. L. (1996). *The Journey of Adulthood*. New Jersey: Prentice Hall.
- Boeree, C. G. (1997). Erik Erikson. *Personality Theories*, 1-9. Retrieved June 16, 2002, from <http://www.ship.edu/~cgboeree/erikson.html>
- Brennan, B. A. (1988). *Hands of light: A guide to healing through the human energy field*. New York: Bantam Books.
- Bushnell, E., & Boudreau, J. P. (1993). Motor development and the mind: The potential role of motor abilities as a determinant of aspects of perceptual development. *Child Development*, 64, 1005-1021.
- Christiansen, S. L., & Palkovitz, R. (1998). Exploring Erikson's psychosocial theory of development: Generativity and its relationship to paternal identity, intimacy, and involvement in childcare. *The Journal of Men's Studies*, Fall, 1, 133-149.
- Craig, G. J. (1996). *Human development*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Cross, H., & Allen, J. (1970). Ego-identity status adjustment and academic achievement. *Journal of Clinical Psychology*, 34, 288.
- Daya, R. (2000). Bhuddist Psychology, a theory of change processes: Implications for counsellors. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 22, 257-271.
- De Quincy, C. (2000). Intersubjectivity: Exploring consciousness from the second-person perspective. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 32(2), 136.
- Domino, G., & Affonso, D. D. (1990). A personality measure of Erikson's lifestages: The inventory of psychosocial balance. *Journal of Personality Assessment*, 54(3,4), 576-588.
- Erikson, E. H. (1963a). *Childhood and society*. New York: Norton.

- Erikson, E. H. (1963b). *Youth: Change and challenge*. New York: Basic Books.
- Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed*. New York: Norton.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Fritz, G., Stoll, K., & Wagner, N. (1981). A comparison of males and females who were sexually molested as children. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 7(1), 54-59.
- Furnham, A. (2002). Complementary and Alternative Medicine. *The Psychologist*, 15(5), 228-230.
- Gallegos, E.S. (1983). Animal imagery, the chakra system and psychotherapy. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 15(2), 125-136.
- Gilhooly, K., & Green, C. (1996). *Handbook of qualitative research methods for psychology and the social sciences*. United Kingdom: BPS Books.
- Grof, S. (1975). *Realms of the human unconscious*. New York: Viking.
- Grof, S. (1985). *Beyond the brain: Birth, death, and transcendence in psychotherapy*. Albany: State University of New York.
- Grof, C., & Grof, S. (1991). *The stormy search for the self: Understanding and living with spiritual emergency*. London: Mandala.
- Gustafson, W. N. (1998). Content analysis in the history class. *Social Studies*, 89(1), 39-44.
- Hall, C. S. (1985). *Introduction to Theories of Personality*. Canada: John Wiley & Sons.
- Hall, E. (1983). A conversation with Erik Erikson. *Psychology Today*, 17(6), 22-30.
- Hamachek, D. E. (1988). Evaluating self-concept and ego development within Erikson's psychosocial framework: A formulation. *Journal of Counseling and Development*, 66, 355-360.
- Harter, S. (1982). The perceived competence scale for children. *Child Development*, 53, 87-97.
- Hatcher, G. (2001). Whispers from the East: Applying the principles of eastern healing to psychotherapy. *Counselling and Values*, 45(2), 154-156

- Hodgson, J. W., & Fischer, J. L. (1979). Sex differences in identity and intimacy development in college youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 8(1), 37-50.
- Horst, E. A. (1995). Reexamining gender issues in Erikson's stages of identity and intimacy. *Journal of Counselling and Development*, 75(3), 271-278.
- Hull, R.F.C. (1978). *Psychology and the East*. USA: Routledge & Kegan Paul.
- Hunter, J. A., Goodwin, D. & Wilson, R. (1992). Attributions of blame in child sexual abuse victims: An analysis of age and gender influences. *Journal of Child Sexual Abuse*, 1(3), 75-89.
- Johari, H. (2000). *Chakras: Energy centres of transformation*. USA: Destiny Books.
- Judith, A. (1996). *Eastern Body, Western Mind: Psychology and the Chakra system as a path to the self*. Berkeley: Celestial Arts.
- Kolbe, R. H., & Burnett, M. S. (1991). Content-analysis research: An examination of applications with directives for improving research reliability and objectivity. *Journal of Consumer Research*, 18(2), 243-250.
- Kotre, J. (1984). *Outliving the self: generativity and the interpretation of lives*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Lazarus, A. A. (1976). *Multimodal Behaviour Therapy*. New York: Springer Publishing Company.
- Lazarus, A. A. (1981). *The Practice of Multimodal Therapy*. New York: Springer Publishing Company.
- Leadbeater, C. W. (1994). *The Chakras*. USA: The Theosophical Publishing House.
- Lord, M (2002). The effects of incest on lifespan development. *All About Families*, 5(16), 1-6. Retrieved June 16, 2002, from <http://jan.ucc.nau.edu/~mhl/lifespan.html>
- Louw, D. A., & Edwards, D. J. A. (1993). *Sielkunde: 'n Inleiding vir studente in Suider-Afrika*. Johannesburg: Lexicon.

- Marcia, J. E. (1976). Identity six years after: A follow up study. *Journal of Youth. Adolescence*, 5, 145-150.
- Marcia, J. E., & Friedman, M. L. (1970). Ego-identity status in college women. *Journal of Personality*, 38, 149-263.
- Mash, E. J., & Wolfe, D. A. (1999). *Abnormal Child Psychology*. United States of America: Wadsworth Publishing Company.
- Matteson, D.R. (1974). Alienation versus exploration and commitment: Personality and Family Correlaries of Adolescent Identity statuses. Copenhagen: Unggdom, Sforskning. [Aangevraagde bron. Enigste detail beskikbaar]
- Mayring, P. (2000). *Qualitative Content Analysis*. Forum: Qualitative Social Research, 1(2), 1-8.
- Mayring, P. (2001). Paper (short version) presented at the 2nd Workshop on Qualitative Research in Psychology at Blaubeuren, University of Tuebingen, October 2001.
- Meyer, W. F., Moore, C.; & Viljoen, H. G. (1988). *Persoonlikheidsteorieë van Freud tot Frankl*. Isando: Lexicon.
- Myss, C. (1996). *Anatomy of the spirit: The seven stages of power and healing*. New York: Bantam Books.
- Neuman, W L. (2000). *Social Research Methods: Quantitative and qualitative approaches*. Boston: Allyn & Bacon.
- Newman, B. M., & Newman, R. P. (1975). *Development through life: A psychosocial approach*. USA: The Dorsey Press.
- Orlofsky, J. L. (1987). Identity formation, achievement and fear of success in college men and women. *Journal of Adolescence*, 7, 49-62.
- Patterson, E. F. (1998). The philosophy and physics of holistic health care: Spiritual healing as a workable interpretation. *Journal of Advanced Nursing*, 27(2), 287-293.

- Podd, M.H. (1972). Ego identity status and morality: the relationship between the two constructs. *Development Psychology*, 6, 497-507.
- Potter, W. J. & Levine-Donnerstein, D. (1999). Rethinking validity and reliability in content analysis. *Journal of Applied Communication Research*, 27, i3, 258(2).
- Punch, K. (1998). *Introduction to Social Research: Quantitative and Qualitative Approaches*. London: Sage.
- Rama, S. (1976). *Yoga and Psychotherapy: The Evolution of Consciousness*. Glenview, III: Himalayan Institute.
- Rochat, P. (1989). Object manipulation and exploration in 2-5-month-old infants. *Developmental Psychology*, 25(6), 871-884.
- Rosenthal, D. A., Gurney, R. M., & Moore, S. M. (1981). From trust to intimacy: A new inventory for examining Erikson's stages of psychosocial development. *Journal of Youth and Adolescence*, 10(6), 525-537.
- Sayers, L. K., Cowden, J. E., & Sherrill, C. (2002). Parents' perception of motor interventions for infants and toddlers with Down Syndrome. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 19(2), 199-219.
- Schlein, S. (1987). *A way of looking at things: Selected papers from 1930 to 1980. Erik H. Erikson*. New York: WW Norton.
- Sherwood, K. (2000). *Chakra therapy for personal growth and healing*. USA: Llewellyn Publications.
- Silverman, D. (1994). *Interpreting Qualitative Data: Methods for analysing talk, text and interaction*. Great Britain: Cromwell Press.
- Silverman, D. (2000). *Doing qualitative research: A practical handbook*. London: Sage.
- Snarey, J. (1993). *How fathers care for the next generation: a four decade study*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Stemler, S. (2001a). An Introduction to Content Analysis. Eric Digest. *ERIC Clearinghouse on Assessment and Evaluation*. College Park MD, 1-5.
- Stemler, S. (2001b). An overview of Content Analysis. *Practical Assessment, Research and Evaluation*, 7(17).
- Stevens, R. (1983). *Erik Erikson: An introduction*. New York: St. Martin's Press.

- Uwe, F. (1998). *An introduction to qualitative research*. London: Sage.
- Vaughan, F. (1995). *The Inward Arc: Healing in psychotherapy and spirituality*. California: Blue Dolphin Press.
- Weber, R.P. (1990). *Basic Content Analysis, 2nd ed.* Newbury Park, CA.
- Wenar, C. & Kerig, P. (1993). *Developmental psychopathology: From infancy through adolescence*. Boston: McGraw Hill.
- Wilber, K. (1985). *The Atman Project: A transpersonal view of human development*. Wheaton, III: Theosophical Publications House.
- Wilber, K. (1997). Transpersonal Hotspots: Reflections on the New Editions of up from Eden, the Atman Project, and Eye to Eye. *Journal of Humanistic Psychology, 37*(4), 74-98.
- Wilber, K. (1999). Spirituality and developmental lines: Are there stages? *The Journal of Transpersonal Psychology, 32*(1), 1-10.
- Woodward, K. L. (1994). An identity of wisdom. *Newsweek, 123*(21), 56-57.
- Zimberoff, D. & Hartman, D. (2000). The ego in heart-centered therapies: ego strengthening and ego surrender. *Journal of Heart-Centered Therapies, 3*(2), 3-66.
- Zimberoff, D., & Hartman, D. (2001). Existential issues in heart-centered therapies: A developmental approach. *Journal of Heart Centered Therapies, 4*(1), 3-38.

ADDENDUM 1

VRYWARINGSVORM

Informed consent

I understand that I have been asked to participate in a psychology study done by Jeanne Smit. The purpose of this study is to look at the resemblance between chakra development and a western developmental theory. For my part of the study I will be asked to complete two questionnaires. I understand that there are no foreseeable risks to participation. There are no direct benefits to me by participating, but my participation will contribute to create an awareness around eastern philosophies and western psychotherapy. I will participate anonymously and all my personal information will be kept strictly confidential. Finally, I understand that my participation in this particular study is voluntary, and that I may withdraw participation at any time without penalty. If I have any further questions I may contact Jeanne Smit (researcher) at 073-2035471 (cell) or at (021) 949-6560 (h).

I, _____ hereby give permission that Jeanne Smit may use the personal data obtained from me for research purposes and publication (under the above conditions).

