UNIVERSITEIT VAN PRETORIA
UNIVERSITY OF PRETORIA
YUNIBESITHI YA PRETORIA

’n Ericksoniaanse benadering tot sandspelterapie vir deelnemers wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar

deur

D.A. DE VILLIERS

Voorgelê ter gedeeltelike vervulling van die vereistes vir die graad

Philosophiae Doctor (Opvoedkundige Sielkunde)

Departement Opvoedkundige Sielkunde
Fakulteit Onderwys
Universiteit van Pretoria

Studieleiers: Prof. Dr. J.G. Maree
Prof. Dr. L. Ebersöhn

2011

© University of Pretoria

ERKENNINGS

Hierdie studie was ’n persoonlike doelwit, maar ek het dit nooit alleen onderneem nie. Ek wil graag my opregte dank en waardering betuig teenoor die volgende persone:

- My Hemelse Vader, vir U onbegrensde genade.
- My studieleier, Prof. Dr. Kobus Maree. As ’n resultaat van u bekwame leiding was my studie meer as waarvoor ek ooit kon hoop. Ek waardeer die geleenthede wat u geskep het wat aanleiding gegee het tot insig en begrip. Deur u geduld en deernis kon ek volhard, selfs wanneer die opdraende net te styl voorgekom het.
- My studieleier, Prof. Dr. Liesel Ebersöhn. U raad en insette op kritieke tye het tot deurbrake gelei en dit was ’n voorreg om saam met u te werk.
- Die Universiteit van Pretoria, vir finansiële steun.
- Delene Slabbert, wat as kritiese leser, en tegniese en taalversorger opgetree het. Jou oneindige geduld en herhaalde lees van die teks het soveel druk van my afgehaal. Ons verhouding het professioneel begin, maar jy is nou ’n gekoesterde vriendin.
- Isabel Claassen, vir die taalversorging van die studie.
- Marencia Odendaal, vir die datakontrolering. Vir jou professionaliteit in die sielkunde beroep en die ywer waarmee jy die data gekontroleer het, het ek net die hoogste waardering en agting.
- René. Dankie dat jy altyd daar is.
- My familie en vriende wat my vordering fyn dopgehou het en met konstante aanmoediging die proses vergemaklik het wanneer ek moedeloos was.
- My skoonmoeder, sonder wie ek nooit hierdie pad sou begin het nie. Ma is net die heel beste en ek is baie lief vir ma.
- My ouers, vir wie geen opoffering nog ooit te groot was nie. Julle het my nog altyd onvoorwaardelik ondersteun in elke doelwit wat ek vir myself gestel het.
- My man Louis en ons kinders Hugo en Eric. Julle is altyd daar vir my en ondersteun my in elke taak en doelwit. Ek besef hoeveel julle moes opoffer en ek het julle oneindig lief – julle is alles vir my!

… • …

OPSOMMING

'n Ericksoniaanse benadering tot sandspelterapie vir deelnemers wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar

Deur

D.A. DE VILLIERS

STUDIELEIERS: Prof. Dr. J.G. Maree

Prof. Dr. L. Ebersöhn

GRAAD: Philosophiae Doctor (Opvoedkundige Sielkunde)

DEPARTEMENT: Opvoedkundige Sielkunde

Die doel van hierdie studie is om te verken of die Ericksoniaanse terapie-benadering met sandspelterapie gekombineer kan word om kinders en adolessente wat depressiewe gedrag toon, te ondersteun. Die studie is uitgevoer deur middel van gevallestudies waar kinders en adolessente wat depressiewe gedrag toon, ondersteun is deur middel van die Ericksoniaanse benadering tot sandspelterapie.

Die motivering vir hierdie studie hou verband met jarelange interaksie met kinders wat emosionele ontwikkelingsteurnisse ervaar het wat beperkend was met betrekking tot die bereiking van hul volle potensiaal. Ek wou dus ondersoek instel na die moontlikheid om die Ericksoniaanse terapie-benadering met sandspelterapie te kombineer in die behandeling van kinders en adolessente wat depressiewe gedrag toon. My navorsing was daarop gerig om 'n moontlike

kennisbydrae te lewer tot die gebruik van die gekombineerde benadering met kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.

'n Teoretiese raamwerk is gebruik wat uit verskillende teorieë bestaan het as 'n lens waardeur ek data geanaliseer en interpreteer het. Die ekologiese teorie, sisteemteorie en transteoretiese model is tydens die studie as teoretiese raamwerk bespreek. 'n Intervensiestudie gekombineer met 'n gevalstudie as navorsingsontwerp is tydens my studie gebruik. Ek het kwalitatiewe data-insamelingstegnieke in die onderhawige studie geïmplementeer ten einde die navorsingsprobleem en bevindinge deurtastend te ondersoek en te beskryf. Die data-analisestrategieë wat in die studie geïmlementeer was, berus op Creswell (2003) en Creswell (2005) se benaderings (Sien bl. 109).

In antwoord op my primêre navorsingsvraag, het ek tot die gevolgtrekking gekom dat die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie wel van waarde mag wees vir sommige kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.

SUMMARY

An Ericksonian method to sandplay therapy for children and adolescents with depression as developmental disorder

By

D.A. DE VILLIERS

SUPERVISORS: Prof. Dr. J.G. Maree

Prof. Dr. L. Ebersöhn

DEGREE: Philosophiae Doctor (Educational Psychology)

DEPARTMENT: Educational Psychology

The aim of this study was to investigate the possibility of combining the Ericksonian method with sandplay therapy to support children and adolescents with depression as developmental disorder. The aforementioned was executed by examining case studies in which children and adolescents that showed depression was supported by the Ericksonian method to sandplay therapy.

This study was motivated by the researcher's interaction with children that showed emotional developmental disorders and where these developmental disorders delayed the attainment of their potential. One of the reasons for my research was the potential contribution of knowledge towards the use of the combined method with children and adolescents whom experience depression as developmental disorder.

The echological theory, systems theory and transtheoretical model was used as theoretical framework for my study. I made use of an intervention study

combined with a case study during the research. In order to investigate and describe the research problem and findings I implemented qualitative data-collection strategies.

SLEUTELWOORDE

Ericksoniaanse benadering	Ericksonian approach
Sandspelterapie	Sandplay therapy
Kind	Child
Adolessent	Adolescent
Ontwikkelingsteurnis	Developmental disorder
Depressie	Depression

INHOUDSOPGAWE

ERKENNINGS i

OPSOMMING ii

SUMMARY iii

SLEUTELWOORDE iv

LYS VAN TABELLE xiii

LYS VAN FIGURE xiv

LYS VAN BYLAE xv

HOOFSTUK 1: INLEIDENDE ORIëNTERING TOT DIE STUDIE 1

1.1 INLEIDING 1

1.2 RASIONAAL VIR DIE STUDIE 4

1.2.1 Toename in depressie by kinders en adolessente.....5

1.2.2 Eie ervaring met kinders en adolessente met ontwikkelingsteurnisse 7

1.2.3 Enkele hanteringswyses vir kinders en adolessente met blyke van depressiewe gedrag 7

1.3 PROBLEEMSTELLING 8

1.4 DOELSTELLING 9

1.5 POTENSIËLE BYDRAE VAN DIE NAVORSINGSTUDIE 11

1.6 BEGRIPVERHELDERING.....12

1.6.1 Die Ericksoniaanse benadering 12

1.6.2 Sandspelterapie.....13

1.6.3 Die kind 14

1.6.4 Die adolessent.....14

1.6.5 Depressie 15

1.7 TEORETIESE RAAMWERK.....18

1.8 PARADIGMATIESE PERSPEKTIEF OP DIE NAVORSINGSPROSES 18

1.9 NAVORSINGSONTWERP 18

1.9.1 Intervensiestudie 19

1.9.2 Gevalstudie 19

1.10 NAVORSINGSMETODOLOGIE.....19

1.10.1 Data-insamelingstegnieke 19

1.10.2 Data-analisetegnieke 19

1.11 KRITERIA vir KWALITEITSVERSEKERING 20

1.12 PLEK VAN NAVORSING 20

1.13 ETIESE OORWEGINGS, BEPERKINGE EN BETEKENISVOLHEID VAN DIE STUDIE 20

1.14 UITEENSETTING VAN HOOFSTUKKE 20

HOOFSTUK 2: LITERATUUROORSIG 22

2.1 INLEIDING 22

2.1.1 Eerste beweging: Sigmund Freud 23

2.1.2 Tweede beweging: Behaviorisme 24

2.1.3 Derde beweging 25

2.1.4 Samevatting 25

2.2 DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE 26

2.2.1 Agtergrondinligting 27

2.2.2 Teoretiese begronding 28

2.2.3 Kritiek oor die Ericksoniaanse benadering tot terapie 45

2.3 SANDSPELTERAPIE 49

2.3.1 Agtergrondinligting 49

2.4 ENKELE RAAK- EN VERSKILPUNTE TUSSEN DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE EN SANDSPELTERAPIE 56

2.4.1 Ooreenkomste tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie 57

2.4.2 Verskille tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie 60

2.5 DEPRESSIEWE GEDRAG BY KINDERS EN ADOLESSENTE 61

2.5.1 Inleiding 61

2.5.2 Samevatting van die siening van sekere navorsers rakende major depressie 62

2.5.3 Terapeutiese ingrepe 63

2.6 SAMEVATTING 67

HOOFSTUK 3: TEORETIESE RAAMWERK 69

3.1 INLEIDING 69

3.2 TEORETIESE EN KONSEPTUELE RAAMWERK 69

3.1 Teoretiese raamwerk 69

3.2.1 Metateoretiese aannames 70

3.2.2 Teoretiese aannames 70

3.3 KONSEPTUELE RAAMWERK 70

3.4 EKOSISTEMIESE TEORIE 70

3.4.1 Ekologiese teorie 71

3.4.2 Samevatting: ekologiese teorie 73

3.5 SISTEEMTEORIE 74

3.5.1 Doelwitte en waardes van die sisteem 74

3.5.2 Subsisteme binne die sisteem 75

3.5.3 Rolle binne die sisteem 75

3.5.4 Grense 76

3.5.5 Tyd en ontwikkeling 76

3.5.6 Die belangrikheid van die sisteemteorie vir my navorsing 77

3.5.7 Verband tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie en die ekosistemiese teorie 80

3.5.8 Samevatting en betekenisvolheid van die ekosistemiese teorie 82

3.6 DIE TRANSTEORETIESE MODEL 83

3.6.1 Inleiding 83

3.6.2 Die stappe van die transteoretiese model 83

3.6.3 Kritiek teenoor die transteoretiese model (Prochaska & Norcross, 2007) 94

3.7 SAMEVATTING 96

HOOFSTUK 4: DIE NAVORSINGSPROSES 97

4.1 INLEIDING 97

4.2 PARADIGMATIESE PERSPEKTIEF OP DIE NAVORSINGSPROSES 97

4.2.1 Kwalitatief-interpretivistiese paradigma 98

4.2.2 Interpretivistiese paradigma 98

4.2.3 Kwalitatiewe navorsing 100

4.3 NAVORSINGSONTWERP 101

4.3.1 Algemeen 101

4.3.2 Gevalstudie 101

4.4 NAVORSINGSMETODOLOGIE 103

4.4.1 Steekproef 103

4.4.2 Data-insamelingstegnieke 105

4.4.3 Data-analise en -interpretasie 107

4.5 KRITERIA VIR KWALITEITBEHEER 109

4.5.1 Geldigheid 109

4.5.2 Vertroubaarheid 109

4.5.3 Ander kriteria vir kwaliteitbeheer 109

4.5.4 Strategieë vir kwaliteitbeheer en betroubaarheid 112

4.5.5 Interne en eksterne geldigheidsoorwegings 112

4.6 ROL VAN DIE NAVORSER 114

4.7 ETIESE MAATREËLS 115

4.7.1 Verkryging van ingeligte toestemming 115

4.7.2 Beskerming teen skade/leed (*harm*) 116

4.7.3 Privaatheid, vertroulikheid en anonimiteit 117

4.7.4 Voordele van die beoogde navorsing 117

4.8 POTENSIËLE BETEKENISVOLHEID VAN DIE STUDIE 117

4.9 VOORSIENE PROBLEME 118

4.10 SAMEVATTING 118

HOOFSTUK 5: BEVINDINGS EN BESPREKING 120

5. 1 INLEIDING 120

5. 2 AGTERGROND VAN DIE DEELNEMERS 120

5. 3 RESULTATE VAN DIE DATA-ANALISE 122

5.3.1 Volledige bespreking van die data-analise 125

5.4 SAMEVATTING 190

HOOFSTUK 6: SAMEVATTING EN AANBEVELINGS 192

6.1 INLEIDING 192

6.2 OORSIG VAN DIE STUDIE 192

6.2.1 Navorsingsdoel en -vrae 192

6.2.2 Opsomming van hoofstukke 193

6.3 BEPERKINGS VAN DIE STUDIE 194

6.4 ETIESE OORWEGINGS 195

6.5 OPSOMMING VAN RESULTATE (BEVINDINGE) 196

6.5.1 Tema 1 en subtema 1.1: Deelnemers se belewing van die storievertel-momente 196

6.5.2 Tema 1 en subtema 1.2: Deelnemers se belewing van die sandspel-momente 196

6.5.3 Tema 2 en subtema 2.1: Deelnemers se verklaring en begrip van die storievertel-momente 197

6.5.4 Tema 2 en subtema 2.2: Deelnemers se verklaring en begrip van die sandspel-momente 197

6.5.5 Tema 3 en subtema 3.1: Vordering in deelnemers se lewens. 198

6.5.6 Tema 3 en subtema 3.2: Deelnemers se aanvaarding van hul omstandighede 198

6.5.7 Tema 4 en subtema 4.1: Positiewe reaksie van deelnemers op gekombineerde benadering tot terapie 199

6.6 BEANTWOORDING VAN DIE NAVORSINGSVRAE 200

6.7 MOONTLIKE BYDRAE VAN DIE STUDIE 204

6.8 AANBEVELINGS 205

6.8.1 Aanbevelings vir praktyk 205

6.8.2 Aanbevelings vir verdere navorsing.....206

6.8.3 Aanbevelings vir verdere opleiding.....206

6.9 REFLEKTIEWE OPMERKINGS OOR MY NAVORSINGSMETODOLOGIE.....207

6.10 SAMEVATTING.....208

BIBLIOGRAFIE 206

BYLAE 232

LYS VAN TABELLE

Tabel 2.1: Vroeë geskiedkundige mylpale en die behandeling van emosionele ontwikkelingsteurnisse by kinders en adolessente 22

Tabel 2.2: Voordele en moontlike beperkings van sandspel in terapie..... 54

Tabel 2.3: Ooreenkomste tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie 58

Tabel 2.4: Verskille tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie 60

Tabel 3.1: Verband tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie en die ekosistemiese teorie 81

Tabel 4.1: Samevattende skema van die interpretivistiese perspektief, navorsingstrategieë en data-insamelingstegnieke..... 101

Tabel 4.2: Data-insamelingstegnieke en dokumenteringswyse..... 106

Tabel 4.3: Die verband tussen navorsingsvrae en data-insamelingstegnieke.... 107

Tabel 4.4: Uiteensetting van data-analisestrategieë..... 108

Tabel 4.5: Strategieë vir kwaliteitbeheer en betroubaarheid van die studie .112

Tabel 4.6: Faktore wat die interne geldigheid van die studie kon bedreig 113

Tabel 4.7: Faktore wat die eksterne geldigheid van die studie kan bedreig .113

Tabel 5.1: Agtergrondinligting oor die ses deelnemers aan die studie 121

Tabel 5.2: Opsomming van temas en subtemas wat geblyk het uit die in-diepte-analise van verbatim transkripsies van elke individuele terapeutiese ingreep..... 123

Tabel 5.3: Opsomming van hindernisse 129

Tabel 5.4: Motivering van deelnemers om aan storievertelling te bly deelneem 133

Tabel 5.5: Belewing van veilige plek 138

Tabel 5.6: Storievertel-momente van latere sessies.....143

Tabel 5.7: Deelnemer se belewenis van sandspel-momente 154

Tabel 5.8: Deelnemers se verklaring en begrip van die storievertel-momente... 161

Tabel 5.9: Impak van die sandspelterapie op deelnemers se begrip van terapeutiese metafore.....173

Tabel 5.10: Deelnemers wat vordering gemaak het in terapie 178

Tabel 5.11: Deelnemers se aanvaarding van probleme wat beleef is 181

Tabel 5.12: Positiewe reaksies van deelnemers op die gekombineerde benadering tot terapie.....186

Tabel 5.13: Negatiewe reaksie van deelnemers op die gekombineerde benadering tot terapie.....190

LYS VAN FIGURE

Figuur 3.1: Die invloed van Sisteemteorie op die individu 76

Figuur 3.2: Integrasie tussen stadia van verandering en prosesse van verandering 89

Figuur 5.1: Drie fases van die terapeutiese metafoor gedurende storievertelling 137

LYS VAN BYLAE

Bylaag A: Deelnemers se agtergrondinligting, onderhoude en terapeutiese ingrepe 233

Bylaag B: Terapeutiese stories.....325

Bylaag C: Etiese klaringsertifikaat 411

Bylaag D: Skriftelike toestemming van deelnemers en hul ouers 412

Bylaag E: Verklaring van oorspronklikheid 420

HOOFSTUK 1: INLEIDENDE ORIëNTERING TOT DIE STUDIE

1.1 INLEIDING

Uit 'n verklaring van die Wêreldgesondheidsorganisasie (WGO) blyk dit dat depressie een van die ernstigste probleme is waarmee die mens wêreldwyd in die nuwe millennium te kampe het (Murray & Lopez, 1997). Depressie kan op hartsiektes, kanker en verkeersongelukke volg, en is 'n toestand wat 'n vernietigende uitwerking op al hoe meer individue uitoefen (Yapko, 2011).

Volgens Kohen en Murray (in Yapko, 2006) ly 2% kinders en 4 tot 8% adolessente aan Major Depressiewe Versteuring (MDD). Die WGO voorspel dat depressie teen 2020 so wyd sal voorkom dat dit die tweede algemeenste oorsaak van menslike lyding sal wees (Murray & Lopez, 1997).

Kinders en adolessente toon dieselfde depressiewe simptome as volwassenes (Hepworth, Rooney, Rooney, Strom-Gottfried & Larsen, 2009). Na aanleiding van hierdie skrywers is selfmoord 'n ernstige risikofaktor wanneer kinders en adolessente depressiewe simptome toon. Volgens die WGO poog 500 000 jongmense tussen die ouderdomme van 15 en 24 jaar jaarliks om selfmoord te pleeg, en ongeveer 5 000 kinders en jongmense tussen die ouderdomme van 5 en 24 jaar slaag weliswaar daarin (WGO 2008). Selfmoord is die derde vernaamste rede vir die dood van adolessente tussen die ouderdom van 15 tot 24 jaar (WGO, 2008).

Depressie sal waarskynlik nooit ten volle verstaan word nie (O'Conner, 1999). Volgens hierdie outeur is daar oor die jare heen uitgebreide teorieë met betrekking tot depressie ontwikkel, en verskeie benaderings het al die veld oorheers, net om na 'n tydperk op grond van weersprekende bevindinge verwerp te word. Die probleem is dat hierdie teorieë gewoonlik daarop gerig is om die verskynsel vanuit 'n enkele verwysingsraamwerk te verduidelik.

Daar is byvoorbeeld al klem gelê op die invloed van die onderbewuste, die brein en die brein se chemie, kognitiewe depressie, familie-interaksie, en so meer. In hierdie

verband merk O'Conner (1999) op dat depressie die mens in haar[1] totaliteit beïnvloed. Dit is enersyds toe te skryf aan 'n persoon se genetiese erfmateriaal en andersyds aan aspekte soos ondervindings uit haar kinderdae, denkpatrone en die hantering van emosies.

Die kompleksiteit van die fenomeen is egter nie net in die uiteenlopende, teoretiese benaderings ten opsigte daarvan geleë nie, maar raak ook die behandeling van die fenomeen. Vanuit 'n mediese benadering word toenemend geld aan navorsing bestee om meer doelftreffende medikasie vir depressie te ontwikkel. In die Verenigde State van Amerika (VSA) word 75% van die wêreld se Prozac ('n bekende antidepressant) verbruik, en biljoene dollars word jaarliks aan soortgelyke middels bestee. Desnieteenstaande styg die voorkoms van depressie teen 'n onrusbarende tempo (Yapko, 2006).

Yapko (1989) bevraagteken die reaksie van die *National Institute of Mental Health* (NIMH), die toonaangewende beleidsvormers ten opsigte van gesondheid in die VSA. Volgens Yapko word mense net oor die 'siekte' (depressie) ingelig, en word navorsing met betrekking tot beter medikasie toenemend befonds.

In Suid-Afrika is die neiging om wêreldtendense te volg, eerder as om 'n eie, unieke benadering tot die probleem te ontwikkel. Deur slegs navorsing oor medikasie te befonds, hou nie rekening met bevindinge dat die bydraende oorsake van depressie nie net fisies is nie, maar ook sielkundig en sosiaal van aard kan wees (Barlow & Durand, 1995; Schaffer, 1999; Sternberg, 1995; Wicks-Nelson & Israel, 2000). Indien farmaseutiese firmas slegs navorsing oor medikasie befonds, kan dit daarop dui dat daar nie rekening gehou word met bevindinge dat die bydraende oorsake van depressie nie net fisies is nie, maar ook sielkundig en sosiaal van aard kan wees (Barlow & Durand, 1995; Schaffer, 1999; Sternberg, 1995; Wicks-Nelson & Israel, 2000). Hierdie komplekse faktore is egter moeiliker om na te vors en kan ook nie so

[1] Hoewel die vroulike vorm in hierdie studie deurgaans gebruik word, word beide die manlike en die vroulike vorm bedoel.

eenvoudig beskryf word as benaderings wat aanvoer dat depressie in mense se gene geleë is, of oorwegend met neurosenders te doen het nie.

Hoewel medikasie 'n rol by die behandeling van depressie vervul, is dit onverantwoordelik om dit aan die publiek voor te hou as die enigste moontlike oplossing vir die probleem. Steun op medikasie, met die uitsluiting van psigoterapeutiese benaderings kan op 'n passiewe instelling dui, wat volgens Yapko (2001) groot skade kan aanrig. Ek is geneig om saam met Yapko se stelling te stem dat 'n kombinasie van die twee benaderings in sommige gevalle meer effektief kan wees. Gotlib en Hammen (2009:331) sluit hierby aan:

> *It should be recalled that relatively few depressions' onset is endogenously in the absence of personally significant life difficulties. Consequently, while medications might be useful to reduce the depression which itself is debilitating, they have little effect on the underlying depressive circumstance. Interestingly, despite their general effectiveness with adults, anti-depressant medications for youngsters does not appear to be consistently useful.*

Die doel van hierdie proefskrif is om die moontlike waarde van psigoterapie vanuit 'n Ericksoniaanse benadering, gekombineer met sandspelterapie, in die behandeling van depressie by kinders en adolessente te ondersoek. Die benadering wat hierin gevolg word is veral volgens Yapko (2001) op die volgende bevinding gebaseer, naamlik dat *"Depressed individuals generally fare better in psychotherapy than they do in drug treatment".*

Ten opsigte van die psigoterapeutiese behandeling van depressie bestaan daar ook uiteenlopende benaderings, en sowel kenners as leke verskil oor moontlike wyses om hierdie uitdaging te hanteer (Barlow & Durand, 1995; Egan, 1998; Maree, 2007; Pervin & John, 1997; Westen, 1992; Wicks-Nelson & Israel, 2000). Verskillende terapeutiese benaderings en tegnieke word met 'n wisselende mate van sukses geïmplementeer om ontwikkelingsteurnisse soos depressie veral by kinders te hanteer.

Wêreldwyd het daar die afgelope 50 jaar veral drie paradigmatiese bewegings of golwe (*waves*) rakende moontlike terapeutiese benaderings ontstaan. Ek verwys hier

slegs oorsigtelik na die onderskeie bewegings, aangesien 'n vollediger bespreking onder die voorlopige literatuurstudie volg.

Die werk van Freud het die eerste beweging ingelei. Dit het gefokus op patologie en terapeutiese strategieë en was op psigodinamiese teorieë gebaseer.

Die fokus van die tweede beweging – waar gedragsterapie, kognitiewe benaderings en gesinsterapie voorkeur geniet het – was op die *hede*, en verskuilde betekenisse is in 'n mate geïgnoreer. Hoewel terapeute as *kenners* gereken is, is kliënte nie as 'siek' beskou nie (O'Hanlon, 1994).

Die derde beweging het in die tagtigerjare begin en behels verskillende vorme van bekwaamheidsgebaseerde terapieë (*competency-based therapies*), met die aanname dat oplossings in die kliënt self en in haar sosiale netwerk gesetel was (O'Hanlon, 1994).

Die klem in hierdie studie rus op die Ericksoniaanse benadering en sandspelterapie ten opsigte van kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar. Die vraag blyk derhalwe gepas te wees om te vra waar dit in die onderskeie bewegings van terapeutiese benaderings tot depressie geplaas kan word.

Myns insiens pas sowel Erickson se benadering as sandspelterapie goed in by die derde beweging, omdat daar in beide benaderings gepoog word om die kliënt se bates en selfgegenereerde oplossings te mobiliseer. Om hierdie rede wil ek enersyds die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie vir kinders en adolessente wat depressiesimptome openbaar wetenskaplik verantwoord, en andersyds probeer verseker dat so 'n werkswyse wel in pas is met die derde beweging, wat kontemporêre benaderings tot psigoterapie vervat. Ek verhelder die motivering vir so 'n werkswyse deur die rasionaal vir die studie.

1.2 RASIONAAL VIR DIE STUDIE

In die volgende bespreking word die rasionaal vir die studie verskaf. Die betekenis van enige studie word gewoonlik verwoord in terme van die bydrae daarvan om die

praktyk te verbeter of om die kennisbasis te verryk ten opsigte van die onderwerp wat nagevors word (Vithal & Jansen, 2002). My belangstelling in die onderwerp is geprikkel deur my beperkte ervaring as terapeut, en my waarneming van die toename in kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar. Op grond hiervan is ek oortuig dat die navorsing onderneem behoort te word.

Bogenoemde aspekte bespreek ek met verwysing na 'n toename in depressie by kinders en adolessente, asook my eie ervarings in hierdie verband. Daarop volg 'n oorsigtelike bespreking van enkele hanteringswyses van kinders en adolessente wat blyke van depressiewe gedrag toon. In hierdie besprekings word sommige kennistekorte in die huidige benaderings aangedui as 'n agtergrond vir die moontlike bydrae van my navorsing ten opsigte van, onder andere, terapeutiese benaderings vir die behandeling van sodanige kinders of adolessente.

1.2.1 Toename in depressie by kinders en adolessente

Ten opsigte van depressie by kinders merk Bandura, Pastorelli, Barbaranelli en Caprara (1999:258) die volgende op:

> *Childhood depression is a matter of major concern because of its prevalence and impairment of functioning. Moreover, it often is not a transient phenomenon that children outgrow. Depressive episodes are recurrent if the contributing factors remain unabated.*

Tot redelik onlangs is depressie by kinders en adolessente as so onwaarskynlik gesien dat daar geen vasgestelde diagnostiese kriteria beskikbaar was waarvolgens 'n formele klassifikasie van depressie by kinders of adolessente onderneem kon word nie (Beckam & Leber, 1995; Kohen & Murray, 2006). Hierdie outeurs beklemtoon dat die persepsie vroeër bestaan het dat kinders nie depressie kan ervaar nie omdat depressie as 'n versteuring beskou is wat ten beste aan die hand van die psigodinamiese vertrekpunt verklaar kan word, en boonop slegs met die psigososiale ontwikkelingsvlak van volwassenes verband hou (Kohen & Murray, 2006).

Daar is weinig langtermynstudies ten opsigte van depressie by kinders en adolessente en hul reaksie op kliniese ingrepe (Kohen & Murray, 2006). Die

behandeling wat aan kinders en adolessente gebied word is min of meer dieselfde as dié vir volwassenes, met enkele aanpassings na gelang van die ouderdom van die kind of adolessent.

Die vraag of depressie wel by kinders en adolessente op dieselfde wyse hanteer behoort te word as by volwassenes, is om verskeie redes steeds 'n twispunt, naamlik:

- Regerings waarsku dat adolessente se gebruik van antidepressante moontlik tot selfmoordneigings kan bydra
- Vrae oor die effektiwiteit van antidepressante vir jongmense (Barlow & Durand, 1995; Egan, 1998; Pervin & John, 1997; Westen, 1992; Wicks-Nelson & Israel, 2000).

Die eerste aspek ontlok die vraag of 'n depressiewe adolessent nie in elk geval tot selfmoord geneig kan wees nie. Bogenoemde outeurs beklemtoon ook die volgende redes waarom depressie by kinders en adolessente wel nagevors en behandel behoort te word:

- Epidemiologiese bewyse dat die voorkoms van depressie by kinders en adolessente aan die toeneem is
- Die besef dat depressie by kinders en adolessente tot depressie in hul volwasse lewe kan lei. Dit kan ook die begin van ander versteurings, soos angsversteurings wees.

Met inagneming van bogenoemde aspekte stel ek dat my navorsing gepas kan wees omdat ek nie op medikasie as behandelingstrategie vir depressie fokus nie, maar dat ek juis 'n psigoterapeutiese benadering – spesifiek vir kinders en adolessente – wil ontwikkel.

1.2.2 Eie ervaring met kinders en adolessente met ontwikkelingsteurnisse

My ervaring as sielkundige by 'n skool vir kinders met epilepsie en spesifieke leerhindernisse, asook in 'n privaatpraktyk, bevestig[2] dat ontwikkelingsteurnisse toeneem by die groepe kinders waarmee ek werk. Hierdie steurnisse beperk hulle vermoë om hul volle potensiaal te bereik. Die hoë frekwensie van verwysing na 'kinderdepressie' wat tydens gesprekke met onderwysers en in aanmeldings by die skool asook in my privaatpraktyk aan die lig gekom het, bevestig dat depressie as ontwikkelingsteurnis by kinders en adolessente betreklik algemeen voorkom, en behandel behoort te word, as gevolg van die potensiële negatiewe uitwerking daarvan op die optimale ontwikkeling van individue.

