

Hoofstuk 5: Terapievaardighede en beginsels om die trauma-dinamika-elemente en selfpersepsie van die adolessente wat seksueel misbruik is te verbeter.

5.1 Inleiding

Adolessente kom na terapie met verskillende persoonlikhede en probleme, tydens verskillende ouderdomme. Die terapeut moet besluit wat die beste manier is om met elke individuele adolessent te werk. Volgens Wilson, Kendrick & Ryan (1997:66) moet die terapeut tydens aanvangsbeplanning die volgende drie besluite neem, naamlik: die eerste besluit betrek die kind, die aard van haar probleem en of sy gehelp kan word met behulp van individuele terapie, die tweede besluit betrek die aard van die verwysing, en die motivering en verwagtinge van die verwysingsbron en die derde besluit behels die situasie van die terapeut en of dit wat sy die kind kan bied wel die kind se behoeftes sal aanspreek.

Die adolessent wat seksueel misbruik is, kan 'n verhoogde bewustheid en sensitiwiteit tot terapeutiese sessies hê. Hierdie gevoelens moet deur die terapeut erken en saam met die adolessent ondersoek word (Wilson, Kendrick & Ryan, 1997:171). Dit kan sake insluit soos hoe die adolessent die sessies aan haar portuurgroep en ander verduidelik en of sy gestigmatiseer voel deur die terapie. Die terapeut moet ook bewus wees dat die adolessent wat seksueel misbruik is aanvanklik kan voel dat terapie en die seksuele misbruik eienskappe in gemeen het. Die terapeut kan byvoorbeeld aan die adolessent stel dat hulle 'n spesiale verhouding het en dit wat hulle sê of doen moet konfidensieel bly. Dit kan die adolessent herinner aan die geheimhoudingverhouding met die oortreder. Dit is daarom belangrik dat die terapeut privaatheid aan die adolessent bied, maar ook dit duidelik maak dat sy te eniger tyd die sessie kan verlaat of die inhoud van die sessie met 'n vertrouenspersoon kan bespreek.

Terapie met 'n adolessent wat seksueel misbruik is, vereis 'n toegewydheid tot gereelde sessies oor 'n periode van tyd en goeie verslagskrywing van elke sessie. Vir die adolessent om voordeel te trek uit die terapie, moet sy in staat wees om die terapeut se

toegewytheid ten opsigte van afsprake te kan vertrou (Wilson, Kendrick & Ryan, 1997:73). Met sommige adolessente kan die terapeut 'n direkte en aktiewe benadering inneem, terwyl 'n selfontdekkende, meer indirekte benadering met ander kinders meer bruikbaar is (Geldard & Geldard, 2002:87). James (1989:17) is van mening dat die terapeut direk, oop, intens en met behulp van spel met die kind moet werk ten einde haar te ondersteun om haar verlede asook haar huidige gevoelens en gedrag verwant aan die trauma te aanvaar en om die gedrag wat disfunksioneel is te verander. Aangesien kinders wat seksueel misbruik is, baie keer dit moeilik vind om aspekte van die trauma te verbaliseer, is speltherapie veral geskik om die kinders te help (Bagley & King, 1990:144).

Dit is die navorser se opinie dat indien die terapeut van mening is dat die adolessent baat sal vind by individuele terapie, die terapeut en die verwysingsbron ooreenstem oor die doel en verwagtinge van die terapie en dat die terapeut wel die geskikte persoon is om die adolessent se behoeftes aan te spreek, dat die terapeut oor voldoende kennis moet beskik ten opsigte van terapievaardighede en beginsels tydens terapie met adolessente wat seksueel misbruik is. Die navorser sal daarom in die hoofstuk fokus op terapievaardighede, beginsels wanneer gewerk word met adolessente, die politiek van seksuele misbruik en ontwikkelingsaspekte wat oorweeg moet word ten einde die selfpersepsie-elemente en trauma-dinamika-elemente van die adolessente wat seksueel misbruik is, te verbeter. Die verskillende elemente van selfpersepsie en trauma-dinamika wat met die Kinderfunksioneringsinventaris - Hoërskool gemeet word, sal ten slotte ook uiteensit word.

5.2 Therapievaardighede

Daar is basiese terapievaardighede wat bruikbaar en relevant is vir verskeie fases van die terapeutiese proses. Die terapeut sal tydens terapisessies die volgende terapeutiese funksies moet uitvoer, waartydens een of meer terapievaardighede betrokke is:

5.2.1 Waarneming

Waarneming begin in die aanvangsfase wanneer die terapeut die adolessent se verhouding met sy of haar ouers, die mate waarin die kind skei van haar ouers en die adolessent se algemene gedrag waarneem. Hierdie waargenome inligting is van groot waarde en help die terapeut besluit hoe om voort te gaan (Geldard & Geldard, 2002:89).

Een manier om effektief waar te neem, is om te stop om aktief deel te neem, terug te staan en aandagtig waar te neem. Terwyl die adolessent, waargeneem word, monitor die terapeut haar eie gedrag ten einde seker te maak dat sy nie 'n oordeel vel en interpretasies maak van die adolessent se optrede nie. 'n Ander waarneming wat gemaak kan word, is om op te let wat gebeur as jy as terapeut inbreuk maak in die adolessent se ruimte of optree op 'n direkte manier. Volgens Geldard & Geldard (2002:90-92) is van die belangrikste dinge om waar te neem die volgende:

- **Algemene voorkoms.** Dit sluit in hoe die adolessent aangetrek is, die adolessent se vlak van bewustheid, of enige afwykings van die normale.
- **Gedrag.** Is die adolessent se gedrag versigtig en sag of aggressief en raserig? Toon die adolessent gevaarlike gedrag? Is die adolessent bereid om risiko's te neem? Is die adolessent afhanklik van die terapeut se deelname? Hoe reageer die adolessent op fisiese kontak? Het die adolessent geskikte grense? Gebruik die adolessent verdedigingsmeganismes, soos onderdrukking, vermyding, ontkenning of dissosiasie?
- **Gemoedstoestand.** Die adolessent se gemoedstoestand gee idees oor die adolessent se onderliggende emosionele toestand. 'n Adolessent kan gelukkig of hartseer of bang voorkom of kan min emosie toon. Dit is ook belangrik om enige veranderinge in die adolessent se gemoedstoestand op te merk asook die adolessent se vlak van emosionele reaktiwiteit tydens sessies.

- **Intellektuele funksionering of denkprosesse.** Vir 'n aanduiding van kinders tussen vier en agtjarige ouderdom se intellektuele funksionering, kan die kind betrek word om 'n spesifieke taak uit te voer, byvoorbeeld legkaart bou, liggaamsdele noem of kleure identifiseer. Met adolessente sal 'n algemene gesprek die adolessent se vermoë om probleme op te los, te konseptualiseer en insigvlak aandui. Om te bepaal of 'n adolessent kan onderskei tussen plek, persone en tyd, kan vrae oor onlangse gebeure gestel word.
- **Taal en spraak.** Om 'n gesprek met die adolessent te voer gee aan die terapeut die geleentheid om 'n aanvangsassessering van die kind se spraak- en taalvaardighede te maak. Die adolessent kan byvoorbeeld frustreerd raak indien sy dit moeilik vind om haarself uit te druk, of kan van baie nie-verbale metodes gebruik maak om te kommunikeer of die adolessent kan dalk hakkel.
- **Motoriese vaardighede.** Groot- en fynmotoriesevaardighede moet waargeneem word. Sit of loop die adolessent die meeste van die tyd, hoe beweeg die adolessent, maklik of moeilik? Angstige adolessente toon soms verskille in hul asemhalingskontrole. Let op hoe die adolessent asemhaal en of sy asem ophou of sug.
- **Spel.** Neem waar of die adolessent se spel geskik is vir die kind se ouderdom, of dit kreatief of stereotiep is, herhalend of beperk is. Die terapeut kan die kwaliteit van die spel waarneem, is dit doelgerig en is daar 'n volgorde en of die spelmateriaal aanvaarbaar gebruik word. Die terapeut moet let op die uitdrukking van fantasie en temas asook ouderdom geskikte gedrag.
- **Verhouding met die terapeut.** Die adolessent se vriendelikheid, oogkontak, sosiale vaardighede en dominante interaktiewe styl dra alles inligting by wat die terapeut benodig tydens die terapeutiese proses. Die terapeut moet daarop let of die adolessent hoofsaaklik onttrek, geïsoleerd voorkom, vriendelik is, vertrouenswaardig is,

kompetierend is, of saamwerk. Die terapeut moet belangstelling toon wanneer die adolessent sy storie vertel en aktiewe luistervaardighede gebruik.

5.2.2 Om aktief te luister

Deur te luister en waar te neem help die terapeut die adolessent om haar storie te vertel en om probleme te identifiseer. Sodoende weet die adolessent ook dat die terapeut aandag gee en die inligting waardeer. Die terapeut kan deur aktief te luister aan die adolessent toon dat sy gewillig is om die adolessent se wêreld te betree en die adolessent se siening van die wêreld respekteer. Dit vereis intense konsentrasie van die terapeut om teen die adolessent se pas te beweeg, om die adolessent te aanvaar, om gevoelens te reflekteer en om die adolessent se bewuswording van gevoelens te verhoog (Wilson, Kendrick & Ryan, 1997:24). Volgens Geldard & Geldard (2002:93-99) is daar vier hoof komponente om aktief te luister, naamlik:

- **Pas aan by die kind se liggaamstaal.** ‘n Effektiewe manier om die terapeut-adolessentverhouding te bevorder is vir die terapeut om op ‘n normale en gemaklike wyse by die adolessent se nie-verbale gedrag en houding aan te pas. Dit gee aan die adolessent die boodskap dat die terapeut luister, byvoorbeeld as die adolessent op die grond sit, kan dit bruikbaar wees as die terapeut dit ook doen. Die terapeut kan ook aanpas by die spoed waarvolgens die kind praat en die adolessent se stemtoon. Na ‘n ruk kan die situasie ook omgeruil word: nadat die terapeut by die adolessent aangepas het, is adolessente geneig om later by die terapeut aan te pas. Dit sluit ook in dat die terapeut moet aanpas by die adolessent se gebruik van oogkontak, waarmee die adolessent gemaklik voel. Sommige adolessente voel meer gemaklik en is in staat om vrylik te praat, as hul vermy om oogkontak te maak en deelneem aan ‘n aktiwiteit terwyl hul praat. Die spelterapeut se fisiese teenwoordigheid, nie-verbale houding en eenvoudige reaksie of reflektiewe stellings is belangrik tydens terapeutiese interaksie (West, 1996:163). Volgens Wilson, Kendrick & Ryan (1997:25) moet die terapeut let op enige teenstrydighede tussen woorde en liggaamstaal wat kan dui op spanning of onderdrukking van gevoelens. Die fisiese afstand tussen die terapeut en die

adolescent wat seksueel misbruik is, moet oorweeg word. Tydens die seksuele misbruik het die adolescent alreeds indringing van haar persoonlike spasie en privaatheid deur die oortreder beleef (Wilson, Kendrick & Ryan, 1997:173). Die adolescent moet dus in beheer wees van die afstand tussen haar en die terapeut.

- **Die gebruik van minimale reaksie.** Dit toon aan die persoon wat praat dat die ander persoon luister. Hierdie reaksies is soms nie-verbaal, byvoorbeeld om instemmend met die kop te knik. Of minimale verbale reaksie sal byvoorbeeld wees: “Ah-ha” of “Ja” of “Ek verstaan”. Dit moet egter aanmoedigend wees en nie oordelend nie. ‘n Minimale respons is slegs ‘n aanduiding dat die adolescent gehoor word en moet op die regte tyd gebruik word. Volgens Wilson, Kendrick & Ryan (1997:24) is dit belangrik dat die adolescent die geleentheid kry om te deel wat sy wil kommunikeer.
- **Die gebruik van refleksie.** Die adolescent benodig ook versekering dat die terapeut aandag gee aan die inhoud en inligting van die storie en die terapeut kan dit doen deur refleksie. Daar is twee tipes refleksies, naamlik refleksie van inhoud en refleksie van gevoelens en ‘n kombinasie van die twee soorte. Die terapeut reflekteer dus terug wat die adolescent vir die terapeut gesê het. Die terapeut kies dus die belangrikste uit van wat die adolescent gesê het en druk dit weer uit op ‘n duideliker manier en in die terapeut se eie woorde (West, 1996:164). Refleksie kan ook gebruik word tydens die terapeut se waarneming van die adolescent se spel. Ten einde te begryp wat die adolescent voel, moet die terapeut reflekteer hoe sy die situasie verstaan; op so ‘n manier dat die adolescent se bewuswording en begrip van haar gevoelens en gedrag verhoog (Wilson, Kendrick & Ryan, 1997:26). Refleksie moet gestel word in taal wat die adolescent verstaan, maar dit moet nie net herhaling van die adolescent se woorde wees nie, want dit kan die adolescent irriteer.

Refleksie van gevoelens is ‘n belangrike terapievaardigheid omdat dit die adolescent se bewustheid van gevoelens verhoog, dit moedig die adolescent aan om gevoelens te hanteer en om dit nie te vermy nie. Die terapeut moet duidelik onderskei tussen denke en gevoelens en moet nie die twee verwar nie. Denke vereis gewoonlik ‘n sin

om dit te beskryf, byvoorbeeld: “Ek dink vroue is beter terapeute”, terwyl ‘n woord ‘n gevoel kan beskryf, naamlik: “Hartseer”. Die terapeut moet die adolessent help om negatiewe gevoelens te verander of hanteerbaar te maak. Om gevoelens te reflekteer sluit in om te sê: “Jy is teleurgesteld”. Adolessente vermy baie keer gevoelens omdat hul die pyn wat daarmee geassosieer word wil vermy. Wanneer hul egter kontak maak met gevoelens beteken dit gewoonlik dat hul emosioneel vorentoe beweeg en beter besluite sal kan neem in die toekoms. Baie keer wys kinders nie-verbaal en indirek hoe hulle voel.

- **Die gebruik van opsomming.** Die terapeut gebruik opsomming deur inligting te reflekteer vanuit ‘n paar stellings wat die kind oor ‘n verloop van tyd gemaak het (West, 1996:164). Dit vat die hoofpunte van die inhoud saam, asook die gevoelens wat die adolessent beskryf het. Dit plaas die inligting in ‘n georganiseerde formaat, sodat die adolessent ‘n duidelike beeld het en meer gefokus is. Opsomming kan ook bruikbaar wees wanneer die terapisessie getermineer moet word. Vervolgens sal daar gefokus word op vaardighede om die adolessent se vlak van bewuswording te verhoog, sodat die moontlikheid van emosionele en gedragsverandering verhoog.

Deur aktief en aandagtig te luister, vereis intense konsentrasie van die spelterapeut. Dit laat ook aan die adolessent tyd en ruimte om te deel wat sy wil. Volgens West (1996:163) moet die terapeut bewus wees van nie-verbale leidrade en teenstrydighede opmerk soos tussen woorde en liggaamstaal. Die terapeut moet fokus op die hier-en-nou en luister na haar eie gevoelens en of sy verstaan hoe die kind voel.

5.2.3 Help die adolessent om haar storie te vertel

Baie adolessente wat kom vir terapie het probleme wat te pynlik vir hulle is om te konfronteer, en dit is weggesteek in die adolessent se onderbewussyn. Sommige adolessente het misinterpretasies oor traumatiese gebeure van die verlede as gevolg van inligting wat onderdruk word omdat dit te pynvol is. Bewustheid van die probleme moet vaardig en versigtig gedoen word, sodat die adolessent dit kan konfronteer teen haar pas,

wat aanvaarbaar is vir die adolessent, sodat geen verdere trauma veroorsaak word nie (Geldard & Geldard, 2002:100). Vir terapie om effektief te wees, moet die kind fokus op relevante sake met verhoogde bewustheid en moet die geassosieerde pyn ervaar word. Dit sal slegs gebeur as die terapeut geskikte terapievaardighede gebruik in 'n geskikte omgewing waarin die adolessent in staat voel om sy storie te vertel selfs al is dit pynvol. Volgens Geldard & Geldard (2002:101-106) word hierdie omgewing geskep deur die gebruik van die volgende, naamlik:

- **Waarneming en om aktief te luister.** Soos reeds bespreek, sien punt 5.2.1 en 5.2.2, is waarneming en om aktief te luister bruikbaar om die adolessent te help en in staat te stel om haar storie te vertel.
- **Die gebruik van vrae.** Volwassenes verwag van kinders om antwoorde te gee op te veel vrae. As kinders wat speel waargeneem word, sal opgemerk word dat hulle baie min vrae vir mekaar vra. Hulle sal eerder stellings maak van wat hulle doen of waarneem. Omdat kinders die persoon wat die vrae vra tevrede wil stel, is hulle antwoorde nie altyd wat die kind dink waar is nie, of wat die kind dink nie. Net so sal die terapeut wat op vrae staatmaak nie ontdek wat die kind regtig dink nie, maar kan dalk misleidende antwoorde kry wat nie bruikbaar in die terapeutiese proses is nie. Wilson, Kendrick & Ryan (1997:27) waarsku ook die terapeut daarteen om te veel vrae te vra. Indien vrae, veral “hoekom”-vrae, aan die adolessent gevra word, kan dit die boodskap oordra dat die terapeut nie verstaan nie en kan dit die kind gespanne maak.

Nog 'n probleem met vraagstellings is dat die rigting van die sessie beïnvloed en beheer word deur die vrae wat die terapeut vra. As die terapeut te veel vrae vra, kan die adolessent vinnig leer om vrae te verwag en ophou om self te dink en praat oor wat belangrik is vir haar. Vrae kan egter 'n belangrike hulpmiddel wees om bewustheid te verhoog as dit reg gebruik word. Daar is twee tipes vrae, naamlik: oop vrae en geslote vrae. Geslote vrae lei na 'n spesifieke antwoord, soos “ja” of “nee” of antwoorde met spesifieke inligting soos: “Dertien”. Dit is 'n vraag soos: “Hou jy van

skool?”. Probleme met geslote vrae is dat die kind ‘n kort feitlike antwoord gee en nie uitbrei nie, dat die adolessent beperk voel deur die vraag; die adolessent wag vir nog ‘n vraag in plaas daarvan dat die adolessent vry voel om te praat.

Oop vrae is bruikbaar, omdat jy as terapeut die adolessent wil aanmoedig om vrylik te praat oor belangrike sake, byvoorbeeld: “Wat kan jy vir my vertel van jou skool?” Dit gee aan die adolessent die geleentheid om vrylik te dink en nooi die adolessent uit om ‘n uitgebreide antwoord te gee sonder om beperk te word deur die terapeut se agenda. Probeer vermy om “hoekom” vrae te vra, want die antwoord is gewoonlik verwant aan sake en gebeure ekstern van die adolessent, en is nie verbind met die adolessent se innerlike ervaring nie. Vra slegs vrae wat nodig is, wanneer geskik gebruik eerder oop vrae, moenie “hoekom” vrae vra nie en moet nooit vrae vra om jou eie nuuskierigheid tevrede te stel nie.

Volgens West (1996:167) moet vrae spaarsaam gebruik word deur die spelterapeut. Te veel direkte vrae moet vermy word, tensy die terapeut vergroot wat die adolessent gesê het. Kinders en adolessente vind “wat” vrae makliker om te antwoord as “waarom” en “hoekom” vrae. Die probleem met vraagstelling is dat die adolessent geneig is om dit soms te interpreteer dat dit moontlik versteekte boodskappe het, selfs al was dit nie die terapeut se bedoeling nie (O’Connor, 2000:280). Indien die terapeut byvoorbeeld aan die adolessent vra: “Hou jy nie van skool nie?,” kan die adolessent die boodskap kry dat die terapeut dink dat sy veronderstel is om van skool te hou. Dit is daarom die beste as die terapeut vraagstelling minimaal gebruik of eerder verhelderende vrae gebruik ten einde beter te probeer verstaan hoe die adolessent ‘n gebeurtenis ervaar het.

- **Die gebruik van stellings.** Stellings van die terapeut kan waardevol wees en die adolessent help om nie af te dwaal wanneer sy haar storie vertel nie en help om bewustheid te verhoog oor belangrike sake en verwante emosies. Stellings kan die adolessent toestemming gee om ‘n spesifieke emosie te ervaar en uit te druk, byvoorbeeld: “As ek kwaad is, praat ek met ‘n harde stem”. Stellings kan die

terapeut help om idees te lug van wat met die adolessent gebeur op daardie oomblik, byvoorbeeld: “As ek jy was, sou ek skaam gevoel het.” Stellings help die sterkpunte van die adolessent bekragtig, byvoorbeeld: “Jy moet braaf wees om dit te kon doen.” Stellings kan gebruik word om belangrike gebeure uit te lig, byvoorbeeld: “Dit is moeilik vir jou om speelgoed te kies.” Stellings kan gebruik word om terugvoer te gee oor wat die adolessent doen, byvoorbeeld: “Ek sien jy maak ‘n vrou van die klei.” Stellings kan gebruik word om bewustheid van ‘n element van die adolessent se aktiwiteit te verhoog, byvoorbeeld: “Ek sien die muis kruip weg. Ek wonder of die muis bang is om gevang te word.”

- **Die gebruik van media.** Media voorsien die adolessent met ‘n aktiwiteit om die kind se belangstelling te hou en gefokus te bly. Deur media vertel die adolessent haar storie direk of indirek (deur projeksie). Media kan die adolessent help om kontak te maak met haar gevoelens en kan ‘n middel wees waardeur die kind haar gevoelens uitdruk. Aanvanklik kan die terapeut die adolessent uitnoui om te praat oor hoe dit voel om die media te gebruik en sal direk fokus op wat die adolessent doen met die media. Later in die terapeutiese proses, sal die fokus verskuif na die adolessent se lewensituasie en onvoltooidhede. Indien die adolessent haar storie deur die media vertel, kan die terapeut vra: “Is dit ook so in jou lewe?” of “Miskien is daar nie so baie genot in jou lewe nie.” Dit kan die adolessent help om betrek te word by gesprekvoering tussen verskillende dele van haar storie of tekening. Let op die adolessent se liggaamshouding, stemtoon, stiltes en asemhaling. Die terapeut kan byvoorbeeld noem: “Ek het opgemerk jy sug, hoe voel dit as jy op een slag al daardie lug uitlaat?”

5.2.4 Die hantering van weerstand en oordrag

Die kind sê met behulp van weerstand: “Stop, ek moet net hier stop. Dit is te moeilik en gevaarlik” (Oaklander, 1988:198). Weerstand word gesien as ‘n normale en noodsaaklike aspek tydens die gestaltpelterapeutiese proses (Blom, 2004:60). Soos ‘n adolessent bewus word van onderdrukte materiaal of emosionele pyn, is die adolessent

geneig om spontaan enige verdere ondersoek te blokkeer en enige verdere bespreking van pynvolle gebeure te vermy (Geldard & Geldard, 2002:107). Die adolessent kan onttrek en stil word of luidrugtig word. Dit kan gesien word as weerstand in die terapeutiese proses. Dit kan bewustelik wees of sonder dat die adolessent besef dit gebeur op 'n sub-bewustelike vlak.

As die terapeut die adolessent te gou oor pynlike sake wil laat praat, dan sal die adolessent se angsvlakke verhoog en die adolessent sal nie meer veilig voel tydens terapie nie. Die adolessent moet eerder gehelp word om die blokkasie te hanteer eerder as om die weerstand te probeer ignoreer (Geldard & Geldard, 2002:107). Volgens Blom (2004:38) is weerstand die kind se manier om na haarself te kyk en dit moet verwag, erken en gerespekteer word tydens die terapeutiese proses.

Volgens Blom (2004:62) hang die manier waarop weerstand hanteer word af van wanneer en hoe dit voorkom tydens die terapeutiese proses. Die terapeut moet sensitief wees tot die manier waarop weerstand voorkom, ten einde op 'n aanvaarbare manier daarop te reageer. Die adolessent se bewustheid van die weerstand moet verhoog word, en terugvoer daarvoor moet gegee word, byvoorbeeld: "Jy kan dalk bang wees om te praat daarvoor om huis toe te gaan na jou ouers, ek hardloop weg as ek bang is, nes jy." Die terapeut dra dus die boodskap oor dat dit aanvaarbaar is om bang te wees en om daarom te onttrek. Indien die adolessent dan veilig voel om voort te gaan, kan die terapeut vrae vra om die adolessent te help om die weerstand te verstaan en daardeur te werk. Indien die adolessent steeds weerstand toon, moet die terapeut die media verander, die adolessent tyd gee om dit te proses wat gebeur het en nuwe geleenthede moet aan die adolessent gegee word om haar storie te vertel en weerstand te konfronteer. Dit kan volgens Geldard & Geldard (2002:73) tesame met refleksie en opsomming gebruik word. Geldard en Geldard (2002:108-109) identifiseer die volgende gedrag wat adolessente en kinders gebruik om hulleself daarteen te beskerm om pynlike sake te ervaar, naamlik:

- Regressie. Jonger kinders kan angs hanteer deur regressiewe gedrag te toon deur terug te gaan na 'n vroeër fase van ontwikkeling.

- Ontkenning. Deur die waarheid te verdraai, beskerm die adolessent haarself teen ongemaklike gevoelens.
- Vermydning. Die adolessent kan byvoorbeeld die onderwerp van die gesprek verander wanneer dit te pynlik vir haar word.
- Onderdrukkings. Wanneer pynlike ervarings onderdruk word, kan die herinneringe hiervan heeltemal verplaas word uit die adolessent se geheue.
- Projeksie. Soms projekteer die adolessent gevoelens op ander persone of voorwerpe.
- Intellektualisering en rasionalisering. Beide intellektualisering en rasionalisering help die adolessent om te praat oor ervarings sonder om kontak te maak met die emosies wat daarmee gepaardgaan.
- Reaksie formasie. Wanneer die adolessent bekommerd word oor die oorweldigende, sterk negatiewe emosies, kan sy sonder dat sy weet dat sy dit doen, hierdie gevoelens verander in gevoelens van presies die teenoorgestelde.
- Gebruik van verdedigingsmeganismes. Wanneer verdedigingsmeganismes uitermatig baie gebruik word, kan die adolessent se vermoë tot ouderdomsvanpaste vaardighede, persoonlike verhoudings en genot beïnvloed word.

Soms is dit onvoorkombaar dat oordrag en teenoordrag voorkom tydens die terapieproses. Oordrag is wanneer 'n adolessent denke, gedrag en gevoelens wat voorkom vanuit een situasie of persoon van die verlede, na 'n ander persoon of situasie in die hede oordra. (Vergelyk West, 1996:169; O'Connor, 2000:323.) As dit egter geïgnoreer word wanneer dit voorkom, sal die kwaliteit van die terapeut-kindverhouding verander en die terapeutiese proses beïnvloed word (Geldard & Geldard, 2002:112). Ouerlike oordrag kan voorkom wanneer die adolessent teenoor die terapeut optree as die goeie of slegte ouer (O'Connor, 2000:325). Die adolessent kan byvoorbeeld die terapeut probeer betrek by 'n gesprek oor hoe dit sou gewees het indien die terapeut haar moeder was. Dit kan die terapie direk bedreig indien dit nie geskik hanteer word nie. Die terapeut moet dit nie net met die adolessent aanspreek nie, maar ook met die ouers wat bedreig kan voel deur die adolessent se band met die terapeut. Die onderliggende behoeftes en motiewe vir die oordrag moet ondersoek word.

Teenoordrag is die emosies, denke en gedrag wat voorkom as gevolg van sake van die verlede wat die terapeut na die terapeutiese verhouding bring (West, 1996:169). Wanneer die terapeut vermoed dat oordrag of teenoordrag voorkom, moet die terapeut so objektief as moontlik wees. Die beste manier is om met 'n supervisor te praat. Die terapeut moet tydens terapie vermy om op te tree soos die adolessent se ouer (teenoordrag) en die adolessent se bewustheid van die oordragproses moet verhoog word. Die terapeut moet haar eie gevoelens erken en hanteer soos dit voorkom, die versoeking om te reageer soos die adolessent se ouer weerstaan, die adolessent se bewustheid van haar gedrag verhoog en die situasie gebruik om die adolessent se siening van ma-kindverhouding in die algemeen te ondersoek en dan na die ma-kindverhouding wat die kind by die huis ervaar, kyk (Geldard & Geldard, 2002:113).

Volgens O'Connor (2000:327) kan teenoordrag hanteer word deur 'n vlak van selfbewustheid te behou wat die terapeut toelaat om haar behoeftes buite die terapisessies te bevredig. Die terapeut kan self terapie of supervisie kry, maar teenoordrag is 'n aspek wat aktief aangespreek moet word voordat dit 'n negatiewe gevolg op die adolessent en haar gesin het.

5.2.5 Die hantering van onaanvaarbare en selfdestruktiewe gedrag

Soos kinders grootword, absorbeer hulle idees en gelowe van die kinders en volwassenes om hulle. Dit is die normale manier waarop kinders leer wat aanvaarbaar is en wat nie, met betrekking tot persoonlike en sosiale gedrag. Ongelukkig is sekere idees wat adolessente absorbeer nie bruikbaar nie, maar veroorsaak emosionele probleme (Geldard & Geldard, 2002:116). Wanneer adolessente vashou aan hierdie onaanvaarbare idees, kan die adolessent angstig en neuroties word en probleme ondervind met interpersoonlike verhoudings. Die terapeut benodig strategieë wat die adolessent in staat sal stel om die onaanvaarbare of selfdestruktiewe idees met meer bruikbare idees te vervang.

Dit is soms nodig om die ouers in die proses te betrek, omdat dit ouers se verantwoordelikheid is om adolessente te help om idees te leer wat bruikbaar vir hulle is.

Idees of situasies wat onaanvaarbaar of selfdestrukties is, is byvoorbeeld: “Ek is verantwoordelik vir die feit dat my pa my ma slaan.” Na trauma, glo adolessente soms dat ‘n onveranderlike negatiewe verandering gebeur het wat sal voorkom dat hulle lewens weer na normaal sal terugkeer (Geldard & Geldard, 2002:116).