Signature

Date

ADDENDUM 2

MULTIMODALE LEWENSGESKIEDENISVRAELYS

Multimodal Life History Questionnaire

The purpose of this questionnaire is to obtain a comprehensive picture of your background. In psychotherapy, records are necessary, since they permit a more thorough dealing with one's problems. By completing these questions as fully and as accurately as you can, you will facilitate your therapeutic program. You are requested to answer these routine questions in your own time instead of using up your actual consulting time. It is understandable that you might be concerned about what happens to the information that is highly personal. Case records are strictly confidential. **NO OUTSIDER IS PERMITTED TO SEE YOUR CASE RECORD WITHOUT YOUR PERMISSION.**

If you do not desire to answer these questions, merely write "Do Not care to Answer."

Date:_____

1. General information

Name: _____

Address: _____

Telephone numbers:
(days)_____ (evenings)_____

Age: _____ Occupation: _____ Sex: _____

By whom were you referred? _____

Marital Status (circle one): Single Engaged Married
Separated Divorced Widowed

Remarried (how many times?) _____ Living with someone? _____

Do you live in: house, hotel, room, apartment? _____

2. Description of Presenting

Problems _____

On the scale below please estimate the severity of your problem(s):

Mildly Moderately Very Extremely Totally
Upsetting Severe Incapacitating

When did your problems begin (give dates)

Please describe significant events occurring at the time, or since then, which may relate to the development or maintenance of your problems

What solutions to your problems have been most helpful?

Have you been in therapy before or received any prior professional assistance for your problems? If so, please give name(s), professional titles(s), date and treatment results

3. Personal and Social History

(a) Date of Birth _____ Place of birth _____

(b) Siblings: Number of brothers ____ Brothers' age _____
 Number of sisters ____ Sisters' age _____

(c) Father: Living? ____ If alive, give father's present age _____
 Deceased? ____ If deceased, give his age at time of death _____ How old were you at the time? ____
 Cause of death _____
 Occupation _____
 Health _____

(d) Mother: Living? ____ If alive, give mother's present age _____
 Deceased? ____ If deceased, give her age at time of death _____ How old were you at the time? _____
 Occupation _____
 Health _____

(e) Religion: _____ As a child: _____
 As an adult: _____

(f) Education: What is the last grade completed (degree)?

(g) Scholastic strengths and weaknesses: _____

(h) Underline any of the following that applied during your childhood/adolescence:

Happy Childhood Problems	School Problems	Medical
Unhappy Childhood Emotional/ Behavioural Problems	Family Problems	Alcohol abuse
Legal Trouble	Strong Religious Convictions	Drug abuse Others

(i) What sort of work are you doing now? _____

(j) What kind of jobs have you held in the past? _____

(k) Does your present work satisfy you? If not, please explain?

(l)What is your annual family income? _____
How much does it cost you to live? _____

(m)What were your past ambitions? _____

(n)What are your current ambitions? _____

(o)What is your height? _____ft _____inches. What
is your weight? _____lbs.

(p)Have you ever been hospitalised for psychological problems?
Yes ___No ___If yes, when and where? _____

(q)Do you have a physician? Yes ___No ___If so, please give
his/her name(s) and telephone number(s)

(r)Have you ever attempted suicide? Yes ___No _____

(s)Does any member of your family suffer from alcoholism,
epilepsy, depression or anything else that might be considered a
“mental
disorder?” _____

(t)Has any relative attempted or committed suicide?

(u)Has any relative had serious problems with the
“law”? _____

MODALITY ANALYSIS OF CURRENT PROBLEMS

The following section is designed to help you describe your current problems in greater detail and to identify problems which might otherwise go unnoticed. This will enable us to design a comprehensive treatment program and tailor it to your specific needs. The following section is organised according to the seven (7) modalities of *Behaviour, Feelings, Physical Sensations, Images, Thoughts, Interpersonal relationships, and Biological factors.*

4.Behaviour

Underline any of the following behaviours that apply to
you:

- | | | |
|-------------------------------------|----------------------|---------------------|
| Overeat | Suicidal attempts | Can't keep a job |
| Take drugs | Compulsions | Insomnia |
| Vomiting | Smoke | Take too many risks |
| Odd behaviour | Withdrawal | Lazy |
| Drinking | Nervous tics | Eating problems |
| Work too hard | Sleep disturbance | Crying |
| Procrastination | Phobic avoidance | Outbursts of temper |
| Impulsive reactions
difficulties | Loss of control | Concentration |
| | Aggressive behaviour | |

Are there any specific behaviours, actions or habits that you would like to change?

What are some special talents or skills that you feel proud of?

What would you like to do more of? _____

What would you like to do less of? _____
What would you like to start doing? _____
What would you like to stop doing? _____
How is your free time spent? _____
Do you keep yourself compulsively busy doing an endless list of chores or meaningless activities? _____
Do you practice relaxation or meditation regularly? _____

5. Feelings

Underline any of the following feelings that often apply to you:

Angry	Guilty	Unhappy
Annoyed	Happy	Bored
Sad	Conflicted	Restless
Depressed	Regretful	Lonely
Anxious	Hopeless	Contented
Fearful	Hopeful	Excited
Panicky	Helpless	Optimistic
Energetic	Relaxed	tense
Envy	Jealous	Others:

List your main fears:

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

What feelings would you most like to experience more often?

What feelings would you like to experience less often?

What are some positive feelings you have experienced recently?

When are you most likely to lose control of your feeling

Describe any situations that make you feel calm or relaxed

Please complete the following:

If I told you what I am feeling now _____

One of the things I feel proud of is _____

I am happiest when _____

One of the things that saddens me the most is _____

If I weren't afraid to be myself, I might _____

I get so angry when _____

If I get angry with you _____

What kinds of hobbies or leisure activities do you enjoy or find relaxing?

Do you have trouble relaxing and enjoying weekends and vacations?
(If “yes”, please explain)

6. Physical Sensations

Underline any of the following that often apply to you:

Headaches	Stomach trouble	Skin problems
Dizziness	Tics	Dry Mouth
Palpitations	Fatigue	Burning or itchy skin
Muscle Spasms	Twitches	Chest pains
Tension	Back pain	Rapid heart beat
Sexual disturbances touched	Tremors	Don't like being
Unable to relax	Fainting spells	Blackouts
Bowel disturbances	Hear things	Excessive sweating
Tingling	Watery eyes	Visual disturbances
Numbness	Flushes	Hearing problems

Menstrual history:

Age of first period _____ Were you informed or did it come as a shock? _____

Are you regular? _____ Date of last period _____

Duration _____ Do you have pain _____
Do your periods affect your mood? _____

What sensations are especially:

Pleasant for you? _____

Unpleasant for you? _____

7. Images

Underline any of the following that apply to you:

Pleasant sexual images	Unpleasant sexual images
Unpleasant childhood images	Lonely images
Helpless images	Seduction images
Aggressive images	Images of being loved

Check which of the following applies to you:

I picture myself:

being hurt	hurting others
not coping	being in charge
succeeding	failing
losing control	being trapped
being followed	being laughed at
being talked at	being promiscuous
Others:	

What picture comes into your mind most often?

Describe a very pleasant image, mental picture, or fantasy

Describe your image of a completely “safe place”.

How often do you have nightmares? _____

8. Thoughts

Underline each of the following thoughts that apply to you:

I am worthless, a nobody, useless and/or unlovable.

I am unattractive, incompetent, stupid and/or deviant.

Life is empty, a waste; there is nothing to look forward to.

I make too many mistakes, can’t do anything right.

Underline each of the following words that you might use to describe yourself:

Intelligent, confident, worthwhile, ambitious, sensitive, loyal, trustworthy, full of regrets, worthless, a nobody, useless, evil, crazy, morally degenerate, considerate, a deviant, unattractive, unlovable, inadequate, confused, ugly, stupid, naïve, honest, incompetent, horrible thoughts, conflicted, concentration difficulties, memory problems, attractive, can’t make decisions, suicidal ideas, persevering, good sense of humour, hard-working.

What do you consider to be your most irrational thought or idea?

Are you bothered by thoughts that occur over and over again?

On each of the following items, please circle the number that most accurately reflects your opinions:

	Strongly Disagree	Disagree	Neutral	Agree	Strongly Agree
I should not make mistakes.	1	2	3	4	5
I should be good at everything I do	1	2	3	4	5
I should not disclose personal information	1	2	3	4	5
I am a victim of circumstances.	1	2	3	4	5
My life is controlled by outside forces.	1	2	3	4	5
Other people are happier than					

I am. 1 2 3 4 5

I
t is very important to please
other people. 1 2 3 4 5

Play it safe; don't take any
risks. 1 2 3 4 5

I don't deserve to be happy. 1 2 3 4 5

If I ignore my problems, they
will disappear. 1 2 3 4 5

It is my responsibility to make
other people happy. 1 2 3 4 5

I should strive for perfection. 1 2 3 4 5

Basically, there are two ways
of doing things - the right way
and the wrong way 1 2 3 4 5

Expectations regarding therapy:

In a few words, what do you think therapy is all about?

How long do you think your therapy should last?

How do you think a therapist should interact with his or her clients?

What personal qualities do you think the ideal therapist should possess?

Please complete the following:

I am a person who_____

All my life_____

Ever since I was a child_____

It's hard for me to admit_____

One of the things I can't forgive is_____

A good thing about having problems is_____

The bad thing about growing up is_____

One of the ways I could help myself but don't is_____

9. Interpersonal Relationships

A. Family of Origin

(1) If you were not brought up by your parents, who raised you, and between what years?

(2) Give a description of your father's (or father substitute's) personality and his attitude towards you (past and present).

(3) Give a description of your mother's (or mother substitute's) personality and her attitude towards you (present and past)

(4) In what ways were you disciplined (punished) by your parents as a child?

(5) Give an impression of your home atmosphere (i.e. the home in which you grew up). Mention state of compatibility between parents and between children.

(6) Were you able to confide in your parents?

(7) Did your parents understand you?

(8) Basically, did you feel loved and respected by your parents?

(9) If you have a step-parent, give your age when parent remarried.

(10) Has anyone (parents, relatives, friends) ever interfered in your marriage, occupation, etc.?

(11) Who are the most important people in your life?

B. Friendships

(1) Do you make friends easily?

(2) Do you keep them?

(3) Were you ever bullied or severely teased?

(4) Describe any relationship that gives you:

(a) Joy

(b) Grief

(5) Rate the degree to which you generally feel comfortable and relaxed in social situations:

Very relaxed _____ Relatively comfortable _____

Relatively uncomfortable _____ Very anxious _____

(6) Generally, do you express your feelings, opinions, and wishes to others in an open, appropriate manner? Describe those individuals with whom (or those situations in which) you have trouble asserting yourself

(7) .Did you date much during High School? College?

(8) Do you have one or more friends with whom you feel comfortable sharing your most private thoughts and feelings?

C. Marriage:

(1) How long did you know your spouse before your engagement?

(2) How long have you been married?

(3) What is your spouse's age?

(4) What is your spouses occupation?

(5) Describe your spouse's personality.