Om hierdie rede is dit nodig om kortliks by toepaslike ingrepe stil te staan, aangesien daar volgens die literatuur reeds verskeie terapeutiese prosesse vir die hantering van depressiewe gedrag by kinders en adolessente bestaan soos reeds in die bespreking oor die verskillende bewegings geïmpliseer is.

1.2.3 Enkele hanteringswyses vir kinders en adolessente met blyke van depressiewe gedrag

My oorweging van sandspelterapie in kombinasie met Erickson se benadering is gegrond op die aspekte van storievertelling wat eie is aan beide benaderings, aangesien ek in my interaksie met kinders en adolessente met ontwikkelingsteurnisse gevind het dat hulle met moeite hul gevoelens en situasies verwoord. Tydens storievertelling was dit egter duidelik dat hulle hul diepste gevoelens makliker kon uitdruk as wanneer ek nie storievertelling met my terapie geïntegreer het nie.

Sandspel het ook ontspanne deelname van die kinders ontlok. Sandspelterapie bied onder meer die volgende tweeledige voordeel:

- Kliënte ervaar dit gewoonlik nie as bedreigend nie.

[2] Ek is deeglik bewus daarvan dat my ervaring beperk is en dat die 'steekproef' waarvan hier implisiet sprake is, uiters sydig is. My oogmerk met hierdie opmerking is om die rasionaal vir my studie aan bod te bring.

- Dit is nie vir kliënte nodig om hul gedagtes en gevoelens te verbaliseer nie aangesien hulle deur middel van die sand uitdrukking daaraan kan gee.

Verskeie skrywers bevestig die waarde van die inkorporering van storievertelling in terapie (Bellak & Abrams, 1997; Brandell, 2000; Sunderland, 2004; Teglasi, 2001). Kinders vertel en luister graag na stories. Brandell (2000) beklemtoon die kreatiewe wyse waarop kinders narratief hul eie lewens deur middel van verhale vergestalt. Brandell (2001:1) noem in die verband verder:

> *Few adolescents and even fewer children express interest in discussing their wishes or intrapsychic conflicts, nor are most very receptive to this idea.*

Ek identifiseer sterk met hierdie siening van Brandell. As gevolg van die genoemde beperkinge in terapie wil ek die moontlikheid ondersoek of die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie 'n geskikte terapeutiese tegniek vir die hantering van depressie as emosionele ontwikkelingsteurnis kan wees, veral omdat storievertelling hiermee vervleg kan word.

Moontlike hanteringswyses van kinders en adolessente wat blyke van depressiewe gedrag openbaar sluit in kognitiewe terapie, gedrags-modifikasietegnieke asook interpersoonlike psigoterapie. Hoewel dit uit die literatuur blyk dat al drie hierdie tipes terapie suksesvol kan wees (Berlinger, 2005; O'Connor, 1999; Prendergast, 2006; Sternberg, 1995; Yapko, 1997), wil ek die moontlikheid ondersoek om die Ericksoniaanse terapiebenadering met sandspelterapie te kombineer in die behandeling van kinders en adosessente wat depressiewe gedrag toon.

1.3 PROBLEEMSTELLING

Teen die agtergrond van die voorafgaande bespreking formuleer ek die probleemstelling vir hierdie navorsing as volg:

Wat is die moontlike waarde van die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar?

Verskeie subtemas vloei voort uit bogenoemde probleemstelling en sal aan die hand van die volgende vrae ondersoek word:

- Wat is die aard van die Ericksoniaanse benadering tot sandspelterapie?
- Wat is die moontlike impak van die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie op kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis toon?
- Op watter wyse kan die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie as terapeutiese medium toegepas word tydens terapie aan kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis toon?
- Watter implikasies hou die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie vir sielkundiges in ten opsigte van praktykstigting?
- In watter mate kan die studie tot die uitbou van bestaande teoretiese insigte in die Opvoedkundige Sielkunde bydra rakende die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie as terapeutiese medium, tydens terapie aan kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis toon?
- In watter mate is sandspelterapie moontlik ’n nadeel wanneer dit met Ericksoniaanse terapie gekombineer word as ’n terapeutiese hulpmiddel vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar?
- Bestaan daar ’n moontlikheid dat die gebruik van die sandspelterapie na die Ericksoniaanse benadering tot terapie daartoe kan lei dat die deelnemer die dieper betekenis van die terapeutiese metafoor wat gedurende die Ericksoniaanse benadering tot terapie vertel word kan snap en ’n brug kan bou tussen die terapeutiese metafoor en ’n persoonlike verbintenis met hierdie metafoor?

1.4 DOELSTELLING

Die doelwitte met die studie word in ooreenstemming met die gestelde probleem geformuleer. Die oorkoepelende doelwit is om die moontlike waarde van die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar te ondersoek.

Die subdoelwitte van die studie behels die volgende:

- Ondersoek die aard van die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie.
- Ondersoek die moontlike impak van die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie op kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis toon.
- Ondersoek op watter wyse die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie as terapeutiese medium toegepas kan word.
- Bepaal op watter wyse die studie kan bydra tot die uitbou van bestaande teoretiese insigte rakende die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie as terapeutiese medium tydens terapie aan kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis toon.
- Bepaal watter implikasies die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie vir sielkundiges ten opsigte van praktykstigting inhou.
- Bepaal op watter wyse die Ericksoniaanse benadering tot terapie in kombinasie met sandspelterapie ’n nadeel kan wees wanneer die twee gekombineer word as ’n terapeutiese hulpmiddel vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.
- Bepaal in watter mate sandspelterapie moontlik ’n nadeel kan wees wanneer dit met Ericksoniaanse terapie gekombineer word as ’n terapeutiese hulpmiddel vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.
- Bepaal of ’n moontlikheid bestaan dat die gebruik van die sandspelterapie na die Ericksoniaanse benadering tot terapie daartoe kan lei dat die deelnemer die dieper betekenis kan snap van die terapeutiese metafoor wat gedurende die Ericksoniaanse benadering tot terapie vertel word en ’n brug kan bou tussen die terapeutiese metafoor en ’n persoonlike verbintenis met hierdie metafoor.

Die potensiële bydrae van die navorsing word vervolgens bespreek.

1.5 POTENSIËLE BYDRAE VAN DIE NAVORSINGSTUDIE

Die Ericksoniaanse benadering gekombineer met sandspelterapie is 'n 'nuwe' terapeutiese benadering wat in die studie vir die eerste keer ondersoek word ten einde vas te stel of die moontlikheid bestaan dat hierdie gekombineerde benadering 'n moontlike bydrae kan lewer tot kennisuitbreiding rakende die invloed van hierdie gekombineerde benadering op kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.

In die voorgenome studie word beoog om uitgebreide data-insamelingsmetodes binne 'n kwalitatiewe navorsingsraamwerk te gebruik. 'n Redelik volledige en komplekse beeld van die ondersoek sal as eindproduk aangebied word. Aangesien die ondersoekterrein van die studie nog betreklik nuut is, kan navorsing op hierdie terrein moontlik beperk wees. Die hoop word uitgespreek dat na aanleiding van die navorsing 'n terapeutiese strategie vir sielkundiges daargestel kan word om kinders en adolessente te ondersteun wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.

Krefting (1991), asook Cohen, Manion en Morrison (2002) meen dat data op 'n gebalanseerde wyse gerapporteer kan word deur onder meer 'n outentieke benadering te volg en dit wat tot dusver onbekend was, bekend te maak. Nuwe kennis wat uit data voortvloei behoort dan weer tot nuwe navorsingsaksies aanleiding te gee. Ek sal deurgaans poog om die navorsing op outentieke wyse uit te voer deur op 'n 'nuwe' benadering tot Ericksoniaanse terapie te fokus; 'n benadering waaroor daar tot dusver weinig navorsing gedoen en gerapporteer is.

Die kombinasie van die Ericksoniaanse benadering met sandspelterapie ontgin die moontlikhede van beide terapieë. Storievertelling, wat by verstek deel van Erickson se benadering is, kan dus moontlik deur die kenmerke van sandspelterapie in sinergie versterk word, aangesien laasgenoemde nie op direkte verbalisering van 'n kliënt se probleme, ervarings en emosies fokus nie.

Op grond van die voordele van beide benaderings, beoog ek vir hierdie navorsing 'n kombinasie van Erickson se benadering met sandspelterapie as 'n moontlikheid om

hulp aan kinders en adolessente[3] te bied wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.

Die beoogde gekombineerde benadering blyk 'n unieke terapeutiese metode te wees. Heelwat navorsing is wel onderneem en gepubliseer rakende die Ericksoniaanse benadering (Lopez, Snyder & Rasmussen, 2003; Neuberger, 2000) en sandspelterapie respektiewelik (Pearson & Wilson, 2004; Rogers, 1997; Tsugawa, 2000), maar ek kon geen navorsingsverslag of -artikel vind van navorsing oor 'n kombinasie van die twee benaderings in die behandeling van depressie by kinders en adolessente nie. Hierdie voorgenome studie kan dus moontlik tot kennisuitbreiding lei, spesifiek rakende die invloed van die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie op kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.

1.6 BEGRIPVERHELDERING

Die onderstaande konsepte is belangrik in hierdie studie en word kortliks hier verduidelik, maar sal ook verdere aandag geniet binne die teoretiese raamwerk van die studie in Hoofstuk 2.

1.6.1 Die Ericksoniaanse benadering

Havens (2003:112) som die Ericksoniaanse benadering as volg op:

> *Erickson's fundamental orientation towards life, perhaps the central theme of his work, was that people must learn to recognize, to accept, and to utilize what actually is in order to meet their needs, accomplish their goals, and satisfy their purposes.*

Volgens verskeie skrywers (Geldard & Geldard, 2002; Havens, 2003; Lankton, 1989; Zeig, 1980; Zeig, 1994) was die volgende fundamentele oriëntasie ten opsigte van die lewe die sentrale tema van Erickson se werk. Hy het geglo dat mense dít wat nie verander kan word nie behoort te herken, te aanvaar en te gebruik ten einde hul behoeftes te bevredig en hul doelwitte te bereik.

[3] Hierdie begrippe word verhelder op pp. 17-18

Erickson se vertrekpunt was dat individue die realiteit van hul situasie behoort te ervaar en te erken en al die vermoëns tot hul beskikking behoort te gebruik om so effektief moontlik hierdie realiteite te hanteer. Hy het bygevoeg dat hierdie ideaal nie so maklik bereik word as wat dit klink nie, maar het geargumenteer dat individue wat dit nie doen nie, nie hul volle menslike potensiaal bereik nie en hulself ten onregte beperk.

1.6.2 Sandspelterapie

Ek fokus vervolgens op enkele fasette van sandspelterapie aan die hand van Norton (1997).

Sandspelterapie:

- Gee uitdrukking aan emosionele kwessies wat nie verbaal uitgedruk word nie.
- Is ’n unieke kinestetiese aktiwiteit – die individu maak gebruik van haar sintuie.
- Dien om afstand tussen die terapeut en die individu daar te stel indien die individu dit sou verkies.
- Verskaf ’n unieke omgewing vir die ontginning/bevordering van terapeutiese metafore wat binne die Ericksoniaanse benadering ’n belangrike rol vervul.
- Is ’n effektiewe kommunikasiemedium vir die individu met swak verbale vaardighede.
- Sny deur verbalisering wat as verdedigingsmeganisme gebruik word.
- Verskaf ’n plek vir die kind of adolessent om beheer te ervaar.
- Lei daartoe dat dieper intrapsigiese kwessies vir die individu en die sielkundige deegliker en vinniger toeganklik word. [4]

4. Vergelyk: Hoofstuk 2, paragraaf 2.3, p. 51.

1.6.3 Die kind

Vir die doel van hierdie studie beskryf die term 'kind' 'n skoolgaande individu tussen die ouderdom van sewe en veertien jaar wat in die adolessente fase is. Volgens Odendaal, Schoonees, Swanepoel, du Toit en Booysen (1979:553) is 'n kind:

> *'n Jong onvolwasse menslike wese ... 'n Jong mens; 'n onryp menslike wese.*

Brooks en Goldstein (2002:124) beskryf die term 'kind' as volg:

> *A child is a human being between the stages of birth and puberty.*

1.6.4 Die adolessent

Volgens Plug, Louw, Gouws en Meyer (1991) is 'n adolessent in 'n ontwikkelingsfase wat strek van puberteit tot volwassenheid. Dié tydperk sluit onsekerheid en verwardheid in, aangesien die persoon nóg kind nóg volwassene is. Die belangrikste ontwikkelingstaak in hierdie fase is die vorming van 'n self-identiteit, waar die persoon haarself afvra: "Wie is ek?" Die beantwoording van hierdie vraag gee aan adolessente 'n gevoel van beheer, wat hulle in staat stel om hul lewens te rig (Maree & Beck, 2004).

Adolessente is bekommerd oor wie en wat hulle in die oë van "betekenisvolle ander" in hul lewens is en met wie hulle identifiseer. Dié tydperk word gekenmerk deur 'n na-binne-gerigtheid, 'n psigiese gehegtheid aan vriende, 'n strewe na outonomiteit, besorgdheid oor lydende partye en 'n belangstelling in die toekoms van die mensdom. Vir die doel van hierdie studie word 'adolessent' gedefinieer as 'n individu tussen die ouderdom van 13 en 18 jaar.

Pajaress en Urclan (2006) definieer die term adolessent as volg:

> *The term adolescent comes from the Latin word adolescere and literally means to grow into maturity, and the move from childhood to adulthood as marked by an extended period of growth.*

Gullotta en Adams (2005:214) beskryf die term so:

> *Adolescence is a stage of life that begins sometime around the onset of puberty and ends sometime when the individual obtains adult rights, responsibilities and recognition by family, law, society and such.*

1.6.5 Depressie

Depressie is deur antieke skrywers geklassifiseer as melankolie (swaarmoedigheid) (Beck & Alford, 2009; Schulberg & Rush, 1994). Die eerste kliniese beskrywing van melankolie is gemaak deur Hippokrates in die vierde eeu v.C. (Beck & Alford, 2009). Aretaeus, 'n geneesheer wat in die eerste eeu n.C. geleef het, beskryf 'n melankoliese persoon as: *sad, dismayed, sleepless* (Beck & Alford, 2009:7). Volgens Beck en Alford (2009:7) lewer Plutarch wat in die tweede eeu n.C. geleef het, 'n lewendige en gedetaileerde beskrywing van melankolie:

> *He looks on himself as a man whom the Gods hate and pursue with their anger. A far worse lot is before him; he dares not employ any means of averting or of remedying the evil, lest he be found fighting against the gods. The physician the consoling friend, are driven away. "Leave me" says the wretched man, "me the impious, the accursed, hated of the gods, to suffer my punishment". He sits out of doors, wraps himself in sackcloth or in filthy rags. Ever and anon he rolls himself, naked, in the dirt, confessing about this and that sin. He has eaten or drunk something wrong. He has gone some way or other which the Divine Being did not approve of. The festivals in honor of the gods give no pleasure to him but fill him rather with fear or a fright.*

Pinel, volgens Beck en Alford (2009:8), beskryf melankolie aan die begin van die negetiende eeu as volg:

> *The symptoms generally comprehended by the term melacholia are taciturnity, a thoughtful pensive air, gloomy suspicious, and a love of solitude. Those traits, indeed appear to distinguish the characters of some men otherwise in good health, and frequently in prosperous circumstances. Nothing however can be more hideous than the figure of a melancholic brooding over his imaginary misfortunes. If moreover possessed of power and endowed with a perverse disposition and a sanguinary heart, the image is rendered still more repulsive.*

Dit is opmerklik dat die historiese bekrywings van depressie aandui dat die manifestering van depressie in alle aspekte van menslike gedrag waargeneem kan word, insluitende die tradisionele sielkundige verdelings van emosie, kognisie en motivering (Beck & Alford, 2009; Pequegnort & Stuver, 2006).

Beck en Alford (2009) voer verder aan dat dit nie bekend is watter komponent van die kliniese prentjie van depressie primêr voorkom, en of al die komponente eksterne manifestasies van 'n onbekende patologiese proses is nie. Beck en Alford (2009) asook Schaffer, Psych en Waslich (1999) tipeer depressie aan die hand van die volgende kenmerke:

- 'n Spesifieke verandering in 'n persoon se gemoedstemming: hartseer; eensaamheid en onbelangstellendheid
- 'n Negatiewe selfbeeld wat geassosieer word met selfminagting en selfverwyt
- Regressiewe wense en selfbestraffende wense: die behoefte om te vlug, weg te kruip of dood te gaan
- Vegetatiewe veranderinge: anorexia nervosa, slapeloosheid, en so meer
- Verandering in aktiwiteitsvlakke: vertraging, kwaadstokery, en so meer.

Schaffer, Psych en Waslich (1999) gee te kenne dat kinders en adolessente met 'n verskeidenheid kliniese probleme kan presenteer waar die onderliggende oorsaak van die probleem depressie kan wees:[5]

- Gemoedstoestandverandering: die kind of adolessent is die meeste van die tyd geïrriteerd; ongelukkig, huilerig of kwaad. Die kind of adolessent toon woede-uitbarstings. Hierdie gemoedstoestand kom vir langer as 'n paar dae voor.
- Hindernisse by die skool: akademiese onderprestasie; skoolbywoningsprobleme; druipelinge; verminderde belangstelling in akademie; konsentrasieprobleme; motiveringsprobleme; energieloosheid.
- Familiekonflik: Onaangename interaksie met ouers en ander lede van die gesin; konflik met ouers oor akademiese probleme; die kind of adolessent vind dit moeilik om take uit te voer soos gewoonlik; bring te veel tyd deur met

[5] Vanselfsprekend ly nie alle kinders en adolessente wat met hierdie probleme manifesteer, aan depressie nie.

portuurgroep; vermy skoolaktiwiteite; eksploreer seksueel en met dwelmmiddels.

- Selfmoordkrisis: Die kind of adolessent verbaliseer dat sy daaraan dink om haarself seer te maak; wend pogings aan om haarself seer te maak; en probeer selfmoord pleeg.
- Middelmisbruik.
- Somatiese simptome: Die kind of adolessent kla van hoofpyn, maagpyn, spierpyne en so meer.

1.6.6 Ontwikkelinsversteuring

Die Verenigde State van Amerika se *'Developmental Disabilites Assistane and Bill of Rights Act of 2000, Public Law 106-402',* omskryf 'n ontwikkelingsversteuring as 'n ernstige chroniese versteuring wat oor vyf definieerbare eienskappe beskik. Die versteuring (1) is bydraend tot verstandelike of fisiese benadeling of 'n kombinasie van verstandelike en fisiese benadeling; (2) manifesteer voor die ouderdom van twee-en-twintig jaar; (3) mag vir 'n onbepaalde periode aanhou; (4) veroorsaak wesenlike funksionele beperkings in drie of meer van die volgende areas of aktiwiteite: selfversorging; leer; mobiliteit; onafhanklike funksionering asook ekonomiese selfversorging; (5) reflekteer die behoefte vir spesialis-, interdissiplinêre of generiese dienste, individuele ondersteuning of ander vorme van ondersteuning wat lewenslank mag wees of vir 'n lang tydperk mag duur en wat gebaseer is op die individu se unieke situasie (Burbacher, Sackett & Grant, 2008).

Odom, Horner, Snell en Blacher (2007:109) omskryf 'n ontwikkelingsversteuring as volg:

> *A set of abilities and characteristics that vary from the norm in the limitations they impose on independent participation and acceptance in society. The condition of developmental disabilities is developmental in the sense that delays, disorders or impairments exist within traditionally concerved developmental domains such as cognitive, communication, social or motor abilities and appear in the developmental period which is usually characterized as before twenty two years of age.*

1.7 TEORETIESE RAAMWERK

Ek gebruik 'n teoretiese raamwerk wat uit verskillende teorieë bestaan as 'n lens waardeur ek data analiseer en interpreteer. In my poging om hierdie studie teoreties te raam, het ek die kennisvelde ondersoek wat 'n sleutelrol in die definiëring van die studie speel. Teen die agtergrond van die ekosistemiese teorie word die kliënte binne hul onderskeie kontekste bestudeer. Die ekologiese teorie, sisteemteorie en transteoretiese model sal bespreek word.

Die deelnemers[6] in hierdie studie word, soos deur voorstaanders van die ekosistemiese teorie, as aktiewe agente in hulle eie ontwikkeling beskou, en data-analise en -interpretasie sal dienooreenkomstig geskied. Ander faktore soos persoonlike eienskappe van die deelnemer en gesinslede, die portuurgroep en ander lede van die skoolkonteks, interaksie tussen deelnemers en ander rolspelers in die verskillende sisteme, die ontwikkelingsfase van elke deelnemer, asook die tydsraamwerk waarbinne voorgenoemde plaasvind, sal in ag geneem word. 'n Volledige bespreking van voorgenoemde teorieë en modelle volg in Hoofstuk 3.

1.8 PARADIGMATIESE PERSPEKTIEF OP DIE NAVORSINGSPROSES

'n Interpretivistiese paradigma word in hierdie studie gebruik en word in Hoofstuk 4 in meer besonderhede bespreek.

1.9 NAVORSINGSONTWERP

In die lig van die primêre doelstelling van die studie, naamlik om kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar deur bemiddeling van 'n kombinasie van die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie te ondersteun, sal 'n intervensiestudie, gekombineer met 'n gevalstudie as navorsingsontwerp gebruik word.

[6] Wanneer die term 'deelnemer' gebruik word, word spesifiek verwys na die ses individue wat aan hierdie navorsing deelgeneem het.

1.9.1 Intervensiestudie

'n Intervensiestudie kan beskryf word as die studie van individue en/of groepe, waar die individu en/of groep 'n spesifieke intervensie ontvang (Bloomberg, 2008: Lesaffre & Verbeke, 2007). Die intervensie wat met hierdie studie beoog word, vind in die vorm van terapie plaas.

1.9.2 Gevalstudie

'n Kollektiewe gevalstudie is tydens die studie geïmplementeer. Dit sluit by die *single-arm study* van die intervensiestudie aan wat daarop dui dat 'n enkele groep gedurende hierdie studie bestudeer is. Ses kinders en/of adolessente is met behulp van 'n nie-waarskynlikheidsteekproef geselekteer. Die navorsingsontwerp word volledig in Hoofstuk 4 bespreek.

1.10 NAVORSINGSMETODOLOGIE

1.10.1 Data-insamelingstegnieke

Kwalitatiewe data-insamelingstegnieke word in die onderhawige studie geïmplementeer ten einde die navorsingsprobleem en bevindinge deurtastend te ondersoek en te beskryf (Boeije, 2010; Flick, 2009; Seale, 2000; Sillerman, 2010; Yin, 2011). Ek sal 'n aktiewe deelnemer tydens die navorsingsproses wees.

1.10.2 Data-analisetegnieke

Ek is bewus van die feit dat daar nie sprake is van 'korrekte' of 'verkeerde' wyses van data-analise nie. McMillan en Schumacher (2001:461) stel dit duidelik:

> *Analyzing qualitative data is an eclectic activity – there is no one 'right' way and data can be analyzed in more than one way.*

Data in gevalstudies word geanaliseer deur woorde, beelde of fisiese objekte te gebruik. Daar bestaan nie 'n basiese 'resep' vir die analise van ingesamelde data nie, en verskeie benaderings kan gevolg word om die navorsingsdata te ontleed wat in die studie verkry is.

Dit is belangrik dat die geldigheid en betroubaarheid van die data-aniseproses egter te alle tye die hoogste prioriteit geniet. Dr. Marencia Odendaal wat as eksterne kodeerder optree, sal by hierdie gedeelte van die navorsing betrokke wees. Dr. Odendaal sal onder meer 'n kwaliteitbeheerfunksie vervul en help verseker dat die moontlike leemtes, gebreke en slaggate van die navorsing in gedagte gehou word[7]. Die gekose data-analisestrategieë wat in die studie geïmplementeer word, is op die benaderings van Creswell (2003) en Creswell (2005) gebaseer en word verder in Hoofstuk 4 bespreek.

1.11 KRITERIA VIR KWALITEITSVERSEKERING

Kwaliteitsversekering verwys na die strategieë wat geïmplementeer word om die geldigheid en betroubaarheid/vertroubaarheid van 'n studie te verhoog (Creswell, 2003; Meloy, 2002; Van Niekerk, 1986). Die geldigheid en betroubaarheid van kwaltitatiewe navorsing word volledig in Hoofstuk 4 bespreek.

1.12 PLEK VAN NAVORSING

Die navorsing sal by my praktyk plaasvind.

1.13 ETIESE OORWEGINGS, BEPERKINGE EN BETEKENISVOLHEID VAN DIE STUDIE

Die etiese maatreëls wat ek tydens die navorsing sal eerbiedig sowel as die beperkinge en betekenisvolheid van my studie word volledig in Hoofstuk 4 bespreek. Om herhaling te voorkom word dit derhalwe nie hier genoem nie.

1.14 UITEENSETTING VAN HOOFSTUKKE

Die raamwerk vir die verloop van die studie is as volg:

Hoofstuk 1 dien as die inleidende oriëntasie en inleiding, waar die rasionaal en doel van die studie gedefinieer is. 'n Uiteensetting van die navorsingsvrae asook die

[7] Dr. Odendaal is 'n kundige op die gebied van Ericksoniaanse terapie sowel as sandspelterapie.

kernkonsepte van die studie kom hierin voor. Die doel van Hoofstuk 1 is om vir die leser 'n raamwerk te skep vir dit wat in Hoofstukke 2 tot 6 volg.

Hoofstuk 2 bevat die literatuurstudie waar die Ericksoniaanse benadering tot terapie asook sandspelterapie afsonderlik bespreek word. Daarna verskuif die klem na 'n vergelyking van die Ericksoniaanse benadering tot terapie met sandspelterapie. Die hoofstuk sluit af met 'n bespreking van depressie as ontwikkelingsteurnis by kinders en adolessente.

Hoofstuk 3 fokus op die teoretiese raamwerk waarbinne die ondersoek plaasvind. 'n Filosofiese onderbou van die onderhawige studie word onder die loep geneem.

Hoofstuk 4 verduidelik die navorsingsproses wat in die onderhawige studie gevolg word.

Hoofstuk 5 bied die resultate van die studie aan en die literatuurkontrole word ook in hierdie hoofstuk bespreek.

In Hoofstuk 6 word die voorgaande hoofstukke opgesom en aanbevelings en voorstelle vir toekomstige navorsing gemaak.

In hierdie hoofstuk is die oriëntasie en inleiding tot die navorsing gebied asook die definiëring van die rasionaal en doel van die studie. Verder is die navorsingsvrae en kernkonsepte uiteengesit. In Hoofstuk 2 word die literatuurstudie van die voorgenome navorsing uiteengesit.

HOOFSTUK 2: LITERATUUROORSIG

2.1 INLEIDING

Die mens spekuleer reeds vir 'n geruime tyd oor die etiologie van ontwikkelingsteurnisse by kinders en adolessente (Barlow & Durand, 2000; Sternberg, 2001; Westen,1995; Wicks-Nelson & Israel 2000). Volgens Wicks-Nelson en Israel moes 'duiwels' en 'sonde' tydens die negentiende eeu die skuld dra vir gedragsteurnisse soos onder andere depressie. Hierna is die oorsake van gedragsteurnisse hoofsaaklik aan genetiese faktore toegeskryf. Verskeie ontwikkelings op die gebied van die sielkunde het egter hierdie standpunte oor oorsaaklike faktore en die behandeling van emosionele ontwikkelingsteurnisse by kinders en adolessente radikaal gewysig (Barlow & Durand, 2000; Sternberg, 2001; Westen, 1995; Wicks-Nelson & Israel, 2000).

Tabel 2.1 vervat die vroeë geskiedkundige mylpale in oorsaaklike faktore en die behandeling van emosionele ontwikkelingsteurnisse by kinders en adolessente.

Tabel 2.1: Vroeë geskiedkundige mylpale en die behandeling van emosionele ontwikkelingsteurnisse by kinders en adolessente

	Vroeë geskiedkundige mylpale
1896	Lightner Witmer open die eerste kinderkliniek in die VSA by die Universiteit van Pennsylvania.
1905	Alfred Binet en Theophil Simon ontwikkel die eerste intelligensietoetse om verstandelike gestremde kinders te identifiseer.
1905	Sigmund Freud se *Three Essays on the Theory of Sexuality* beskryf 'n verrassende nuwe beskouing van kinderontwikkeling.
1908	Clifford Beers herleef in *A Mind that Found Itself* sy verstandelike ineenstorting en verkondig 'n insiggewende siening van verstandelike versteurings, deur verstandelike higiëne en kinderleidingsbewegings te inisieer.
1909	G. Stanley Hall nooi Sigmund Freud uit na die Clark Universiteit in Worcester, Massachusetts om 'n lesing te hou oor psigoanalise.
1909	William Healy en Grace Fernald vestig die *Juvenile Psychopathic Institute* in Chicago, wat later dien as die model vir kinderleidingsklinieke.
1911	Die Yale Kliniek van Kinderontwikkeling word gevestig vir navorsing in kinderontwikkeling onder die leiding van Arnold Gesell.
1913	John B. Watson stel Behaviorisme voor in sy opstel *Psychology as a Behaviorist Views It.*
1917	William Healy en Augusta Bronne vestig die *Judge Baker Guidance Center* in Boston.
1922	Die *National Committee on Mental Hygiene* en die *Commonwealth Fund* inisieer 'n demonstrasieprogram oor kinderleidingsklinieke.
1924	Die American Orthopsychiatric Association word gevestig.

	Vroeë geskiedkundige mylpale
1928 – 1929	Longitudinale studies oor kinderontwikkeling begin by die navorsingsinstituut van Berkeley en Fel.
1935	Leo Kanner skryf *Child Psychiatry*, die eerste kinderpsigiatriese boek gepubliseer in VSA.
1940	Erickson ontwikkel sy benadering.

