

HOOFSTUK 2

EMOSIETEORIE

‘n Verkenning van emosie met spesifieke verwysing na die aard, oorsprong, indeling en funksie van skuld en skande soos vanuit die psigologie en die teologie verwoord.

2.1 Inleiding

Hierdie hoofstuk bied ‘n sleutel vir die verstaan van gevoelsbelewing met spesifieke verwysing na die aard en funksie van skuld en skande. In die voorwoord van hulle werk, skryf (Calhoun & Solomon 1984:v) dat dit belangrik is om te beklemtoon dat emosies vanuit verskeie dissiplines bestudeer kan word. Hierdie ryke verskeidenheid van studie lewer natuurlik ‘n wye verskeidenheid perspektiewe (Borod 2000:137-156). Vandat William James meer as ‘n 100 jaar gelede die vraag gestel het oor die aard van emosies, word daar wyd uiteenlopende teorieë gestel (Hanin 2000:4). Die emosionele is nie ‘n moderne vraagstuk nie want Plato en Aristoteles het reeds eeue gelede die aard en funksie daarvan ondersoek (Cheshire & Solomon 1984:13).

Dit word beoog om in die loop van hierdie hoofstuk ‘n tweekantige beskrywing van skuld en skande te gee. Die insigte en bydrae van die psigologie en die teologie word benut om tot ‘n geïntegreerde teorie ten opsigte van skuld en skande en die gevoelsbelewing wat daarmee geassosieer word, te kom. Hierdie twee dissiplines sal dus nie teenoor mekaar gestel word nie, maar daar sal gemeenskaplike raakpunte gesoek word. Die doel daarmee sal wees om verhoogde insig in die oorsprong, aard, funksie en klassifikasie van skuld en skande te bekom sodat hierdie inligting benut kan word in ‘n pastorale model vir die begeleiding van predikante tydens die tughandeling.

Volgens Calhoun & Solomon (1984:5-22) is daar binne die psigologie deur ‘n mate van vereenvoudiging toe te pas, vyf modelle van emosieteorie wat onderskei kan word. Emosies kan verstaan word vanuit die “..sensation, physiological, behavioral, evaluative, and cognitive” invalshoeke. Elke teorie plaas n eiesoortige klem op ‘n sekere aspek van emosies wat die oorsprong, aard en funksie daarvan betref. Die verskillende modelle verteenwoordig op hul eie ‘n hele aantal idees, perspektiewe, navorsers en modelle.

- Sensasieteorieë fokus op die beleving van die gevoel. Dié groep teorieë se uitgangspunt is dat die oorsprong, aard en funksie van emosie psigologies bepaal word (Young 1975:57-58).
- Fisiologiese teorieë sluit baie nou aan by bogemelde en beklemtoon eweneens die beleving van emosies maar hul vertrekpunt is die fisiologiese wat betref die ontstaan van gevoelsbeleving (Young 1975:50-52; Papanicolaou 1989).
- 'n Derde groep word gedragsteorieë genoem en plaas die fokus op die gedragseffek van emosies. Gevoelsbeleving dra by tot 'n spesifieke gedrag en is dus funksioneel van aard. Binne hierdie groep is daar ook twee verskillende standpunte. Sommige navorsers meen dat gedrag die oorsaak van emosies is en ander wat emosies bloot as primêre patrone van gedrag beskou (Young 1975:52-55).
- In evaluasieteorieë word die objek van die emosie sentraal geplaas. Teoretici vergelyk die pro- en anti-emosionele houdings wat betref die rol wat dit speel om positiewe of negatiewe waarde teweeg te bring.
- Laastens wys kognitiewe teorieë op die verhouding tussen emosies en die houdings en idees wat mense van die wêreld, ander en hulself koester. Hiervolgens is emosies afhanklik van dit wat jy glo.

Bogenoemde modelle laat 'n mens dan enigsins voor 'n keuse en die inligting lei tot die volgende vraag: Hoe kies 'n navorser tussen die verskillende invalshoeke? Ek beantwoord die vraag deur daarop te wys dat dit beteken dat hierdie studie die verskillende fokuspeunte beskou as 'n verryking van die ondersoek na emosies en daarom sal daar met 'n holistiese benadering gepoog word om die insigte van die verskillende teorieë te benut (Borod 2000:150-152). Uiteindelik bied die verskillende 'n geleentheid om die verskillende aspekte van emosies beter te begryp asook die ingewikkelde aard daarvan deeglik te verken. Die gedrags-, evaluasie- en kognitiewe teorieë speel wel 'n belangriker rol in die verklaring van die oorsprong, aard en funksie van emosie soos in hierdie ondersoek benut. 'n Navorser besef ook weereens dat die laaste woord nog nie oor hierdie onderwerp gespreek is nie.

Die verloop van die hoofstuk het ten doel om gevoelsbeleving te verken en 'n werkbare basisteorie te stel waarvolgens die studie gerig word. Dit behels 'n ondersoek na die

volgende vrae.

- **Vraag 2(a)** Hoe kan gevoelsbeleving of emosie gedefinieer word?
- **Vraag 2(b)** Wat is die basiese kenmerke van emosie?
- **Vraag 2(c)** Wat is die algemene funksie van emosie?
- **Vraag 2(d)** Wat is die eiesoortige oorsprong, indeling, aard en funksie van die emosie van skuld?
- **Vraag 2(e)** Wat is die eiesoortige oorsprong, indeling, aard en funksie van die gevoelsbeleving van skande?
- **Vraag 2(f)** Is daar enige verband tussen die emosie van skuld en die van skande?
- **Vraag 2(g)** Is daar enige ander emosie of psigologiese staat wat direk verband hou met die gevoel van skuld en/of skande?
- **Vraag 2(h)** Hoe kan die emosies van skuld en die van skande verwerk word?

2.2. Begripsbepaling van gevoelsbeleving

Die eerste vraag is ter sprake. Hoe kan gevoelsbeleving of emosie gedefinieer word? Louw (1982:435) stel dit duidelik dat mense *per se*, emosionele wesens is. Menslike handeling gaan met emosie gepaard. “Trouens, daar is benewens slaap baie min menslike gedrag wat nie emosies of gevoelens insluit nie – ‘n mens reageer met emosie of ‘n gevoel op byna alles wat met hom gebeur.”

Die Handwoordeboek van die Afrikaanse Taal (HAT 2005:300-301) stel die betekenis van die begrip “gevoel”, wanneer dit as selfstandige naamwoord gebruik word, as volg voor.

- ‘n “geestelike gewaarwording”. Met ander woorde, ‘n innerlike gevoel van positiewe en negatiewe gewaarwording. Voorbeelde van sulke gevoelens is eensaamheid, vernedering, vrees, angs, opgewondenheid en berou. In terme van hierdie studie sal die gewaarwording van skuld en skande hierby gevoeg word.
- Verder is gevoelens ook die “emosionele sy van ‘n mens se karakter; gemoed, emosie”. Daarom word daar byvoorbeeld gesê dat iemand se gevoelens seergemaak is. Gevoelens is dus ‘n gewaarwording wat ‘n persoon op ‘n diep innerlike vlak raak. Gevoelsbeleving is dus nie losstaande van die mens self nie, maar inherent deel van sy geaardheid, karakter en persoon. Dit sou

impliseer dat mense emosies op verskillende wyses beleef wat uniek is aan hulleself. Emosies kan positief of negatief beleef word. Dit kan 'n mens gelukkig maak of tot die uiterste bedroef.

- Nog 'n aspek is die “openbaring, uiting van emosie”. Daar is dus uitdrukking en kommunikasie van die persoonlike en innerlike emosies. Die gedragsteorieë sluit hierby aan wanneer dit gedrag beskryf as 'n primêre funksie van emosie. Fisiologiese teorieë beklemtoon eweneens die fisiologiese basis van emosie asook die fisiologiese uitings daarvan. Emosies kom dus tot uiting en is funksioneel van aard.
- Ander begrippe wat as sinonieme gebruik word, is: “gevoelstemming, gevoelservaring, gevoelsopwekking en gevoelsuiting”. Die meer gebruikelike begrip emosie is ook daarmee vervangbaar. Die HAT (2005:215) noem byvoorbeeld vrees, smart, woede ensomeer as “gemoedstoestand”, en wys op die Latynse oorsprong van die woord (*movere*) wat “beweging” beteken. Emosie is dus 'n kragbron en motiveerder in 'n spesifieke situasie en konteks.

Hierdie studie sal die ryke verskeidenheid woorde benut waarmee die menslike gevoelsbeleving beskryf kan word en sal die verskillende woorde afwisselend gebruik en met die afwisseling van terme, dieselfde betekenis daaraan heg.

Met hierdie kort verduideliking kan ons dus reeds sê dat die begrip gevoelsbeleving en emosie, die volgende betekenis dra.

- 'n Innerlike bewuswording
- van 'n bepaalde gevoelstemming
- wat tot uiting kom
- en gekommunikeer word
- en wat 'n positiewe
- en/of negatiewe gevoelservaring insluit en
- waarby ander mense betrokke is.

Oatley en Jenkins (1996:96) verduidelik dat 'n definisie van emosie nie so eenvoudig is as wat 'n mens sou verwag nie. Hulle definisie wat gebaseer is op die werk van Frijda (1986), word deur hulself aangebied as 'n werksdefinisie wat aan verandering onderworpe is. Daar

word later weer hierna in die bespreking van die funksie van gevoelsbelewing verwys (2.4. Die funksionaliteit van gevoelsbelewing).

“1. An emotion is usually caused by a person consciously or unconsciously evaluating an event as relevant to a concern (a goal) that is important; the emotion is felt as positive when a concern is advanced and negative when a concern is impeded.

2. The core of an emotion is readiness to act and the prompting of plans; an emotion gives priority for one or a few kinds of action to which it gives a sense of urgency – so it can interrupt, or compete with, alternative mental processes or actions. Different types of readiness create different outline relationships with others.

3. An emotion is usually experienced as a distinctive type of mental state, sometimes accompanied or followed by bodily changes, expressions, actions.” (Oatley en Jenkins,1996:96).

Hulle bydrae tot ‘n begripsverklaring van emosie voeg ook die volgende aspekte by die bogenoemde definisie en word in skuisedrukte lettertipe aangedui.

- ‘n Innerlike bewuswording (*onbewuste of bewuste kognitiewe evaluering van die belang van die gebeure in verhouding tot die doel waarna gestreef word*)
- van ‘n bepaalde gevoelstemming (*spesifieke psigiese staat*)
- wat tot uiting kom (*die gereedheid om op te tree en die aansporing om planne te maak volgens die aard van die spesifieke emosie en met ‘n gevoel van dringendheid*)
- en gekommunikeer word (*deur uitdrukkings en optredes*)
- en wat ‘n positiewe (*wanneer die doel bevorder word*)
- en/of negatiewe gevoelservaring (*wanneer die doel benadeel word*) insluit
- waarby ander mense betrokke is (*verskillende emosies en state van gereedheid bring verskillende verhoudings tot stand*)
- en wat dikwels die gevoel ook op liggaamlike vlak ervaar.

Die onderskeid tussen skuldgevoelens en die werklikheid van skuld en skande sal by 2.5. en 2.6. van hierdie hoofstuk verder verwoord word.

2.3. Basiese kenmerke van innerlike gevoelsbeleving

Vraag 2(b) is ter sprake. Wat is die basiese kenmerke van emosie? Die basiese kenmerke van gevoelens kan op verskillende maniere beskryf word. Een van die wyses is om dit soos Plutchik (1980) en Wilks (1998) in verskillende tipes of kategorieë te verdeel. 'n Ander invalshoek is die aanduiding van die verskillende intensiteitsvlakke van gevoelstemming.

2.3.1. Emosionele kategorieë

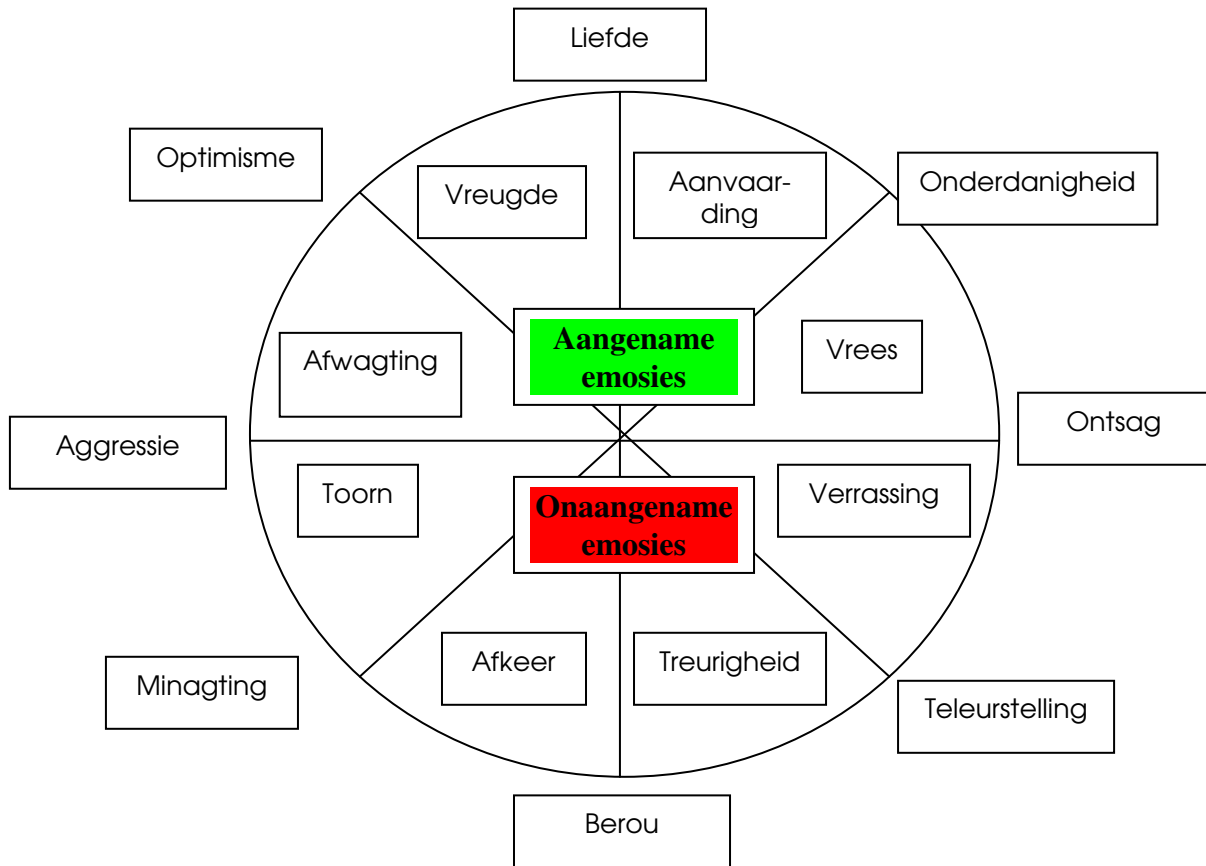
Plutchik (1980) het tussen agt primêre en agt sekondêre gemoedstoestande onderskei (Critelli 1987:151-152). Die sekondêre gevoelens is 'n samestelling van twee primêre emosies (Lewis 1992:17-20). Hy het die primêre gevoelens binne 'n wiel geplaas wat in agt sektore verdeel is, en die sekondêre gevoelenservarings aan die buitekant. Hiermee het hy die resultaat van die gekombineerde gevoelsopwekking aangedui. Volgens hierdie model kan emosies in twee groot kategorieë verdeel word (Grasha & Kirschenbaum 1980:198-199).

- Eerstens is daar die emosies wat as aangename (positiewe) gevoelens beskryf kan word en
- tweedens die wat as onaangenaam (negatief) beskou kan word (Pauw 1998:58).

Die aard van die emosies is funksioneel. Die aangename gevoelens se funksie is 'n motivering tot nadering en die onaangename gevoelsopwekking lei tot 'n vermyding van die gebeure of persoon wat as oorsaak geïdentifiseer is. Vergelyk die volgende skematiese voorstelling.

Skema 4

Plutchik (1980) se tipologie van primêre en sekondêre emosies



Wanneer die gevoelsopwekking van skuld en skande binne ‘n aangename-onaangename raamwerk ingepas word, is die aanvoeling reeds daar dat dit by die negatiewe ervaring sou inpas. Hierdie aspek van skuld en skande word later verken en sal binne hierdie tipologiese raamwerk beskryf word.

2.3.2. Emosies en verskuilde behoeftes

Wilks (1998:29-30) se ondersoek wys ook op die tweesydigte aspek van emosies. Hier gaan dit egter nie om teenoorgestelde emosies nie, maar dat emosionele belewing ‘n teenoorgestelde en verwante behoefte veronderstel wat dikwels verskuild wag om erken te word. Die volgende tabel is ‘n voorbeeld van die behoeftes wat verskuild aanwesig is tydens ‘n spesifieke gemoedstoestand.

Tabel 3

Wilks (1998:29) se teorie van emosionele teenpole

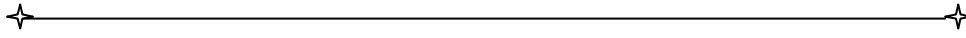
Emosie	Emosionele teenpool (verskuild)
Aggressie	Behoefte aan teerheid en intimiteit
Woede	Behoefte aan selfwaarde en persoonlike mag
Angs	Behoefte aan betekenis en doel
Verveling	Behoefte aan toewyding, egte waardes
Depressie	Behoefte aan verdringing van vrees en woede
Jaloesie	Behoefte aan selfverbetering en goeie selfbeeld
Vrees	Behoefte aan waagmoed en opwinding
Skuld	Behoefte aan 'n egte selfbeeld sonder valsheid
Smart	Behoefte aan transformasie groter as die verlies
Haat	Behoefte aan integrasie met die skadubeeld van die self
Hoop	Behoefte aan ontsnapping van wanhoop
Eensaamheid	Behoefte aan verhouding en intimiteit
Liefde	Behoefte aan selfkennis en transendering van die self
Trots	Behoefte aan egte nederigheid
Verwerping	Behoefte aan die aanvaarding van die lewe en om vry te wees

Die belewing van skuldgevoelens het hiervolgens die onderliggende behoefte aan 'n egte selfbeeld sonder valsheid. Die gevoel van skande word nie in hierdie tabel weergegee nie maar sal die behoefte aan respek, aanvaarding as mens en menswaardigheid as verskuilde teenpool veronderstel (2.6.2.3:128-133). Die emosies van aggressie, woede, angs, depressie, eensaamheid en verwerping is ook ter sake. Vergelyk 2.6.2.4 (133-136 en 2.8:138-139).