(6) In what areas are you compatible?

(7) In what areas are you incompatible?

(8) How do you get along with your in-laws (this includes brothers and sisters-in-law)?

(9) How many children do you have? _____ Please give their names, ages and sexes.

(10) Do any of your children present special problems?

(11) Any relevant information regarding abortions or miscarriages?

D. Sexual Relationships:

(1) Describe your parents' attitude toward sex. Was sex discussed in your home?

(2) How and when did you derive your first knowledge of sex?

(3) When did you first become aware of your own sexual impulses?

(4) Have you ever experienced any anxiety or guilt arising out of sex or masturbation? If yes, please explain.

(5) Any relevant details regarding your first or subsequent sexual experiences?

(6) Is your present sex life satisfactory? If not, please explain.

(7) Provide information about any significant homosexual reactions or relationships.

(8) Please note any sexual concerns not discussed above.

E. Other relationships:

(1) Are there any problems in your relationships with people at work? If so, please describe.

(2) Please complete the following:

(a) One of the ways people hurt me is

(b) I could shock you by

(c) A mother should

(d) A father should

(e) A true friend should

(3) Give a brief description of yourself as you would be described by:

(a) Your spouse (if married)

(b) Your best friend:

(c) Someone who dislikes you:

(4) Are you currently troubled by any past rejections or loss of a love relationship? If so, please explain.

10. Biological factors

Do you have any current concerns about your physical health?

Please specify: _____

Please list any medicines you are currently taking, or have taken during the past 6 months (including aspirin, birth control pills, or any medicines that were prescribed or taken over the counter)

Do you eat three well-balanced meals each day? If not, please explain _____

Do you get regular physical exercise? If so, what type and how often? _____

Check any of the following that apply to you:

Never Rarely Frequently Very often

- Marijuana _____
- Tranquillisers _____
- Sedatives _____
- Aspirin _____
- Cocaine _____
- Painkillers _____
- Alcohol _____
- Coffee _____
- Cigarettes _____
- Narcotics _____
- Stimulants _____
- Hallucinogens (LSD, etc.) _____
- Diarrhoea _____
- Constipation _____
- Allergies _____
- High blood pressure _____
- Heart problems _____

- Nausea _____
- Vomiting _____
- Insomnia _____
- Headaches _____
- Backache _____
- Early morning awakening _____
- Fitful sleep _____
- Overeat _____
- Poor appetite _____
- Eat “junk foods” _____

Underline any of the following that apply to you or members of your family:

thyroid disease, kidney disease, asthma, neurological disease, prostate problems, glaucoma, epilepsy, other:

Have you ever had any head injuries or loss of consciousness? Please give details.

Please indicate any surgery you have had (give dates)

Please describe any accidents or injuries you have suffered (give dates) _____

11. Sequential History

Please outline your most significant memories and experiences with in the following ages:

- 0-5 _____
- _____
- _____
- 6-10 _____
- _____

11-15

16-20

21-25

26-30

31-35

36-40

41-45

46-50

51-55

56-60

61-65

Over 65

ADDENDUM 3

AANGEPASTE LEWENSGESKIEDENISVRAELYS

The following questionnaire borrowed some information from the Multimodal Life History Questionnaire (1980). Seeing that this questionnaire requests plenty personal information, I hereby urge you as participant of this study to stay anonymous. It would be appreciated if you could choose a fake name, in order for the researcher to relate your two questionnaires with each other. The purpose of this study is not to identify the individual with the data provided.

I thank you for your willingness to participate in this study.

Kind Regards

JEANNE SMIT

Intern Psychologist

Date: _____

1. General information

Name: _____
Age: _____
Occupation: _____
Sex: _____
Marital status: _____

2. Description of Problems

State in your own words the nature of your main problems, during: (indicate age)

Childhood _____

Adolescence _____

Adulthood _____

3. Personal and Social History

a.) Describe your relationship with:

Siblings: _____

Father: _____

Mother: _____

b.) Underline any of the following that applied during your childhood/adolescence:

Happy childhood
Unhappy childhood

School problems
Family problems

Emotional/ behavior
Problems
Legal trouble
Others:

Strong religious convictions
Drug/alcohol abuse
Medical problems

4. Behavior

- a.) What are some special talents or skills that you feel proud of?

- b.) What would you like to do more of?

- c.) What would you like to do less of?

- d.) What would you like to start doing?

- e.) What would you like to stop doing?

- f.) How is your free time spent?

- g.) Do you keep yourself compulsively busy doing an endless list of chores or meaningless activities?

- h.) Do you practice relaxation or meditaiton regularly?

5. Feelings

Underline any of the following feelings that often apply to you:

- | | | |
|-----------|------------|---------------|
| Angry | Guilty | Unhappy |
| Annoyed | Happy | Bored |
| Sad | Conflicted | Restless |
| Depressed | Regretful | Lonely |
| Anxious | Hopeless | Contented |
| Fearful | Hopeful | Excited |
| Panicky | Helpless | Optimistic |
| Energetic | Relaxed | Tense |
| Envy | Jealous | Others: _____ |

6. Images

a.) Underline any of the following that apply to you:

Pleasant sexual images

Unpleasant sexual images

Unpleasant childhood images

Lonely images

Helpless images

Seduction images

Aggressive images

Images of being loved

b.) Describe your image of a completely safe place

c.) Describe a very pleasant image, mental picture, or fantasy.

7. Thoughts

Are you bothered by thoughts from the past that occur over and over again?

—

Please complete the following:

All my life

Ever since I was a child

A good thing about growing up is

8. Interpersonal relationships

In what ways were you disciplined by your parents as a child?

Did you feel loved and respected by your parents, as a child?

Did your parents understand you?

If you have a step-parent, give your age when parent remarried.

Do you make friends easily?

Do you keep them?

9. Sequential History

- a.) Please outline your most significant memories and experiences within the following ages, as well as what you have heard from parents/others about this specific age of yours. Please write at least 5 sentences on each age group. You can also indicate specific ages if you wish to:

Womb-12 months:

12 months-2 years:

2-4 years:

4-7 years:

7-12 years:

Adolescence (12-18 years):

Early adulthood and after (18+):

ADDENDUM 4

CHAKRA-INDEKS

Name:

Date:

Here are some guidelines to answer the following questionnaire:

- ◆ Keep the name of the main category in mind while choosing from the concepts in the subcategory, which applies to your own life. For example: Category one (main category) is associated with the “physical” and “self preservation”. While keeping the above in mind, choose from the subcategories- “issues, strengths, excesses, deficiencies and traumas”- that relates to the main category. Indicate your choices with a cross next to the concept/s in the column provided.

Category	Issues	Strengths	Excess	Deficiency	Traumata (past and present)
One: Physical/self preservation	Roots	Good health	Obesity, overeating	Disconnection from body	Birth trauma
	Grounding	Vitality	Hoarding, material fixation, greed	Notably underweight	Abandonment, physical neglect
	Nourishment	Well grounded	Sluggish, lazy, tired	Fearful, anxious, restless, can't settle	Poor physical bonding with mother
	Trust	Comfortable in body	Fear of change, addiction to security	Poor focus and discipline	Malnutrition, feeding difficulties
	Health	Sense of trust in the world	Rigid boundaries	Financial difficulty	Physical abuse/ violent environment
	Home	Feeling of safety and security		Poor boundaries	
	Family	Ability to relax and be still		Chronic disorganization	
	Prosperity	Stability			
	Appropriate boundaries	Prosperity			
		Right livelihood			

Category	Issues	Strengths	Excess	Deficiency	Traumas (past and present)
Two: Physical/self gratification	Movement	Emotional intelligence	Sexual acting out, sexual addiction	Rigidity in body and attitudes	Sexual abuse
	Sensation		Pleasure addiction	Frigidity, fear of sex	Emotional abuse
	Emotions	Ability to experience pleasure	Excessively strong emotions, ruled by emotions	Poor social skills	Neglect, coldness, rejection, denial of child's feeling states
	Sexuality	Nurturing of self and others	Excessively sensitive, emotional	Denial of pleasure	Enmeshment
	Desire	Ability to change	Poor boundaries, invasion of others	Excessive boundaries	Religious or moral severity
	Need	Healthy boundaries	Seductive manipulation	Fear of change	Alcoholic families
	Pleasure		Emotional dependency	Lack of desire, passion, excitement	
			Obsessive attachment		
Three: Ego identity/self definition	Energy	Responsible, reliable	Overly aggressive, dominating, controlling	Low energy	Age inappropriate responsibilities
	Activity	Balanced,	Need to be right	Easily manipulated	Inherited shame

Category	Issues	Strengths	Excess	Deficiency	Traumas (past and present)
		effective will			from parent/s
	Autonomy	Good self-esteem	Manipulative	Poor self-discipline	Fear of punishment
	Individuation	Warmth in personality	Attraction to sedatives	Low self-esteem	
	Will	Confidence	Temper tantrums	Poor digestion	
	Self-esteem	Spontaneity, sense of humor	Stubbornness	Passive	
	Pro-activity	Appropriate self-discipline	Driving ambition	Unreliable	
	Power	Sense of one's personal power	Competitive	Victim mentality	
		Able to meet challenges	Arrogant		
			Hyperactivity		
Four: Social/accepting self and others	Love	Compassionate	Co-dependency	Antisocial, withdrawn, cold	Betrayal
	Balance	Loving	Poor boundaries	Intolerant of self and others	Conditional love
	Self-love	Empathetic	Demanding	Loneliness	Death of loved one
	Relationship	Self-loving	Clinging	Judgmental	Constant criticism
	Intimacy	Peaceful, balanced	Jealousy	Lack of empathy	Unacknowledged grief

Category	Issues	Strengths	Excess	Deficiency	Traumas (past and present)
	Devotion	Good immune system	Overly sacrificing	Critical	
	Reaching out and taking in				
Five: Creative/self-expression	Communication	Resonant (clear) voice		Fear of speaking	Excessive criticism
	Creativity	Good listener	Too much talking	Tone deaf	Secrets
	Listening	Good sense of timing/ rhythm	Inability to listen	Introversion/shyness	Authoritarian parents
	Resonance	Clear communication	Gossiping	Poor rhythm	Lies, mixed messages
	Finding one's own voice	Lives creatively	Interrupt others	Difficulty putting feelings into words	
Six: Self-reflection	Image	Intuitive	Nightmares	Insensitive	Ugly or frightening environment
	Intuition	Perceptive	Obsessions	Poor vision	
	Imagination	Imaginative	Difficulty concentrating	Lack of imagination	
	Visualization	Good memory		Can't remember dreams	
	Insight	Able to access and remember dreams		Poor memory	

Category	Issues	Strengths	Excess	Deficiency	Traumas (past and present)
	Dreams	Able to think symbolically			
	Vision	Able to visualize			
Seven: Universal/Self-knowledge	Belief systems	Ability to perceive and analyze info	Over-intellectualization	Spiritual cynicism	Forced religiosity
	Vision	Open-minded	Spiritual addiction	Greed	Blind obedience (no right to question or think for oneself)
	Union	Sense of spiritual connection	Dissociation from body	Learning difficulties	
	Divinity	Aware			