Uit: Wicks-Nelson en Israel (2000)

Soos reeds in Hoofstuk 1 aangedui, was daar wêreldwyd oor die afgelope 50 jaar veral drie paradigmaskuiwe of bewegings in terapeutiese benaderings met betrekking tot die moontlike hantering van ontwikkelingsteurnisse by kinders en adolessente. Dit het gewissel van die psigoanalitiese teorie van Freud, waar die grondslag vir psigoterapie gelê was met 'n sterk klem op patologie, tot oplossingsgeoriënteerde terapie in die 1980's. Daar is volgens O'Hanlon (1994:6) tydens hierdie fase reeds 'n groot sprong gemaak:

> *It no longer viewed troubled people as morally deficient, and it gave us a common vocabulary codified in the Diagnostic and Statistical Manual for describing human problems*

2.1.1 Eerste beweging: Sigmund Freud

Die fokus van psigoanaliste (soos Freud) in terapie was op intrapersoonlike konflikte gerig met die individu se innerlike konflikte van sentrale belang. Probleme wat die pasiënt[8] ervaar het, kon uitgebeeld word op 'n interpersoonlike vlak, terwyl die oorsprong en oplossing van hierdie probleme slegs deur die analise van elke individu se intrapsigiese konflikte kon voortspruit (Prochaska & Norcross, 2007). In praktyk het die psigoanalis verwag dat die pasiënt verantwoordelik moes wees om haar rekening te betaal, om haar afsprake drie tot ses keer per week na te kom en om tot die beste van haar vermoë vrye assosiasies te maak. Teoreties was daar egter geen vryheid of keuse in psigoanalise nie, en daarom ook geen verantwoordelikheid nie. (Prochaska & Norcross, 2007). Corey (2008) stem saam met hierdie siening en noem dat psigoanaliste gefokus het op wat in die pasiënt se verlede gebeur het. Hierdie kwessies word dan bespreek, gerekonstrueer, geïnterpreteer en geanaliseer. Die

[8] In psigoanalise is dit aanvaarbare praktyk om van die pasiënt te praat. Dit impliseer dat die terapeut vanuit 'n mediese model na die pasiënt gekyk het.

terapeut gebruik vrye assosiasie, droomanalise, analise van weerstand, analise van oordrag en interpretasie (Corey, 2008; Feist & Feist, 2009).

Een voorbeeld van 'n vraag wat byvoorbeeld noodwendig in hierdie verband ter sprake kom, is hoe 'n persoon verantwoordelik gehou kan word vir enige aksie, óf dit moord of verkragting is, óf net om 'n rekening te betaal, indien alle patologiese gedrag bepaal word deur onderbewuste konflikte en voorgeslagtelike fiksasies. Die probleem om 'n individu verantwoordelik te hou vir haar eie optrede, is 'n moontlike rede vir Mowrer (1961) se kras opmerking dat Freud ons weliswaar vrygemaak het van 'n neurotiese generasie, maar ons daarenteen 'n generasie psigopate laat erf het (Prochaska & Norcross, 2007).

2.1.2 Tweede beweging: Behaviorisme

Tydens die tweede beweging is gepoog om die oorbeklemtoning van patologie te verminder en het probleem-gesentreerde terapieë soos behaviorisme, kognitiewe benaderings en gesinsterapie wat nie die kliënt[9] as 'siek' tipeer het nie, ontstaan. Die fokus tydens hierdie fase was op die *hede* en die soeke na *hidden meanings and ultimate causes* is afgeskaal (Becvar & Becvar, 2009; Dryden, 2007; Dryden & Neenan, 2006; Fieldman & Bettis, 2009; O'Hanlon, 1994). Kliënte is egter steeds nie gesien as besluitnemende agente in hul eie verandering nie.

Volgens Prochaska en Norcross (2007), is die terapeut waardevol vir die kliënt in die Behavioristiese benadering tot terapie, en daarom kan die terapeut meer effektief as 'n sosiale versterker van die kliënt se gedrag optree. Verder verduidelik Prochaska en Norcross (2007) dat voorstanders van die kognitiewe benadering tot terapie die irrasionele geloofsoortuigings van die kliënt, wat die oorsaak is van die probleem wat die kliënt ervaar, behoort te identifiseer. Hierdie probleme word dan intens betwis en vervang met meer rasionele geloofsoortuigings wat aanleiding gee tot 'n effektiewe nuwe lewensfilosofie.

[9] In hierdie studie word die term 'kliënt' gebruik vir die persoon wat die sielkundige besoek.

2.1.3 Derde beweging

Tydens die 1980's het sommige terapeute begin wegbeweeg van die probleemgesentreerde benadering en die onbenutte potensiaal van kliënte sowel as hul onbenutte sosiale netwerke is as bron vir moontlike oplossings ontgin. Hierdie derde golf het volgens O'Hanlon (1994) en Proschaska en Norcross (2007) oplossingsgeoriënteerde terapie (*solution-oriented therapy*) as onderliggende filosofie. In hierdie studie sal ek poog om nie te fokus op die kliënt se probleem en moontlike onbenutte potensiaal nie, maar eerder op oplossings vir die aanmeldingshindernis en om die kliënt se onbenutte sterkpunte uit te wys deur middel van storievertelling. Ericksoniaanse terapie ressorteer onder hierdie derde beweging.

Aangesien oplossingsgeoriënteerde terapie ontwerp is om so vinnig as moontlik 'n positiewe verandering in die kliënt se lewe teweeg te bring, is die terapeut se rol meer aktief. Die noodsaaklikheid vir koste- en tydeffektiewe intervensies het aanleiding gegee tot oplossingsgeoriënteerde terapie. Die terapeut poog om die fokus so vinnig as moontlik vanaf probleme na oplossings te verskuif. Die terapeut lei kliënte om hul sterkpunte te eksploreer en om oplossings vir hul probleme te vind. Sodra die kliënt oplossingsgeoriënteerd optree besluit die kliënt watter doelwitte sy wil stel. Hierdie doelwitte is altyd uniek en word deur die kliënt daargestel om 'n beter toekoms vir haarself te verseker (Prochaska & Norcross, 2007).

2.1.4 Samevatting

Tydens my studiejare en my ervaring in die sielkunde-departement by 'n skool vir leerders met epilepsie en gedragshindernisse sowel as my ervaring as sielkundige in privaatpraktyk, het ek die krag ervaar van storievertelling tydens terapie by kinders en adolessente wat dit moeilik gevind het om hul emosies te verwoord. Hierdie gewaarwording word tans gesteun en verklaar deur navorsing in neurologie en trauma (Van der Kolk, McFarlone & Weiscreth, 2007). Die tendens van storievertelling word deur verskeie skrywers bevestig (Amatruda & Simpson, 1997; Boik & Goodwin, 2004; Kalff, 2004; Van Dyk, 1995; Weinrib, 1983) wat die implementering van storievertelling tydens terapie aanbeveel as een van die moontlike oplossings vir dié

probleem. Sandspelterapie word as 'n ander alternatief aanbeveel vir terapie met kinders en adolessente wat dit moeilik vind om hul emosies te verwoord (Amatruda & Simpson, 1997; Boik & Goodwin, 2001; Kalff, 2004; Van Dyk, 1995; Weinrib, 1983). Vir die doel van hierdie navorsing wil ek ondersoek instel of depressie as emosionele ontwikkelingsteurnis moontlik deur 'n kombinasie van die Erickoniaanse benadering en sandspelterapie – wat albei van storievertelling gebruik maak – terapeuties gefasiliteer kan word.

In Hoofstuk 2 gee ek eers afsonderlik aandag aan die konsepte Ericksoniaanse terapie en sandspelterapie en vergelyk die twee benaderings met mekaar. Ter afsluiting van die hoofstuk sal ek stilstaan by depressiewe gedrag as 'n gedragshindernis by kinders en adolessente.

In die daaropvolgende bespreking sal dit blyk dat ek deur die lens van Sosiale Konstruktivisme na die inhoud kyk. Met hierdie wêreldsiening soek die individu daarna om die wêreld te verstaan waarin sy woon en werk. Die individu ontwikkel subjektiewe betekenisse van haar ervaringe. Hierdie betekenisse kan veelsoortig en veelvoudig wees en daarom behoort die navorser te soek na die kompleksiteit van hierdie sienings eerder as om die betekenisse te beperk na 'n paar kategorieë of idees. Die doel van hierdie navorsing is om soveel as moontlik te steun op die deelnemer se ervaring. Die betekenisse van hierdie ervarings word volgens die Sosiaal Konstruktivistiese uitgangspunt gevorm deur die individu se interaksie met ander en deur die historiese en kulturele norme waaraan sy glo.

2.2 DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE

Erickson se fundamentele oriëntasie ten opsigte van die lewe, en moontlik die sentrale tema van sy werk, was dat mense moes leer om hul eie realiteite te herken, te aanvaar en te gebruik ten einde in hul behoeftes te voorsien en hul doelwitte te bereik (Havens, 2003; Rossi, 1980). Hieruit lei ek af dat Erickson geglo het dat die kliënt insig moes hê in haar eie behoeftes en dat die behoeftes realisties moes wees alvorens die kliënt in haar behoeftes sou kon voorsien of haar doelwitte sou kon bereik. Ten einde sukses te behaal in hierdie voorgenoemde navorsing is dit belangrik

dat die kliënt ondersteun word om deur middel van die narratiewe vertel van haar storie bewus te word van haar behoeftes en of hierdie behoeftes by haar spesifieke realiteit pas voordat terapeutiese ingrepe beplan word.

2.2.1 Agtergrondinligting

Volgens Haley (in Zeig, 1994) is dit nie moontlik om Erickson binne 'n terapeutiese skool van sy tyd te pas nie. Daar was heelwat kritiek teen Erickson se benadering aangesien hy 'n unieke terapeutiese benadering vir elke kliënt ontwikkel het. Erickson het hierdie unieke terapeutiese benadering ontwikkel na aanleiding van die inligting wat hy bekom het uit die aanvangsonderhoud met die kliënt.

Wanneer die transteoretiese raamwerk ondersoek word is dit duidelik dat raakpunte met Erickson se benadering bestaan. Proschaska en Norcross (2007) noem dat die transteoretiese benadering eerstens fokus op die kliënt se simptome en die situasies wat die simptome ondersteun. Daarom is dit so moeilik om Ericksoniaanse terapie binne 'n spesifieke terapeutiese raamwerk te verduidelik. Gedurende die 1940's, die periode waartydens Erickson sy benadering begin ontwikkel het, was die enigste idees binne die veld dié van psigodinamika, met ander woorde, die eerste paradigmatiese skuif wat met Freud begin het. Gesinsterapie, en gedragsterapie wat, volgens O'Hanlon (1994) binne die tweede paradigmatiese skuif pas, was nog nie ontwikkel nie.

Erickson se benadering tot terapie en sy idees van hoe die kliënt moes verander om haar eie probleme te hanteer, het heelwat verskil van dié van sy tydgenote (Haley in Zeig, 1994). Laasgenoemde het – binne die psigodinamiese veld – aanvaar dat 'n persoon se gedrag die gevolg was van onderdrukte, onderbewuste idees wat na die bewuste gebring moes word deur interpretasies van die sielkundige. Soos later in hierdie hoofstuk blyk, gee sandspelterapie gehoor hieraan. Erickson, daarteenoor, het egter op die aanmeldingshindernis gefokus. Sy teorie was gefokus op verandering (Havens, 2003; Lankton, 1989; Rossi, 1980), 'n benadering waar gesoek is na die teenswoordige hindernis en wat om in verband daarmee te doen.

Wanneer ek Erickson se fokus op die belang van die aanmeldingshindernis in ag neem, bespeur ek etlike raakpunte tussen die Ericksoniaanse benadering en narratiewe sowel as oplossingsgefokusde terapie. Die uitdaging met hierdie studie is om sandspelterapie (wat onderdrukte, onderbewuste idees na die bewuste kan bring) te kombineer met die Ericksoniaanse benadering wat op die aanmeldingshindernis (hier-en-nou) fokus. Op grond van hierdie sterk oplossingsfokus van die Ericksoniaanse benadering tot terapie pas hierdie benadering binne die derde golf wat O'Hanlon (1994) bespreek en ook binne die raamwerk waarbinne die beoogde terapeutiese ingrepe van hierdie studie val.

2.2.2 Teoretiese begronding

2.2.2.1 Erickson se teorie aangaande terapie

Die Ericksoniaanse benadering tot terapie is 'n vorm van kommunikasie tussen twee of meer persone wat die aanwending en toeganklikheid van latente of onderontwikkelde hulpbronne (sterkpunte) teweegbring (Edgette & Edgette, 1995). Deur middel van die Ericksoniaanse benadering poog die sielkundige om kliënte van hul sterkpunte (bates) bewus te maak. In hierdie studie poog ek om die deelnemer van haar sterkpunte bewus te maak deur storievertelling. Hierdie proses is belangrik aangesien ek inderdaad ondervind het dat kinders en adolessente wat ontwikkelingsteurnisse ervaar, skynbaar moeite ondervind om hul sterkpunte te herken en tot hul voordeel aan te wend, wat inpas by die oplossingsgebaseerde benadering.

2.2.2.2 Die Ericksoniaanse benadering: 'n Terapie van verandering

Erickson het meermale teenoor sy studente die hoop uitgespreek dat sy werk nie binne 'n rigiede terapeutiese raamwerk saamgevat sou word nie. Vir die doel van hierdie studie is laasgenoemde belangrik aangesien ek elke deelnemer wat by die navorsing betrokke sal wees as uniek beskou. Tydens hierdie navorsing poog ek om gedurende die Eriksoniaanse benadering tot terapie (storievertelling) 'n terapeutiese ingreep voor te stel wat moontlik die beste by die individu se aanmeldingshindernis

pas. Hierdie voorgestelde plan van aksie is juis daarop ingestel om die aanmeldingshindernis te ondervang, te hanteer en moontlik te korrigeer. Dit pas in by die transteoretiese benadering wat later in meer diepte beskryf word (Prochaska & Norcross, 2007). Volgens Rossi (1980:xxi) het Erickson homself ten doel gestel om 'n unieke terapeutiese ingreep – gebaseer op elke kliënt se eie situasie – te ontwikkel:

> *Each person is a unique individual. Hence, psychotherapy should be formulated to meet the uniqueness of the individual's needs, rather than tailoring the person to fit the Procrustean bed of a hypothetical theory of human behaviour.*

Zeig en Munion (1999) meen dat die Ericksoniaanse benadering voortvloei vanuit beginsels wat die terapeut toelaat om die kliënt in haar wêreld te ontmoet. Erickson se verduidelikings oor terapeutiese ingrepe het die belangrikheid van baie faktore benadruk, byvoorbeeld die waarde van waarneming, die bereidwilligheid om die kliënt se perseptuele raamwerk en motivering te begryp, 'n opregte belangstelling in die sistemiese funksionering van die simptoom, kreatiwiteit om ingrypings daar te stel wat die kliënt se sterkpunte en bates gebruik, en 'n bewustheid dat kommunikasie die primêre agent is om verandering teweeg te bring (Edgette & Edgette, 1995; Havens, 2003; Rossi, 1980; Zeig & Munion, 1999). Ek wil graag hierdie eienskappe van die Ericksoniaanse benadering tot terapie in my terapie met kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar, toepas.

Soos Erickson, glo ek dat dit nodig is om vas te stel wat die deelnemer se perseptuele raamwerk is en hoe die simptoom (in die onderhawige geval: depressie) in die deelnemer se lewe funksioneer.

Ingelyks wil ek ook die deelnemer se sterkpunte gebruik in hierdie beoogde terapeutiese ingrepe met die aanname dat die deelnemer se sterkpunte sodoende in die terapeutiese proses verken kan word. So kan die deelnemer dan hierdie sterkpunte benut in haar aksies wat daarop ingestel is om verligting te bring vir die depressie wat sy sou ervaar. Die eienskappe van die Ericksoniaanse benadering tot terapie word deur Egan (1998) uitgewys as effektiewe terapeutiese beginsels.

Die transteoretiese benadering pas goed hierby in aangesien hierdie model berus op drie kerndimensies, te wete die proses, stadia en vlakke van verandering (Prochaska

& Norcross, 2007). Die eerste dimensie veronderstel die proses of verandering. Proses kan beskryf word as die verskillende wyses wat mense gebruik om hul emosies, denke, gedrag of verhoudings verwant aan 'n spesifieke probleem of lewenspatroon te verander. Die stadia van verandering verteenwoordig spesifieke konstellasies van houdings, intensies en gedrag wat verwant is aan die kliënt se gereedheid in die siklus van verandering. Verandering is 'n fenomeen wat oor tyd gebeur. Daar is ses vlakke van verandering:

- Voorgenome verandering (in hierdie stadium is daar nie 'n intensie deur die kliënt om haar gedrag, ondervinding of omgewing, in die nabye toekoms te verander nie)
- Oorweging (die kliënt is bewus dat daar 'n probleem is en dink ernstig daaraan om die probleem op te los maar het nog nie besluit om aksie te neem nie)
- Voorbereiding (die kliënt begin om op die probleem te reageer en die gedragsverandering kan gesien word)
- Aksie (die kliënt besluit om haar gedrag, ondervinding, omgewing, te verander om haar probleem op te los)
- Handhawing (die kliënt behoort aan haar probleme te werk om 'n insinking te vermy)
- Herwinning (wanneer 'n kliënt 'n insinking beleef is dit nie nodig om soos 'n verloorder te voel nie, maar sy word ondersteun om terug te keer na die oorwegingstadia en/of die voorbereidingstadia. (Prochaska & Norcross, 2007).

Die transteoretiese psigoterapeut word as 'n kenner beskou met betrekking tot verandering. Die terapeut het beslis nie al die antwoorde nie, maar aangesien sy bewus is van die kritiese dimensies van verandering is sy daartoe in staat om aan die kliënt ondersteuning te bied wanneer die kliënt gereed is vir verandering. Dit klop met Erickson se metode om kliënte se stories en metafore te ontgin om hul bates te identifiseer (Mills & Crowley, 2001; Prochaska & Norcross, 2007). As terapeut het Erickson belanggestel in fyn besonderhede en het hy intensief na kliënte geluister en hulle noukeurig waargeneem.

Met die beoogde terapeutiese ingrepe sal ek eerstens luister na die kliënt se lewensverhaal (haar storie) en my daarop toespits om nie slegs te luister na wat gesê word nie, maar ook na dit wat nié gesê word nie. Volgens Egan (1998) sluit effektiewe terapeutiese vaardighede goeie kommunikasievaardighede in. Die terapeut luister aktief en verstaan wat die boodskap is wat die kliënt probeer oordra. Die terapeut betoon basiese empatie teenoor die kliënt. Dit is ook belangrik dat die terapeut indringend en deurlopend vrae vra sodat sy kan seker maak dat sy werklik verstaan wat die kliënt oordra.

Mills en Crowley (2001:xvii) som Erickson se metode as volg op:

> *In Erickson's work we saw how the psychology of pathology that had historically dominated psychotherapy was unobtrusively transformed into a psychology of potentials, how the traditional authoritarian approach of the therapist was mellowed with respect and care into a utilization approach of patient potentials and how the ever-revered edifice of analysis and insight was nudged off the pedestal in favour of creative reframing and unconscious learnings.*

Hierdie opsomming pas binne die beginsels van narratiewe terapie waar die probleemgefokusde storie omskep word in ’n alternatiewe, oplossingsgebaseerde storie.

Aangesien stories en metafore belangrik is in Ericksoniaanse terapie, word beide in die volgende afdeling kortliks bespreek.

2.2.2.3 Die gebruik van stories en metafore in Ericksoniaanse terapie

Storievertel-tegnieke lewer ’n unieke bydrae tot terapie (Teglasi, 2001). Volgens Brandell (2000) was Conn (1939) en Solomon (1938, 1940, 1951) van die eerste terapeute in kinderpsigoterapie en projeksie-media wat met storievertelling geëksperimenteer het. Kinders se stories word vir ’n geruime tyd reeds as belangrike inligtingsbronne erken om intrapsigiese strukture, konflikte en verdedigingsmeganismes te identifiseer (Brandell, 2000). Hierdie verhale verskaf ook verdere inligting oor wense, fantasieë, interpersoonlike verhoudings, die ontwikkeling van die self, asook ander karaktereienskappe (Brandell, 2000).

In sy terapie het Erickson metafore en stories gebruik om 'n boodskap oor te dra – 'n benadering wat narratiewe terapeute steeds gebruik (Mills & Crowley, 2001). Sy stories was veral gerig op die onderbewuste sonder dat die kliënt noodwendig daarvan bewus was. Volgens Short, Erickson en Klein (2005:124), was Erickson 'n meester wat indirekte kommunikasie betref:

> *Erickson believed that suggestion in psychotherapy should be indirect whenever possible.*

Dit beteken egter nie dat indirekte suggestie meer effektief is as direkte suggestie nie (Short, Erickson & Klein, 2005). In die literatuur word daarop gewys dat narratiewe terapeute van Erickson verskil. White (1990, 2007) voer aan dat die kliënt insae behoort te hê in die terapeutiese proses. Die terapeutiese proses verwys na die verskeidenheid maniere wat die kliënt gebruik om haar emosies, denke, gedrag of verhoudings wat verwant is aan 'n spesifieke probleem of lewenspatroon te verander (Norcross & Goldfried, 2005; Prochaska & Norcross, 2007). Hoewel ek stories gebruik in die voorgestelde studie, gebruik ek nie slegs indirekte suggestie nie. Ek sal deur gesprekvoering die deelnemer bewus maak van die terapeutiese proses ten einde insae in haar eie proses te verkry.

Bewusmaking of *consciousness raising,* waar die deelnemer 'n beter bewuswording van haar eie behoeftes behoort te verkry om haar potensiaal as persoon te bereik, vorm 'n belangrike deel van die terapie (Norcross & Goldfried, 2005). In die voorgestelde studie behoort die deelnemer insae in haar eie proses te verkry deur tydens terapie onder andere 'n persoonlike joernaal te skryf oor haar gevoelens, denke, verhoudings, en so meer.

Soos hierbo uiteengesit was Erickson 'n voorstander van indirekte suggestie. By die bestudering van Erickson se filosofie van genesing word dit duidelik waarom hy indirekte suggestie bo direkte suggestie verkies het. In hierdie verband behels genesing dat die sielkundige die terapeutiese ingrepe aanpas by die kliënt se teorie van verandering. Dit pas op sy beurt in by die vlakke van verandering van die Transteoretiese Model (sien 2.2.2.2) wat vroeër bespreek is (Proschaska & Norcross, 2007).

Vir die doel van hierdie studie is die terapeut ingestel op die deelnemer se teorie van verandering met inagneming van die ses stadia van verandering van die Transteoretiese Model, naamlik: voorgenome verandering; oorweging; voorbereiding; aksie; handhawing; en herwinning (Prochaska & Norcross, 2007).[10] Ek sal poog om gedurende gesprekvoering, waarneming en terapeutiese ingrepe vas te stel wat die deelnemer se teorie van verandering is. Dit is belangrik vir die voorgenome studie om te weet of die deelnemer bereid is om haar denke, gedrag, gevoelens, verhoudings, en so meer te verander ten einde die beste terapeutiese uitkoms vir haar te bewerkstellig.

Erickson het in sekere gevalle indirekte suggestie gebruik omdat hierdie kommunikasiemetode klaarblyklik dele van die verstand bereik wat nie noodwendig deur direkte kommunikasie bereik kan word nie (Short, Erickson & Klein, 2005). Die term 'indirekte suggestie' beteken dat idees gekommunikeer word deur taal, nie-verbale kommunikasie of simboliek.[11]

By indirekte suggestie word die verlangde uitkoms van terapie nie op 'n bewuste vlak duidelik gemaak nie. 'n Direkte suggestie ("Sit op die stoel") word indirek gemaak deur die gebruik van implikasie ("Na 'n ruk mag jy vind dat jy moeg word om te staan"), of deur middel van vraagstelling ("Wil jy nie graag sit nie?") of deur assosiasie ("My kliënte sit gewoonlik in daardie stoel") (Short, Erickson & Klein, 2005). Die verskeidenheid maniere om indirek te kommunikeer is dus onbeperk.

Soos hierbo uiteengesit sal ek in my navorsing poog om die deelnemer se verhaal te benut om 'n storie te skep en op hierdie manier 'positiewe verandering' in die deelnemer se lewe te bewerkstellig. Vir die doel van hierdie studie word die deelnemer gedurende die aanvangsonderhoud ingelig dat ek soms indirekte suggesties sal gebruik om storievertelling as 'n terapeutiese hulpmiddel te gebruik. Die deelnemer moet skriftelike toestemming hiervoor verleen. Die term positiewe verandering in hierdie verband bedoel dat elke individu se sterkpunte en deugde

[10] Sien 2.2.2.2 vir 'n volledige verduideliking m.b.t. die stappe van verandering.
[11] Die waai van 'n wit vlag in tye van oorlog is 'n simboliese gebaar, maar ook 'n voorbeeld van 'n direkte kommunikasie.

ondersoek sal word. Hierdie stelling hou verband met die teorie onderliggend aan Positiewe Sielkunde. Compton (2005:3) skryf die volgende:

> *The nature of the efficiently functioning human being is to successfully apply evolved adaptations and learned skills.*

Seligman (in Compton, 2005:3) verduidelik Positiewe Sielkunde as volg:

> *Psychology is not just the study of weakness and damage; it is also the study of strength and virtue. Treatment is not just fixing what is broken; it is nurturing what is best within us.*

Aangesien hierdie navorsing gerig is op kinders en adolessente word ondersoek ingestel na die kind of adolessent se sterkpunte en deugde wat aanpas by Positiewe Sielkunde. Deur die sandbak te gebruik word die deelnemer geleentheid gebied om 'n alternatiewe storie te eksploreer soos dit in narratiewe terapie beskryf word (Payne, 2006; White, 1990, 2007).

Verskeie skrywers postuleer dat kinders en adolessente in die meeste gevalle verkies om 'n storie te hoor of uit te speel, eerder as om na 'n volwassene te luister wat vir 'n uur lank met hulle 'n gesprek voer (Brandell, 2000; Mills & Crowley, 2001; Teglasi, 2001). Oaklander (1988, 2006) sluit hierby aan en noem bepaalde redes vir haar sukses in terapie, byvoorbeeld dat sy kan herroep hoe sy as kind gevoel het en ook wat sy gedink het. Sy het diepgesetelde gevoelens en gedagtes ervaar wat sy nie na willekeur in woorde kon omsit nie (Oaklander, 2006). Verder het sy onthou dat die volwassenes om haar positief gereageer het wanneer sy gelukkig was. Sy het dus vinnig geleer om nie altyd uitdrukking aan haar vrese, hartseer en pyn te gee nie, aangesien dit hartseer en pyn sou veroorsaak by die volwassenes vir wie sy lief was.

Op persoonlike vlak kan ek myself hiermee vereenselwig. Stories was van vroeg af 'n belangrike deel van my lewe en as kind kon ek uiting gee aan my emosies deur storievertelling. As gevolg van die positiewe invloed van stories en storievertelling op my eie lewe, glo ek eerstens dat kinders en adolessente moontlik positief[12] op stories

[12] 'Positief' in hierdie verband beteken dat die terapeutiese ingrepe mag lei tot die optimale funksionering van die individu deur die individu bewus te maak van positiewe emosies en positiewe individuele eienskappe waaroor sy beskik (Compton, 2005).

kan reageer, en tweedens dat hulle moontlik oor die vermoë beskik om die bedekte boodskappe binne stories te verstaan. My ervaring word bevestig deur Mills en Crowley (2001), wat voorhou dat metafore 'n bekende realiteit vir meeste kinders is en hulle derhalwe positief op stories reageer. Webster (in Zeig & Munion, 1999:65) beskryf metafore as volg:

> *A figure of speech in which a word or phrase literally denoting one kind of object or idea is used in place of another to suggest a likeness or analogy between them.*

'n Terapeutiese metafoor hou verband met die spesifieke probleem wat 'n kliënt ervaar. Die analogie voorsien inligting aan die kliënt en dui aan hoe die kliënt haar denke, gedrag, verhoudings en so meer kan verander ten einde haar probleem aan te spreek (Zeig & Munion, 1999). In Ericksoniaanse terapie kan die aanbieding van die metafoor eenvoudig of kompleks wees. Die betekenis van die metafoor kan eksplisiet gemaak word of slegs geïmpliseer word, en die metafoor kan aangebied word in die vorm van hipnose of gesprekvoering (Zeig & Munion, 1999). Die gebruik van metafore in terapie kan 'n kragtige intervensie wees gegrond op die volgende redes:

- Die kliënt bied nie weerstand nie aangesien die metafoor slegs soortgelyk is aan die probleem wat die kliënt ervaar, maar nie die probleem self verteenwoordig nie. Die kliënt het dus nie vooropgestelde idees met betrekking tot die metafoor soos wat sy het met betrekking tot haar probleem nie.
- Die metafoor het die vermoë om die probleem op 'n dramatiese manier van die kliënt te weerhou.
- 'n Effektiewe metafoor gebruik bekende aspekte en idees van die kliënt se lewe en is daarom persoonlik relevant vir die kliënt.

(Burns, 2007; Loue, 2008; Schaefer, McCormick & Ohnogi, 2005; Zeig & Munion, 1999)

In die Westerse kultuur word sekere aspekte van kinderidentiteit gevorm deur sprokies, strokiesprente en filmhelde wat die grootste invloed op 'n kind gehad het. Gegewe hierdie natuurlike ontvanklikheid vir metaforiese spraak, het Mills en Crowley

(2001) bevind dat 'n bewuste, direkte toepassing van 'n terapeutiese metafoor deur middel van storievertelling positiewe terapeutiese resultate kan lewer.[13]

As gevolg van die positiewe terapeutiese resultate van die gebruik van metafore, het Erickson, 'twee-vlak-kommunikasie' met sy kliënte daargestel, wat beteken dat hy terselfdertyd met die bewuste asook met die onderbewuste kon kommunikeer deur metafore te gebruik (Rossi, 1980). Die skrywer betoog dat, terwyl die bewuste een boodskap ontvang (in die vorm van konsepte, idees, stories of beelde) wat dit 'besig' hou, word 'n ander terapeutiese boodskap na die onderbewuste deurgeglip deur middel van implikasie en betekenis.