2.3.3. Die intensiteitsvlak van emosies

Uit eie ervaring weet 'n mens reeds dat emosies nie ten alle tye op dieselfde intensiteitsvlak beleef word nie.

Gevoelsbeleving lê op 'n kontinuum wat wissel van die mees intense tot geen wakking.



Droomlose slaap (neutraal-geen gevoelservaring)

Intense, onbeheersde en uitermate
ontwrigtende gevoelsopwekking

Droomlose slaap sal waarskynlik die afwesigheid van emosionele wakking verteenwoordig terwyl sekere traumatiese en ontwrigtende situasies die mees intense, onbeheersde en emosioneel ontwrigtende gevoelsuitings kan voortbring. Dit beklemtoon die feit dat menslike aktiwiteit gekleur word deur die innerlike gevoelslewe. Soos later bespreek word, vervul hierdie gevoelstemmings op die kontinuum 'n uiters belangrike funksie. Geen wakking vereis geen optrede nie, terwyl 'n sterk wakking optrede sal noodsaak. Oormatige wakking sal eweneens kontrafunksioneel wees aangesien die persoon nie in staat sal wees om effektief op te tree en besluite te kan neem nie.

Die bespreking tot dusver het aangetoon dat emosie 'n bepaalde uitwerking op gedrag het. Daarom is dit verstaanbaar dat gevoelens wat intens beleef word soms 'n ontwrigtende invloed op gedrag kan uitoefen (Critelli 1987:152). Dit kan daartoe lei dat 'n persoon nie konstruktiewe of probleemoplossende gedrag kan vertoon nie. Hierdie situasie vergroot dan die aanvanklike stimulusgebeure of -objek se invloed en 'n negatiewe spiraal van destruktiewe denke, emosies en gedrag volg.

Die gevolgtrekking word weereens gemaak dat daar altyd die element van kompleksiteit bestaan wat verdiskonteer moet word in die mate waarin emosionele wakking akkuraat gekommunikeer, uitgedruk en verstaan word. Wanneer die stimulusgebeure en die intensiteit van die emosies nie in verhouding of balans is nie, is die gedrag nie meer aanpassend van aard nie, maar eerder ontwrigtend of disorganiserend. Dit is selfs destruktief van aard en dien nie meer die aanpassingsdoel nie. Daarom sou ons kon sê dat emosies gedrag fasiliteer of disorganiseer. Hierdie verskynsel is deur die Yerkes-Dodson-wet (Louw ed 1982:151-152) as volg geformuleer: "Hoe meer kompleks die taak is wat uitgevoer moet word, hoe laer is die vlak van emosionele wakking wat verdra kan word sonder dat die taakprestasie benadeel word."

Hierdie wet veronderstel dus dat prestasie en emosionele wekking 'n positiewe en negatiewe verhouding toon. Minimale emosionele wekking sal minimale gedragsaanpassing veroorsaak. Net so sal maksimale gevoelswekking 'n teenoorgestelde funksie verrig naamlik afbrekende en destruktiewe gedrag. Daar is met ander woorde 'n ideale vlak van gevoelswekking of intensiteit waarteen maksimale, suksesvol aanpasbare gedrag vertoon word. Nadat die optimum vlak oorskry is, sal die toename in emosie die taakprestasie benadeel en taakprestasiegedrag disorganiseer. Mense beleef dikwels momente wat kroniese oorlading van die gedragsaanpassing veroorsaak en wat langtermyn skadelike effek teweegbring.

Ontwrigtende emosionele belewing is herkenbaar in die mate dat dit die mens se gedrag so beïnvloed dat effektiewe interaksie met die omgewing tot 'n stilstand kom. Die mens wat emosies intens beleef, is nou selfgesentreerd en alle gedrag draai om die self.

Emosies oefen 'n groot invloed uit op die innerlike houding. 'n Positiewe emosionele ervaring sal ook 'n meer positiewe en gunstige houding teenoor die gebeure of objek van stimulus teweegbring (De Bono 2004:137). 'n Mens sou sekerlik ook kon aflei dat die teenoorgestelde ook waar is. 'n Meer gunstige houding kan 'n meer gunstige gevoelsopwekking verseker wat weereens sal lei tot groter fasiliteringspotensiaal van die gedragsuiting.

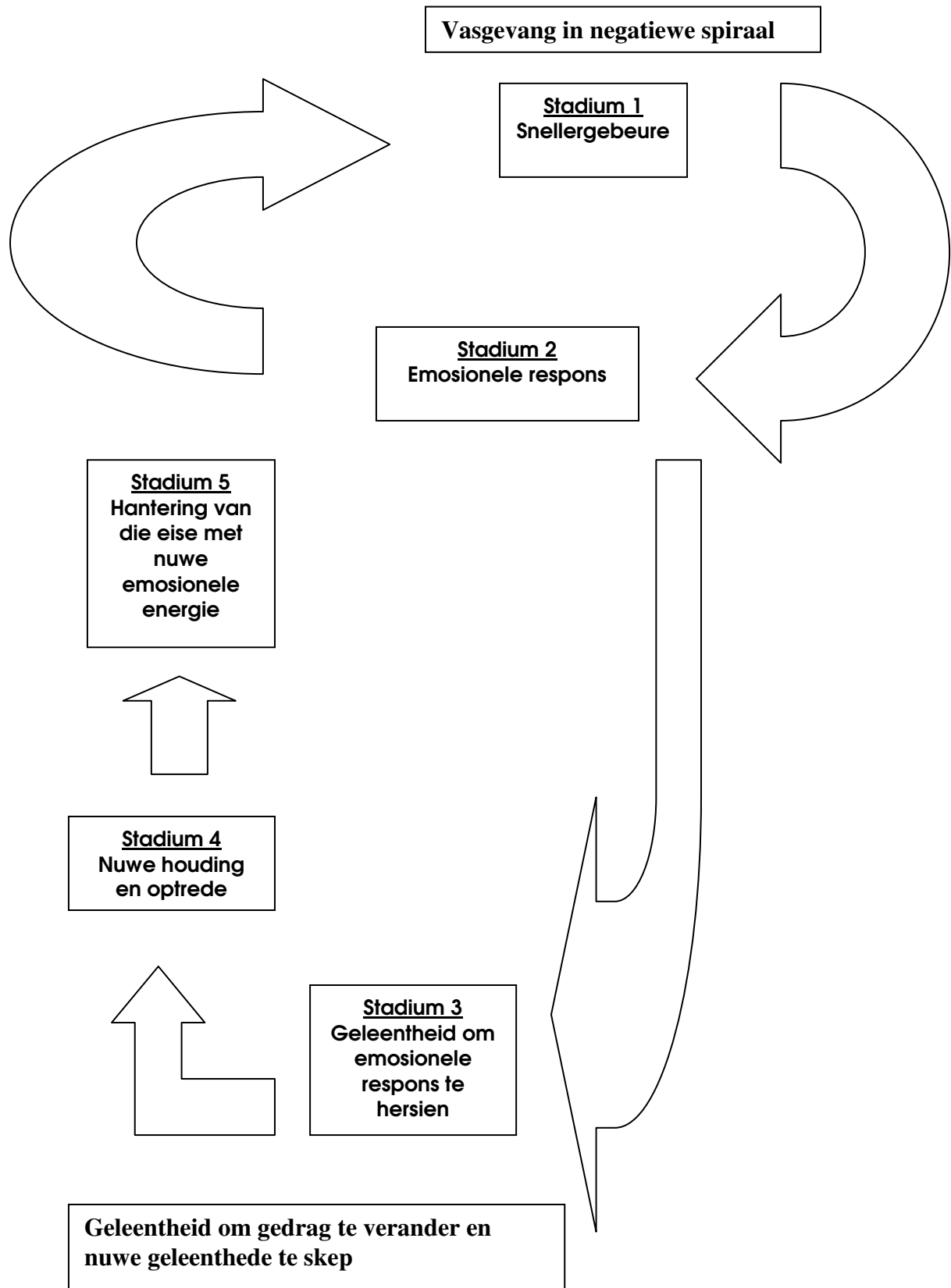
Die innerlike gevoelsbelewing kan as 'n siklus beskou word, waarbinne die moontlikheid van groei en verandering nuwe geleenthede oopmaak vir

- veranderde emosies (meer funksioneel), en
- veranderde houdings (meer positief), wat lei tot
- veranderde gedrag (meer effektief), met betrekking tot die uitdaging wat gestel is.

Emosies bied dus die geleentheid om lewensituasies telkens op 'n hoër vlak aan te pak. Vyf stadiums kan in hierdie proses onderskei word. Vergelyk die voorstelling van die proses op die volgende bladsy en die bespreking daarvan.

Skema 5

Die benutting van emosies as katalisator vir gedragsmodifikasie



- 'n Bespreking van hierdie model bevestig die alombekende feit dat daar gereeld nuwe stimulusgebeure of -objekte op die lewenspad gevind word (Stadium 1). Afhangende van die interpretasie van die belang van hierdie gebeurtenis kan dit uiters traumaties wees of byna van geen belang nie.
- Wanneer dit die nodige belang veronderstel, vereis dit aandag en hierop word op emosionele wyse gereageer (Stadium 2). Die intensiteit van die gevoelsbelewing kan wissel asook die ervaring van positiewe of negatiewe gevolge.
- Die funksie van gevoelservaring in hierdie situasie is 'n geleentheid om aangeleerde negatiewe emosies en gedrag te verander (Stadium 3). Dit gebeur wanneer 'n mens 'n herwaardering doen van die houdings en aannames waarmee aanvanklik begin is.
- Slegs dan kan nuwe geleenthede van positiewe funksionele emosies en gedrag ontstaan (Stadium 4) en
- kan die negatiewe, disfunksionele sirkelgang van destruktiewe emosies verbreek word (Stadium 5). Indien dit nie suksesvol bereik word nie, is die alternatief 'n voortgaande sirkelgang van negatiewe houdings, emosies en gedrag. Daar is dus 'n sterk appèl op die individu om uitdagende geleenthede die hoof te bied deur te kies vir 'n innerlike gevoelsbelewing wat positiewe gedrag na vore roep.

Die fisiologiese prosesse wat deel vorm van die intensiteitsgraad van die emosionele wekking is weereens kompleks en moet ten volle verdiskonteer word (Young 1975;159-163). Die fisiologiese sal slegs as belangrike komponent van die gevoelens van skuld en skande gereken word sonder om dit verder te verken. Die fisiologie effek van skuld- en skandgevoelens word wel bespreek.

2.3.4. Kommunikasie en uitdrukking van emosies

Gevoelsbelewing word op twee vlakke gekommunikeer. Beide vlakke van kommunikasie en uitdrukking kom gelyktydig voor.

- Eerstens op die nie-verbale vlak.
- Tweedens op die verbale vlak.

Die nie-verbale wyses van uitdrukking en kommunikasie van gevoelens word sigbaar in gesigsuitdrukkings, liggaamshouding, stembuigings tydens spraak en sekere liggaamsbewegings. Sekere emosies word makliker deur nie-verbale gedrag gekommunikeer as ander. Hieronder is die gevoelstemming van liefde, vrees, determinasie en geluk. Minagting, walging en lyding word moeiliker gekommunikeer (Thompson & Meltzer 1964:68;129-135;Grasha & Kirschenbaum 1980:193-195).

Sommige gesigsuitdrukkings as kommunikasie van 'n bepaalde emosie is universeel, terwyl ander kultureel gebonde en persoonlik van aard is. Groter sowel as kleiner liggaamsbewegings is die sleutel tot die verstaan van die betrokke emosie wat gekommunikeer word. Dit is egter nie altyd kongruent nie en maak beoordeling moeilik (Rosenthal 1977:64-88). Die nie-verbale uitdrukkingswyse van gevoelservaring sal nie tydens hierdie studie benut word nie aangesien die kongruensie tussen die ervaring en die kommunikasie nie altyd verseker is nie.

Die kommunikatiewe en ekspressionistiese aspekte van emosies laat ons weereens die komplekse aard daarvan besef. Dit is egter reeds in studies bevind dat alhoewel die betekenisnuanserings van gevoelsbelewing verskil, daar wel grootliks ooreenstemming is by mense ten opsigte van die fisiese gewaarwordings, waarnemings, gedragsvorme, self-ekspressie en duur van 'n bepaalde gevoel. Davits (1969) se studies waarby 12 000 mense betrokke was, het die algemene ooreenstemming met betrekking tot emosionele belewing getoon.

2.3.5. Dimensies van emosionele ervarings.

Die dimensionele aspek van gevoelsopwekking maak dit moontlik om emosie te omskryf, te tipeer en sekere algemene gevolgtrekkings daarvoor te maak wat vir die meeste mense waar sou wees.

Vier dimensies wat algemeen voorkom by alle emosionele ervarings is die volgende.

- **Aktivering**

Dit verwys na die neiging om op 'n spesifieke wyse op te tree in ooreenstemming met die emosie wat ervaar word. Oatley en Jenkins (1966:96) verwys hierna in hul

definisie van emosie deur te sê dat “an emotion gives priority for one or a few kinds of action”.

- **Verwantskap tot die omgewing**

Hiervolgens word emosies direk in verband gebring met die “omgewing” waarbinne dit voorkom. Dit is dus kontekstueel verklaarbaar.

- **Hedoniese toon**

Die gemak, ongemak en spanning wat tydens emosionele wekking ervaar word, is spesifiek vir elke emosie. Gemoedstoestand word negatief of positief beleef en beoordeel (Young 1975:72-73; Davitz 2000:140).

- **Bevoegdheid**

Hierdie universele dimensie van gevoelsbeleving verwys na die mate waarin die persoon se ervaring van spesifieke gevoelens tot bevrediging of toereikendheid lei.

2.3.6. Ander faktore in die ontwikkeling van emosies

Dit behoort voor die handliggend te wees dat die innerlike gevoelsbeleving net soos ander psigologiese prosesse, nie eensklaps manifesteer nie. Dit het ‘n geneties-fisiologiese grondslag, en ontwikkel as gevolg van ryping, leer en die interaksie tussen die persoon en die omgewing (Engler 1985:194-196; Du Toit et al 1986:9; Critelli 1987:16-17). Verder is dit ook ‘n universele, menslike kenmerk. Gellhorn en Miller (1961) het reeds getoon dat ‘n bepaalde persoonlike sensitiwiteit van die outonome sensuweestelsel ten grondslag van aangebore individuele verskille in emosionele reaktiwiteit lê. Dit beteken dat ‘n persoon wat as volwassene ‘n sekere stimulusgebeure beleef, dit waarskynlik vir die soveelste keer beleef en dan met al die bogenoemde bydraende faktore, daarvolgens emosioneel reageer, en dit is dan die krag wat ‘n bepaalde optrede rig (Young 1975:93-94; Kaufman & Raphael 1991:xv).

Bridges (1932:324-334) sluit hierby aan en toon dat daar ‘n bepaalde ryppwordings- en leerproses plaasvind by die mens. Hierdie prosesse begin reeds vanaf geboorte en ontwikkel dan as gevolg van ‘n kombinasie van faktore (Morris ed 1971:54-57). Die eerste emosie is klaarblyklik “opwinding”, en die ander emosies vertak daaruit op verskillende ouderdomme. Op 24 maande is die emosies van ontsteltenis, verheugtheid, woede, afkeur, vrees, opgetoëndheid, affeksie, jaloesie en vreugde, stewig gevestig.

Kondisionering as bewuste en toevallige handeling, veroorsaak dat kinders en later volwassenes op sekere maniere affektief en handelend optree. Terselftertyd vind leer ook plaas in die herkenning van emosies by ander mense en leer ons die verbale en nie-verbale taal wat as uitdrukking van die gevoelsbelewing dien.

2.4. Die funksionaliteit van gevoelsbelewing

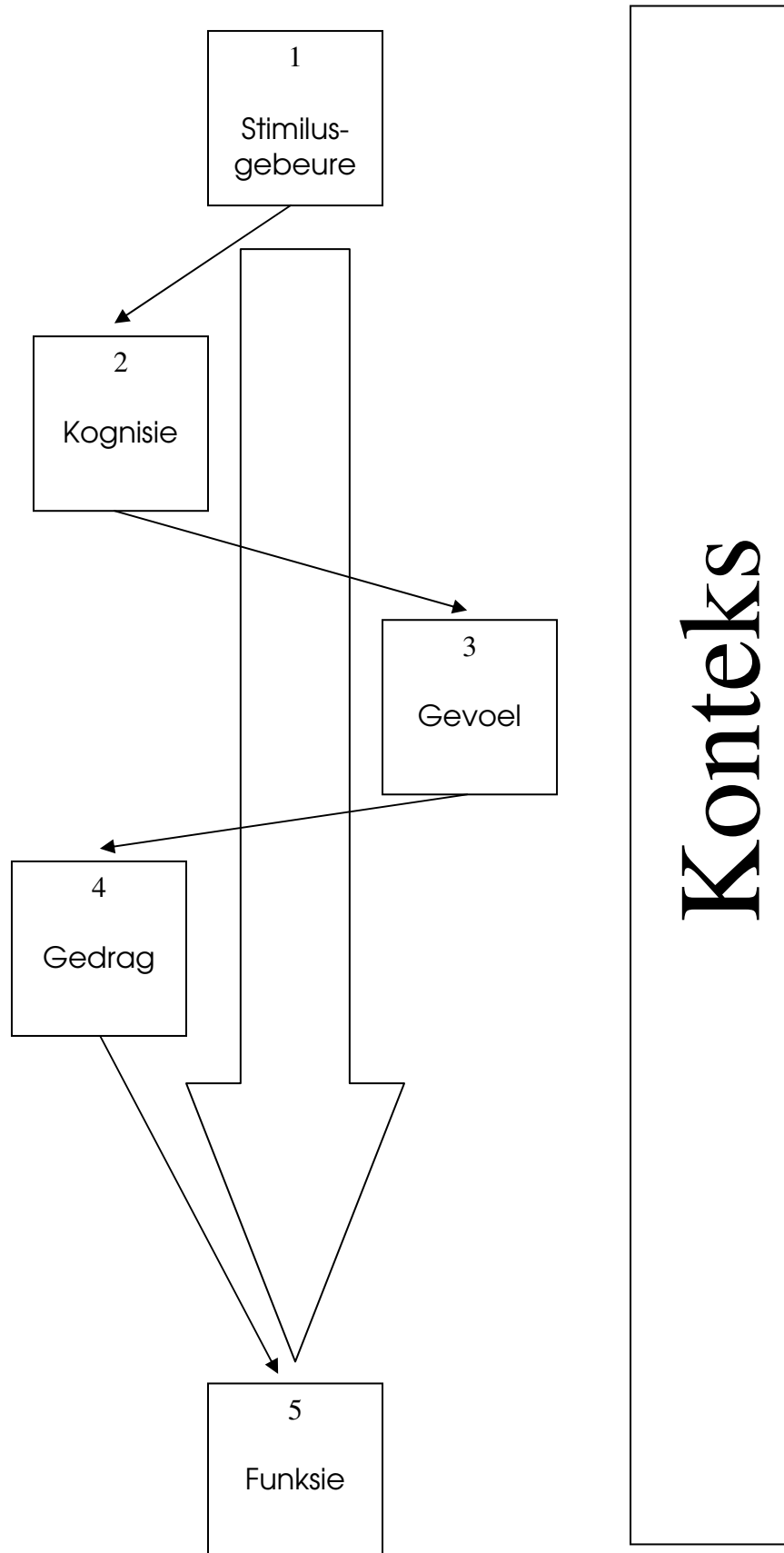
Vraag 2(c) is ter sprake. Wat is die algemene funksie van emosie? Die innerlike gevoelsbelewing is kompleks. Die studie daarvan openbaar verskillende uitgangspunte en skrywers verwys telkens na die groot aantal funksies en die ingewikkelde samestelling van gemoedstemminge. Grasha & Kirsschenbaum 1980:195-198 wys daarop dat emosie ‘n hele magdom funksies vir die mens vervul. Funksies wat volgens hom in die vorm van ‘n kettingreaksie plaasvind. ‘n Enkele emosie kan daarom nie in isolasie bestudeer word nie maar moet in die groter geheel en binne konteks verstaan word.