ADDENDUM 5

LEWENSGESKIEDENISVRAELYS: KODERING 1

Respondent	Afdeling	Teks
Faith	Algemene Inligting	<i>Biografiese inligting:</i> vroulik, 54 jaar, huisvrou
	Beskrywing van probleme	<i>Adolessensie:</i> voorwaardelike liefde <i>Volwassenheid:</i> 6 bors knoppe, 1 miskraam, oudste seun geskiet
	Persoonlike en sosiale geskiedenis	<i>Verhouding met pa:</i> goed as kind - later ongelukkig <i>Verhouding met ma:</i> baie goed <i>Kinderdae/adolessensie:</i> gelukkige kinderdade, ongelukkige adolessensie, mediese probleme
	Gedrag	<i>Talente:</i> empatie, medelydend Behoeftes betreffende aktiwiteite: meer kreatiewe aktiwiteite, en minder huishouding, aanleer van Xhosa <i>Vrye tyd:</i> maatskaplike werk, ontspanning en meditasie
	Gevoelens	Hartseer, energiek, gelukkig, hoopvol, ontspanne, vergenoeg, worsteling
	Verbeelding	Aangename seksuele beelde, voorstellinge om liefde te ontvang <i>Veilige plek:</i> skaduwee, op gras, langs dam, met hond <i>Fantasie:</i> feetjies
	Gedagtes	Vrede met verlede <i>Gedurende leeftyd:</i> vertrou Vanaf kindsbeen: spirituele bewustheid <i>Positiewe betreffende volwassewording:</i> leer self beter ken
	Interpersoonlike verhoudinge	<i>Ouers teenoor kind:</i> liefde, respek en begrip <i>Vriende:</i> maak maklik en behou
	Ontwikkelings geskiedenis	<i>Baarmoeder - 12 maande:</i> herinneringe van 'n uitstappie saam met ouers <i>12 maande - 2 jaar:</i> gelukkig, tevrede <i>2-4 jaar:</i> spandeer tyd in pophuis langs dam met riete en rose, ganse en paddas, "feetjies" <i>4-7 jaar:</i> spook in plaashuis kamer, geen vrees, <i>7-12 jaar:</i> dorpskool, losieshuis, aaklig, vrees vir donderweer <i>12-18 jaar:</i> pa verander, pa neem besluite namens haar (voorkoms, vriende, stokperdjie, loopbaan) <i>18 jaar +:</i> gelukkige verhouding vir 5 jaar, ontmoet eggenoot, genetiese siekte

Respondent	Afdeling	Teks
Peter	Algemene inligting	<i>Biografiese inligting</i> : vroulik, 54 jaar, Fisioterapeut
	Beskrywing van probleme	<i>Kinderdae</i> : skaam teenoor volwassenes <i>Adolessensie</i> : skaam, tekort aan selfvertroue en lewensvaardighede <i>Volwassenheid</i> : struweling betreffende verhouding met ma en ouer suster
	Persoonlike en sosiale geskiedenis	<i>Sibbe</i> : ouer suster - oorspanne, mededingend Jonger suster: geen probleme <i>Verhouding met pa</i> : verstaan, emosioneel, liefdevol <i>Verhouding met ma</i> : mededingend, konfrontasie <i>Kinderdae/adolessensie</i> : gelukkige kinderdae
	Gedrag	<i>Talente</i> : gemaklik met mense <i>Behoeftes betreffende aktiwiteite</i> : meer kreatiewe stokperdjies, minder eet, begin hardloop, ophou “binge-eating” <i>Vrye tyd</i> : video’s, lees, naaldwerk, meditasie
	Gevoelens	Woede, geluk, hoopvol, ontspanne, verveeld, opgewonde, vergenoeg
	Verbeelding	Aangename seksuele beelde, voorstelling van verleiding <i>Veilige plek</i> : slaapkamer en huis <i>Fantasie</i> : groen grasveld met sneeu op berge
	Gedagtes	Vrede met verlede <i>Gedurende leeftyd</i> : leef in ma se skadu <i>Vanaf kindsbeen</i> : behoefte aan onafhanklikheid <i>Positiewe betreffende volwassewording</i> : geen druk van portuurgroep, verkry vryheid
	Interpersoonlike verhoudings	<i>Ouers teenoor kind</i> : dissiplineer met hout lepel en gordel, liefde, respek, onseker oor hul begrip <i>Vriende</i> : maak maklik, behou nie
	Ontwikkelings geskiedenis	<i>Baarmoeder - 12 maande</i> : borsvoeding tot 10 maande, gebore met naelstring om nek, broeikas vir paar dae <i>12 maande -2 jaar</i> : “potty trained” self, slaap droog <i>2-4 jaar</i> : spandeer tyd met jonger suster <i>4-7 jaar</i> : stop gebruik van bottel, buurman vermaak, dreigement deur seun in kleuterskool, persoonlike opmerking deur meisie. <i>7-12 jaar</i> : idealiseer sekere persone, prestasie, rebellie <i>12-18 jaar</i> : verliefdheid, teleurstelling, geen intieme liefdesverhouding, weerstand teen godsdienstige rituele, speel sport vir tweede span <i>18 jaar +</i> : desperaat vir aanvaarding, “date raped”, verskeie onaangename seksuele ervarings, eksplorieer buiteland, leer ski, aanvaar self, ontmoet eggenoot, huwelik

Respondent	Afdeling	Teks
Lynne	Algemene inligting	<i>Biografiese inligting:</i> Vroulik, 41, geoktrooieerde rekenmeester
	Beskrywing van probleme	<i>Kinderdae:</i> skugter/skaam <i>Adolessensie:</i> verhuis na koshuis - nie van gehou <i>Volwassenheid:</i> skaam en nie bevestigend nie
	Persoonlike en sosiale geskiedenis	<i>Sibbe:</i> jonger broer - sosiaal teenoor alleen respondent <i>Verhouding met pa:</i> uitstekend <i>Verhouding met ma:</i> goed <i>Kinderdae/adolessensie:</i> gelukkige kinderdae
	Gedrag	<i>Talente:</i> empatie, finansieel <i>Behoeftes betreffende aktiwiteite:</i> meer lees, stap met hond, besoek ouers, teater en musiek, minder of stop met harde werk, begin toer en pottebakkerie <i>Vrye tyd:</i> lees, lei honde op, meditasie
	Gevoelens	Gegrief, energiek, skuldig, rusteloos, vergenoegd, opgewonde, optimisties
	Verbeelding	Aangename seksuele beelde <i>Veilige plek:</i> by hond <i>Fantasie:</i> moeras, wilgerbome, varings, groen, nat, fontein water
	Gedagtes	Vrede met verlede <i>Gedurende leeftyd:</i> 'n buitestaander <i>Vanaf kindsbeen:</i> niks het verander
	Interpersoonlike verhoudings	<i>Ouers teenoor kind:</i> berispe, liefde, betreklike goeie verstaan <i>Vriende:</i> maak moeilik, behou nie
	Ontwikkelings geskiedenis	<i>Baarmoeder -12 maande:</i> laat gebore, somer, warm, eerste kind <i>12 maande – 2 jaar:</i> onthou oupa se dood, rooi skoene breek, gejaag deur 'n gans en daarna vrees <i>2-4 jaar:</i> sny vinger – bloed, besef fisiese kontrole minder effektief as kontrole oor 'n persoon se gedagtes <i>4-7 jaar:</i> begin skoolgaan, dagdroom, bewus van geld, belangstelling in ekonomie <i>7-12 jaar:</i> sit op skeidsregter se stoel en kyk na leë tennisbaan, warm, ligte gevoel, glo kon sweef, begin beweeg, bang vir hoogte, nie van trap afgetrap, dalk gemediteer? <i>12-18 jaar:</i> in koshuis geforseer, oorleef deur te lees en dae te tel om huis toe te gaan, nooit self as deel van 'n groep gesien, haat laasgenoemde. <i>18 jaar +:</i> eie lewe begin, verhuis na Kaapstad, studeer UCT, leer om 'n sweeftuig te vlieg, karate klasse, leer dat geen beperkinge tot enige iets, nie eers fisiese beperkings

Respondent	Afdeling	Teks
Lynette	Algemene inligting	<i>Biografiese inligting:</i> vroulik, 37, besturende rekenmeester
	Beskrywing van probleme	<i>Kinderdae:</i> skaam, nie bevestigend nie, onvermoë saam kinders te speel, geen selfvertroue betreffende voorkoms, afhanklik van twee vriende vir sosiale omgang, alleen sonder hulle <i>Adolessensie:</i> skaam, introvert, onttrek self uit vrees vir verwerping, tekort aan selfvertroue betreffende voorkoms - resulteer in fisiese oefening wat angsts veroorsaak <i>Volwassenheid:</i> hou ander op 'n afstand, vrees verwerping, leef in eie wêreld, dink nie baie mense sal haar verstaan nie (snobisme?), tekort aan wilskrag en selfdisipline om belangrike doele te bereik
	Persoonlike en sosiale geskiedenis	<i>Verhouding met sibbe:</i> baie goed, as jongste kind het sibbe versorg eerder as baklei, atmosfeer in huis een van respek en vrede <i>Verhouding met vader:</i> tipiese pa - klein dogtertjie verhouding, pa is groot strek figuur wat beskerm, veral as kind <i>Verhouding met moeder:</i> moeder is intelligent, maak op self staat en wat is beste vir dogter, verhouding as volwassene met moeder selfs beter <i>Kinderdae/adolessensie:</i> gelukkige kinderdae, emosioneel/gedrag, probleme, streng godsdienstige oortuiginge
	Gedrag	<i>Talente:</i> empatie, kalm, passievol <i>Behoeftes betreffende aktiwiteite:</i> wil meer vriendskappe behou, minder onttrek van ander, begin om meer van self te gee, stop om tuis leeg te lê <i>Vrye tyd:</i> kompulsiewe lees, meditasie, besig met betekenislose aktiwiteite
	Gevoelens	Angstig, skuld, spyt, hoopvol, ontspanne, verveeld, alleen, optimisties, gespanne
	Verbeelding	Alleen gedagtes, gedagtes om bemin te word <i>Veilige plek:</i> tuis <i>Fantasie:</i> om in 'n pragtige, vreemde, vredige Europese dorp te wees
	Gedagtes	Vrede met verlede <i>Gedurende leeftyd:</i> nuuskierig oor alles <i>Vanaf kinderdae:</i> optimisties en nooit moedeloos gevoel <i>Positiewe betreffende volwassewording:</i> aanvaar self en ander met elkeen se verskille en tekortkominge
	Interpersoonlike verhoudings	<i>Ouers teenoor kind:</i> hul dissipline het emosionele impak, hul wys hul misnoë in reaksie op ongewenste gedrag <i>Vriende:</i> maak maklik vriende, behou nie
	Ontwikkelings geskiedenis	<i>Baarmoeder - 12 maande:</i> geen herinneringe <i>12 maande – 2 jaar:</i> geen herinneringe, familie vertel dat