- **Die terapeut kan die onaanvaarbare idees of selfdestruktiese gelowe uitdaag** deur die adolessent se huidige idee te reflekteer, die adolessent te help om die waarde daarvan te toets deur te identifiseer waar dit vandaan kom, die logika van die adolessent se denke te ondersoek, die adolessent se bewustheid van ongegronde inligting te verhoog, die adolessent help om uit te lig wie verantwoordelik is vir watter gedrag - hy of ander. Dit alles stel die adolessent in staat om die wanaangepaste idees met meer aanvaarbare idees te vervang (Geldard & Geldard, 2002:117).
- **Die manier waarop die kind die situasie sien, kan geherstruktureer word** deur die adolessent se idee van die wêreld te aanvaar en die idee uit te brei sodat addisionele inligting ingesluit word sodat die adolessent die situasie anders en meer konstruktief sien, byvoorbeeld: “Dink jy dit is moontlik dat jou broer vir jou omgee en daarom keer dat jy in die moeilikheid kom deur te vra dat jy jou kamer moet netjies hou?” (Geldard & Geldard, 2002:119).
- **Normalisering.** Soms is dit nodig vir ‘n adolessent om te weet dat haar gevoelens, denke of gedrag dieselfde is as die van ander, byvoorbeeld: “Baie kinders wie se ouers geskei is, glo dat dit hulle fout is” (Geldard & Geldard, 2002:119).

5.2.6 Fasiliteer positiewe gedragsverandering

Vroeër is vaardighede beskryf wat vereis word vir waarneming, aktiewe luister en om die adolessent te help om haar storie te vertel. Hierdie vaardighede help die adolessent om denke en emosies te integreer (Geldard & Geldard, 2002:119). Om die adolessent te help om kognitiewe begrip vir al die elemente van haar trauma te ontwikkel, moet die adolessent gehelp word om onvanpaste en selfdestruktiese idees uit te daag. Dan kan die

adolescent haar opsies en keuses begin ondersoek en met nuwe gedrag begin eksperimenteer.

- **Ondersoek opsies en keuses.** As gevolg van die adolescent se ervaringe in die verlede, leer die kind gedrag wat onaanvaarbaar is vir ander en geen waarde het nie, en moet daarom ander opsies en keuses ondersoek. As 'n adolescent se gedrag verander, moet die adolescent soms onaangename reaksies van ander hanteer. In sommige gevalle is die adolescent nie in staat om die reaksies van ander te hanteer nie en het nie die vaardigheid om die nuut ontdekte gedrag uit te voer nie (Geldard & Geldard, 2002:120). As 'n adolescent besluit om anders op te tree, loop die adolescent 'n risiko, want die adolescent weet nie hoe ander daarop gaan reageer nie. As die adolescent egter geen veranderinge maak nie moet die adolescent die pyn wat sy ken, verduur. Dit is dus moeilik vir die adolescent om die besluit te neem om gedrag te verander, haar eie gevoelens asook die reaksies van ander te hanteer.

Die terapeut moet die adolescent help om te verstaan dat wanneer 'n besluit geneem word, dit nie slegs 'n keuse tussen reg en verkeerd is nie (Geldard & Geldard, 2002:121). Die terapeut kan slegs alternatiewe oplossings voorstel en moet nooit die adolescent probeer oortuig nie. Die adolescent sal slegs keuses deurvoer wat sy self gemaak het en haar pas. Die ondersoek van opsies en keuses sluit in die opweeg van voordele en nadele van 'n keuse, kyk na die risiko's indien gedrag verander, wees realisties oor moontlike verliese en kostes en verstaan dat daar reaksies van ander kan wees as gevolg van die veranderende gedrag.

- **Inoefening en eksperimentering van nuwe gedrag.** Met behulp van 'n aksieplan kan die terapeut die adolescent help om die doelwitte te identifiseer wat die adolescent hoop om te bereik, en daar kan gekyk word hoe hierdie doelwitte bereik kan word. Die terapeut kan dan die adolescent help om die plan te implementeer, wanneer die beste tyd is om dit uit te voer asook die plek om die nuwe gedrag in te oefen. Besprekings met die adolescent se ouers kan verseker dat die kind

aangemoedig en beloon word wanneer nuwe en aanvaarbare gedrag ingeoefen word (Geldard & Geldard, 2002:122).

5.3 Algemene beginsels tydens werk met adolessente wat seksueel misbruik is

Werk met adolessente is beide uitdagend en belonend en vereis versigtige hantering om struikelblokke in die vorming van 'n vertrouensverhouding te vermy. Aangesien adolessente veral gemengde gevoelens oor volwassenes in 'n posisie van mag het, moet die terapeut ekstra moeite doen om vertrouenswaardig te wees, 'n veilige en geskikte konteks te skep waarin die adolessent voel die terapeut gee om, respekteer hom of haar en wil help om potensiële groei te maksimaliseer (Gil, 1996:185).

Duidelike grense is nodig om terapeutiese doelwitte te bevoordeel. Gil (1996:185) het een terapeutiese fout opgemerk en dit is as terapeute die adolessent wil bevriend deur “cool” te probeer wees. Seksueel misbruikte kinders kan ervaringe gehad het met verwikkelde of te los grense en kan dus sekerheid in 'n verhouding soek. Om geskikte kliniese grense te vestig sal ook help in die proses om vertrouenswaardig te word.

Die volgende beginsels is bruikbaar in terapeutiese benaderings met kliënte in die algemeen, maar bevorder veral die bou van 'n terapeutiese vertrouensverhouding met seksueel misbruikte adolessente:

5.3.1 'n Nie-beoordelende houding

Adolessente is sensitief oor volwassenes se oordeel oor hul gedrag. Volgens Gil (1996:155) is daar twee dinge wat sy doen wanneer 'n adolessent na haar verwys word as gevolg van problematiese gedrag, naamlik:

- Sy ondersteun die bedoeling van die gedrag en herformuleer dit as iets potensieel bruikbaar vir die kind en
- Sy probeer bepaal of die gedrag in 'n mate 'n probleem vir die adolessent is.

Gil (1996:156) beskryf 'n voorbeeld waartydens sy empaties na Amos (13 jarige) se kant van die storie geluister het, wat sodoende daartoe gelei het dat sy gedrag by die skool as 'n probleem geïdentifiseer is. Amos se pleegouers is deur die skool ingelig van sy gedrag by die skool, hulle het meer bekommerd geword en het hulle toesig oor hom verhoog. Sy het sodoende iets gehad waaraan hulle kon werk. Gil (1996:156) spreek dus nie die adolessent direk aan om die gedrag te stop nie, selfs al is dit haar doel. Indien 'n terapeut vir 'n adolessent voorsê wat om te doen en wat om nie te doen nie, sal dit presies die teenoorgestelde gevolg het as wat die terapeut wou gehad het.

5.3.2 Nooi die adolessent uit om te sê wat sy wil

Nog 'n strategie om weerstand aan te spreek is om te kommunikeer dat die adolessent in beheer is van wat sy sê in terapie. Volgens Gil (1996:163) lig sy die adolessent in dat sy so baie of so min as wat sy wil kan sê en dat die adolessent kan oordeel wanneer sy gemaklik voel om te sê wat ookal sy wil. Gil (1996:163) toon ook haar respek vir die adolessent se vermoë deur aan die adolessent die geleentheid te gee om die waarheid vanuit haar perspektief te vertel deur te sê: “Vertel vir my wat jy dink ek moet weet van jou.”

Gil (1996:164) beskryf 'n voorbeeld van 'n seun wie se ouers hom verwys het as gevolg van 'n probleem by die huis. Gil (1996:164) het die seun gevra om haar te vertel wat sy moet weet. Hy het haar vertel dat hy nie meer dwelms gebruik nie, maar dat sy ouers dit nou vererger, want hulle hou hom die heelyd dop en krap in sy goed. Hy het Gil (1996:164) meegedeel dat sy suster dwelms gebruik het, opgehou het en toe 'n oordosis geneem het en dat hulle nou “weird” is met hom. Die seun kon dus sy perspektief beskryf en dit het duidelik geword dat sy ouers se manier om hom te probeer help met sy dwelmprobleem hom nie help nie, maar dit net vererger.

5.3.3 Wees positief

Dit neem soms baie kreatiewe krag om positief te wees met sommige adolessente wat ongeskik, aggressief of passief kan wees; tog ontwapen dit die kind wanneer die terapeut 'n positiewe houding inneem teenoor hulle. Gil (1996:165) beskryf 'n voorbeeld toe sy met 'n steurende adolessent wat baie in 'n groep praat, te doen gehad het. Sy sal byvoorbeeld sê: “Dit hou nooit op om my te verstom oor die hoeveelheid verskillende maniere wat jy gebruik om die ander se aandag op jou te fokus nie; jy het baie maniere waarop jy dit laat gebeur.” Die navorser probeer tydens terapiessessies die adolessent betrek by bespreking van die positiewe aspekte in moeilike situasies en poog sodoende om ook die adolessent se bewustheid daarvan te verhoog sodat selfs in negatiewe situasies daar soms positiewe aspekte na vore kom.

5.3.4 Moenie aanvangstellings uitdaag nie

Wanneer 'n adolessent sê dat sy nie omgee nie, niks voel nie of dat alles reg is, moet die terapeut nie in die slagat trap deur dit uit te daag nie (Gil, 1996:166). Die terapeut moet eerder verder uitvra, byvoorbeeld: “Wat was alles lekker die week?”

5.3.5 Dekodeer en ondersteun die motivering van die simptoem

Gil (1996:168) probeer maniere vind om die motivering van die kind se gedrag te ondersteun sonder om negatiewe hanteringsmeganismes te versterk. Gil (1996:168) beskryf 'n voorbeeld van 'n 14-jarige dogter wat deur haar pa vir 'n jaar seksueel misbruik is en bulimia nervosa ontwikkel het. Vanuit Gil (1996:168) se gesprek met die kind het dit duidelik geword dat die kind 'n soort bemagtiging gevind het deur te veel te eet en dan alles op te bring. Dit was moontlik dat die bogenoemde gedrag opgemaak het vir haar gevoel van hulpeloosheid wat sy tydens die seksuele misbruik ervaar het – waartydens haar pa sy penis in haar vagina gedruk het en haar onvermoë om hom uit te hou.

Gil (1996:174) het haar daarop gewys dat die feit dat sy te veel eet en dan opgooi nie so “weird” is nie, aangesien sy in beheer van haar liggaam wil wees, en veral as iemand iets aan jou liggaam gedoen het of iets binne-in jou liggaam gesit het, waarvan jy nie hou nie. Gil (1996:174) het ook aan die adolessent verduidelik dat dit nou haar (Gil se) werk is om die dogter te help om ander maniere te vind om haar in beheer van haar liggaam te plaas wat net so goed sal werk. Dit is die navorser se opinie dat Gil sodoende die hulpeloosheid en die gevoel van “ek is anders as ander” aanspreek deur die adolessent te bemagtig deur saam geskikte maniere om beheer van haar liggaam te neem uit te werk.

5.3.6 Doen aanvanklik eerder indirekte werk as direkte werk

Gil (1996:175) is van mening dat alhoewel dit op ‘n gegewe punt bruikbaar is vir baie getraumatiseerde adolessente om die trauma-gebeure te prosesseer op ‘n gestruktureerde en gefokusde manier, reageer nie alle adolessente op direkte vraagstelling nie en almal is nie in staat om direk deel te neem aan inhoud-materiaal nie. Sy gee die volgende idees vir “minder direkte” maniere:

- Wys ‘n video van adolessente wat praat oor hulle lewens.
- Sny koerantberigte uit van voorvalle wat plaasgevind het in adolessente se lewens en gebruik dit vir besprekings.
- Skep ‘n fantasieklönt wat dieselfde probleme, vrese en bekommernisse het. Die fantasieklönt moet van dieselfde geslag en ouderdom wees en die naam moet met dieselfde letter as die kind se naam begin. Sodoende kry die kind die geleentheid om sy eie gevoelens, denke en gedagtes te projekteer.

5.3.7 Bespreek probleme op ‘n algemene manier

Gil (1996:178) gee die volgende voorbeelde van vrae wat sy vra wanneer sy werk met kinders wat slagoffers was – nie in enige spesifieke orde of op enige spesifieke tyd nie, maar verspreid deur sessies:

- Wat dink jy van mense wat kinders seksueel misbruik?
- Watter soort mense misbruik kinders seksueel?
- Watter kinders kies hulle uit om seksueel te misbruik?
- Wat sê hulle vir hulself oor wat hulle doen met die kinders?
- Hoe word mense wat kinders seksueel misbruik gevang?
- Wat moet met mense gebeur wat kinders seksueel misbruik?
- Watter soort les moet hulle geleer word?
- Hoe voel kinders wat seksueel misbruik word?
- Watter soort gevoelens of denke bekommer of verwar die kind?
- Watter soort probleme het kinders wat seksueel misbruik word?
- Wat help kinders wat seksueel misbruik is?
- Wie is van die mense met wie seksueel misbruikte kinders kan praat?

Hierdie tipe algemene gesprekke help die kind om hulle eie bekommernisse uit te lig op 'n veilige manier. Om te praat oor ander voorsien die geleentheid om die afstand te skep wat baie kliënte verkies.

5.3.8 Gebruik “wat as” intervensies

'n “Wat as” intervensie nooi die adolessent uit om te praat oor iets op 'n manier wat een stap weg is daarvan om persoonlike inligting te gee (Gil, 1996:179). Byvoorbeeld as die kind sê dat sy nie oor iets wil praat nie, kan die terapeut vra: “Wat sal gebeur as jy daarvoor praat?” Indien die kind sê dat sy net slegter sal voel, kan die terapeut sê: “Kom ons sê jy het daarvoor gepraat, en jy het slegter gevoel. Waaroor sal jy slegter voel?”

5.3.9 Toon respek en behou duidelike grense

Adolessente kan soms negatiewe gedrag by volwassenes uitlok deur uitdagende gedrag of taal te gebruik. Dit is baie belangrik dat die terapeut kalm bly en die kind met dieselfde respek benader. Om beperkinge daar te stel en duidelike grense neer te lê, is baie belangrik in die terapeutiese verhouding (Gil, 1996:181). Terapeute moet

verantwoordelik optree – vermy “te” familiêre gedrag, onaanvaarbare seksualiserings of aggressiewe gedrag. Onaanvaarbare gedrag moet so beskryf word, ferm grense moet neergelê word en alternatiewe gedrag moet voorgestel word. Gil (1996:181) is van mening dat onaanvaarbare gedrag direk aangespreek moet word. Die navorser vind in praktyk dat baie adolessente soms die grense toets en sodoende ook die terapeut se reaksie. Dit is dus belangrik dat die terapeut baie konsekwent moet wees ten opsigte van die grense.

5.3.10 Vermy ‘n “magstryd”

Een van die belangrikste beginsels in werk met adolessente is om ‘n magstryd ten alle koste te vermy. Terapeute wat adolessente so veel as moontlik keuses gee – keuse van onderwerpe, tye van afsprake en maniere van kommunikasie – sal gewoonlik groter sukses hê om met die kind te kommunikeer. Dit is belangrik vir adolessente om soms iets privaat te hou of om ‘n sekere verduideliking of verskoning te gebruik, en hulle moet toegelaat word om dit te doen totdat hulle nie nodig het om dit te gebruik nie (Gil, 1996:182). Dit is veral nodig as die adolessente volhou dat die seksuele misbruik hulle nie beïnvloed het nie, nie belangrik is nie en niks beteken nie. Dit is die navorser se opinie dat daar volgens die adolessent se pas beweeg moet word, dit sal in elk geval nie effektief wees om die adolessent te probeer druk vir inligting nie, dit kan net die teenoorgestelde effek hê.

5.3.11 Wees kreatief en dinamies

Daar is ‘n fyn lyn tussen “te hard” werk aan die een kant, en om seker te maak om goed voorbereid te wees met planne en alternatiewe planne om die belangstelling van die adolessent te kry en te behou aan die ander kant. Adolessente is gewoon aan en benodig ‘n interessante aktiwiteit om hulle aandag te hou (Gil, 1996:182). Terapeute moet bekend met literatuur wees sodat hulle nie hulself gefrusteerd vind wanneer hulle idees uitgeput raak nie. Die navorser beplan vir elke sessie met die adolessent en berei aktiwiteite voor. Dit gebeur egter soms dat die adolessent iets anders wil bespreek en dat

iets anders op haar voorgrond is. Dit is dan belangrik dat die terapeut aanpas by die adolessent se behoeftes en haar proses.

5.3.12 Maak gebruik van nie-verbale vorme van terapie

Adolessente kan ongemaklik voel om te praat met volwassenes en veral terapeute in die algemeen. Die onthulling en prosssessering van die seksuele misbruik kan as problematies gesien word deur die adolessent (Gil, 1996:183). Die huiwering om stellings te maak oor die seksuele misbruik, meng gewoonlik in met verbale terapie en terapeute moet ander strategieë beskikbaar hê om te gebruik. Volgens Gil (1996:183) het sy kunstherapie, maak van “collage”, drama, musiekterapie en die maak van video’s, met groot sukses gebruik.

Die navorser vind in praktyk dat die speltherapieaktiwiteite dit minder bedreigend maak vir die adolessent om te praat oor die seksuele misbruikvoorval en haar gevoelens. Deur van interessante tegnieke gebruik te maak, toon die adolessent ook meer belangstelling in wat bespreek word.

5.3.13 Werk “in konteks”

Adolessente bring hul eie unieke werklikheid na terapie. Dit is onredelik om terapie te fokus op oppervlakkige probleme soos swak skoolprestasies wanneer ouers en kinders ‘n gevaarlike bestaan lei. Die kliniese intervensie moet in konteks voorsien word, sodat dit sin maak vir die gesinne. Die eng definisie van “terapeut” moet verbreed om die konsep advokaat en voorsiener van konkrete dienste in te sluit. Terapeute moet in interaksie wees met gemeenskappe waar hulle werk, hulle kommer lug oor beleide en wetgewing en ‘n persentasie van hulle tyd aan sosiale en politieke kommer toevertrou (Gil, 1996:185).

Die navorser vind in praktyk dat veral die Xhosakliënte en hulle ouers vrees vir hulle veiligheid, nadat ‘n saak by die polisie aangemeld is en die beweerde oortreder borg gekry het. Die navorser vind dat baie Xhosaslagoffers van seksuele misbruik dan

weggestuur word na die uitgebreide familie in die Oos-Kaap. Dit is dus volgens die navorser belangrik om bogenoemde vrese met die Xhosa-gesinne te bespreek asook met die ondersoekbeampes, ten einde beveiligingstrategieë te bespreek. Dit help nie die navorser fokus op ander oppervlakkige probleme, soos skoolafwesigheid, indien die slagoffer en haar gesin vrees vir hulle lewens nie.

5.4 Ontwikkelingsaspekte van die adolessent wat die terapeutiese proses kan beïnvloed

Stallard (2002:20) bespreek die volgende ontwikkelingsaspekte van adolessente wat die terapeutiese proses kan beïnvloed en wat oorweeg moet word, naamlik:

5.4.1 Gee erkenning aan die adolessent se selfgesentreerdheid

Die adolessent is baie keer selfgesentreerd en ervaar probleme om die sienings van ander in te sien en te aanvaar. Dit is daarom bruikbaar om dit te gebruik en om vrae te vra om duidelikheid te kry omtrent die adolessent se siening en dit te begryp, eerder as om die adolessent se egosentrisiteit uit te daag (Stallard, 2002:20). Dit stem ooreen met Gil (1996:182) se siening dat 'n "magstryd" vermy moet word met die adolessent. Dit is die navorser se opinie dat indien die terapeut die adolessent uitvra in plaas van uitdaag, dat die adolessent aanvaarding en belangstelling in plaas van oordeel sal ervaar. Die adolessent kry dus die positiewe boodskap dat haar sienings gehoor en gerespekteer word. Volgens Stallard (2002:20) kan die adolessent se vrye wil verder verhoog word deur gereeld aan die adolessent keuses tydens sessies te gee.

5.4.2 Moedig samewerking aan

Die mag- en statusverskille tussen jong mense en die volwasse terapeut moet erken word en 'n bewuste poging moet aangewend word om 'n meer gelyke verhouding te bevorder (Stallard, 2002:21). Dit stem ooreen met Joy (1999:152) se siening dat die "politiek" van van die volwassene-kinderverhouding in ag geneem moet word. Praktjke wat betroubaar

is tot die behoeftes en ervarings van kinders en adolessente, moet respek, waardering en begrip vir die kind se eie waarde en kennis hê. Dit behels 'n empatiese en intellektuele vermoë van die terapeut om homself of haarself in die kind se posisie en wêreld te plaas soos die kind dit sien op daardie oomblik op sy of haar lewenspad deur kindskap (Joy, 1999:152).

Volgens Stallard (2002:21) moet die terapeut gewillig wees om saam met die adolessent te werk om haar te help met die probleme wat sy identifiseer as belangrik. Die terapeut is dus 'n opvoeder en 'n fasiliteerder, wat 'n raamwerk voorsien waarin die jong persoon kan ontdek, begrip ontwikkel en nuwe maniere van dink en optree kan identifiseer.

5.4.3 Moedig objektiwiteit aan

Dit is belangrik dat die terapeut objektief bly, al tree sy soms as advokaat vir die adolessent op. Adolessente is baie selfgesentreerd, het baie keer sterk sienings en vind dit moeilik om ander se perspektief in te sien (Stallard, 2002:21). Die adolessent kan dus die terapeut onder druk plaas om saam met haar siening te stem. Die terapeut moet dus objektief bly en die jong persoon aanmoedig om haar eie sienings te toets en vir bewyse te soek wat dit ondersteun of uitdaag.

5.4.4 Gebruik vraagstelling

Adolessente en kinders is minder bekend met die prosesse waartydens hulle aangemoedig word om aktief deel te neem en hulle idees en opinies kan uitdruk (Stallard, 2002:21). Hulle kan van mening wees dat hulle sienings nie belangrik is nie of verkeerd is. Vraagstelling is bruikbaar om hierdie struikelblok te oorkom, waartydens die jong persoon met 'n reeks vrae gehelp word om te ondersoek, te herassesseer en haar geloue en siening uit te daag. Vraagstelling is baie direk en spesifiek, en is gewoonlik oor konkrete situasies.

5.4.5 Daag digotomiese denke uit

“Alles of niks” denke is algemeen onder adolessente, en word dikwels gereflekteer in die dramatiese skommeling wat kan voorkom van sessie na sessie (Stallard, 2002:22). Die een sessie kan sy depressief voorkom en tydens die volgende sessie kan sy weer gelukkig voorkom. Rangskale is bruikbaar om die digotomiese denke uit te daag, en dit help die adolessent om te beseft dat daar ‘n reeks fases tussen twee uiterste ankerpunte is. Skale kan bruikbaar wees om die intensiteit van ‘n gevoel, geloof in denke of graad van verantwoordelikheid of blaam te gradeer.

Die navorser vind in praktyk dat hierdie dramatiese skommeling van gemoedstoestande by adolessente baie voorkom en ook tydens dieselfde sessie. Dit is egter die navorser se opinie dat die adolessent weet dat indien sy baie “depressief” by die sessie aankom, die terapeut haar belangstellend sal uitvra en dat sy dan die geleentheid sal kry om te vertel waarom sy so voel. Die navorser vind dat dit baie keer iets is wat op daardie dag gebeur het en wat nou op haar voorgrond is, nie noodwendig betreffende die seksuele misbruiksaak nie. Byvoorbeeld, die adolessent se vorige kêrel het vir die persoon van wie sy nou hou, stories vertel wat nie waar is nie en daarom voel sy depressief, want nou gaan die persoon nooit van haar hou nie. Nadat die adolessent egter ontlont het en saam met die terapeut probleem-oplossingopsies en optredes bespreek het, kan haar gemoedstoestand weer heeltemal wissel en kan sy tydens dieselfde sessie weer gelukkig wees.

5.4.6 Betrek ander betekenisvolle persone

Die adolessent tree op in ‘n komplekse sosiale sisteem betreffende die betekenisvolle invloede van familie of versorgers, vriende en skole. Dit is belangrik dat hierdie betekenisvolle persone erken en betrek moet word, aangesien die adolessent baie keer nie in staat is om besluite te neem oor dinge wat hulle affekteer nie (Stallard, 2002:22). Byvoorbeeld ‘n adolessent wat woedehanteringstrategieë moet inoefen, sal die onderwyser se samewerking benodig wat haar sal toelaat om die klas te verlaat wanneer

sy kwaad word. Deur ander betekenisvolle persone in sessies te betrek, soos ouers en vriende, kan 'n verskillende perspektief voorsien wat die jong persoon kan help om haar eie kognisies uit te toets en te re-evalueer.

5.5 Die terapeut moet in kontak met die “kind” in haar wees

Joy (1999:147) beskryf die voorbeeld van haar vierjarige seun wat desperaat wou gehad het dat sy pa sy ballon wat in die boom se takke vasgesit het, moes afhaal. Sy pa het verskeie springpogings aangewend, maar was onsuksesvol en het verduidelik dat hy so hoog as wat hy kan gespring het. Die seun het vir sy pa gesê om hoër te spring as wat hy kan en sy oë was vol vertroue en afwagting.

Wanneer 'n kind 'n volwassene vra om hoër te spring as wat die volwassene kan, kan volwassenes dit vermaaklik vind. Volwassenes kan sin maak daarvan en weet dat hulle oor die mag beskik om te weier. Wanneer volwassenes van 'n kind verwag om hoër te spring as wat die kind kan, dan maak dit glad nie sin nie en is oor die algemeen mishandeling. Mishandeling is oor die wanbalans van mag in die verhouding. (Joy, 1999:147). Die een met meer mag neem voordeel daaruit en buit die een met minder mag uit, ten einde hul eie behoeftes en gevoelens te bevredig. Daar is baie maniere waarop kinders mishandelende reaksies van volwassenes ervaar. Die navorser vind in praktyk ook dat al hoe meer kinders met meer mag voordeel daaruit trek en ander kinders met minder mag uitbuit en seksueel misbruik.

Dit is maklik vir die terapeut en vir familieleden om op die volwassene se idees, kennis, behoeftes en gevoelens te konsentreer en sodoende die adolessent se siening te ignoreer (Joy, 1999:147). Dit word soms uitgevoer met die beste bedoelinge, maar wanneer dit gebeur, is dit die volwassene wat van die kind verwag om “hoër te spring as wat die kind kan.” Dit is maklik van die bevooroordeelde, volwasse posisie, om dit snaaks te vind, maar dan vermaak ons onself ten koste van die kind of adolessent. Volgens Van der Merwe (1996a:9) is dit belangrik dat die terapeut in staat moet wees om op die kind se vlak van funksionering te werk. Die ideaal is dat die terapeut se eie kindskap nie ver weg moet

voel en onwerklik voel nie, maar sy moet haar eie gevoelens, vrese en vrae duidelik moet kan herroep.

Dit is belangrik om die relevantheid van kindskap: “The state or time of being a child”, te verstaan en te waardeer (Joy, 1999:148). Indien ‘n terapeut kinders se beskrywings van gebeure interpreteer deur volwasse ervarings, sal die terapeut daarin misluk om die adolessent se pogings om die gevolge van seksuele misbruik te verwerk op te merk, te noem, aan te moedig en te respekteer. Wanneer terapeute die pad van kindskap en die betekenis wat die adolessente daaraan heg respekteer, begin hulle, wat Joy (1999:148) verwys na as “die politiek van volwasse-kinderverhoudings,” erken.

Volgens Van der Merwe (1996a:9) moet die terapeut in kontak met die kind in haar wees en moet in staat wees om die rol van die kind weer aan te neem. Die terapeut moet dus die kuns om professionaliteit, spontaneïteit en genot te kombineer, bemeester. Die navorser vind dit persoonlik maklik om met die adolessente te identifiseer, sonder om te “cool” te probeer aantrek of op te tree. Aangesien die navorser daagliks met adolessente werk, is die navorser bekend met hulle “taal en terme” en dit is asof die adolessent met nuwe oë na die terapeut kyk indien hulle “taal” gepraat word. Die kleurlingadolessente praat byvoorbeeld van “skel” en nie van “baklei” of “raas gekry” nie. Dit is belangrik dat ‘n gemaklike atmosfeer moet seëvier in die speelkamer en dat die adolessent moet weet dat sy aanvaar word vir wie sy is as persoon.

5.5.1 Die politiek van volwasse-kinder verhoudings en die politiek van seksuele misbruik

Wanneer ‘n kind haar stories vir die terapeut vertel, is dit nie slegs ‘n storie van seksuele misbruik nie, maar seksuele misbruik in die konteks van ‘n kind wees in ‘n samelewing wat volwasse regte, gevoelens en gemak oor die behoeftes van ‘n kind ophef (Joy, 1999:149). Volgens die navorser is daar ‘n verskil in kennis, kognitiewe ontwikkeling en onafhanklikheid tussen volwassenes en kinders. Dit moet dus nie vergeet word tydens dienslewering aan die adolessent wat sekuseel misbruik is nie. Die terapeut moet die

kind of adolessent se ontwikkelingsvlak in aanmerking neem en nie oordeel vanaf die terapeut se ontwikkelingsfase nie. Bygevoeg tot hierdie verskille is status, gesag, taalvaardighede, emosionele ontwikkeling en lewenservaring, fisiese krag en beweeglikheid, om maar 'n paar te noem. Hierdie verskille tussen die volwassene en die kind skep dus 'n magsverskil tussen volwassenes en kinders.

Wanneer volwassenes hierdie verskil tussen volwassenes en kinders as 'n verdiende posisie in plaas van 'n bevoorregte posisie sien, dan is dit onwaarskynlik dat hul betroubaar sal optree teenoor die kinders en adolessente in die samelewing (Joy, 1999:149). Die resultaat is dat die kinders kwesbaar is in hulle nodige ontwikkelingspad deur kindskap. Tydens intervensie met kinders en adolessente wat seksueel misbruik is, is dit belangrik dat terapeute oor begrip en kennis van die politiek van seksuele misbruik moet beskik. Oortreders van seksuele misbruik van kinders, misbruik hulle mag teen die kwesbaarste, afhanklike en beïnvloedbare lede van die samelewing, naamlik kinders (Joy, 1999:149).

Terapeute moet kennis en begrip hê van die “politiek van seksuele misbruik”. Dit moet tesame met twee ander faktore gedoen word, naamlik: eerstens 'n vasbeslotenheid om die betekenis wat kinders en adolessente aan hulle lewens heg, in hulle eie terme, te verstaan eerder as in volwasse terme. Tweedens 'n begrip van die politiek van volwasse-kinderverhoudings (Joy, 1999:149). Van der Merwe (1996a:10) bespreek die volgende eienskappe wat 'n terapeut wat met kinders of adolessente werk moet assesser en deel moet probeer maak van haarself, naamlik:

- Die terapeut moet emosioneel volwasse en gebalanseerd wees, met goeie sosiale funksionering.
- Teoretiese kennis en praktiese ervaring moet die intelligensie van die terapeut komplimenteer.
- Die terapeut moet oor uithou vermoë beskik, aangesien dit soms tyd neem om die kind se vertroue te wen.
- Die terapeut moet verantwoordelik wees.