‘n Stimulus begin die kettingreaksie (Thorpe & Schmuller 1958:68). Hierdie stimulus word kognitief beoordeel en geïnterpreteer, teen vorige ervarings geëvalueer, fisiologies ervaar en as emosie beleef. Dit lei tot bepaalde gedrag met die doel om aanpassing by die stimulus te verseker.

Die skematiese voorstelling op die volgende bladsy en die bespreking daarna dien as verheldering.

Skema 6

Voorstelling van die kettingreaksie van emosionele wekking



Volgens hierdie model is daar dus 'n duidelike verloop te bespeur tydens die wekking van emosie. Daar is 'n begin en voortgang wat op 'n doel afstuur. Die begin kan die sneller- of stimulusgebeure genoem word. Hierna volg daar 'n opeenvolgende reeks van innerlike en uiterlike optrede wat funksioneel van aard is (kognisie-gevoel-gedrag). Die orde van die optrede kan onderskei word, maar terselfertyd is dit 'n eenheidsgebeure wat inmekaar pas soos die skakels van 'n ketting. 'n Beter beeld is dalk die van vyf domino's wat regop staan. Een daarvan word omgestamp en dit raak aan die volgende wat 'n kettingreaksie aan die gang sit en uiteindelik tuimel al vyf om.

Wanneer hierdie model toegepas word op 'n Suid-Afrikaanse situasie, sal dit die volgende teoretiese raamwerk geskep word vir die verstaan van emosies.

- Eerstens is daar die stimulusgebeure wat die sneller is vir die ontstaan van 'n emosie. 'n Persoon, objek of gebeure kan as die stimulus dien. 'n "Alledaagse" gebeurtenis in die Suid-Afrikaanse konteks, is die van 'n gewapende roof. Iemand se lewe word bedreig en sy besittings opgeëis. Met 'n pistool teen die kop en die gevreesde woorde: "Gee jou sleutels of jy sterf!", moes baie mense al kennis maak.
- Hierdie persoon – wat die slagoffer is van die misdaad - interpreteer nou die situasie in die tweede plek op kognitiewe vlak. Die interpretasie kan bewustelik of onbewustelik plaasvind en dikwels ook in breukdele van 'n sekonde. Hy beleef dit as lewensbedreigend en verstaan die gevaar van die gebeure. Daar is dus 'n vertolking van die stimulus, met ander woorde kognisie van wat besig is om te gebeur. Die gebeurtenis word vertolk en geïnterpreteer.
- Derdens lei die interpretasie tot 'n bepaalde emosie. 'n Gevoel wat dikwels in hierdie situasie beleef word, is die gevoel van vrees. Sommige mense reageer weer eerder met woede. Omdat mense en situasies verskil, verskil die reaksie en die emosie.
- Die gevolge van die gevoelsuiting is egter belangrik. Die aard van die emosie gaan die meegaande gedrag direk bepaal. Daarom is die vierde stap in die kettingreaksie die optrede wat deur die emosie bepaal word. Indien die persoon deur vrees oorval word, kan dit meebring dat hy "vries", en geen verdere optrede sal volg nie. Hy interpreteer die situasie as lewensbedreigend en stel alles in werking vir oorlewing. Vrees kan ook 'n vlugreaksie ontlok en alle

pogings om uit die situasie te ontsnap kan aangewend word. 'n Gevoelsbeleving van woede daarteenoor sal moontlik fisiese betrokkenheid met die aanvaller meebring, soos verdediging of aanval.

- In die vyfde plek is die gevoelsopwekking dus funksioneel. Die doel is die beskerming van lewe en persoonlike eiendom. Emosies vervul dus 'n uiters noodsaaklike rol in die lewe van elke mens. In hierdie geval kan dit behoud van lewe en eiendom beteken. 'n Gevoelsbeleving is dus 'n noodsaaklike deel van 'n sinvolle bestaan.

Ons sien dus dat 'n emosie nie in 'n vakuum ontstaan of maar net te voorskyn kom nie. Dit moet binne konteks verstaan word. Die emosie volg altyd op 'n gebeurtenis of objek wat as stimulus dien. Die gevoel is egter nie die direkte gevolg van die snellergebeurtenis nie. Dit is die direkte gevolg van die interpretasie van die snellergebeure. Die objek of gebeure moet eers kognitief, intellektueel en rasioneel verwerk word, en betekenis daaraan toegeken word. Daarom is 'n gevoelsbeleving die gevolg van die kognitiewe interpretasie van die stimulus. Hierdie kennis kan binne oomblikke verwerk word. Dit is belangrik om te beseft dat emosies nie altyd noodwendig 'n bewustelike taksering van 'n reeks feite is nie maar soms 'n onmiddellike, onbewuste waardering van die situasie (Epstein 1998:190-192).

In hierdie kettingreaksie van gebeure is die emosie definitief nie die einddoel nie. Dit is eerder die krag wat momentum verleen aan reaksie en optrede tot die gebeure of objek. Die gevoel vervul dus 'n funksie. Die funksie is om aan te pas en effektief die gebeurtenis of objek te ontmoet. Met hierdie model word emosie die sentrale krag van optrede, en verklaar dit die belangrike funksie van gevoelsuiting by die mens. Dit sluit daarom direk aan by die modelle wat emosie as gedragsfunksie verklaar.

Wanneer normale omstandighede die kettingreaksie veroorsaak, is die funksie van die gevoel grootliks suksesvolle aanpassing by die stimulus. Trauma of 'n krisis kan egter die mens se vermoë om aan te pas ernstig benadeel. Die persoon wat tydens 'n kaping geen weerstand bied nie omdat hy vanweë vrees nie tot handeling in staat is nie, kan juis as gevolg van sy passiwiteit later groot emosionele wroeginge beleef, soos skaamte of selfverwyf (Engler 1985:280). Die destruktiewe emosies dra dan verder by tot die negatiewe beleving van die aanvanklike trauma.

‘n Verdere opmerking sal die ingewikkelde aspek van emosies onderstreep. Die bepaalde interpretasie van ‘n stimulusgebeure of –objek gee nie alleen aanleiding tot emosionele wekking nie maar ook tot fisiologiese wekking. Soms bring dit ‘n verhoging in fisiologiese belewings en ander kere weer ‘n afname. Dit hang ten nouste saam met die tipe emosie wat gewek word en wat die situasie is wat hanteer moet word. Verskeie ander faktore is ook ter sprake. Die fisiologiese modelle van emosie is hier ter sprake.

Volgens Louw (1982:437-438) kan fisiologiese wekking tydens die vorming van emosies op twee vlakke plaasvind.

- Eerstens is daar die waarneembare liggaamlike veranderings soos die verandering in asemhalingstempo, bloeddruk, hartklop, spierspanning, pupilgrootte, sweetafskeiding, bloedsuikervlak, bloedstollingsfaktor, tempo van die ingewandsbeweging en bloedvate. Die simpatiese en parasimpatiese afdelings van die outonome sensuweestelsel en die endokriene kliere beheer hierdie funksies.
- Tweedens is daar die elektro-chemiese breinfunksies wat deur die outonome sensuweestelsel beheer word en wat weer onder die hipotalamus en die limbiese sisteem beheer word.

Dit moet egter in gedagte gehou word dat die fisiologiese wekking groot gevolge inhou. Persoonlike gesondheid en die daarmee gepaardgaande finansiële koste vir mediese behandeling wanneer die fisiologiese teenproduktief funksioneer, kan groot afmetings aanneem (Young 1975:109-110).

Die verhouding tussen kognitiewe interpretasie en fisiologiese wekking is moeilik bepaalbaar en verskeie teorieë is daarvoor geformuleer (Young 1975:50-63). LeDoux (1998:42-53) se bespreking van die ontwikkeling van emosieteorie sluit hierby aan. Hy wys op vyf verskillende teorieë wat poog om die interaksie tussen die stimulusgebeure, die fisiologiese reaksie en die gepaardgaande gevoelsopwekking te verduidelik. Dit is die James-Lange teorie (1880), die Cannon-Bard teorie (1927), die Arnold teorie (1960), die Schachter-Singer teorie (1962) en die Bem teorie (1970). Die laaste drie teorieë integreer die komplekse aard van emosies beter en kan dit bydra tot die groter verstaan van innerlike

gevoelsbeleving vanuit die fisiologiese perspektief (Strongman 1978:14-17; Papanicolaou 1989:47-68).

Lazarus (1968) werk ook vanuit die kognitiewe aspekte. Volgens sy model is emosies die waardering van inligting wat uit verskillende bronne ontstaan. Hierdie waardering sluit kennis sowel as prosessering van die inligting in. Die bronne vir inligting is drieledig naamlik

- die omgewing
- die liggaam
- en die geheue.

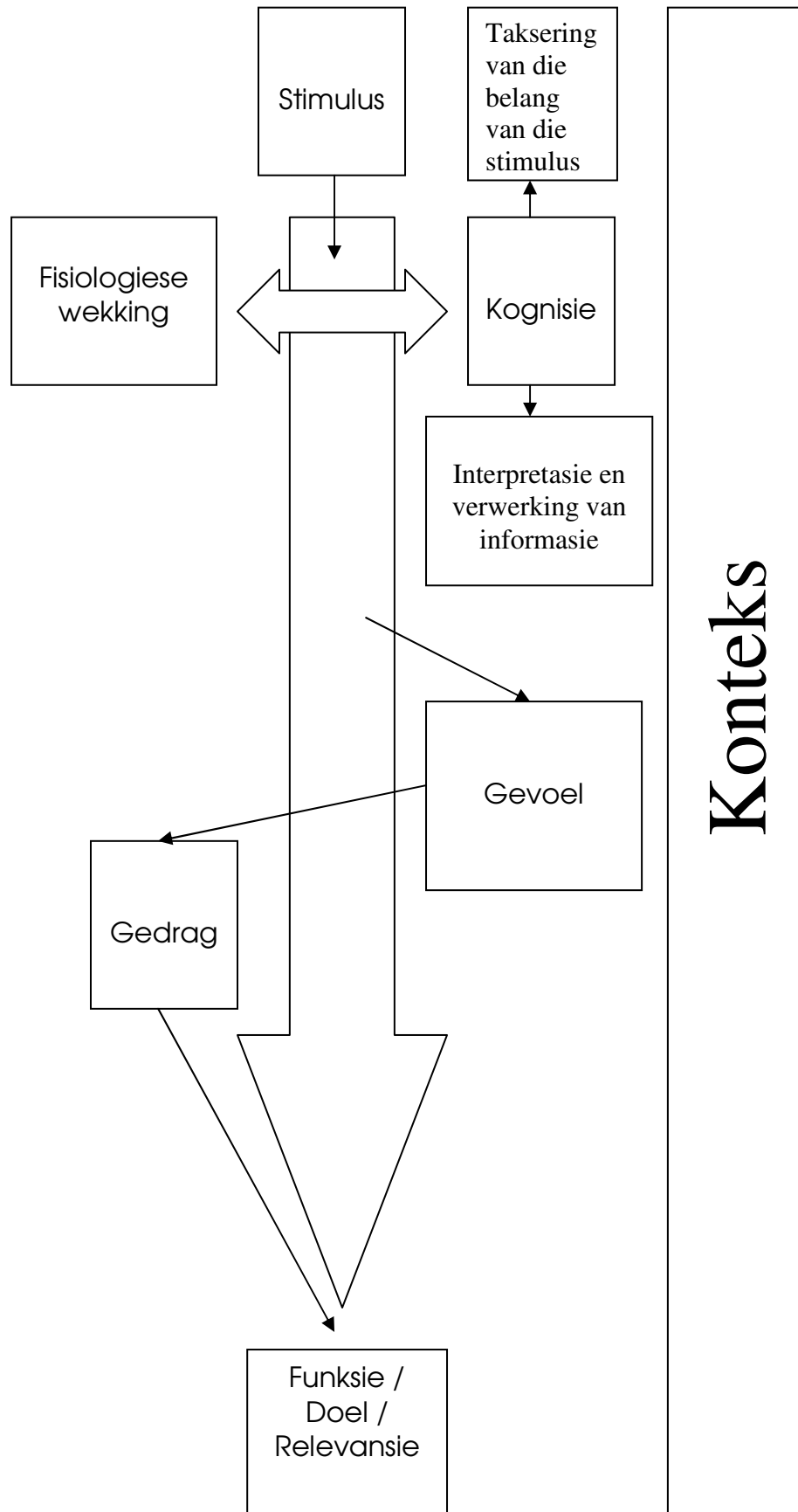
Die inligting in die geheue word gebruik as verwysingsraamwerk en die inligting vanuit die omgewing en die fisiologiese wekking word daarteen beoordeel. Die inligting word selfs verder geëvalueer teen die moontlike gevolge van gedrag wat uit 'n bepaalde emosie mag spruit. Die gekose emosie is dan die resultaat van die geïnterpreteerde en verwerkte inligting.

'n Belangrike aspek van hierdie model is dat die inligting herwaardeer kan word en ander gevolgtrekkings daaruit geformuleer kan word. Dit kan die innerlike gevoelsbeleving verander en die gevolglike optrede! Hierdie teorie bied deure na herinterpretasie, herbeoordeling en aanpassing. Dit open voorwaar moontlikhede vir begeleiding van persone wat onder emosionele oorlading gebuk gaan. Hierdie perspektief sluit nou aan by die kennis teorieë en lewer vrugbare kennis vir aanwending in hierdie studie.

Die volgende skematiese uiteensetting toon die belangrike wisselwerking tussen kennis en fisiologiese wekking in die kettingreaksie van die emosionele proses.

Skema 7

Aangepaste kettingreaksie tydens emosionele wekking



Hierdie aspek van herinterpretasie hou een van die sleutels vir die verwerking van negatiewe gevoelsbelewings. Indien die interpretasie van die stimulus op ander wyses verstaan kan word, kan die beleving daarvan verander omdat die emosie verander en sal die gevolge minder traumaties wees.

Oatley en Jenkins (1996:96) se definisie van emosie sluit hierby aan. Daar word verwys na die vroeëre bespreking daarvan (2.2:89-91). Om hierdie definisie verder te ontgin, kan verskeie ander navorsers aangehaal word. Elkeen lewer 'n bydrae op 'n besondere faset van die model van Oatley en Jenkinson. Wat die taksering of evaluering van 'n gebeure of stimulus betref, is die waarde van die belangrikheid van die gebeurtenis ter sake. Dit is dan gewoonlik die eerste stap in die kettingreaksie en proses vir die ontstaan van emosies. Verskillende benaderings is deur navorsers gevolg in verband met taksering. Ellsworth en Smith (1988) gebruik nege verskillende komponente, Roseman (1991) vyf, terwyl Scherer (1993) met vyftien probeer om volledig te wees.

Een van die benaderings ten opsigte van taksering wat in hierdie studie bespreek word, is die "goal-relevance" benadering (Grasha & Kirschenbaum 1980:225 verder; Engler 1985:280). Hulle beskryf die intensionele aard van emosies. 'n Gevoelsbeleving word veroorsaak. 'n Gebeure of persoon is daarby betrokke. Die emosie is ook gerig en gefokus op 'n saak of persoon.

Emosies is die resultaat van die evaluering van die konteks volgens Beck et al (1979). Dit is natuurlik gebou op die gedagte van Aristoteles dat emosies op evaluering gegrond is en mense daarom tot 'n mate hul emosies kan verander. Wiener en Graham (1989) het bevind dat kinders wat gevoel het dat hulle op een of ander mate beheer gehad het oor 'n situasie wat verkeerd geloop het, meer skuldig sou voel as kinders wat die situasie as 'n ongeluk beskou het.

Navorsers soos Frijda (1987) beklemtoon aksiegereedheid as 'n uiters belangrike aspek van emosies. Ander navorsers (Stein et al, 1992) het ook gevind dat emosies 'n duidelik rol speel in die maak van planne. Hulle navorsing toon dat kinders reeds vanaf die ouderdom van drie jaar beseft dat 'n emosie 'n aanduiding is van 'n saak wat hanteer moet word. Wanneer daar iets belangrik gebeur (taksering) en 'n mens voel dat hy daarvoor

verantwoordelik is (konteks evaluasie) is die emosie wat beleef word deel van die proses om ons te help om te fokus en met planne die probleem te probeer oplos.

Die doel van die emosie is die hantering van die situasie en die korreksie van 'n fout wat gemaak is. Daarom het emosies 'n positiewe en negatiewe funksie wat later bepsreek sal word. In 'n lesing oor emosies soos aangebied deur die Fisioterapie Departement van die Pretoria Akademiese Hospitaal (2009) word die funksie daarvan so gestel: "We are supposed to understand what they (*emosies*) are telling us, and then we are supposed to do something about it."