Respondent	Afdeling	Teks
		<p>bewus was van voorkoms, suster speel sekere musiek terwyl my oppas, familie van 5 toer vir lang afstande op vakansie na verskeie plekke</p> <p><i>2-4 jaar:</i> kry pop van ma en speel kinder-speletjies met haar, speel met bure se kinders, onthou groot erf en straat waar woonagtig was, sit op pa se skoot nadat by vriende gespeel het, speel met hond</p> <p><i>4-7 jaar:</i> selfde herinneringe as bg., vakansies, nuwe hond, skoolgaan, onthou kinders en juffrou, ons kinders speel met pa in die tuin</p> <p><i>7-12 jaar:</i> herinneringe van skooldae, vriende se verjaardagpartytjies, stil in skool, akademies gemiddeld, tekort aan selfvertroue, geniet kunsklasse, groei weg van vriende, alleen, familie verhuis na stad, nuwe skool, nuwe vriende, hoofdogter</p> <p><i>12-18 jaar:</i> hoërskool, meestal alleen, behalwe vir 2 vriende, angs as gevolg van liggaamlike opvoeding klasse, verhuis na beter woning en buurt, loop skool toe, mis uit op sosiale aktiwiteite vergeleke klasmaats, werk akademies harder en presteer nie so goed soos voorheen</p> <p><i>18 jaar +:</i> universiteit, deel van groot groep vriende, voel steeds alleen by tye en mis uit op plesier, begin werk, minder druk te presteer, voel finansiëel stabiel, leer ken en aanvaar self, ontwikkeling verstandelik en spiritueel gedurende laat twintigs, lees op oor spirituele ontwikkeling en filosofie, koop eie huis en kar en word onafhanklik</p>
Suzy	<i>Algemene inligting</i>	<i>Biografiese inligting:</i> Vroulik, 39, finansiële bestuurder
	<i>Beskrywing van probleme</i>	<p><i>Kinderdae:</i> mangels verwyder, maak moeilik vriende nadat verhuis na nuwe dorp (5-7 jaar)</p> <p><i>Adolessensie:</i> verhuis nuwe dorp, verlaat vriende, weier aan te pas nuwe skool en omgewing</p> <p><i>Volwassenheid:</i> verhuis nuwe dorp, begin volwassenheid alleen, in verkeerde verhouding met positiewe uitkomst: wysheid</p>
	<i>Persoonlike en sosiale geskiedenis</i>	<p><i>Verhouding met sibbe:</i> konflik in ouerhuis, kom tans goed oor die weg</p> <p><i>Verhouding met vader:</i> naby aan mekaar, verbeter selfs met ouderdom</p> <p><i>Verhouding met moeder:</i> naby aan mekaar, verbeter selfs met ouderdom</p> <p><i>Kinderdae/adolessensie:</i> gelukkige kinderdae, emosioneel/gedrag, streng godsdienstige oortuiginge</p>
	<i>Verbeelding</i>	<p>Aangename seksuele beelde, beelde om bemin te word</p> <p><i>Veilige plek:</i> tuis met eggenoot en hond</p>

Respondent	Afdeling	Teks
		<i>Fantasie</i> : opgeslaande tent, woud, voëls sing, rivier vloei
	<i>Gedagtes</i>	Vrede met verlede <i>Gedurende leeftyd</i> : alles werk perfek uit <i>Positiewe betreffende volwassewording</i> : leer lesse oor die lewe en hoe om te leef
	<i>Interpersoonlike verhoudings</i>	<i>Ouers teenoor kind</i> : dissiplineer deur voorregte te verwyder, liefde en respek, meestal verstaan <i>Vriende</i> : maak moeilik vriende, indien vriende maak, behou lewenslank
	<i>Ontwikkelings geskiedenis</i>	<i>Baarmoeder - 12 maande</i> : slaap deur nag (3 weke), begin loop, vertel aan blomme dat hul pragtig is terwyl aan hul raak <i>12 maande -2 jaar</i> : glip weg van ma in winkel om pa te besoek - steek besige pad oor, dra oupa se hoed <i>2-4 jaar</i> : nuwe baba-suster kom tuis, ry driewiel fiets (meestal in mure vas), in moeilikheid, want steel versiersuiker vanaf suster se doopkoek, sny pop se hare <i>4-7 jaar</i> : vakansie by see saam familie, verhuis na nuwe dorp, skool toe, suster druk vinger in muurprop, hou hoenders aan en haal elke dag eiers uit, kry eerste tandvulsel <i>7-12 jaar</i> : spaar om nuwe fiets te koop, deel van 'n bende, dorp twee keer oorstroom, neem musieklesse, moes musiek-juffrou en haar honde in gesig staar <i>12-18 jaar</i> : verhuis, eerste keer verlief, na hoërskool, pa kry kanker en oorleef, velprobleme <i>18 jaar +</i> maak lewenslange vriende binne 2 weke van universiteitsloopbaan, ontmoet eggenoot, toer deur Afrika, toer oorsee, trou
Lisa	<i>Algemene inligting</i>	<i>Biografiese inligting</i> : Vroulik, 53, bestuurder
	<i>Beskrywing van probleme</i>	<i>Kinderdae</i> : <i>Adolessensie</i> : <i>Volwassenheid</i> :
	<i>Persoonlike en sosiale geskiedenis</i>	<i>Verhouding met sibbe</i> : goed <i>Verhouding met vader</i> : goed <i>Verhouding met moeder</i> : goed <i>Kinderdae/adolessensie</i> : gelukkige kinderdae
	<i>Gedrag</i>	<i>Talente</i> : organiseer, luister <i>Behoeftes betreffende aktiwiteite</i> : meer toer en lees van goeie boeke, konserte bywoon; minder boekhouding en stres, wil besigheid begin uitbrei, wil ophou om plante te versorg <i>Vrye tyd</i> : lees, stap op strand en kyk televisie, meditasie
	<i>Gevoelens</i>	Kwaad (soms), hoopvol, ontspanne, optimisties
	<i>Verbeelding</i>	Voorstellinge om bemin te word

Respondent	Afdeling	Teks
		<i>Veilige plek:</i> op 'n verlate eiland <i>Fantasie:</i> menigte groen gras
	<i>Gedagtes</i>	Vrede met verlede <i>Gedurende leeftyd:</i> tevrede met eie lewe <i>Vanaf kinderdae:</i> hou van sjokolade <i>Positiewe betreffende volwassewording:</i> om te leer
	<i>Interpersoonlike verhoudings</i>	<i>Ouers teenoor kind:</i> verwag eerlikheid, liefde, respek, verstaan <i>Vriende:</i> maak maklik vriende, behou sommige
	<i>Ontwikkellings geskiedenis</i>	<i>Baarmoeder - 12 maande:</i> <i>12 maande – 2 jaar:</i> <i>2-4 jaar</i> <i>4-7 jaar:</i> <i>7-12 jaar:</i> interessante en aangename skool, tyd saam harmonieuse familie <i>12-18 jaar:</i> lewenservaringe <i>18 jaar +:</i> werkservaringe en meer selfkennis

ADDENDUM 6

LEWENSGESKIEDENISVRAELYS: KODERING 2

Afdeling	Teks	Tema(s)
Algemene Inligting	<i>Biografiese inligting:</i> Vroulik, 54 jaar, 53 jaar, 41 jaar, 37 jaar, 39 jaar, huisvrou, fisioterapeut, geoktrooieerde rekenmeester, besturende rekenmeester, finansiële bestuurder, bestuurder	Vroulik Volwassenheid Tersiêre opvoeding
Beskrywing van probleme	<p><i>Kinderdae:</i> skaam teenoor volwassenes, skugter; non-assertories, onvermoë saam kinders speel, geen selfvertroue betreffende voorkoms, afhanklik van 2 vriende vir sosiale omgang, alleen sonder hulle, mangels verwyder, maak moeilik vriende nadat verhuis na nuwe dorp</p> <p><i>Adolesensie:</i> voorwaardelike liefde, skaam, tekort aan selfvertroue en lewensvaardighede, verhuis na koshuis en nie van gehou; introversie, onttrek self uit vrees vir verwerping, tekort aan selfvertroue betreffende voorkoms wat resulteer in fisiese oefening, fisiese oefeninge veroorsaak angs, verhuis nuwe dorp, verlaat vriende, weier aan te pas nuwe skool en omgewing</p> <p><i>Volwassenheid:</i> 6 bors knoppe, 1 miskraam, oudste seun geskiet, struweling met verhouding met ma en oudste suster; skaam en non-assertories; hou ander op 'n afstand, leef in eie wêreld, dink nie baie mense sal haar verstaan nie, tekort aan wilskrag en self-dissipline om belangrike doele te bereik; verhuis nuwe dorp, begin volwassenheid alleen, in verkeerde verhouding met positiewe uitkomst – wysheid.</p>	<p>Skaamte, beperkte selfvertroue kwessie</p> <p>Tekorte: selfvertroue, lewensvaardighede Verandering en aanpassing Voorwaardelike liefde</p> <p>Gesinstruktuur Verhoudings: privaat en familie Motivering, Aanpassing</p>
Persoonlike en sosiale geskiedenis	<i>Verhouding met sibbe:</i> ouer suster – oorspanne, mededingend; jonger suster - geen probleme; jonger broer - sosiaal teenoor alleen respondent; baie goed, as jongste kind versorg sibbe en nie baklei, atmosfeer in huis een van respek en vrede, konflik in ouerhuis - tans goed oor die weg; goed	Spanning vs. aanklank vind by sibbe Tyd/konteks ook as bepalende faktor van aard van verhouding

Afdeling	Teks	Tema(s)
	<p><i>Verhouding met pa:</i> goed as kind - later ongelukkig, begrip, emosioneel, liefdevol; uitstekend, tipiese pa - dogtertjie verhouding, pa is groot sterk figuur wat beskerm - veral as kind; naby aan mekaar - verbeter selfs met ouderdom; goed</p> <p><i>Verhouding met ma:</i> baie goed, mededingend, konfrontasie; goed; intelligente en onafhanklike moeder weet wat beste is vir kind, verhouding as volwassene selfs beter; naby aan mekaar - verbeter selfs met ouderdom</p> <p><i>Kinderdae/adolessensie:</i> gelukkige kinderdade, ongelukkige adolessensie, mediese probleme; emosioneel/gedrag, probleme, streng godsdienslike oortuigings</p>	<p>Ouderdom bepalende faktor van aard van verhouding Begryp kind, emosies Beskermende figuur</p> <p>Ouderdom bepalend faktor van aard van verhouding, konfrontasie, ma neem besluite</p> <p>Geluk vs. ongeluk Mediese probleme Emosionele en gedragskwessies Godsdien</p>
Gedrag	<p><i>Talente:</i> empatie, medelydend, gemaklik met mense; finansiële; kalmte, passievol, skeppende: naaldwerk, brei, tuinmaak, kaartjies maak, kook; organiseer, luister</p> <p><i>Behoeftes betreffende aktiwiteite:</i></p> <p><u>Meer van volgende aktiwiteite:</u> kreatiewe aktiwiteite, kreatiewe stokperdjies, lees, stap met hond, ouers besoek, teater en konserte bywoon, musiek, vriendskappe behou, toer,</p> <p><u>Minder van volgende aktiwiteite:</u> huishouding (take), boekhouding, harde werk, eet, onttrek van ander, stres</p> <p><u>Aspirasie te begin met volgende aktiwiteite:</u> Hardloop, toer, pottebakkerij, van self te gee, terug te gee aan die gemeenskap, besigheid uitbrei, aanleer van Xhosa</p>	<p>Menseverhoudings Skeppend Finansies Organisatories</p> <p>Kreatiwiteit, verryking/eksplorasi e, verhoudings onderhou</p> <p>Fisiese arbeid, voeding, sosiale omgang, stres Fisiese fiksheid, Vaardigheid/horison uitbreiding, Betrokkenheid by medemens</p> <p>Verwyderdheid</p> <p>Ontspanning, betekenislose</p>