- Vriendelikheid en spontaneiteit is nodig om ‘n vertrouensverhouding te bou.
- Kalmte en eerlikheid moet duidelik wees in die terapeut se houding, gedrag, denke en uitdrukking van gevoelens.
- Die terapeut moet oor selfvertroue beskik.
- Die terapeut moet sensitief wees vir die kind se behoeftes.
- Selfkennis bring beheer, begrip en aanvaarding mee.
- Vermoë om te luister.

Kinders en adolessente is afhanklik van volwassenes en het minder mag. Gevolglik word kinders en adolessente beïnvloed deur die reaksies van volwassenes na die onthulling van die seksuele misbruik. Kinders en adolessente probeer pog om te lewe volgens volwassenes se verwagtinge en akkommodeer die behoeftes en gevoelens van volwassenes wat belangrik vir hulle is (Joy, 1999:150). Baie kinders en adolessente ervaar skaamte en skuldgevoelens omdat hulle nie dadelik die seksuele misbruik onthul het nie. Hierdie kinders en adolessente voel verantwoordelik vir familieledes wat hulself blameer omdat hulle misluk het in hulle rol as beskermers. Hierdie kinders en adolessente neem die verantwoordelikheid van die volwassenes se rou op hulle: “Dit is my fout, ek moes gouer vertel het” of “Waarom het ek nie gouer vertel nie?”

In praktyk vind die navorser dat die eerste vraag wat die polisie, hof, prokureurs en familie baie keer aan die adolessent wat seksueel misbruik is, vra, handel oor waarom sy nie dadelik vertel het nie. Asof die verantwoordelikheidsgevoelens van adolessente wat seksueel misbruik is, nie genoeg is nie, word sy weer bevraagteken en ervaar verdere verantwoordelikheid en skuldgevoelens. Dit is die navorser se opinie dat daar baie redes is waarom adolessente nie dadelik die seksuele misbruik onthul nie en dat dit ‘n sensitiewe aspek is wat versigtig tydens die terapeutiese proses ondersoek kan word op ‘n nie-bedreigende manier.

Ander kinders blameer weer hulself omdat hulle vertel het. Joy (1999:150) beskryf ‘n voorbeeld van ‘n dogter wat deur haar oupa seksueel misbruik is en die skaamte en rou wat die kind se ma ervaar het asook die woede van haar pa teenoor die oortreder.

Alhoewel die kind nou veilig was ten opsigte van die oortreder, was Joy (1999:150) bekommerd oor die kind se ervaring en betekenis wat sy geveg het aan haar ouers se reaksie: “As ek nie vertel het nie, dan sal niks hiervan gebeur het nie.”

Een van die belangrikste faktore ten einde die politiek van seksuele misbruik van kinders te verstaan is om te beseft dat dit ‘n beplande en opsetlike daad van die oortreder is (Joy, 1999:151). Die oortreder betrek die kind deur verneukery wat die regte aard van sy komplot bedek, of deur intense vrees toe te pas as daar nie saamgewerk word nie. Joy (1999:151) beskryf ‘n voorbeeld van ‘n kind wat nie direk kan onthou dat haar pa vir haar gesê het dat sy nie moet vertel nie. Sy onthou egter ‘n wrede daad teenoor haar troeteldier toe sy nie die oortreder tevrede gestel het nie.

In alle seksuele misbruiksituasies is dit vrees wat die kind ervaar wat veroorsaak dat die seksuele misbruik ‘n geheim gehou word. Die kinders se genade hang van die oortreder se vermoë om die situasie en betekenis te manipuleer af, en gesamentlike verantwoordelikheid te skep deur terme soos “ons” te gebruik wat die kind ‘n deelnemer aan die gedrag maak (Joy, 1999:151). Kinders leer later om verantwoordelik te voel en om die skaamte te dra.

Onthulling van die seksuele misbruik skep die vrees van vernederende skaamte, om nie geglo te word nie, om gesien te word as verantwoordelik daarvoor of om verwerp te word deur die mense vir wie hulle lief is en van wie hulle afhanklik is (Joy, 1999:151). Die kind kan vrees dat onthulling ander gaan seermaak, veral vir die oortreder, as hy of sy ‘n familielid is. Baie kinders vrees vir hulle eie veiligheid of vir die veiligheid van ander familieledes, sou hulle die seksuele misbruik onthul. Kinders van alle agtergronde en gesinsituasies kan hulself gekonfronteer vind met ‘n oortreder. Dit is hartseer dat dit juis die “mooi” kwaliteite van kinders is wat die teken van uitbuiting is, byvoorbeeld ‘n kind wat daarvan hou om hulpvaardig te wees en ander tevrede wil stel deur ‘n guns te doen.

5.5.2 Betroubaarheid en die terapeutiese proses

Daar is twee elemente wat toon dat speltherapie suksesvol is. Die een element is die ontwikkeling van die terapeutiese verhouding tussen die kind en die spelterapeut. Die ander element is die vermoë van die kind en die terapeut om betrokke te raak in effektiewe probleemoplossing wat die kind in staat stel om haar behoeftes op 'n effektiewe en geskikte manier te bevredig (O'Connor & Ammen, 1997:126). Praktyke wat betroubaar is tot die behoeftes en ervarings van kinders, moet respek, waardering en begrip vir die kind se eie betekenis en kennis hê. Dit behels 'n empatiese en intellektuele vermoë om jouself in die kind se posisie en wêreld te plaas soos die kind dit sien op daardie oomblik op hul lewenspad deur kindskap (Joy, 1999:152). Volgens O'Connor & Ammen (1997:127) is kinders gewoonlik gemotiveerd om saam met 'n terapeut te werk wat belangstel in hulle en wat emosioneel en fisies beskikbaar is.

Terapeute moet ingestel wees op die ontwikkelingsbeperkings van die kind en adolessent se denke, as 'n metode om gedrag en ervarings te verstaan en te interpreteer volgens die kind se wêreld. Joy (1999:153) probeer betroubaarheid op die volgende maniere in haar praktyk bevorder, naamlik:

- Konsulteer met die nie-oortredende ouer / versorger voor enige familievergaderings gehou word. Dit gee geleentheid vir aanvangsgevoelens van rou, skuld of ongeloof, wat algemeen na onthulling is, en dit kan aangespreek word sonder dat die kind aan hierdie volwasse emosies en ervarings blootgestel word.
- Om die gevolge van die seksuele misbruik op die kind en adolessent in die konteks van die kind en adolessent se ervarings aan te spreek. Dit sluit in die gevolge van die seksuele misbruikgebeure, reaksies van die familielede, intervensie van die ondersoekagente en verwagtinge ten opsigte van skoolprestasies.
- Ontwikkeling beteken om dit vir die kind en adolessent moontlik te maak om die afbreek van die politiek van seksuele misbruik te hanteer. Kinders en adolessente kan dan self ontdek, wat die antwoorde van vrae is wat hulle pla: "Is dit my skuld?", "Verdien ek dit?", "Was dit iets van my?" of "Waarom het ek nie vertel nie?"

- Bemoediging van die kinders en adolessente om hul ervarings te bespreek op 'n manier wat ooreenstem met hulle vlak van ontwikkeling, en respek vir die kind se gevoelens, idees en betekenis wat hulle daaraan heg.

5.6 Terminering van terapie

Die terapeut moet voortdurend die vordering van die terapie assesser ten einde te bepaal of die doelwitte bereik is en indien wel, termineer. Aanduiders dat die tyd reg is vir terminering sluit in: wanneer die kind 'n plato bereik (geleentheid om veranderinge te integreer en te assimileer), aanhoudende weerstand moet ook gerespekteer word sodat die kind weet sy kan later terugkom vir terapie, of soms voel die kind dat om nou voort te gaan met terapie meer innerlike krag gaan vereis as wat die kind nou kan voorsien. Die terapeut kan ook besluit om te termineer indien die kind ingeskakel het by vriende en sosiale aktiwiteite en terapie dan sien as indringing in die aktiwiteite, of wanneer die kind ver genoeg in die terapeutiese proses beweeg het en self verder vordering kan maak en wanneer die kind se gedrag positief verander het volgens die ouers en skool (Geldard & Geldard, 2002:123).

Wanneer die terapiedoelwitte bereik is, kan die termineringsdatum vooraf beplan word (O'Connor, 2000:352). Wanneer die besluit geneem word om terapie te termineer, is dit belangrik dat terminering gesien word as 'n noodsaaklike deel van die terapieproses, nie net 'n onvoorkombare en onaangename gebeurtenis nie. Ten einde te voorkom dat die kind ervaar dat terminering nie sin maak nie, dat sy nou net geleer het om die terapeut te vertrou en op haar staat te maak en nou dat dit goed gaan word die verhouding beëindig, moet terminering goed beplan word (O'Connor, 2000:354). Die implementering van 'n effektiewe termineringsproses hang af of die adolessent 'n realistiese begrip van die aard van haar verhouding met die terapeut het. Die adolessent moet besef dat haar verhouding met die terapeut 'n werkgerigte en doelgerigte verhouding is wat verskil van enige ander verhouding.

Dit is dus die navorser se opinie dat dit belangrik is dat die terapeut se rol tydens aanvang van terapie duidelik beskryf moet word asook die doel van die terapie. Die lengte van die termineringsproses moet in proporsie wees tot die lengte van die terapie (O'Connor, 2000:355). Deel van die laaste sessie moet ook 'n viering van die adolessent se vordering wees oor die verloop van tyd. Dit is ook belangrik dat die adolessent en die versorger(s) moet weet dat 'n oop-deur beleid gehandhaaf word indien die adolessent weer 'n behoefte aan terapie het.

5.7 Riglyne om die adolessent te assesser tydens gestaltpel terapie

Dit is die navorser se opinie dat die terapeut na afloop van elke sessie volledig verskillende aspekte moet assesser en sodoende kwalitatiewe inligting insamel. Blom (2002:71-73) stel Oaklander se riglyn voor vir assessering gedurende gestaltpel terapie.

Tabel 5.1: Riglyne om die adolessent te assesser tydens Gestaltpel terapie

HOOFASPEKTE:	SUBKOMPONENTE:
Terapeutiese verhouding	<ul style="list-style-type: none"> • Wat is die adolessent se vlak van vertroue en neem die terapeutiese verhouding vorm aan? • Toon die adolessent relevante weerstand of kom sy verward voor?
Kontak en kontakvaardighede	<ul style="list-style-type: none"> • Maak die adolessent goeie kontak met die terapeut en kan sy dit in stand hou? • Onttrek die adolessent relevant op tye? • Hoe gebruik die adolessent haar kontakvaardighede?
Belange	<ul style="list-style-type: none"> • Toon die adolessent betrokkenheid, belangstelling en opgewondenheid? • Is haar stem vol emosie of "swak"? • Hoe gebruik sy haar asemhaling?

	<ul style="list-style-type: none"> • Wat is die energievlakke en wanneer het sy meer of minder energie?
Liggaamshouding	<ul style="list-style-type: none"> • Hoe sit, loop en staan die kind, is haar liggaam beperk, los of buigbaar? • Hoe is haar houding? • Is haar skouers “rounded”?
Humor	<ul style="list-style-type: none"> • Reageer die adolessent relevant op humor? • Het sy ‘n sin vir humor?
Weerstand	<ul style="list-style-type: none"> • Wat is haar vlak van weerstand? • Hoe manifesteer die weerstand? • In watter vlak van neurose funksioneer die adolessent?
Emosionele uitdrukking	<ul style="list-style-type: none"> • Weet sy wat emosies is? • Kan sy basiese emosies uitdruk? • Kan sy redes vir haar emosies identifiseer? • Is die adolessent se emosionele uitdrukking relevant? • Is die adolessent in staat om emosies uit te druk? • Hoe hanteer die adolessent haar emosies teenoor die terapeut, familie en vriende? • Hoe hanteer die adolessent woede? • Het sy ou, onuitgedrukte en onvoltooide emosies van rou en woede wat aangespreek moet word?
Kognitiewe aspekte	<ul style="list-style-type: none"> • Kan die adolessent haar gevoelens en denke uitdruk? • Hoe is haar taalvaardighede? • Kan die adolessent riglyne volg, ‘n speletjie speel, keuses maak, probleme oplos en organiseer? • Het sy idees en opinies van haar eie? • Maak dit sin wat sy sê?

	<ul style="list-style-type: none"> • Maak sy van ouderdomverwante abstraksies en simbole gebruik? • Het sy 'n sin van reg en verkeerd?
Kreatiwiteit	<ul style="list-style-type: none"> • Is sy in staat om openlik en vrylik deel te neem aan kreatiewe tegnieke? • Kan sy nuwe dinge uitprobeer? • Onttrek sy, is sy beperk en weerloos?
Sin van die self	<ul style="list-style-type: none"> • Het die adolessent 'n graad van selfbewustheid en introspeksie? • Kan sy haar projeksies besit van verskeie projeksietegnieke? • Maak sy haarself moeg? • Is sy selfkrities, onseker en soek sy aanvaarding? • Kan sy stellings oor haarself maak? • Kan sy keuses maak? • Is sy selfgeldend of ingetoë? • Is sy in staat om te skei van haar ouers? • Onthul die adolessent meewerkende gedrag? • Veg die adolessent vir gesag? • Het sy 'n ouderdomverwante sin van bemeestering?
Sosiale vaardighede	<ul style="list-style-type: none"> • Hoe is haar verhoudings met ander in haar lewe? • Het sy vriende? • Toon die adolessent tekens van onafhanklike denke en aksies? • Het sy omgewingsondersteuning vir haar behoeftes? • Hoe bevredig sy haar behoeftes? • Het sy ouderdomverwante egosentrisme?

Proses	<ul style="list-style-type: none"> • Hoe vertoon sy haarself tot die wêreld (sag, luidrugtig, aggressief, passief, selfgeldend, 'n leier of 'n volger)? • Is haar pas vinnig of stadig? • Is sy 'n ekstrovert of 'n introvert? • Hoe tree die adolessent op teenoor haar ouers, suster(s), broer(s), en onderwysers? • Watter gedrag toon die adolessent? • Op watter maniere probeer die adolessent haar behoeftes bevredig en 'n sin van die self verkry? • Stem die terapisessies en gebeure buite ooreen?
--------	--

(Blom, 2002:71-73)

5.8 Kritiese aspekte tydens terapie met getraumatiseerde kinders

James (1989:3) bespreek die volgende kritiese aspekte tydens terapie met getraumatiseerde kinders:

5.8.1 Keer terug na die pyn

Om die adolessent te help om die werklikhede van pynlike gebeure in haar lewe te erken en te aanvaar is 'n belangrike deel van terapie (James, 1989:4). Indien die werklikhede nie aanvaar word nie, hou die adolessent aan om baie energie te gebruik om dit wat sy oorweldigend vind te vermy. Die adolessent kan gebruik maak van verskeie kontakgrensversteurings soos dissosiasie of onderdrukking, wat haar ontwikkeling nadelig kan beïnvloed. Die adolessent vermy dus alles wat haar herinner aan dit wat sy wil vergeet. Vermydingsmeganismes kan onttrekking, beperkte fisiese en emosionele uitdrukking, aggressie en gevaarlike risiko-gedrag insluit (James, 1989:4).

Die terapeut moet die adolessent lei en ondersteun deur die pynlike proses waartydens die gebeure versigtig ontvou en stadig deurgewerk word sodat die adolessent begrip en aanvaarding van dit wat gebeur het ontwikkel, en dit dan laat vaar. Die hele proses vereis vaardighede en sensitiwiteit. Volgens James (1989:5) beskerm die meeste volwassenes adolessent van die pyn eerder as om haar te help om dit te konfronteer. Om suksesvol te wees in die onnatuurlike proses om die adolessent se pynlike ervarings te laat ondersoek, moet die terapeut begryp en aanvaar dat die proses nodig is vir integrasie en bemeestering.

5.8.2 Terapie tydens verskillende ontwikkelingsfases

Traumatiese gebeure se betekenis kan vir die slagoffer begin verander soos sy ouer word en dit kan dan ontwikkeling beïnvloed. Die kind wat seksueel misbruik is kan aanvanklik fisiese genot en tevredenheid ervaar wanneer sy beloon word, maar kan in 'n latere ontwikkelingsfase skuldgevoelens vir hierdie genot ervaar omdat sy dit nie teëgestaan het nie (James, 1989:6). 'n Terapeut wat die slagoffer se huidige simptome aanspreek, is gewoonlik bewus dat daar ook ander kliniese aspekte is wat aangespreek moet word, maar die terapeut kan nog nie dit aanspreek wat eers op latere ontwikkelingsfases te vore gaan kom nie. Daarom moet die terapeut gedurende die aanvangsterapie 'n basis vir toekomstige terapie voorberei.

Die navorser is van mening dat indien die adolessent die terapie positief beleef het en tydens 'n latere aanvangsfase enige verdere probleme ervaar, weer die vrymoedigheid sal neem om terug te kom vir terapie. Die navorser sal dus ook 'n oop-deur beleid na terminering van terapie handhaaf, sou die adolessent op 'n latere stadium die behoefte ervaar om weer te kom vir terapie.

5.8.3 Betrokkenheid van die adolessent se versorgers

Die eerste sessie is uiters belangrik aangesien dit die adolessent en versorger(s) se verdere samewerking kan beïnvloed (O'Connor & Ammen, 1997:22). Baie min kinders besluit

self om te kom vir terapie. Die versorger(s) het gewoonlik beheer of die kind die hulp wat sy benodig ontvang of nie, dit is daarom baie belangrik om met die versorger(s) se ervarings kontak te maak om te verseker dat die kind toegang tot terapie kry (O'Connor & Ammen, 1997:22). Vir die terapie om effektief te wees, moet die primêre versorger(s) van die adolessent betrokke wees. Die betrokkenheid van die adolessent se versorger is nie die verbreking van die adolessent se konfidensialiteit nie, maar wel 'n beplande intervensie (James, 1989:9). Een of twee ure terapie per week is nie genoeg nie, gerigte ouerlike betrokkenheid kan die terapie direk en indirek bevorder. Die voordele daarvan is dat daar vinniger vordering gemaak word, gevoelens van wanhoop vir beide die adolessent en versorger verminder, en dit verminder die geneigdheid dat die adolessent identifiseer met die slagofferrol.

Terapeute maak soms die fout deur aan te neem dat die ouers tevrede sal wees en dat die ouers se behoeftes sal verminder indien die terapeut vir die kind omgee. Die omgeeverhouding met die kind kan egter die teenoorgestelde effek hê en die ouers kan voel dat hulle onbevoeg en verantwoordelik is vir die kind se spanning (O'Connor, 2000:333). Die ouers kan voel dat hulle so sleg was dat 'n uur se kontak een keer 'n week met 'n vreemdeling (die terapeut) hulle kind beter laat voel en optree. Die ouers kan dan die sessies onbewustelik te na kom. Dit is daarom beter om saam met die versorgers of ouer(s) te werk om hulle en die adolessent se onmiddellike behoeftes en konflikte aan te spreek.

Die betrokkenheid van ander verminder die geheimhouding en gevoelens van skaamte. Daar word dus aan die adolessent gedemonstreer dat ander die sake kan hanteer en dat sy ook kan (James, 1989:9). Betrokkenheid van ander verhoog die adolessent se selfaanvaarding. Dit maak dit makliker vir die adolessent om haarself te aanvaar indien ander haar uitdrukking van gevoelens verwant aan die trauma gesien het en aanvaarding getoon het. Die versorger(s) se aanvanlike bekommernisse kan ook sodoende geïdentifiseer word en aangespreek word. Deur die versorger(s) deurlopend met inligting en ondersteuning te voorsien, kan enige geneigdheid van die versorger(s) om terapie teë

te staan verminder. Te vroeë terminering is minder geneig om voor te kom wanneer die versorger(s) deel van die terapieprogram is.

‘n Terapiedoelwit vir meeste kinderslagoffers van trauma sluit in die versterking of verbetering van die kind se band met haar versorger(s), en dit vereis aktiewe deelname van die versorger(s). Volgens James (1989:10) is die versorger(s) se betrokkenheid aanvanklik minimaal en vermeerder oor verloop van tyd tot maksimaal. Hoe baie en in watter mate die versorger(s) betrokke is, is ‘n komplekse terapeutiese besluit. Indien die versorger(s) self baie behoefstig is weens hulle eie probleme, moet hulle nie meer as minimaal betrek word nie. Indien die terapeut redes verstaan waarom versorger(s) soms te vroeg terapie met die adolessent laat termineer, kan die terapeut help om voorkomend op te tree om dit te voorkom. James (1989:11) lys die volgende redes waarom sommige versorger(s) terapie aan die adolessent stop voor die terapeut dit aanbeveel het, naamlik:

- Hulle wil glo dat die adolessent nie beskaad is nie,
- Hulle voel skuldig omdat hulle nie die adolessent beskerm het nie en wil hê dat die probleem gou opgelos moet word,
- Hulle glo terapie is skadelik vir die adolessent omdat dit net pynlike gebeure herhaal,
- Hulle glo terapie is skadelik omdat die adolessent se gedrag net verswak het,
- Hulle glo terapie is oneffektief omdat die adolessent met speelgoed (tydens speltherapie) speel,
- Hulle kan nie die tyd en geld vir terapie bekostig nie,
- Hulle voel dat hulle hulle ander kinders afskeep,
- Hulle is jaloers op die adolessent se terapie,
- Die adolessent se terapie gee aanleiding tot herinneringe van die versorger(s) se eie trauma in die verlede,
- Die adolessent se positiewe verhouding met die terapeut word ervaar as ‘n verlies deur die versorger(s) en dra by tot gevoelens van onvoldoende ouerskap.

5.8.4 Direkte en oop benadering

Gerigte spel, direkte bespreking en 'n oop, aktiewe benadering is nodig om die adolessent te ondersteun om die traumagebeure wat sy ervaar het te erken en te integreer (James, 1989:11). Indien die terapeut direkte bespreking vermy, kan die terapeut die adolessent se geloof dat die aspekte te oorweldigend is om te hanteer, versterk. James (1989:11) bespreek die volgende redes waarom 'n direkte benadering die behoeftes van die adolessent die beste aanspreek, naamlik:

- Die trauma het moontlik veroorsaak dat beide die adolessent en versorger(s) hulle vertrouwe in hulle omgewing verloor het. 'n Duidelike verduideliking van die terapeut se rol, die betrokkenheid van die adolessent en versorger(s) in die terapie en die bespreking van terapedoelwitte, verminder onsekerheid oor die proses en voorsien die adolessent en versorger(s) met 'n gevoel van beheer,
- Baie adolessente glo dat die trauma permanente, negatiewe verandering veroorsaak. Dit kan in sommige gevalle soos fisiese beserings of merke wees, en dit moet nie afgeskryf word nie. Indien die adolessent permanente fisiese beserings opgedoen het, moet die terapeut die adolessent help om die werklikhede van beperkinge van die situasie te aanvaar, terwyl die adolessent geleer word dat haar totaliteit meer is as slegs haar liggaam,
- Adolessent benodig direkte intervensie om sterk, geïnternaliseerde gelowe dat hulle emosioneel geskend is en daarom beperk is, te hanteer,
- Adolessente voel baie keer verward oor die gemengde boodskappe wat hulle ontvang, byvoorbeeld: “Wat gebeur het, is nie jou skuld nie, maar jy moet die terapeut een keer 'n week sien weens die voorval.” Dit versterk die boodskap: “Ek is sleg.” Die terapeut kan die boodskap in 'n breër konteks plaas as een van die slegte dinge wat met kinders kan gebeur en kan verduidelik watter werk hulle saam kan doen ten einde te verstaan wat gebeur het en hoe sy daarvoor voel. Deur dit openlik aan te spreek verminder verwarring en stigmatisasie en gee 'n boodskap van hoop,
- Seksueel misbruikte kinders kan agterdogtig en terughoudend wees indien die terapeut nie 'n direkte, oop benadering gebruik nie. Seksuele misbruik betrek baie

keer 'n volwassene wat die kind vertrou het, wat alleen saam met die kind wil wees, saam speel en geheime deel. Dit is dus belangrik dat die terapeut die doel en betekenis van die terapie aan die kind moet verduidelik,

- Die “slegste moontlike situasie” sal wees wanneer die adolessent terugflitse of erg regressiewe gedrag ervaar voordat 'n vertrouensverhouding met die terapeut gevestig is. Dit kan resulteer daarin dat die adolessent die terapeut identifiseer met die persoon of situasie wat die trauma veroorsaak het, en maak die ontwikkeling van 'n vertrouensverhouding onmoontlik,
- Meeste adolessente weet waarom hulle vir terapie moet gaan, en indien die terapeut nie daarvoor praat nie, kan die adolessent dit ervaar as oneerlikheid,
- Indien die terapeut en die kind net speel in sessies en nie oor die seksuele misbruik praat nie, kry die kind die boodskap dat die gebeure selfs te angswekkend is vir die terapeut om daarvoor te praat,
- Versorger(s) neem die terapeut se leiding aan. Indien gebeure nie direk bespreek word in terapie nie, is hulle geneig om dit ook nie aan te spreek by die huis nie,
- 'n Oop en direkte benadering gee die adolessent 'n gevoel van 'n ferm fondasie en mag. Dit, tesame met die boodskappe dat die terapeut in beheer is van die situasie, is die basis wat die kind benodig om aspekte aan te spreek.

5.8.5 Intensiteit en genot

Binne getraumatiseerde adolessente is daar gewoonlik sterk en angsvolle gevoelens toegesluit dat hulle hulpeloos, sleg en skuldig is (James, 1989:13). Die boodskappe wat die adolessent tydens terapie ontvang, moet ooreenstem met die intensiteit van die negatiewe boodskappe sodat dit gehoor, gevoel en geglo word. Indien die kind die sessies saam met die terapeut geniet, kan sy meer ontvanklik vir positiewe boodskappe vanaf die terapeut wees. Dit beteken nie dat die terapeut 'n naruitrusting moet aantrek nie, maar wel dat sy goeie oogkontak moet maak en opregte en duidelike boodskappe moet gee.

Indien die terapeut 'n genotvolle spelterapiestyl gebruik, kry die kind die boodskap dat dit lekker is om saam met haar te wees en leer sy spelvaardighede wat baie keer nodig is om deel te wees van die terapieplan. Direkte, verbale boodskappe moet herhaaldelik versterk word deur terapeutiese aktiwiteite tydens sessies. Die adolessent word steeds verantwoordelik gehou vir wangedrag tydens sessies en dit moet duidelik gekommunikeer word dat die gedrag, nie die adolessent nie, onaanvaarbaar is (James, 1989:14).

Terapie met getraumatiseerde adolessente is so intens en pynlik dat sterk elemente van genot vereis word vir beide die terapeut en die adolessent om te oorleef om in staat te wees om die harde werk voort te sit. Baie kinders wat trauma beleef het, glo dat hulle nie ooit meer sal lag nie. Goeie tye in die terapeutiese proses leer die adolessent dat dit in orde is om tyd af te neem vir genot en ten spyte van die pyn, gaan die lewe voort.

5.8.6 Multidimensionele strategie

Trauma kan die adolessent se fisiese, kognitiewe, emosionele en spirituele ontwikkeling beïnvloed en daarom moet terapiestrategieë om met elkeen van hierdie aspekte te werk, beskikbaar wees (James, 1989:14). Intervensie in slegs een area is gewoonlik nie effektief nie. Fisiese bemeestering word bereik deur werk met die liggaam tydens sessies of deur aktiewe betrokkenheid soos ballet of karate, wat deel kan vorm van die terapieprogram vir die kind wat traumatiese fisiese indringing beleef het. Ondersteunende instruksies en modellering verwant aan liggaamsgrense is belangrik tydens terapeutiese intervensie.

'n Adolessent kan kognitiewe begrip van gebeure en verwante omstandighede bereik deur direkte leiding van die terapeut. Stories, die gebruik van 'n metafoor en direkte bespreking van werklikhede op die adolessent se vlak help die adolessent om begrip te ontwikkel. Emosionele bemeestering kom van verskeie ervarings wat die adolessent in staat stel om veilig te voel om gevoelens te ondersoek en uit te druk wat op 'n stadium

oorweldigend en onaanvaarbaar was. Kuns en speltherapieaktiwiteite help om gevoelens te skets, te identifiseer en uit te druk (James, 1989:14).

Spirituele impak kan die langdurigste wees op die adolessent. Spiritualiteit is veral belangrik vir adolessente wat diepgaande verliese oor 'n verloop van tyd ervaar het. Die adolessente kan gehelp word om te voel dat hulle iets van waarde in hulle het wat mooi en magtig is en wat nie weggeneem kan word nie. Spiritualiteit kan benader word deur die opgewondenheid oor die wondere van die natuur, deur musiek of gedigte of die spesifieke godsdiens affiliasies wat bestaan in die adolessent se familie.

5.9 Samestelling van die Kinderfunksioneringsinventaris – Hoërskool (KFI-Hoër)

Die verskillende aspekte wat met die Kinderfunksioneringsinventaris-Hoërskool gemeet word, sluit in: Positiewe Funksioneringsareas, Verhoudings, Besluitnemingsvermoë, Selfpersepsie en Trauma-dinamika. Vir die doel van hierdie studie sal daar op die laasgenoemde twee aspekte, naamlik selfpersepsie en trauma-dinamika gefokus word. Tydens die terapeutiese proses waartydens daar gefokus word op die selfpersepsie en trauma-dinamika van die adolessent wat seksueel misbruik is, is dit dus uiters belangrik om die bogenoemde beginsels, vaardighede en ontwikkelingsaspekte in ag te neem. Die navorser sal vervolgens kortliks verduidelik in watter konstrakte selfpersepsie en trauma-dinamika verdeel word vir hierdie studie. Dit sal dus ook vir die leser duidelik word dat die konstrakte wat gemeet en aangespreek word in hierdie studie, aspekte is wat beïnvloed kan word sou 'n adolessent seksueel misbruik word, soos reeds volledig bespreek is in hoofstuk drie.