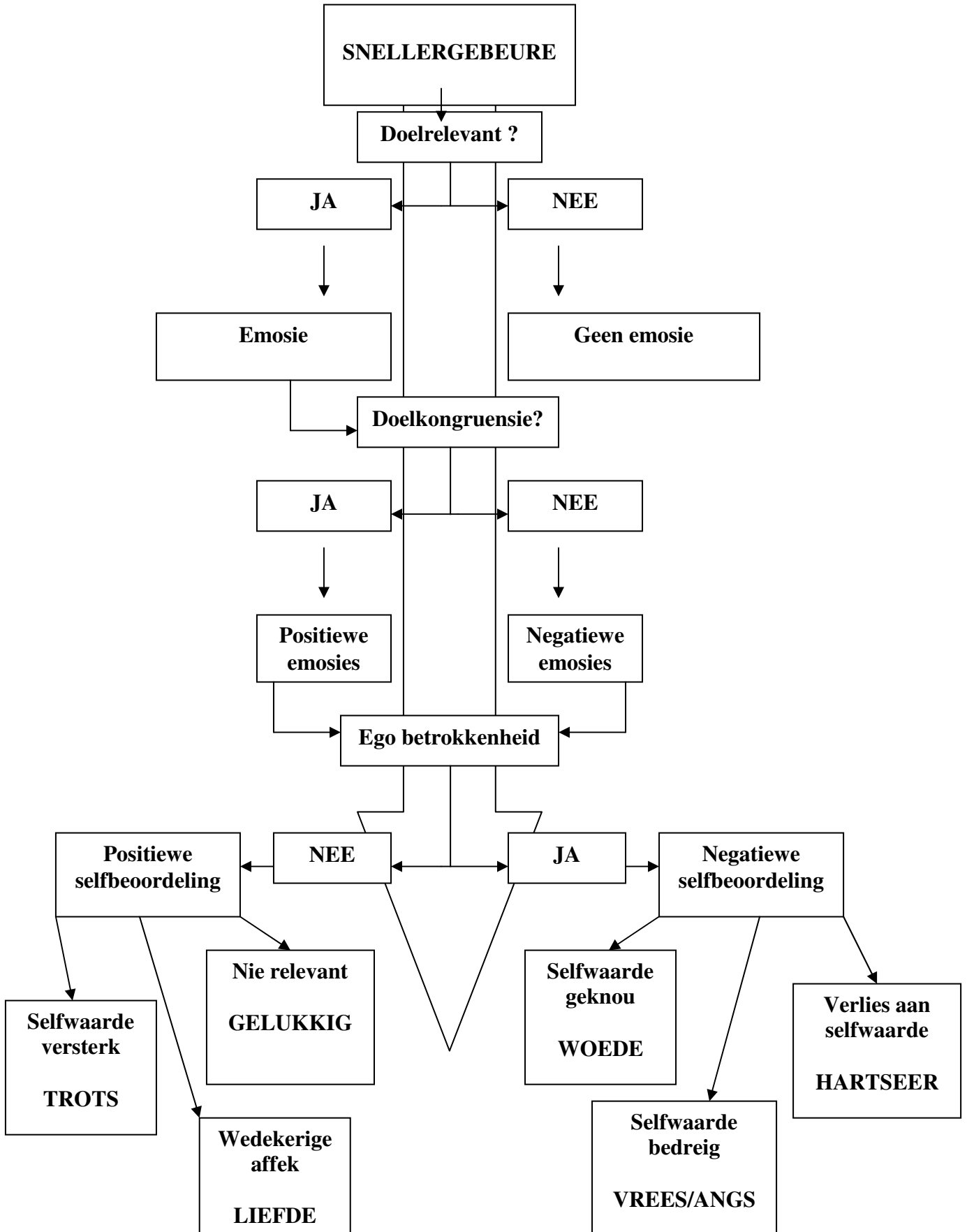
Stein & Oatley (1992) sê die proses van emosies kan eintlik in drie stappe aangebied word naamlik.

- Stap 1: "Wat het gebeur?"
- Stap 2: Wat kan ek daaromtrent doen?"
- Stap 3: Wat is dalk die volgende stap?"

Die verskillende fokuspunkte is vergestalt in 'n skematiese voorstelling op die volgende bladsy. Dit sluit ten nouste aan by die kettingreaksiemodel en is 'n uitbreiding en verfyning daarvan.

Skema: 8

Taksering en die doelkongruente benadering van emosies



2.5. Skuldgevoelens: Oorsprong, indeling, aard en funksie

Vraag 2(d) is ter sprake. Wat is die eiesoortige oorsprong, indeling, aard en funksie van die emosie van skuld? Hierdie navorsing onderneem 'n studie ten opsigte van predikante wat as gevolg van die tughandeling die gevoel van skuld en skande beleef. Soos vroeër genoem, is daar 'n onderskeid wat getref moet word tussen skuld en skuldgevoelens, asook tussen skande en skandgevoelens. Om die twee begrippe beter teen mekaar af te speel, is dit nodig om die volgende woordbetekenisse (HAT,2005:1031) te ken. Die betekenisse word in die teologiese konteks verklaar.

- **Skuld**

Skuld is 'n oortreding, 'n tekortkoming, 'n verkeerde daad. Skuld is sonde. Daarom word in Mattheus 6:12 die gebed tot God gerig, dat Hy die mens se skuld / oortreding sal vergewe.

- **Skuldbesef**

Die bewussyn van skuld. 'n Rationele greep op die feit dat daar 'n oortreding begaan, sonde gepleeg, 'n verkeerde woord gesprek of daad verrig is. Sonder 'n skuldbewussyn is geen skuldgevoelens moontlik nie. Louw (1999:472) sê daarom tereg dat skuldgevoelens 'n aanduiding is van die kwaliteit en omvang van die skuldbewussyn. Skuldlas sal 'n sinonieme begrip wees om die besef van die skuld aan te dui. 'n Mens sal dus skuldig voel wanneer jy besef dat jy skuld het aan 'n ongeoorloofde daad. Skuldbesef is dus die resultaat van sondebef en wel in die lig van 'n duidelike Godsbef.

- **Skuldenaar**

Iemand wat vanweë 'n oortreding (veral in die teologiese konteks 'n moreel-sedelike oortreding), aan ander – ook aan God – skuldig is.

- **Skuldbekentenis**

Die belydenis van skuld. 'n Erkenning van die sonde. Skuldbekentenis en skuldbelydenis is sinonieme begrippe. 'n Ware skuldbesef is vereiste vir die verwoording van skuldbelydenis.

- **Skuldlas**

Alhoewel skuldbesef en skuldlas sinonieme begrippe is, wil dit tog in teologiese konteks die las van die skuld en skuldgevoel verder beklemtoon. Die

wete dat die mens gesondig het en die besef daarvan, plaas hom onder 'n enorme skuldlas wat hanteer moet word.

- **Skuldgevoel**

Die innerlike geestelike ervaring dat 'n mens skuld het aan iets.

- **Skuldbelydenis**

Om die skuld, dit waaraan jy skuldig is, te erken en te bely. Dit is dus die berouvolle erkenning van sonde. Skuldbelydenis is 'n erkenning van skuld teenoor die instansie of persoon wat as gevolg van die oortreding benadeel is. Louw (1999:471) sê, teologies gesproke beteken skuldbelydenis dat God se eer beskadig is omdat die mens in sy bestemmingsfunksie gefaal het. Egte skuldbelydenis is die optrede waardeur die verband gelê word tussen die oorsaak en insig van die sonde. In die pastoraat beteken skuldbelydenis dat die persoon altyd die “ek het...” formule sal gebruik. Daarmee word die oorsaak en bewussyn van die verantwoordelikheid vir die sonde verwoord. Hierdie belydenis vind altyd in die teenwoordigheid van God in die eerste plek plaas, maar ook in die teenwoordigheid van die mens(e) wat te na gekom is. Daar is natuurlik voorbehoude en ander faktore wat in aggeneem moet word by die belydenis teenoor mense.

- **Skuldvergifnis**

Om iemand wat skuldig is, kwyt te skel van die skuld wat hy opgehoop het vanweë sy oortreding en sonde.

2.5.1. Tweeledige indeling

Twee invalshoeke open die verstaan van die ontwikkeling van skuldgevoelens en die effek daarvan op dié wat daardeur geraak word (Wilks 1998:168-173).

- Eerstens is daar eksistensiële of egte skuldgevoelens (Morris ed 1971:63) wat deel is van die normale daaglikse bestaan. Iemand doen of sê iets verkeerd en dit veroorsaak binne die spesifieke konteks die gevoel van skuld. Die hantering en verwerking van hierdie gevoel bepaal die optrede en gevolge daarna.
- Tweedens word neurotiese skuldgevoelens geïdentifiseer, wat 'n verdedigingsmeganisme teen angs en vrees is, en is die gevolg van die onsuksesvolle verwerking van skuld. Wanneer iemand nie in staat is om sy

skuldgevoelens suksesvol te hanteer en te verwerk nie, ontstaan neurotiese skuldgevoelens (Morris ed 1971:82-94).

2.5.1.1. Eksistensiële of egte skuldgevoelens

Eksistensiële gevoelens van skuld word van tyd tot tyd deur alle mense beleef. Daar is reeds vroeër gewys op die universaliteit van gevoelens sowel as op die deurlopende groei en ontwikkeling van emosionele gevoelsbelewings. Hierdie bespreking sluit daarby aan.

Wanneer ons dus na eksistensiële of egte skuldemosie kyk wat deur die oortreding van 'n morele kode of wetlike reël teweeg gebring is, noem ons dit werklike of egte skuldbelewings omdat die oortreding en die gevoel verband hou (Grasha & Kirschenbaum 1980:178). Reymert (1950:353) en Wilks (1998:168,169) stel dit duidelik dat egte skuldgevoelens verband hou met 'n pynvolle emosionele staat en is die gevolg van morele selfbeoordeling.

Skuldgevoelens is uiters pynlik aangesien die persoon besef dat daar 'n diskrepans bestaan tussen sy eie optrede en die morele of etiese standaard wat hy of 'n instansie vir homself gestel het. Dit is dus 'n innerlike en persoonlike beoordeling van die self en 'n besef dat daar groot tekorte in die optrede is. Hierdie pynlike gevoel vanweë die bewuswording van morele oortreding is saam met skandgevoelens die fokus van hierdie navorsing.

Skuldgevoelens is nie die kognitiewe bewuswees van skuld alleen nie. Soms kan iemand intellektueel besef dat hy 'n morele wet oortree het sonder om die gevoelens van skuld te ervaar. Hierdie mense het om een of ander rede nie die vermoë ontwikkel om skuldig te voel en berou te toon oor verkeerde dade nie. Massamoordenaars en geweldenaars toon dikwels hierdie tipe gedrag. Dit kan dan as psigotiese gedrag beskryf word. Psigotiese gedrag word nie deur hierdie studie ondersoek nie.

Egte skuldgevoelens vanweë die oortreding van 'n ooreengekome kode moet nie verwar word met gevoelens van minderwaardigheid wanneer 'n persoon besef dat hy tekort skiet ten opsigte van 'n sekere saak nie. Gevoelens van verleentheid moet ook nie met skuldgevoelens verwar word nie. Wanneer die oordeel of veronderstelde oordeel van ander

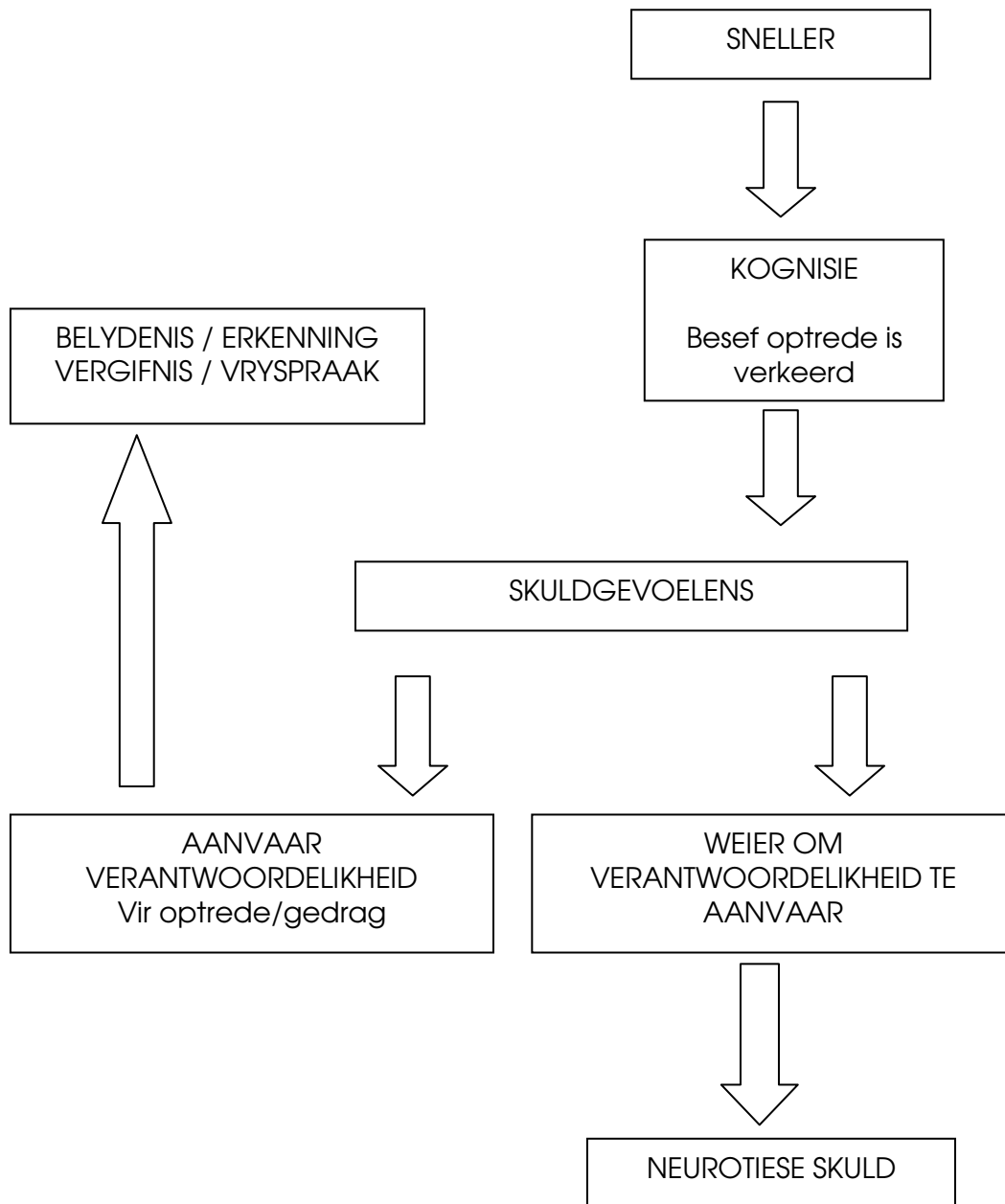
‘n pynlike gevoel veroorsaak, is dit nie skuldgevoelens nie. Dit is dan slegs verleentheid. Dit is duidelik dat skuldgevoelens en verleentheid ‘n verband toon, maar dit is egter nie dieselfde nie.

Die eis waaraan egte skuldgevoelens moet voldoen, is duidelik. Skuldgevoelens is ‘n pynlike, innerlike gevoel wat veroorsaak word deur die selfbewuswording van konflik tussen eie optrede en die voorafooreengekome morele en sedelike kode. Barnard (1994:280-281) stel dit duidelik dat egte skuldgevoelens ontstaan as gevolg van sonde wanneer ‘n mens homself meet aan die maatstaf van God se Woord. Die funksie van skuldgevoelens hou daarom direk verband met die optrede van die persoon. Die skuldgevoel wil die persoon weer op koers bring sodat hy harmonieus optree ten opsigte van die morele en etiese gedragskode. Skuldgevoelens help dus ‘n persoon om beter optrede vir die toekoms te beplan. Skema 10:120, Die patroon van egte skuldgevoelens, verduidelik dié spesifieke gevoelsbeleding.

Wanneer hierdie vereenvoudigde skema benut word om skuldgevoelens te beskryf, word die positiewe funksie van skuldemosie skerp teenoor die destruktiewe gestel. Egte skuldbeleding is die gevolg van die kognisie dat ‘n bepaalde optrede nie met die ooreengekome en aanvaarde normes en waardes rekening hou nie. Die skuldgevoelens oortuig die persoon om die feite in die oë te kyk en verantwoordelikheid daarvoor te aanvaar. Dit open die weg vir erkenning en/of belydenis van skuld en daarop kan vryspraak/vergifnis volg. Die teendeel is natuurlik die weiering om verantwoordelikheid vir gedrag te aanvaar, met die gevolg dat skuldgevoelens ophoop. Neurotiese en psigotiese skuldgevoelens word dan destruktiewe magte in die lewe van die mens. Vergelyk die voorstelling op die volgende bladsy.

Skema 9

Die patroon van egte skuldgevoelens



Die voorstelling van eksistensiële skuldgevoelens (Skema 10:117) toon die wyse waarop hierdie emosies daaglik deur alle mense ervaar word, en hoe suksesvol of onsuksesvol verwerking daarvan plaasvind. Twee van die hanteringsmeganismes is onsuksesvol en lei tot ernstige psigiese ongemak en ontoereikende optrede.

Hierdie voorstelling begin met die veronderstelling dat daar in die daaglikse lewe sekere emosionele snellersituasies voorkom wat tot skuldgevoelens aanleiding gee. Alle mense

deel een of ander tyd hierin en niemand kom daarvan vry nie. Hierdie situasies kan deur die persoon self of deur ander veroorsaak word. Die kognitiewe interpretasie van hierdie stimulus veroorsaak 'n gevoel van skuld.

Daar is drie wyses waarop hierdie gemoedstemming hanteer kan word.

- In die eerste plek kan die skuldgevoelens bloot geïgnoreer word, en as toeskouer daarvan word die skuldgevoelens verwerp. Die langtermyngevolge kan egter negatiewe resultate lewer aangesien dit dan onverwerkte skuldgevoelens word.
- Tweedens kan die gevoel toegëien word, en die self kan so daarmee belas word, dat die las te veel raak. Dit veroorsaak dan 'n negatiewe skuldkompleks wat neuroties van aard is.