Rossi noem verder dat Erickson spesifieke terapeutiese suggesties binne 'n breër konteks geïntegreer het ('n storie, metafoor, grappie). Terwyl die bewuste besig is om na die letterlike aspekte van die storie te luister, word assosiasies deur middel van versigtig beplande suggesties – wat later na die bewuste oorspoel – na die onderbewuste geaktiveer (Rossi, 1980). Die vraag kan dus ontstaan of Erickson nie die kliënt terapeuties gemanipuleer het nie.[14]

Vir die doel van hierdie studie sal ek as terapeut gedurende die aanvangsonderhoud aan die deelnemer en haar ouers verduidelik dat twee-vlak-kommunikasie kan plaasvind en wat dit behels. Hierdie verduideliking sal ek aan die hand van Bandler en Grinder (in Mills & Crowley, 2001) verhelder. Volgens Bandler en Grinder (2001) beweeg die metaforiese betekenis van 'n storie in drie stadiums:

- Eerstens word die metafoor deur middel van 'n storie aan die kliënt oorgedra.
- Tweedens aktiveer die woorde van die storie 'n geassosieerde dieper betekenisstruktuur wat indirek relevant is vir die kliënt.
- Derdens aktiveer die betekenis van die metafoor binne-in die storie 'n dieper betekenisstruktuur wat direk relevant is vir die kliënt.

[13] Positiewe terapeutiese resultate – sien punt 3 bo.
[14] Sien 2.2.3 vir kritiek teen Erickson se benadering.

Tydens die laaste fase behoort die kliënt in staat te wees om die metafoor op haarself toe te pas. Elke individu mag verskillend reageer met betrekking tot dieselfde metafoor aangesien verskillende betekenisse aan die metafoor geheg kan word. Die metafoor aktiveer onderbewuste assosiasiepatrone wat die ou gedragsreaksies hinder deur nuwe betekenisse te genereer. Hierdie nuwe betekenisse laat weer op hul beurt nuwe gedragsreaksies voortspruit.

Gebaseer op die literatuur van Mills en Crowley (2001) asook Oaklander (2006) en Yapko (1995), blyk dit duidelik dat die aanbieding van bepaalde subliminale boodskappe aan kinders en adolessente deur storievertelling in 'n terapeutiese konteks nié 'n unieke nuwe vorm van kinderterapie verteenwoordig nie. Die volgende stelling is dus een van my werksaannames: Die spesifieke kombinasie van storievertelling op 'n Ericksoniaanse manier, gekoppel met sandspelterapie, behoort iets besonders tot gevolg te hê (Mills & Crowley, 2001; Yapko, 1995). Volgens hierdie skrywers is die storie 'n komplekse verwewing van waarnemings, intuïsie en doelwitte wat die sielkundige gebruik om aan die individu 'n belangrike boodskap oor te dra. Die veronderstelling is dat die storie die individu se eie unieke assosiasies en ondervindinge stimuleer wat sy dan ná terapie in die sand uitbeeld.

Kinders en adolessente probeer nie die bedekte boodskap van 'n storie uitwerk nie. Hulle word gewoonlik net deel van die storie deur hul sterk verbeelding te gebruik. Die kind of adolessent se verbeelding is die kritieke bestanddeel vir verandering. Die metafoor dien as vlammetjie wat die kind of adolessent se verbeelding verhelder tot selfkennis en transformasie (Mills & Crowley, 2001).

Mills en Crowley (2001) beskryf navorsing rakende storievertelling uit 'n fisiologiese perspektief wat daarop dui dat die regterhemisfeer van die brein geaktiveer word om stories en metafore te prosesseer.[15] Volgens Siegelman (1990) is laasgenoemde 'n manier om met die onderbewuste te kommunikeer. Siegelman noem verder dat metafore ook as 'n brug dien tussen gevoel en insig en dat dit 'n manier is om

[15] Dit is belangrik om hier te noem dat daar min wetenskaplik gefundeerde bewyse bestaan m.b.t. 'n sg. fisiologiese basis vir breindominansie.

gevoelens te mobiliseer en vry te laat, omdat dit gebruik maak van sowel konkrete as visuele inligting. Siegelman (1990:1) stel die aangeleentheid soos volg:

> *Metaphor is a tool so ordinary that we use it unconsciously and automatically, with so little effort that we hardly notice it. It is omnipresent: metaphor suffuses our thoughts, no matter what we are thinking about. It is accessible to everyone: as children, we automatically, as 'matter of course', acquire a mastery of metaphor, and it is irreplaceable: metaphor allows us to understand ourselves and our world in ways that no other modes of thought can.*

Die regterhemisfeer is volgens Mills en Crowley (2001) meer betrokke by emosionele en verbeeldingsprosesse as die linkerhemisfeer. Hierdie outeurs betoog dus dat psigosomatiese simptome geprosesseer word deur oorheersend regterbreinfunksies. Vanuit 'n fisiologiese perspektief kan die regterbrein dus die 'tuiste' van sowel metaforiese taal as psigosomatiese simptome beskou word.

Erickson en Rossi (in Mills & Crowley, 2001) voer aan dat psigosomatiese simptome uitdrukkings in die taal van die regterhemisfeer is. Die gebruik van metafore kan dus volgens Mills en Crowley (2001) 'n manier wees om direk met die regterhemisfeer in die 'eie taal' daarvan te kommunikeer. Deur die Ericksoniaanse benadering tot terapie in kombinasie met sandspelterapie te gebruik kan die terapeut moontlik direk toegang verkry tot die regterhemisfeer van die brein (Mills & Crowley, 2001).

Die werk van die psigiater Bessel van der Kolk sluit hierby aan. Van der Kolk, aangehaal deur Kellerman en Hudgins (2001:210), se verduideliking van die werking van die linkerhemisfeer en regterhemisfeer van die brein is as volg:

> *A traumatised person does not have access to the left hemisphere of the brain which translates experience into language, therefore they can't make meaning out of what is happening to them or put it into any context. The right hemisphere evaluates the emotional significance of incoming information and regulates hormonal responses. Traumatised people have been known to have trouble tolerating intense emotions without feeling overwhelmed and thus continue to rely on disassociation. They go from stimulus to response without being able to figure out what makes them so upset. They overread, shutdown or freeze.*

Van der Kolk, McFarlane en Weisareth (1996) sluit aan by die siening van Mills en Crowley (2001) en noem dat heelwat getraumatiseerde kliënte psigosomatiese simptome toon. Sodanige kliënte toon dikwels 'n intellektuele onvermoë om hul

emosies of gevoelens te verwoord en toon emosies woordeloos deur middel van psigosomatiese simptome of gedragsteurnisse. Kellerman en Hudgins, (2001), Van der Kolk, McFarlane en Weisareth, (1996) en Mills en Crowley (2001) ondersteun die gedagte dat die toepassing van storievertelling as tegniek vir adolessente wat depressie as ontwikkelingshindernis ervaar, 'n haalbare terapeutiese ingreep kan wees aangesien die kliënt nie haar verhaal hoef te verbaliseer nie.

Erickson se benadering tot terapie is vasgelê in sekere beginsels. Hierdie beginsels word nou in meer besonderhede bespreek.

2.2.2.4 Erickson se A-teoretiese benadering tot terapie

Aangesien Erickson se benadering tot terapie nie binne 'n spesifieke teorie gegrond is nie, word daarna verwys as 'n A-teoretiese benadering. Hierdie benadering is vasgelê in ses beginsels wat vervolgens uiteengesit word:

A. Die onderbewuste is 'n belangrike hulpmiddel in die terapeutiese proses

Erickson het die kliënt se onderbewuste as die hoeksteen van sy benadering geag en dit te alle tye met respek hanteer (Zeig & Munion, 1999). Battino en South (2002:30) sluit hierby aan:

> *He was aware that it was a special psychological state with certain physiological attributes, superficially resembling sleep, and characterized by a functioning of the individual at a level of awareness other than the ordinary state – which has been conceptualized as the 'unconscious'.*

Hiervolgens het Erickson op sy kliënt en op sy eie onderbewuste vertrou as 'n belangrike hulpbron in die genesingsproses (Battino & South, 2002). Daarbenewens het Erickson die kliënt se onderbewuste beskou as 'n bron wat oor spesiale maniere beskik om inligting te prosesseer (Zeig & Munion, 1999) en terapeutiese werk moes derhalwe in samewerking met die onderbewuste geskied – buite die bewussyn. Erickson het hierdie opvatting gegrond op sy oortuiging dat die onderbewuste insig ontwikkel voor bewustelike erkenning daarvan plaasvind, en soms op 'n simboliese manier 'praat' (Geary & Zeig, 2001; Klippstein, 1991; Thompson, 2005).

Hoewel Erickson dit belangrik geag het om onderbewuste simboliek te herken en te verstaan, (Zeig & Munion, 1999), het hy ook beklemtoon dat dit nie altyd nodig was om implisiete betekenis eksplisiet te maak nie. Levine en Kline (2007) is dit eens dat trauma nie noodwendig deur die kind of adolessent geverbaliseer word nie – sy kan byvoorbeeld deur haar gedrag toon dat 'n probleem bestaan (Levine, 1997).

Die terapeut behoort te alle tye daarna te streef om te verstaan waaroor die kliënt werklik praat. Die terapeutiese hantering van sodanige gespreksinhoude word vergemaklik wanneer die terapeut dieselfde simboliese taal as die kliënt gebruik (Zeig & Munion, 1999). Deur die kliënt se boodskap te verstaan kan die terapeut die aanmeldingshindernis vasstel.

Geldard en Geldard (2002) postuleer dat beradingsvaardighede (spesifiek wanneer met kinders gewerk word) belangrike terapeutiese waarde het by die vasstelling van die aanmeldingshindernis. Hierdie skrywers maak gebruik van waarneming, aktiewe luistervaardighede en vraagstelling.

Wat die verdeling tussen die bewuste en die onderbewuste betref, wys Erickson daarop dat die onderbewuste daagliks dinge ontdek en dus gedrag voorafgaan en lei (Zeig & Munion, 1999). Hy was oortuig dat individue daagliks op 'n onderbewustelike manier insig verkry. 'n Persoon kan byvoorbeeld van voorneme wees om binne groepsverband iets te bespreek, maar net 'n gevoel kry dat dit nie die regte geleentheid of plek is om die saak te opper nie. Volgens Erickson kan hierdie insig as onderbewuste insig gesien word (Zeig & Munion, 1999).

Soos Erickson glo ek dat die onderbewuste daagliks nuwe dinge ontdek. 'n Kliënt kan deur haar lewensverhaal te deel, sekere vrae self beantwoord wat gedurende die vertelling gevra is. Hierdie beantwoording van selfgestelde vrae kan moontlik tydens terapie tot 'n beter begrip van die self lei.

B. Erickson se model as simptoom-gefokus en nie-patologies

Gilligan (1989) meen dat Erickson se positiewe benadering om die etikettering van sy kliënte te vermy 'n aantal voordele inhou. Erickson se benadering staan die bereiking

van gesonde uitkomste voor: die benadering streef nie na massiewe persoonlikheidsrekonstruksie nie, maar fokus slegs op die oplossing van simptome of probleme. Implisiet in hierdie benadering is 'n waardering vir al die aspekte van die individu wat na behore funksioneer. As 'n huidige en toekomsgeoriënteerde benadering fokus Erickson op aspekte in die kliënt se lewe wat doeltreffend funksioneer en aspekte wat onmiddellik relevant is in die kliënt se lewe (Gilligan, 1989).

Hierdie uitgangspunt van Erickson sluit aan by Positiewe Sielkunde, wat ondersoek instel na die positiewe ervarings van die kliënt. Volgens Miller (2004) ondersoek Positiewe Sielkunde die waardevolle ondervindings, positiewe individuele eienskappe en burgerlike deugde van die kliënt. Met waardevolle ondervindings word bedoel die kliënt se vorige positiewe ervarings, huidige positiewe ervarings en hoop en optimisme vir die toekoms. Positiewe individuele eienskappe dui op die kliënt se vermoë om liefde te betoon en te ontvang, vergewinsgesind op te tree, interpersoonlike vaardighede verder te ontwikkel, en so meer. Burgerlike deugde wys onder andere op die verantwoordelikhede van die kliënt met betrekking tot werksetiek, geduld en gematigdheid.

Dit blyk uit my ervaring as sielkundige dat die meeste kliënte wat om hulp aanklop onmiddellike verligting vir hul unieke probleem verwag. In die onderhawige studie nader die deelnemer se ouers egter die narvorser/terapeut namens die deelnemer. Indien die terapeut die deelnemer se hindernis met haar bespreek, is dit moontlik om onmiddellike hanteringsmodi of 'oplossings' saam met die deelnemer te eksploreer. In die voorgenome studie behels die eerste sessies saam met die deelnemers 'n eksplorasie van hul lewensverhaal. Hierdie word gedoen met die kind of adolessent as deelnemer sonder haar ouers en/of versorgers. Dit is noodsaaklik om die deelnemers se lewensverhale in diepte aan te hoor sodat aspekte hiervan tydens toekomstige terapeutiese ingrepe benut kan word.

C. Erickson se siening rakende die rol van die terapeut

Wanneer die terapeut 'n direktiewe benadering volg, kan die pas van terapie moontlik versnel word (Lankton, 1989). Lankton (1989) het Erickson as 'n direktiewe terapeut beskou. Volgens Erickson kon 'n kliënt enige tyd sy advies aanvaar of verwerp, derhalwe kon hy advies voorsien en direktief terapeutiese ingrepe doen tot voordeel van sy kliënt. Deur gesprekvoering kon Erickson bepaal hoe die kliënt in die verlede reeds positiewe gedragsverandering ondergaan en insig verwerf het. Hy het dan hierdie verworwe kennis in terapie gebruik (Zeig & Munion, 1999). Erickson het die rol van die terapeut veral as primêre inisiërende kreatiewe bron binne die terapeutiese verhouding beskou (Lankton, 1989).

In die voorgenome studie sal ek as terapeut nie noodwendig altyd direktief optree nie. Indien 'n direktiewe benadering na my mening tot voordeel van die deelnemer is, sal ek dit wel gebruik maar indien die deelnemer na my mening nie gereed is vir 'n direktiewe benadering nie, sal ek non-direktief te werk gaan. Ek sal dus aanpas by die deelnemer na gelang van haar gereedheid vir verandering. My rol tydens hierdie navorsingsprojek is tweevoudig, naamlik beide as navorser en terapeut.

D. Erickson se siening van terapie buite die terapiekamer

Erickson was van mening dat belangrike terapeutiese werk buite die konteks van terapie kon geskied deur die benutting van opdragte (Edgette & Edgette, 1995). Huiswerkopdragte hou die voordeel in dat die kliënt nie net gedurende terapie besig is met terapeutiese werk nie, maar ook vir 'n groter gedeelte van die week, wat meebring dat die probleem gekonfronteer word in die konteks waarin dit begin het (Edgette & Edgette, 1995). Opdragte verskuif die aard van die werk vanaf die abstrakte na die konkrete en bevorder by die kliënt groei, wat nie in die terapiekamer alleen bereik kan word nie. Genoemde outeurs meen dat Erickson opdragte om verskeie redes gebruik het:

Eerstens, sodat sy kliënte insig in hul probleme kon verkry; tweedens om emosionele bevryding te ervaar; en derdens om gedragspatrone te verbreek. Erickson het sy

kliënte se sterkpunte, vermoëns en hulpbronne in aanmerking geneem wanneer hy sulke praktiese opdragte gegee het. Hy was boonop uitsonderlik kreatief en het hierdie sin vir kreatiwiteit in diens van sy kliënt aangewend deur juis kreatiewe en unieke huiswerk-opdragte tydens terapeutiese ingrepe aan die kliënt voor te hou (Edgette & Edgette, 1995). Die Probleemoplossingsbenadering en Narratiewe terapie ondersteun hierdie uitgangspunt van Erickson.

Ek beskou tuisopdragte as 'n uitdaging, veral vir my as terapeut. Wanneer 'n tuisopdrag gegee word is dit belangrik dat die kliënt daarby baat en inkoop in die idee van die opdrag. Gedurende hierdie terapeutiese proses sal ek poog om weldeurdagte en kreatiewe tuisopdragte te gee wat tot voordeel van die deelnemer strek. As terapeut sal ek die ontwikkelingsvlak van die deelnemer in gedagte hou asook haar gereedheid vir verandering.

E. Erickson se sienswyse rakende die terapeutiese gebruik van kliënte se sterkpunte en vermoëns

Die vyfde beginsel waarop Erickson se terapie geskoei was, was sy oortuiging dat die meeste kliënte oor genoegsame hulpbronne, sterkpunte en ervarings beskik om hul eie probleme op te los. Rosen (in Zeig & Lankton 1988) meen dat Erickson diep onder die indruk was van die geweldige insette wat sy kliënte ten opsigte van hul behandeling moes lewer, en dat hy daarom sy terapeutiese ingrepe telkens aangepas het om kliënte se vermoëns en hulpbronne maksimaal te benut.

Erickson het ook die unieke persoonlikheid van die kliënt en haar ervarings in gedagte gehou wanneer die tipe intervensie oorweeg is (Edgette & Edgette, 1995; Zeig & Munion, 1999). Laasgenoemde skrywers wys daarop dat sommige van hierdie ervarings uniek is aan die individu en dat ander universeel is; byvoorbeeld, meeste mense is bekend met die proses om te leer fietsry, maar nie almal is in musiek opgelei nie. Erickson het sowel hierdie individuele as universele ondervindings en hulpbronne in terapie gebruik.

White en Morgan (2006) beklemtoon hierbenewens die belangrikheid dat die 'regte' vrae gedurende narratiewe terapie gestel word. Hierdie vrae behoort van kliënt tot

kliënt te verskil aangesien elke een 'n individu met 'n unieke storie is (White & Morgan, 2006). Hoewel dit relatief eenvoudig en maklik klink vir die terapeut om die kliënt se hulpbronne en sterkpunte tydens terapie te benut, ken die terapeut die kliënt aanvanklik glad nie. Sy weet derhalwe ook nie oor presies watter moontlike sterkpunte en hulpbronne die kliënt beskik nie.

Die terapeut behoort dus toepaslike vrae aan die kliënt te stel in die aanvangsonderhoud wanneer die kliënt haar verhaal vertel om presies te bepaal wat haar sterkpunte en potensieel benutbare hulpbronne verteenwoordig. Daarna kan die terapeut hierdie inligting gebruik om die kliënt se unieke terapeutiese ingrepe te beplan deur hierdie inligting deel te maak van die storievertellingsproses. Dit is verder belangrik dat die terapeut ook deurgaans van waarneming gebruik maak.

F. Erickson se standpunt oor benutting tydens die terapeutiese proses

Volgens Erickson (in Geary & Zeig, 2001) impliseer effektiewe behandeling[16] benutting van alles wat kliënte na die terapeutiese situasie bring of wat reeds in hulle lewens bestaan. Benutting van geleenthede impliseer dat die terapeut gereed is om strategies te reageer op alle aspekte van die kliënt en die omgewing. Sodanige aspekte sluit in beide bewuste en onderbewuste hulpbronne, sterkpunte, ondervindinge, vermoëns, verhoudinge, houdings, probleme, simptome, tekorte, omgewing, beroep, stokperdjies en emosies (Geary & Zeig, 2001).

Die konsep 'benutting' is volgens hierdie skrywers eenvoudig omdat dit alles binne die kliënt se lewe omvat wat bruikbaar mag wees om die terapeutiese doelstelling te bereik. Hulle is van mening dat indien kliënte bruikbare inligting na die terapeutiese situasie bring, *healing* (genesing) waarskynlik kragtiger gefasiliteer sal word as met enige ander strategie wat die terapeut in die terapeutiese situasie kan benut. Gedurende hierdie navorsing poog ek om strategies te reageer op alle aspekte van die deelnemer en die omgewing.

[16] Vir die doel van hierdie studie beteken effektiewe behandeling 'n moontlike positiewe terapeutiese uitkoms.

Soos reeds genoem is sandspelterapie die ander terapeutiese benadering wat deel vorm van hierdie studie se fokus. 'n Bespreking van sandspelterapie word gevolg deur 'n vergelyking van hierdie terapievorm met die Ericksoniaanse benadering, aangesien die onderhawige studie voortspruit uit 'n vraag na die sukses daarvan al dan nie om Erickson se benadering met sandspelterapie te kombineer in die behandeling van depressie as ontwikkelingsteurnis by kinders en adolessente. Sukses kan moontlik bepaal word deur die mondelinge- of skriftelike terugvoer van die deelnemer (besprekings en joernaal).

2.2.3 Kritiek t.o.v. die Ericksoniaanse benadering tot terapie

Die kritiek oor Erickson se benadering tot terapie kan in drie kategorieë verdeel word, nl. Teoretiese kritiek; Etiese kritiek en Persoonlike kritiek (Geary & Zeig, 2001; Havens & Walters, 2002; Lankton & Lankton, 1983; Short, Erickson & Klein, 2005; Yapko, 2006; Zeig & Munion,1999):

2.2.3.1 Teoretiese kritiek

Teoretiese kritiek oor Erickson se benadering tot terapie is drieledig, naamlik:

- Dit toon 'n gebrek aan navorsing.
- Dit is moeilik om die benadering te leer.
- Onervare terapeute ontvang nie 'n duidelike model nie.

Erickson se benadering is A-teoreties dus word die benadering beskou as nie sterk teoreties gegrond nie (Zeig & Munion, 1999). Die tekort aan teorie-gebaseerde sterkpunte in Erickson se terapeutiese strategieë gee aanleiding tot die kritiek dat sy benadering tot terapie nie nagevors kan word nie en dat dit dus moeilik is om sy benadering te leer.

Hierdie kritiek is myns insiens geldig aangesien die benadering moeilik ten volle verstaan word. Dit is egter belangrik om te onthou dat Erickson sy loopbaan by Eloise Hospitaal in Michigan begin het as Direkteur van Navorsing (Zeig & Munion, 1999). Hy het individuele verskille eerder as groepsnorme verken. Met hierdie uitgangspunt

in gedagte is die klem van terapie op die uniekheid van die persoon. Ek vind aanklank hierby dat elke persoon uniek is en dat hierdie uniekheid in terapie raakgesien behoort te word. Die Transteoretiese Benadering steun hierdie uitgangspunt van Erickson (Proschaska & Norcross, 2007).

2.2.3.2 Etiese kritiek

Etiese kritiek oor Erickson se benadering tot terapie is drieledig, naamlik:

- Die benadering is manipulerend.
- Die benadering is voorskriftelik.
- Die tegniek is simplisties.

Enige benadering het spesifieke standaarde vir 'n terapeutiese ingreep om plaas te vind. Dit beteken dat daar sekere reëls en/of etiese standaarde is wat binne die raamwerk van die benadering pas.

Die kritiek dat Ericksoniaanse psigoterapie manipulerend is, spruit hoofsaaklik uit die kwessie rakende ingeligte toestemming. Die Ericksoniaanse benadering beklemtoon kommunikasie op veelvuldige vlakke en gebruik die onderbewuste om hulpbronne te mobiliseer. Hiervolgens kan ingeligte toestemming om die onderbewuste van die kliënt te mobiliseer moontlik die terapeutiese proses benadeel. Gedurende hierdie studie sal ingeligte toestemming te alle tye vanaf die deelnemer en haar ouers verkry word vir die benutting van hierdie aspek van my beoogde benadering.

Die Ericksoniaanse benadering word as simplisties beskou as gevolg van die fokus op simptoomverligting eerder as die ontwikkeling van insig. Zeig en Munion (1999:94) voer die volgende aan:

> *As Ericksonian therapists work with a symptom, they expect a snowballing effect. Gaining competence over a symptom breaks patients out of rigid mind sets. Subsequently there can be salutary reverberations into other aspects of the patient's life, including the patient's social system ... Psychological insight has been viewed from other perspectives as antiethical to the Ericksonian approach, which is seen as directed to stimulating the patient's unconscious and bypassing conscious understandings. Actually, insight can be used within Ericksonian methodologies: it is*

> *merely one of a number of health promoting methods. If insight could be used to catalyze change, Erickson utilized it. More often, however, understanding why does not help people discover how to do things differently ... Change is independent of insight.*

Die probleemoplossingsbenadering versterk bogenoemde argument. Volgens D'Zurilla en Nezu (2006) kan effektiewe probleemoplossing geassosieer word met die volgende eienskappe: optimisme, hoop, goeie selfbeeld, goeie eiewaarde, verbeterde gesondheid, goeie emosionele welstand en 'n sin van algehele lewensbevrediging. Effektiewe probleemoplossers beskou probleme as geleenthede vir groei of positiewe verandering en pak probleme aan op 'n sistematiese, goed deurdagte manier (Bucher, 1999; Kanter, 1996; D'Zuilla & Nezu, 2006).

2.2.3.3 Kritiek t.o.v. Erickson as persoon

Persoonlike kritiek oor Erickson se benadering tot terapie is tweeledig, naamlik:

- Erickson is 'n kultusfiguur.
- Die terapeut behoort 'n mate van charisma te toon om Erickson se benadering suksesvol te kan toepas.

Erickson was 'n charismatiese terapeut wat nie geskroom het om ander terapeute te onderrig nie. Dit was skynbaar nie vir hom belangrik dat almal met hom moes saamstem nie, eerder dat sy kliënte verligting van hul aanmeldingsimptome in terapie sou vind (Zeig & Munion, 1999).

Hoewel die voorgenoemde punt van kritiek nie as heeltemal ongegrond beskou kan word nie, is ek van mening dat elke terapeut haar eie persoonlike styl na die terapiekamer bring. Sommige terapeute is egter meer charismaties as ander, maar charisma behoort nie die sukses van terapie te bepaal nie. Yalom (2008) beskryf 'n goeie terapeut as volg:

- Die terapeut se verbintenis met die kliënt is 'n vertrouensverhouding waar die kliënt in 'n veilige omgewing haar lewensverhaal met die terapeut kan deel in die wete dat die terapeut die kliënt onvoorwaardelik aanvaar.

- Die terapeut ondersteun die kliënt op ’n positiewe manier. Die terapeut lewer kommentaar met betrekking tot die positiewe eienskappe van die kliënt.
- Die terapeut toon empatie teenoor die kliënt.
- Die terapeut ondersteun die kliënt om empatie aan te leer vir ander.
- Aangesien die terapeut en kliënt ’n spesiale verhouding deel, mag die terapeut toelaat dat die kliënt haar verander of beïnvloed.
- Terapeute is net mense en dit is menslik om foute te begaan. In so ’n geval is dit belangrik dat die terapeut die fout erken.
- Die terapeut behoort te poog om ’n unieke terapeutiese ingrepe vir elke kliënt daar te stel.
- Die terapeut behoort haarself te verbind tot persoonlike terapie.
- Die terapeut behoort die weg aan die kliënt uit te wys deur persoonlike modellering.

2.2.3.4 Beperkinge van die benadering

Zeig en Munion (1999) beskryf moontlike beperkinge van die benadering as volg:

- Die benadering werk slegs met sekere kliënte populasies.
- Die terapeut benodig heelwat kliënte om ’n bestaan te maak.

Hierdie moontlike beperkinge van die Ericksoniaanse benadering tot terapie behoort nie ’n negatiewe uitwerking op die voorgenome navorsing te hê nie aangesien ek dit in gedagte sal hou en sal aanpas by die etiese standaarde wat verwag word van navorsing. Hierdie etiese kwessies is volledig in Hoofstuk 1 bespreek.

Vervolgens word sandspelterapie bespreek.

2.3 SANDSPELTERAPIE

Volgens Boik en Goodwin (2002) kan sandspel beskou word as 'n verbeeldingsaktiwiteit wat die kliënt in sand uitvoer. Hierdie skrywers meen dat sandspel 'n natuurlike spieël is vir die individualiseringsproses waarmee die kliënt besig is. Ander skrywers dui aan dat kliënte deur middel van sandspel toegang verkry tot hul kerngevoelens, en dat sandspel 'n simboliese taal is waardeur die kliënt kommunikeer (Boik & Goodwin, 2002; Carey, 1999; De Domenico, 2002; Mitchell & Friedman, 1994; Pearson & Wilson, 2001).

Kalff (2004) en Lowenveld (in Carey, 1999) stem saam dat sandspel 'n simboliese taal is waardeur die kliënt kommunikeer en glo dat die spel met of sonder water kan geskied. Hoewel Lowenveld (in Carey, 1999) gevind het dat die kliënt met of sonder miniatuurfigure 'n wêreld in die sand kon uitbeeld, was dit vir Kalff (2004) belangrik dat die kliënt miniatuurfigure en simbole in die sandtoneel gebruik.

Dit blyk uit die voorgaande dat die Ericksoniaanse benadering en sandspelterapie, waar die kliënt vry is om 'n eie innerlike wêreld deur middel van sand te skep, moontlik in kombinasie as 'n gekombineerde terapeutiese strategie wedersyds aanvullend kan wees. Hierdie gekombineerde benadering is 'n unieke terapeutiese metode waaroor daar nog nie voorheen veel navorsing gedoen is nie, derhalwe word hierdie tesis aan die onderwerp gewy. [17]

2.3.1 Agtergrondinligting

Wanneer sandspelterapie bespreek word, is die bydrae van drie navorsers tot hierdie terapeutiese ingrepe, naamlik dié van Lowenveld, Kalff en ook van De Domenico veral van belang. Hulle bydraes word nou onderskeidelik bespreek:

[17] Die enigste navorsing rakende 'n gekombineerde benadering is deur die skrywer gedoen in haar verhandeling getiteld: "Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie vir 'n kind wat aggressie as ontwikkelingsteurnis ervaar."

2.3.1.1 Margaret Lowenveld

Margaret Lowenveld was die eerste persoon wat sandspel as ’n psigoterapeutiese metode gebruik het (Weinrib, 1983). Volgens Weinrib het sy gedurende die 1920s die Lowenveld-Wêreldtegniek in Londen ontwikkel. Dit het behels dat die kind miniatuurfigure en simbole in ’n bak gevul met droë en/of nat sand moes rangskik om ’n statiese of ’n bewegende wêreld in die sand te skep (Weinrib, 1983). Hierna het Lowenveld heelwat tyd bestee om die kind te ondersteun om hierdie wêreld te verstaan (De Domenico, 2002).

De Domenico (2002) gee te kenne dat Lowenveld daarna gestreef het om te bepaal wat die objekte wat die kind gebruik het vir haar beteken het. Sy het klaarblyklik nie primêr op die simboliek van die miniatuurfiguur of simbool, of op ’n spesifieke teorie oor die interpretasie van kinderfantasieë staatgemaak nie. Meer belangrik was die betekenis wat die kind aan die beelde en/of vorms gegee het (De Domenico, 2002).