5.9.1 Selfpersepsie

Die selfpersepsie van die adolessent word met die volgende ses konstrakte gemeet, naamlik:

5.9.1.1 Angstigheid en vrese

Hierdie subskaal meet die gevoel van onsekerheid en vrees wat die adolessent ervaar. Vrees is 'n integrale deel van normale ontwikkeling. Spesifieke vrese kom baie keer voor tydens sekere ouderdomme (Knell, 1993:185). Hierdie vrese is gewoonlik kortstondig, neig om die ouderdom van die individu te reflekteer en betrek gewoonlik nie intense emosies nie. Dit is die navorser se opinie dat ouderdomverwante vrese van adolessente liggaamlike beserings, verwerping deur hulle portuurgroep, verliese en bekommernisse oor skoolprestasies en sosiale verhoudinge insluit.

Onderskeid word gemaak tussen vrees wat gefokus is op 'n spesifieke voorwerp of situasie, en angs wat gekonseptualiseer word as 'n nie-spesifieke en meer verspreid. Die vraag ontstaan wanneer angs 'n versteuring is. Sternberg (1998:610) noem drie faktore wat oorweeg moet word;

- Vlak van angs. Dit is een ding om af en toe 'n bietjie vrees vir 'n hyser te ervaar, veral in 'n oorvol hyser, maar dis 'n ander saak as die persoon nie in staat is om 'n hyser te gebruik om by die werk te kom nie.
- Regverdiging vir die angs. Dit is normaal om bietjie angstig te voel voor 'n belangrike gebeure soos 'n finale eksamen, maar dit is nie normaal om konstant daardie selfde vlak van angs te ervaar wanneer daar geen stresvolle gebeure is nie.
- Gevolge van die angs. Indien die angs lei tot ernstige wanaangepaste resultate, soos skoolafwesigheid omdat die persoon nie in staat is om die huis te verlaat nie, is die gevolge ernstig genoeg om die persoon te klassifiseer as 'n persoon met 'n angsversteuring.

Algemene angsversteurings word gekarakteriseer deur 'n aanhoudende, langdurige sin van angs wat nie versoorsaak word deur enige spesifieke voorwerp, situasie of aktiwiteit nie (Nevid, Rathus & Greene, 1994:177). Die angs en kammernisse wat algemene angsversteurings karakteriseer, word geassosieer met rusteloosheid, konsentrasieprobleme, geïrriteerdheid, spierstyfheid en slaapprobleme (Nevid, Rathus &

Greene, 1994:177). Hierdie eienskappe veroorsaak emosionele ontsteltenis en verswak funksionering.

Een van die grootste vrese wat adolessente slagoffers van seksuele geweld kan ervaar is om hulle ouers van die seksuele misbruik te vertel (Benedict, 1994:190). Dreigemente is nog 'n rede waarom adolessente slagoffers vrees ervaar en nie die seksuele misbruik onthul nie (Bannister, 1998:192). Baie slagoffers van seksuele misbruik druk die vrees uit dat hulle die MIV/VIGS virus kon opgedoen het as gevolg van die seksuele misbruik (Nevid, Rathus & Greene, 1994:548). In praktyk vind die navorser dat adolessente om verskeie redes angs ervaar, naamlik:

- Soms word die adolessent gedreig dat indien sy die seksuele misbruik onthul dan sal sy of haar familie seergemaak of doodgemaak word,
- Soms vrees die adolessent die impak wat die onthulling kan hê of het op haar familie, emosioneel en finansiëel,
- Soms vrees die adolessent die hofverrigtinge,
- Soms vrees die adolessent om die oortreder te sien of dat hy die seksuele misbruik kan herhaal.

Volgens Davis (1996:6) kan blootstelling aan 'n trauma gebeurte veroorsaak sodat die liggaam streshormone vrystel. Dit kan aanleiding gee tot simptome soos spanning, angs, geïrriteerdheid en hiperaktiwiteit. Klein goedjies kan die adolessent begin ontstel en die respons op klein irritasies kan wees dat die adolessent skree of huil. Emosies beweeg van afwesigheid na onmiddellik intense emosies, sonder om deur enige fase van ontwikkeling of vermeerdering te gaan.

5.9.1.2 Skuldgevoelens

Hierdie subskaal meet die mate van skuldgevoelens wat die adolessent ervaar. Indien die adolessent enigsins verantwoordelik voel vir die seksuele misbruik wat sy ervaar het, is daar 'n goeie kans dat sy skuldgevoelens kan ervaar (Williams & Poijula, 2002:105).

Weens die samelewing se geneigdheid om die slagoffer te blameer vir die seksuele misbruik, het baie slagoffers misplaaste gevoelens van skuld, skaamte en selfblaam (Nevid, Rathus & Greene, 1994:544).

Wanneer 'n adolessent seksueel misbruik is, kan die adolessent skuldig voel en haarself blameer vir die gevolge op haar familie na die onthulling van die seksuele misbruik. Die adolessent kan byvoorbeeld gemengde gevoelens ervaar ten opsigte van die oortreder of gestigmatiseer word deur die res van die familie na onthulling van die seksuele misbruik, wat kan bydra tot skuldgevoelens. Die adolessent kan ook verantwoordelik voel vir die seksuele misbruik indien sy dink dat sy enigsins samewerking of aanleiding gegee het tot die seksuele misbruikvoorval (Geldard & Geldard, 2002:115).

Skuldgevoelens kom voor wanneer die persoon sleg voel oor haar gedrag: wat sy voor, tydens of na die voorval gedoen het of nie gedoen het nie (Williams & Poijula, 2002:105). Die oplossing van skuldgevoelens betrek 'n reeks van fases van ontkenning, prosessering en oplossing. Wanneer die adolessent skuldgevoelens prosesseer, moet sy enige skade wat sy gedoen het en haar verantwoordelikheid vir daardie skade assesser. Indien gevind word dat die adolessent in enige graad skuldig was, dan is dit geskik vir haar om uit te druk hoe jammer sy is en om die nodige veranderinge aan te neem (Williams & Poijula, 2002:109). Baie mites wat geassosieer word met skuldgevoelens is die “ek moes” en “ek was veronderstel.” Indien hierdie verbeelde gevoelens onakkuraat is, is dit belangrik dat dit uitgedaag moet word deur aan die adolessent te vra wat elkeen van hierdie gelowe van haar sê. Dan moet bewyse gesoek word, beide positief en negatief, om hierdie gelowe te ondersteun of teen te staan.

5.9.1.3 Gebrek aan selfwaarde

Hierdie subskaal meet die probleme wat die kind ervaar met betrekking tot die gevoel van selfwaarde wat sy beleef. Herhaalde voorvalle van oorweldigende trauma kan 'n impak op alle dele van die self hê: die manier waarop die persoon haarself sien (identiteit), haar liggaamsbeeld (en liggaamsensasies), die persoon se geïnternaliseerde beelde van ander,

haar waardes en haar sin van doel en betekenis (Williams & Poijula, 2002:155). Verlies van 'n sin van die self, kan daartoe lei dat die persoon haarself sien as waardeloos.

'n Verantwoordelikegevoel spruit uit wat die adolessent leer om te glo in terme van die aanspreeklikheid vir die seksuele misbruik. 'n Gevoel van skaamte ontwikkel omdat die adolessent glo dat sy op 'n manier verantwoordelik is vir die seksuele misbruik, omdat sy nie in staat was om dit te keer nie of omdat sy dit verdien. Gevoelens van skaamte voed gebrek aan selfwaarde en afkeer vir die seksueel misbruikte deel van die liggaam. Skaamte moet aangespreek word in die konteks van die politiek van seksuele misbruik (Joy, 1999:161).

Skaamte beteken dat die persoon sleg voel oor wat of wie sy is (Williams & Poijula, 2002:116). Dit is 'n diep gevoel wat oorsprong het in 'n gevoel van mislukking wanneer die persoon glo dat net perfeksie aanvaarbaar is. Volgens Williams & Poijula (2002:116) is skaamte 'n vorm van selfmarteling wat gevoelens van minderwaardigheid en teleurstelling insluit en kan lei na die formasie van 'n skaamte-gebaseerde identiteit. Die oortreder kan boodskappe aan die adolessente slagoffer tydens of na die seksuele misbruik oordra wat kan lei tot skaamte, byvoorbeeld: "Jy het gehou van wat gebeur het."

5.9.1.4 Isolاسie

Hierdie subskaal meet die mate waartoe die adolessent haarself van ander adolessente isoleer. Volgens Wilson, Kendrick & Ryan (1997:166) word sommige kinders se isolاسie verhoog deur die oortreder wat hulle weghou van hulle portuurgroep af, weens jaloesie of omdat die oortreder vrees dat die adolessent die seksuele misbruik sal onthul indien sy intieme portuurvriendskappe vestig. Trauma kan die adolessent se interpersoonlike verhoudinge beïnvloed. Seksuele misbruik kan veroorsaak dat die adolessent probleme met vertrouwe ervaar, haarself herviktimiseer asook ander (Williams & Poijula, 2002:178). Oor 'n verloop van tyd kan die adolessent dus geïsoleerd en eensaam word. Baie Kleurlingadolessente noem aan die navorser dat ander hulle "met aandag aankyk". Dit voel dus vir hulle asof almal weet wat gebeur het en asof hulle anders is as ander. As 'n

gevolg onttrek sommige adolessente van hulle portuurgroep en verkies om alleen of eenkant te wees.

Gedurende die krisis, is dit nie ongewoon vir die slagoffer om te voel asof sy “beskadigde goed” is nie (Brown, 1991:170). Dit verwys na die samelewing, familie en die kind se persepsie dat sy swak, kwesbaar en “gebruik” is en gedeeltelik verantwoordelik is. Vir ouer kinders, strek die “beskadigde goed sindroom” na denke van swangerskap, MIV / VIGS en seksueel oordraagbare siektes. Volgens Doyle (1994:96) voel sommige adolessente wat seksueel misbruik is, dat hulle anders is as ander kinders en onttrek hulle van ander mense.

5.9.1.5 Verantwoordelik vir gevolge teenoor ander

Hierdie subskaal meet die verantwoordelikheid wat die adolessent kan voel vir die gevolge teenoor ander.

Adolessente wat deur ‘n familielid seksueel misbruik is voel verantwoordelik vir die ontsteltenis wat na die onthulling volg. Hierdie probleem verminder indien hierdie ontsteltenis is oor die dade wat teen die adolessent gepleeg is, eerder as die gevolge van die onthulling teenoor ander familieledes (Joy, 1999:164). Adolessente neem egter verantwoordelikheid wanneer die gevoelens, verwarring en kommer van ander familieledes bo die behoeftes van die adolessent gestel word. Die adolessent voel dan dat die onthulling die oorsaak van die probleem is eerder as die seksuele misbruik wat gelei het na die onthulling. Dit is vreesaanjaend vir ‘n adolessent wanneer sy glo dat die onthulling van die seksuele misbruik, die pyn en familiekonflik veroorsaak het wat sy sien afspeel voor haar.

Kinders en adolessente word baie keer gevra of daar word verwag dat hulle volwasse behoeftes moet verstaan en voor hul eie moet plaas. Kinders en adolessente probeer hard om dit te doen wanneer hulle die seksuele misbruik ‘n geheim hou of verantwoordelikheid daarvoor neem. Dit is egter hartseer dat hul pogings om

volwassenes se verwagtinge na te streef, nie raakgesien en waardeer word nie (Joy, 1999:169).

Kinders en adolessente is nie passief in die aangesig van seksuele misbruik nie. Hulle probeer hard om betekenis te gee aan wat met hulle gebeur en watter aksies om te neem. Dit is belangrik dat hulle stories van moed, uithou vermoë, weerstand, en kommer oor ander erken en gevier moet word as dade van 'n held (Joy, 1999:169). Dit is belangrik om die kind se behoeftes en ervarings te erken. Joy (1999:170) vind 'n kombinasie van visuele voorstellings en eksternaliseringsgesprekke as die effektiefste manier om met kinders te werk. Dit het die voordeel dat 'n aktiewe vennootskap tussen die adolessent en die terapeut gevestig kan word, terwyl die afbreek van die politiek van seksuele misbruik hanteerbaar gemaak word en skaamte en die verantwoordelike gevoel aangespreek word.

5.9.1.6 Gebrek aan selfgeldig

Hierdie subskaal meet die gebrek aan selfgeldig wat die adolessent toon in sy gedrag teenoor ander. Trauma kan 'n persoon se goeie gevoelens en geloof oor haarself uitdaag en lei na negatiewe denke en gevoelens van waardeloosheid, om sleg te wees, minagting en ontnugtering. Die persoon kan glo dat sy beskadig of sleg is en dat haar teenwoordigheid in ander se lewe net tot pyn in hulle lewens sal bydra (Williams & Poijula, 2002:162).

“Dit moet iets van my wees wat veroorsaak het dat hy dit met my gedoen het,” is 'n algemene siening tussen volwasse- en kinderslagoffers van seksuele misbruik. Byvoorbeeld : “As ek nie mooi hare gehad het nie, dan sou hy dit nie gedoen het nie.” Indringing veroorsaak dat die slagoffer van seksuele geweld die volgende boodskappe internaliseer: “Ek is beskadig” en “Ek is magteloos.” Dit kan lei na gedrag wat hulpeloosheid of aggressie reflekteer (Potgieter, 2000:34).

5.9.2 Trauma-dinamika

Die trauma-dinamika van die adolessent word met die volgende konstrunkte gemeet, naamlik:

5.9.2.1 Geheueverlies

Hierdie subskaal meet probleme wat die kind het om basiese dinge te onthou. Omdat die traumagebeure nie geprosesseer word nie, en die reaksies op enige herinnering van die trauma intens is, kan sommige aspekte van die traumagebeure moeilik of onmoontlik wees vir die adolessent om te onthou (Davis, 1996:12). Feite raak verwant en die gebeure raak onduidelik. Alhoewel die geheueverlies 'n mate van verligting van die terugflitse verskaf, kan dit ook baie ontstellend wees, veral indien die adolessent oor die seksuele misbruikvoorval moet getuig.

5.9.2.2 Frustrasie

Hierdie subskaal meet die reaksie van die kind teenoor die probleme in haarself en haar omgewing wat haar voorkom om haar doelwitte en begeertes in haar lewe te bereik. 'n Kind wat seksueel misbruik is deur iemand belangrik in haar lewe, kan aanvanklik die verhouding as 'n liefdesverhouding ervaar wat versterk word terwyl die seksuele misbruik voorkom. Wanneer indringing voorkom, ervaar baie kinders vrees (Potgieter, 2000:37). Hierdie gevoelens, wanneer dit saam as gevoelens van liefde en behoefte ervaar word, kom veral voor in gevalle waar die oortreder iemand na aan die kind is en dit die kind emosioneel verward laat. Die kind ervaar dan beide liefde / behoefte en haat / vrees teenoor die oortreder (Potgieter, 2000:37). Die kind word onseker van wat sy voel en haat dan haarself omdat sy die oortreder lief het en haat haarself omdat sy die oortreder haat.

5.9.2.3 Hulpeloosheid

Hierdie subskaal meet die gevoelens van die adolessent met betrekking tot die uitputting van haar hanteringsvaardighede en die hulpeloosheid wat sy mag voel om iets te doen aan haar lewensomstandighede. Hulpeloosheid is in hoofstuk drie bespreek.

5.9.2.4 Houding teenoor volwassenes

Hierdie subskaal meet die houding van die adolessent teenoor volwassenes in die algemeen. Baie adolessente wat seksueel misbruik is ervaar konflik tussen liefde en haat vir die oortreder, veral indien die oortreder 'n volwassene, versorger, familielid of persoon was wat die adolessent vertrou het. Wanneer 'n kind seksueel misbruik word, internaliseer sy sekere boodskappe (Potgieter, 2000:38). Hierdie boodskappe kan die kind se persepsie van haar interaksie met ander mense verander, en ook 'n nadelige gevolg op die kind se gedrag in interpersoonlike verhoudings hê. In die geval van seksuele misbruik, waar die oortreder 'n volwassene was, misbruik die oortreder die kind se onskuld en die gevolg is dat so 'n kind grootword met verwarrende boodskappe oor die verhoudings tussen seks, liefde, vertrouwe en verraad (Spies, O'Neil & Collins, 1998:372).

Die meeste kinders en adolessente word seksueel misbruik deur mense vir wie hulle lief is. Dit kan baie verwarring en angs byvoeg oor terapieessies om die effek van die seksuele misbruik aan te spreek. Daarom is Joy (1999:160) versigtig en herinner haarself telkens dat dit dalk nie veilig of geskik is vir sommige kinders en adolessente om saam met haar deel te neem aan besprekings oor sake soos skuldgevoelens en verantwoordelikheid in vroeë terapieessies nie. Dit moet baie sensitief gedoen word, goeie tydsberaming, gebaseer op die kind se gereedheid en die beskikbaarheid van familieondersteuning, kan die verskil maak tussen positiewe of 'n traumatiese reaksie. Dit is die navorser se opinie dat 'n vertrouensverhouding tussen die terapeut en die adolessent gevestig moet wees voordat die adolessent betrek moet word by bespreking daaroor.

Kinders en adolessente wat vasgevang is in die konflik tussen liefde en haat moet verseker word dat die terapeut beide sensitief is vir die probleem wat hulle in die gesig staar en waarderend is vir die kwaliteite van die oortreder wat lei na die ambivalente gevoelens. Die navorser is ook van opinie dat dit belangrik is om hulle uitdrukkings van lojaliteit te respekteer en nie optree op 'n manier wat verder die karakter van die oortreder verwar nie. Joy (1999:161) doen navrae oor wat die adolessent waardeer van haar familie en van die oortreder. In hierdie konteks word die adolessent in staat gestel om sekere beskrywings te gee van wat sy nie hou van die oortreder nie. Joy (1999:161) fokus veral op gedrag eerder as persoonlike kwaliteite. Soos die adolessent meer duidelik begin onderskei tussen die oortreder as 'n persoon en die gedrag waarin hy betrokke is wat sleg en seer vir haar is, sal sy uiteindelik veilig voel om die intensiteit van haar gevoelens ten opsigte van die seksuele misbruik uit te druk.

Volgens Davis (1996:13) is dit algemeen onder persone wat blootgestel was aan 'n traumagebeure om te onttrek van sosiale situasies en algemene aktiwiteite van elke dag se lewe, asook isolasie van vriende en familie. Die persoon lag nie meer nie en verloor haar sin vir humor. Onttrekking is baie keer 'n gevolg van skaamte omdat die slagoffer glo dat ander dink die trauma was haar skuld. Gevoelens van liefde kan so afgestomp raak dat dit blyk asof dit verdwyn het (Davis, 1996:13).

5.9.2.5 Wantroue

Hierdie subskaal meet die gebrek aan vertroue wat die kind in ander mense het. In die geval waar die trauma voorgekom het as gevolg van 'n menslike intensie, soos in die geval van seksuele misbruik van kinders, kan die adolessente slagoffer dit moeilik vind om weer ander, die wêreld en haarself te vertrou (Williams & Poijula, 2002:178). Om deur 'n persoon verraai te wees in die verlede kan dus daartoe lei dat die adolessent probleme met vertroue in die hede ervaar. Verraad en wantroue is in hoofstuk drie bespreek.

5.9.2.6 Stigma

Hierdie subskaal meet die gevoel wat die adolessent het dat sy anders is as ander kinders. Stigmatisasie verwys na die negatiewe konnotasies - byvoorbeeld skaamte, skuldgevoelens, om sleg te wees - wat gekommunikeer word aan die kind oor die ervaringe en wat dan geïnkorporeer word in die kind se selfbeeld. (Vergelyk Webb, 1999:110 ; Finkelhor & Browne, 1986:184.) Stigmatisasie is in hoofstuk drie bespreek.

5.9.2.7 Liggaamsbeeld

Hierdie subskaal meet die beeld wat die adolessent van haar liggaam het. 'n Kind internaliseer ervaringe van die self en van die self in verhouding met ander tydens die kinderjare (Potgieter, 2000:33). Internalisasie word gedefinieer as die inname en die prosessering van die betekenis van buite ervaringe soos dit in verhouding met die self is. Die kind internaliseer dus sekere boodskappe om 'n interne werkmodel te skep, wat later die basis word vanwaar 'n kind sal reageer of in interaksie met die wêreld sal tree. Daarom, as 'n resultaat van seksuele misbruik, sal die adolessent wat seksueel misbruik is, sekere inligting internaliseer wat haar gedrag sal beïnvloed.

Soos die kind groei, ontwikkel die konsep van die self en saam daarmee 'n bewustheid van die liggaam asook die belang van liggaamsgrense wat onderskeid tref tussen die self en ander (Potgieter, 2000:33). Vir die kind om gesonde interaksies te ontwikkel moet die grens tussen die liggaam en / of die self oorgesteek word, soos die kind aangeraak word op 'n positiewe manier deur fisiese sorg en emosionele ondersteuning. Die kind sal selektief ander in spesifieke areas toelaat in die mate waarmee die kind gemaklik is met daardie spesifieke persoon. Indien die volwassene nie versorgend is nie en nie die kind se behoeftes en mate waarin die kind in beheer wil wees van haar interaksies met ander in ag neem nie, ervaar die kind indringing in hierdie areas as versteurend. Potgieter (2000:34) beskryf indringing as 'n proses waartydens die kind geleidelik beheer oor verskillende areas van haar lewe verloor, waaroor sy voorheen beheer gehad het.

In die geval van seksuele misbruik, maak die oortreder baie keer vriende met die slagoffer en verkry stadig maar seker toegang ten einde later toegang tot die private areas van die kind se lewe te verkry (Potgieter, 2000:34).

5.9.2.8 Persoonlike grense

Hierdie subskaal meet die persoonlike grense van die adolessent. 'n Grens is enige tipe skeiding wat die persoon stel tussen wat toelaatbaar of moontlik is en wat nie is nie (Williams & Poijula, 2002:139). Daar is verskillende tipes grense om en in 'n persoon. Een tipe grens betrek fisiese spasie. Dit is belangrik om die hoeveelheid fisiese spasie wat die adolessent benodig om gemaklik te voel wanneer sy met ander is, te erken. 'n Gesonde fisiese grens beteken respek vir jou eie persoonlike spasie en daardie van ander. Volgens Williams & Poijula (2004:184) het 'n persoon verskeie keuses indien 'n persoon se persoonlike spasie ongevraagd betree word, naamlik:

- 'n Persoon kan terugstaan of 'n voorwerp tussen jou en die persoon plaas, soos 'n tafel.
- Die persoon kan sê: “Ek voel ongemaklik omdat jy so fisies naby aan my is.”
- Wees selfgeldend in wat jy wil hê.

Die navorser besef egter dat dit vir 'n afhanklike kind wat deur 'n familielid seksueel misbruik word, baie moeilik of dalk selfs onmoontlik moet voel om afstand te skep of selfgeldend op te tree. Veral indien haar familie nie enige beweringe teenoor die oortreder glo nie en haar nie ondersteun nie. Seksuele misbruik word gekarakteriseer deur die oorskryding van grense, privaatheid en vertroue (Joy, 1999:155). Daar is dus telkens uitdagings en probleme om die adolessent te betrek: “Hoe respekteer ons persoonlike grense wat al deur 'n ander volwassene oorskry en nie gerespekteer is nie, en skep terselfertyd geleenthede om die gevolge van seksuele misbruik aan te spreek?” Deelname is nie iets wat net in die eerste sessie gedoen word om die adolessent se vertroue te wen nie, dit is 'n aanhoudende deel van die terapeutiese proses. Joy

(1999:155) sien deelname as ‘n proses van bou en behou in die terapeutiese proses. Die bou en behou van ‘n terapeutiese vertrouensverhouding met kinders word bevorder deur:

- Om sensitief te wees vir die gereedheid en selfvertroue om tot die gesprek by te dra,
- Om ‘n gesprek in die begin van elke ontmoeting voor te stel, wat die respektering van positiewe eienskappe van die kind toelaat,
- Om waarde op die kind se aanmerkings te plaas eerder as herverwysing na ouers se idees,
- Om respek te toon deur geleentheid te voorsien om keuses te maak en deur toestemming van die kind te vra waar dit aanvaarbaar is,
- Om die taal wat die kind verstaan te gebruik,
- Om op te let en aanmerkings te maak oor prestasies en goeie, vinnige denke,
- Om woorde en frases te kies, wanneer daar gepraat word met ‘n kind, wat dit duidelik maak wie volgens jou verantwoordelik vir die seksuele misbruik is.

Volgens Williams & Poijula (2002:140) kan die adolessent haar liggaamstaal (die manier hoe sy haar liggaam posisioneer en haar gesigsuitdrukking) gebruik om te sê: “Bly weg” of “Kom nader,” naamlik:

- Kruis arms oor liggaam,
- Draai liggaam weg,
- Draai kop weg wanneer ‘n persoon met jou praat,
- Staar terug na die persoon op ‘n positiewe manier,
- Staar terug op ‘n vyandige manier,
- Kyk af en vermy oogkontak,
- Beweeg nader aan iemand,
- Maak oogkontak,
- Glimlag.

‘n Tweede tipe grens is ‘n emosionele grens wat beteken dat die adolessent in staat is om grense te stel sonder om bekommerd te wees of sy ‘n ander persoon kan teleurstel of seermaak of nie (Williams & Poijula, 2002:141). Deur te noem wat sy wil hê, is ‘n manier waarop ‘n persoon ‘n emosionele grens stel, byvoorbeeld: “Ek wil nie seksueel aktief wees nie.” Indien die adolessent ‘n goeie emosionele grens neerlê, kan sy weier om seksueel aktief te wees sonder om te vrees dat die persoon wat die seksuele verhouding wil hê, so kwaad of seergemaak sal wees dat hy haar sal verwerp. ‘n Persoon het die reg om “nee” te sê, emosioneel asook fisies.

5.9.2.9 Skoolprobleme

Hierdie subskaal meet die probleme wat die adolessent in die skoolomgewing het. Die navorser vind in praktyk dat baie adolessente wat seksueel misbruik is, probleme met konsentrasie by die skool ondervind. Met die adolessent en haar ouer(s) se toestemming gaan kontak die navorser die adolessent se klasonderwyser(es) ten einde meer inligting in te samel van die adolessent se gedrag en vordering by die skool. Sodoende kan die navorser bepaal of die seksuele misbruik ook ‘n impak op die adolessent se skoolwerk of skoolbywoning het.

5.9.2.10 Alkoholgebruik

Hierdie subskaal meet die adolessent se betrokkenheid by alkoholgebruik. Woede is een van die moeilikste emosies vir slagoffers van seksuele misbruik. Slagoffers het 'n geneigdheid om woede te ignoreer of om uit te bars en te reageer wat beide die slagoffers en ander om hulle kan seermaak (Knauer, 2000:83). Adolessente kan die woede na hulleself draai deur byvoorbeeld dwelms of alkohol te misbruik.

5.9.2.11 Dwelmgebruik

Hierdie subskaal meet die adolessent se betrokkenheid by dwelmgebruik. Indien die navorser vind dat die adolessent wat seksueel misbruik is dwelms misbruik, sal die

navorser van eksterne bronne gebruik maak om die probleem aan te spreek en die nodige verwysings doen.

5.10 Samevatting

Daar is basiese terapievaardighede wat benut word, naamlik waarneming, om aktief te luister, die gebruik van vraagstelling en stellings, die hantering van weerstand en oordrag, die ondersoek van keuses en die inoefening van nuwe gedrag. Werk met adolessente is uitdagend en belonend en vereis versigtige hantering om struikelblokke in die vorming van 'n vertrouensverhouding te vermy. Algemene beginsels tydens werk met adolessente sluit in dat die terapeut 'n nie-beoordelende en positiewe houding moet inneem, die adolessent moet uitnooi om te sê wat hy of sy wil sê, nie aanvangstelling uitdaag nie, respek toon en duidelike grense stel en behou. Dit is ook belangrik dat die terapeut kreatief en dinamies moet wees en "in konteks" moet werk.

Die terapeut moet erkenning gee aan die adolessent se selfgesentreerdheid en samewerking aanmoedig. Dit is belangrik dat die terapeut die versorger(s) of betekenisvolle persone in die adolessent se lewe moet betrek. Die terapeut moet die kuns om professionaliteit en spontaneïteit en genot te kombineer, bemeester. Praktyke wat betroubaar is tot die behoeftes en ervarings van kinders, moet respek, waardering en begrip vir die kind se eie betekenis en kennis hê. Dit behels 'n empatiese en intellektuele vermoë om jouself in die kind se posisie en wêreld te plaas soos die kind dit sien op daardie oomblik op hulle lewenspad deur kindskap.

Daar is 'n wanbalans in kennis, kognitiewe ontwikkeling en onafhanklikheid wat bestaan tussen volwassenes en kinders. Dit moet nie vergeet word tydens dienslewering aan die adolessent wat seksueel misbruik is nie. Die terapeut moet die adolessent se ontwikkelingsvlak in aanmerking neem en nie oordeel vanaf die terapeut se ontwikkelingsfase nie. Die boodskappe wat die adolessent tydens terapie ontvang, moet ooreenstem met die intensiteit van die negatiewe boodskappe sodat dit gehoor, gevoel en

geglo word. Dit is genot wat die kind emosioneel ontvangbaar laat sodat die positiewe boodskappe deur haar verdedigingsmeganismes kan glip.

Die twee aspekte wat met behulp van die Kinderfunksioneringsinventaris – Hoërskool gemeet word en waarop gefokus word in hierdie navorsing sluit in: selfpersepsie en trauma-dinamika. Hierdie gestandaardiseerde metingskaal meet die volgende konstrukte van selfpersepsie, naamlik angstigtheid, skuldgevoelens, gebrek aan selfwaarde, isolasie, verantwoordelik vir gevolge teenoor ander en gebrek aan selfgelding. Die konstrukte van trauma-dinamika wat gemeet word met behulp van die Kinderfunksioneringsinventaris – Hoërskool sluit in: geheueverlies, frustrasie, hulpeloosheid, houding teenoor volwassenes, wantroue, stigma, liggaamsbeeld, persoonlike grense, skoolprobleme, alkoholgebruik en dwelmgebruik.

In hoofstuk ses sal die navorser aandag gee aan die spelterapiëprogram vir dienslewering aan die adolessente dogter wat seksueel misbruik is. Die voorafgaande hoofstukke se inhoud sal in ag geneem en geïntegreer word in die spelterapiëprogram vir dienslewering aan die adolessente dogter wat seksueel misbruik is.