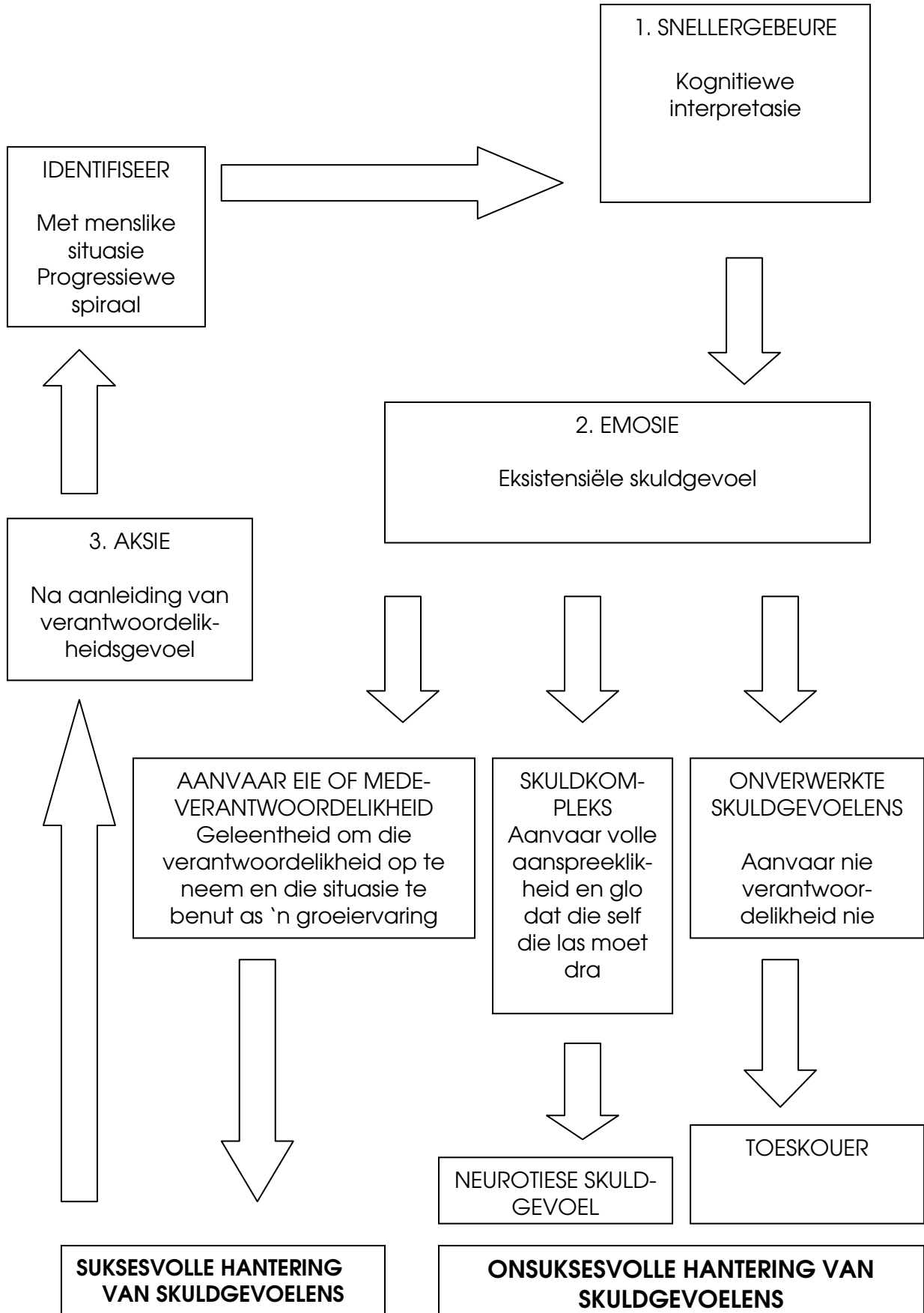
Dit is duidelik dat daar in die eerste geval geen verantwoordelikheid geneem word vir die daad en die gepaardgaande emosie nie. In die tweede geval word die daad en gevoel so aangetrek tot die self dat dit te veel word vir die persoon en hy dan psigies knak onder dié las.

- Dertens kan die verantwoordelikheid vir die daad en skuldgevoel aanvaar word (mede-aanvaar word, indien daar van kollektiewe skuld sprake is), en die krag van die emosie as 'n groeigeleentheid benut word. Dit beteken dat die situasie op 'n positiewe en funksionele wyse benader word en met 'n herinterpretasie en ander middele tot die beskikking, nuwe weë gevind word om die saak reg te stel. Dit bring ons weer by die moontlikheid van 'n nuwe uitdagende ervaring wat op 'n hoër emosionele vlak verwerk kan word en gee aanleiding tot 'n positiewe gedragsspiraal.

Die skematiese voorstelling op die volgende bladsy dien as 'n verdere verheldering.

Skema 10

Die hantering van eksistensiële skuldgevoelens



2.5.1.2. Neurotiese skuldgevoelens

Neurotiese skuldgevoelens vloei voort uit die onsuksesvolle hantering en verwerking van eksistensiële- of egte skuldemosie, maar is ook die gevolg van die toeëiening van skuld wanneer daar geen gronde daarvoor bestaan nie. Daar is baie groot ooreenkoms tussen neurotiese skuldgevoelens en egte skuldemosie, maar die verskil lê in die fokus en die hanteringsmeganismes (Engler 1985:37; Wilks 1998:170-172).

Persone wat gebuk gaan onder neurotiese skuldgevoelens kan nie altyd direk aantoon wat die oorsaak van die skuldgevoelens is nie, omdat alles vir hulle in 'n wolk van vaagheid gehul is. Dit blyk dat die gevoel meer te doen het met die omstandighede wat die persoon ondervind, as wat dit iets met enige morele of ander oortreding te maak het. Mense wat neurotiese skuldgevoelens openbaar, het gewoonlik 'n lae selfbeeld en eiewaarde. Hulle blameer hulself vir alles wat verkeerd loop, en ly gewoonlik aan depressie. Hierdie persone het gewoonlik 'n geskiedenis van onsuksesvolle hantering van angs, vrees en woede. Hierdie tipe reaksie op die gevoelsbeleving van skuld is nie ter sprake in hierdie studie nie. Die tughandeling het betrekking op 'n werklike oortreding van 'n morele kode of ander sonde en of wangedrag.

2.5.2. Die eiesoortige aard en funksie van skuldgevoelens

Skuldgevoelens word as 'n bitter en deurdringende gevoel ervaar. Uiterlik word dit gekommunikeer deur die wringing van die hande, die kop wat hang en die vermyding van oogkontak. Skuldgevoelens word ook fisiologies beleef as pyn in die abdomen en voel soos angstigheid. 'n Kenmerk van skuldgevoelens is die herhalende visualisering van die oortreding. Die persoon "speel" die gebeure oor en oor in die verbeelding en verander telkens sekere elemente van die gebeure (Wilks 1998:167-168; Davitz 2000:62-63).

Gedurende hierdie herleef van gebeure word die verwyte herhaal: "as ek maar net", dit of dat gedoen/nie gedoen het nie. Tog is skuldgevoelens nie bedoel om te pynig nie, maar om te oortuig dat verandering noodsaaklik is. Indien die prikkel gehoorsaam word en deur die krag wat die emosie verskaf 'n transformasie van die self plaasvind, lei dit tot hernude geluk en vreugde op 'n hoër vlak van lewe.

2.5.2.1. Positiewe skuldgevoelens

Egte skuldgevoelens is die normale reaksie op die oortreding van dit wat as 'n gegewe norm beskou word. Wanneer iemand geen skuldgevoel openbaar vir negatiewe gedrag nie word dit geklassifiseer as 'n psigopatiese afwyking. Egte skuldbeleving het ten doel om gedragmodifikasie in die hand te werk of om die normes en waardes waarteen gedrag gemeet word, te herevalueer. Dit het met ander woorde 'n kontrolerende en regstellende funksie. Om hierdie rede kan die gevoel as positief beskryf word (Wilks 1998:172-173; Louw 1999:471).

Verder het dit ook die doel om regstellende aksie na vore te roep waardeur dit wat verkeerd geloop het, omskep kan word. Dit is baie belangrik om te beseef dat selfs skuldgevoelens positiewe uitkomst kan lewer. Om die positiewe aspek van skuldgevoelens te verwesenlik, is daar vyf vrae wat die persoon homself kan afvra.

- **Vraag 1**

Is ek verantwoordelik vir hierdie situasie? Indien wel, hoekom is ek verantwoordelik?

- **Vraag 2**

Wat het ek oortree ('n morele of etiese gedragskode of dalk 'n wet) sodat ek skuldig voel?

- **Vraag 3**

Wat is daar wat ek kan verander?

- **Vraag 4**

Hoe kan ek my gedrag in die toekoms rig om soortgelyke skuldgevoelens te voorkom?

- **Vraag 5**

Hoe kan ek dit wat ek verkeerd gedoen het, regstel sonder om enige verdere skade te berokken?

Die positiewe funksie van skuldgevoelens lei die persoon na 'n beter ontwikkelde gewete, positiewe regstellende aksie en 'n persoonlike rotsvaste integriteit. Louw (1999:471)

bevestig met 'n aanhaling van Aden (1989:107-115) dat daar konstruktiewe waarde in skuldgevoelens te vind is. Skuldgevoelens gee 'n aanduiding van

- 'n gevoel van skending
- ontrou en dislojaliteit ten opsigte van lewensbeginsel
- insig in die pyn van bedrog
- die angel van selfverwyt
- selfveroordeling
- wanhoop as gevolg van 'n verlies aan bestemmingsverantwoordelikheid wat uiteindelik kan lei tot depressie.

Die waarde van skuldgevoelens is dus dat dit die mens bewus maak van die realiteit van hulle gedrag en die impak wat dit op hulself, die mense en die gemeenskap of samelewing het. Met hierdie besef kan heling volg indien die skuldgevoelens lei tot skulderkenning, skuldbelydenis en skuldvergifnis.

2.5.2.2. Destruktiewe skuldgevoelens

Daar is egter ook die donker kant van skuldemosie. Die negatiewe en destruktiewe effek soos dit in die lewens van mense geopenbaar word. Wanneer skuldemosie geen bydrae lewer tot suksesvolle aanpassing by die snellergebeure nie, maar slegs skuld op skuld ophoop, flikker die gevaarligte. 'n Mens moet begryp dat jy verantwoordelik is vir slegs dit waaroor jy beheer het en niks meer nie. Daar moet die bewuswording wees dat sekere sake buite persoonlike beheer lê en dat dit nie nodig is om daarvoor skuldig te voel nie (Socarides ed 1977:544).

Vier vrae kan hierdie negatiewe hantering van skuldemosie opklaar:

- **Vraag 1**

Kan ek sien dat my skuldgevoelens verband hou met my belewing van my eie menswees eerder as dat dit iets is wat ek gedoen het?

- **Vraag 2**

Wat is dit in die situasie wat gevoelens van vrees, angs of woede veroorsaak?

- **Vraag 3**

Watter dieperliggende gevoelens is dit wat deur die skuldgevoelens weggesteek en onderdruk word?

- **Vraag 4**

Is ek bereid om verantwoordelikheid te aanvaar vir dit waaraan ek werklik skuldig is?

Die negatiewe aspek van skuldgevoelens kan mense noop om hulle onaktiwiteit te regverdig en om vas te val in die emosionele situasie.

2.6. Skandgevoelens: Die eiesoortige oorsprong, indeling, aard en funksie

Vraag 2(e) het betrekking. Wat is die eiesoortige oorsprong, indeling, aard en funksie van die gevoelsbelewing van skande?

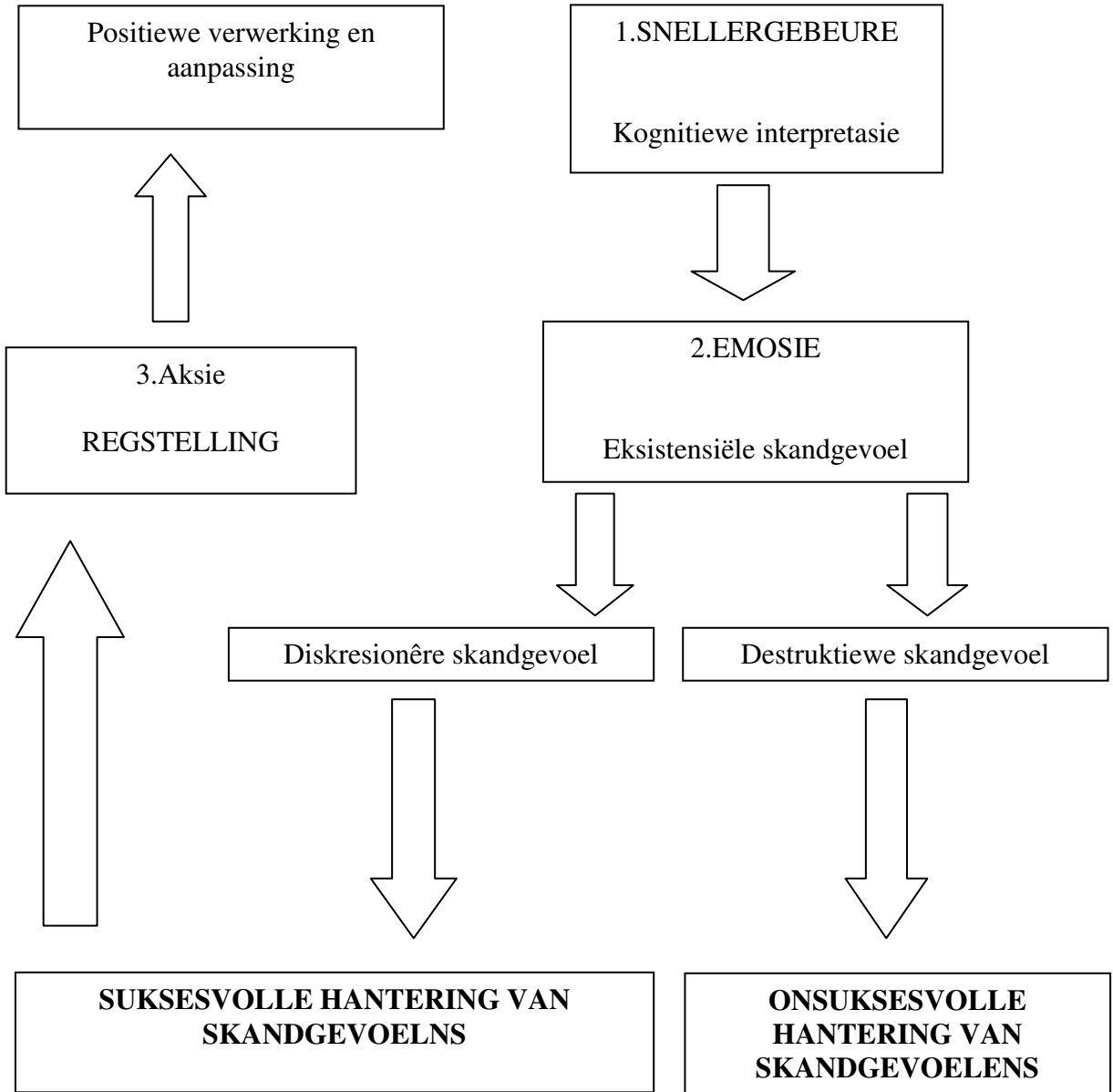
2.6.1. Tweeledige indeling

Wat die belewing van skande betref, moet daar aanvanklik 'n onderskeid gemaak word tussen diskresionêre skande en skande as uitvloeisel van 'n traumatiese gebeurtenis (Morris ed 1971:159; Goldberg ed 1992:51). Die dialektiese aard van skande en oneer moet deeglik verreken word. Skande kan 'n positiewe en opbouende emosie wees, maar aan die ander kant kan skande 'n negatiewe en afbrekende gevoel word. Skema 11 is 'n voorstelling van die hantering van eksistensiële skandgevoelens.

Net soos by die bespreking oor skuldgevoelens word die kognitiewe interpretasie wat aan die snellergebeure toegeken word emosioneel beleef. Destruktiewe skandgevoelens is egter 'n onsuksesvolle hantering van die gebeure terwyl diskresionêre skandgevoelens 'n positiewe verwerking daarvan is. Wanneer skandgevoelens suksesvol hanteer word, open dit deure na regstellende optrede en nuwe lewensmoontlikhede (Mollon 2003:47-49). Die skematiese voorstelling verduidelik dit verder.

Skema 11

Die hantering van eksistensiële skandgevoelens



2.6.1.1. Diskresionêre skandgevoelens

Eersgenoemde gevoelens word diskresionêre skande en oneer genoem (Albers 1995:13; Vos et al 2007:117). Dit is onder andere skandgevoelens wat die individu verhoed en ontmoedig om byvoorbeeld betrokke te raak by die volgende openbare situasies:

- seksuele aktiwiteit in die openbaar
- onweloweglike ontbloting
- seksuele teistering

Hierdie voorbeelde bring dadelik die voorkomende aspek van skandgevoelens in spel en daarom is dit vir die persoon en gemeenskap voordelig om soortgelyke gevoelens van skande te kan beleef. Die positiewe in diskresionêre skande en oneer is ook die beskerming wat dit in die volgende omstandighede bied:

- privaatheid wat betref sekere liggaamsfunksies
- die ervaring van die dood
- trauma en tragedie

Dit is duidelik dat hierdie tipe skande en oneer 'n positiewe waarde en karakter dra. Die funksie daarvan is 'n klein bydrae tot die algehele fatsoenlikheid, privaatheid, eiendomlike reg en weldeurdagte handeling van die menslike gemeenskap. Hierdie skande wil regmatige grense stel om indringing van die private wêreld van mense te beskerm. Diskresionêre skande en oneer is dus 'n integrale deel van 'n geestesgesonde persoon se bestaan en wese.

Daarom sê Albers (1995:13) wanneer hy afbrekende skandgevoelens, “disgrace shame” (so ook Lindhardt in Vos et al 2007:117), en diskresionêre skande teen mekaar opweeg die volgende. “If one is to deal effectively with disgrace shame, the balance between the two must be kept in tension and the two always need to be considered in juxtaposition.”