Dit het voortgespruit uit Lowenveld se oortuiging dat die primêre wyse van bewuswording van die eksterne objekte wat die kind in die sandspel gebruik, ineengestrengel is met aspekte van die kind se vroeë intrapsigiese ervarings van hierdie eksterne objekte, asook die fisiologiese en/of emosionele gevoelens wat aan hierdie objekte gekoppel is. Deur middel van verbale eksplorasie kon sy ’n prentjie vorm van die gevoelens, konsepte, gedagtes en ondervindinge wat in die kind se sandwêreld uitgebeeld is (De Domenico, 2002).

Die terapeutiese ingrepe wat ek met die deelnemers in hierdie studie beplan stem ooreen met die werk van Margaret Lowenveld, naamlik dat die deelnemer, nadat ek aan haar ’n storie vertel het, hierdie storie met miniatuurfigure in die sand uitbeeld. Die deelnemer kan kies of hierdie uitbeelding staties of bewegend gaan wees en verder of sy met nat en/of droë sand wil werk, in ooreenstemming met die Lowenveld-tegniek.

Ek ondersteun die siening van Lowenveld dat die simboliek van die miniatuurfigure of simbole nie vir hierdie studie belangrik is nie, maar wel die betekenis wat die kind of adolessent daaraan heg wanneer sy dit gebruik. Ek sal dus deur gesprekvoering met

die deelnemer bepaal wat elke miniatuurfiguur en/of simbool vir haar beteken terwyl ek ook die voltooide prentjie as geheel sal beskou. Verder sal ek vasstel wat die onderliggende emosie is wat die kind of adolessent aan die miniatuurfiguur en/of simbool heg.

2.3.1.2 Dora Kalff

Lowenveld se Wêreldtegniek is in Jungiaanse werk geïnkorporeer na aanleiding van die pogings van Dora Kalff (Weinrib, 1984). Volgens De Domenico (2002) is Kalff die eerste persoon wat die term 'sandspelterapie' gebruik het. Sy het dit aangewend as 'n tegniek wat kinders in staat gestel het om beide argetipes en intrapersoonlike wêrelde uit te druk (Boik & Goodwin, 2003). Wilmer (in Carey, 1999:11) gee die volgende verduideliking met betrekking tot argetipes:

> *The world of the archetypes is that invisible world that no one has ever seen. It is hypothesized to be the deepest realm of the psyche and to have the potential to evoke images of a more or less predictable nature. It is these images that we see and which occur worldwide in the psyches of all people. The same images have been appearing and reappearing from time immemorial. We know them through fairy tales, sagas, legends, and stories told the world over. They transcend culture, race and time.*

'n Argetipe is dus 'n hipotetiese model wat nooit ten volle verduidelik kan word nie. Elke individu ervaar 'n argetipe op haar unieke manier. So ook het elkeen 'n ander innerlike beeld van byvoorbeeld **moeder, vader, perd** of **draak.** In die diverse Suid-Afrikaanse konteks is dit belangrik om vas te stel wat elke individu se innerlike beeld van die simbole is wat sy gebruik.

Kalff het geglo dat sandspel die kind met die realiteite van die alledaagse lewe verbind en dat simboliese spel kommunikasie skep tussen die bewuste en die onderbewuste (Boik & Goodwin, 2003). In haar benadering is die ongesproke begrip, die verbindingsgevoel (die oordrag- en teenoordrag-dimensies wat tussen die terapeut en die kind ontwikkel) beskou as die primêre genesende faktor gedurende sandspelterapie (Carey, 1999). Hierdie beskouing word egter nie deur alle sandspelterapeute gehuldig nie. Sommige terapeute is van mening dat die oordrag

nie veronderstel is om op die terapeut te wees nie, maar wel op dit wat binne-in die sandbak uitgebeeld word (Carey, 1999).

Gedurende die terapeutiese ingrepe wat ek met my studie beplan, sal die fokus nie op spesifieke argetipes en die betekenis daarvan wees nie. Die betekenis wat die deelnemer aan die miniatuurfiguur heg, is die betekenis en die emosionele gevoel waarmee ek beplan om te werk. Ek is dit eens met Kalff se siening dat die simboliese spel van die kind kommunikasie tussen die bewuste en die onderbewuste skep. In my ervaring met sandspelterapie blyk dit dat die kind in spel in ’n wêreld van haar eie is, waar sy binne ’n veilige omgewing onderbewustelik uiting aan haar gevoelens kan gee.

Waar Kalff (2004) in haar benadering die ongesproke begrip (die oordrag- en teenoordrag-dimensies wat die terapeut en die kind ontwikkel) as die primêre genesende faktor gedurende sandspelterapie beskou, wil ek in die voorgenome studie poog om deur middel van wedersydse kommunikasie vas te stel presies wat die deelnemer met haar sandbak gedoen het. Derhalwe kan dit nie gebeur dat ek die proses van die deelnemer misverstaan nie.

2.3.1.3 Gisela De Domenico

’n Derde belangrike navorser op hierdie terrein is Gisela De Domenico. Sy het belangrike navorsing met voorskoolse kinders gedoen en het verskillende vorms en groottes sandspelkaste gebruik in ’n tegniek wat sy *Sandtray-Worldplay* genoem het (Boik & Goodwin, 2002; Landreth, 2002). Anders as Lowenveld en Kalff, was De Domenico se fokus direk op die bewuste, deurdat sy die kliënt se sandspelproses en ervaring van die wêreld en die self gefasiliteer het (De Domenico, 2002).

In teenstelling met Kalf (2004) en Lowenveld (in Carey, 1999) sien De Domenico (2002) die beelde en die sandformasies as werklik (nie-simbolies) sodra dit in die sandbak geplaas is. Sy glo verder dat dit nie vir die terapeut nodig is om die sandwêreld van die kliënt te interpreteer nie, omdat die terapeut nie ’n kundige met betrekking tot die kliënt se lewe is nie (Boik & Goodwin, 2002). Soos by Lowenveld

begin haar proses met die persoonlike ondervinding van die kliënt, en soos Kalff gebruik sy die argetipiese ondervinding van die kliënt, maar interpreteer egter nie hierdie faset van die kliënt se innerlike belewing nie.

De Domenico het direk gefokus op die bewuste of die hier-en-nou van dit wat die kliënt in die sandbak uitspeel. Hoewel dit belangrik is in sandspelterapie om die hier-en-nou in ag te neem, behoort ek eweneens rekening te hou met die opgekropte emosies en gevoelens wat die deelnemer ervaar asook die gebeure in die deelnemer se lewe, wat as moontlike oorsake kan dien vir die depressiewe simptome wat sy ervaar.

Vir De Domenico was dit nie belangrik om die miniatuurfigure, simbole of die uiteindelike sandtonele wat die kliënte in die sandbak gebou en gebruik het te interpreteer nie aangesien sy van mening was dat die terapeut nie ’n deskundige met betrekking tot die lewe van die kliënt is nie. Ek ondersteun laasgenoemde standpunt dat die terapeut nie ’n deskundige van die kliënt se lewe is nie. Deur middel van die aanvanklike onderhoud met die kliënt en verdere terapeutiese ingrepe, kry die terapeut tog ’n blik van wat in die kliënt se lewe aangaan en wat sy voel en dink. Die terapeut behoort deur middel van vraagstelling bewus te word van die kliënt se verwagtinge en drome asook van teleurstellings.

Vir die beplande terapeutiese ingrepe wil ek graag die inligting gebruik wat die deelnemer bereid is om van haar lewe te deel, asook die inligting wat ander belangrike rolspelers in haar lewe deel, sodat ek hierdie inligting kan aanwend in ’n moontlike alternatiewe storie van haar lewe wat sy dan in die sand gaan uitbeeld.

Vir die doel van hierdie studie word die voordele en beperkinge van sandspelterapie uitgelig voordat die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie met mekaar vergelyk word.

Die voordele en moontlike beperkinge van sandspel in terapie word vervolgens in Tabel 2.2 uiteengesit.

Tabel 2.2: Voordele en moontlike beperkings van sandspel in terapie

	Voordele van sandspel in terapie		Moontlike beperkinge van sandspel in terapie
1	Tydens sandspel maak die terapeut gebruik van fantasie wat die individualiseringsproses van die kliënt fasiliteer.	1	Die grootte van die sandbak: volwassenes mag vind dat die grootte van die sandbak beperkend is vir dit wat hulle wil uitbeeld. Die voorgenome studie fokus egter op kinders en adolessente.
2	Sandspel ontlok kreatiwiteit, innerlike gevoelens, persepsies en gedagtes by die kliënt.	2	Die interpretasie wat die terapeut aan die sandspel van die kliënt heg, mag 'n beperking wees indien die terapeut nie die interpretasie wat die kliënt aan haar eie proses heg ten volle verstaan nie. Tydens die gekombineerde benadering sal die terapeut te alle tye die deelnemer se eie interpretasie respekteer en indien die terapeut 'n interpretasie rakende die sandbaktoneel van die deelnemer maak, sal die deelnemer geraadpleeg word.
3	Deur sandspel benut die kliënt haar sintuie.	3	Sommige kliënte mag vind dat die terapie te passief is. Dit kan gebeur dat kliënte nie vir bv. ses agtereenvolgende sessies sandspelterapie wil doen nie. Die terapeut behoort hierdie in ag te neem wanneer 'n terapeutiese ingrepe beplan word. Wanneer die voorgenome deelnemers ingelig word oor die navorsing, sal die terapeut dit duidelik stel dat die doel van die navorsing 'n kombinasie van die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie is. Dit is egter belangrik om te onthou dat terapie nie rigied is nie en dat indien die terapeutiese proses en die vlakke van verandering in die deelnemer ander intervensies sou vereis, die Ericksoniaanse benadering tot terapie wel daarvoor voorsiening maak.
4	Sandspel laat die kliënt toe om 'n konkrete wêreld te skep van innerlike denke en gevoelens.	4	Kinders onder die ouderdom van 18 maande mag moontlik nie baat vind by sandspel as 'n terapeutiese ingreep nie aangesien hulle spel in die sand moontlik nie 'n uitbeelding van hul emosies gaan wees nie. **V**oorgenome deelnemers sal kinders en adolessente tussen die ouderdom van 7 en 18 jaar wees.
5	Sandspel het die potensiaal om die bou van brûe tussen die onderbewuste en bewuste te fasiliteer.	5	Die terapeut mag moontlik nie daarin slaag om die kliënt gedurende terapie veilig te laat voel nie. Dit is dus belangrik dat die vertrouensverhouding tussen die kliënt en terapeut gevestig is voordat sandspelterapie begin. Vir die doel van die voorgenome studie is dit belangrik dat die deelnemers die terapeut vertrou.
6	Sandspel fasiliteer die uitdrukking van emosionele kwessies wat die kliënt nie wil of kan verbaliseer nie.	6	Sommige kliënte mag weier om aan die sand te raak aangesien hulle tassensitief is. Hierdie moontlikheid sal vooraf met deelnemers bespreek word.
7	Sandspel het 'n unieke kinestetiese kwaliteit. Die kliënt maak ook van haar tassintuig gebruik.	7	Sekere kwessies in die kliënt se lewe mag onmiddellike aksie vereis. Dit kan gebeur dat die terapeut direktief te werk gaan indien die terapeut voel dat dit in die beste belang van die kliënt is. Gedurende die voorgenome studie sal die terapeut te alle tye die beste belang van die deelnemer voorop stel.
8	Sandspel dien om afstand daar te stel tussen die terapeut en kliënt, sou die kliënt dit verkies.	8	Die terapeut kan in die slaggat trap om te betrokke te raak in die kliënt se spel. Tydens die gekombineerde benadering sal dit vir die terapeut nodig wees om die deelnemer se proses te verstaan.
9	Sandspel verskaf grense en beperkinge wat 'n gevoel van veiligheid by die kliënt bevorder. Die kliënt werk in 'n sandbak van beperkte omvang in 'n veilige omgewing waar die proses gefasiliteer word deur die terapeut.	9	Sommige kliënte mag voel dat die proses te lank duur. Voordat 'n deelnemer instem om aan die navorsing deel te neem, sal die terapeut die moontlike tydsduur van die navorsing aan die deelnemer verduidelik.

	Voordele van sandspel in terapie		**Moontlike beperkinge van sandspel in terapie**
10	Sandspel kan deur individue en families (groepe) benut word.	10	Die verskeidenheid miniatuurfigure en die vryheid kan vir sommige kliënte oorweldigend wees. Die terapeut sal poog om die deelnemer te alle tye binne terapie veilig te laat voel.
11	Sandspel nooi spontane spel uit waar daar geen regte en verkeerde maniere is om 'n wêreld in die sand te skep nie.		
12	Tydens sandspel verdwyn die kliënt se verdedigingsmeganismes omdat die terapie nie-bedreigend is.		
13	Sandspel is 'n natuurlike kommunikasiemedium vir kinders, en 'n algemene kommunikasiemedium wat oor verskillende kulture heen gebruik kan word.		
14	Sandspel voorsien 'n unieke ruimte waar terapeutiese metafore gebruik kan word.		
15	Sandspel is 'n nie-bedreigende tegniek, omdat die kliënt nie oor haar diepste kwessies hoef te praat nie.		
16	Sandspel kan in samewerking met ander benaderings gebruik word.		
17	Deur middel van sandspel kan die kliënt beheer oor haar lewe neem aangesien sy deur die proses meer oor haar lewe en moontlike kwessies daarin kan leer.		
18	Dieper innerlike kwessies mag makliker toeganklik word deur middel van sandspel aangesien die kliënt se onderbewuste ook gebruik word in sandspel in terapie.		
19	Sandspel bemagtig die kliënt omdat daar beweging plaasvind.		

(Aangepas uit: Boik en Goodwin (2003); Bradway en McCoard (1997); Carey (1999); De Domenico (2002); Hees-Stauthamer (2005); Kalff (1980); Mitchell en Friedman (1994); Pearson en Wilson (2001); Penny en Clark (2005); Van Dyk (1995)).

Die doel van die terapeutiese ingrepe sal wees om vas te stel of die gekombineerde benadering van Eriksoniaanse terapie en sandspelterapie moontlik verligting kan bring vir die simptome van depressie wat deur kinders en adolessente ervaar word. Wanneer die voorgenoemde voordele in die tabel in ag geneem word, blyk dit asof depressie as ontwikkelingsteurnis moontlik terapeuties deur middel van sandspelterapie aangespreek kan word (sien veral 1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20 in Tabel 2.2).

Dit is nodig dat die terapeut te alle tye sal toelaat dat die deelnemer self betekenis heg aan die sandwêreld wat sy skep. Die deelnemer sal vooraf ingelig word dat die terapeutiese proses sandspelterapie behels. Indien die deelnemer om een of ander rede egter nie die sandbak wil of kan gebruik nie, sal die persoon nie deel van die studie kan uitmaak nie.[18]

2.4 ENKELE RAAK- EN VERSKILPUNTE TUSSEN DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE EN SANDSPELTERAPIE

Soos vroeër genoem, het ek nog nie in my navorsing aangetref dat die Ericksoniaanse benadering tot terapie met sandspelterapie in die literatuur gekoppel is om terapeutiese ingrepe vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar, te doen nie. Die vergelyking tussen die twee benaderings in hierdie studie is dus daarop gemik om 'n wetenskaplike begronding te bewerkstelling om te verseker dat die ooreenkomste, verskille en beperkinge van die twee benaderings aanvullend verreken word tot versterking van die Ericksoniaanse benadering tot terapie.

[18] Dit is egter belangrik om te onthou dat terapie nie rigied is nie en dat indien die terapeutiese proses en die vlakke van verandering in die deelnemer ander intervensies sou vereis, die Ericksoniaanse benadering tot terapie wel daarvoor voorsiening maak.

2.4.1 Ooreenkomste tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie

In die opsomming hieronder poog ek om ooreenkomste tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie te tref. Hierdie ooreenkomste is nog nie voorheen in die literatuur opgesom nie. In Tabel 2.3 word die ooreenkomste tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie weergegee. Die waarde van die beoogde gekombineerde benadering word ook in hierdie tabel bespreek.

Tabel 2.3: Ooreenkomste tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie

	Ooreenkomste tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie	Waarde vir die beoogde gekombineerde benaderings
1	Die terapeut maak gebruik van intense waarneming van die kliënt.	Gedurende die beoogde terapeutiese ingreep sal ek die deelnemer en dit wat sy tydens sandspelterapie doen, intensief waarneem.
2	Albei benaderings verg dat die terapeut aktief luister na wat die kliënt besig is om te vertel.	Aangesien Ericksoniaanse storievertelling 'n belangrike deel van die beoogde intervensie gaan uitmaak, is dit uiters belangrik dat ek alles wat die deelnemer deel moet hoor, want dit is uit die verhaal wat die deelnemer aanvanklik aan my sal vertel wat die unieke storie gebou word wat sy veronderstel is om in die sand uit te beeld. Hierdie unieke storie behoort 'n alternatiewe storie te wees wat vanuit die oorspronklike storie van die deelnemer vertel word.
3	By albei benaderings is dit nodig dat die terapeut let op besonderhede, in byvoorbeeld die kliënt se liggaamstaal, oogkontak, en so meer.	Sluit aan by punt 1 waar ek intens moet waarneem hoe die deelnemer haar storie oordra en die emosie (of tekort daaraan) wat deurskemer.
4	Albei benaderings maak gebruik van storievertelling as terapeutiese tegniek.	Met die voorgenome navorsing beoog ek om 'n storie op eg Ericksoniaanse manier aan die deelnemer te vertel. Die deelnemer behoort dan hierdie storie te internaliseer en op haar eie unieke manier in die sand uit te beeld. Na die uitbeelding van die sandtoneel vertel die deelnemer haar storie terug aan my.
5	Metafore in terapie is in albei benaderings van toepassing.	Ek beoog om van gepaste metafore gedurende storievertelling gebruik te maak om die alternatiewe storie te versterk wat die deelnemer in die sand gaan uitbeeld.
6	Dit is by albei benaderings belangrik om die kliënt te bemagtig om haar eie struikelblokke te herken en oplossings daarvoor te vind.	Gedurende storievertelling sal ek aan die deelnemer die geleentheid bied om self oplossings vir moontlike hindernisse en/of struikelblokke te ondersoek.
7	Albei benaderings werk op sowel bewuste as onderbewuste vlakke.	Gedurende die beoogde studie sal ek deur middel van storievertelling indirek aan die aanmeldingshindernis van die deelnemer aandag gee. Die deelnemer beeld daarna die storie in die sand uit. Hierdie uitbeelding vind gewoonlik op 'n onderbewuste vlak plaas.
8	Die uniekheid van die individu word aanvaar.	Die voorgenome studie erken dat elke persoon 'n individu is wat haar struikelblokke op haar eie unieke manier ervaar en moontlik op haar eie unieke manier gedurende die voorgenome terapeutiese ingrepe, oplossings daarvoor mag vind.
9	Die kliënt se eie realiteit word erken en deur die terapeut gerespekteer.	Met die gekombineerde benadering van Ericksoniaanse terapie en sandspelterapie word na die deelnemer se storie en die realiteit wat sy daarmee weergee geluister en gedurende terapie word hierdie realiteit aangespreek.
10	Die kliënt word onvoorwaardelik aanvaar.	Gedurende die beoogde benadering word die deelnemer onvoorwaardelik as 'n individu aanvaar.
11	Beide benaderings poog om kliënte bewus te maak van hul sterkpunte en/of bates. .	Tydens die storievertellingsfase van die terapie sal ek poog om die deelnemer bewus te maak van haar sterkpunte en die bates wat sy besit waarvan sy moontlik vergeet het. Die deelnemer kan ook moontlik in haar refleksiejoernaal op haar eie haar sterkpunte en bates ontdek.

	Ooreenkomste tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie	**Waarde vir die beoogde gekombineerde benaderings**
12	Albei benaderings is gebaseer op die benutting van 'n vorm van kommunikasie tussen twee persone.	Die beoogde benadering kan nie slaag indien daar nie kommunikasie tussen die terapeut en die deelnemer plaasvind nie.
13	Dit is nie nodig dat die kliënte hul emosies verbaliseer nie.	Hoewel dit nie nodig is dat die deelnemer haar emosies verbaliseer in elk van die benaderings afsonderlik nie, sal dit die terapeutiese proses gedurende die voorgenome studie ondersteun indien ek deur die deelnemer se verhaal 'n alternatiewe verhaal kan vertel.
14	Individue maak van hul sintuie gebruik gedurende terapie.	Gedurende die beoogde gekombineerde benadering sal die deelnemers van hul sintuie gebruik maak. In die beginstadium sal verwag word dat die deelnemer na 'n storie luister. Daarna word verwag dat sy die storie visualiseer en later in die sand uitbeeld (tassintuig).
15	Die terapeut probeer hooftemas uit die kliënt se verhaal te lig.	Tydens my aanvanklike alternatiewe storievertelling aan die deelnemer sal ek poog om hooftemas uit die verhaal wat die kliënt aanvanklik vertel het, uit te lig en aan te spreek.
16	Regterbreindenke is belangrik vir boodskappe wat deur die terapeut deur middel van stories en/of metafore gestuur word.	Wanneer die gekombineerde benadering gebruik word, sal daar van die deelnemer verwag word om gedurende storievertelling en sandspelterapie van regterbreindenke gebruik te maak.
17	Die individu behoort by beide benaderings die realiteit van haar situasie te aanvaar en hanteer.	Tydens die beoogde terapeutiese ingrepe gaan die terapeut verwag dat die deelnemer 'n joernaal hou van die terapeutiese proses en hoe sy die proses ervaar. Dit kan moontlik gebeur dat die deelnemer deur die sandspelterapie en die skryf van die joernaal die realitiet van haar situasie begin aanvaar en moontlik hanteer.
18	Gesinsterapie kan by beide benaderings geïnkorporeer word.	Die beoogde terapeutiese ingrepe sal individueel plaasvind. Indien dit nodig sou blyk sal die insette van ander belangrike rolspelers in terapie geïnkorporeer word aangesien die individu deel van 'n sisteem is.

(Aangepas uit: Amatruda en Simpson (1997); Carey (1999); De Domenico (2002); Geary en Zeig (2001); Havens (2003); Kalff (1991); Lankton (1989); Pearson en Wilson (2001); Cara en MacRae (2005); Rossi (1980); Van Dyk (1995))

By nadere ondersoek van die ooreenkomste tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie, het die twee benaderings klaarblyklik heelwat in gemeen. As 'n gesamentlike terapeutiese benadering kan dit moontlik gebruik word om vas te stel of dit 'n positiewe effek op kinders en adolessente kan hê wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.

2.4.2 Verskille tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie

Die verskille tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie word in Tabel 2.4 uiteengesit.

Tabel 2.4: Verskille tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie

	Ericksoniaanse benadering tot terapie	Sandspelterapie
1	Fokus op die aanmeldingshindernis.	Fokus op die innerlike wêreld van die kliënt.
2	Fokus op die onmiddellike verligting van die aanmeldingshindernis.	Fokus op dit wat die kliënt gedurende terapie in die sandbak uitbeeld.
3	Terapeut kan direktief te werk gaan.	Terapeut kan rigting aan die proses verskaf, maar is grootliks 'n waarnemer
4	Huiswerk word aan kliënt gegee om terapie te versterk.	Huiswerk is nie deel van proses nie.
5	Terapeut neem baie keer die leiding.	Kliënte neem die leiding wanneer hulle sandtonele bou.
6	A-teoreties.	Gegrond op die teorie van sandspelterapie.
7	Eklekties; verskillende terapeutiese benaderings word gebruik om die kliënt te ondersteun, nie slegs een enkele terapeutiese benadering nie.	Gedurende sandspelterapie word 'n sandbak, water en figure gebruik.
8	Interpretasie van die kliënt se verhaal is noodsaaklik sodat verandering kan plaasvind.	Interpretasie van die sandspeltoneel deur die terapeut mag die proses inhibeer.
9	Die fokus is op korttermynterapie.	Langtermynterapie kom dikwels voor.

(Tabel: Aangepas uit: Amatruda en Simpson (1997); Carey (1999); De Domenico (2002); Geary en Zeig (2001); Havens (2003); Kalff (1980); Lankton (1989); Pearson en Wilson (2001); Cara en MacRae (2005); Rossi (1980); Van Dyk (1995)).

Met die beoogde navorsing sal ek poog om die verskille in Tabel 2.4 in ag te neem en in die gesamentlike benadering tot moontlike voordeel van die deelnemer te gebruik.

In die beoogde terapeutiese ingrepe sal die fokus op die aanmeldingshindernis wees. Na aanleiding van die aanmeldingshindernis sal ek 'n unieke storie vir die deelnemer vertel wat sy gedurende sandspelterapie gaan uitbeeld (die fokus hier is dan op die innerlike wêreld van

die deelnemer). Die doel van die unieke storie is om die aanmeldingshindernis so vinnig moontlik te verlig, maar die deelnemer interpreteer die storie op haar eie manier in die sand.

Gedurende storievertelling kan die terapeut direktief te werk gaan en daarna terugstaan as waarnemer van dit wat die deelnemer in die sand uitbeeld. Huiswerkopdragte in die vorm van 'n refleksiejoernaal sal deel van die terapie vorm. Hoewel ek die leiding gedurende storievertelling sal neem, sal die deelnemer die leiding neem wanneer sy die verhaal in die sand uitbeeld.

Die Ericksoniaanse benadering tot terapie is A-teoreties. In die onderhawige studie word Ericksoniaanse storievertellingstegnieke gebruik, terwyl die teorie van sandspelterapie gerespekteer sal word tydens die sandtoneel wat die deelnemer bou.

Ten einde die verskille tussen die twee benaderings binne een benadering te inkorporeer word die Ericksoniaanse benadering tot terapie gevolg met verwysing na die rol van storievertelling. Sandspelterapie sal as intervensie gebruik word om die storie uit te beeld. Tydens die onderhawige studie sal ek dus poog om die verskille tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie in ag te neem om 'n terapeutiese strategie daar te stel wat moontlik vir die deelnemer van waarde kan wees. Vervolgens word depressiewe gedrag en gedragshindernisse by kinders en adolessente bespreek.

2.5 DEPRESSIEWE GEDRAG BY KINDERS EN ADOLESSENTE

2.5.1 Inleiding

Volgens die Suid-Afrikaanse Depressie- en Angsgroep (2009) is depressie een van die algemeenste emosionele versteurings wat by kinders en adolessente gediagnoseer word. Hulle noem verder dat depressie ernstige hindernisse en struikelblokke in 'n kind se lewe en ontwikkeling kan veroorsaak. Een van die mees rampspoedige gevolge van depressie by kinders en adolessente is die hoë getal mislukte en suksesvolle selfmoordpogings (SA Depression and Anxiety Group, n.d.). In Suid-Afrika toon navorsing dat een uit elke vyf tieners daaraan dink om hulself te beseer, met 7.8% van hierdie groep wat 'n daadwerklike poging aanwend om dit wel te doen. Hierdie statistieke beklemtoon die behoefte aan vroeë

identifikasie van moontlike emosionele probleme by kinders en adolessente om te voorkom dat hulle hulself ernstig beseer.

Yapko (2006) voer aan dat naastenby 20 miljoen Amerikaners aan depressie ly en dat depressie in elke ouderdomsgroep jaarliks styg. Elke individu wat depressiewe simptome toon het 'n direkte effek op ander persone wat met haar in aanraking kom (Yapko, 2006). Depressie is so wyd verspreid dat ons almal direk of indirek daardeur geraak word, deurdat ons deel in die gevolge van antisosiale gedrag (bv. kindermolestering en dwelmmisbruik) wat baie keer stam uit ongediagnoseerde depressie (Yapko, 2006).

2.5.2 Samevatting van die siening van sekere navorsers rakende major depressie

Volgens Yapko (2006) word depressie deurentyd nagevors. Uit hierdie data van onderskeie navorsers is die volgende gevolgtrekkings rondom major depressie gemaak.

- Major depressie ontstaan nie as gevolg van 'n enkele oorsaak nie. Die drie primêre bydraende faktore tot depressie is biologies, sielkundig en sosiaal (Cronkite & Moos, 1995; Thase & Glick, 1995).
- Heelwat mediese toestande (byvoorbeeld kanker en hartprobleme) en sielkundige hindernisse (byvoorbeeld angsversteurings en middelmisbruik) kom saam met depressie voor, wat 'n differensiële diagnose en multi gefasetteerde behandelingsplan vereis (American Psychiatric Association, 1994).
- Depressie kan in die meeste gevalle suksesvol behandel word deur die gebruik van medikasie en/of psigoterapie (Schulberg, Katon, Simon & Rush, 1994). Hoewel 'n enkele antidepressant volgens navorsing nie meer effektief is as 'n ander nie, toon terapeutiese studies dat sekere psigoterapeutiese ingrepe meer effektief as ander werk in die behandeling van depressie (Schulberg *et al.*, 1994).
- Medikasie het sekere behandelingsvoordele deurdat die depressie simptome vinnig verlig word en deurdat die sogenaamde vegetatiewe simptome (slaap- en eetversteurings) effektief behandel word (DeBattista & Schatzberg, 1995). Medikasie het ook nadele, insluitende newe-effekte, gewoontevorming, en wanneer medikasie gestaak word kan insinking voorkom (Altamura & Percudani, 1993; Dubovsky, 1997).

- Psigoterapeutiese voordele: terapie fokus op die uitbou van die kliënt se vaardighede; die terapeutiese verhouding tussen die terapeut en kliënt is waardevol; 'n groter mate van persoonlike bemagtiging vind vir die kliënt plaas (Seligman, 1990; Yapko, 1999). Die nadele van psigoterapie sluit in: die kliënt maak te veel staat op die terapeut se bevoegdheid; wanneer daar slegs 'n terapeutiese ingreep voorkom sonder die gebruik van medikasie, kan dit langer neem om die gewenste resultaat te verkry; 'n kliënt word blootgestel aan 'n terapeut wat slegs 'n spesifieke teoretiese benadering volg selfs al het die terapie nie die gewenste uitwerking nie (Mondimore, 1993; Thase & Howland, 1995).
- Daar bestaan 'n komplekse verhouding tussen gene, die omgewing en spesifieke versteurings. Genetiese kwesbaarheid bestaan, maar kom voor in assosiasie met omgewingsveranderlikes (Seligman, 1989; Sternberg, 2001). In die spesifieke geval van major depressie speel die genetiese- en omgewingsfaktore 'n belangrike rol (Kaelber, Moul & Farmer, 1995).