Hoofstuk 6: ‘n Speltherapieprogram vir adolessente wat seksueel misbruik is

6.1 Inleiding

Een komplikasie vir die beplanning van terapie met die adolessent wat seksueel misbruik is, is dat die gevolge van die seksuele misbruik wyd varieer (Berliner, 2003:13). Dit is omdat seksuele misbruik ‘n wye verskeidenheid aspekte omvat, byvoorbeeld die seksuele misbruik kan een of meer voorvalle insluit, die oortreder kan ‘n vreemdeling, bekend aan die adolessent of ‘n familielid wees, die voorval kan gewelddadig wees of slegs pornografiese materiaal betrek, om maar net ‘n paar te noem. Ten einde ‘n effektiewe terapeutiese intervensie te struktureer, is dit noodsaaklik dat die terapeut moet begin met ‘n begrip vir die sielkundige impak van die seksuele misbruik op die individuele kind (Killian & Brakarsh, 2004:367).

Daarom is die navorser van mening dat die terapeut ‘n assessering van die impak van die voorval op die adolessent voor aanvang van terapie moet doen. Assessering is ook ‘n deurlopende proses tot en met terminering. ‘n Indiepte onderhoud aan die hand van ‘n onderhoudskedule met die versorger(s) of ouer(s) voor aanvang van die terapie is ‘n belangrike bron van inligting vir die terapeut. Sodoende kan die terapeut ‘n beeld begin vorm van die impak van die voorval op die adolessent. Die terapeut kry dan ter selfder tyd belangrike inligting ten opsigte van die adolessent se verhouding met haar ouer(s), haar ouers se houding en gevoelens oor die voorval asook die ouers se reaksie.

Die navorser gee ook dwarsdeur die terapeutiese proses aandag aan die adolessent se verhouding met haar ouer(s) of belangrike persone in haar lewe, aangesien hulle die adolessent na terminering van terapie verder gaan ondersteun en bystaan. Eksterne ondersteuning is van groot belang vir herstel. Met behulp van die gestandaardiseerde metingskaal wat voor aanvang van die terapie deur die adolessent voltooi word, kan die impak van die seksuele misbruik op die adolessent verder geassesseer word. Die behoeftes van kinderslagoffers van seksuele misbruik word deur Labuschagne (in Louw, 2000:24) as volg opgesom:

- Die slagoffer se skuldgevoelens moet verlig word,
- Die slagoffer moet selfgeldende gedrag geleer word,
- Die slagoffer se gevoelens van selfwaarde en selfbeeld moet versterk word,
- Die slagoffer moet seksuele opvoeding en leiding ontvang,
- Die slagoffer moet weet dat sy fisies gesond is,
- Die slagoffer moet geleer en ingelig word oor affeksie,
- Die slagoffer moet van ouderdom-vanpaste sosiale gedrag en portuurgroepgedrag geleer word.

Die navorser spreek al die bogenoemde aspekte in die speltherapieprogram aan. Die navorser het die aktiwiteite van die speltherapieprogram onderverdeel volgens Finkelhor & Browne (1986:185) se model, wat 'n manier voorsien waarop die waargenome gevolge van die seksuele misbruik georganiseer en geteoretiseer kan word. Sien 3.2, vir 'n volledige uiteensetting van die model. Finkelhor & Browne (1986:185) het die gevolge van seksuele misbruik, in die sielkundige impak en gedragsmanifikasies verdeel alhoewel dit nie maklik is om die twee te skei nie. Therapie is nie soos 'n resep wat net gelees en gedoen kan word nie. Elke individu kan anders geaffekteer word deur die seksuele misbruik en die terapeut en die adolessent bring ook elkeen unieke eienskappe na die speelkamer. Die navorser het die speltherapieproses in ses fases onderverdeel, naamlik:

- Fase 1: Bou van 'n terapeutiese verhouding,
- Fase 2: Hulpeloosheid,
- Fase 3: Verraad,
- Fase 4: Stigmatisasie,
- Fase 5: Traumatiese seksualisering,
- Fase 6: Terminering.

Onder elke fase word verskeie aktiwiteite aanbeveel wat tydens aanvang, gedurende die proses en terminering gebruik kan word. Die impak op elke adolessent kan verskillend wees en daarom is dit nie nodig dat die program soos 'n boek van voor tot agter

deurgewerk word nie, die terapeut kan die geskikte speltherapieaktiwiteite selekteer soos dit aan die adolessent se behoeftes voldoen. Dit kan ook soms gebeur dat die terapeut 'n spesifieke aktiwiteit voorberei het, maar dan moet verander na 'n ander aktiwiteit soos dit voldoen aan die adolessent se voorgrondbehoefte. Die navorser probeer ook telkens die adolessent se voorgrondbehoefte by die spesifieke aktiwiteit inwerk.

6.2 Die speltherapieprogram

Wanneer die onderstaande speltherapieprogram vergelyk word met Geldard & Geldard (2002:43) se raamwerk van die terapeutiese proses, kan die volgende uitgelig word, naamlik: punt een tot vyf van die eerste fase, naamlik: “Bou van 'n terapeutiese verhouding”, stem ooreen met die “Aanvanklike assesseringsfase” van die terapeutiese proses soos aangepas deur Geldard & Geldard (2002:43), sien tabel 4.1. Vanaf punt ses tot aan die einde van die fase: “Traumatiese seksualisering” stem ooreen met die “Gestaltterapie vir die adolessent” van Geldard & Geldard (2002:43) en die laaste fase, naamlik: “Termineringsfase” stem ooreen met Geldard & Geldard (2002:43) se “Hersien van terapeutiese resultate.”

Volgens die gestaltbenadering fokus 'n persoon wat goed funksioneer op een behoefte (figuur) op 'n slag, terwyl ander behoeftes na die agtergrond verplaas word (Blom, 2004:12). Wanneer die behoefte bevredig is, die gestalt voltooi is, word dit verplaas na die agtergrond en 'n nuwe behoefte word die fokus (die figuur). Agtergrond verwys na die agtergrond van die kind se ervaring op daardie spesifieke oomblik (O'Leary, 1998:11). Die agtergrond gee betekenis aan die figuur of vorm (Sinay, 1997:7).

Individuele terapie is relevant om gesonde verhoudingsinteraksies te modelleer en sodoende die adolessent met 'n meer optimistiese siening van die potensiaal van menslike verhouding te voorsien (Gil, 1996:188). Die adolessent kry ook die geleentheid tydens individuele terapie om die terapeut as vertrouenswaardig waar te neem en om sensitiewe en persoonlike sake in 'n konteks wat vry van die druk van haar portuurgroep is, aan te spreek. Volgens Gil (1996:188) neem dit tyd vir die meeste adolessente wat seksueel

misbruik is om gemak in die konteks van 'n terapeutiese verhouding te ontwikkel, en individuele terapie voorsien individuele aandag en fokus sodat die terapeutiese verhouding gouer ontwikkel.

Volgens West (1996:41) word daar al hoe meer erkenning daaraan gegee dat baie kinders wat seksueel misbruik is, een-tot-een terapie benodig. Die navorser is van mening dat adolessente wat seksueel misbruik is, aanvanklik voordeel trek uit individuele terapie, waarna groepwerk ook baie positief ervaar word aangesien dit die isolasie en stigmatisasie verminder. Vir die doel van die navorsing maak die navorser gebruik van individuele terapie. Die terapeut betrek die adolessent in 'n terapeutiese proses deur gebruik te maak van vaardighede tesame met media en ander strategieë (Geldard & Geldard, 2002:43). Wanneer daar verwys word na die terapeutiese proses, word daar egter verwys na verskillende prosesse wat in werking gestel moet word voordat terapeutiese verandering sal plaasvind. Volgens West (1996:101) beweeg kinders tydens speltherapie gewoonlik deur vier fases, waarvan die volgorde van die eerste drie soms kan varieer. Die terapeut moet konstant en sensitief tot die adolessent se gevoelens reageer, die adolessent se houding aanvaar, in die adolessent glo en haar respekteer. West (1996:101-102) onderskei tussen die volgende vier terapeutiese fases, naamlik:

- Fase 1: Die adolessent se gedrag is oordadig of beperk, vanpas en onvanpas. Die terapeutiese taak is om 'n terapeutiese verhouding te bou.
- Fase 2: Die adolessent se gevoelens fokus op definitiewe persone en dinge buite die adolessent. Dit kan blyk dat die adolessent se gedrag vererger.
- Fase 3: Positiewe gevoelens begin te toon, maar baie ambivalensie kom voor.
- Fase 4: Realistiese denke kom sterker voor. Die adolessent voel beter binne en is meer in staat om die lewe se veranderinge te hanteer. Die adolessent ontwikkel 'n ouderdoms-vanpaste verhouding met die terapeut.

Die hoeveelheid sessies en periode van terapie kan ook varieer van adolessent tot adolessent. Die navorser sien die adolessent tydens aanvang van terapie een keer 'n week en verleng dit later tydens die terapeutiese proses geleidelik na een keer elke twee weke

en later elke drie weke, soos die adolessent gereed raak om van interne en eksterne steunstelsels gebruik te maak. Vanuit die gestaltterapie se siening, is die gesonde persoon-in-sy-omgewing aanhoudend besig om aandag te gee aan sake van belang om te oorleef of om in stand te hou (Enright, 1978:14). Hierdie sake van belang is persoon en omgewing-uitruiling wat die balans in stand hou of herstel. Die duur van die sessies is ongeveer 'n uur na 'n uur en vyftien minute. Volgens Morgan (1995:23) is dit belangrik dat daar voldoende tyd beskikbaar moet wees en dat die terapeut of die adolessent nie gejaagd moet voel om die afspraak betyds af te handel nie.

Dit aantal sessies kan dus varieer met elke adolessent, maar dit is belangrik dat die vanpaste speltherapieaktiwiteite volgens die impak van die seksuele misbruik op die adolessent, met elke adolessent deurgewerk moet word. Indien die adolessent byvoorbeeld nie enige probleme of veranderinge in haar slaappatroon ervaar nie, is dit dus nie nodig om die speltherapieaktiwiteit oor slaapprobleme te doen nie. Die individuele kliënt en haar behoeftes bepaal dus die hoeveelheid sessies en die speltherapieaktiwiteite wat geselekteer sal word. Indien die adolessent ander behoeftes het wat buite die spesialiteit van die terapeut val, kan eksterne bronne ook betrek word ten einde die voorgrondbehoefte van die adolessent aan te spreek. Die navorser het byvoorbeeld tydens dienslewering van die volgende eksterne bronne gebruik gemaak, naamlik: Choices (bespreek die adolessent se keuses met haar tydens swangerskap), psigiater (gesinsberading) en 'n dominee (geestelike aspekte). Die speltherapieprogram kan met 13 tot 17-jarige adolessente gebruik word.

Alhoewel die navorser direkief werk, het die meeste adolessente tydens aanvang van die sessie die behoefte om eers van gebeure gedurende die week en veral oor verhoudings in hulle lewe te praat. Die navorser sal dan daarop fokus en ook van die geleentheid gebruik maak om dit wat die adolessent vertel het, by die aktiwiteit van die dag in te werk. Die gestalttegnieke werk vanuit die hier-en-nou en beklemtoon sensasies, met die doel dat die adolessent bewus sal word van hoe sy haarself verhoed om haar behoeftes te bevredig en om die gestalt te vorm (Sinay, 1997:88). Om in die hier-en-nou te werk is belangrik in die bereiking van bewuswording. Die speltherapieprogram sal vervolgens in tabelvorm

uiteengesit word, waarna die doelwitte, materiaal benodig en instruksies van elke aktiwiteit bespreek sal word. Aangesien die respondente reeds die seksuele misbruik tydens aanmelding onthul het, behels die speltherapieprogram terapeutiese toetrede.

Tabel 6.1: Die speltherapieprogram

A) Bou van ‘n terapeutiese verhouding (Kan strek oor 4 tot 5 sessies)		
Voorgestelde aktiwiteite:		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Vul innamevorm in. 2. Verduidelik PATCH en navorsers se rol, doel van navorsing en teken toestemmingsvorme vir deelname aan navorsing. 3. Die lewenslynaktiwiteit ten einde meer agtergrondinligting op ‘n nie-bedreigende manier by die adolessent in te samel. 4. Voltooi Kinderfunksioneringsinventaris-Hoërskool met die adolessent. 5. Voer onderhoud aan die hand van die onderhoudskedule met die ouers. 6. Veiligheidsaktiwiteit ten einde veiligheid te vestig voordat daar aan emosionele sake verwant aan die trauma gewerk word. 7. Samel inligting van die voorval by die adolessent in. 8. Gevoelensaktiwiteite: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Visbak, ✓ Liggaamgevoelens, ✓ Nie-verbale gevoelens, ✓ Weersverslag (Adolessent kan dit huis toe neem en daagliks by huis voltooi en saambring na weeklikse sessies of kan aan die begin van ‘n sessie voltooi word.) ✓ Kleivoorstellings 		
B) Hulpeloosheid. Finkelhor & Brown (1986:185) se model.		
Voorgestelde aktiwiteite om gevoelens van hulpeloosheid aan te spreek:	Sielkundige impak van gevoelens van hulpeloosheid:	Gedragmanifestasies as gevolg van gevoelens van hulpeloosheid:
1. Reaksie van betekenisvolle persone.	Vrees en angs.	Vrees en angs.

2. Terugflitse.	Verlaagde sin van doeltreffendheid.	Verlaagde sin van doeltreffendheid.
3. Sintuie.		
4. Kom ons maak ballonne van die stene in ons lewe.	Persepsie van self as slagoffer.	Persepsie van self as slagoffer.
5. Positiewe denke.	Behoefta aan beheer.	Behoefta aan beheer.
6. 7 de laan.		
7. Kognisie.	Identifiseer met die aggressor.	Identifiseer met die aggressor.
8. Hofvoorbereiding.		
9. My regte en verantwoordelikhede.		
10. Slaappatroon.		
11. Persoonlike spasie.		

C) Stigmatisasie. Finkelhor & Brown (1986:185) se model.

Voorgestelde aktiwiteite om stigmatisasie aan te spreek:	Sielkundige impak van stigmatisasie:	Gedragmanifestasies as gevolg van stigmatisasie:
1. Skuldgevoelens / Ambivalente gevoelens.	Skuldgevoelens.	Isolasie.
2. Meer van myself.	Skaamte.	Middelmisbruik.
• My feitelêr,		
• Naamaktiwiteit,	Lae selfbeeld.	Kriminele betrokkeheid.
• Vriende,		
• Gunstelingdinge,	Voel anders as ander.	Selfbesering.
• Onvoltooide sinne,		
• My selfbeeld,		
• Boodskappe.		
3. Teenoorgesteldes in my.		
4. Selfgeldende gedrag.		
5. Hantering deur die professionele persone.		
		Selfmoord.

D) Verraad. Finkelhor & Brown (1986:185) se model.

Voorgestelde aktiwiteite om gevoelens van verraad aan te spreek:	Sielkundige impak van verraad:	Gedragmanifestasies as gevolg van verraad:
--	--------------------------------	--

1. Meryl se storie.	Rou en depressie.	Vasklou.
2. Vertroue.	Uitermatige afhanklikheid.	Kwesbaar vir verdere uitbuiting en daaropvolgende seksuele misbruik.
3. Woede.		
<ul style="list-style-type: none"> • Skaal, • Liggaam, • Verkeerslig, • Woede-slagoffers, • Uitlaatklep, • Konflikhantering. 	Verswakte vermoë om die vertrouenswaardigheid van ander te oordeel.	Laat toe dat eie kinders slagoffers word.
4. Selfversorging:	Wantroue, veral van mans.	Isolasie.
<ul style="list-style-type: none"> • Musiektekeninge, • Ontspannings-oefeninge. 	Woede, uitreagerende gedrag.	Ongemak in intieme verhoudings.
		Huweliksprobleme.
		Aggressiewe gedrag.
		Misdaad.

E) Traumatiëse seksualisering. Finkelhor & Brown (1986:185) se model.

Voorgestelde aktiwiteite om traumatiese seksualisering aan te spreek:	Sielkundige impak van traumatiese seksualisering:	Gedragmanifestasies as gevolg van traumatiese seksualisering:
1. Hartsnare.	Verhoogde opvallendheid van seksuele sake.	Seksuele preokkupasie en kompulsiewe seksuele gedrag.
<ul style="list-style-type: none"> • Wat is 'n gesonde verhouding?, • Interpersoonlike verhoudings. 		
2. Liefdestale.	Verwarring oor seksuele identiteit.	Precocious seksuele aktiwiteite.
3. Ken mekaar.		
4. Reg of verkeerd?	Verwarring van seks met liefde en sorg ontvang of gee.	Aggressiewe seksuele gedrag.
5. Afspraakverkragting:		
<ul style="list-style-type: none"> • Wat maak meisies kwesbaar?, • Maniere waarop afspraakverkragting 	Negatiewe assosiasie met seksuele aktiwiteite en opwekkingsensasies.	Promiskuïteit, onaanvaarbare seksualisering van ouerskap.
		Prostitusie, fobiese reaksies tot seksuele intimiteit.

<p>voorkom kan word.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gevaarlike plekke, • Kommunikasie, • Spesifieke voorkomingsfrases. <p>6. Prooi van die party:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Veiligheidswenke. <p>7. Mites en waarhede.</p>	<p>Afkering van seks of intimiteit.</p>	<p>Seksuele dissatisfaksie, terugflitse, probleme in opwekking, orgasme vermyding.</p>
<p>F.) Terminering</p>		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Bordspeletjie. 2. Voltooi Kinderfunksioneringsinventaris-Hoërskool. 3. Onderhoud aan die hand van ‘n onderhoudskedule met die ouer(s) van die adolessent. 4. Opvolg na 3 maande: Onderhoud aan die hand van ‘n onderhoudskedule met die adolessent en die ouer(s) van die adolessent. 		

6.2.1 Bou van ‘n terapeutiese verhouding

Die fokus van die eerste paar sessies gedurende gestaltpeltherapie is hoofsaaklik om ‘n terapeutiese verhouding te bou. (Vergelyk Geldard & Geldard, 2002:66; Oaklander, 1988:185; Blom, 2004:54.) Die terapeutiese verhouding word gesien as die belangrikste aspek van die terapeutiese proses en terapie daarsonder is waardeloos. Volgens Geldard & Geldard (2002:66) is dit belangrik dat die kind gemaklik, veilig en gewaardeer voel. Die terapeut is dus kongruent en nie-veroordelend. Tydens die eerste paar sessies word die adolessent se terapeutiese behoeftes geassesseer en is dus van ‘n evaluerende aard. Enige onvoltooide gestalt is ‘n onvoltooide saak wat oplossing vereis (Yontef, 1993:78). Die persoon kan ‘n onvervulde behoefte, ‘n onuitgedrukte gevoel of ‘n onvoltooide situasie, wat belangrik vir haar is, ervaar (Passons, 1975:18). Onvoltooidhede neem gewoonlik die vorm van onvoltooide en onopgeloste uitgedrukte gevoelens aan. Dit is ‘n geneidheid van enige organisme om enige situasie of transaksie wat onvoltooid is, te voltooi. Dit is dus belangrik dat die terapeut moet bepaal wat die onvoltooidhede in die adolessent se lewe is en daaraan aandag moet gee.

Volgens Morgan (1995:28) is dit belangrik om vertroue en kommunikasie te vestig tydens die eerste onderhoud. Die terapeut moet duidelik aan die adolessent verduidelik wie sy is, waarom die adolessent by haar is en die doelwitte van terapeutiese dienslewering uitklaar. Volgens Morgan (1995:29) moet die terapeut spesifiek wees en woorde gebruik wat die adolessent kan verstaan. Volgens Geldard & Geldard (2002:66) word die terapeut gesien as 'n fasiliteerder wat haarself nie as 'n superieure kundige sien nie en wat luister na die kind sonder om te oordeel. Volgens Oaklander (1988:186) is dit belangrik dat die kind moet sien dat die terapeut regverdig is en in almal belangstelling toon. Oaklander (1988:186) sal byvoorbeeld aan die kind vra of sy saamstem met wat die ouer vir haar vertel en sy laat nie toe dat die ouer woorde gebruik wat die kind nie verstaan nie, om sodoende "oor die kind se kop" te praat nie. Oaklander (1988:186) sal dus seker maak dat die kind verstaan wat die ouer sê.

Die terapeut moet 'n ek-jy verhouding met die adolessent ontwikkel tydens die eerste paar sessies van die terapeutiese proses. Die ek-jy verhouding impliseer dat die terapeut en die adolessent, ongeag aspekte soos ouderdom, opvoeding en status, gesien word op 'n gelyke vlak. (Vergelyk Geldard & Geldard, 2002:66: Blom, 2004:54.) Dit dra by tot die adolessent se gevoelens van gemak in die teenwoordigheid van die terapeut, ten spyte daarvan dat die terapeut 'n volwassene is. Volgens Oaklander (1988:186) is sy nie te bekommerd indien die kind nie wil praat of haar opinie wil gee tydens die eerste sessie nie. Oaklander (1988:186) stel voor dat die kind teenwoordig moet wees om te hoor wat haar ouer sê en dat die kind die geleentheid moet kry om goed na haar te kyk. Sodoende ontdek die kind dat die terapeut belangstel in haar, na haar luister, haar sien en met respek hanteer.

Die navorser stem saam met Oaklander (1988:186) dat die adolessent tydens die eerste sessie gemaklik moet voel en dat dit baie belangrik is dat die adolessent moet voel dat die terapeut haar as mens raaksien, respekteer en belangstel in haar opinie ook. Wanneer PATCH 'n aanmelding van seksuele misbruik van die adolessent ontvang, het die adolessent alreeds die seksuele misbruik onthul en word die terapeut dus betrek by terapeutiese dienslewering. Die navorser verduidelik tydens die eerste sessie die rol van

die navorser en PATCH, die organisasie, en samel die nodige identifiserende inligting vir die innamevorm in. Die navorser is van mening dat dit help om die ys te breek deur eers nie-bedreigende inligting in te samel, waartydens die adolessent die geleentheid kry om goed na die terapeut en die opset te kyk. Die doel van navorsing word verduidelik en indien die adolessent en haar ouer(s) belangstel om deel te neem aan die navorsing, gee die navorser aan hulle die toestemmingsvorme wat hulle by die huis kan gaan teken en sodoende ingeligte toestemming vir deelname aan navorsing gee. Sodoende plaas die terapeut die ouer en adolessent nie onder druk om dadelik 'n besluit te neem nie.

Die navorser is van mening dat die eerste paar sessies 'n volledige assessering van die idiosinkratiese impak van die seksuele misbruik, hoe dit deur die adolessent geprosesseer is en of dit normale funksionering beïnvloed of ontwikkeling versteur, moet insluit. Die navorser laat nooit die kind in die wagkamer wag terwyl sy met die ouer praat nie en voel dit is belangrik dat die adolessent moet insit om te hoor wat die ouer vir die terapeut tydens die eerste sessie vertel. Die navorser lig die adolessent in dat die navorser 'n indiepteonderhoud aan die hand van 'n onderhoudskedule met die ouer(s) van die adolessent gaan voer tydens 'n latere sessie ten einde volledige inligting van die adolessent in te samel. Die onderhoudskedule is aangeheg as bylaag 5. Die navorser maak dit egter duidelik dat die doel van die onderhoud is om die impak van die seksuele misbruik op haar te assesser ten einde verdere doelwitte vir terapeutiese intervensie te stel. Dit is dus nie om agter haar rug te praat oor dinge nie en sy kan selfs insit sou sy dit verkies.

Die navorser voltooi ook 'n gestandaardiseerde metingskaal, naamlik die Kinderfunksioneringsinventaris-Hoërskool met die adolessent ten einde die impak van die seksuele misbruik op die adolessent se selfpersepsie en trauma-dinamika te meet. Die Kinderfunksioneringsinventaris-Hoërskool is aangeheg as bylaag 4. Die navorser vind ook uit of die adolessent se klasonderwyser(es) ingelig is en of die adolessent en ouer van mening is dat dit nodig is of nie. Die navorser respekteer die adolessent en die ouer se besluit ten opsigte daarvan of hulle die klasonderwyser(es) wil inlig of nie en is self ook bereid om met die klasonderwyser(es) te praat op die adolessent en ouer se versoek. 'n

Verslag word van die adolessent se klasonderwyser aangevra indien sy / hy ingelig is, met die adolessent en die ouers se toestemming, ten einde te bepaal of die seksuele misbruik die adolessent se skoolvordering of gedrag by die skool beïnvloed het.

‘n Belangrike aspek wanneer ‘n ek-jy verhouding met kinders gebou word, is multikulturalisme. Die spelterapeut moet poog om bekwaam te word ten opsigte van alle aspekte van menslike kultuur en verskeidenheid (Blom, 2004:55). In Suid-Afrika is daar steeds ‘n tekort aan opgeleide spelterapeute in sommige kulture. Aangesien die navorser die afgelope vyf jaar dienste aan blank-, Kleurling- en Xhosa-adolessente gelewer het, het die navorser bekend geword met die verskillende kulture se hantering van seksuele misbruik asook unieke “terme” wat die adolessente van verskillende kultuurgroepe vir verskillende liggaamsdele gebruik en om hulleself uit te druk. As terapeut poog die navorser om op ‘n gelyke vlak as die adolessent gesien te word en is ook baie geïnteresseerd om meer van elke kultuur by die adolessent tydens sessies te leer. Die navorser gee dus erkenning aan diversiteit op ‘n positiewe manier deur dus belangstelling te toon en meer te wil leer van elke kultuurgroep.

Aktiwiteite wat die navorser gewoonlik tydens die eerste paar sessies gebruik ten einde te bou aan ‘n vertrouensverhouding en ter selfder tyd inligting op ‘n nie-bedreigende manier in te samel, sluit in: Die lewenslynaktiwiteit, My veiligheid en Gevoelensaktiwiteite.

6.2.1.1 Aktiwiteit: Die lewenslyn

Doelwitte:

- Om agtergrondinligting op ‘n nie-bedreigende manier by die adolessent in te samel.
- Om die adolessent in beheer te plaas, aangesien sy kan kies watter inligting sy van haar lewe gaan onthul.
- Om ‘n “ek-jy” vertrouensverhouding tussen die adolessent en die terapeut tot stand te bring, ten einde positiewe kontakmaking tussen die terapeut en die adolessent te bewerkstellig.
- Om aan die adolessent die geleentheid te bied om uitdrukking aan gebeure in haar lewe te gee.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die lewenslyn.
- Pen en agtergrondmusiek.
- Miniatuurspeelgoed soos huisies en diertjies.
- Klei om artikels te maak.
- Prente om te plak en gevoelgesiggies.

Instruksies:

- Dui die adolessent se ouderdom op die lewenslyn aan, vanaf 0 tot byvoorbeeld 16:
0-----1-----2-----3-----
- Verduidelik aan die adolessent dat die lewenslynaktiwiteit 'n manier is waarop die terapeut haar beter kan leer ken.
- Vra aan die adolessent om belangrike gebeurtenisse (goed of sleg) in haar lewe kortliks neer te skryf by die ouderdom waarop dit gebeur het, byvoorbeeld 0 jr - gebore in Caledon, ses jaar - skool toe.
- Verskillende voorwerpe, byvoorbeeld huisies, gevoelgesiggies of diere, kan ook op die lewenslyn geplaas word om verskillende gebeure of gevoelens uit te beeld. Die adolessent kan byvoorbeeld 'n huisie neersit by sesjarige ouderdom ten einde aan te dui dat hulle toe getrek het.
- Indien die adolessent nie kan skryf nie, kan die terapeut namens haar skryf.
- Sit agtergrondmusiek aan.
- Bespreek haar lewenslyn wanneer sy dit voltooi het, maak verdere inskrywings op blad of op aparte notablad, net soos die adolessent dit verkies.
- Vra aan die adolessent om met 'n blou pen die ouderdomme wat goeie / lekker jare was te omkring en met 'n rooi pen die ouderdomme wat slegte / moeilike jare was. (Gevoelgesiggies kan as 'n alternatief by die verskillende ouderdomme geplak word.) Bespreek dit.
- Indien die adolessent op die lewenslyn aandui dat sy seksueel misbruik is, kan die terapeut van die geleentheid gebruik maak om inligting van die voorval of voorvalle in te samel, indien die adolessent gereed is om dit te doen.

6.2.1.2 Aktiwiteit: My veiligheid

Om veiligheid te vestig en selfbeskerming is primêre doelwitte van terapie voordat gewerk word aan emosionele sake verwant aan die trauma. Dit is belangrik dat die adolessent veilig voel wanneer dienste ten opsigte van die seksuele misbruik gelewer word. Dit is ook belangrik om veiligheidsaspekte aan te spreek ten einde verdere seksuele misbruik te voorkom. As jy jousef beskerm, bly jy in die hier-en-nou en is jy in staat om goeie besluite te neem.

Doelwitte:

- Om met behulp van 'n skaal aan te dui hoe veilig sy voel.
- Om die adolessent se kontak met haar omgewing te verhoog.
- Om die adolessent te betrek by bespreking ten opsigte van haar veiligheid.
- Om bewustheid te verhoog van plekke in die adolessent se omgewing waar sy veilig voel of nie veilig voel nie
- Om hanteringstrategieë in situasies waar sy nie veilig voel nie, te bespreek.
- Om bewustheid van bronne in die adolessent se omgewing te verhoog.
- Om die adolessent se veilige plekkie te identifiseer.

Materiaal wat benodig word:

- Afskrifte van die aktiwiteitsbladsye en 'n pen.
- Huisies om te vou en plak.

Instruksies:**Aktiwiteit 1:**

- Vra aan die adolessent om op die skaal aan te dui hoe gereeld sy onveilig voel.
- Maak afskrifte van die nodige aktiwiteitsblaaie. Vou die huisie en plak die huisie in die middel van 'n blad. Dit stel die plek voor waar die adolessent tans woon. Die adolessent kan die name skryf of gesiggies teken van almal saam met wie sy in die huis woon. Vra aan die adolessent om ander huisies uit te knip en om huisies rondom

haar woning te plak wat plekke voorstel waarheen sy gaan, byvoorbeeld: skool, winkel, vriendin se huis en klub en om neer te skryf waar dit is.

- Betrek die adolessent by bespreking oor hoe veilig haar omgewing is. Voel jy veilig by die huis / skool / vriendin? Vertel my meer? Waarom voel jy veilig / nie veilig daar nie? Wie is daar wat jou veilig of onveilig laat voel? Wat kan jy doen as jy nie veilig voel nie? Hoe kan jy jouself beskerm? Waar voel jy die veiligste? Waar is jy die veiligste? Die adolessent kan ook byvoorbeeld met 'n rooi pen merk waar sy nie veilig voel nie en met 'n blou pen merk waar sy veilig voel.