Voordat ons na die aard en karakter van skande en oneer kyk, moet daar onthou word dat diskresionêre skande selfs in die geloofsgemeenskap funksioneer (Broucek 1991:3). Dit is 'n gegewene en moet met versigtigheid hanteer word. Geloof is 'n baie persoonlike en innige saak en lê aan die kern van gelowige menswees. Diskresionêre skande beskerm ook die persoonlike geloofslawe. In alle verhoudings behoort die privaatheid van die persoon met groot versigtigheid benader te word. Diskresionêre skande en oneer beskerm die persoon se leefwêreld van disintegrasie. Albers (1995:12) stel dit so: “Human beings cannot exist devoid of those defenses which protect them from the invasion of others, even when the other person may mean no harm.”

2.6.1.2. Afbrekkende skandgevoelens

Skande en skaamte moet kontekstueel beskou word. Elke persoon, gesin, gemeenskap, kultuurgroep en samelewing heg 'n sekere waarde aan hierdie begrip. Daarmee saam is daar binne hierdie groeperinge ook nog verdere nuanseringe van die begrip wat deur 'n verskeidenheid faktore bepaal word.

Skande is die gevoel dat jy totaal ontoereikend is as persoon. 'n Mens oordeel dus oor homself en die oordeel is baie negatief. Die gevoel ontstaan dat jy onwaardig, fundamenteel sleg, defektief en verwerplik is.

Lindhardt (Vos et al 2007:122) verwoord dit so: "In seeing myself in the eyes of others I also sense a judgement, or evaluation, directed at me. And I agree in the judgement or evaluation, I accept it. If I did not agree, there would be no shame."

Verskillende benaminge word in die literatuur vir die begrip skande, skaamte en oneer gegee. David Augsburg (1986:117) noem dit "guilty shame", vanweë die interverweefdheid met skuld en skuldgevoelens. Bradshaw (1988:10) gebruik die begrip "toxic shame", omdat die persoon wat deur hierdie gevoelens geraak word, heeltyd voel dat hy gekontamineer is en defektief is. Albers (1995:13) noem dit weer "disgrace shame" en Socarides et al (1977:544) "shame anxiety".

Daar is dus die twee aspekte wat deur die gebruik van hierdie woorde beklemtoon word.

- Aan die eenkant is daar die ontbloting van die persoon self
- en tweedens die bewussyn van negatiewe vergelyking met ander mense wat nie dieselfde oorgekom het nie.

Beide hierdie aspekte resulteer in 'n negatiewe en destruktiewe self-evaluering. Hierdie tipe skandemosie is die ondersoekfokus vir die studie.

2.6.2. Die eiesoortige aard en funksie van skandgevoelens

Die oorsake van gevoelens van skaamte en skande verskil van gemeenskap tot gemeenskap en van individu tot individu. Die determinante word bepaal deur die milieu en die sedes wat normatief is vir die gemeenskap en individu.

Daar is duidelike vlakke van die beleving van skaamte. Dit kan 'n oppervlakkige ervaring wees wat sommer weer gou verbygaan of dit kan 'n aardskuddende ervaring wees wat lewenslange negatiewe gevolge dra. Hoe sterker die gemeenskap se sedes en norme – des te groter die effek van negatiewe skande en oneer in die lewens van die betrokkenes.

Die onderskeid tussen skande en skandgevoelens kan ook die beste verduidelik word deur die volgende begrippe te verwoord, die verband met mekaar aan te toon en die betekenis daarvan te bepaal. Alhoewel die begrippe eers suiwer vanuit die HAT (2005:1010) geformuleer word, word die teologiese konteks vir hierdie studie veronderstel.

- **Skande**

Skande is 'n staat van vernedering. Dit is 'n posisie van oneer. In die openbare oog lei 'n daad van skande tot 'n skandalige toestand wat aanstoot gee en opspraak verwek omdat dit teen die fatsoenlikheid, moraliteit of sedes indruis. Sulke optrede word as skandelik beskou. Dit is iets waarvoor 'n mens hom moet skaam.

- **Skandgevoel**

Die innerlike, geestelike beleving van vernedering, skaamte en oneer.

2.6.2.1. Positiewe skandgevoelens

Die term positiewe skandgevoelens klink na 'n weerspreking aangesien skande deur niemand as positief beskou sou word nie (Socarides ed 1977:535). Almal ken die gevoel van skande en skaamte en oneer en niemand het dit as positief beleef nie. Met hierdie term moet ons egter die verwerking van die gevoel van skande aandui wanneer die persoon wat daarmee worstel, uiteindelik positiewe resultate verkry. Hy besef dat die skandgevoel hom motiveer om weer opnuut na sy eie optrede te kyk. Die gevoel het dus 'n positiewe doel naamlik om die persoon te help om die negatiewe spiraal van optrede en skandgevoelens te verbreek en om op 'n nuwe wyse te leef.

2.6.2.2. Destruktiewe skandgevoelens

Destruktiewe skande en oneer kan ook tydsgegewys onderskei word wat die verlede, hede en toekomstige aspek daarvan betref (Wurmser 1981).

- “Shame anxiety”, verwys na die verlede maar veroorsaak spanning oor die

toekoms. Alle mense het reeds van kleins af die ervaring dat hulle optrede deur ander veroordeel en afgekeur word. Dit skep later 'n identiteit ten opsigte van die saak. Wanneer daar dan die moontlikheid bestaan dat daar 'n situasie kan wees waar daar op hierdie sensitiewe aspek in die persoon se identiteit gemik word, is daar baie angs wat ter sprake kom. 'n Mens is angstig dat die negatiewe gevoelens van skaamte en skande weereens gedupliseer sal word. Mense is juis binne die vermoë om te projekteer oor dit wat moontlik kan gebeur. Dit veroorsaak angstigheid en spanning oor die toekoms.

- “Shame reaction”, is die prosessering van die gebeure van skande en oneer soos dit ondervind word tydens die krisis. Waar “shame anxiety” verwys na dit wat kan gebeur – is “shame reaction” die beleving van die gebeure self. In die geval van die tughandeling is die predikant se sonde(s) bekendgemaak deurdat 'n gerug of klagte ondersoek word. Dit sluit ook die hele tugproses in tot en met die toepassing van die tugmaatreëls.
- Laastens is die “shame attitude”, die geakkumuleerde skande en skaamte ervarings wat oor 'n leeftyd ontwikkel en opgebou is. Dit lei tot 'n bepaalde houding van skaamte en skande. Die lewe word deur hierdie bril bekyk en daar word volgens hierdie gevoelens geleef. Die persepsies en interpretasie van alle lewensgebeure word nou deur hierdie ontwikkelende identiteit geraak. Uiteindelik is dit 'n maalkolk van sentripitale magte wat die lewe van die persoon oorheers en ernstige ontwrigting veroorsaak.

Negatiewe, afbrekende skande hou verband met bekendmaking en etikettering. Die bekendmaking behels die vrees dat iets baie persoonlik en negatief bekend sal word en dit sal uitloop op een of ander vorm van verwerping. Daarom sal die persoon alles in sy vermoë doen om die bekendmaking van die negatiewe te vermy. Daarom is skande en skaamte verbind aan die behoefte om dit te bedek wat geopenbaar word (Jacoby 1996:6-9).

'n Mens se oë, die gesig en houding as uitdrukking van die innerlike wese word algemeen aanvaar. Wanneer 'n mens wegkyk, jou oë grondwaarts rig of oogkontak vermy en wanneer die liggaamshouding neergeboë is, is dit dikwels 'n teken van skande en skaamtegevoelens wat 'n houvas het op die persoon.

Etikettering behels twee aspekte.

- Eerstens kan dit die persoon self wees wat vanuit sy eie selfpersepsie sekere negatiewe gevoelens projekteer.
- Tweedens kan dit die gemeenskap wees wat sekere verwagtings koester en dit word 'n etikettering wat lei tot skande en skaamte. Meestal sal dit 'n kombinasie wees van beide die aspekte.

Wanneer die skande en oneer wat iemand ervaar destruktiewe negatiewe gevoelens veroorsaak, word die term “disgrace shame” gebruik. Teenoor diskresionêre skande en oneer staan hierdie gevoelens as uiters pynlik, werk verlamrend in op die gemoed en is 'n aftakelende ervaring (Kaufman & Raphael 1991:xiii). Schneider (1977:22) beskryf die werking daarvan: “If discretion shame sustains the personal and social ordering of the world, disgrace shame is a painful experience of the disintegration of one’s world. A break occurs in the self’s relationship with itself and/or others. An awkward, uncomfortable space opens up in the world. The self is no longer whole, but divided. It feels less than it wants to be, less at its best it knows to be”.

Hierdie skande en oneer het 'n kragtige negatiewe impak in die lewe van mense. Sommige skrywers het al selfs na dit as 'n “onsigbare draak” verwys. Daarmee wou hulle die emosionele bedreiging van die skande en oneer verbeeld. Nie alleen kan dit fisiese gesondheidsprobleme veroorsaak nie, maar ook spirituele groei skaad.

Die negatiewe elemente van “disgrace shame” moet konstruktief aangespreek word. Daar is veral drie sake wat belangrik is in die hantering van hierdie spesifieke gevoelens en die beskerming van die persoon.

- Eerstens die “wondbaarheid” of kwesbaarheid van die persoon in hierdie situasie.
- Tweedens die blootlegging, onthulling of openbaring van uiters persoonlike aspekte.
- Derdens die onthulling, ontmaskering en sigbaarmaking van die diepste geheime betreffende die saak.

Diskresionêre skande en oneer beskerm die persoon van die openbare ondersoek wat private en persoonlike sake betref. Negatiewe skande en oneer is aan die anderkant gevul met vrees vir die ontmaskering van die beeld wat die ander van die persoon sal ontwikkel

na aanleiding van die blootlegging van die “ware self” met al sy onaanvaarbare optredes, tekortkominge en gebreke. Daar is met ander woorde die spanning tussen onthulling en verskuiling.

Ons kan konkludeer dat diskresionêre skande en oneer die meganisme is waarmee mense hulself en ander beskerm en wat as norme en waardesisteem funksioneer voordat hulle handelend optree. Daarteenoor is die afbrekende skande en oneer die pynlike disintegrasie wat volg op ‘n swak deurdagte optrede.

2.6.2.3. Die dinamiek van skandgevoelens

Destruktiewe skande en oneer kom op die volgende wyses tot uitdrukking en het ‘n verlamme effek op die wat dit ervaar. Verskillende teksgedeeltes wat op die dinamiek van skande dui, word aangetoon.

2.6.2.3.1. ‘n Afkeer van die self

Dit is ‘n universele ervaring om soms verleë te staan oor iets wat gebeur het. Dit kan iets wees waaroor ‘n mens beheer gehad het of selfs dinge wees wat sonder voorbedagte rade plaasvind. Die gevolg is egter dat jy daarvoor skaam kry en teleurgesteld voel in jouself. Jy kan selfs ontnugter voel omdat jy nie die voorval kon voorsien en die gevolge daarvan kon afweer nie. Die volgende Nuwe Testamentiese gedeeltes verwys na dié tipe vernedering wat gely word as gevolg van ‘n sosiale fout of “oortreding” (Kaufman 1989:106-107).

Johannes 2:1-12 vertel van die gebeure tydens die bruilof wat in Kana te Galilea gehou is (Van der Watt 2000; Gnilka 1983). Die bruidegom se verleentheid het daarin bestaan dat die wyn opgeraak het terwyl die bruilofviering nog aan die gang was. Die voorsiening wat hy gemaak het was nie voldoende nie. Jesus se moeder het daarvan te hore gekom en dit aan Hom vertel. Hierdie bruidegom se krisis was die vernedering wat hy sou moes deurstaan in die oë van die gaste. Hulle sou weet dat sy voorbereiding en beplanning nie voldoende was nie. Sy bruid, skoonouers en familie sou almal deur hierdie situasie in die verleentheid kom. Almal sou verleë wees en teleurgesteld dat hierdie swak beplanning die huweliksonthaal van sy glans ontnem.

In **Lukas 14:7-11** word die gelykenis van die vernedering van die aanstellerige gas vertel (Popp in Zimmermann ed 2007:586-592). Die man wat uitgenooi is na 'n bruilof was voorbarig deur by die tafel te gaan aansit wat vir iemand spesiaal gereserveer was. Die gasheer moes hom toe gaan vra om op 'n ander plek te gaan sit. Dit het die man tot groot oneer gestrek en hy was baie skaam hieroor. Hy moes eerder gewag het totdat die gasheer die tafelaanwysings bekendgemaak het. Dit was vir hom 'n groot skande gewees (v.9). Die persoon het soos 'n gek gevoel en uiters verleë oor die oneer wat dit gebring het.

Lukas 14:28-30 vertel 'n ander gelykenis van 'n man wat 'n bouprojek onderneem het (Sellin in Zimmermann ed 2007: 604-609). Groot was die teleurstelling egter toe hy nie in staat was om die projek te voltooi nie. Die reaksie van die mense naamlik dat hulle spot en sê dat hy nie eers behoorlik kon beplan en die koste reg kon bereken nie het tot sy vernedering gedien. In die oë van die gemeenskap is hy beoordeel as iemand wat nie in staat is om te voltooi waarmee hy begin nie. Die man se onvermoë is die oorsaak van die gemeenskap se verkleinerings en sy gevoel van verleentheid en oneer spruit daaruit voort.

Hierdie voorbeelde kan ook in ons lewe gedupliseer word en telkens op verskillende lewensterreine herhaal word. In die oë van die persoon en in dié van die gemeenskap lei dit tot skaamte en verleentheid. Die gevoel van afkeer, teleurstelling en ontnugtering met die self staan voorop. Wanneer 'n mens 'n fout of 'n oortreding begaan, is die vernedering soms so groot dat mens byna probeer om weg te kruip.

2.6.2.3.2. 'n Minderwaardigheidsgevoel

Om skaam te voel omdat jy nie dieselfde vermoëns, talente, vaardighede of aangebore eienskappe besit as ander mense nie, is weereens nie 'n ongewone gevoel vir mense nie (Kaufman 1989:107). Almal het al by geleentheid skaam gevoel omdat hulle nie in staat was om 'n taak uit te voer soos wat ander dit van hulle verwag het nie. 'n Mens kan ook soms nie aan jou eie verwagtings voldoen nie en dit veroorsaak negatiewe gevoelens van skaamte.

Talle Bybelfigure het vanweë skaamte as gevolg van een of ander werklike of perseptuele defek in hulself nie kans gesien om hulle Goddelike roeping op te neem of te voltooi nie. Moses (Eksodus 3:31), Gideon (Rigters 6:7-32), Salomo (1 Konings 3:7,9) en Timotheüs

(1 Timotheüs 4:12) dien as voorbeelde. Moses het ontoereikend gevoel om die leier van die Israeliete te wees. Gideon was onseker oor sy aanstelling as Rigter en die sukses daarvan. Salomo was bewus van die groot taak om 'n koning te wees vir die volk en wys te regeer en moes van God die wysheid afbid. Timotheüs se onervarendheid as jong man het gesagsprobleme voor sy geestesoog opgeroep.

Hierdie gevoel van persoonlike defek is deur Adler die minderwaardigheidskompleks genoem. Wanneer jy jouself teen iemand anders meet en die verskil negatief in jou guns is, word 'n skaamtegevoel in jou gebore. Dit kan selfs later lei tot 'n persoonlikheid wat skaamte en skande aantrek en waar die geakkumuleerde effek daarvan ernstige persoonlike probleme tot gevolg het. Die gevoel dat daar gebreke en onvolkomendheid in die self bestaan, lei tot verdere gevoelens van skaamte wat sneeubal en 'n bouse negatiewe kringloop vorm.

2.6.2.3.3. 'n Vrees vir verlating

Psalm 22:2a eggo die noodkreet van iemand wat leef in vrees dat God hom doelbewus verlaat het (Hossfeld & Zenger Hgs 1993; Seybold 2003). "My God, my God, waarom het U my verlaat...?". Duidelik word die vrees verwoord dat God met hom opgegee en Sy rug op hom gedraai het. Die vrees word dikwels in die lewe van gelowiges gevind wanneer hulle as gevolg van sonde en oortredings van die liefdesgebod struikel. Die moontlikheid dat God Hom sal onttrek as straf vir die sonde is egter nie ongegrond nie.

In die Ou Testament is daar voorbeelde waar God dreig om die verhouding wat bestaan te beëindig (Farmer 1988). In 2 Konings 21:14-15a sê God: "Wat oor is van die volk wat aan My behoort, gaan Ek verwerp en hulle oorgee in die mag van hulle vyande...Dit sal gebeur omdat hulle gedoen het wat verkeerd is in my oë...". God se verhouding met Sy volk en die gelowige bestaan in die verbond wat Hy met hulle gesluit het om hulle God te wees. Gehoorsaamheid van die volk aan die Here bring seën maar ongehoorsaamheid verbreek die verbond. Die verhouding word deur sonde bedreig en die vrees vir verlating word 'n moontlikheid. Sowel die geloofsgemeenskap as geheel maar ook die individu beleef dit intens. Sonde bring skeiding van die verhouding met God. Daarom hoor ons die versugting van die persoon wat in Psalm 27:9b smeek: "Moet my tog nie verstoot en verlaat nie" (Hossfeld & Zenger Hgs 1993). Die Psalmdigter erken verder dat gebroke verhoudings in

die lewe dikwels voorkom. Selfs ouers en kinders beleef verwerping en gaan gebuk onder die pyn van verlating (v.10). Hierdie gebroke verhoudings veroorsaak intense pyn en die gevolg is eensaamheid omdat die verhoudings tot niet is. Die persoon wat dit ervaar, interpreteer dit dat daar niemand is wat omgee en hom liefhet nie. Hy voel afgesny van die bron van sy liefde en aanvaarding.

Psigoloë verwys na die eerste beleving van skeidingsvrees wanneer 'n baba gebore word en elke keer daarna wanneer hy alleen gelaat word. Die vrees vir skeiding en verlating word verhoog deur die interpretasie dat die persoon nie goed genoeg is vir die aandag van ander nie. Dit het 'n kragtige negatiewe uitwerking op 'n mens se eiewaarde en selfevaluering. Die boodskap wat die self ontvang, is verwerping en onwaardigheid en daarom is die innerlike selfbeoordeling negatief (Louw ed 1982:199; Morris 1979:97).

Die skande en oneer van verwerping word op baie verskillende maniere in die samelewing beleef en gebruik.