Deur navorsing is daar tot heelwat ander insigte rondom depressie gekom, maar die genoemde punte reflekteer 'n hoë vlak van algemene konsensus tussen deskundiges rakende depressie (Stevens, Merikangas & Merikangas, 1995; Yapko, 2006).

2.5.3 Terapeutiese ingrepe

In die literatuur word 'n verskeidenheid terapeutiese ingrepe bespreek wat positiewe resultate teweegbring by kinders en adolessente wat depressiewe gedrag toon. Hierdie ingrepe word vir die doel van hierdie studie slegs kortliks bespreek.

2.5.3.1 Farmaseutiese ingrepe

Christophersen en Mortweet (2001) het in hul navorsing bevind dat drie tipes anti-depressante medikasie vandag algemeen gebruik word in die behandeling van depressiewe versteurings: trisikliese antidepressante, *monoamine oxidase (MAO)* stremmiddels en 'n nuwe klas anti-depressant, *selective serotonergic reuptake (SSRI)* stremmiddels. Trisikliese anti-depressante word heelwat gebruik in die behandeling van depressie. Die bekendste daarvan is die middel *Tofranil* en *Elavil*. MAO stremmiddels word nie so gereeld voorgeskryf

nie as gevolg van potensieel ernstige newe-effekte van die middel (Christophersen & Mortweet, 2001). Die bekendste medikasie onder die SSRI groep, is *Prozac* (Barlow & Durand, 2005). Studies toon aan dat medikasie wat effektief is vir volwassenes wat depessiewe simptome toon, nie noodwendig effektief is vir kinders en adolessente wat depressiewe simptome toon nie (Butcher, Mineka & Hooley, 2010). Volgens Wilens (2008) is die volgende anti-depressante medikasie effektief wanneer kinders behandel word: *Prozac*, *Zoloft* en *Celexa*.

Die ontwikkeling van anti-depressante medikasie lewer 'n positiewe bydrae tot die behandeling van depressiewe simptome en verhoed selfmoordpogings in duisende mense regoor die wêreld (Barlow & Durand, 2005).

2.5.3.2 Elektrokonvulsiewe terapie

Vir diegene wat nie positief op medikasie reageer nie, oorweeg terapeute soms 'n meer dramatiese behandeling, naamlik elektrokonvulsiewe terapie (Beck & Alford, 2009). Hoewel hierdie terapie heelwat ontwikkel het vanaf 1785, is dit steeds een van die mees kontroversiële behandelings vir sielkundige versteurings (Beck & Alford, 2009).

Hedendaagse gebruik van elektrokonvulsiewe terapie word onder narkose gedoen sodat die kliënt nie enige ongemak ervaar nie. Spierverslappers word ook gebruik ten einde beenbreke te verhoed wanneer die kliënt 'n stuiptrekking ervaar. 'n Elektriese skok word in minder as 'n sekonde deur die brein gestuur wat aanleiding gee tot 'n reeks stuiptrekkings. Hierdie stuiptrekkings hou gewoonlik vir 'n aantal minute aan. Die newe-effekte van die behandeling is hoofsaaklik beperk tot korttermyn geheueverlies (Barlow & Durand, 2005).

Elektrokonvulsiewe terapie word oorweeg vir psigoties depressiewe kliënte en kliënte met ernstige selfmoordneigings wanneer dit nie in die kliënt se beste belang is om drie tot ses weke te wag om te bepaal of medikasie of psigoterapie die gewenste uitwerking gaan hê nie (Abrams, 2002; Beck, Rush, Shaw & Emery, 1979).

2.5.3.3 Psigososiale behandeling

A. Kognitiewe gedragsterapie

Beck se kognitiewe terapie het ontstaan nadat hy waargeneem het dat depressie gegenereer word deur diepgesetelde negatiewe denke (Barlow & Durand, 2005). Tydens hierdie behandeling word die kliënt geleer om die tipe denkprosesse wat sy ervaar te ondersoek wanneer sy depressief is. Hierdie taak is nie altyd vir die kliënt maklik nie aangesien baie van hierdie denkprosesse outomaties plaasvind sonder dat die kliënt daarvan bewus is (Beck & Alford, 2009). Die kliënt word dan bewus gemaak van hoe hierdie negatiewe denkpatrone depressie kan veroorsaak. Die behandeling vind plaas deur negatiewe kognitiewe prosesse te verander en dit te vervang met minder depressiewe en meer realistiese denkprosesse (Beck, 2005).

Die meeste sielkundige intervensies vir kinders en adolessente wat depressiewe simptome toon stam vanaf die kognitiewe gedragsperspektief (Wicks-Nelson & Israel, 2002). Kognitiewe aspekte van hierdie behandeling sluit in om die kind of adolessent se foutiewe kognisies te verander (Schaffer & Kipp, 2009). Die gedragsaspek van die behandeling fokus op spesifieke doelwitte soos om goeie ervarings, vermeerderde sosiale vaardighede, verbeterde kommunikasie, konflik oplossing en sosiale probleemoplossigsvaardighede aan te spreek (Schaffer & Kipp, 2009).

B. Interpersoonlike psigoterapie

Interpersoonlike psigoterapie fokus daarop om interpersoonlike probleme en stresfaktore in bestaande verhoudings op te los en/of om die nodige vaardighede te ontwikkel om belangrike nuwe interpersoonlike verhoudings te vorm (Barlow & Durand, 2005). Nadat stresfaktore geidentifiseer is wat aanleiding tot die kliënt se depressie gee, werk die terapeut en die kliënt saam aan die kliënt se interpersoonlike probleme (Markowitz, 2004). Dit sluit gewoonlik een van vier interpersoonlike kwessies in, naamlik huweliksprobleme; dood van 'n geliefde; vestiging van nuwe verhoudings en identifisering en regstelling van hindernisse in sosiale vaardighede (Weissman, Markowitz & Klerman, 2007).

In my navorsing maak ek gebruik van die Ericksoniaanse benadering gekombineer met sandspelterapie, maar ek sal vanselfsprekend ook aspekte van die bogenoemde terapeutiese tegnieke A. en B. by my terapiesessies inkorporeer.

2.6 ONTWIKKELINGSVERSTEURINGS

2.6.1 Inleiding

'n Aantal ontwikkelingsversteurings kan 'n aanvang neem gedurende die kinderjare (Barlow & Durand, 2000; Sternberg, 2001; Westen, 1995; Wicks-Nelson & Israel, 2000). Ten aansien van sekere versteurings blyk die kind normaal, behalwe byvoorbeeld dat hul vermoë om te praat moontlik ingeperk mag wees. Ander kinders ervaar hindernisse in terme van hul vermoë om verhoudings met hul portuurgroep te stig (Barlow & Durand, 2000). Ander kinders toon weer 'n kombinasie van toestande wat hul ontwikkeling ernstig mag belemmer (Wicks-Nelson & Israel, 2000).

2.6.2 Agtergrond van ontwikkelingsversteurings by kinders en adolessente

Volgens Sternberg (2001) het sielkundiges deur die jare geleer dat ontwikkelingsversteurings by kinders en adolessente nie net 'n effek op die kind of adolessent het nie, maar dat die familie as geheel negatief beïnvloed word deur die hindernisse wat die kind of adolessent ervaar. Wicks-Nelson en Israel (2000) noem dat dit belangrik is dat 'n ontwikkelingsteurnis so vroeg as moontlik gediagnoseer en behandel word.

In die verlede is kinders wat ernstige ontwikkelingsteurnisse getoon het, gewoonlik gediagnoseer met skisofrenie (Odom, Horner & Blacher, 2007). Hierdie diagnose het kinders en adolessente ingesluit wat probleme ervaar het rakende kommunikasievaardighede, leerprobleme asook verhoudingsprobleme. Dit was nie ideaal nie, aangesien die diagnose van skisofrenie nie die behoefte aan die inagneming van diversiteit ten aansien van ernstige ontwikkelingshindernisse en die behoefte aan geïndividualiseerde terapeutiese ingrepe vir kinders wat ontwikkelingsteurnisse getoon het, aangespreek het nie (Odom, Horner & Blacher, 2007). Met verloop van tyd het

hierdie situasie egter verander. Die DSM-IV dui vier kategorieë ernstige ontwikkelingsversteurings aan, bekend as deurlopende ontwikkelingsversteurings *(pervasive developmental disorders).* Ek gaan die vier kategorieë net kortliks noem aangesien dit nie 'n deel van hierdie studie vorm nie.

2.6.3 Vier kategorieë deurlopende ontwikkelingsversteurings

Outisme, Rett's sindroom, Asperger's sindroom, asook ontwrigtingsversteuring *(disintegrative disorder)* word gesien as deurlopende ontwikkelingsversteurings (Odom, Horner & Blachner, 2007). Kinders met hierdie versteurings ervaar hindernisse gedurende hul ontwikkeling. Hulle ervaar spesifiek probleme om te vorder in ontwikkelingsareas soos taal, sosialisering en kognisie (Barlow & Durand, 2000). Die gebruik van die woord "deurlopend" beteken dat hierdie ernstige ontwikkelingshindernisse is wat gewoonlik vir 'n lang tydperk (vir die res van hul lewens) 'n deel van kinders of adolessente se lewens bly.

2.6.4 Depressie as ontwikkelingsversteuring

Ontwikkelingstudies rakende die aanvang van depressie dui aan dat depressie by kinders en adolessente geassosieer kan word met gesinspsigopatologie en neurokognitiewe versteurings. 'n Breë spektrum emosionele- en gedragshindernisse, asook emosionele- en seksuele mishandeling as komorbiede fasette word dikwels geïdentifiseer (Rutter, Bishop, Pine, Scott, Stevenson, Taylor & Thapa, 2008).

2.7 SAMEVATTING

In die onderhawige hoofstuk is gefokus op die bestudering van die Ericksoniaanse benadering tot terapie, sandspelterapie, 'n vergelyking tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie, depressiewe gedrag by kinders en adolessente en laastens ontwikkelingsversteurings by kindes en adolessente. Dit wil uit hierdie analise voorkom of die Ericksoniaanse benadering gekombineer met sandspelterapie 'n potensieel geskikte terapeutiese tegniek vir die hantering van depressiewe gedrag by kinders en adolessente mag wees.

Die kind wat depressiewe gedrag toon bevind haarself in 'n stresvolle situasie waar beheer oor emosies bemoeilik word deur die depressiewe gedrag. Met behulp van die Ericksoniaanse benadering wat met sandspelterapie gekombineer gaan word kan die kind of adolessent moontlik begelei word om op 'n kreatiewe wyse uiting te gee aan haar ervaring van die gemoedskommelinge wat ervaar word. Hiermee saam kan die kind of adolessent ook moontlik probleemoplossingsvaardighede verwerf wat op hul beurt toereikende verwerwing van interpersoonlike verhoudinge mag fasiliteer.

In Hoofstuk 3 word die navorsingsontwerp wat tydens die studie gebruik word in detail beskryf.

HOOFSTUK 3: TEORETIESE RAAMWERK

3.1 INLEIDING

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

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

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

3.2 TEORETIESE EN KONSEPTUELE RAAMWERK

3.2.1 Teoretiese raamwerk

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

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

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

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

3.2.2 Metateoretiese aannames

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

3.2.3 Teoretiese aannames

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

3.3 KONSEPTUELE RAAMWERK

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

3.4 EKOSISTEMIESE TEORIE

Die ekosistemiese teorie (Do

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

3.4.1 Ekologiese teorie

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

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

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

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

3.4.1.1 Mikrosisteme

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

3.4.1.2 Mesosisteme

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

3.4.1.3 Eksosisteme

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

3.4.1.4 Makrosisteme

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

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

3.4.1.5 Chronosisteme

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

3.4.2 Samevatting: ekologiese teorie

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

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

Die sisteemteorie word vervolgens bespreek.

3.5 SISTEEMTEORIE

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

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

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

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

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

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

3.5.1 Doelwitte en waardes van die sisteem

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

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

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

3.5.2 Subsisteme binne die sisteem

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

3.5.3 Rolle binne die sisteem

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

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

3.5.4 Grense

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

3.5.5 Tyd en ontwikkeling

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

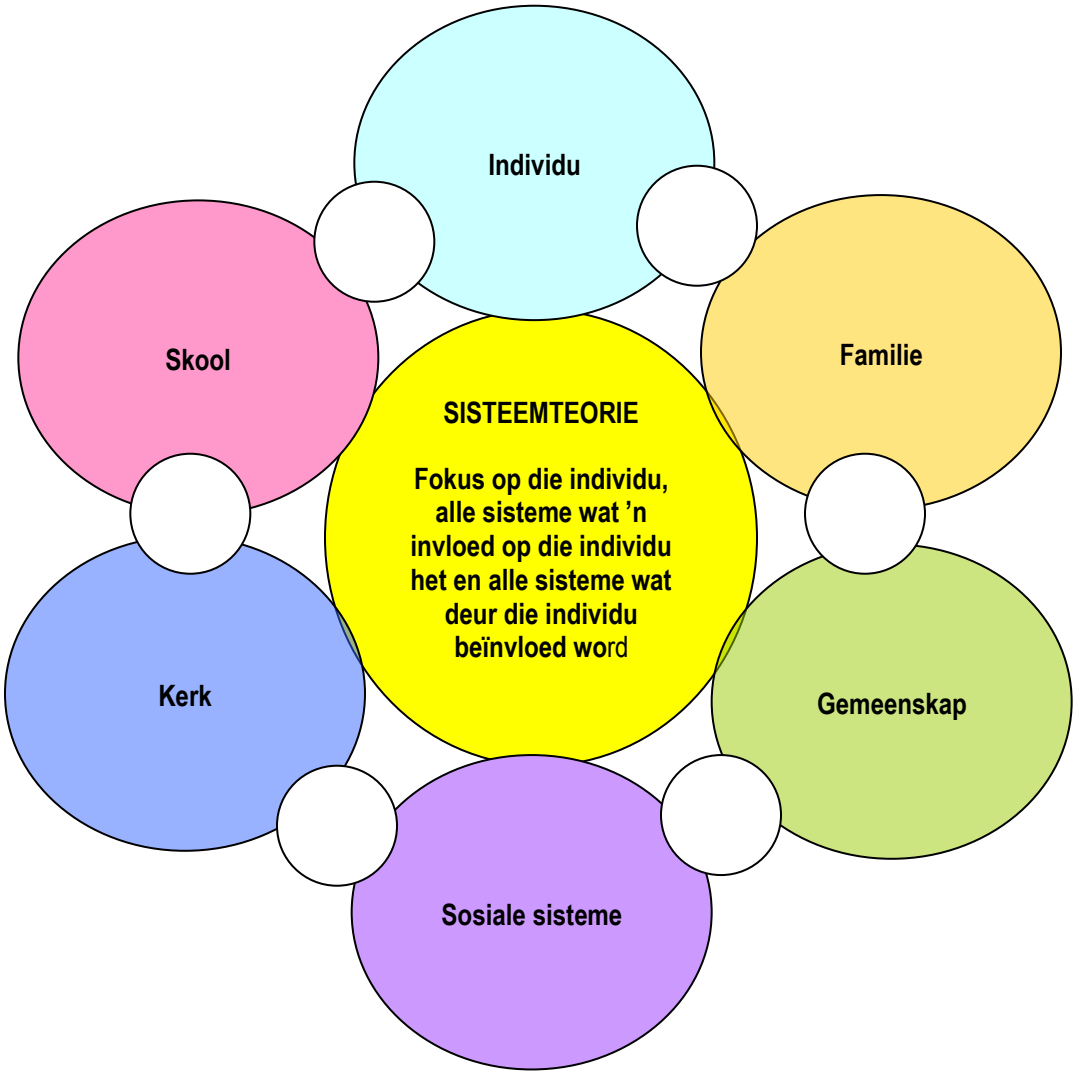
3.5.6 Die belangrikheid van die sisteemteorie vir my navorsing

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

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

Figuur 3.1 illustreer die invloed van sisteemteorie op die individu

Figuur 3.1: Die invloed van sisteemteorie op die individu



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

	Ericksoniaanse benadering tot terapie	Sandspelterapie	Sisteme
1. Nie-patologies van aard	Volgens hierdie benadering is 'n individu se probleme die gevolg van haar pogings om by die veranderende behoeftes van familie- en sosiale netwerke aan te pas (Lankton, 2004).	Sandspelterapie fokus op die selfontdekking en selfontwikkeling van die kliënt (Pearson & Wilson, 2001).	Individu vorm deel van 'n familiesisteem en ander sosiale sisteme, bv. die skool.
2. Indirekte en/of direkte terapie	Tydens terapie word gepoog om die kliënt of lede van die familie te ondersteun om talente, hulpbronne, verskillende opsies en antwoorde te ontdek (Lankton, 2004).	Gedurende sandspelterapie word die kliënt ondersteun om haar eie hulpbronne te herontdek (Pearson & Wilson, 2001). Waterman (2003) dui aan dat die sandspelproses die kliënt kan ondersteun om haar diepste innerlike hulpbronne te herontdek.	Individu vorm deel van 'n familiesisteem en die familiesisteem is deel van 'n groter sisteem, nl. die gemeenskap.
4. Aksie-georiënteerd19	Die terapeut verwag van die kliënt en moedig haar aan om aksie te neem met betrekking tot onder andere doelwitstelling (Lankton, 2004).	Deur sandspelterapie kan die kliënt op 'n aksie-georiënteerde manier nie-verbale en simboliese kommunikasie gebruik (Drewes, 2009).	Die individu vorm ook deel van die terapeutiese sisteem.
5. Strategies-georiënteerd	Die terapeut speel 'n aktiewe of passiewe rol om die stappe van die terapeutiese proses te inisieer en by die kliënt aan te pas (Lankton, 2004).	Sandspelterapie kan nie-direktief of direktief wees, afhangende van die terapeut se teoretiese oriëntasie en die kliënt se behoeftes (Malchiodi, 1999).	Die individu vorm ook deel van die terapeutiese sisteem.
6. Toekoms-georiënteerd	Terapie fokus op die hede en die toekoms eerder as op die verlede (Lankton, 2004).	Sandspelterapie kan gebruik word om verkose toekomstige visies/planne/tekens van verandering, ens., uit te druk (Lowe, 2004).	Die individu vorm ook deel van die terapeutiese sisteem.
7. Betowerend	Die terapeutiese aktiwiteit neem die kliënt se verstand in beslag en blyk 'n aangename uitdaging vir die kliënt daar te stel (Lankton, 2004). Aangesien die kliënt 'n aangename ervaring tydens terapie het, mag dit gebeur dat sy daarna uitsien en hard daaraan werk om hierdie gevoel wat 'n betowerende effek het, te behou.	Die eenvoud en diepte van die sandspelproses is 'n betowerende ervaring (Steinhardt, 2000).	Die individu vorm ook deel van die terapeutiese sisteem.
8. Aanpasbaar	Die terapeutiese tegnieke wat binne die benadering gebruik word, wissel na gelang van die aanmeldingshindernis van die kliënt. Die benadering is buigsaam (Lankton, 2004).	*Sandplay and the use of the sandbox is paradoxical in that it seems to have a quality of contraction and concentratedness and yet also, due to it's amorphous and very flexible nature, it can just as easily manifest and express expansion* (McCarthy, 2007:28).	Die individu vorm ook deel van die terapeutiese sisteem.
9. Gebruik van waarneming	Om sukses in terapie te behaal is dit belangrik dat die terapeut se waarnemingsvaardighede goed ontwikkel is, aangesien sy ingestel moet wees op	Die terapeut se waarneming kan 'n beter begrip daarstel van die impak wat die sandspelervaring op die kind	Die individu vorm ook deel van die terapeutiese sisteem.

[19] Aksie is ook 'n belangrike aspek van die transteoretiese benadering wat hierna bespreek word.

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

3.5.8 Samevatting en betekenisvolheid van die ekosistemiese teorie

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

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

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

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

[20] Sien: par 3.5, p. 78

3.6 DIE TRANSTEORETIESE MODEL

3.6.1 Inleiding

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

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

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

3.6.2 Die stappe van die transteoretiese model

3.6.2.1 Eienskappe van die transteoretiese model

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

[21] Sien 3.6.2.1 (ii) wat die prosesse van verandering behels.

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

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

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

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

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

A. Vlakke van verandering

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

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

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

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

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

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

Die prosesse van verandering word vervolgens bespreek.

B. Prosesse van verandering

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

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

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

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

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

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

Die stadia van verandering word vervolgens bespreek.

C. Stadia van verandering

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

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

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

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

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

(b) Oorpeinsingstadium

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

(c) Voorbereiding (oorwegingstadium)

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

(d) Aksiestadium

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

(e) Handhawing van bepaalde gedragsuitinge

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

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

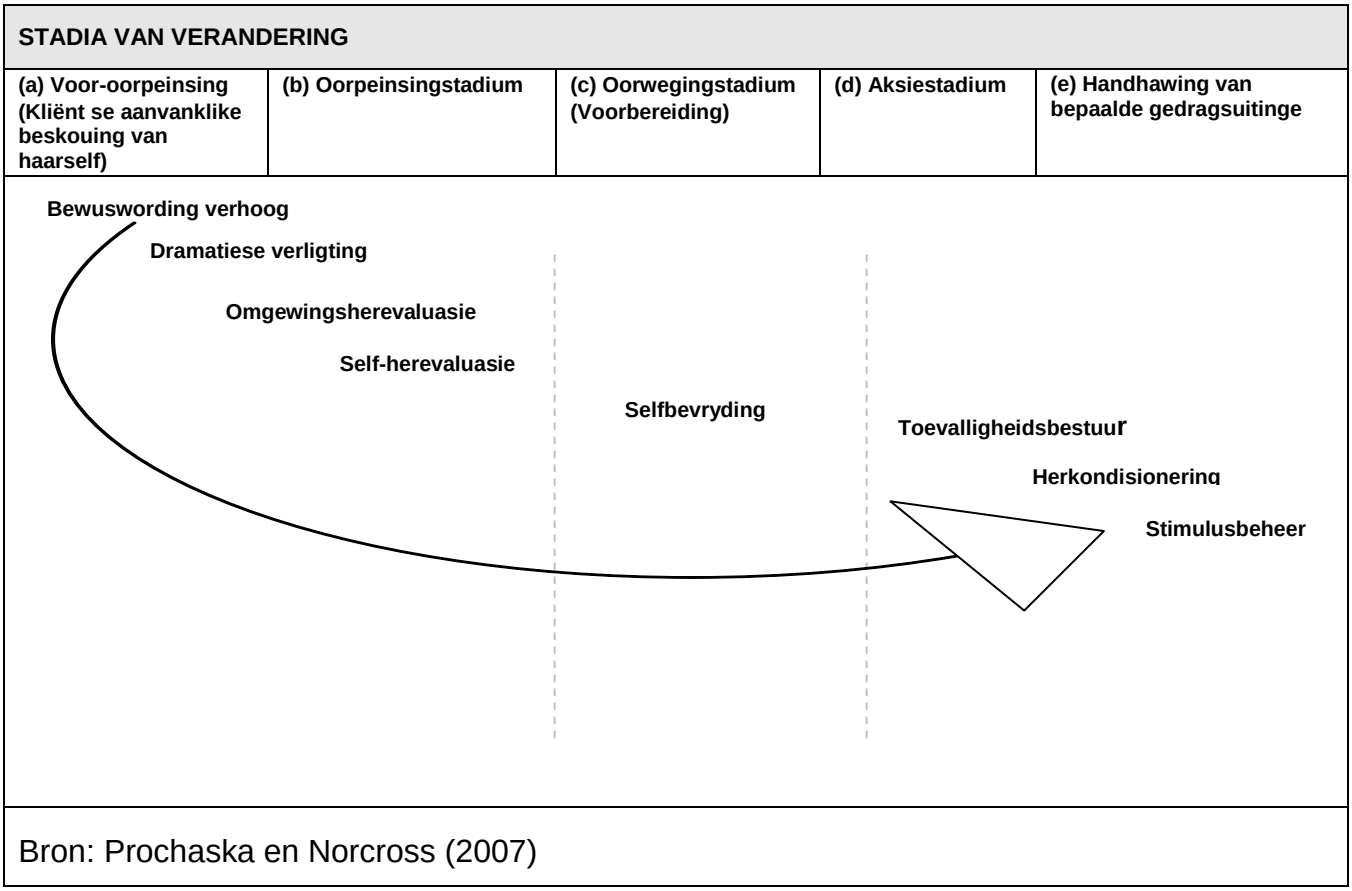
Vir die doel van die beplande navorsing sal ek nie noodwendig weet of die deelnemer met haar doelwitgedrag volhou nie, tensy sy terugval en daaropvolgende afsprake maak.

3.6.2.2 Integrasie van die verskillende stadia en prosesse van verandering

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

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

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



Bron: Prochaska en Norcross (2007)

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

(a) Voor-oorpeinsingstadium

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

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

(b) Oorpeinsingstadium

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

(c) Voorbereiding of oorwegingstadium (self-herevalueringsproses)

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

(d) Aksiestadium

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

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

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

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

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

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

(e) Suksesvolle handhawing

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

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

3.6.3.1 Vanuit 'n psigoanalitiese perspektief

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

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

3.6.3.2 Vanuit 'n gedragsperspektief

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

3.6.3.3 Vanuit 'n humanistiese perspektief

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

3.6.3.4 Vanuit 'n kulturele perspektief

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

3.7 SAMEVATTING

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

In Hoofstuk 4 word die navorsingsproses van die studie toegelig.

HOOFSTUK 4: DIE NAVORSINGSPROSES

4.1 INLEIDING

In hierdie hoofstuk word die elemente van die navorsingsproses wat in die studie gevolg is in meer besonderhede bespreek. Dit sluit in die paradigmatiese perspektief, navorsingsontwerp en -metodologie (data-insameling- en data-analisetegnieke), asook die kwaliteitsversekering van die studie. My rol as navorser en die etiese maatreëls wat gedurende die navorsing gevolg is, word kortliks bespreek. Die potensiële betekenis van die studie en uitdagings waarvoor daar voorsiening gemaak is, word ook kortliks vermeld.

4.2 PARADIGMATIESE PERSPEKTIEF OP DIE NAVORSINGSPROSES

'n Paradigma kan volgens Babbie (in De Vos, 2002:266) beskou word as *the fundamental model or frame of reference we use to organize our observations and reasoning.* Guba (in Denzin & Lincoln, 2000:157) definieer 'n paradigma as *a basic set of beliefs that guide action*, terwyl De Vos (2002:45) die term omskryf as *a way of viewing one's research material*. Volgens Denzin en Lincoln (2000:33) bevat 'n paradigma die navorser se *epistemological, ontological and methodological premises that guide the researcher's actions.* 'n Paradigma bestaan dus uit vier konsepte:

- Etiek (hoe die navorser as morele persoon in die wêreld sal optree)
- Epistemologie (hoe die wêreld geken word en die verhouding tussen die navorser en dit wat geken word)
- Ontologie (die kenmerke van realiteit en die 'mens-in-die-wêreld')
- Metodologie (die mees geskikte maniere om kennis van die wêreld te verkry) (Denzin & Lincoln, 2000).

'n Kwalitatief-interpretivistiese paradigma is in hierdie studie gebruik en word vervolgens bespreek. Daarna word die twee elemente van hierdie paradigma afsonderlik onder die loep geneem.

4.2.1 Kwalitatief-interpretivistiese paradigma

Die onderhawige navorsing is primêr vanuit die kwalitatief-interpretivistiese paradigma onderneem, juis op grond van die aard van die probleem waar betekenis-omskrywing en die begrip van die deelnemer se definisie van haar situasie nagestreef is. Die volgende opmerking van Klenke (2004:3) is van belang in die konteks van hierdie studie:

> *Interpretivists assume that knowledge and meaning are acts of interpretation, hence there is no objective knowledge which is independent of thinking, reasoning humans. Interpretivism often addresses essential features of shared meaning and understanding.*

Hierdie vertrekpunt het meegebring dat die strategieë en benaderings in hierdie studie kontekstueel, verkennend, beskrywend en verklarend (evaluerend) van aard is.

4.2.2 Interpretivistiese paradigma

Volgens die interpretivistiese paradigma is kennis en insig wat tydens die navorsingsproses verkry word, afhanklik van die ontdekkingsproses. Die integriteit van die bevindings steun eerstens op die kwaliteit van my kognitiewe, sosiale en taalvaardighede tydens data-analise, en tweedens op my omskrywing van die bevindings. Die wetenskaplike kennis wat uit die navorsing verkry word, is volgens voorgestelde waardes geïnterpreteer (Connole, Smith & Wiseman, 1993).

Deur die lens van die interpretivistiese epistemologie kan die realiteit verstaan en geïnterpreteer word. Hierin word by Klenke (2004) se opmerking aangesluit dat navorsers wat vanuit die interpretivistiese paradigma werk (wat deur sommige as sinoniem met die konstruktivisme beskou word), daarvan oortuig is dat kennis en betekenis interpretatiewe handelings is, en gevolglik is daar geen objektiewe kennis wat onafhanklik is van die mens as 'n denkende en redelike wese nie. Die primêre oogmerk van navorsing vanuit hierdie paradigma is nie om te voorspel of te beheer nie. In hierdie navorsing word klem gelê op die deelnemers se lewensverhale, asook op betekenisse wat hulle aan gebeure in hul lewens mag heg (Schurink in de Vos, 1998).

Die interpretivistiese perspektief berus op die volgende aannames (Nieuwenhuis, 2010).

- **'n Individu se lewe kan net van binne verstaan word**

Interpretivisme fokus op individue se subjektiewe ervarings – op die wyse waarop hulle die sosiale wêreld konstrueer deur middel van gedeelde betekenisse en hoe individue met mekaar omgaan. Menslike funksionering kan dus nie vanuit die een of ander eksterne realiteit geobserveer word nie.