Aktiwiteit 2:

My Veiligheidshandinstruksies:

(Bron: Hobday, A. & Ollier, K. 1998. *Creative therapy: activities with children and adolescents*. Leicester: British psychological society.)

- Verduidelik aan die adolessent dat dit soms in sekere situasies onmoontlik is om alleen veiligheid te bereik. Dit is daarom soms nodig om 'n professionele persoon te sien wat jou kan ondersteun ten opsigte van jou veiligheid, deur jou te help om uit die situasie te kom of indien moontlik die oorsaak van die gevaar aan te spreek op 'n manier. Identifiseer bronne in die adolessent se omgewing wat hulp verleen: byvoorbeeld Helderberg Aids Centre, Kinder- en Gesinsorg, Afrikaanse Christelike Vroue Vereniging, PATCH, Polisie ensovoorts.
- Trek die adolessent se hand op die blaai af
- Skryf op elke vinger op die blaai, 'n naam en telefoonnommer neer van persone wat die adolessent voel sy kan bel in tye wat sy ondersteuning benodig.
- Dit kan insluit: professionele organisasies, vriende, ouers, terapeut, dokter, polisie, familielid of krisisllyn.

Aktiwiteit 3:

- Gee aan die adolessent 'n afskrif van die aktiwiteitsblad wat sy huis toe kan neem. Die adolessent kan dan by die huis neerskryf wat haar onveilig laat voel het en wat aanleiding daartoe gegee het. Sy kan dit saambring na haar volgende sessie en dit met haar terapeut bespreek: "Wat het jy gedoen? Het dit gewerk? Watter voorstelle

het jou terapeut?." Die adolessent kan sodoende bewus word van wat aanleiding gee daartoe dat sy onveilig voel en probeer om sulke situasies te vermy.

Aktiwiteit 4:

My veilige plekkie:

- Maak jou oë toe. Dink terug aan al die plekke waar jy al veilig gevoel het. Kies een plekkie wat baie spesiaal is vir jou, waar jy privaat, veilig en rustig voel. Dit kan moontlik in jou kamer wees, of langs die see of in die tuin onder die groot akkerboom. Sien jou veilige plekkie in jou verbeelding.
- Bly in jou veilige plekkie. Wat hoor jy? Watter bekende geluide is daar, wat deel is van jou veilige plekkie en wat die veilige gevoel in jou verder laat groei? Wat sien jy om jou in jou veilige plekkie? Kan jy enige iets ruik? Dalk die vars lug of die reuk van grond nadat dit gerëen het of dalk wierook wat jy gebrand het? Is daar enige iemand by jou? Hoe voel jou liggaam, wanneer jy by jou veilige plekkie is? Gee aandag aan jou asemhaling, jou hartklop.
- Onthou, wanneer jy gestres voel, kan jy altyd dink of gaan na jou veilige plekkie.
- Teken of maak 'n collage of skryf inligting oor jou veilige plekkie neer.

6.2.1.3 Aktiwiteit: Insamel van inligting van die voorval

Doelwitte:

- Om inligting van die voorval op 'n nie-bedreigende manier by die adolessent in te samel.
- Om beheer aan die adolessent te gee deur aan haar die geleentheid te gee om keuses te maak ten opsigte van wanneer sy gereed is om die inligting te gee en hoe sy verkies om dit te gee, byvoorbeeld vertel of skryf.

Materiaal benodig:

- Papier en potlode

Instruksies:

- Alhoewel die navorser vind dat die meeste adolessente by die tweede of derde sessie gereed is om die inligting van die voorval te vertel, gee die navorser aan die adolessent beheer terug deurdat sy kan kies wanneer sy gereed voel om dit wel te doen.
- Die navorser verduidelik ook aan die adolessent dat sy kan vertel wat gebeur het of sy kan rofweg sketse maak van die kronologiese verloop van die voorval terwyl sy of die terapeut skryf wat gebeur het of sy kan net skryf.
- Aangesien die adolessente reeds die seksuele misbruik onthul het voor die verwysing na PATCH en behoefte het aan terapie toon min adolessente weerstand om te vertel wat gebeur het. Indien die ouers egter teen die adolessent se sin 'n kriminele saak gemaak het as gevolg van statutêre verkragting, kan die terapeut meer weerstand verwag.

6.2.1.4 Aktiwiteit: Die visbak**Doelwitte:**

- Om visueel aan die adolessent te demonstreeer dat 'n gevoel of gevoelens ons hele liggaam kan beïnvloed.
- Om te demonstreeer dat dit egter moontlik is om gevoelens uit te druk en te hanteer op 'n aanvaarbare manier.

Materiaal benodig:

- Visbak of glasbak.
- Ink en jik.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent dat 'n emosie, byvoorbeeld banggevoelens of woede, ons hele fisiese liggaam kan beïnvloed en as oorweldigend ervaar kan word.
- Drup 'n paar druppels ink in die water in die visbak
- Wys die adolessent daarop dat daardie twee druppels (wat 'n gevoel voorstel), versprei deur die water (wat die liggaam voorstel).

- Wys die adolessent daarop dat daar egter maniere is waarop hierdie reaksie (verkleur van water / hoe jou gevoelens jou liggaam beïnvloed) hanteer kan word.
- Drup 'n paar druppels jik in die water (wat hanteringsmeganismes voorstel), let op hoe die water weer helder word.
- Verduidelik aan die adolessent dat gebeure in haar lewe, gevoelens in haar kan veroorsaak wat oorweldigend kan voel, maar dat die terapeut en sy tydens sessies maniere (jikdruppels) sal bespreek waarop sy hierdie gevoelens kan hanteer en uitdruk op 'n aanvaarbare manier

6.2.1.5 Aktiwiteit: My liggaamgevoelens

Doelwitte:

- Om aan die adolessent die geleentheid te bied om gevoelens op 'n nie-bedreigende manier uit te beeld.
- Om die adolessent se sin vir die self te bevorder ten einde kontakmaking met haarself te bevorder en om haar in staat te stel om onderdrukte gevoelens te kan uitdruk.
- Om die kind in beheer te plaas met behulp van keusevryheid.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die liggaamsaktiwiteit.
- Inkleurpotlode / kryte.

Instruksies:

- Gee aan die adolessent die geleentheid om 'n kleur te kies vir elke gevoel en die blokkie langsaan die gevoel in te kleur.
- Vra aan die adolessent om die gevoelens wat sy ervaar, te identifiseer.
- Die adolessent kan dan op die prent van 'n liggaam, wat haar liggaam voorstel, aandui hoe baie of min sy elke spesifieke gevoel wat sy geïdentifiseer het, ervaar.
- Indien sy byvoorbeeld baie kwaadgevoelens ervaar, kan sy 'n groot gedeelte inkleur met die kleur wat kwaad voorstel. Indien sy glad nie hartseergevoelens ervaar nie, laat dit uit. Indien sy 'n klein bietjie bang is, kleur 'n klein gedeelte van die liggaam

met die kleur wat bang voorstel, in. Indien moontlik vir die adolessent kan sy op die plek van die liggaam waar sy die spesifieke gevoel ervaar, inkleur.

- Wanneer die adolessent klaar is, kan die terapeut verder eksploreer en uitvra. Die terapeut kan die adolessent se verduidelikings op die aktiwiteitsblad neerskryf.

6.2.1.6 Aktiwiteit: Nie-verbale gevoelens

Doelwitte:

- Om gevoelens nie-verbaal uit te druk.
- Om bewustheid van liggaamstaal te verhoog.
- Om kontak met die self te verhoog.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die liggaamstaalaktiwiteitsblaaie.
- Afskrif van “nie-verbale gevoelens” aktiwiteitsblad of die maatskaplike werker kan haar eie gevallestudies skryf wat verskillende gevoelens ontlok.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent dat ‘n persoon ook boodskappe uitstuur en kommunikeer met behulp van haar liggaam en gesigsuitdrukings. Wys die verskillende prente aan die adolessent en gee aan haar die geleentheid om te verduidelik watter boodskappe die liggaamshoudinge en gesigsuitdrukings van die karakters oordra.
- Gee aan die adolessent drie gevallestudies om te lees en die terapeut neem drie gevallestudies.
- Verduidelik aan die adolessent dat sy die gevoel wat die persoon ervaar in die gevallestudie moet uitbeeld sonder woorde.
- Die terapeut moet dan raai watter gevoel die kind uitbeeld.
- Die terapeut en die adolessent kan dan rolle omruil, die terapeut moet ‘n gevoel uitbeeld en die adolessent moet raai watter gevoel dit is.

- Hierdie aktiwiteit kan saam met die persoonlike-spasie-aktiwiteit gebruik word, waartydens bespreek word hoe die adolessent haar liggaamstaal kan gebruik om te sê: “Bly weg” of “Kom nader.”

6.2.1.7 Aktiwiteit: Weersverslag (Adolessent kan dit huis toe neem en daagliks by huis voltooi en saambring na weeklikse sessies of kan aan die begin van ‘n sessie voltooi.)

Doelwitte:

- Om bewuswording van gevoelens te verhoog.
- Om aan die adolessent te demonstreer dat ‘n persoon meer as een gevoel per dag kan ervaar.
- Om kontak met die self te verhoog.
- Om te eksploreer wat aanleiding gegee het tot verskillende gevoelens.
- Om interne en eksterne kommunikasie te verbeter.
- Om die terapeut te help om begrip vir die adolessent se ervarings en gevoelens te ontwikkel.

Materiaal benodig:

- Afskrif van weersverslag.
- Inkleurpotlode en pen.

Instruksies:

- Die terapeut kan ‘n aktiwiteitsblad gebruik waarop die “weer” reeds ingeteken is of kan aan die adolessent vra om die verskillende weersomstandighede in te teken, byvoorbeeld sonnig, bewolk ensovoorts.
- Vra aan die adolessent om te kies hoe sy vandag gevoel het en dan te beskryf hoe sy voel en waarom sy so voel.
- Verduidelik aan die adolessent dat ‘n persoon meer as een gevoel op ‘n dag kan ervaar.

- Maak afskrifte van die weersverslag en vra aan die adolessent om dit die komende week elke aand in te vul en saam te bring na haar volgende sessie.
- Tydens die volgende sessie kan die verskillende gevoelens wat die adolessent ervaar het en wat daartoe aanleiding gegee het, bespreek word.

6.2.1.8 Aktiwiteit: Kleivoorstellings

Doelwitte:

- Om met behulp van kleispel die adolessent se sensoriese kontakmaking aan te spreek en bewuswording van gevoelens verhoog ten einde kontakmaking met die self te bevorder en uitdrukking van gevoelens te bevorder.

Materiaal benodig:

- Pottebakkerkley
- Verskillende liedjies wat gespeel kan word wat geassosieer kan word met kwaad, hartseer, bang en bly gevoelens.

Instruksies:

- Vra aan die adolessent om haar oë toe te maak en te luister na die liedjie wat byvoorbeeld vrolik is.
- Vra aan die adolessent om iets van die klei te maak waaraan sy dink terwyl sy na die “vrolike”-liedjie luister.
- Die terapeut kan die aktiwiteit saam met die adolessent doen.
- Wanneer die liedjie klaar is, kan die terapeut en die adolessent hulle oë oopmaak en aan mekaar verduidelik wat hulle gemaak het en waarom.
- Dieselfde proses word gevolg vir hartseer, kwaad en bang gevoelens.

6.2.2 Hulpeloosheid

Hulpeloosheid verwys na die proses waartydens die kind se wil, begeerte en sin van effektiwiteit heeltemal oortree word (Finkelhor & Brown, 1986:183).

6.2.2.1 Aktiwiteit: Reaksies van belangrike persone in die adolessent se lewe na onthulling van die seksuele misbruik

Dit is die navorsers se opinie dat die aanvanklike reaksie van mense na die adolessent se onthulling van die seksuele misbruik 'n impak op die adolessent se gevoel van welstand kan hê.

Doelwitte:

- Om inligting van die reaksies van belangrike persone in die adolessent se lewe na onthulling van die seksuele misbruik in te samel asook die adolessent se gevoelens ten opsigte daarvan.
- Om te bepaal of stigmatisasie of hulpeloosheid verhoog het as gevolg van die mense se reaksie op die onthulling van seksuele misbruik.
- Om aan die adolessent geleentheid te bied om skriftelik of verbaal haar gevoelens uit te druk en in kontak daarmee te kom.
- Om persone te identifiseer wat deel vorm van die adolessent se ondersteuningsnetwerk.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die vraelys.
- Pen of potlood.

Instruksies:

- Vra aan die adolessent om die vrae te beantwoord en neer te skryf hoe die verskillende persone in haar lewe reageer het na onthulling van die seksuele misbruik. Alternatiewelik kan die terapeut die vrae aan die adolessent vra en die adolessent se antwoorde op die aktiwiteitsblad invul.
- Die terapeut en die adolessent kan saam persone identifiseer wie se reaksies bespreek kan word, byvoorbeeld ma, pa of onderwyser.
- Die terapeut kan verder eksploreer met behulp van vraagstelling.

- Vra aan die adolessent om onder aan die aktiwiteitsblad in te teken hoe sy voel ten opsigte van die persoon se reaksie, byvoorbeeld 'n blygesiggie / hartseergesiggie / banggesiggie.
- Die adolessent kan gevra word om 'n punt uit 10 aan elke persoon toe te dien nadat elkeen se reaksie bespreek is.
- Leë-stoel-tegniek: Die adolessent kan betrek word by rollespel. 'n Persoon, byvoorbeeld die adolessent se ma, kan denkbeeldig in die leë stoel sit en die adolessent kan dan die geleentheid kry om vir haar te sê wat sy graag wil. Die adolessent kan dan ook die rol van die ma inneem en moet dan die adolessent se vrae of stellings beantwoord en sê hoe sy voel.

6.2.2.2 Aktiwiteit: Terugflitse

(Bron: Williams, M.B. 2002. *The PTSD workbook: Simple, effective techniques for overcoming traumatic stress symptoms*. Oakland: New Harbinger Publications.)

Doelwitte:

- Om kommunikasie in die eerste persoon oor terugflitse en gevoelens te verhoog.
- Om ervarings van hulpeloosheid te verminder.
- Om die adolessent te help om beheer van haar denke te neem.
- Om te fokus op die hier-en-nou.
- Om bewuswording van situasies of voorwerpe wat aanleiding gee tot terugflitse, te verhoog.
- Om hanteringsmeganismes te bespreek wanneer die adolessent terugflitse kry en haar sodoende bemagtig.

Materiaal benodig:

- Afskrif van aktiwiteitsblaaie.

Instruksies:

- Samel inligting by die adolessent in van haar terugflitse met behulp van die aktiwiteitsblaaie.

- Betrek die adolessent by gesprekvoering oor wat aanleiding gegee het tot die terugflits, wat sy gesien / gehoor / gevoel / geproe / geruik het tydens die terugflits en watter gevoelens sy ervaar het.
- Bespreek hanteringsmeganismes in die geval van 'n terugflits en stel saam 'n plan op:
 - ✓ Sodra jy 'n terugflits kry, vra dadelik vir jouself: “Waar is ek nou? Wat sien / ruik / voel / proe of hoor ek nou? Terwyl jy die bogenoemde vrae in jou gedagtes antwoord fokus op fyn besonderhede in die hier-en-nou. Byvoorbeeld: “Ek sien twee blou boeke op die tafel en ek ruik my ma is besig om hoender gaar te maak in die kombuis. Die adolessent moet dus al haar aandag fokus op die realiteit in die hier-en-nou.
 - ✓ Gaan identifiseer situasies of voorwerpe wat aanleiding tot die terugflitse gee en beraam saam met die terapeut maniere waarop dit vermy kan word. Byvoorbeeld: “Ek kry gewoonlik 'n terugflits wanneer ek die hemp aantrek wat ek aangehad het tydens die voorval. Daarom gaan ek nie meer die hemp dra nie.” Die terapeut en die adolessent kan ook (met die ouers se toestemming), die hemp opknip en weggooi (ritueel).
 - ✓ Moedig die adolessent aan om iets te doen of te dink om haar uit te daag, sodat die taak oorneem en sy nie dink aan wat gebeur het en die terugflits dus teëwerk. Byvoorbeeld: Gaan bak 'n koek of probeer 'n nuwe resep wat jy nog nooit vantevore gemaak het nie. Probeer om so vinnig as moontlik al die kinders in jou klas se name op te noem.
 - ✓ Praat met iemand oor iets wat jy nou sien of 'n televisieprogram ten einde jou gedagtes op 'n spesifieke onderwerp in die hier-en-nou te fokus.
 - ✓ Stamp jou voete 'n paar keer op die grond, sodat jy besef dat jy in die hier-en-nou is en nie terug is waar die voorval plaasgevind het nie.
 - ✓ Verander jou liggaamsposisie, byvoorbeeld staan op as jy gesit het; noem 'n paar voorwerpe hardop wat jy sien in jou omgewing, byvoorbeeld besem, kas; sit musiek aan en sing saam; was jou gesig met koue water.

6.2.2.3 Aktiwiteit: Sintuie van my liggaam

Doelwitte:

- Om die vyf sintuie van 'n persoon se liggaam te identifiseer.
- Om te illustreer dat 'n persoon inligting ontvang met behulp van jou sintuie.
- Om die konneksie tussen 'n persoon se gevoelens en sintuie te illustreer.
- Om geleentheid aan die adolessent te bied, om aan te dui watter inligting sy tydens verskeie gebeure in haar lewe en tydens die seksuele misbruik met behulp van haar sintuie ontvang het, hoe sy dit geïnterpreteer het en watter gevoelens dit ontlok het.
- Om sensoriese en liggaamlike kontakmaking te verhoog.
- Om bewustheid van positiewe en mooi inligting wat met behulp van sintuie ontvang word, te verhoog.
- Om doelbewus elke dag tyd te maak om aan goed te ruik, te voel daaraan, te kyk na iets, na iets moois te luister of om aan iets lekkers te proe. Dit kan selfs neergeskryf word om aan iemand anders te wys of te gee.

Materiaal benodig:

- Afskrif van "My sintuie", "Pasop" en die gevallestudie.
- Reukbottels met verskillende inhoude, byvoorbeeld koffie, tee, vanilla, kaneel.
- Lekkere wat soet en suur is.
- Voorwerpe wat swaar, lig, hard en sag is of 'n voelboks.

Instruksies:

- Verduidelik en demonstreer aan die adolessent dat 'n persoon inligting met behulp van haar sintuie ontvang.
- Laat die adolessent aan verskillende reukbottels ruik en sê soos wat dit ruik of wat dit is of waaraan dit haar laat dink.
- Vra aan die adolessent om op te noem wat sy sien.
- Vra aan die adolessent om haar oë toe te maak en te noem wat sy alles hoor, byvoorbeeld 'n motor, mense wat praat.

- Vra aan die adolessent om ‘n lekker te eet en om te sê of dit soet of suur is en of sy daarvan hou of nie.
- Vra aan die adolessent om aan verskillende voorwerpe te vat of op te tel en om te sê of dit swaar, lig, warm of koud, hard of sag is. Alternatief kan die terapeut verskillende voorwerpe in die voelboks sit en die adolessent vra om sonder om te kyk byvoorbeeld die kam in die voelboks te soek met haar hand en dit uit te haal.
- Verduidelik aan die adolessent dat inligting wat jy met behulp van jou sintuie ontvang deur jou geïnterpreteer word:
 - ✓ Speel ‘n liedjie aan die adolessent. Vra daarna aan die adolessent of sy daarvan gehou het of nie, of dit ‘n “tranetrekker of party-song” was. Verduidelik sodoende dat sy sopas inligting wat sy met behulp van haar ore ontvang het, geïnterpreteer het.
 - ✓ Verduidelik aan die adolessent dat haar interpretasie van inligting, ‘n gevoel by haar ontlok. Die liedjie kon haar byvoorbeeld aan haar vriend laat dink het wat net met haar opgebreek het en dit kon haar dan hartseer laat voel het.
 - ✓ Vra aan die adolessent wat sy sal dink en voel as sy opmerk iemand het “kripnotas” tydens die matriekeindeksamen.
- Gebruik die gevallestudie om te demonstreer hoe 'n persoon inligting wat sy ontvang met behulp van haar sintuie interpreteer en hoe dit gevoelens ontlok.
- Verduidelik met behulp van die "Pasop"-blad, hoe sintuie ook help om ons te beskerm en dat ons bewus moet wees van inligting wat ons met behulp van ons sintuie ontvang ten einde onself te beskerm.
- Vra aan die adolessent om die prent met een of meer sintuie te verbind, wat die persoon waarsku om versigtig te wees. Byvoorbeeld prent een kan verbind word met die neus en oë, aangesien die meisie kan ruik die persoon het dagga gerook en sy kan sien dat die man se oë op skrefies en rooi is en dat hy 'n Bob Marley hemp dra.
- Hantering van die adolessent se gevoelens en interpretasies in verskeie situasies kan dan bespreek word. Gebruik die "My sintuie"-blad. Vra eers die adolessent om aan 'n ervaring (positief of negatief) te dink en dan die aktiwiteitsblad in te vul, byvoorbeeld 'n troue / begrafnis / ongeluk. Dit is beter om eers 'n nie-bedreigende situasie te bespreek. Die terapeut kan self ook eers 'n voorbeeld demonstreer. 'n

Persoon kry nie noodwendig van al vyf sinuïe inligting nie, bespreek die relevante sinuïe in elke situasie.

- Indien die adolessent in staat daartoe voel kan sy ook beskryf watter inligting sy met behulp van haar sinuïe gedurende die seksuele misbruik ontvang het en watter gevoelens dit ontlok het.
- Die terapeut kan laastens die adolessent daarop wys dat ons bewus moet wees van positiewe inligting wat ons met behulp van ons sinuïe ontvang, byvoorbeeld 'n kompliment wat jy hoor, die natuurskoon wat jy sien, 'n lekker warm bad wat jy voel, jou ma se lekker kos wat jy proe of byvoorbeeld die vars reuk na rëen.
- Die terapeut en die adolessent kan daarna elkeen die geleentheid kry om iets positiefs of mooi wat hulle gesien, gehoor, gevoel, geproe of geruik het die afgelope week, te noem.
- Daar kan tydens van die ander aktiwiteite weer verwys word na hierdie aktiwiteit waar van toepassing.

6.2.2.4 Aktiwiteit: Kom ons maak ballonne van die stene in ons lewe

Doelwitte:

- Om saam met die adolessent die aspekte / probleme in haar lewe te identifiseer wat moeilik vir haar is om te hanteer en swaar op haar skouers rus.
- Om meer inligting oor hierdie aspekte / probleme op 'n nie bedreigende manier in te samel en erkenning daaraan te gee.
- Om probleem-oplossende strategieë te bespreek en te evalueer, waarop hierdie probleme / aspekte hanteer kan word, sodat dit “wegvlieg soos ballonne in die wind”.
- Om persone te identifiseer wat die adolessent kan help met hantering / oplossing van die probleme / aspekte.

Materiaal benodig:

- Afskrifte van twee aktiwiteitsblaaie.
- Ballonne en 'n pen.

Instruksies:

- Vra aan die adolessent (of skryf namens haar) om al die aspekte / probleme wat sy huidiglik ervaar en wat soos “stene op haar skouers rus”, neer te skryf binne elke steen op aktiwiteitsblaaie.
- Eksplorieer en kry meer inligting oor elke aspek / probleem.
- Bespreek saam probleem-oplossende strategieë en skryf dit op die ballonne wat “wegvlieg” neer.
- Identifiseer persone (ondersteuningsnetwerk) wat haar kan help in die hantering van die probleme / aspekte.
- Simboliseer: Skryf probleem op opgeblaaide ballon, laat dit “wegvlieg” of bars dit (indien te konfidensieel).

6.2.2.5 Aktiwiteit: Positiewe denke**Doelwitte:**

- Om die adolessent se bewustheid van positiewe aspekte te verhoog.
- Om met behulp van ‘n storie, saam met die adolessent die positiewe en negatiewe aspekte te identifiseer.
- Om die positiewe en negatiewe aspekte na onthulling van die seksuele-misbruik-voorval, te identifiseer.

Materiaal benodig:

- Afskrif van storie en aktiwiteitsblad.
- Pen.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent dat sommige mense soms net die negatiewe kant van ‘n saak raaksien en soms nie die positiewe aspekte raaksien nie.
- Gee die volgende voorbeeld aan die adolessent: “Amanda was saam met haar vriende see toe vir die dag. Dit was ‘n baie mooi dag, die son het geskyn en die seewater was lekker warm. Hulle het baie pret gehad. Toe sy by die huis kom, het sy en haar broer gestry oor op watter televisiekanaal die televisie moet kom. Amanda se ma het na

werk by die huis gekom en sy het vir Amanda gevra hoe haar dag was. Amanda het dus twee keuses gehad, naamlik:

- ✓ “Sleg, boetie wil alweer die televisie op kanaal twee sit en ek wil kanaal een kyk”, of
- ✓ “Baie lekker dankie, ons het ‘n heerlike dag by die see gehad”.
- Vra aan die adolessent of sy soms ook die positiewe van ‘n situasie identifiseer en erken of is sy geneig om net op die negatiewe te fokus?.
- Lees die gevallestudie aan die adolessent. Identifiseer die positiewe en negatiewe aspekte saam. (Sien antwoordblad.)
- Maak van toepassing op die adolessent se lewe na onthulling van die seksuele-misbruik-voorval. Wat was positief (bv. my ma se reaksie) en wat was negatief (bv. ek vertrou nou niemand nie).
- Vra ook aan die adolessent of sy enige positiewe denke van haarself het? Wat het sy al bereik of gedoen waaroor sy goed voel? Wat het ander al vir haar gesê wat haar laat goed voel het oor haarself?
- Daar is baie keer ‘n positiewe kant selfs in slegte situasies – probeer dit raaksien.

6.2.2.6 Aktiwiteit: 7 de Laan

Doelwitte:

- Om die positiewe en negatiewe eienskappe van die 7 de Laan-karakters (of enige ander televisieprogram se karakters) te bespreek.
- Om die adolessent te vergelyk met elkeen van die 7 de Laan-karakters, deur ‘n lys op te stel van die adolessent se eienskappe in die hier-en-nou wat ooreenstem met die eienskappe van die 7 de Laan-karakters.
- Om die adolessent se bewuswording van die boodskappe (positief en negatief) wat ‘n persoon elke dag uitstraal, te verhoog.
- Om verantwoordelikheid vir gedrag en die neem van keuses te verhoog.

Materiaal benodig:

- ‘n Video van 7 de Laan.
- Afskrifte van die aktiwiteitsblaai.

Instruksies:

- Wys ‘n gedeelte van die video van 7 de Laan aan die adolessent.
- Vra aan die adolessent om die positiewe en negatiewe eienskappe van die verskillende karakters te noem en skryf dit op die aktiwiteitsblaaie.
- Bring dit daarna terug na die adolessent se lewe in die hier-en-nou. Stel saam ‘n lys van die adolessent se positiewe en negatiewe eienskappe op, deur haar te vergelyk met die 7 de Laan karakters. Die terapeut kan byvoorbeeld vra: “Is jy vrolik soos Wilmien? Skinder jy soos oom Francois?.”
- Wys die adolessent daarop dat net soos dit vir die terapeut en die adolessent moontlik was om positiewe en negatiewe eienskappe in ander raak te sien, net so sien ander mense ons positiewe en negatiewe eienskappe raak.
- Wys die adolessent daarop dat sy, sonder dat sy dit dalk eers weet, oor ‘n positiewe eienskap beskik en uitstraal, wat ander bewonder en sodoende is sy ‘n voorbeeld en rolmodel vir ander.
- Wys die adolessent daarop dat sy egter ook bewus moet wees van die negatiewe eienskappe wat sy in ander raaksien en nie van hou nie, en dat sy versigtig moet wees dat sy dit nie self uitstraal nie.
- Elke persoon moet dus verantwoordelikheid neem vir haar eie gedrag en keuses.
- Enige televisieprogram kan as alternatief gebruik word.

6.2.2.7 Aktiwiteit: Hofvoorbereiding**Doelwitte:**

- Om die geheimsinnigheid van die hof te verminder deur opvoeding.
- Om begrip van die hofprosedures te verhoog.
- Om die adolessent se begrip van haar rol, asook die rolle van al die betrokke persone, te verhoog.
- Om die adolessent na die hof te neem.
- Om die adolessent as getuie te bemagtig.
- Om vrese van die adolessent te identifiseer en te hanteer.

Materiaal benodig:

- Hofvoorbereidingboekie.

Instruksies:

- Die terapeut kan op 'n informele wyse die hofprosedures en rolle van die betrokke persone aan die kind verduidelik.
- Die terapeut kan gebruik maak van die sketse in die hofvoorbereidingboekie wanneer sy spesifieke sake verduidelik.
- Indien dit moontlik is, moet die adolessent voor die verhoordatum die hof besoek.
- Die hofvoorbereidingboekie kan gefotostateer word vir die adolessent, sodoende kan sy dit weer by die huis deurlees.

6.2.2.8 Aktiwiteit: Kognisie**Doelwitte:**

- Om die adolessent se toegang en kommunikasie van haar denke te assesseeer.
- Om bewustheid van verskillende emosies te verhoog.
- Om die vermoë om denke en gevoelens in verskillende situasies te verbind, te verhoog.
- Om hipotetiese situasies te bespreek ten einde bewustheid van alternatiewe verklarings vir gebeure te verhoog.
- Om bewustheid van alternatiewe denke van ander persone te verhoog.
- Om verantwoordelikheid vir gedrag en die neem van keuses te verhoog.

Materiaal benodig:

- Afskrifte van aktiwiteitsblaaie.
- Pen / inkleurpotlode.

Instruksies:**Direkte vraagstelling:**

- Vra aan die kind om te beskryf: “Wat dink jy?” / “Wat was jou gedagtes toe jy my die eerste keer ontmoet het?” Sodoende kry die terapeut die geleentheid om die adolessent se vermoë om toegang tot haar denke te kry en om dit te kommunikeer, te assesseer. Die terapeut kan allerhande vrae vra, byvoorbeeld: “Wat het jy gedink van die fliëk gisteraand op televisie?”