Afdeling	Teks	Tema(s)
	<p><u>Aspirasies volgende aktiwiteite te stop:</u> “binge-eating”, tuis leeglê, bekommerd oor dinge buite eie kontrole, versorging van plante</p> <p><i>Vrye tyd besteding:</i> maatskaplike werk, ontspanning, meditasie, video’s, lees, naaldwerk; honde oplei, betekenislose aktiwiteite, vriende, kamp, skep, stap op strand, kyk televisie</p>	aktiwiteite, skep, gemeenskaps-Bediening
Gevoelens	Hartseer, energiek, gelukkig, hoopvol, ontspanne, vergenoegd, worsteling, woede, verveeld, opgewonde, gegrief, skuldig, rusteloos, optimisties, angstig, spyt, alleen, gespanne, kwaad	Ambivalente gevoelens
Verbeelding	Aangename seksuele beelde, voorstellinge om bemin te word en voorstellinge van verleiding; alleen gedagtes <p><i>Veilige plek:</i> skaduwee, op gras, langs dam, met hond, slaapkamer en huis; tuis met eggenoot en hond, verlate eiland</p> <p><i>Fantasie:</i> feetjies, groen grasveld met sneeu op berge; moeras, wilgerbome, varings, groen, nat, fontein, water; om in pragtige, vreemde, vredige Europese dorpie te wees; opgeslaande tent, woud, voëls sing, rivier vloei, menigte groen gras</p>	Intimiteit, alleenheid <p>Natuur, bekende, verwyderd</p> <p>Feetjies, groen/volop water landskappe, vreemde, Kampeer</p>
Gedagtes	Vrede met verlede <p><i>Gedurende leeftyd:</i> vertrouwe, leef in ma se skadu; ‘n buitestaander; nuuskierig oor alles; alles werk perfek uit, tevrede met eie lewe</p> <p><i>Vanaf kindsbeen:</i> spirituele bewustheid, behoefte aan onafhanklikheid, niks het verander; optimisties en nooit moedeloos gevoel, hou van sjokolade</p> <p><i>Positiewe betreffende volwassewording:</i> leer self beter ken, geen druk van portuurgroep en verkry vryheid; aanvaar self en ander met elkeen se verskille en tekortkominge; lesse oor die lewe en leer hoe om te leef; leer</p>	Vrede eie geskiedenis <p>Sekuriteit vs. nie erkenning kry, nuuskierig</p> <p>Spiritualiteit, onafhanklikheid, optimisme, “Nurture”</p> <p>Groei, vryheid, aanvaarding</p>

Afdeling	Teks	Tema(s)
Interpersoonlike verhoudinge	<p><i>Ouers teenoor kind:</i> liefde, respek en verstaan, dissipleneer met hout lepel en gordel en ontnem voorregte, onseker oor hul verstaan; berispe, helde, betreklike goeie verstaan; hul dissipline het emosionele impak, wys misnoeë in reaksie op ongewenste gedrag; meestal verstaan, verwag eerlikheid, verstaan</p> <p><i>Vriende:</i> maak maklik, maak moeilik; behou, behou nie; behou sommige, maak moeilik vriende, indien vriende maak - behou lewenslank</p>	<p>Dissipline, liefde, respek, eerlikheid</p> <p>Vriendskap betoon, onderhouding van vriendskappe</p>
Ontwikkelingsgeskiedenis	<p><i>Baarmoeder - 12 maande:</i> herinneringe van ‘n uitstappie saam ouers, borsvoeding tot 10 maande, gebore naelstring om nek, broeikas vir paar dae; laat gebore, somer, warm, eerste kind; geen herinneringe; slaap deur die nag (3 weke), begin loop, vertel aan blomme dat hul pragtig is, terwyl aan hulle raak;</p> <p><i>12 maande - 2 jaar:</i> gelukkig, tevrede, “potty trained” self en slaap droog; onthou oupa se dood, rooi skoene breek, gejaag deur ‘n gans en daarna vrees; geen herinneringe, familie meen dat respondent bewus was van voorkoms, suster speel sekere musiek terwyl my oppas, familie van 5 toer vir lang afstande op vakansie na verskeie plekke; glip weg van ma in winkel om pa te besoek - steek besige pad oor, dra oupa se hoed</p> <p><i>2-4 jaar:</i> spandeer tyd in pophuis langs dam met riete en rose, ganse en paddas, “feetjies”; spandeer tyd met jonger suster; sny vinger - bloed, besef fisiese kontrole minder effektief as kontrole oor ‘n persoon se gedagtes; kry pop van ma en speel kinderspeletjies met haar, speel met bure se kinders, onthou groot erf en straat waar woonagtig was, sit op pa se skoot nadat by vriende gespeel het, speel met hond; nuwe baba suster kom tuis, ry driewiel fiets (meestal in mure vas), in moeilikheid, want steel versiersuiker vanaf suster se doopkoek, sny pop se hare</p> <p><i>4-7 jaar:</i> spook in plaashuis, geen vrees; stop</p>	<p>Geboorte komplikasies, oorlewing, slaappatrone, groot motoriese ontwikkeling, bewustheid</p> <p>Familie herinneringe, “seperation”/sosiale bereiking, vertrouwe</p> <p>Verken omgewing, sibbe interaksie, fantasie, fisiese bewustheid, diverse ervaringe, veiligheid,</p> <p>Verantwoordelikhede, fantaseer, sosiaal sensitief, materiële bewustheid</p>

Afdeling	Teks	Tema(s)
	<p>gebruik van bottel, buurman vermaak, dreigement deur seun in kleuterskool, persoonlike opmerking deur meisie; begin skoolgaan, dagdroom, bewus van geld, belangstelling in ekonomie; vakansies saam met familie, nuwe hond, skoolgaan, onthou kinders en juffrou, ons kinders speel met pa in tuin; vakansie by see saam met familie, verhuis na nuwe dorp, skool toe, suster druk vinger in muurprop, hou hoenders aan en haal elke dag eiers uit, eerste tandvulsel</p> <p><i>7-12 jaar:</i> dorpskool, losieshuis, aaklig, vrees vir donderweer; idealiseer sekere persone, prestasie, rebellie; sit op skeidsregter se stoel en kyk na leë tennisbaan, warm, ligte gevoel, glo kon sweef, begin beweeg, bang vir hoogte, nie van trap afgetrap, dalk gemediteer?; herinneringe aan skooldae, vriende se verjaardag partytjies, stil in skool, akademies gemiddeld, tekort aan selfvertroue, geniet kunsklasse, groei weg van vriende, alleen, familie verhuis na stad, nuwe skool, nuwe vriende, hoofdogter; spaar nuwe fiets te koop, deel van 'n bende, dorp twee keer oorstroom, neem musieklesse, moes musiekjuffrou en haar honde in gesig staar; interessante en aangename skool, tyd saam harmonieuse familie</p> <p><i>12-18 jaar:</i> pa verander, pa neem besluite namens haar (voorkoms, vriende, stokperdjie, loopbaan); verliefdheid, teleurstelling, geen intieme liefdesverhouding, weerstand teen godsdienstige rituele, speel sport vir tweede span; in koshuis geforseer, oorleef deur te lees en dae te tel om huis toe te gaan, nooit self as deel van groep gesien, haat laasgenoemde, hoërskool, meestal alleen, behalwe vir twee vriende, angs a.g.v. liggaamsoefening-klasse, verhuis na beter woning en buurt, loop skool toe, mis uit op sosiale aktiwiteite vergeleke klasmaats, werk akademies harder en presteer nie so goed soos voorheen; verhuis, eerste keer verlief, na hoërskool, pa kry kanker en oorleef, vel probleme, lewenservaringe</p>	<p>Sosiale aktiwiteite, tekort aan selfvertroue, rebellie, ontwikkeling van vaardighede, aanvaarding, prestasie, aanpassing</p> <p>Intimiteit, godsdiens, behoefte eie besluite neem, in- vs. uit groep, liggaamlike bewustheid, akademie, lewenservaringe</p> <p>Toekomsplanne, huwelik, seksuele ervaringe, eksplorieer, self-aanvaarding, onafhanklikheid, eie besluite, self-kennis, verstandelike ontwikkeling, sosiale aanvaarding, stabiliteit, spiritualiteit, beroep</p>

Afdeling	Teks	Tema(s)
	<p><i>18 jaar +</i>: gelukkige verhouding vir 5 jaar, ontmoet eggenoot, genetiese siekte; desperaat vir aanvaarding, “date raped”, verskeie onaangename seksuele ervarings, eksplorieer buiteland, leer ski, aanvaar self, huwelik; eie lewe begin, verhuis na Kaapstad, studeer UCT, leer om ‘n sweeftuig te vlieg, karate klasse, leer dat geen beperkings tot enige iets, nie eers fisiese beperkings; universiteit, deel van groot groep vriende, voel steeds alleen by tye en mis uit op plesier, begin werk, minder druk te presteer, voel finansiële stabiel, leer ken en aanvaar self, ontwikkel verstandelik en spiritueel gedurende laat twintigs, lees op oor spirituele ontwikkeling en filosofie, koop eie huis en motor, word onafhanklik, maak lewenslange vriende binne twee weke van universiteitsloopbaan, toer deur Afrika, toer oorsee, huwelik; werks-ervarings en meer selfkennis</p>	

ADDENDUM 7

LEWENSGESKIEDENISVRAELYS: KODERING 3

Afdeling	Opsomming van temas in vraelys	Name van temas	Uiteensetting van temas
<i>Algemene inligting</i>	Vroulik Volwassenheid Tersiêre opvoeding		
<i>Beskrywing van probleme</i>	Skaamte; beperkte selfvertroue; tekort aan selfvertroue Tekort aan lewensvaardighede; verandering en aanpassing; voorwaardelike liefde Gesinstruktuur; verhoudings: privaat en familie motivering; aanpassing	Selfvertroue Lewensvaardighede Verhoudings	Skaamte; beperkte selfvertroue; tekort aan selfvertroue Tekort aan lewensvaardighede; verandering en aanpassing; motivering Verhoudings: privaat en familie; gesinstruktuur; voorwaardelike liefde
<i>Persoonlike en sosiale geskiedenis</i>	Spanning vs. aanklank vind by sibbe; tyd/konteks ook as bepalende faktor van aard en verhouding Ouderdom bepalende faktor van aard van verhouding; begryp kind; emosies; beskermende figuur Ouderdom bepalende faktor van aard van verhouding; konfrontasie; ma neem besluite Geluk vs. ongeluk	Tyd/konteks Ouderdom Psigologiese gevolge Outoriteit Modaliteite van menslike bestaan	Tyd/konteks Ouderdom bepalende faktor van aard en verhouding Spanning; emosies; begryp kind; konfrontasie; geluk vs. ongeluk Beskermende figuur; Ma neem besluit Mediese probleme; emosionele en gedragskwessies;