- **Die sosiale wêreld kan as 'n eiesoortige menslike produk beskou word**

Volgens voorstaanders van die interpretivistiese paradigma word realiteit nie objektief bepaal nie, maar sosiaal gekonstrueer. Die onderliggende aanname is dat wanneer individue in hul sosiale kontekste geplaas word, daar 'n groter geleentheid geskep word om die persepsies wat hulle van hul eie aktiwiteite het, te begryp (Hussey & Hussey in Nieuwenhuis, 2007). Die uniekheid van 'n betrokke situasie (die konteks) is belangrik om die betekenisse wat gekonstrueer is, te verstaan en te interpreteer.

- **Die menslike verstand kan beskou word as die doelgerigte bron of oorsprong van betekenis**

Deur die rykheid, diepte en kompleksiteit van 'n fenomeen te ondersoek, kan 'n individu begin om begrip te ontwikkel vir die gedeelde betekenisse wat deur individue aan fenomene in hul sosiale konteks geheg word. Insig in die gedeelde betekenisse kan met ander woorde verkry word deur vas te stel hoe betekenisse gekonstrueer word om 'n individu se begrip vir die geheel te verhoog.

- **Menslike gedrag word deur kennis van die sosiale wêreld beïnvloed.**

Interpretivisme stel voor dat daar meervoudige realiteite van fenomene bestaan en dat hierdie realiteite oor tyd en ruimte kan verskil.

- **Die sosiale wêreld 'bestaan' nie onafhanklik van menslike kennis nie.**

Nieuwenhuis (2010:60) wys daarop dat navorsers se eie kennis en begrip van 'n fenomeen die wyse waarop navorsing uitgevoer word, deurgaans beïnvloed:

> *Our knowledge and understanding are always limited to the things to which we have been exposed, our own unique experiences and the meanings we have imparted. As we proceed through the research process, our humanness and knowledge inform us and often direct us, and often subtleties, such as intuition, values, beliefs or 'a priori' knowledge influence our understanding of the phenomena under investigation. To conceive the world therefore as external and independent from our own knowledge and understanding is to ignore the subjectivity of our own endeavours.*

Volgens die interpretivistiese paradigma is die doel van die navorsing dus nie om menslike gedrag in terme van universeel geldige wette of veralgemening te verduidelik nie, maar om gedrag te verstaan en betekenisse te interpreteer wat alledaagse menslike gedrag onderlê (Schurink, 1998; Mouton, 2001).

4.2.3 Kwalitatiewe navorsing

Kwalitatiewe navorsers glo dat realiteit deur individue of groepe geskep word om betekenis te heg aan spesifieke entiteite soos gebeure, prosesse of objekte. Mense skep hierdie realiteite om sin te maak van gebeure, asook om konstrukte as standpunte, persepsies en geloofsisteme te herorganiseer. Persepsies is belangrik omdat dit volgens McMillan en Schumacher (2001) mense se aksies, denke en gevoelens rig.

In aansluiting hierby berus kwalitatiewe navorsing op die uitgangspunt dat individue in die beste posisie is om situasies en gevoelens in hul eie woorde te beskryf (Holloway & Wheeler, 1996). Die kwalitatiewe metode skep begrip vir die unieke, dinamiese en holistiese aard van die mens in interaksie met haar sosio-historiese omgewing en bevorder begrip vir menslike emosies en verwagtings (Burns & Grove, 1993; Maxwell, 1996).

Neuman (2000) vestig die aandag daarop dat die bevindings van 'n kontekstuele studie slegs binne die tydruimtelike en waardekonteks geldig is. Die bevindings met betrekking tot die kwalitatiewe data in hierdie studie is dus slegs vertrouenswaardig in die terapeutiese omgewing waar die individu in noue samewerking met die sielkundige funksioneer. Hierdie evaluering kan nie as universeel beskou word nie.

Tabel 4.1: Samevattende skema van die interpretivistiese perspektief, navorsingstrategieë en data-insamelingstegnieke

Paradigma	Ontologie	Epistemologie	Data-insameling
Interpretasies	Realiteit kan verstaan en geïnterpreteer word, maar nie voorspel of beheer word nie.	Kennis word deur observasie en interpretasie verkry.	Gesprekvoering Observasie Terapeutiese ingreep Video-opnames Foto's Refleksiejoernale

Aangepas uit Neuman, 2000:121.

4.3 NAVORSINGSONTWERP

4.3.1 Algemeen

De Vos (2002:391) verwys na die navorsingsontwerp as *a logical strategy for gathering evidence about knowledge desired.* Volgens Denzin en Lincoln (2000) beskryf die navorsingsontwerp die riglyne wat 'n navorser volg om toepaslike teoretiese paradigmas in verband te bring met die strategiese pogings wat gevolg word om 'n fenomeen te ondersoek, asook die metodes om empiriese data in te samel. Vir die doel van hierdie studie, naamlik om die persoonlike groei van ses deelnemers vas te stel deur die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie te gebruik, is 'n interpretatiewe gevalstudie as navorsingsontwerp gebruik.

4.3.2 Gevalstudie

'n Gevalstudie kan gedefinieer word as 'n indiepte-ondersoek na en beskrywing van 'n individuele subjek of sosiale eenheid as geheel (Best & Kahn, 2006). Laasgenoemde kan 'n individu (soos in hierdie studie), 'n gesin, 'n sosiale groep, 'n sosiale instansie, of 'n gemeenskap insluit. Aangesien die aantal subjekte (deelnemers) in gevalstudies beperk is, word navorsers toegelaat om op die fenomeen te fokus en laasgenoemde in meer besonderhede te ondersoek (Weiten, 1989). Die geval kan gekies word op grond van unieke kenmerke wat openbaar word of op grond daarvan dat dit 'n sekere verskynsel illustreer (McMillan & Schumacher, 2001; Neuman, 1997; Vaughn, Schumm & Sinagub, 1996; Westbrook, 1994). Vir die doel van hierdie studie word ses deelnemers as gevalle

ondersoek. Depressie as ontwikkelingsteurnis is die unieke kenmerk wat by hierdie deelnemers openbaar word.

Die fokus het op die deelnemer se idiosinkratiese interpretasie en begrip van die situasie geval. Deur die lens van hierdie interpretivistiese epistemologie kan die realiteit verstaan en geïnterpreteer word. Die primêre oogmerk is egter nie om te voorspel of te beheer nie, maar om klem te lê op die deelnemer se lewensverhaal asook op betekenisse wat sy aan gebeure in haar lewe mag heg. Kennis word verhelder deur observasie, interpretasie en onderhoudvoering (Schurink in de Vos, 1998).

Die keuse van 'n intervensiestudie gekombineer met 'n gevalstudie-ontwerp blyk besonder gepas te wees vir die doel van die onderhawige studie in die lig van Polit en Hungler (1987) se waarneming dat gevalstudies in 'n kliniese opset vir diepgaande navorsing oor die verloop van 'n probleem en die behandeling daarvan gebruik kan word. Volgens hierdie outeurs word die data in 'n gevalstudie-ontwerp nie net ten opsigte van deelnemers se huidige gesteldheid ingesamel nie, maar ook met betrekking tot ervarings in die verlede, sowel as situasie- en omgewingsfaktore wat met die ondersoekprobleem verband hou. In hierdie verband maak Yin (1998:20) die volgende opmerking:

> *The case study's unique strength is its ability to deal with a full variety of evidence – documents, artifacts, interviews, and observations.*

Drie tipes gevalstudies word geïdentifiseer:

- **Intrinsieke gevalstudie**: Die navorser poog om die spesifieke geval beter te verstaan en fokus op die algemene en spesifieke kenmerke van die geval self.
- **Instrumentele gevalstudie**: 'n Spesifieke geval word bestudeer om insig te verkry of om 'n veralgemening te herdefinieer. Die geval as sodanig neem 'n sekondêre rol in en word bloot gebruik om die begrip van iets anders te fasiliteer.
- **Kollektiewe gevalstudie**: Die gevalstudie fokus op verskeie gevalle in 'n poging om 'n fenomeen of populasie te bestudeer (Denzin & Lincoln, 2000).

'n **Kollektiewe** gevalstudie is in hierdie studie geïmplementeer. Dit sluit aan by die sogenaamde *single arm* van die intervensiestudie wat daarop dui dat 'n enkele groep

gedurende hierdie studie bestudeer is. Ses deelnemers word by die studie betrek. 'n Bespreking van die seleksiemetode vir deelnemers volg later.

Gevalstudies het egter ook beperkings. Volgens Crabtree & Miller (1998) kan gevalstudies tydrowend wees en groot hoeveelhede data oplewer wat moeilik deur die navorser ontleed en geïnterpreteer, of in 'n verslag weergegee kan word. Guba en Lincoln (1981) verwys na die ongewone probleem van navorsingsetiek en waarsku dat *[an] unethical case writer could so select from among available data that virtually anything he wished could be illustrated.* Gevolglik was ek deurentyd bedag op hoe my eie interpretasie van die data die finale produk kon beïnvloed.

Alhoewel sommige navorsers meen dat 'n gevalstudie slegs bruikbaar is wanneer 'n duidelike veralgemening na ander gevalle moontlik is, beskou ek (soos Denzin & Lincoln, 2000) die bestudering van 'n kollektiewe gevalstudie as 'n poging om soveel moontlik van 'n spesifieke groep te leer ten einde die versamelde kennis van die komplekse onderliggende betekenisse in 'n verslag saam te vat. 'n Gevalstudie kan as die eerste stap na groter veralgemening beskou word (veral in studies waar bestaande kennis nie onderskryf kan word nie). In die huidige studie het ek egter gewaak teen veralgemening, aangesien laasgenoemde moontlik my aandag kon weglei van die belangrike kenmerke wat uniek aan 'n spesifieke geval is (Denzin & Lincoln, 2000).

Die navorsingsmetodologie asook die data-insamelingstegnieke wat in die studie geïmplementeer is word vervolgens bespreek.

4.4 NAVORSINGSMETODOLOGIE

4.4.1 Steekproef

Die teikenpopulasie van 'n navorsingsprojek bestaan uit 'n groep elemente of gevalle (individue, objekte of gebeurtenisse) wat oor spesifieke eienskappe beskik en waaruit 'n steekproef saamgestel word (McMillan & Schumacher, 2001). Die spesifieke eienskappe wat vir die teikenpopulasie vir hierdie navorsing geldig was, was dat dit kinders en/of adolessente moes wees wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar het. 'n Niewaarskynlikheid-

steekproef is gebruik, wat impliseer dat ek deelnemers kon selekteer wat maklik toeganklik is of wat oor spesifieke eienskappe beskik (McMillan & Schumacher, 2001).

Die studie het ook doelsteekproefneming gebruik, waar ek 'n verteenwoordigende element van die populasie geselekteer het, of 'n element wat potensieel genoegsame inligting ten opsigte van die navorsingsonderwerp kon oplewer. Op grond van my kennis van die betrokke populasie het ek besluit wie die waardevolste inligting behoort te verskaf om die doel van die navorsing te verwesenlik (McMillan & Schumacher, 2001). Wanneer 'n kind/adolessent met die aanmeldingshindernis van depressie na my verwys was, het ek met die ouer of voog die moontlikheid bespreek dat die beplande terapeutiese ingreep vir navorsingsdoeleindes gebruik kon word.

'n Kriteriumsteekproeftrekking (Nieuwenhuis in Maree, 2010) is gebruik. Kriteriumsteekproeftrekking impliseer dat die navorser in die navorsingsontwerpstadium van die studie kan besluit oor watter tipiese karaktereienskappe deelnemers behoort te beskik, en dat die navorser verder die aantal deelnemers wat by die studie ingesluit behoort te word, kan bepaal.

In die onderhawige studie is die deelnemers op grond van die volgende kriteria geselekteer:

- Ouderdom: Deelnemers tussen 7 en 18 jaar
- Toeganklikheid: Reeds bestaande kliënte van die navorser
- Taalvoorkeur: Deelnemers wie se eerste taal Afrikaans of Engels is
- Eienskap: Depressiewe gedrag
- Geslag: Manlik of vroulik
- Deelnemers: Ses deelnemers is by die studie ingesluit. Volgens Creswell (2007) is vier of vyf deelnemers genoeg vir gevalstudienavorsing, omdat hulle die navorser voldoende geleentheid bied om temas te identifiseer.
- Steekproef: Homogene steekproefneming (Glesne & Peshkin, 1991) is gebruik, met ander woorde ooreenstemmende gevalle was geselekteer om 'n subgroep grondig

te beskryf. Die subgroep was in hierdie geval kinders en/of adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar het.

Die maniere waarop data-insameling geskied het, word vervolgens bespreek.

4.4.2 Data-insamelingstegnieke

Kwalitatiewe data-insamelingstegnieke is in die onderhawige studie geïmplementeer ten einde die navorsingsprobleem en bevindings deurtastend te ondersoek en te beskryf (Flick, 2009; Sillerman, 2010). Ek was dus 'n aktiewe deelnemer tydens die navorsingsproses en die volgende data-insamelingstegnieke is gebruik:

- **Gesprekvoering:** Informele, sowel as gerigte gesprekvoering met die deelnemers en hul ouers.
- **Observasie van die deelnemers en die situasie:** Tydens hierdie observasie het ek gepoog om aan te teken hoe deelnemers die terapeutiese ingrepe, naamlik Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie, benader en ervaar. Daarna het ek hierdie waarnemings met die deelnemers bespreek om vas te stel of dit 'n getroue weerspieëling was van wat hulle in werklikheid ervaar het. Ek was 'n aktiewe deelnemer aan die proses, met ander woorde deel van die situasie (Nieuwenhuis, 2010).
- **Veldnotas:** Dit het beskrywings van my refleksie oor gesprekke, onderhoude, oomblikke van verwarring, intuïsie en die aansporing van nuwe idees gedurende die navorsingsproses ingesluit (Mayan, 2001). Vir die doel van hierdie studie sluit veldnotas ook alle observasies in wat gedurende die onderhoudvoering genoteer is, asook besprekings met kundiges op die terrein.
- **Insameling van dokumentasie:** Skoolverslae, sielkundige verslae, arbeidsterapie- en spraakterapieverslae is verkry. Hierdie verslae is sorgvuldig bestudeer om vas te stel of die deelnemers enige vordering tydens ander terapeutiese of skolastiese ingrepe getoon het.
- **Opvoedkundig-sielkundige intervensie:** Sandspelterapie is volgens die Ericksoniaanse benadering geïmplementeer.

- **Video-opnames van terapie:** Opnames is gemaak nadat die toestemming van die deelnemers verkry is en foto's is van alle sandbaktonele geneem. Ek het elke video-opname woordeliks vir ontledingsdoeleindes getranskribeer.

- **Refleksiejoernaal**: Ek het deur die loop van die navorsing 'n refleksiejoernaal bygehou waarin idees en gedagtes, sowel as refleksies rakende ervarings aangeteken is. Burns (2005:439) verduidelik 'n refleksiejoernaal as volg:

> *The diaries used for research purposes include not usually those containing personal thought or shopping lists, but logs of professional activities which give clear information about work patterns.*

Die doel van 'n refleksiejoernaal (Sien Bylaag A vir my refleksies) is om die vordering en verloop van 'n studie te moniteer. Benewens die feit dat 'n refleksiejoernaal daarop gerig is om navorsers in staat te stel om hul gedagtes te rig, het dit ook waarde ten opsigte van die kredietwaardigheid van die studie, soos hieronder verder bespreek word. In die onderhawige studie het ek dus die joernaal gebruik om oor die proses te reflekteer en dit te wysig indien dit toepaslik mag blyk. Ek het ook deurgaans oor my eie vermoë as navorser reflekteer en aanpassings waar nodig gemaak. Vir die doeleindes van hierdie navorsing het die deelnemers ook refleksiejoernale bygehou.

Die data-insamelingstegnieke wat in die studie geïmplementeer is, asook die wyse waarop laasgenoemde gedokumenteer is, word vervolgens in Tabel 4.2 opgesom:

Tabel 4.2: Data-insamelingstegnieke en dokumenteringswyse

Data-insamelingstegniek	Beskrywing van tegniek	Dokumenteringswyse
Gesprekvoering	Informele, sowel as gerigte gesprekvoering met die deelnemers en hul ouers	Veldnotas Video-opnames en *verbatim* transkripsies
Observasie	Observasie van die deelnemers en die situasie tydens onderhoude, asook tydens terapeutiese ingrepe	Veldnotas Video-opnames en *verbatim* transkripsies Visuele data, naamlik foto's
Insameling van dokumentasie	Verkryging van verslae deur ander persone/terapeute wat by die kind of adolessent se terapie betrokke was	Veldnotas
Video-opnames	Verkryging van deelnemers se toestemming vir video-opnames van onderhoude asook terapie; neem van foto's van alle sandbaktonele	*Verbatim* transkripsie van video-opnames

Volgens Maree en Van der Westhuizen (2009) is dit belangrik vir 'n navorser om haar navorsingsvrae met die gekose data-insamelingstegnieke in verband te bring. Die wyse waarop dit in hierdie studie gedoen is, word in Tabel 4.3 uiteengesit.

Tabel 4.3: Die verband tussen navorsingsvrae en data-insamelingstegnieke

Navorsingsvraag	Data-insamelingstegniek	Doelwit
Watter moontlike waarde hou die Ericksoniaanse benadering tot terapie in kombinasie met sandspelterapie in vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar?	Individuele onderhoude Terapeutiese ingrepe Refleksiejoernaal van navorser en deelnemers	Om te bepaal of die Ericksoniaanse benadering tot terapie, gekombineer met sandspelterapie, potensieel waardevol is (al dan nie) vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.
Op watter wyse kan die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie as terapeutiese medium toegepas word tydens terapie aan kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis toon?	Terapeutiese ingrepe	Om moontlike wyses te bepaal waarop die kombinasie van Ericksoniaanse terapie en sandspelterapie potensieel toegepas kan word in die behandeling van kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.
In watter mate is sandspelterapie moontlik 'n nadeel wanneer dit met Ericksoniaanse terapie gekombineer word as 'n terapeutiese hulpmiddel vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar?	Terapeutiese ingrepe	Sal eers vasgestel kan word nadat navorsing voltooi is.
Watter implikasies hou die Ericksoniaanse benadering tot sandspelterapie vir sielkundiges ten opsigte van praktykstigting in?	Refleksiejoernaal Observasie Verbatim transkripsies	*Verbatim*-transkripsies van onderhoude, dagboek-inskrywings en waarnemings sal onder meer ontleed word ten einde die moontlike implikasies te bepaal wat die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie vir sielkundiges inhou t.o.v. praktykstigting.
Bestaan daar 'n moontlikheid dat die gebruik van die sandspelterapie na die Ericksoniaanse benadering daartoe kan lei dat die deelnemer die terapeutiese metafoor wat gedurende die Ericksoniaanse terapie vertel is, se dieper betekenis kan snap en 'n brug kan bou tussen die terapeutiese metafoor en 'n persoonlike verbintenis met die terapeutiese metafoor?	Terapeutiese ingreep (sandspelterapie) Refleksiejoernaal van deelnemers en navorser	Om vas te stel of die uitbeelding van die terapeutiese metafoor in die sand die deelnemer in staat stel om die dieper betekenis van die metafoor na 'n bewuste vlak te bring en op haar lewe van toepassing te maak.
In watter mate kan die studie tydens terapie aan kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis toon, bydra tot die uitbou van bestaande teoretiese insigte in die Opvoedkundige Sielkunde rakende die Ericksoniaanse benadering tot terapie in kombinasie met sandspelterapie as terapeutiese medium?	Terapeutiese ingrepe	Sal eers vasgestel kan word nadat navorsing voltooi is.

4.4.3 Data-analise en -interpretasie

Ten opsigte van data-analise is die volgende waarneming van Westbrook (1994:102) belangrik:

> *Because the purpose is to understand rather than to predict, qualitative research requires a cyclical approach in which the collection of data affects the analysis of the data, which, in turn affects the further collection of data.*

In hierdie studie, wat onder andere die gebruik van refleksiejoernale ingesluit het, behoort hierdie tweeledige proses duidelik na vore te kom, omdat refleksie aan die kant van die navorser verdere data-insameling behoort te rig.

Ek is daarvan bewus dat daar nie sprake is van 'korrekte' of 'verkeerde' wyses van data-analise nie: *Analyzing qualitative data is an eclectic activity – there is no one 'right' way and data can be analyzed in more than one way* (McMillan & Schumacher, 2001:461). By gevalstudies word data ontleed deur woorde, beelde of fisiese objekte te gebruik. Daar bestaan nie 'n basiese 'resep' vir die analise van ingesamelde data nie, en verskeie benaderings kan gevolg word om die navorsingsdata wat in die studie verkry is te analiseer.

Die geldigheid en vertroubaarheid van die data-aniseproses moet egter altyd die hoogste prioriteit geniet. Dr. Marencia Odendaal het as eksterne kodeerder opgetree en was by hierdie gedeelte van die navorsing betrokke. Dr. Odendaal het onder meer 'n kwaliteitbeheerfunksie vervul en gehelp om te verseker dat die moontlike leemtes, gebreke en slaggate van die navorsing in gedagte gehou word. Die data-analisestrategieë wat in die studie geïmplementeer is, berus op Creswell (2003) en Creswell (2005) se benaderings en word vervolgens bespreek:

Tabel 4.4: Uiteensetting van data-analisestrategieë

Stappe	Data-analisestrategieë
Stap 1: **Organisering en voorbereiding van data**	Nadat die data ingesamel is, word dit vir analise voorberei. Onverwerkte data is georganiseer en data wat nie in getikte formaat was nie, is getranskribeer. Die inligting is gereduseer deur irrelevante data uit te skakel. Hierdie stap het plaasgevind tydens die verloop van die navorsing om 'n opeenhoping van moeilik hanteerbare data te voorkom. Dit het die navorser in staat gestel om voorlopige bevindings en addisionele hipoteses te formuleer. Alle data is op hierdie wyse voorberei. Verder is 'n raamwerk ontwerp wat op patrone in die deelnemer se response gebaseer is.
Stap 2: **Lees van data**	Al die data is noukeurig gelees om 'n algemene indruk daarvan te kry en daaroor te reflekteer.
Stap 3: **Begin gedetailleerde data-analise**	Die data is gekodeer. Rossman en Rallis (2003:192) beskryf kodering as *the process of organizing data into chuncks before bringing meaning to those chuncks.* Tydens hierdie fase is 'n eksterne kodeerder gebruik om kwaliteitbeheer te fasiliteer.
Stap 4: **Identifisering van temas en subtemas**	Subtemas (wat op die deelnemers se belewenis van hul depressie betrekking het) is geïdentifiseer en in moontlike temas gesorteer. Die subtemas is gelys en met mekaar vergelyk om duplisering te voorkom, en daarna is dit in voorlopige volgorde van belangrikheid gerangskik (McMillan & Schumacher, 1997).
Stap 5: **Bespreking van temas**	Creswell (2003) beveel aan dat kwalitatiewe navorsers visuele voorstellings, figure, tabelle en grafieke gebruik om by besprekings van temas en subtemas aan te sluit. Tydens hierdie stap is die temas geïdentifiseer wat die meeste voorgekom het en wat as die belangrikste geag kon word (McMillan & Schumacher, 1997).

Stappe	Data-analisestrategieë
Stap 6: **Interpretasie en verduideliking van data**	Daar word vasgestel wat uit die navorsing geleer is, hetsy op grond van die navorser se persoonlike interpretasie van die navorsingsbevindings, of op grond van afleidings wat uit die vergelyking van die bevindings met inligting uit die literatuurstudie of teorie gemaak is. Veldnotas en refleksies (ook die deelnemers s'n) is aangewend om die data-interpretasie uit te brei.

Die kriteria vir kwaliteitbeheer word vervolgens bespreek.

4.5 KRITERIA VIR KWALITEITBEHEER

Kwalitatiewe navorsing behoort aan die kriteria van geldigheid, vertroubaarheid, kredietwaardigheid en oordraagbaarheid te voldoen.

4.5.1 Geldigheid

Die geldigheid van bevindings geniet die hoogste prioriteit in al die stappe van die navorsingsproses. Volgens Creswell (2003) hang geldigheid in die kwalitatiewe navorsingsproses daarvan af of die bevindings wat in die studie verkry is, uit die oogpunt van die navorser, deelnemers en lesers akkuraat is. Terminologie wat gebruik word as daar na 'geldigheid' en 'vertroubaarheid' verwys word, is 'egtheid', 'vertroubaarheid' (*trustworthiness*) en 'geloofwaardigheid' (Denzin & Lincoln, 1998).

4.5.2 Vertroubaarheid

McMillan en Schumacher (2001) wys daarop dat vertroubaarheid in kwalitatiewe navorsing in dieselfde mate voorkom as waarin die navorser en deelnemer ooreenstemmende betekenisse van interpretasies deel. Vertroubaarheid raak onder andere die volgende vrae: "Observeer die navorser wat sy dink sy observeer?" en "Hoor die navorser wat sy dink sy hoor?"

4.5.3 Ander kriteria vir kwaliteitbeheer

Kwalitatiewe navorsing behoort ook aan die kriteria 'kredietwaardigheid' en 'oordraagbaarheid' te voldoen (Creswell, 2003; McMillan & Schumacher, 2001; Terre

Blanche & Durrheim, 2002). Hierdie aspekte word kortliks toegelig, maar kan eers volledig na afloop van die data-insameling en -analise bespreek word.

4.5.3.1 Kredietwaardigheid

Kredietwaardigheid verwys na die mate waarin bevindings as eg bestempel kan word. Tydens die navorsingsproses behoort die navorser die kredietwaardigheid van die studie te kontroleer deur die vraag te vra: “Op watter wyse kan ek ondersoek instel na die moontlikheid dat ek verkeerd kan wees?”

Triangulasie is byvoorbeeld in die huidige studie gebruik om diskrepante data te evalueer en sodoende die kredietwaardigheid van die studie te verhoog (McMillan & Schumacher, 2001; Terre Blanche & Durrheim, 2002). Hoewel slegs triangulasie gemeld word, besef ek egter dat die wêreld veelfasettig is, en is ek bepaald nie primêr positivisties-georiënteerd nie. Om hierdie rede word kwalitatiewe triangulasiewyses geïmplementeer in ’n poging om insig te verhoog in die bepaalde fenomeen wat ondersoek word.

Triangulasie word beskryf as die insameling van data op ’n verskeidenheid maniere en uit soveel as moontlik verskillende bronne. Omdat die data op verskeie maniere ingesamel en vanuit verskillende hoeke bestudeer word, steun hierdie tegniek die navorser om die 'ware' betekenis van die data te begryp (Guion, 2002; Terre Blanche & Durrheim 2002).

Terre Blanche en Durrheim (2002) identifiseer vier basiese vorme van triangulasie:

- Data-triangulasie verwys na ’n verskeidenheid bronne van data wat in ’n studie gebruik word.
- Ondersoeker-triangulasie behels dat verskillende navorsers tydens ’n studie betrokke sal wees.
- Teorie-triangulasie verwys na die gebruik van verskeie perspektiewe om ’n enkele stel data te interpreteer.
- Metode-triangulasie veronderstel dat die navorser verskillende navorsingsmetodes gebruik; die navorsing word dus vanuit sowel die kwalitatiewe as die kwantitatiewe paradigma onderneem.

In die onderhawige studie het ek die eerste vorm, data-triangulasie, gebruik. 'n Vergelyking van data uit hierdie verskillende hoeke[22] is daarop gerig om diskrepante patrone te identifiseer en om enige diskrepansie met die deelnemers uit te klaar, ten einde die kredietwaardigheid van die studie te verhoog. Teorie-triangulasie is ook by die interpretasie van data gebruik. Na ek die data bestudeer en geïnterpreteer het, het ek dit aan die eksterne kodeerder, Dr. Odendaal, oorgegee om my interpretasie van die data na te gaan en te verifieër.

Janesick (2000) stel voor dat navorsers wat vanuit die kwalitatiewe paradigma werk, eerder na 'kristallisasie' as na 'triangulasie' moet verwys, omdat eersgenoemde konsep in ag neem dat enige studie van die sosiale wêreld verskeie fasette behels. Richardson (1994:127) maak die volgende opmerking met betrekking tot kristallisasie:

> *The crystal combines symmetry and substance with an infinite variety of shapes, substances, transmutations, multidimensionalities, and angles of approach.*

Kristallisasie verwys na die gebruik van verskillende navorsers, bronne en metodes om bevindings met mekaar te vergelyk. Om hierdie rede is beplan om verskillende metodes van data-insameling en -ontleding te gebruik, ten einde kristallisasie te fasiliteer en die betroubaarheid van die studie te verhoog. Soos reeds genoem is Dr. Odendaal gebruik om die bevindings te verifieer.

Krefting (1991) en Cohen, Manion en Morrison (2002) noem dat data op 'n gebalanseerde wyse gerapporteer kan word deur onder meer 'n outentieke benadering te volg en dit wat tot dusver onbekend was, bekend te maak. Nuwe kennis wat uit data voortvloei, behoort dan weer aanleiding te gee tot nuwe navorsingsaksies. Ek het gepoog om my navorsing op 'n outentieke wyse uit te voer deur te fokus op 'n 'nuwe' benadering tot Ericksoniaanse terapie en op 'n navorsingsverskynsel waaroor tot dusver weinig navorsing uitgevoer is of oor gerapporteer is.

[22] Sien 4.4.2

4.5.3.2 Oordraagbaarheid

Die oordraagbaarheid van 'n studie word bereik deur alle aspekte van die studie breedvoerig te beskryf. Hierdie aspek bied die leser 'n deurtastende beskrywing van die betekenis binne die konteks waarin sodanige betekenis ontwikkel (Terre Blanche & Durrheim, 2002; Vaughn *et al*., 1996). Die onderhawige studie is op breedvoerige en uitgebreide beskrywings gebaseer sonder om veralgemenings te maak. Die moontlike veralgemeningswaarde is beperk, omdat slegs ses persone by die studie betrek is.