Indirekte benadering:

- Vra aan die adolessent om ‘n onlangse moeilike situasie te beskryf of te teken, byvoorbeeld: “Die dood van haar troeteldier” of “‘n Konfliksituasie met haar beste vriendin.”
- Sodoende voorsien die adolessent beide inligting oor wat gebeur het en sommige van haar gevoelens oor die gebeure.
- Moedig die adolessent aan om te praat oor haar denke op spesifieke tye: voor / tydens en na die gebeure.
- Vra aan die adolessent om in die eerste persoon te beskryf wat sy nou-en hier daarvoor dink en watter gevoelens sy ervaar.

Denke “borrels”

- Voorsien die adolessent met prente en vra aan die adolessent om te beskryf wat die karakters dink. Sy kan ook in die “borrels” skryf wat die karakters dink.

Hipotetiese situasies

- ‘n Meisie op die speelterrein skree vir haar vriendin: “Hallo”, maar haar vriendin hardloop net verby.” Vra vir die adolessent om soveel moontlik verskillende verduidelikings waarom dit kon gebeur het, te gee.
- Voorsien die adolessent met ‘n begin en ‘n einde van ‘n storie. Vra aan die adolessent om soveel moontlik verskillende maniere te identifiseer waarop die einde bereik kan word.

Denke, gevoelens en gebeure

- Voorsien die adolessent met 'n stel gevoelskaarte, byvoorbeeld gelukkig, hartseer, kwaad, bang ensovoorts.
- Maak 'n ekokaart van die adolessent se omgewing en plekke waarheen sy oral gaan, byvoorbeeld skool, huis, vriend se huis, klub ensovoorts.
- Vra aan die adolessent om 'n gevoelskaart te plaas wat die beste beskryf hoe sy by die verskillende plekke voel. Bespreek die redes waarom sy so voel by die verskillende plekke.

Wat moet ek nou doen?

- Lees aan die adolessent verskillende lewensituasies, waarna sy telkens moet sê hoe sy sal voel en wat sy sal doen tydens die spesifieke situasie.
- Bespreek ander moontlike optredes asook die gevolge van die verskillende optredes.

6.2.2.9 Aktiwiteit: My Regte**Doelwitte:**

- Om die adolessent se bewustheid van haar regte en verantwoordelikhede te verhoog.
- Om met behulp van 'n kreatiewe aktiwiteit haar regte uit te beeld.
- Om keusevryheid aan die adolessent te bied.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die tekening van die hemp (ver groot).
- Skêr en tydskrifte.
- Afskrif van kinders se regte en verantwoordelikhede.

Instruksies:

- Bespreek kinderregte met die adolessent en gee die lys van kinderregte aan haar; daar kan regte bygevoeg word by die lys.
- Wys die adolessent daarop dat sy egter ook verantwoordelikhede het en vra haar of sy 'n paar kan opnoem. Lys van verantwoordelikhede aangeheg.

- Vra aan die adolessent om haar eie hemp te ontwerp, deur die kinderregte daarop uit te beeld.
- Die adolessent het die keuse of sy die regte wil neerskryf of wil teken op die hemp of sy kan prente uit tydskrifte knip wat kinders se regte uitbeeld en dit plak op die hemp of kombinasies.
- Die adolessent kan een of meer regte kies wat sy wil uitbeeld.
- Bespreek ook wat sy sal doen indien daar nie aan haar regte voldoen word nie.
- As alternatief kan die adolessent kinders se verantwoordelikhede op dieselfde manier uitbeeld.

6.2.2.10 **Aktiwiteit: Slaapprobleme**

(Bron: Williams, M.B. 2002. *The PTSD workbook: Simple, effective techniques for overcoming traumatic stress symptoms*. Oakland: New Harbinger Publications.)

Doelwitte:

- Om die adolessent te help om haar liggaam se reaksies te normaliseer en om terug te keer na 'n fase van homeostase.
- Om die adolessent te bemagtig deur 'n bedtyd-plan saam te stel wat die adolessent se kans om goed te slaap verbeter.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die aktiwiteitsblaaie, naamlik: "Lys van maniere om jou kans om goed te slaap te verbeter", "Slaaphigiëne."
- Afskrif van die Bedtyd-Plan.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent dat sy haar omgewing waar sy slaap moet verbeter:
- ✓ Enige herinneringe aan die voorval moet van die omgewing verwyder word. Byvoorbeeld: Indien die adolessent in haar kamer seksueel misbruik is en die kombes op haar bed herinner haar aan die voorval, dan moet sy indien moontlik 'n ander kombes op haar bed sit.
- ✓ Skep 'n atmosfeer wat bevorderlik vir slaap is.

- Bespreek maniere waarop die adolessent haarself kan voorberei om te gaan slaap:
 - ✓ Vermy dit om te dink, sien of hoor van die voorval voordat jy gaan slaap. Moet dus nie oor die voorval praat met iemand net voor jy gaan slaap nie.
 - ✓ As jy televisie of 'n video kyk voor jy gaan slaap, kyk iets vrolik en sorgvry, vry van enige herinneringe van die voorval.
 - ✓ Dink oor die positiewe aspekte van jou lewe wanneer jy bed toe gaan.
 - ✓ Sit rustige musiek aan.
 - ✓ Probeer 'n slaappatroonskedule. Indien jy 'n "aandpersoon" is, wag tot 11 uur of 12 uur, gaan slaap dan en staan sewe uur of agt uur op as dit moontlik is (as jy so baie slaap benodig).
 - ✓ Vermy "oor-die-toonbank" middels vir slaap of middele wat nie voorgeskryf is deur 'n dokter nie.
 - ✓ Probeer 'n warm koppie melk wat help om jou te laat ontspan.
- Bestudeer die lys van "Maniere om jou kans om goed te slaap te verbeter" asook die "Slaaphigiëne" voorstelle.
 - Stel saam met die terapeut jou eie bedtydplan op, sien aktiwiteitsblaai.

6.2.2.11 Aktiwiteit: Persoonlike spasie

Persoonlike spasie is die hoeveelheid fisiese spasie wat jy benodig ten einde gemaklik te voel wanneer jy saam met ander is. Hierdie aktiwiteit kan gekombineer word met die “Nie-verbale gevoelens”-aktiwiteit.

Doelwitte:

- Om die begrip “persoonlike spasie” aan die adolessent te verduidelik.
- Om die adolessent se bewustheid van die hoeveelheid persoonlike spasie wat sy benodig om gemaklik te voel saam met ander, te verhoog.
- Om die adolessent te bemagtig deur hanteringstrategieë wanneer iemand haar persoonlike spasie binnekom en sy ongemaklik voel, te bespreek.

Materiaal benodig:

- Twee hoepels en klippies.
- Afskrif van persoonlike spasie-aktiwiteitblaai.

Instruksies:

- Die terapeut en die adolessent plaas elkeen 'n hoepel om hulle lyf.
- Verduidelik aan die adolessent dat “persoonlike spasie” gesien kan word as die fisiese spasie tussen haar liggaam en die hoepel. Elke persoon se hoeveelheid persoonlike spasie wat sy benodig om gemaklik te voel wanneer sy by ander persone is, kan verskil.
- Verduidelik aan die adolessent dat sy gemaklik of ongemaklik kan voel indien sommige persone in haar persoonlike spasie kom.
- Gee aan die adolessent die geleentheid om klippies om haar te pak om sodoende haar persoonlike spasie aan te dui waarmee sy gemaklik voel. Die hoeveelheid persoonlike spasie wat 'n persoon benodig om gemaklik te voel, kan verskil van die voorkant, kante of agterkant van die persoon. Die terapeut kan telkens op die grens van die klippies gaan staan en aan die adolessent vra of sy gemaklik voel en of sy dit wil aanpas. Die terapeut kan daarna dieselfde doen, aangesien verskillende persone se hoeveelheid persoonlike spasie waarmee hulle gemaklik voel, kan verskil.
- Vra aan die adolessent om persone te identifiseer wat in haar persoonlike spasie mag kom en met wie sy gemaklik voel om dit wel te doen, byvoorbeeld haar moeder of suster.
- Vra aan die adolessent om persone te identifiseer wat dalk al van-te-vore in haar persoonlike spasie gekom het en met wie sy ongemaklik gevoel het of persone wat sy glad nie sal toelaat in haar persoonlike spasie nie.
- Bespreek maniere waarop die adolessent haar “liggaamstaal” kan gebruik om boodskappe oor te dra soos: “Bly weg” of “Kom nader”. Hierdie aktiwiteit kan gekombineer word met die “Nie verbale gevoelens”-aktiwiteit.

6.2.3 Stigmatisasie

Stigmatisasie verwys na die negatiewe konneksies, byvoorbeeld skaamte en skuldgevoelens, wat gekommunikeer word aan die kind oor die ervarings en wat dan geïnkorporeer word in die kind se selfbeeld.

6.2.3.1 Aktiwiteit: Skuldgevoelens / ambivalente gevoelens

(Bron: Gil, E. 1996. *Treating abused adolescents*. New York: The Guilford Press.)

Dit is belangrik om nie net aan te neem dat die adolessent die oortreder haat nie. Baie adolessente wat seksueel misbruik is deur iemand wat hulle ken of 'n familielid, is steeds lief vir die persoon, maar wil net hê dat die seksuele misbruik moet stop.

Skuldgevoelens-doelwitte:

- Om redes te identifiseer waarom adolessente soms skuldig voel oor die seksuele misbruik.
- Gee aan die adolessent die geleentheid om op 'n 10 punt-skaal aan te dui of sy skuldgevoelens ervaar en hoe baie. Dieselfde skaal kan aan die einde van die sessie weer ingevul word of aan die einde van terapeutiese dienslewering.
- Om te bepaal in watter mate die adolessent skuldgevoelens ervaar ten opsigte van die seksuele misbruik, onthulling daarvan en gevolge op haarself en ander na onthulling.
- Om die adolessent te help om die skuld te plaas waar dit hoort, naamlik by die oortreder.

Ambivalente-gevoelens-doelwitte:

- Om te identifiseer of die adolessent na enige iets van haar verhouding met die oortreder terugverlang (indien hy bekend aan haar was).
- Om te assesser of die adolessent enige skuldgevoelens ervaar weens haar gevoelens teenoor die oortreder.
- Om te identifiseer watter dinge die adolessent en die oortreder gedoen het, wat sy geniet het en wat sy mis, wat kan lei tot ambivalente gevoelens.
- Om te identifiseer watter goeie eienskappe die oortreder het, indien hy bekend was aan die adolessent.

- Om bewustheid te verhoog van die adolessent se gevoelens en om kontak en kommunikasie daarvoor te verhoog.
- Om op 'n nie-bedreigende manier, die adolessent te help om ambivalente gevoelens uit te klaar.

Materiaal benodig:

- Afskrifte van aktiwiteitsblaaie.

Skuldgevoelens-instruksies:

- Bespreek en lys redes waarom adolessente soms skuldig voel indien hulle seksueel misbruik is.
- Stel saam met die adolessent 'n lys van haar eienskappe op, byvoorbeeld fyn gebou, meisie, op skool, afhanklik van ouers se versorging.
- Stel saam met die adolessent 'n lys van die oortreder se eienskappe op, byvoorbeeld sterk, groot, werk, sorg vir homself.
- Vra aan die adolessent: “Wie se idee dit was om dit te doen?”, “Wie het uitgedink wat gedoen moet word?”, “Wie het voorgestel dat daar stilgebly moet word?”
- Vra aan die adolessent om al die bogenoemde inligting te bestudeer, te dink daaroor en dan te sê wie sy dink verantwoordelik vir die seksuele misbruik is?.

Ambivalente-gevoelens-instruksies:

- Indien die adolessent ambivalente gevoelens ten opsigte van die oortreder ervaar, moet die terapeut daarteen waak dat sy nie veroordelend optree nie.
- Bespreek die goeie tye wat die adolessent saam met die oortreder spandeer het (indien hy bekend was aan die adolessent) en dinge wat sy geniet het of wat haar laat goed voel het.
- Bespreek die goeie eienskappe van die oortreder.
- Die adolessent word dus gehelp om die seksuele misbruik te skei van dit waarvan sy gehou het van die oortreder.
- Dit voorkom dat die adolessent skuldgevoelens ervaar indien sy sekere aspekte van haar verhouding met die oortreder mis.

6.2.3.2 Aktiwiteit: Meer van myself

Doelwitte:

- Om die adolessent se selfbeeld en selfkonsep te verbeter.
- Om die adolessent te betrek by kommunikasie oor haarself en om kontak met die self te verhoog.
- Om ‘n feite-lêer saam te stel oor die adolessent.
- Om kommunikasie in die eerste persoon aan te moedig.

Materiaal benodig:

- Afskrif van aktiwiteitsblaaie en ‘n lêer.
- Inkleurpotlode en klei.
- Foto’s van vriende.

Instruksies:

- Begin deur die identifiserende en basiese besonderhede van die adolessent in te vul op een van die aktiwiteitsblaaie en liasseer die blad voor in die “feite-lêer”.
- Vra aan die adolessent om ‘n foto saam te bring en plak ‘n foto van haar op die aktiwiteitsblad, ten einde dit meer persoonlik te maak.
- “Die naam”-aktiwiteit (5.6.3.3) kan gedoen word en geliasseer word. Instruksies aangeheg.
- Betrek die adolessent by bespreking oor haar “gunstelingdinge” en vul die aktiwiteitsblad in en liasseer in die lêer.
- Betrek die adolessent by bespreking van haar vriende en vriendinne, gee vir haar geleentheid om ‘n beskrywing van elkeen te gee en indien moontlik kan ‘n foto van elkeen op die aktiwiteitsblad geplak word.
- Onvoltooide sinne (5.6.3.4) kan voltooi en geliasseer word. Instruksies aangeheg.
- Die adolessent kan ander aktiwiteite wat gedoen word tydens sessies liasseer, indien sy wil.
- Na ‘n verloop van tyd kan die terapeut en die adolessent kyk of daar enige veranderinge plaasgevind het, byvoorbeeld: nuwe vriend(in) of adresverandering.

6.2.3.3 Aktiwiteit: My naam**Doelwitte:**

- Om bewustheid van die self te verhoog.
- Om erkenning en aanvaarding te verhoog.
- Om isolasie te verminder en humor te betrek.

Materiaal benodig:

- Afskrif van aktiwiteitsblad.
- Klei.

Instruksies:

- Die adolessent kan die vrae op die aktiwiteitsblad invul en dan met die terapeut bespreek of die terapeut kan die vrae aan die adolessent stel en haar antwoorde op die aktiwiteitsblad invul.
- Verminder isolasie deur aan die adolessent te verduidelik dat baie mense soms nie van hul naam of van hulle nie of dat hul naam of van verkeerd gespeld word.
- Betrek bietjie humor by die aktiwiteit deur na die positiewe en negatiewe te verwys.
- Moedig die adolessent aan om 'n kleivoorstelling van haar naam te maak. Die terapeut kan 'n voorbeeld gee: My naam is Etna. As ek my voorstel aan mense sê hulle gewoonlik: "Mount Etna", die vuurspuwende berg in Italië. Daarom gaan ek 'n berg van klei maak om my naam voor te stel.

6.2.3.4 Aktiwiteit: Onvoltooide sinne**Doelwitte:**

- Om deur middel van 'n projeksie-tegniek die adolessent te help om te ontspan en om kommunikasie tussen terapeut en adolessent te fasiliteer.
- Om bewustheid van die self (wense, doelwitte, dinge wat die adolessent gelukkig of ongelukkig maak ensovoorts) te verhoog in die hier-en-nou.
- Om waardevolle inligting na vore te bring wat verder bespreek kan word.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die aktiwiteitsblad.
- Pen.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent dat daar geen regte of verkeerde antwoorde is nie, sy moet net die onvoltooide vraag voltooi met die antwoord wat sy eerste aan dink.
- Alternatiewelik kan die terapeut die onvoltooide vraag lees en die adolessent se voltooiing daarvan neerskryf.
- Nadat die vrae almal beantwoord is, kan die terapeut van die geleentheid gebruik maak om na van die vrae te verwys en die adolessent te betrek by verdere bespreking daarvan.

6.2.3.5 Aktiwiteit: My selfbeeld

(Field, L. 1997. *60 Tips for self-esteem*. Shaftesbury: Element Books Limited.)

Doelwitte:

- Om die adolessent se gevoel van selfwaarde te verbeter.
- Om die adolessent se selfbeeld te verbeter.
- Om introspeksie aan te moedig en kontak met die self te verhoog.
- Om die adolessent se sin van die self te versterk.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die aktiwiteitsblaaie.

Instruksies:

- Lees saam met die adolessent die wenke vir 'n beter selfbeeld deur.
- Gee aan die adolessent die huiswerk om gedurende die volgende paar weke die opdragte te voltooi en om dit op 'n latere stadium saam te bring vir bespreking.
- Bespreek die voltooide opdragte met die adolessent.
- Moedig selfstellings aan.

6.2.3.6 Aktiwiteit: Boodskappe

Doelwitte:

- Om introspeksie aan te moedig en kontak met die self te verhoog.
- Om die adolessent se sin van die self te versterk.
- Om ondersoek in te stel na boodskappe wat die adolessent ontvang het en die impak daarvan op die adolessent se gevoel van selfwaarde.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die aktiwiteitsblad.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent dat 'n persoon elke dag boodskappe kry van ander mense en dat dit daartoe bydra of die persoon goed of sleg voel oor haarself.
- Stel ondersoek in na positiewe en negatiewe boodskappe wat die adolessent ontvang het en hoe dit haar laat voel het.
- Stel ondersoek in na die grondigheid van die negatiewe boodskappe. Indien daar enige waarheid in die negatiewe boodskap steek, bespreek hoe die adolessent dit kan aanspreek.

6.2.3.7 Aktiwiteit: Teenoorgesteldes in my

Doelwitte:

- Om die adolessent se sin van die self te versterk.
- Om te fokus op polariteite in die adolessent se lewe.
- Om integrasie van die polariteite in die adolessent se lewe te bevorder.

Materiaal benodig:

- Prent wat aandui dat 'n persoon hartseer is, maar daar is 'n glimlag op die persoon se gesig.
- Klei.

Instruksies:

- Vra aan die adolessent om 'n lys te maak van dinge waarvan sy hou by die skool en waarvan sy nie hou nie, van kos waarvan sy hou of nie van hou nie.
- Vra aan die adolessent of sy al byvoorbeeld hartseer gevoel het, maar voorgegee het dat sy gelukkig is – soos die persoon op die prent.
- Vra aan die adolessent om 'n kleivoorstelling te maak van hoe sy haarself sien en om nog 'n kleivoorstelling te maak van hoe ander haar sien. Bespreek dit.
- Leë-stoeltegniek: Fasiliteer dialoog tussen teenoorgestelde dele.

6.2.3.8 Aktiwiteit: Selfgeldende gedrag

Dit is belangrik dat jy van jousef moet hou en dat jy jousef moet aanvaar met jou goeie en swak punte. Ons almal maak soms foute, dis menslik. Jy is uniek net soos jy is. In die volgende afdeling sal daar gefokus word op drie tipes gedragstyle: passiewe gedrag, selfgeldende gedrag en aggressiewe gedrag.

Doelwitte:

- Om die verskille tussen passiewe, selfgeldende en aggressiewe gedrag te bespreek.
- Om die stappe vir selfgeldende gedrag te bespreek.
- Om selfgeldende gedrag in te oefen met behulp van 'n gevallestudie.

Materiaal wat benodig word:

- Afskrifte van die aktiwiteitsblaaie wat die verskillende gedragstyle verduidelik.
- Afskrifte van die gevallestudies en 'n pen.
- 'n Afskrif van die stappe vir selfgeldende gedrag.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent die verskillende gedragstyle met behulp van die aktiwiteitsblaaie.
- Gee aan die adolessent die geleentheid om die verskillende gedragstyle van die karakters in gevallestudie te identifiseer.
- Bespreek die stappe vir selfgeldende gedrag.

- Gee aan die adolessent die geleentheid om selfgeldende gedrag met behulp van gevallestudie twee in te oefen.

6.2.3.9 Aktiwiteit: Hantering deur die professionele persone

Doelwitte:

- Om te assesser hoe die adolessent deur die professionele persone hanteer is vanaf onthulling.
- Om te assesser of die adolessent gevoelens van stigmatisasie of hulpeloosheid ervaar het.
- Om bewustheid en kommunikasie ten opsigte van ervarings en gevoelens te verhoog.
- Om enige stressors te identifiseer wat spanning veroorsaak.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die nodige aktiwiteitsblaaie.

Instruksies:

- Bespreek met die adolessent wie sy almal moes gesien het vanaf onthulling van die seksuele misbruik, byvoorbeeld die polisie, die dokter, die ondersoekbeampte, die staatsaanklaer, die maatskaplike werker, die terapeut.
- Vul die vraelys saam met die adolessent in ten einde meer inligting in te samel oor hoe sy deur die betrokke persone hanteer is en hoe sy dit ervaar het en daarvoor gevoel het.
- Indien verdere stressors geïdentifiseer word, moet die terapeut en die adolessent saam hanteringsmeganismes identifiseer. Indien die adolessent dus bang is om terug te gaan vir haar opvolg MIV/Vigs bloedtoets, kan die terapeut aanbied om saam te gaan vir emosionele ondersteuning en kan vooraf reëlings met die hospitaal tref dat die adolessent nie hoef te wag nie, maar dadelik gehelp word.

6.2.4 Verraad

Verraad verwys na die dinamiek waartydens die kind ontdek dat iemand van wie sy afhanklik is, haar skade aandoen (Finkelhor & Browne, 1986:182).

6.2.4.1 Aktiwiteit: Meryl Maharajh se storie

(Bron: How I found love after rape. 2002. *Cosmopolitan*, April: 79. (Author unknown).

Doelwitte:

- Om inligting van die impak van die seksuele misbruik op die adolessent op 'n nie-bedreigende manier in te samel.
- Om met behulp van bibliospel 'n veilige afstand aan die adolessent te voorsien ten einde haar gevoelens op 'n nie-bedreigende manier te bespreek.
- Om isolasie te verminder en aan die adolessent die geleentheid te bied om met 'n ander persoon te identifiseer.
- Om die adolessent te bemagtig wat probleme met skuldgevoelens en vertrouwe ervaar.
- Om redes vir geheimhouding van die seksuele misbruik te identifiseer asook die negatiewe gevolge daarvan.

Materiaal benodig:

- Afskrif van Meryl Maharajh se storie en opdragblaai.
- Afskrif van redes waarom adolessente nie die seksuele misbruik onthul nie.

Instruksies:

- Gee 'n afskrif van Meryl Maharajh se storie aan die adolessent.
- Lees Meryl Maharajh se storie aan die adolessent.
- Wys die adolessent daarop dat die seksuele misbruik 'n impak op Meryl gehad het en lees afdeling A aan die adolessent.
- Wys die adolessent daarop dat daar egter ook 'n omkeerpunt in Meryl se lewe was en lees afdeling B aan die adolessent.
- Vra aan die adolessent of sy soortgelyke gevoelens as Meryl ervaar het. Sy kan dit slegs bespreek en die terapeut kan aantekeninge maak of sy kan self aantekeninge maak.
- Vra aan die adolessent of sy ook 'n omkeerpunt in haar lewe bereik het. Sy kan weereens self aantekeninge maak of die terapeut kan aantekeninge maak terwyl sy praat.

- Wys die adolessent daarop dat Meryl stilgebly het en die seksuele misbruik ‘n geheim gehou het, want sy het gedink dit is haar skuld. Vra aan die adolessent of sy ander redes kan opnoem waarom adolessente soms die seksuele misbruik ‘n geheim hou.

6.2.4.2 Aktiwiteit: Vertroue

As jy ‘n persoon nou-net ontmoet het, weet jy nie dadelik of jy die persoon kan vertrou nie. Jy moet eers die persoon leer ken en met verloop van tyd sal jy kan bepaal of jy die persoon kan vertrou of nie. Om iemand te vertrou, is ‘n risiko wat jy neem. Daarom “toets” jy dalk eers die persoon deur eers net stukkies van jou gedagtes en gevoelens met hom of haar te deel en op grond van sy of haar reaksie, besluit jy of jy meer met die persoon kan deel.

Doelwitte:

- Om persone te identifiseer wat die adolessent vertrou en nie vertrou nie.
- Om die adolessent te betrek by bespreking waarom sy die spesifieke persone vertrou en waarom sy die ander nie vertrou nie.
- Om saam ‘n lys op te stel van eienskappe van ‘n persoon wat sy sal vertrou.
- Om gedrag te identifiseer wat daarop dui dat 'n bekende persoon of 'n vreemdeling nie vertrou kan word nie.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent dat daar basies twee groepe mense is: die wat jy kan vertrou en die wat jy nie kan vertrou nie. “Maar wie hoort waar?” – die volgende aktiwiteite behoort te help. Vra vir die adolessent wat die woord “vertroue” vir haar beteken. Lees die gedig oor “vertroue” aan die adolessent.
- Vra aan die kind om op die aktiwiteitsblad in te vul wie sy vertrou en wie sy nie vertrou nie. Betrek die adolessent by bespreking oor waarom sy die betrokke persone vertrou of nie vertrou nie en teken dit aan.
- Betrek die adolessent en stel saam ‘n lys op van eienskappe van ‘n persoon wat vertrou kan word. Vergelyk dit met die aktiwiteitsblad.
- Bespreek die gevallestudie met die adolessent.

- Identifiseer saam gedrag wat daarop dui dat jy nie 'n persoon kan vertrou nie, byvoorbeeld die persoon het gesê dat hy jou huis toe sal neem, maar toe neem hy jou na 'n ander plek.

6.2.4.3 Aktiwiteit: Die Vulkaan-aktiwiteit

Alle mense, oud en jonk, word kwaad. Dit is 'n natuurlike gebeurtenis. Dit het egter 'n slegte reputasie, omdat baie mense woede op 'n destruktiewe manier gebruik of uitdruk. As kwaadgevoelens egter op die regte manier gebruik word, is dit gesond. Kwaadgevoelens se boodskap is: **“Iets is verkeerd en moet reggemaak word”**. Kwaadgevoelens kan jou forseer om op te staan vir wat reg en goed is, dit kan jou beskerm daarteen om weer seer te kry en dit kan help om dinge wat fout is weer reg te stel. Om kwaad te wees kan dus 'n goeie emosie wees, as dit op die regte manier gebruik word. As dit reg gebruik word, is dit 'n wonderlike middel vir herstel.

Doelwitte:

- Om op 'n nie-bedreigende manier aan die kind te demonstreer hoe dit voel as jy kwaad word, dit laat opkrop en nie op 'n aanvaarbare manier laat uitkom nie.

Materiaal wat benodig word:

- Bruin klei en 'n potlood.
- Koeksoda en asyn.
- 'n Prent van 'n vulkaan.

Instruksies:

- Vra aan die adolessent of sy weet wat 'n vulkaan is.
- Wys 'n prent van 'n vulkaan aan die adolessent.
- Gee aan die adolessent die geleentheid om 'n vulkaan van klei te bou
- Laat die adolessent koeksoda in die uitgeholde vulkaan gooi en daarna asyn
- Verduidelik aan die kind, dat wanneer ons kwaad word en dit opkrop, kan ons ook later soos die “vulkaan” ontplof, sommer oor enige klein goedjies.

- Druk gaatjies met ‘n potlood deur die klei, sodat die skuim onder uitloop en nie oorborrel nie.
- Verduidelik aan die adolessent, dat daar egter maniere is, waarop ons geleidelik van die kwaadgevoelens ontslae kan raak en sodoende ‘n ontploffing voorkom.
- Verduidelik aan die adolessent dat ons met behulp van die ander aktiwiteite gepaste maniere om kwaadgevoelens te hanteer, sal bespreek
- Laat die kind op ‘n skaal van nul tot 10 aandui hoe gereeld sy soos die vulkaan ontplof, waar nul nooit, vyf soms en 10 baie voorstel.

6.2.4.4 Aktiwiteit: Waar in jou liggaam "voel" jy kwaadgevoelens?

Jou liggaam rebelleer as kwaadgevoelens opgekrop word. Jy kan byvoorbeeld voel dat iets verkeerd is omdat jy konstant geïrriteerd voel oor iets of vir geen werklike rede nie, “ontplof” jy oor klein goedjies. Jy kan byvoorbeeld iets onbeskof vir ‘n vriendin toesnou of jy skree of slaan dalk jou broer of suster of slaan die deur toe en is dan spyt. Moenie dat kwaadgevoelens opbou totdat dit in een groot ontploffing uitkom nie. Luister na jou liggaam en gee die gevoel ‘n naam. Wees bewus daarvan as jy kwaad word. Onthou kwaadgevoelens is ‘n sekondêre gevoel. Wanneer jy bewus is daarvan dat jy kwaad oor iets is, kan jy ook ondersoek na jou primêre (eerste) gevoel instel. Sodoende kan jy bepaal watter behoeftes onervul is. Moenie jou gevoelens ignoreer of onderdruk nie.

Doelwitte:

- Om bewuswording van fisieke simptome wat gepaardgaan met kwaadgevoelens te verhoog.
- Om die adolessent se kennis van waar sy kwaadgevoelens in haar liggaam ervaar te verhoog.
- Om die gevoel ‘n naam te gee.
- Om te leer om na jou liggaam te luister.

Materiaal wat benodig word:

- Afskrif van die liggaamkaart en ‘n pen.
- Kryte of inkleurpotlode.

Instruksies:

- Gebruik ‘n afskrif van die liggaamskaart
- Versoek die adolessent om op die liggaam aan te dui waar sy dit “voel” wanneer sy kwaad raak. Die adolessent kan byvoorbeeld die maag inkleur om aan te dui dat sy voel hoe haar maagspiere saamtrek.
- Bespreek dit daarna en maak aantekeninge op die liggaamskaart, byvoorbeeld my hande begin bewe, my hart klop vinniger.
- Wys die adolessent daarop dat ons dit soms vir ander mense kan wegsteek as ons kwaad word, maar dat ons dit nie vir ons liggaam kan wegsteek nie
- Dit is daarom belangrik dat ons na ons liggaam moet “luister” en die gevoel wat ons ervaar identifiseer en benoem: “Ek voel kwaad, want my hande bewe en my hart klop vinniger en my hande sweet”.
- Noudat jy geleer het om na jou liggaam te luister en jou gevoel te identifiseer en te benoem, kan jy oorgaan na die verkeersligtegniek wat hantering van kwaadgevoelens bespreek.