- Ouers gebruik dit soms in 'n poging om hulle kinders te straf en te dissiplineer.
- In die adolessente jare is maats se grootste vrees dat die groep hulle sal verwerp. Dit beteken dat hulle feitlik enige iets sal doen om binne die groep aanvaar te word en om die aanvaarding blywend te ervaar.
- Mans intimideer hulle vroue met die vrees van verwerping en verlating indien hulle sou optree teenoor mishandeling in die huwelik.
- Eensame opsluiting word as strafmaatreeël gebruik vir persone wat nie hulle samewerking in die gevangenis gee nie.
- Godsdientige groepe het verwerping nog altyd gebruik om te mense te ekskommuniseer en te ban. Almal wat nie konformeer met die ooreengekome teologie, lewenswyse of watter ander norm ookal nie, word geban en afgesny van die gemeenskap.
- Die doel van laasgenoemde voorbeelde van eensame opsluiting en ekskommunikasie is om die persoon te dwing om homself weer in lyn te bring met die aanvaarde en aanvaarbare norme en standaarde van die gemeenskap. Dit word benut om die persoon te verander en te hervorm. Die boodskap is egter duidelik: dit is 'n skande om deur ander mense verlaat of uitgestoot te word.

2.6.2.3.4. Oneer

Oneer is die gevoel dat jy geheel gestroop is van jou waardigheid en integriteit (Neyrey 1998). Die gevolg is ‘n diep gevoel van vernedering. In die Skrif is talle voorbeelde van hierdie aspek van skande. Dit hou dikwels verband met militêre oorwinnings en nederlae. Individue en groepe bid ook vir die beskerming van hul eie eer maar die vernedering van die vyand. Vergelyk die volgende verwysings: Psalm 25:2,3; 35:4,26; 40:14-15 (Miller 1986; Hossfeld & Zenger Hgs 1993); 53:5; 57:3; 70:2-3; 71:13,24; 78:66; 79:12; 83:16-17; 89:45 (Hossfeld & Zenger Hgs 2000); 119:78; 129:5; 132:18 (Hossfeld & Zenger Hgs 2008).

Saul (2 Samuel 1) was so oorweldig deur die moontlike gevolge van vernedering indien hy gevange geneem sou word dat hy eerder selfmoord gepleeg het (1Samuel 31), of soos die ander berig vermeld, ‘n verbygaande Amalekiet versoek het om hom om die lewe te bring (Born, Grossouw & Van der Ploeg 1963; Farmer 1988). Eerder dood as die intense beleving van oneer as gevolg van die gevoelens van skande!

Daar is verskeie situasies in die alledaagse lewe wat op ‘n nederlaag uitloop. Wat ookal die oorsake, die gevolg is altyd ‘n gevoel van oneer wat spruit uit die gemeenskap se onverdraagsaamheid teenoor “verloorders”. Die normale optrede wanneer hierdie gevoelens van oneer beleef word, is om te probeer wegkruip of om in totale moedeloosheid te verval. ‘n Nederlaag laat die persoon waardeloos voel en sy selfagting word aangetas.

Wanneer die nederlaag in die publieke arena aan die lig gebring word, is die gevoelens des te sterker. Die liggaamshouding van die persoon verrai sy gevoelens. Die kop hang, gesigte word weggesteek en hulle probeer om die publieke oog te vermy. Hulle beweeg asof alle krag hulle verlaat het. In alle aspekte van hulle menswees vertoon hulle ‘n swakheid.

Predikante wat “uitgevang” is dat hulle nie in staat was om suksesvol hulle ampswerk te verrig nie omdat hulle ‘n “sonde nederlaag” gely het, se gevoel is dat hulle integriteit in twyfel getrek word en dat hulle waardigheid (menswaardigheid) op die spel is. Hulle voel diep vernederd en te swak om die situasie te hanteer. Aanmoedigings om “in die geloof te volhard”, of om “sterk te wees”, doen niks vir die verbetering van die gevoel nie.

2.6.2.3.5. 'n Beleving van gebrekkigheid, onvolkomendheid en defek

Een van die kragtige gevoelens van skande en skaamte is die gevoel van gebrekkig wees, onvolkomendheid en vol foute (Davitz 1969:51; Kowalski 1993:43,53-55). Daar is 'n aantal dimensies hierby betrokke waaronder fisiese onvolkomendheid (wat nie deel van hierdie studie uitmaak nie), emosionele-, sosiale en spirituele gebrekkigheid.

2.6.2.3.6. 'n Beleving van besoedeling en smet

Een van die Bybelse gedeeltes wat skande en skaamte direk aanspreek, is die verhaal van Tamar se gewelddadige verkragting deur haar halfbroer Ammon soos vertel in 2 Samuel 13 (Zenger 1980: 538-539; Zenger 2008:230-238). Beide het skaamtegevoelens na die gebeurtenis geopenbaar. Tamar was onskuldig aan die daad en het ernstig gely onder die sosiale gevolge daarvan. Sy was skaam en gevoelens van oneer het haar oorweldig. Ammon was skuldig aan die oortreding en het skande en skaamtegevoelens beleef. Omdat hy nie sy skuld bely het en die proses van vergifnis deurloop het nie, het hy met woede gereageer (woede is dikwels 'n verdedigingstechniek om skande en skaamte te verwerk). Hy het haar weggestuur sodat hy nie aanhoudend herinner is aan sy skuld of skande nie. Tamar het besoedel, besmet en vuil gevoel.

2.6.2.4. Verdedigingsmeganismes tydens die verwerking van destruktiewe skandgevoelens

Die negatiewe en destruktiewe mag van skaamte, skande en oneer veroorsaak onhoudbare ongemak in die persoon wat dit beleef. Die krisis wat dit innerlik veroorsaak, verskil egter van persoon tot persoon en groep tot groep. Verdedigingsmeganismes is aangeleerde gedrag wat ontwikkel en verfyning met die jare ondergaan (McKay & Fanning 1992:57-82). Uitwendige faktore wat verdedigingsmeganismes beïnvloed, is die kulturele opset van die samelewing waarbinne die persoon woon, die konteks van sy bestaan en kondisionering. Persoonlikheid en temperament is die inwendige faktore wat die eiesoortige aard van die meganismes bepaal.

Verdedigingsmeganismes is die manier waarop mense hulle waardigheid probeer behou of handhaaf ten tye van die beleving van gevoelens van skaamte en skande. Alle energie

word gebruik en gekanaliseer in die verdedigingsproses met die doel om die impak van die skande te versag. Verskeie meganismes word deur Kaufman (1989:100-104) en Rathus & Nevid (1980:166-173) geïdentifiseer.

2.6.4.1.Strewe na perfeksionisme

Die strewe na perfeksionisme is 'n poging om alle moontlike smet en skande uit te wis (Critelli 1987:161-164; Kaufman 1998:101). Die persoon moet in alle moontlike aktiwiteite uitblink en tog is niks ooit goed genoeg nie. Perfeksionisme is die meganisme om te kompenseer vir die innerlike gevoel van mislukking en defek. Dit het egter die negatiewe spiraaleffek. Alles wat gedoen word, is nie goed genoeg nie en daarom val die persoon telkens nog dieper in die skande- en skaamtegevoel. Perfeksionisme is dus selfbeperkend.

2.6.4.2.Selfregverdiging

Selfregverdiging vind plaas wanneer die persoon wat deur skandgevoelens oorweldig word nie suksesvol is in die positiewe verwerking daarvan nie. Hy probeer dan om op alle moontlike maniere die skandgevoel te vermy deur die situasie wat daartoe gelei het goed te praat en te verdedig. Hy neem egter nie verantwoordelikheid vir die situasie nie (Rathus & Nevid 1980:170; Hanin ed 2000:58).

2.6.4.3.Manipulasie

Wanneer 'n persoon die situasie, mense en feite manipuleer om die destruktiewe skandgevoel te verberg, is dit 'n onsuksesvolle hantering van die emosie Kaufman 1998:101; McKay & Fanning 1992:63-64).

2.6.4.4.Blaamverskuiwing

Blaamverskuiwing is 'n meganisme vir die persoon wat intense skandgevoelens ervaar om die skuld op 'n ander party te fokus (vergelyk Girard oor die sondebokmeganisme, 1986; Heitink 2011). Die element van woede is teenwoordig maar dan in 'n beskuldigende foutsoekery met die oog om skotvry uit te stap. Wanneer iemand anders verantwoordelik is

vir die skande en daarvoor te blameer is, voel die persoon selfgeregverdig. Hierdie verdedigingsmeganisme neutraliseer skande omdat dit die gevoelens van die self weg kanaliseer (Kaufman 1998:101; Wilks 1998:53-56).

2.6.2.4.5.Martelaarkompleks

Die martelaarskompleks kom dikwels voor en is 'n aanduiding van die onsuksesvolle verwerking van skandgevoelens. Die persoon beskou homself as die lydende party en sy optrede het ten doel dat ander mense hom sal bejammer as die martelaar wat te na gekom is. Hy neem nie verantwoordelikheid vir sy optrede en emosie nie.

2.6.2.4.6.Minagting

Deur die tegniek van minagting distansieer die persoon hom van ander. Deur arrogansie, meerderwaardige houding, veroordeling en vernederende optredes teenoor ander probeer die persoon negatiewe skandgevoelens elimineer (Kaufman 1989:100; McKay & Fanning 1992:61).

2.6.2.4.7.Ontkenning

Wanneer alle maniere om skandgevoelens te vermy geblokkeer word, is ontkenning dikwels die enigste verdediging. Die doel is selfbeskerming teen die vyandige omgewing. Ontkenning verban skandgevoelens van die bewuste en bring so verligting (Rathus & Nevid 1980:170; Kaufman 1989:103).

2.6.2.4.8.Humor

Met hierdie strategie probeer mense die skrikwekkende pyn van skandgevoelens versag deur die momentele gebruik van lag en humor. Selfs die belangrikste sake word op lighartige wyse hanteer en potensieële bronne van skande word geminimaliseer (Socarides 1977:391-402; Kaufman 1989:103). Sarkasme, sinisme en selfvernederende humor is variante in die poging om skandgevoelens te troef. Patalogiese humor en lag is die abnormale reaksie wat natuurlike humor en lag naboots maar verskil wat betref

“abnormalities of motor patterns, emotional experience, or appropriateness of social contact” (McGhee & Goldstein 1983:91-92).

2.6.2.4.9. Onttrekking en isolasie

Innerlike onttrekking en isolasie in die self is ‘n ander verdedigingstrategie teen skandgevoelens. Hiermee word blootstelling en volgehoue skandgevoelens verhoed (Rathus & Nevid 1980: 169-170). Die selfs kruip weg vir die skandgevoelens deur dieper in die self weg te kruip. Die sosiale masker waarmee die wêreld gekonfronteer word, verbloem die innerlike gevoelens (Kaufman 1989:102).

2.6.2.4.10. Woede

Woede-aanvalle beskerm die persoon teen skandgevoelens (Kaufman 1989:100). Dit kan verskeie vorms aanneem soos ‘n algemene vyandiggesindheid, bitterheid, kroniese haatdraendheid of eksplisiewe manifestasie van woede. Op hierdie wyse word die self beskerm en ander mense op ‘n afstand gehou (Davitz 1969:35-36; Rathus & Nevid 1980:266 verder; Hann ed 2000:55). Vraag 2(f) is ook hier ter sprake. Is daar enige ander emosie of psigologiese staat wat direk verband hou met die gevoel van skuld en/of skande?

2.7. Die ooreenkoms en onderskeid tussen skuld- en skandgevoelens

Vraag 2(f) is ter sprake. Is daar enige verband tussen die emosie van skuld en die van skande? Dit is noodsaaklik om vas te stel wat die verband tussen skuld en skande is. Albers (1995:22) verduidelik die onderskeid as volg: “Whereas guilt may be characterized phenomenologically as a behavioral violation of one’s value system, shame is an ontological violation of one’s essentiality or identity as a person.” Morris ed (1971:147-154) sluit hierby aan.

Bons-Storm (1989:40) definieer skuld en skande: “Schuldgevoel is de ervaring, een regel overtreden te hebben van een autoriteit, die men erkent. Schaamte is de ervaring, er eigenlijk niet te mogen zijn, omdat men zichzelf te kort weet schieten.” Socarides (1977:533); Bybee (1998:5-9) en Lewis (1992:33-35) sluit hierby aan.

Ons kan hieruit die volgende gevolgtrekkings maak.

- Die oorsaak vir beide skuld- en skandgevoelens het as bron die verbreking of oortreding van 'n norm, reël of wet.
- Skuld is egter 'n fenomenologiese saak en het te maak met 'n gedragsoortreding van 'n eie waardesisteem. Anders gestel: skuldgevoelens betrek ons gedagtes, gedrag en handeling.
- Skande, skaamte en oneer daarenteen is 'n ontologiese saak en het te make met die persoon se identiteit en menswees. Saaklik gestel: skandgevoelens betrek ons persoon en identiteit.
- Daarom kan ons sê dat skuld gefokus is op die negatiewe gedrag. Skuldgevoelens oortuig ons dus van ons slegte gedrag.
- Gevoelens van skande fokus op die negatiewe van die persoon. Skandgevoelens oortuig ons dus van ons slegte self want die fokus is op die mens self.

Hieruit is dit dus alreeds duidelik waarom skuld- en skandgevoelens nie deur dieselfde proses gefasiliteer kan word vir die suksesvolle hantering daarvan nie. Die verskil is te groot vanweë die fokus wat verskil (Mollon 2003:28-30). Lewis (Many faces of shame, 1987:107 in Albers 1995:26-27) se onderskeid tussen skuld en skande is so volledig en ter sake dat dit in die geheel aangehaal word. "Shame is the product of a complex set of cognitive activities: the evaluation of an individual's actions in regard to her standards, rules, and goals, and her global evaluation of the self. The phenomenological experience of the person having shame is that of a wish to hide, disappear, or die. Shame is a highly negative and painful state that also results in the disruption of ongoing behaviour, confusion in thought, and an inability to speak. The physical action in accompanying shame includes a shrinking of the body, as though to disappear from the eye of the self or the other. This emotional state is so intense and has such a devastating effect on the self system that individuals presented with such a state must attempt to rid themselves of it. *However, since shame represents a global attack on the self, people have great difficulty in dissipating this emotion...*

The emotional state of guilt or regret is produced when individuals evaluate their behaviour as failure but focus on the specific features of the self or on the self's action that

led to the failure. Unlike shame, in which the focus is on the global self, with guilt the individual focuses on the self's actions and behaviors that are likely to repair the failure. *From a phenomenological point of view, individuals are pained by their failure, but this pained feeling is directed to the cause of the failure or to the harmed object.* Because the cognitive attributional process focuses on the action of the self rather than on the totality of the self, the feeling that is produced is not as intensely negative as shame and does not lead to confusion and to the loss of action. In fact, the emotion of guilt always has an associated corrective action, something that the individual can do – but does not necessarily actually do – to repair the failure. Rectification of the failure and preventing it from happening again are the two possible corrective paths.” (My beklemtoning)

Skuld en skaamte staan dus in ‘n jukstaposisie. Dit is nie dieselfde gevoelens nie en kan nie op dieselfde wyse hanteer word nie. Alhoewel beide die gevoelens verweefd is (Lyall 1995:93) en ingewikkeld – byna onskeibaar en ononderskeibaar - moet daar wel die onderskeid gehandhaaf word. Dit is belangrik dat daar aan die skuld- en skandgevoelens gesamentlike en afsonderlik aandag gegee word in die herstelproses omdat belydenis, vergifnis en vrypraak nie die skandgevoelens tot niet maak nie, slegs positief impakteer op skuldgevoelens. Die verwerking van skandgevoelens vereis ander intervensie.

Donald Nathanson sê: “Experience teaches us that wrongdoing may be punished by guilt; while unwarranted opinions about the self, when exposed, will be punished by shame.” (Albers 1995:24).

Dit is uiters belangrik om te onthou dat die grense tussen skuld en skande soms uiters vaag is. ‘n Persoon kan ook baie maklik tussen hierdie twee posisies beweeg. Omdat hulle sekere ooreenkomstige elemente deel, is dit moeilik om altyd die onderskeid te handhaaf. Daarom moet hulle in samehang met mekaar hanteer word. Dit laat ‘n mens met die besef van die erns van beide hierdie gevoelens.

Positiewe skuldgevoelens oortuig ‘n mens om nie weer so op te tree nie. Dit dien as afskrikmiddel en as waarskuwing. Dit laat ‘n mens dink oor die daad. Dit is soos iemand wat uitroep: “Stop! Kyk wat het jy gedoen! Gee aandag aan jou gedrag! Verander jou optrede!” Skuld laat die persoon met ander woorde bewus word dat hy ‘n reël oortree het

en dat hy sy gedrag dienooreenkomstig moet aanpas. Dit vereis ook van die persoon om met alternatiewe gedragspatrone sy vorige aksies reg te stel.

Tydens skaamte is die gevoel eerder: “Stop! Jy is ‘n skande en verleentheid vir jouself en vir ander! Jy is sleg en bring skande en oneer!” Omdat dit nie hier oor dade gaan nie maar oor die persoon self, is daar nie aksies wat hieruit volg om die saak reg te stel nie. Daar kan geen aksies wees nie omdat die persoon wat veronderstel is om dit uit te voer onbekwaam is tot enige goed. Die proses van heling en herstel het dus ander vereistes (Kaufman & Raphael 1991:xvii).

2.8. Verbandhoudende emosionele en psigologiese state

Vraag 2(g) hou verband met die bespreking. Talle emosies hou verband met skuld- en skandgevoelens (Socarides ed 1977:295 verder,355 verder; Rathus & Nevid 1980:155-158,166-172; Wilks 1998:63-73). Voorbeelde hiervan is:

- frustrasie
- eensaamheid
- wanhoop
- hulpeloosheid
- hopeloosheid
- aggressie
- magteloosheid
- onrustigheid
- senuweeagtigheid
- vyandigheid
- bitterheid.

Die een emosie wat egter baie nader staan en ook intens beleef word wanneer gevoelens van skuld- en skande ter sprake is, is die gevoel van woede. Woede ontstaan weens onvervulde wense, met ‘n begeerte om die situasie te verander, bestry of te vernietig. Dit gaan hand aan hand met ‘n verlies aan selfbeheersing en negatiewe gedrag (Socarides ed 1977:537). Daar is ook weer tussen woede en frustrasie ‘n verband (Strongman 1974:121)

en tussen skande en woede (Mollon 2003:45-47). Veral wanneer 'n gevoel van magteloosheid 'n mens se lewe oorheers (Lindhardt in Vos et al 2007:120-121).