Afdeling	Opsomming van temas in vraelys	Name van temas	Uiteensetting van temas
	Mediese probleme; emosionele gedragsskewings; godsdienst		godsdienst
<i>Gedrag</i>	Menseverhoudings; skeppend; finansies; organisasies Kreatiwiteit; verryking/eksplorasië; verhoudings onderhou Fisiese arbeid; voeding; sosiale omgang; stres Fisiese fiksheid; vaardigheid/horison uitbreiding; betrokkenheid by medemens Verwyderdheid Ontspanning; betekenislose aktiwiteit; skep; gemeenskapsdiens	Skepping Fisiese aktiwiteite Verryking	Skeppend; skep; kreatiwiteit; verhoudings onderhou; mense verhoudings Betekenislose aktiwiteit; fisiese arbeid; fisiese fiksheid; ontspanning; gemeenskaps- betrokkenheid Eksplorasië; verwyderdheid; vaardigheid; horison uitbreiding
<i>Gevoelens</i>	Ambivalente gevoelens	Ambivalente gevoelens	Ambivalente gevoelens
<i>Verbeelding</i>	Intimiteit; alleenheid Natuur; bekende; verwyderd Feetjies; groen/volop water; landskappe; vreemde; kampeer	Emosionele behoefte Natuurskoon	Intimiteit; alleenheid; bekende; vreemde; verwyderd Natuur; groen/volop water; landskappe; kampeer; feetjies

Afdeling	Opsomming van temas in vraelys	Name van temas	Uiteensetting van temas
<i>Gedagtes</i>	Vrede eie geskiedenis Sekuriteit vs. nie erkenning kry; nuuskierig; spiritualiteit; onafhanklikheid; optimisme; vertroeteling; groei; vryheid; aanvaarding	Lewensuitkyk Lewensbenadering	Nuuskierig; optimisme; vryheid; aanvaarding; vrede eie geskiedenis Sekuriteit vs. nie erkenning kry; spiritualiteit; onafhanklikheid; groei; vertroeteling
<i>Interpersoonlike verhoudinge</i>	Dissipline; liefde; respek; eerlikheid Vriendskap betoon; onderhouding van vriendskappe	Interaksie met mense	Dissipline; liefde; respek; eerlikheid; vriendskap betoon; onderhouding van vriendskappe
<i>Ontwikkelings-geskiedenis</i>	<i>Baarmoeder-12 maande</i> Geboorte komplikasies; oorlewing; slaappatrone; groot motoriese ontwikkeling; bewustheid <i>12 maande-2 jaar</i> Familie herinneringe; skeiding/ sosiale bereiking; vertrou <i>2-4 jaar</i> Verken omgewing; sibbe interaksie; fantasie; fisiese bewustheid; diverse ervaringe; veiligheid <i>4-7 jaar</i> Verantwoordelikhede; fantaseer; sosiaal sensitief; materiële bewustheid <i>7-12 jaar</i> Sosiale aktiwiteit; tekort	Oorlewing Fisiese gemak Verbintenis Uitreiking Veiligheid Bewustheid Fantasie Sosiale betrokkenheid Selfontwikkeling Onafhanklikheid	Geboorte komplikasies; oorlewing; slaappatrone; groot motoriese ontwikkeling; bewustheid Familie herinneringe; skeiding/ sosiale bereiking; vertrou Verken omgewing; sibbe; diverse ervaringe Veiligheid Verantwoordelikhede; sosiaal sensitief; materiële bewustheid Fantaseer Sosiale aktiwiteit; tekort aan

Afdeling	Opsomming van temas in vraelys	Name van temas	Uiteensetting van temas
	<p>aan selfvertroue; rebellie; vaardigheidsontwikkeling; aanvaarding; prestasie; aanpassing</p> <p><i>12-18 jaar</i> Intimiteit; godsdiens; behoefte eie besluite neem; in- vs. uit-groep; liggaamlike bewusheid; akademie; lewenservaring</p> <p><i>18jaar+</i> Toekomsplanne; huwelik; seksuele ervaringe; eksploreer; self-aanvaarding; onafhanklikheid; eie besluite; selfkennis; verstandelike ontwikkeling; sosiale aanvaarding; stabiliteit; spiritualiteit; beroep</p>	<p>Spiritualiteit</p> <p>Aanvaarding</p> <p>Toekoms</p> <p>Self in wêreld</p> <p>Kennis</p> <p>Spiritualiteit</p>	<p>selfvertroue; aanvaarding; aanpassing Prestasie; vaardigheidsontwikkeling; rebellie</p> <p>Lewenservaringe; eie besluite neem; akademie</p> <p>Godsdiens</p> <p>In- vs. uit groep; Liggaamlike bewusheid; intimiteit</p> <p>Toekomsplanne; seksuele ervaringe; stabiliteit</p> <p>Eksploreer; self-aanvaarding; onafhanklikheid; eie besluite; sosiale aanvaarding</p> <p>Self-kennis; verstandelike ontwikkeling; beroep</p> <p>Spiritualiteit</p>

ADDENDUM 8

LEWENSGESKIEDENISVRAELYS: KODERING 4

Afdeling	Name van temas	Primêre temas
<i>Baarmoeder -12 maande</i>	Oorlewing Fisiese gemak	Oorlewing
<i>12 maande - 2 jaar</i>	Verbintenis	Verbintenis
<i>2-4 jaar</i>	Uitreiking Veiligheid	Uitreiking
<i>4-7 jaar</i>	Bewustheid Fantasie	Bewustheid
<i>7-12 jaar</i>	Sosiale betrokkenheid Selfontwikkeling	Selfontwikkeling
<i>12-18 jaar</i>	Onafhanklikheid Godsdienst Aanvaarding	Aanvaarding
<i>18 jaar +</i>	Toekoms Self in wêreld Kennis Spiritualiteit	Universaliteit

ADDENDUM 9

CHAKRA-INDEKS: KODERING 1

AFSONDERLIKE RESPONDENTE

Kodering: (sien Addendum 4)

Kwessies

Sterktepunte

Oormaat

TEKORT

TRAUMA

Respondent	Chakra	Teks
Faith	1	Voeding; Vertroue; Gesondheid; Huis; Familie Het goeie gesondheid; is gemaklik in liggaam; het vertroue in die wêreld; kan stil word en ontspan
	2	Beweging; Sensasie; Emosies; Seksualiteit; Plesier Kan plesier ervaar; kan vir ander omgee; kan verandering meemaak.
	3	Pro-aktiwiteit Is verantwoordelik en betroubaar; het gebalanseerde en effektiewe wil; het goeie selfbeeld; het self dissipline
	4	Self liefde; Verhoudings; Om uit te reik en in te neem Kan omgee; kan liefdevol wees; kan empaties wees; kan self liefde gee; het goeie immuniteitsstelsel
	5	Is goeie luisteraar
	6	Intuisie; Verbeelding is probleem; Insig Goeie verbeelding
	7	Geloofstelsel; Visie; Eenheid; Goddelikheid Is wel nugter; het gevoel van spirituele konneksie; is bewus

Respondent	Chakra	Teks
Peter	1	Voeding; Welgesteldheid Goeie gesondheid; vitaliteit; stabiel; kan ontspan en stil word; stabiliteit; welgesteldheid; korrekte lewenstyl <i>Ooreet; lui; bang vir verandering</i> AFGESNY VAN LIGGAAM; SWAK FOKUS EN DISSIPLINE WANVOEDING EN VOEDINGSPROBLEME
	2	Seksualiteit; Plesier Kan plesier ervaar; kan vir ander en self omgee en voed; gesonde grense; emosionele intelligensie koëffisiënt <i>Verleidelike manipulasie; afhanklik van plesier</i> KORT PASSIE, OPWINDING EN BEGEERTE VERWAARLOOS; VERWERPING; ONTKENNING VAN KIND SE EMOSIES
	3	Wil; Pro-aktiwiteit Verantwoordelikheid; gebalanseerde, effektiewe wil; goeie selfbeeld; arm persoonlikheid; selfvertroue; spontaan en sin vir humor; gevoel van persoonlike mag; kan uitdagings hanteer <i>Moet reg wees; manipulerend, hardkoppig</i> SWAK DISSIPLINE; PASSIEFVREES VIR STRAF
	4	Liefdevol; empaties; self liefde; vreedsaam; goeie immuunsisteem <i>Offer te veel op</i> SOMS ONGEDULDIG MET SELF EN ANDER KONSTANTE KRITIEK
	5	Kreatiwiteit; Resonansie Goeie luisteraar; goeie sin vir ritme en tyd; leef kreatief <i>Sukkel om te luister; praat te veel; val ander In die rede</i> TOONDOOF OUTORITÊRE OUERS
	6	Verbeelding <i>Sukkel om te konsentreer</i> SWAK GEHEUE
	7	Eenheid Nugter; gevoel van spirituele konneksie <i>Oor-intellektualiseer</i> SPIRITUELE SINISME
Lynne	1	Het goeie gesondheid; vitaliteit; stabiel; is gemaklik in liggaam; het vertroue in die wêreld; gevoel van veiligheid; kan stil word en ontspan; stabiliteit, welgesteldheid FINANSIËLE PROBLEME
	2	Kan plesier ervaar; kan verandering meemaak; gesonde grense <i>Oormatig emosioneel en sensitief</i>

Respondent	Chakra	Teks
		SWAK SOSIALE VAARDIGHEDE
	3	Is verantwoordelik en betroubaar; het goeie selfbeeld; warm persoonlikheid; selfvertroue; kan uitdagings aanvaar <i>Aangetrokke tot kalmeermiddels; hardkoppig; ambisie en wedyweing</i> KAN MAKLIK GEMANIPULEER WORD
	4	Kan omgee; kan empaties wees; kan self liefde gee; vreedsaam en gebalanseerd; het goeie immuunsisteem
	5	Is goeie luisteraar; Goeie sin vir ritme <i>Praat te veel</i> SUKKEL OM GEVOELEN IN WOORDE OM TE SIT; SUKKEL OM TE PRAAT
	6	Goeie verbeelding; intuïtief; persepsie is goed; goeie geheue; kan drome onthou; kan simbolies dink; kan visualiseer
	7	Kan inligting waarneem en analiseer; is wel nugter; het gevoel van spirituele konneksie
Lynette	1	Vertroue; Gesondheid; Welgesteldheid Goeie gesondheid; stabiel; kan ontspan en stil word <i>Bymekaarmaak van goed</i> AFGESNY VAN LIGGAAM; SWAK FOKUS EN DISSIPLINE; CHRONIESE DISORGANISASIE WANVOEDING EN VOEDINGSPROBLEME
	2	Sensasie; Begeerte Kan plesier ervaar, emosionele intelligensie koëffisiënt <i>Afhanklik van plesier; oorsensitief</i> BANG VIR VERANDERING VERWAARLOOS; VERWERPING; ONTKENNING VAN KIND SE EMOSIES
	3	Selfbeeld; Mag Verantwoordelik; warm persoonlikheid <i>Hiperaktief</i> SWAK SELFDISSIPLINE; LAE SELFBEELD
	4	Selfliefde; Verhoudings; Intimiteit Liefdevol; empaties; vreedsaam <i>Offer te veel op</i> ALLEEN ONHERKENDE ROU
	5	Kommunikasie; Resonansie; Om eie stem te vind Goeie luisteraar; leef kreatief <i>Onderbreek ander</i> INTROVERT; SUKKEL OM GEVOELEN IN WOORDE TE SIT