6.2.4.5 Aktiwiteit: Die verkeersligaktiwiteit**Doelwitte:**

- Om te “stop” en bewus te word van jou liggaamstekens en om jou gevoel ‘n naam te gee.
- Om te “pasop” vir watter keuse jy gaan neem ten opsigte van jou optrede.
- Om te “doen” deur die beste optrede vir die betrokke situasie te kies.
- Om te erken wat die adolessent kwaadmaak en om bewuswording van gedrag en gevolg te verhoog.
- Om vaardighede aan te leer om kwaadgevoelens positief te bestuur.

Materiaal wat benodig word:

- Afskrif van die verkeerslig en “Wanneer ek kwaad word”.
- Kryte en ‘n pen.

Instruksies:

- Teken 'n verkeerslig of gebruik 'n afskrif van die verkeerslig.
- Gee aan die adolessent die geleentheid om die drie ligte in te kleur en bespreek die funksies van elke lig, naamlik rooi beteken stop, oranje beteken pasop en groen beteken ry.
- Verduidelik aan die adolessent dat wanneer sy kwaad word sy moet dink aan 'n verkeerslig en verduidelik die drie onderskeie ligte as volg:

Die Rooi lig:

- Stop!
- Gee aandag aan jou liggaamstekens / word bewus van jou fisieke simptome, soos bespreek is in die aktiwiteit: “Waar in jou liggaam voel jy dat jy kwaad is?”
- Gee jou gevoel 'n naam.
- Haal diep asem.

Die Oranje lig:

- Pasop!
- Dink eers oor jou kwaadgevoelens en neem beheer daarvan, moenie net optree nie
- Aanvaar wat jy voel.
- Waarom het jy kwaad geword? Wat kruip weg agter daardie kwaadgevoelens? Wat was jou eerste gevoel gewees?
- Op watter maniere kan jy optree? Wat is die gevolge van die verskillende optredes?
- Hoe sal jou optrede ander affekteer? Hoe sal jy geaffekteer word?
- Sal die persoon die boodskap kry deur middel van 'n uitbarsting of is daar effektiewer maniere?
- Hoe kan jy sê wat jy wil, sonder om oorboord te gaan?

Die Groen lig:

- Doen.

- Kies die beste manier/ gepaste optrede vir die betrokke situasie.
- Wat kan jy doen? Voorbeelde: Gaan praat met iemand, gaan stap, skryf 'n brief, vra vir hulp.
- Die terapeut en die kind kry elkeen daarna die geleentheid om voorbeelde te gee van situasies waartydens hul kwaad geword het en opgetree het sonder om te dink oor hul opsies en / of 'n situasie waartydens hul eers gedink het en toe opgetree het op die beste manier.
- Die terapeut en die adolessent kan ook saam die aktiwiteitsblaaie: "Wanneer ek kwaad word," invul. Wys die adolessent daarop dat indien kwaadgevoelens op onskuldige persone gerig word, hulle slagoffers van jou kwaadgevoelens word. 'n Persoon moet dus daarteen waak om nie ander mense slagoffers van jou kwaadgevoelens te maak nie en moet liever: "Stop, Dink en dan Doen."
- Dit verg oefening en tyd om in beheer te wees, veral in moeilike situasies. Dit gebeur soms dat ons beheer verloor. Dink daaroor, wat was die gevolge en oefen om eers jou opsies te oorweeg voordat jy optree.

6.2.4.6 Aktiwiteit: Konflikhantering

Doelwitte:

- Om verskillende maniere waarop persone konflik hanteer te identifiseer.
- Om die effektiwiteit van die verskillende konflikhanteringstyle te bespreek.
- Om die verskillende konflikhanteringstyle van die adolessent en belangrike persone in haar lewe te bespreek.
- Om effektiewe konflikhanteringstyle te identifiseer wat die adolessent kan probeer toepas.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die konflikhanteringstyle-aktiwiteitsblaaie.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent dat konflik deel van 'n persoon se lewe is. Konflikhantering word egter aangeleer en effektiewe konflikhanteringstrategieë kan aangeleer word.
- Bespreek die vyf konflikhanteringstyle met die adolessent. Vra aan haar of sy persone kan identifiseer wat konflik volgens hierdie konflikhanteringstyle hanteer.
- Vra aan die adolessent hoe sy konflik hanteer. Sy kan meer as een konflikhanteringstyl identifiseer.
- Bespreek die effektiwiteit van die verskillende konflikhanteringstyle en motiveer die adolessent om die konflikhanteringstyl(e) te gebruik wat meer effektief is in die oplossing van konflik.

6.2.4.7 Aktiwiteit: Uitlaatklep**Doelwitte:**

- Om erkenning te gee aan dinge wat die adolessent kwaad maak.
- Om aan die adolessent die geleentheid te bied om uitlating aan die kwaadgevoelens te gee op 'n aanvaarbare manier.
- Om met behulp van 'n fisiese uitlaatklep “vulkaanontploffings” te voorkom.

Materiaal benodig:

- Eiers en merkpen.
- Dun draad.
- Frustrasieblok: stuk hout met spykers wat net 'n bietjie ingeslaan is.
- Hamer en ballonne.

Instruksies:**Aktiwiteit 1:**

- Vra aan die adolessent om te dink aan iemand of 'n situasie wat haar al kwaad laat voel het.
- Vra aan die adolessent om al daardie kwaadgevoelens in die ballon te blaas (eksternaliseer die kwaadgevoelens).

- Vra aan die adolessent of sy bereid is om te vertel “wat” sy in die ballon geblaas het, met ander woorde wat aanleiding gegee het tot haar kwaadgevoelens.
- Gee beheer aan die adolessent en stel voor dat sy die (kwaadgevoelens) ballon in die lug moet skiet met haar vinger, aangesien dit nou buite haar is.
- Wanneer sy gereed is, kan sy besluit of sy die ballon wil bars of wil laat wegvlieg of weer die lug wil uitlaat.

Aktiwiteit 2:

- Vra aan die adolessent om op die eier(s) te skryf wie of wat haar kwaad maak.
- Gee aan die adolessent die geleentheid om die eiers stukkend te gooi.

Aktiwiteit 3:

- Gee aan die adolessent ‘n hamer.
- Gee aan die adolessent die geleentheid om die spykers in die frustrasieblok te slaan.

Aktiwiteit 4:

- Vra aan die adolessent om te dink aan ‘n slegte ding wat al met haar gebeur het en om aan die een punt van die draad ‘n simboliese voorstelling daarvan te maak.
- Vra aan die adolessent om aan die ander punt van die draad ‘n simboliese voorstelling te maak van hoe sy dit hanteer het.
- Bespreek die simboliese voorstelling met die adolessent.
- Die terapeut kan deelneem aan die aktiwiteit en modelleer.

6.2.4.8 Aktiwiteit: Musiektekening

(Bron: Sher, B. 1998. *Self-esteem games. 300 Fun activities that make children feel good about themselves*. New York: John Wiley & Sons Inc.)

Doelwitte:

- Om uit te druk watter herinneringe of gevoelens musiek na vore bring.
- Verhoog bewustheid van gevoelens en ervarings.

- Om musiek te identifiseer wat positiewe gevoelens ontlok en sodoende ook as hanteringsmeganisme gebruik kan word wanneer die adolessent byvoorbeeld kwaad is.

Materiaal benodig:

- CD-speler of bandspeler.
- Verskeie liedjies (verkieslik op die top 20 en ‘n paar “Golden Oldies” soos Abba).
- Kryte / potlode.

Instruksies:

- Laat die adolessent ‘n gemaklike posisie inneem.
- Selekteer ‘n verskeidenheid liedjies – byvoorbeeld bekende top 20 treffers, “metal”, “rave”, “alternatiewe”- musiek en boeremusiek.
- Verduidelik aan die adolessent dat daar verskeie liedjies aan haar gespeel sal word.
- Gee aan die adolessent geleentheid om te teken of neer te skryf waaraan die liedjie haar laat dink of hoe die liedjie haar laat voel en waarom.
- Indien die adolessent nie daarvan hou om te skryf of teken nie, kan dit ook bespreek word.
- Identifiseer ‘n paar liedjies wat positiewe gevoelens ontlok, moedig die adolessent aan om daarna te luister wanneer sy ontsteld of kwaad is, as ‘n hanteringsmeganisme.

6.2.4.9 Aktiwiteit: Ontspanningsoefeninge

Doelwitte:

- Om bewuswording van jou asemhaling te verhoog.
- Om oefeninge te doen ten einde te ontspan.

Materiaal wat benodig word:

- Rustige agtergrondmusiek.

Instruksies:**Stap 1:**

- Die terapeut en die adolessent sit rug-aan-rug op die vloer, maak hulle oë toe en speel rustige agtergrondmusiek.
- Die terapeut haal normaalweg asem en die adolessent moet dit probeer voel, hoor en op dieselfde manier asem haal.
- Die terapeut verander haar asemhaling, byvoorbeeld haal vinniger asem, en die adolessent moet haar asemhaling daarby aanpas.
- Daarna ruil die terapeut en die adolessent rolle.
- Daarna kan die terapeut en die adolessent hul ervarings bespreek, byvoorbeeld: "Jy het geklink en gevoel soos iemand wat geskrik het, toe jy vinnig asem gehaal het."

Stap 2:

- Terwyl rustige agtergrondmusiek speel, gee die terapeut instruksies van verskeie strekoefeninge wat uitgevoer moet word.
- Die terapeut demonstreer die oefening en dan doen die adolessent dit saam met die terapeut:
 - ✓ Laat hang jou bo-lyf en kop vooroor, ontspan, voel hoe jou liggaam swaar raak, laat alle spanning uit jou spiere vloei,
 - ✓ Kom stadig regop met jou bo-lyf, laat jou kop steeds hang,
 - ✓ Maak stadige sirkelbewegings met jou kop,
 - ✓ Wees bewus van jou asemhaling, haal diep en stadig asem,
 - ✓ Staar op jou tone, strek uit met jou arms, probeer die dak raak.

Stap 3:

- Lê op jou rug, trek jou knieë op.
- Sit een hand op jou bors en jou ander hand op jou maag.
- Maak jou oë toe, haal 'n paar keer diep asem, voel hoe jou longe vol vars lug word en hoe jy dit uitblaas. Voel hoe jou hand op jou bors op-en-af beweeg, jou hand op jou maag moenie beweeg nie.
- Verbeel jou nou dat jy goeie dinge soos geluk, vriendelikheid en liefde inasem.

- Wanneer jy uitblaas verbeel jou dat jy slegte dinge soos banggevoelens, kwaadgevoelens of stres uitblaas.
- Probeer nou die vars lug en goeie dinge in jou maag inasem en die slegte dinge uitblaas, voel hoe jou hand op jou maag beweeg, hou jou hand op jou bors stil.

Stap 4:

- Hierdie is ‘n “Kop tot toon” ontspanningsoefening. Volg die volgende instruksies:
- Frons met jou voorkop, ontspan, herhaal ‘n paar keer.
- Knyp jou oë toe, maak dit groot oop, herhaal.
- Maak jou mond groot oop, maak dit toe, herhaal.
- Druk jou tong teen jou verhemelte, ontspan, herhaal.
- Byt op jou tande, ontspan, herhaal.
- Druk jou kop teen die kussing, ontspan, herhaal.
- Raak met jou ken aan jou bors, kyk op, herhaal.
- Rol jou kop na jou regterskouer, terug, na jou linkerskouer, terug.
- Trek jou skouers op, laat hang jou skouers, herhaal.
- Strek jou arms uit, soos wanneer ‘n persoon wakker word, ontspan en herhaal.
- Skiet jou vingers, ontspan, herhaal.
- Haal diep asem, hou die lug in jou longe vir drie tellings, blaas uit, herhaal.
- Buig vooroor, kom regop, herhaal.
- Maak jou maagspiere styf, ontspan, herhaal.
- Stoot jou maag uit, ontspan, herhaal.
- Trek jou maag in, ontspan, herhaal.
- Maak jou boude styf, ontspan, herhaal.
- Buig jou knieë effens, voel hou jou bo-been spiere saamtrek, staan regop, herhaal.
- Trek jou kuitspiere saam, ontspan, herhaal.
- Lig jou tone op, druk jou tone af teen die grond, ontspan, herhaal.

6.2.5 Traumatiëse seksualisering

Traumatiëse seksualisering verwys na 'n proses waarin 'n kind se seksualiteit gevorm word op 'n onaanvaarbare, disfunksionele ontwikkelings- en interpersoonlike manier as gevolg van die seksuele misbruik. (Vergelyk Mash & Woolfe, 2002:392; Finkelhor & Browne, 1986:181.)

6.2.5.1 Aktiwiteit: Hartsnare

(Bron: Hobday, A. & Ollier, K. 1998. *Creative therapy: activities with children and adolescents*. Leicester: British psychological society.)

Doelwitte:

- Om inligting van die adolessent se verhoudings met ander betekenisvolle persone in te samel.
- Om die adolessent se bewuswording van persone wat deel vorm van haar ondersteuningsnetwerk te verhoog en sodoende kontak met haar omgewing verhoog.
- Om te identifiseer met wie die adolessent nie 'n goeie verhouding het nie en om die adolessent te betrek by bespreking daaroor. (Die “interpersoonlike verhoudingsaktiwiteit” kan gekombineer word met die bogenoemde aktiwiteit.)
- Om bewuswording van eienskappe van 'n goeie verhouding te verhoog.
- Om inligting op 'n nie-bedreigende manier aan die adolessent oor te dra.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die hartsnare-aktiwiteitsblaai.
- Afskrif van die interpersoonlike verhoudingsaktiwiteitsblaai, indien besluit word om die twee te kombineer.
- Afskrif van: “Wat is 'n gesonde verhouding?”
- Pen en inkleurpotlode.

Instruksies:

- Gee aan die adolessent die geleentheid om haar naam in die middel van die hartjie te skryf.

- Vra aan die adolessent om die persone se name vir wie sy die liefste is of wie vir haar baie belangrik is, in die hartsnaar naaste aan die hartjie se skryf.
- Ander wat 'n minder belangrike rol in haar lewe speel, se name kan dan soos hulle belang of rol afneem, al hoe verder van die hartjie, in die hartsnare, geskryf word.
- Betrek die adolessent by bespreking oor die redes waarom die verskillende persone in die verskillende posisies (na of ver van haar) geskryf is.
- Verwys na die “Wat is 'n gesonde verhouding aktiwiteitsblaai”. Vra aan die adolessent of haar verhouding met die persone wat sy naby aan die hartjie geskryf het oor die eienskappe beskik. Vra ook aan haar of haar verhouding met die persone wat sy ver van die hartjie geskryf het, oor die eienskappe van 'n gesonde verhouding beskik en identifiseer waaraan die verhouding tekort skiet.
- Indien die adolessent 'n betekenisvolle persoon se naam ver van die hartjie of selfs buite die hartsnare geskryf het, kan die “Interpersoonlike verhoudingsaktiwiteit” gebruik word om meer inligting in te samel oor waarom daar probleme tussen die adolessent en die betrokke persoon is.

6.2.5.2 Aktiwiteit: Interpersoonlike verhoudings

Doelwitte:

- Om probleme in verhoudings met betekenisvolle persone in die adolessent se lewe te identifiseer.
- Om die adolessent te betrek by gesprek oor probleem-oplossingstrategieë.
- Om bewustheid en kommunikasie van denke en gevoelens te verhoog.

Materiaal benodig:

- Inkleurpotlode / potlood.
- Afskrif van aktiwiteitsblaai.
- Maak stene van karton.

Instruksies:

- Vra aan die adolessent om haarself aan die linkerkant van die papier te teken en om iemand wat belangrik is vir haar, maar met wie sy verhoudingsprobleme ervaar, aan

die regterkant van die blaai te teken. Vou die blaai sodat sy en die persoon langs mekaar staan.

- Vra aan die adolessent wat soms “tussen” haar en die persoon inbeweeg en voorkom dat sy en die persoon na mekaar luister en saam dinge geniet, en daarom wegbeweeg van mekaar. (Vou die blaai oop.)
- Skryf die probleme wat hulle ervaar op stene wat gemaak is van karton of een groot steen (as dit slegs een probleem is) neer. Plak die stene of steen tussen haar en die persoon.
- Verduidelik aan die adolessent dat hierdie probleem of probleme dit nog moeiliker vir haar en die persoon maak om helder oor sake te dink, mekaar te vertrou en die probleme op te los.
- Vra aan die adolessent: “Hoe stop hierdie probleme wat jy geïdentifiseer het vir jou en die betrokke persoon om saam dinge te geniet en te praat?”
- Bespreek elke probleem (steen) en haal elke steen af soos ‘n oplossing bereik word.
- Dit kan dalk ook nodig wees vir die terapeut om, met die adolessent se toestemming, ook in gesprek te tree met die betrokke persoon.

6.2.5.3 Liefdestale

(Bron: Chapman, G. 2000. *The five love languages of teenagers*. Chicago: Northfield Publishing.)

Doelwitte:

- Om die adolessent en ander belangrike persone in haar lewe se hoof “liefdestale” te identifiseer.
- Om die adolessent bewus daarvan te maak dat sy ‘n verskil aan ‘n ander persoon se lewe kan maak deur daardie persoon te laat voel dat daar iemand is wat omgee.
- Om die adolessent bewus te maak van wat haar geliefd laat voel en haar emosionele liefdesbeker volmaak.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die emosionele liefdesbeker.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent dat almal van ons 'n emosionele liefdesbeker het en wanneer daardie beker vol is (wanneer 'n persoon voel dat belangrike persone in haar lewe lief is vir haar), dan lyk die persoon se wêreld goed en kan geskille met ander persone op 'n positiewe manier bespreek word.
- Verduidelik aan die adolessent dat indien hierdie liefdesbeker egter leeg is en 'n persoon verwerp eerder as geliefd voel, dit baie moeilik raak om geskille te bespreek sonder om in 'n argument betrokke te raak.
- Verduidelik aan die adolessent dat elke persoon 'n liefdesbeker het wat op verskillende maniere kan vol word. Bespreek die vyf liefdestale met die adolessent.
- Vra aan die adolessent om haar primêre liefdestale te identifiseer.
- Gee ook aan die adolessent die geleentheid om die primêre liefdestale van belangrike persone in haar lewe te identifiseer.
- Moedig die adolessent aan om aan belangrike persone in haar lewe te kommunikeer wat sy benodig om geliefd te voel en om bewus daarvan te wees hoe sy ander persone geliefd kan laat voel.

6.2.5.4 Aktiwiteit: Ken mekaar**Doelwitte:**

- Om die kommunikasie tussen die adolessent en haar ouer te verbeter.
- Om die wedersydse kennis en begrip tussen die ouer en adolessent te bewerkstellig.
- Om onvoltooidhede en probleme in die ouer-adolessent verhouding te identifiseer en aan te spreek.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die ken-mekaar-vrae.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent en die ouer dat baie adolessente voel dat hulle ouers hulle nie verstaan nie en dat baie adolessente nie met hulle ouers kommunikeer oor belangrike sake in hulle lewe nie.

- Verduidelik dat die “ken mekaar speletjie” dus ‘n geleentheid aan beide bied om mekaar beter te leer ken en verstaan.
- Die terapeut sal dus onderskeidelik ‘n vraag aan die adolessent vra oor haar ma. Wanneer sy geantwoord het, kan haar ma bevestig of sy reg of verkeerd was. Indien sy verkeerd was, is dit die ouer se keuse of sy die regte antwoord wil gee.
- Die terapeut sal dan weer ‘n vraag aan die ouer vra oor haar kind en die adolessent sal dan weer geleentheid kry om te bevestig of haar ma reg of verkeerd was. Dit is ook die adolessent se reg om te besluit of sy die regte antwoord wil gee indien haar ouer verkeerd was.

6.2.5.5 Aktiwiteit: Reg of verkeerd?

Doelwitte:

- Om die adolessent bewus te maak dat elke persoon se waardestelsel en manier van dink nie noodwendig reg of verkeerd is nie, maar wel uniek.
- Om begrip vir ander persone se keuses en optrede te verhoog.

Materiaal benodig:

- Afskrif van kaartjies.
- Skêr om kaartjies uit te knip.

Instruksies:

- Vra aan die adolessent om die kaartjies te rangskik van belangrikste tot die minste belangrik.
- Verduidelik dat die terapeut dieselfde gaan doen en dat die adolessent en die terapeut dan hulle uitbeeldings met mekaar sal vergelyk.
- Die terapeut en die adolessent moet met hulle rûe na mekaar sit tewel hulle die kaartjies rangskik.
- Vergelyk die adolessent se eindresultaat met die terapeut se eindresultaat.
- Wys die adolessent daarop dat alhoewel daar verskille is, nie die terapeut of die adolessent se uitbeelding noodwendig reg of verkeerd is nie. Dit kan egter verskil omdat die terapeut dalk ouer is, of verskillende ervarings gehad het as die adolessent.

Dit maak egter nie dat die terapeut s'n reg is en die adolessent s'n verkeerd nie. Elke persoon is uniek weens verskillende agtergronde en ervaringe.

- Hierdie aktiwiteit kan ook gebruik word tydens 'n gesamentlike sessie met die adolessent en haar ouer(s).

6.2.5.6 Aktiwiteit: Afspraakverkragting / “Date Rape”

(Bron: Redgrave, K. 2000. *Care-Therapy for children*. London: Continuum.)

Doelwitte:

- Om afspraakverkragting / “date rape” te definieer en om te bespreek wat meisies kwesbaar maak.
- Om maniere waarop afspraakverkragting / “date rape” voorkom kan word te identifiseer.
- Om gevaarlike plekke te identifiseer waar die risiko om 'n slagoffer van afspraakverkragting / “date rape” te word, hoër is.
- Om met behulp van kennis die adolessent te bemagtig en in beheer te plaas in die neem van keuses in verhoudings.
- Om met behulp van rolspel selfgeldende gedrag en spesifieke voorkomingsfrases in te oefen.
- Om die adolessent te bemagtig en te leer om voorkomend op te tree deur veiligheidsmaatreëls te bespreek wat kan voorkom dat sy 'n slagoffer van afspraakverkragting / “date-rape” word.
- Om sewe sleutels tot duidelike kommunikasie om haarself te beveilig te bespreek.
- Om met behulp van kennis die adolessent in staat te stel om grense neer te lê in haar verhoudings en bewustheid te verhoog dat sy in beheer is.

Materiaal benodig:

- Afskrif van aktiwiteitsblaaie en antwoordblaaie.

Instruksies:

- Vra aan die adolessent om te beskryf wat sy verstaan onder die begrip afspraakverkragting / “date rape”. Skryf saam ‘n definisie neer. (Sien voorbeeld op antwoordblad.)
- Vra aan die adolessent of sy soms voel asof seuns meer vryheid as meisies gegun word. Waarom dink sy is dit so? Is ouers onregverdig of is meisies meer kwesbaar? Bespreek en stel saam ‘n lys op wat meisies kwesbaar maak. (Sien antwoordblad.)
- Bespreek maniere en stel saam ‘n lys op van hoe meisies afspraakverkragting / “date rape” kan voorkom. (Sien antwoordblad.)
- Identifiseer saam gevaarlike plekke wat die risiko om ‘n slagoffer van afspraakverkragting / “date rape” te word, hoër is.
- Bespreek sewe sleutels tot duidelike kommunikasie om haarself te beveilig met die adolessent. (Antwoordblad aangeheg.)
- Bespreek voorkomingsfrases wat vroeg in die verhouding gebruik kan word met die adolessent. Maak gebruik van rollespel en oefen dit in.

6.2.5.7 Aktiwiteit: Verkragtingsdwelms / “Date rape drug”

(Bron: Petzer, M. 2004. Prooi van die partytjie. *Taalgenoot*, Februarie:23-24.)

Doelwitte:

- Om met behulp van bibliospel die adolessent te waarsku teen die verkragtingsdwelms en die gevolge daarvan.
- Om die adolessent te bemagtig deur veiligheidsmaatreëls te bespreek wat sy in plek kan stel ten einde te voorkom om ‘n slagoffer van die verkragtingsdwelms / “date rape drug” te word.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die storie: “Prooi van die partytjie”.
- Afskrif van die veiligheidsmaatreëls wanneer die adolessent na ‘n partytjie gaan.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent dat oortreders soms gebruik maak van die verkragtingsdwelm / “date rape drug” ten einde te verseker dat die slagoffer niks kan onthou van wat gebeur het nie.
- Lees die storie: “Prooi van die party” en bespreek die gevolge van die verkragtingsdwelm / “date rape drug”.
- Bespreek maniere waarop die adolessent kan voorkom om ‘n slagoffer van die verkragtingsdwelm / “date rape drug” te word. (Antwoordblad aangeheg.)

6.2.5.8 Aktiwiteit: Feite en Mites oor seksuele misbruik**Doelwitte:**

- Om “mites” wat bestaan oor seksuele misbruik uit te klaar.
- Om moontlike misleidende inligting wat die oortreder aan die adolessent tydens die seksuele misbruik oorgedra het, uit te klaar.
- Om enige wanpersepsies of hulpeloosheid weens misleidende inligting uit die weg te ruim.

Materiaal benodig:

- Afskrif van die aktiwiteitsblad en antwoordblad.

Instruksies:

- Bespreek “Feite en Mites oor seksuele misbruik.” Die terapeut kan die stelling maak en die adolessent kan waar of vals antwoord en die terapeut kan die verduidelikings verskaf.
- Vra aan die adolessent of daar enige ander aspekte is waaroor sy onseker is of wil uitklaar saam met die terapeut.

6.2.6 Terminering

Die besluit oor wanneer om te termineer kan soms ‘n moeilike besluit wees vir ‘n terapeut (Geldard & Geldard, 1997:82). Daar is tekens wat aandui dat dit tyd is om te termineer. Die adolessent se gedrag kan positief verander het volgens belangrike persone

in haar lewe of die adolessent kan betrokke raak by aktiwiteite soos atletiek en vriende en dit bo die terapie verkies, of die adolessent kan 'n plato bereik en 'n geleentheid benodig om haar groei en verandering wat plaasgevind het tydens terapie te integreer. Terminering kan soms moeilik wees vir die adolessent, aangesien die adolessent die sessies kan ervaar as 'n tyd waartydens 'n volwassene onverdeelde aandag aan haar gee (Thompson & Rudolph, 2000:49). Dit is daarom belangrik dat die adolessent goed voorberei moet word op terminering en betrokke moet wees by die besluit om te terminer.

6.2.6.1 Aktiwiteit: Bordspeletjie

Doelwitte:

- Om die adolessent met die geleentheid te voorsien om haar vermoë om te konsentreer asook haar uithouvermoë, te ondersoek.
- Om die adolessent te help om sosiale vaardighede soos samewerking en geskikte response op teleurstellings, mislukkings en sukses, in te oefen.
- Om die adolessent te help om probleemoplossings- en besluitnemingsvaardighede in te oefen.
- Om aan die adolessent die geleentheid te bied om te hersien wat sy geleer het tydens die terapeutiese sessies.
- Om waarneming te verfyn (deur te kyk hoe die adolessent speel), as 'n geleentheid om egofunksies te verhoog (deur die adolessent te help om selfbeheer en frustrasievlakke te bemeester) en as 'n natuurlike toets om die adolessent se sosialiseringvaardighede te verbeter.
- Om die adolessent se denke, gevoelens en gedrag, verbale vaardighede, aandagspan, persepsie, liggaamstaal, vermoë om gevoelens uit te druk en ontwikkelingsvlak tydens bordspeletjies waar te neem.

Materiaal benodig:

- Die bordspeletjie en dobbelsteentjie.
- Enige vorm van beloning: lekkers.
- Enige voorwerpe wat die adolessent en terapeut voorstel, byvoorbeeld kleiballetjies of diertjies.

Instruksies:

- Verduidelik aan die adolessent dat die bordspeletjie ‘n opsomming is van al die temas wat tydens terapeutiese sessies aangebied is.
- Indien sy ‘n vraag reg beantwoord, kan sy ‘n lekker kry.
- Die adolessent en terapeut maak beurte om die dobbelsteentjie te gooi en vorentoe te beweeg op die bord.
- Die terapeut kan ook van die geleentheid gebruik maak om opsommend terugvoer te gee of om die adolessent te betrek by verdere bespreking van ‘n onderwerp.

6.2.6.2 Natoets

Voltooi die Kinderfunksioneringsinventaris-Hoërskool weer met die adolessent en vergelyk die resultate met die voortoetsresultate. Voer ‘n onderhoud aan die hand van die onderhoudskedule met die ouer(s) van die adolessent en vergelyk met die inligting wat tydens die voortoets ingesamel is. Die resultate moet met die adolessent en haar ouer(s) bespreek word.

6.2.6.3 Opvolg natoets

Na drie maande kan die terapeut die resultate opvolg. Voer ‘n onderhoud aan die hand van die onderhoudskedule met die adolessent en ouer(s) van die adolessent ten einde die langtermyn impak van die speltherapieprogram te bepaal.

6.3 Samevatting

Een komplikasie vir die beplanning van terapie met die adolessent wat seksueel misbruik is, is dat die gevolge van die seksuele misbruik wyd varieer. Ten einde ‘n effektiewe terapeutiese intervensie te struktureer, is dit noodsaaklik dat die terapeut moet begin met ‘n begrip vir die sielkundige impak van die seksuele misbruik op die individuele kind. Die navorser het die speltherapieprogram in ses fases onderverdeel, naamlik: bou van ‘n

terapeutiese verhouding, hulpeloosheid, verraad, stigmatisasie, traumatiese seksualisering en terminering. Onder elke fase word verskeie aktiwiteite aanbeveel wat tydens aanvang, die proses en terminering gebruik kan word.

Die individuele kliënt en haar behoeftes bepaal dus die hoeveelheid sessies en die speltherapieaktiwiteite wat geselekteer sal word. Indien die adolessent ander behoeftes het wat buite die spesialiteit van die terapeut val, kan eksterne bronne ook betrek word ten einde die voorgrondbehoefte van die adolessent aan te spreek. Die terapeut moet 'n ek-jy verhouding met die adolessent ontwikkel tydens die eerste paar sessies van die terapeutiese proses. Die ek-jy verhouding impliseer dat die terapeut en die adolessent, ongeag aspekte soos ouderdom, opvoeding en status, gesien word op 'n gelyke vlak.

In hoofstuk sewe, agt en nege sal aandag gegee word aan die empiriese gegewens en navorsingsbevindings wat tydens die studie verkry is.