Die probleem is dat daar 'n oordrewe behoefte aan selferkenning, -handhawing en mag die psigologiese basis skep vir die ervaring van die emosie van woede. Terselfertyd is die hantering van die lewenseis negatief deur beide die onderdrukking van en onbeheersde ventilasie van woede (Louw 1999:489).

Depressiewe gevoelens en die moontlike psigologiese staat van depressie is die gevolg van 'n verlies aan bestemmingsbeantwoording (Louw 1999:471) en gewetenskaplike konflikte (Critelli 1978:164-170; Barnard 1994:281). Lyall (1995:85,86) voeg die psigologiese konflik van angs hierby. Die angs van betekenisloosheid en van veroordeling en die ervaring van skande (Mollon 2003:42-44).

2.9. Die verwerking van skuld en skande

Louw (1999:472) beklemtoon dat dit van wesenlike belang is dat die skuldgevoelens wat gepaard gaan met 'n realistiese, ewewigtige en toepaslike skuldbesef, in die pastoraat geïdentifiseer moet word. Skuldgevoelens is die barometer vir die skuldbesef in 'n mens. Indien die skuldgevoelens noukeurig vasgestel word, kan die toepaslike optrede in die pastorale begeleiding groot trefkrag hê. Dieselfde sal dan ook vir die ervaring van skandgevoelens as aanduiding van die bewussyn van skande, van toepassing wees (Kaufman & Raphael 1991:29; Hughes, Thompson & Terrell eds 2009:6). Dit is dus die pastoraat se verantwoordelikheid om akkurate waarnemings te doen van die skuld- en skandgevoelens van die persone wat pastoraal versorg moet word, omdat dit die effektiwiteit van die begeleiding sal bepaal (Kaufman 1989:215 verder; Malouff & Schutte 1998:3).

Louw (1999:472,473) sê verder dat skuldpastoraat die taak het om tussen ewewigtige en realistiese (toepaslike) skuld en skuldgevoelens, teenoor onewewigtige en ontoepaslike skuldgevoelens te onderskei. Weereens is dit ook van skande en skandgevoelens nodig. Daar moet seker gemaak word dat 'n patalogie nie betrokke is deurdat die skuld- en skandbewussyn geen verband toon met die skuld- en skandgevoelens nie.

‘n Duidelike verband tussen die aanleidende oorsaak en die gevoel is noodsaaklik. Alleen wanneer die skuld- en skandgevoelens ewewigtig en toepaslik is met die oortreding of sonde begaan, kan dit lei tot oplossende en konstruktiewe gedrag, omdat dit eg berouvol is vanweë die skuld- en skandbewussyn. Andersins is onewewigtige skuld- en skandgevoelens ontoepaslik omdat dit oordrewe gekonsentreer is op die gevoelswêreld wat angstoeestande verhoog en ‘n aanleidende faktor is in die ontwikkeling van ‘n negatiewe selfbeeld en persepsie van die omgewing. Hierdie tipe van gevoelsbelewing kan dikwels met negatiewe en selfdestruktiewe gedrag gepaard gaan. Dit lei ook tot die verlies aan kontak met die realiteit.

Tydens die hantering en verwerking van skuld- en skandgevoelens sal die persoon (in die geval van die studie – die predikant), en die pastorale begeleier seker maak van die toepaslikheid en die ewewigtige belewing van die verskillende emosies wat ervaar word.

Wanneer die ewewigtige aanpak van die ervaring van skuld, skande en die emosies daaraan verbonde ondersoek word, moet deeglik rekening gehou word met die komplekse aard van die menslike psige en gewete. Peterson (1982:5) verwys hierna deur die volgende funksies te beklemtoon.

- **Die beoordelende en aanklaende (beskuldigende) funksie**

Die gewete is die faktor wat ‘n mens na afloop van ‘n bepaalde gebeure tot selfondersoek dwing. Skuld- en skandgevoelens volg op die selfondersoekende en –beskuldigende funksie van die gewete.

- **Die morele funksie**

Die gewete dien as daaglikse gids en wegwysers vir lewenskeuses en gedrag. Morele en sedelike gedrag en konstruktiewe besluitneming is die gevolg.

- **Die gewete as geïntensifiseerde selfbewussyn**

‘n Mens se selfstruktuur en identiteit word deur die gewete mede bepaal. Die insig in eie uniekheid en fundamentele waardes word deur die gewete gevorm.

- **Die gewete as reflekteerder van die sosiale omgewing**

Die gewete is ‘n kopie vir die sosiale norme en waardes. Gewenste gedrag soos deur die gemeenskap bepaal, word deur die gewete geïnternaliseer.

- **Die gewete as dryfkrag vir verantwoordelike gedrag**

Wanneer die mens deur sy gewete sy ware identiteit ontdek, vorm dit deel van

die totstandkoming van 'n geestelik volwasse persoon wat verantwoordelikheid aanvaar vir sy gedrag en optrede.

- **Die gewete as geïnternaliseerde Godskennis of ook wysheid**

Die Heilige Gees werk deur die gewete van die mens. Die menslike gewete kan daarom sensitief word vir die inwerking van die Gees en die verlossingswerk van Christus.

Die menslike gewete dra dus by tot 'n verskerpte bewussynsvlak van skuld- en skandgevoelens. Dit bevestig ook God se teenwoordigheid in die praktyk van elke dag. Verder dra dit by tot die maak van gesonde keuses en die regstel van verkeerde optredes. Deur die gewete kan die konstruktiewe optrede van erkenning en belydenis tot stand kom en die negatiewe en destruktiewe optrede van ontkenning of onderdrukking aangespreek word. Die gewete is dus die dryfkrag wat reik na die krag van versoening en vergifnis, na die triomf van die goeie oor die kwaad. Die gewete word die dryfkrag na 'n nuwe lewe en lewenservaring. Dit soek 'n oplossing in die spanning tussen die negatiewe (kwaad) en die positiewe (goed) in die menslike lewe. So word die mens uitgedaag om nuut te leef en die vrugte te dra wat by die bekering pas en die gevolg is van die inwerking van die Heilige Gees.

Louw (1999:471) verduidelik dat daar in die hantering en verwerking van skuld- en skuldgevoelens, 'n onderskeid gemaak moet word tussen skuld enersyds en skuldgevoelens andersyds. Skuld as die besef van sonde in die lig van 'n duidelike norm wat oortree is, teenoor skuldgevoelens as subjektiewe reaksie rakende teleurstelling, skaamte, gevoelens van mislukking en selfveragting. Skuld raak dus die area van 'n normbesef en gewete (verantwoordelikheid), terwyl skuldgevoelens te doen het met selfbeeld en menslike emosie wat spyt en berou aandui. Skande en skandgevoelens moet in dieselfde mate van mekaar onderskei word, maar terselfertyd moet die verband deeglik in berekening gebring word.

2.10. Samevatting

Hierdie hoofstuk het die ontsluiting van die aard en funksie van die innerlike gevoelsbeleving van die mens nagegaan met die klem op die gevoelsbeleving van skuld en skande.

Anderson (1989:54) stel dit onomwonde dat ‘n teologie van emosies byna geheel ontbreek in die Sistematiese Teologie. Nie die Soteriologie, Christologie of Pneumatologie reken voldoende (indien enigsins) met die emosionele aard van die mens, wat geskape is na die beeld van God nie. Die verwysing na emosie binne die Hamartologie is negatief, aangesien dit beskou word as deel van die “ou mens”. Maar waarom word emosies verwaarloos in die sistematiese nadenke oor God en mens? Thomas Oden (1987:330) het hierdie vraag beantwoord deur bloot te sê dat die teologie geen belangstelling het in die gevoelslewe en emosionele response van gelowiges nie, maar dit eerder oorlaat aan die psigologie. “The empirical inquiry into religious feelings and the emotive life that proceeds from religious experience is a quite different subject area called psychology of religion (an important study, but it is not theology), the study of affective experience that emerges when persons are psychologically and interpersonally impacted by God or by religious symbols and communities.”

Daar was nog altyd die dichotomie in die teologie tussen geloof as ‘n intellektuele, verstandelike en rasonale greep van die objektiewe Woord van God, en die affektiewe elemente van geloof as ‘n ervaring van God en die self. Dit het tot ‘n verwringing van die verstaan van God gelei en ‘n onderdrukking van die emosionele beleving van geloof.

Pannenberg (1985:259) vra vir die erkenning van die emosionele gevoelslewe en die rol wat dit speel in die geloofslewe van ‘n mens. “...on the journey to God the affects are the feet that either leads us closer to God or carry us further from him; but without them we cannot travel the way at all.”

Daarom is dit uiters noodsaaklik dat die hand in kerklike boesem gesteek word sodat die volle implikasies van die gevoelsbeleving van predikante ten opsigte van die tughandeling, stawend op die tafel kan lê. Navorsing oor hierdie uiters sensitiewe onderwerp kan nie langer vermy word nie. Die pastorale begeleiding van predikante wat gebuk gaan onder die las van skuld en skande moet op die agenda geplaas word. Die Kerk sal verantwoordelikheid moet neem van haar pastorale taak en verantwoordelikheid teenoor die getugde predikant. Saam sal die wa deur die drif getrek moet word.

In die eerste plek is die basiese kenmerke van die menslike gevoelsbeleving verken. As werksdefinisie is gevoelsbeleving omskryf as ‘n innerlike bewuswording van ‘n bepaalde

gevoelstemming wat tot uiting kom en gekommunikeer word en wat 'n positiewe of negatiewe gevoelservaring insluit en waarby ander mense betrokke is.

Hierna is die ontwikkelingsgang van emosieteorie aangeteken en die spesifieke aard en funksie daarvan bespreek. Plutchik (1980) se model waar 'n emosie as 'n kettingreaksie gesien word en waarbinne dit dan 'n rol vervul, is gekies om die teoretiese raamwerk te verskaf vir die studie. Hierdie teorie is aangepas vanaf Lazarus (1968) en uitgebrei deur Oatley en Jenkins (1996). Hiervolgens is die doelrelevante benadering tot emosies ontwikkel. Die doel van 'n emosie is die hantering van die situasie wat as snellermeganisme gedien het en poog om 'n korreksie van die situasie. Die doelrelevante benadering tot emosie verduidelik daarom ook die positiewe en negatiewe funksie van die gevoelsbeleving.

Verder is die basiese kenmerke van emosies bespreek en 'n tipologie is voorgehou om die positiewe en negatiewe emosies te onderskei. Wilks (1998) se ondersoek wys op die tweesydigte aspek van emosies. Hiervolgens is skuld 'n gevoel wat gegrond is op die behoefte aan 'n egte selfbeeld sonder valsheid. Emosies funksioneer op 'n kontinuum van intensiteit en kan verbaal en nie-verbaal uitgedruk en gekommunikeer word.

Emosies is die katalisator vir gedragsmodifikasie en lei tot positiewe transformasie wanneer die persoon positief reageer op die gevoelsbeleving (Louw, 1982:435-438). Alle emosies – ook die aan die negatiewe kant van die spektrum – is aangeleer en is bedoel om 'n mens te help om beter te funksioneer en om sosiaal gemaklik in en aan te pas.

Die gevoelsbeleving van skuld is deeglik verken. Skuld word tweeledig verken as eksistensiële of egte skuld en neurotiese skuld. Eersgenoemdes is 'n suksesvolle verwerkings van skuld en laasgenoemde 'n negatiewe gedragsuiting. Skuldgevoelens het 'n positiewe en negatiewe aard en funksie. Positiewe skuldbeleving lei tot 'n regstelling van die verkeerde daad. Destruktiewe skuldbeleving daarenteen lei tot uiterste negatiewe gevolge.

Skande as gevoelsbeleving is ook deeglik bespreek. Skande word tweeledig verduidelik as diskresionêre skande en afbrekende skande. Skande, skaamte en oneer kan eweneens positief of negatief beoordeel word en die effek ook as sodanig. Skande het 'n dinamiek

waarmee deeglik rekening gehou moet word soos byvoorbeeld 'n afkeer van die self, minderwaardigheidsgevoelens, vrees vir verlatting, oneer, 'n beleving van gebrekkigheid, onvolkomendheid en defek en laastens 'n beleving van besoedeling en smet.

Verder is daar verskeie verdedigingsmeganismes wat werksaam kan wees tydens erge beleving van skande naamlik die strewe na perfeksonisme, selfregverdiging, manipulasie, blaamverskuiwing, martelaarskompleks, minagting, ontkenning, humor, onttrekking en isolasie en woede. Nie een van hierdie meganismes dra by tot die positiewe hantering van skandgevoelens nie.

Laastens is daarop gewys dat skuld en skande die twee kante van dieselfde muntstuk is. Lewis (1987) se beskouing plaas skuld en skande in 'n jukstaposisie. Hierdie emosies is verweef en ineengestrengel en tog kan hulle nie op dieselfde wyse hanteer en verwerk word nie.

Mense is per se emosionele wesens. Skuld en skande funksioneer positief en destruktief in talle lewens. Predikante is nie hiervan uitgesonder nie en tydens die tughandeling kan die destruktiewe hantering van hierdie skuldgevoelens 'n pad van verwoesting agterlaat (Magai & Mc Fadden 1996:311-312).

2.11. Sleutelstellings

Na aanleiding van die vrae soos gestel aan die begin van hierdie hoofstuk en die ondersoek daarna, word die volgende sleutelstellings gemaak:

Vraag 2(a) Hoe kan gevoelsbeleving of emosie gedefinieer word?

Sleutelstelling 2(a)

Emosie is die innerlike bewuswording van 'n bepaalde gevoelstemming wat tot uiting kom en gekommunikeer word en wat 'n positiewe en/of negatiewe gevoelservaring insluit waarby ander mense betrokke is.

Vraag 2(b) Wat is die basiese kenmerke van emosie?

Sleutelstelling 2(b)

Emosies is kompleks en moet in konteks verstaan word. Daar is verskillende tipe emosie en die intensiteitsvlak van beleving kan binne elke konteks en persoon verskil. Emosies word as negatief of positief beskou en daar is 'n verskuilde teenpool in elkeen aanwesig. Emosies word verbaal en nie-verbaal gekommunikeer en funksioneer as sneller vir gedragsmodifikasie.

Vraag 2(c) Wat is die algemene funksie van emosie?

Sleutelstelling 2(c)

'n Mens ervaar emosies wanneer 'n stimulusgebeure kognitief geïnterpreteer word. Hierdie gevoelsreaksie wat ontlok word, dien as sneller vir gedragsmodifikasie en het dus funksionele kwaliteite.

Vraag 2 (d) Wat is die eiesoortige oorsprong, indeling, aard en funksie van die emosie van skuld.

Sleutelstelling 2(d)

Skuldgevoelens is 'n pynlike, innerlike gevoel wat veroorsaak word deur die selfbewuswording van konflik tussen eie optrede en die voorafooreengekome morele en sedelike kode. Egte skuldgevoelens is 'n bitter en deurdringende gevoel wat 'n kontrolerende en regstellende funksie ten doel het.

Vraag 2(e) Wat is die eiesoortige oorsprong, indeling, aard en funksie van die gevoelsbeleving van skuld?

Sleutelstelling 2(e)

Skande is 'n innerlike bewuswording van minderwaardigheid as persoon wanneer gemeet aan ander. Dit is die beleving dat 'n mens nie voldoen aan die standaard wat gestel is nie.

‘n Mens kan voel dat jy van jou integriteit en waardigheid beroof is. Jy voel sleg, onaanvaarbaar, defek en verwerp. Diskresionêre skande en oneer is die gevoelsmeganisme waarmee mense hulself en ander beskerm en wat as norme en waardesisteem funksioneer voordat hulle handelend optree. Daarteenoor is afbrekende skande en oneer die pynlike disintegrasië wat volg op ‘n swak deurdagte optrede.

Vraag 2(f) Is daar enige verband tussen die emosie van skuld en die van skande?

Sleutelstelling 2(f)

Skuld en skande is onlosmaaklik aan mekaar verbind. Die oorsaak vir beide skuld- en skandgevoelens het as bron, die verbreking of oortreding van ‘n norm, reël of wet. Skuld is egter ‘n fenomenologiese saak en het te maak met ‘n gedragsoortreding van ‘n eie waardesisteem. Anders gestel: skuldgevoelens betrek ons gedagtes, gedrag en handeling. Skande, skaamte en oneer daarenteen is ‘n ontologiese saak en het te make met die persoon se identiteit en menswees. Saaklik gestel: skandgevoelens betrek ons persoon en identiteit. Daarom kan ons sê dat skuld gefokus is op die negatiewe gedrag. Skuldgevoelens oortuig ons dus van ons slegte gedrag. Gevoelens van skande fokus op die negatiewe van die persoon.

Vraag 2(g) Is daar enige ander emosie of psigologiese beleving wat direk verband hou met die gevoel van skuld en/of skande?

Sleutelstelling 2(g)

- Woede is ‘n direkte uitvloeisel van die emosie van skuld en veral van die gevoel van skande. Woede kom op verskillende maniere tot uiting en wissel in intensiteit. Dit kan as:
 - ‘n algemene vyandigheidsindheid beleef word,
 - as ‘n bitterheid wat deurdringend is, ervaar word,
 - as kroniese haatdraendheid beleef word,
 - of as eksplosiewe woede manifesteer.

Wanneer skuld, skande en woede oor 'n lang tyd ervaar word, is depressiewe gevoelens of 'n volskaalse depressie onafwendbaar.

Vraag 2(h) Hoe kan die emosies van skuld en skande verwerk word?

Sleutelstelling 2(h)

- In die eerste plek moet deeglik rekening gehou word met die verskil in die oorsprong, aard en funksie van die gevoelens van skuld en skande.
- Tweedens moet gepoog word om die negatiewe, destruktiewe en afbrekende aspekte van hierdie twee gevoelens te hanteer en te verwerk sodat die funksie 'n suksesvolle aanpassing sal wees wat uitloop op positiewe gedragsmodifikasie.
- Derdens sal daar reeds by die kognitiewe interpretasie van die belang van die gebeure wat aanleiding gee tot die gevoelens, die nodige begeleiding veronderstel word sodat die persoon nie in 'n onsuksesvolle, negatiewe spiraal verval tydens die hantering en verwerking van die emosies nie.
- Vierdens sal gefokus word op die gedrag wat 'n uitvloeisel is van die emosie en wat deur gedragsmodifikasie en kognitiewe begeleidingsinsette positief gestruktureer word.
- Vyfdens sal moontlike verdedigingsmeganismes vroegtydig geïdentifiseer word sodat dit nie 'n suksesvolle hantering van die emosies in die wiele sal ry nie.