Respondent	Chakra	Teks
	6	Visualiseer; Drome en visies Goeie geheue; waarneming is goed; kan simbolies dink <i>Sukkel om te konsentreer</i> KAN NIE DROME ONTHOU NIE
	7	Kan inligting waarneem en analiseer; nugter; bewus <i>Distansieer van liggaam</i> LEER PROBLEME
Suzy		
	1	Het goeie gesondheid; vitaliteit; stabiliteit; is gemaklik in liggaam; het vertrouwe in die wêreld; gevoel van veiligheid; kan stil word en ontspan; welgesteldheid; korrekte lewenstyl <i>Rigiede grense</i>
	2	Emosies Emosionele intelligensie koëffisiënt; kan vir ander en vir self sorg
	3	Pro-aktief Is verantwoordelik en betroubaar; gebalanseerde en effektiewe wil; het goeie selfbeeld; selfvertroue; spontaan en sin vir humor; toepaslike selfdisipline; kan uitdagings aanvaar <i>Het nodig om reg te wees; hardkoppig</i> PASSIEF
	4	Om uit te reik en in te neem Kan empaties wees; kan self liefde gee; het goeie immuunsisteem <i>Offer te veel op</i> ONVERDRAAGSAAM TEENOOR SELF
	5	Is goeie luisteraar; goeie sin vir ritme; leef kreatief INTROVERT; SUKKEL OM GEVOELENS IN WOORDE OM TE SIT
	6	Persepsie is goed; goeie geheue; kan drome onthou; kan simbolies dink; kan visualiseer
	7	Kan inligting waarneem en analiseer
Lisa		
	1	Vertroue; Gesondheid en huis en familie Gevoel van vertrouwe in die wêreld; stabiliteit; korrekte lewenstyl <i>Bang vir verandering</i>
	2	Emosies Kan vir ander en self sorg; gesonde grense <i>Oormatig sensitief; emosioneel</i> RIGIDITEIT IN LIGGAAM EN HOUDING
	3	Otonomie Verantwoordelik; warm persoonlikheid <i>Wil reg wees; hardkoppig</i>

Respondent	Chakra	Teks
		PASSIEF; SLAGOFFER-MENTALITEIT
	4	Liefde; intimiteit; uit te reik en in te neem Liefdevol; empaties <i>Offer te veel op</i> VOORWAARDELIKE LIEFDE EN KONSTANTE KRITEK
	5	Om te luister; om eie stem te vind Goeie luisteraar; duidelike kommunikasie SUKKEL OM GEVOELENS IN WOORDE OM TE SIT OORMATIGE KRITEK; OUTORITEIT
	6	Intuisie; Insig; Drome Is intuïtief
	7	Geloofsisteem; Eenheid Bewus van spirituele konneksie

ADDENDUM 10

CHAKRA-INDEKS: KODERING 2

Chakra	Kodering	Teks	Tema(s)
1	<p>Kwessies</p> <p>Sterktepunte</p> <p><i>Oormaat</i></p> <p>TEKORT</p> <p>TRAUMA</p>	<p>Voeding; Vertroue; Gesondheid; Huis; Familie welgesteldheid</p> <p>Goeie gesondheid; is gemaklik in liggaam; het vertroue in die wêreld; kan stil word en ontspan; vitaliteit; stabiel; welgesteldheid; korrekte leefstyl; vitaliteit; gevoel van veiligheid</p> <p><i>Ooreet; lui; bang vir verandering; bymeekaarmaak van goed; rigiede grense</i></p> <p>AFGESNY VAN LIGGAAM; SWAK FOKUS EN DISSIPLINE; FINANSIËLE PROBLEME; KRONIESE DISORGANISASIE</p> <p>WANVOEDING EN VOEDINGSPROBLEME</p>	<p>Voeding (onder en oor); Gesondheid/liggaam vs. afgesny van liggaam; Vertroue/bang vir verandering; Veiligheid/stabiliteit; Welgesteld vs. finansiële probleme; Stil word vs. swak fokus en dissipline</p>
2	<p>Kwessies</p> <p>Sterktepunte</p> <p><i>Oormaat</i></p>	<p>Beweging; Sensasie; Emosies; Seksualiteit; Plesier</p> <p>Kan plesier erbaar; kan verandering meemaak; kan vir ander en self omgee en voed; gesonde grense; emosionele intelligensie koëffisiënt</p> <p><i>Verleidende manipulasie; afhanklik van plesier; oormatig emosioneel en sensitief</i></p>	<p>Seksualiteit; Emosies; Beweging en sensasie vs. rigiditeit; Verandering; Grense en manipulasie in verhoudings; Verwaarlosing en verwerping van kind se emosies</p>

Chakra	Kodering	Teks	Tema(s)
	<i>Oormaat</i> TEKORT TRAUMA	<i>Offer te veel op</i> ONGEDULDIG MET SELF EN ANDER; ALLEEN; ONVERDRAAGSAAM TEENOR SELF KONSTANTE KRITIEK; ONHERKENDE ROU; VOORWAARDELIKE LIEFDE	
5	Kwessies Sterktepunte <i>Oormaat</i> TEKORT TRAUMA	Kreatiwiteit; Resonansie; Kommunikasie; Om eie stem te vind; Om te luister Is goeie luisteraar; goeie sin vir ritme en tyd; leef kreatief; duidelike kommunikasie <i>Sukkel om te luister; praat te veel; onderbreek ander</i> TOONDOOF; SUKKEL OM GEVOELENS IN WOORDE OM TE SIT; SUKKEL OM TE PRAAT; INTROVERT OUTORITÊRE OUERS; OORMATIGE KRITIEK	Kommunikasie; Kreatiwiteit; Tyd en ruimte; Outoritêre ouers; Oormatige kritiek
6	Kwessies Sterktepunte <i>Oormaat</i> TEKORT TRAUMA	Verbeelding; Insig; Visualisering; Drome en visies; Intuisie Kan verbeelding gebruik; intuïtief; persepsie is goed; goeie geheue; kan drome onthou; kan simbolies dink; kan visualiseer <i>Sukkel om te konsentreer</i> SWAK GEHEUE; KAN NIE DROME ONTHOU NIE GEEN	Kognitiewe vermoëns; Verbeelding; Insig; Intuïsie; Drome; Visies

Chakra	Kodering	Teks	Tema(s)
7	Kwessies	Geloof sisteem; Visie; Eenheid; Diviniteit	Geloofsisteme; Eenheid; Diviniteit;
	Sterktepunte	Is wel nugter; het gevoel van spirituele konneksie; is bewus; kan inligting waarneem en analiseer	Oop; Bewus; Spirituele konneksie; Oor intellektualiseer; Sinies; Kan analities dink versus leerprobleme
	<i>Oormaat</i>	<i>Geen</i>	
	TEKORT	SPIRITUELE SINISME; LEER PROBLEME	
	TRAUMA	GEEN	

ADDENDUM 11

CHAKRA-INDEKS: KODERING 3

Chakra	Opsomming van temas	Primêre temas	Uiteensetting van primêre temas
Een	Voeding (oor en oor) Gesondheid/liggaam vs. afgesny van liggaam Vertroue/bang vir verandering Veiligheid/stabiliteit/ <i>grounded</i> Welgesteld vs. finansiële probleme Stil word vs. swak fokus en dissipline	Fisiese ontwikkeling Stabiliteit	Voeding Gesondheid Vertroue Verandering Veiligheid Finansies Stil vs. swak fokus en dissipline
Twee	Seksualiteit Emosies Verwaarlosing en verwerping as kind en van emosies Beweging en sensasies vs. Rigiditeit Verandering Grense en manipulasie in verhoudings	Emosies (of emosionele betrokkenheid) Beweging	Seksualiteit Sensasie Grense en manipulasie in verhouding Verwaarlosing en verwerping as kind en van emosies Verandering Rigiditeit
Drie	Selfbeeld Wil Proaktiewe en outonome optrede Verantwoordelikheid Selfdissipline Selfvertroue Sin vir humor Kan uitdagings hanteer Vrees vir straf	Selfontwikkeling	Selfbeeld Wil Proaktiewe en outonome optrede Verantwoordelikheid Selfdissipline Selfvertroue Sin vir humor Kan uitdagings hanteer Vrees vir straf

Chakra	Opsomming van temas	Primêre temas	Uiteensetting van primêre temas
Vier	Verhoudings en alleenheid Uit te reik In te neem Goeie immuunsisteem Vreedsaam Slagoffer: offer te veel op Konstante kritiek Onherkende rou Voorwaardelike liefde	Sosiale identiteit	Verhoudings en alleenheid Uit te reik In te neem Goeie immuunsisteem Vreedsaam Slagoffer: offer te veel op Konstante kritiek Onherkende rou Voorwaardelike liefde
Vyf	Kreatiwiteit Kommunikasie Outoritêre ouers Oormatige kritiek Tyd en ruimte	Kreatiwiteit Kommunikasie	Kreatiwiteit Kommunikasie Outoritêre ouers Oormatige kritiek Tyd en ruimte
Ses	Kognitiewe vermoëns Insig Verbeelding Intuisie Drome Visies	Kognisie (of verstand) Transendentale bewustheid	Kognitiewe vermoëns Insig Verbeelding Intuisie Drome Visie
Sewe	Geloofsisteem Goddelikheid Oop, bewus, spirituele konneksie Eenheid Oor intellektualiseer, sinies Kan analities dink vs. leerprobleme	Spirituele konneksie Intelligensie	Geloofsisteem Goddelikheid Oop, bewus, spirituele konneksie Eenheid Oor intellektualiseer, sinies Kan analities dink vs. leerprobleme

ADDENDUM 12

CHAKRA-INDEKS: KODERING 4

Chakra	Name van Temas	Primêre Temas
1	Fisiese ontwikkeling Stabiliteit	Fisiese Identiteit
2	Emosionele betrokkenheid Beweging	Emosies
3	Selfontwikkeling	Selfontwikkeling
4	Sosiale identiteit	Sosiale identiteit
5	Kreatiwiteit en Kommunikasie	Self-uitdrukking
6	Kognisie en Transendentale bewustheid	Toestande van bewustheid
7	Spirituele konneksie en Intelligensie	Universaliteit