4.5.4 Strategieë vir kwaliteitbeheer en betroubaarheid

Kwalitatiewe navorsers het sekere strategieë tot hul beskikking om die betroubaarheid van hul navorsing te verhoog (McMillan & Schumacher, 2001). Tabel 4.5 bied 'n uiteensetting van die volgende strategieë vir betroubaarheid en kwaliteitbeheer wat in die onderhawige studie gebruik word:

Tabel 4.5: Strategieë vir kwaliteitbeheer en betroubaarheid van die studie

Strategieë	Beskrywing van beplande aktiwiteite
Multimetodestrategieë	Die studie maak voorsiening vir triangulasie en kristallisasie by data-insameling en –analise
Verbatim verslaggewing van response	Onderhoude is *verbatim* opgeneem en getranskribeer met Afrikaans of Engels as kommunikasiemedium.
Lae-inferensieverduidelikings	Verduidelikings en situasies is in besonderhede genoteer.
Inset van deskundiges	Gedurende die data-insamelingsproses is die beskrywende data wat ingesamel is, met die promotors bespreek.
Meganiese vaslegging van data-insameling	Oudio- en video-opnames is gebruik.
Refleksie	'n Refleksiejoernaal is gebruik om persepsies en aannames te noteer en te bevestig, ten einde te verseker dat die deelnemer se response begryp is.
Deelnemeropvolging	Gedurende die navorsingsproses is daar informeel met die deelnemers geskakel, om 'n akkurate begrip van response of situasies te noteer.
Deelnemerterugvoering	Misverstande en/of konsepte is met deelnemers uitgeklaar voor data-interpretasie geskied het.
Diskrepante data	Terugvoering is gegee oor enige negatiewe of diskrepante data wat verskillende patrone in die data-insameling voorgestel het.

Aangepas uit McMillan en Schumacher (2001)

4.5.5 Interne en eksterne geldigheidsoorwegings

Ek is daarvan bewus dat bepaalde faktore die eksterne en interne geldigheid van die studie potensieel negatief kan beïnvloed. Die volgende faktore dien as illustrasie:

4.5.5.1 Interne geldigheid

Interne geldigheid word beïnvloed deur die mate waartoe 'n navorser daarin slaag om eksterne faktore te kontroleer of te beheer. Anders gestel, interne geldigheid hang saam met die mate waartoe die uitkomste van 'n studie aan die effek of invloed van 'n bepaalde intervensie toegeskryf kan word. Enkele faktore wat die interne geldigheid van die studie kon bedreig, word in Tabel 4.6 beskryf.

Tabel 4.6: Faktore wat die interne geldigheid van die studie kon bedreig

Bedreiging	Omskrywing
Historiese faktore	Onbeplande of eksterne gebeure wat nie met die intervensie verband hou nie maar wat die uitkomste kan beïnvloed (byvoorbeeld 'n klasonderwyser se insette wat veranderings in die deelnemer se motivering of selfbeeld meebring)
Seleksiefaktore	Faktore inherent aan die deelnemers (byvoorbeeld sport-, kulturele, of akademiese prestasie, leierskapsposisies)
Maturasie	Veranderings wat tydens die verloop van die studie in die deelnemers self plaasvind (byvoorbeeld innerlike groei, selfmotivering)
Navorser-effek	Onbedoelde of nie-intensionele optrede deur die navorser wat die navorsingsresultate negatief kan beïnvloed

Oorgeneem uit Maree (2007)

4.5.5.2 Eksterne geldigheid

Eksterne geldigheid dui op die potensiële veralgemeenbaarheid van bevindings na ander situasies. Tabel 4.7 beskryf enkele faktore wat die eksterne geldigheid potensieel bedreig.

Tabel 4.7: Faktore wat die eksterne geldigheid van die studie kan bedreig

Bedreiging	Omskrywing
Populasie	
Seleksie van deelnemers	Veralgemening word beperk tot die situasie wat in die onderhawige studie omskryf is
Deelnemer-eienskappe	Veralgemening word beperk tot die eienskappe van die deelnemers in die betrokke "steekproef" (byvoorbeeld ouderdom, kultuurgroep)
Subjekintervensie-interaksie	Veralgemening word beperk tot die betrokke interaksie tussen die navorser en die deelnemers
Ekologie	
Omskrywing van veranderlikes	Veralgemening word beperk tot die operasionele definisies van die veranderlikes
Die 'Hawthorne-effek'	Die deelnemer kan moontlik gedrag openbaar wat ten doel het om die ondersoeker te behaag
Sensitisering	Deelnemers se bewustheid van die eksperimentele aard van die studie kon hul gedrag beïnvloed het

Oorgeneem uit Maree (2007)

Soos reeds vermeld, is ek bewus daarvan dat voorgenoemde faktore die navorsingsresultate op bepaalde wyses (negatief) kan beïnvloed. Voorts besef ek dat aangesien slegs ses deelnemers by die navorsingsproses betrek is, dit die potensiële veralgemeningswaarde van die studie ingrypend kan inperk. Derhalwe maak ek geen aanspraak op die veralgemeningswaarde van die resultate nie.

4.6 ROL VAN DIE NAVORSER

Gedurende die navorsingsproses het ek 'n tweeledige rol ingeneem, naamlik die van navorser asook die van terapeut. As navorser was my verantwoordelikheid die volgende:

- Aan die deelnemers en hul ouers / voogde verduidelik wat die doel van die studie is, en toestemming van hulle ontvang.
- Toestemming van die deelnemers en hul ouers / voogde ontvang dat onderhoude tydens die terapeutiese proses opgeneem en vir ontledingsdoeleindes getranskribeer kan word.
- Verseker dat die fasiliteite wat gedurende die studie gebruik word, in 'n bevredigende toestand is.
- My rol as navorser binne 'n interpretivistiese studieveld het behels dat ek as onderhoudvoerder 'n aktiewe deelnemer aan die navorsingsproses was.
- Ek het 'n belangrike deel van die data gevorm (Wimmer & Dominick in Hinckley, 2005).
- Aangesien ek as navorser by die ervarings van die deelnemers betrokke was, moes ek deurgaans waak teen die invloed van eie vooroordeel, waardes en persoonlike belangstellings rakende die navorsingsonderwerp en -proses (Creswell, 2009).
- Volgens Stake (2000:372) het ek konstante deelname *from conscience, from stakeholders and from the research community* nodig gehad ten einde die ontstaan van etiese kwessies te vermy.
- Tydens die individuele onderhoude, asook tydens die terapeutiese ingrepe wat plaasgevind het, was ek deurgaans bewus van die etiese riglyne wat ek veronderstel was om te volg.

As terapeut het ek die volgende gedoen:

- Die interpretasie van die data met die deelnemer uitgeklaar om misverstande uit die weg te ruim.
- Data geanaliseer en geïnterpreteer (interpretevistiese navorsing).
- Te alle tye aan die etiese standaarde voldoen soos uiteengesit in die etiese kode van die Health Professions Council of South Africa (HPCSA – vorm 223, 2002).
- Benewens my rol as onderhoudvoerder en terapeut in die studie, het ek ook data getranskribeer, geanaliseer, getrianguleer, gekristalliseer en geïnterpreteer.
- Ek het ook my eie joernaal gehou met betrekking tot die individuele onderhoude wat gevoer was asook die terapeutiese ingrepe wat plaasgevind het (Lindlof & Taylor, 2002; Meloy, 2002)
- Ek het gepoog om ‘n gemaklike, warm atmosfeer te skep waarin onderbrekings tot die minimum beperk was.

4.7 ETIESE MAATREËLS

Volgens die Helsinki Verklaring van 1972 is dit noodsaaklik om klaring van ’n etiese komitee te verkry wanneer menslike (of dierlike) subjekte in enige vorm van navorsing van ’n empiriese aard betrek word (Marshall & Rossman, 2000). Dit impliseer dat navorsing nie sonder meer deur enige iemand op enige plek uitgevoer kan word nie. Toestemming is dus van die etiese komitee van die Fakulteit Opvoedkunde van die Universiteit van Pretoria verkry om hierdie studie uit te voer (sien etiese klaringsertifikaat in Bylaag C).

Strydom (2002:63) sluit hierby aan en verklaar dat *anyone involved in research needs to be aware of the general agreements about what is proper and improper in scientific research.* Ek het myself dus tydens die navorsingsproses deurgaans aan die volgende etiese beginsels onderwerp:

4.7.1 Verkryging van ingeligte toestemming

- Ingeligte toestemming is van deelnemers en hul ouers/voogde verkry sodat hulle die studie kon verstaan en dus skriftelik kon instem om daaraan deel te neem.

- Gesprekke is met deelnemers en hul ouers gevoer om hulle oor die aard van die navorsing in te lig en aan hulle die geleentheid te bied om vrae te vra.
- Die etiese kode waaraan die navorser onderhewig is, is deurlopend eerbiedig.
- Deelnemers en hul ouers/voogde is mondeling en skriftelik ingelig oor wat tydens die navorsing van hulle verwag gaan word.
- Die verloop van die navorsing is skriftelik en mondeling met die deelnemers en hul ouers bespreek.
- Interpretasies van die data is deurgaans met die deelnemers uitgeklaar om misverstande uit die weg te ruim.
- Terugvoer is aan die deelnemers en hul ouers/voogde verskaf.
- Data is doelgerig en korrek weergegee.

4.7.2 Beskerming teen skade/leed (*harm*)

Gedurende die navorsingsproses het ek seker gemaak dat deelnemers teen fisiese of psigologiese leed beskerm word (Leedy & Omrod, 2001). Die navorsingsprojek het psigologiese implikasies vir die deelnemers ingehou, aangesien ek hulle gevra het om sensitiewe inligting te deel, byvoorbeeld hulle ervaringe van en gevoelens oor hul lewens en dit wat besig was om met hulle te gebeur. As ’n navorser was ek bewus daarvan en daarom het *debriefing* ter ondersteuning van die deelnemers na afloop van elke sessie plaasgevind.

Ek het deurlopend streng etiese riglyne gevolg om die outonomie van die deelnemers te respekteer. In elke navorsingsprojek moet voordele teenoor nadele teenmekaar opgeweeg word. Deelnemers sal terapie ontvang en as sielkundige is dit my plig om terapeuties op te tree tot hulle voordeel. Ek het daarna gestreef om eerlik met die deelnemers te wees, hulle met respek te behandel en empaties teenoor hulle op te tree.

Indien ’n deelnemer ’n ongunstige reaksie teenoor my sou openbaar en dit wou voorkom asof die terapeutiese ingrepe nie tot voordeel van die deelnemer was weens haar reaksie teenoor my as terapeut nie, sou ek so ’n deelnemer na ’n ander terapeut verwys.

4.7.3 Privaatheid, vertroulikheid en anonimiteit

Volgens Burns (2005) moet beide die navorser en die deelnemer 'n duidelike begrip van die konfidensialiteit van die resultate en die bevindings van die studie hê. Ek het dus die beperkings van konfidensialiteit aan die deelnemers verduidelik. Al die deelnemers se inligting en response is op anonieme wyse hanteer ten einde hul identiteit te beskerm. Toestemming is van die deelnemers verkry om hul response te publiseer.

4.7.4 Voordele van die beoogde navorsing

Die doel van die onderhawige studie was om deelnemers te bevoordeel sodat die simptome wat hulle ervaar het, naamlik depressie, moontlik verlig kon word. Tydens die navorsing het ek die menslike faktor in gedagte gehou (Brinkmann & Kvale in Willig & Rogers, 2008).

4.8 POTENSIËLE BETEKENISVOLHEID VAN DIE STUDIE

Gedurende die studie is uitgebreide data-insamelingsmetodes binne 'n kwalitatiewe navorsingsraamwerk gebruik.[23] Pogings is aangewend om 'n redelik volledige en komplekse beeld van die ondersoek as eindproduk aan te bied. Die ondersoekterrein van die studie was nog betreklik nuut, derhalwe was navorsing op hierdie terrein redelik beperk. Die navorsing is onderneem met die hoop dat dit 'n terapeutiese metode vir sielkundiges kan daarstel om kinders en adolessente te ondersteun wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.

Volgens Krefting (1991) en Cohen, Manion en Morrison (2002), kan data op 'n gebalanseerde wyse gerapporteer word deur onder meer 'n outentieke benadering te volg en dit wat tot dusver onbekend was, bekend te maak. Nuwe kennis wat uit data voortvloei behoort dan weer tot nuwe navorsingsaksies aanleiding te gee. In die onderhawige studie is daar deurgaans gepoog om die navorsing op outentieke wyse uit te voer deur op 'n 'nuwe' benadering tot Ericksoniaanse terapie te fokus, en op 'n benadering waaroor daar tot dusver weinig navorsing gedoen en gerapporteer is.

[23] Sien Tabel 4.2.

4.9 VOORSIENE PROBLEME

Probleme wat aanvanklik met die betrokke studie voorsien is, kan soos volg uiteengesit word:

- Die studie sou van beperkte omvang wees, aangesien slegs ses deelnemers by die navorsing betrek is. Die moontlikheid vir veralgemening is dus beperk.
- Die moontlikheid vir veralgemening is verder beperk deur die feit dat die gevalstudie nie verteenwoordigend was van die hele populasie nie.
- Die *Hawthorne*-effek sou kon voorkom. Met ander woorde, die deelnemers se bewustheid van hul deelname aan die navorsingsprojek op sigself sou hul gedrag kon beïnvloed en/of verander.
- My eie, subjektiewe interpretasie sou as 'n verdere moontlike beperking beskou kon word, aangesien ander navorsers die resultate dalk verskillend sou kon interpreteer. Ek het egter voorsorg hierteen getref deur Dr. Odendaal te versoek om as eksterne kodeerder op te tree.
- Die moontlikheid het bestaan dat die deelnemers wat vir die studie gekies word, nie deur die hele navorsingsproses by die studie betrokke kon of sou wou wees nie.
- Van die deelnemers kon moontlik psigofarmakologiese middels gebruik, wat newe-effekte kon teweegbring. Hierdie faktor sou dalk my eie resultate betekenisvol beïnvloed.
- Sand as terapeutiese medium sou dalk beperkend op die studie kon inwerk aangesien persone met sensoriese integrasiehindernisse moontlik besware teen die sand as 'n medium kon hê en hierdie hindernis hul terapeutiese proses moontlik sou kon belemmer.

4.10 SAMEVATTING

Hoofstuk 4 is gewy aan 'n bespreking van die INTERPRETIVISTIES-positivistiese perspektief waaruit die studie onderneem is, asook die KWALITATIEWE navorsingsontwerp en gevalstudie wat geïmplementeer is. Die navorsingsmetodologie (die steekproef en tegnieke vir data-insameling en data-analise), asook die oordraagbaarheid en vertroubaarheid van die kwalitatiewe komponent is ondersoek.

Die navorser se rol in die navorsing en die etiese maatreëls wat streng gedurende die studie eerbiedig is, is ook kortliks vermeld. Ten slotte is die potensiële betekenisvolheid en beperkings van die studie bespreek.

In Hoofstuk 5 word die bevindings van die navorsing bespreek en ek poog om hierdie bevindings met die literatuur in verband te bring.

HOOFSTUK 5: BEVINDINGS EN BESPREKING

5. 1 INLEIDING

In hierdie hoofstuk word die toepassing bespreek van die Ericksoniaanse benadering tot sandspelterapie vir deelnemers wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar. Elke terapeutiese sessie, individuele en gesamentlike onderhoud asook die refleksiejoernale van die deelnemers en die navorser word ontleed, en temas en subtemas word geïdentifiseer. Na die aanvanklike data-analise word die geïdentifiseerde temas en subtemas gekategoriseer.

Kwalitatiewe navorsing maak onder andere gebruik van induktiewe redenering. By navorsing wat gerig is op die generering van nuwe kennis oor 'n spesifieke tema steun die navorser op induktiewe redenering (Hughes & Lavery, 2004). In hierdie navorsing ondersoek ek die waarde al dan nie van 'n 'nuwe' terapeutiese hulpmiddel, die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie op kinders en adolessente wat depressie as 'n ontwikkelingsteurnis ervaar.

Probleemstellings of navorsingsvrae word by kwalitatiewe navorsing breër gestel as by kwantitatiewe navorsing. Namate nuwe inligting aan die lig kom kan die aanvanklike navorsingsvraag of -vrae van tyd-tot-tyd gewysig word (McMillan & Schumacher, 2001). Volgens McMillan en Schumacher (2001: 579) bemoei kwalitatiewe navorsers hulle met *an ongoing event or a process in a discovery orientation.* My ervaring tydens hierdie studie was sterk in ooreenstemming hiermee, aangesien die navorsing 'n deurlopende ontdekkingsreis was.

Vervolgens word die agtergrond van die deelnemers kortliks geskets.

5.2 AGTERGROND VAN DIE DEELNEMERS

'n Ondersoek na die waarde van die beoogde gekombineerde benadering noop 'n kort bespreking van die agtergrondinligting van deelnemers[24]. 'n Volledige beskrywing van elke deelnemer verskyn in Bylaag A.

24 'n Spesifieke kleur is aan elke deelnemer toegeken. By die bespreking van die data-analise word dieselfde kleure deurlopend gebruik om die bepaalde deelnemer aan te dui.

Tabel 5.1: Agtergrondinligting oor die ses deelnemers aan die studie

	DEELNEMER A ***Storieprinses***	**DEELNEMER B** ***Denker***	**DEELNEMER C** ***Skulpie***	**DEELNEMER D** ***Verlore***	**DEELNEMER E** ***Hoopvol***	**DEELNEMER F** ***Skaduwee***
Ouderdom	7	9	11	12	16	18
Geslag	Vroulik	Manlik	Vroulik	Manlik	Vroulik	Vroulik
Moedertaal	Engels	Afrikaans	Afrikaans	Afrikaans	Afrikaans	Afrikaans
Graad	1	3	5	6	10	12
Aanmeldings-hindernis	***Storieprinses*** se moeder is tragies oorlede in 'n busongeluk. Sy was saam met haar moeder tydens die ongeluk. Volgens haar vader het haar gedrag hierna negatief verander.	***Denker*** het probeer selfmoord pleeg.	***Skulpie*** se ouers is geskei en sy pas moeilik by die nuwe omstandighede aan.	***Verlore*** se vader is in die tronk nadat hy die familie wreed aangerand het en ***Verlore*** se stiefsussie verkrag het.	Hoopvol ervaar verhoudingsprobleme en weet nie hoe om hierdie probleme te hanteer nie.	***Skaduwee*** het slegte nuus oor haar gesondheid ontvang. Haar moeder het selfmoord probeer pleeg. Sy ervaar paniekaanvalle.
Eksterne faktore wat aanleiding kon gee tot depressiewe simptome	Moeder se afsterwe Slaaphindernis	Belewenis van skool; finansiële probleme; verhouding met broer; verhouding met portuurgroep; gesondheid.	Verhoudingshindernisse met vader en stiefmoeder; portuurgroepkonflik.	Blootstelling aan geweld; emosionele mishandeling; portuurgroepkonflik; verhoudingsprobleme met vader; geen standvastigheid.	Verhouding met ouers; verhoudingsprobleme met portuurgroep; verhoudingsprobleme met teenoorgestelde geslag; swak selfbeeld.	Gesondheid; moeder se selfmoord; paniek-aanvalle; verhoudings met teenoorgestelde geslag; ervaring van self.
Interne faktore wat aanleiding kon gee tot depressiewe simptome	Emosionele belewenis: vrees, hartseer, angs, magteloosheid, aggressie en eensaamheid.	Belewenis van: verhoudings; huislike omstandighede; self; skool; hartseer; onsekerheid; pyn; vergeetagtigheid; swak selfbeeld; emosionele uitbarstings.	Opstandigheid; passiwiteit; onsekerheid; ontkenning; neerslagtigheid; konsentrasie en geheue.	Vrees; heimwee; verlange; ongeluk-kigheid; verwerping; onsekerheid; opstan-digheid; bekommernis en moedeloosheid.	Ontkenning; hartseer; vrees; woede; bitterheid; frustrasie; wantroue; wanhoop; onsekerheid; bekommernis en ontvlugting.	Onsekerheid; verhoudingsprobleme; opstandigheid; hartseer; wantroue.
Eksterne hulpmiddels	Vader Materne grootouers Navorser	Moeder Vader Navorser	Moeder Navorser	Welsyn Pleegouers Navorser	Ouers Sussie Navorser	Ouers Kêrel Navorser
Interne hulpmiddels	Verbeelding	Vermoë om te dink Selfkennis		Aanpassing by omstandighede *Resiliency*	Haar wil om te verbeter	

5. 3 RESULTATE VAN DIE DATA-ANALISE

In hierdie hoofstuk word die temas verken wat gedurende die data-analise na vore gekom het. Die wyse waarop die subtemas gegroepeer is word geïllustreer, gevolg deur 'n meer omvattende bespreking van die resultate van die data-analise.

Vier hooftemas is deur middel van die data-analise geïdentifiseer en hierna is verskeie subtemas onder elke hooftema onderskei. Tabel 5.2 bied 'n opsomming van die temas, subtemas en kategorieë wat na vore gekom het uit die in-diepte-studie van die verbatimtranskripsies van elke individuele terapeutiese ingreep (d.i. die verbatimtranskripsies van elke individuele onderhoud met die deelnemers en hul ouers, asook die refleksiejoernale van die deelnemers en navorser). Die insluitings- en uitsluitingskriteria van elke kategorie vorm ook 'n deel van hierdie opsomming.

Tydens die identifisering van die hooftemas, subtemas en kategorieë is alle bestaande kennis rakende depressiewe simptome, Ericksoniaanse terapie afsonderlik asook sandspelterapie afsonderlik uitgesluit, aangesien hierdie studie fokus op die moontlike waarde van Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie vir kinders en/of adolessente wat depressie as ontwikkelingsversteuring ervaar. Tydens die identifisering van die hooftemas en subtemas is alle kennis ingesluit wat moontlik tot 'n beter begrip van die genoemde gekombineerde benadering kan bydra.

In Tabel 5.2 word die temas en subtemas opgesom wat voortgepruit het uit 'n in-diepte-analise van die verbatim transkripsies van die individuele terapeutiese ingrepe.

Tabel 5.2: Opsomming van temas en subtemas wat geblyk het uit die in-diepte-analise van verbatim transkripsies van elke individuele terapeutiese ingreep

TEMA 1: DEELNEMERS SE BELEWING VAN DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE GEKOMBINEER MET SANDSPELTERAPIE		
Subtemas	**Insluitingskriteria**	**Uitsluitingskriteria**
1.1 Deelnemers se belewing van die storievertel-momente	Frases/sinne en woorde waar die deelnemers hul belewing van die storievertel-momente aangedui het. Ingesluit is die deelnemers se beskrywing van die hindernisse wat hulle beleef het. ***Denker: Ek het nie maats nie; ek kan nie skool toe gaan nie; ek voel hartseer vir geen rede nie*** (Sessie 1, bl. 26). Die deelnemers se beskrywing van hul 'veilige' plek, bv. opgewondenheid, onsekerheid en ongemak. Laastens die deelnemers se belewing van die terapie in hul daaglikse lewens. ***Verlore*** het na die stories geluister, maar dit het nie gelyk asof hy die stories sy eie gemaak en lesse daaruit geleer het om in sy eie lewe toe te pas nie (Sessie 4, bl. 9).	Alle frases/sinne en woorde wat nie op die deelnemers se belewing van die storievertel-momente van toepassing is nie. Uitgesluit is die deelnemers se belewing van daaglikse aktiwiteite, bv. verhoudings met ander belangrike persone. Ook uitgesluit is enige ekspressie van belewing wat verband hou met die sandspel-momente.
1.2 Deelnemers se belewing van die sandspel-momente	Frases/sinne en woorde waar die deelnemers hul belewing van die sandspel-momente aangedui het. Van die deelnemers was aanvanklik onseker en het heelwat vrae gevra. Die deelnemers het na die aanvanklike onsekerheid die proses verstaan en na afloop van die storievertelling uit hul eie geweet dat hulle 'n sandspeltoneel moes bou (Refleksiejoernaal van navorser, bl. 10).	Alle frases/sinne en woorde wat nie op die deelnemer se belewing van die sandspel-momente van toepassing is nie. Uitgesluit is enige ekspressie van belewing wat verband hou met die storievertel-momente.
TEMA 2: DEELNEMERS SE BEGRIP VAN DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE GEKOMBINEER MET SANDSPELTERAPIE		
Subtemas	**Insluitingskriteria**	**Uitsluitingskriteria**
2.1 Deelnemers se verklaring en begrip van die storievertel-momente	Frases/sinne en woorde waar die deelnemers hul verklaring en begrip van die storievertel-momente deel: Denker: Ek moet doen wat die storie sê (Refleksiejoernaal van deelnemer, bl. 3). Verlore: Daar kan nog klippe in 'n mens se lewe wees, bv. probleme (Refleksiejoernaal van deelnemer, bl. 2). ***Hoopvol: Die klippe was skokkend om te sien wat my alles pla*** (Sessie 3, bl. 8).	Uitgesluit is enige ekspressie van verklaring en begrip wat verband hou met die sandspel-momente.

2.2 Deelnemers se verklaring en begrip van die sandspel-momente	Frases/sinne en woorde waar die deelnemers hul verklaring en begrip van die sandspel-momente deel: Denker: Ek het ook gedroom dat hier was sulke nattigheid (Sessie 1, bl. 25). ***Skaduwee: Hierdie beteken aggressiwiteit en gewelddadigheid en hartelooosheid*** (Sessie 1, bl. 6).	Alle frases/sinne en woorde wat nie op die deelnemer se verklaring en begrip van die sandspel-momente van toepassing is nie.
TEMA 3: VORDERING EN AANVAARDING AS GEVOLG VAN ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE GEKOMBINEER MET SANDSPELTERAPIE		
Subtemas	**Insluitingskriteria**	**Uitsluitingskriteria**
3.1 Vordering in deelnemers se lewens	Frases/sinne en woorde waar die deelnemers 'n aanduiding gee dat hulle vordering toon as gevolg van die terapeutiese ingreep. Denker noem hy gaan makliker skool toe (Sessie 2, bl. 3). ***Verlore: Ek sal haar vergewe*** (Refleksiejoernaal van deelnemer, bl. 3).	Alle frases/sinne en woorde wat 'n aanduiding gee dat die deelnemers nie vooruitgang beleef as gevolg van die terapeutiese ingreep nie. ***Skaduwee: dit voel of ek vasgevang is*** (Refleksiejoernaal van deelnemer, bl. 8).
3.2 Deelnemers se aanvaarding van hul omstandighede	Frases/sinne en woorde waar die deelnemers 'n aanduiding gee dat hulle aanvaarding bereik het. ***Hoopvol*** begin haar ouers se gesag aanvaar (Refleksiejoernaal van navorser, bl. 7). ***Skaduwee: ek het dit met die tyd begin aanvaar*** (Sessie 6, bl. 6).	Alle frases/sinne en woorde wat 'n aanduiding gee dat die deelnemers nie aanvaarding bereik het nie. ***Storieprinses***, ***Denker***, ***Skulpie*** en ***Verlore*** toon nie aanvaarding van hul eie situasie na afloop van die terapeutiese ingreep nie (Refleksiejoernaal van navorser, bl. 8).
TEMA 4: REAKSIE VAN DEELNEMERS (WAT NIE AS BELEWINGSMATIG OF BEGRIPSMATIG GETIPEER KAN WORD NIE) OP DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE GEKOMBINEER MET SANDSPELTERAPIE		
Subtemas	**Insluitingskriteria**	**Uitsluitingskriteria**
4.1 Positiewe reaksie van deelnemers	Frases/sinne en woorde wat daarop dui dat die deelnemers die terapeutiese ingreep as positief beleef. ***Storieprinses: Wow, that's a nice story*** (Sessie 3, bl. 11). ***Denker: Jis, daai storie is baie slim*** (Sessie 3, bl. 13).	Frases/sinne en woorde wat daarop dui dat die deelnemers nie die terapeutiese ingreep as positief beleef het nie, bv. ***Storieprinses: But I don't want to do it again*** (Sessie 3, bl. 11).
4.2 Negatiewe reaksie van deelnemers	Frases/sinne en woorde wat dui op 'n negatiewe reaksie van die deelnemers op die terapeutiese ingreep. Storieprinses wou nie oor haar probleme gesels nie: ***He's saying us to keep quiet*** (Sessie 4, bl. 9).	Alle frases/sinne en woorde wat nie op 'n negatiewe reaksie van die deelnemers op die terapeutiese ingreep dui nie. ***Verlore: Sjoe, ek voel sommer bly*** (Sessie 1, bl. 15).

Die data-analise na aanleiding van die temas en subtemas word volgende breedvoerig bespreek.

5.3.1 Volledige bespreking van die data-analise

Die navorsing het die vorm aangeneem van 'n terapeutiese ingreep wat bestaan het uit 'n kombinasie van die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie. Dit was gerig op kinders en/of adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar het. Die navorsingsvraag wat beantwoord moes word is of die genoemde benadering van waarde was vir kinders en/of adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis beleef het.

5.3.1.1:Tema 1 en subtema 1.1

TEMA 1: **DEELNEMERS SE BELEWING VAN DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE GEKOMBINEER MET SANDSPELTERAPIE**
SUBTEMA 1.1: **DEELNEMERS SE BELEWING VAN DIE STORIEVERTEL-MOMENTE**

i) Inleiding

Die eerste bespreking fokus op die deelnemers se belewing van die hindernisse wat hulle ervaar het. Daarna stel ek ondersoek in na die motivering van die deelnemers om aan die storievertelproses te bly deelneem. Dit word gevolg deur 'n bespreking van die deelnemers se belewing van 'n 'veilige' plek en laastens hul belewing van die terapeutiese metafoor wat in die storievertelling gebruik is.

ii) Deelnemers se belewing van die hindernisse wat hulle ervaar het

Elke deelnemer is tydens die navorsing as 'n individu beskou met haar unieke hindernisse wat moontlik tot die belewing van depressie kon bydra. My navorsing ondersteun dié van Davies (1999) en Muse (1990), naamlik dat kinders hulle depressie op verskeie maniere kan openbaar. Soms kan die deelnemer terugtrek (***Skulpie***)[25] terwyl ander met vrymoedigheid oor hul probleme sal praat (***Verlore,***

[25] Sien asseblief Bylaag A vir agtergrond van deelnemers.

Hoopvol en ***Skaduwee***). Ander deelnemers kan moontlik selfmoordneigings toon of psigosomatiese simptome, byvoorbeeld slapeloosheid (***Storieprinses***).

Tydens die eerste fase van die terapeutiese ingreep, naamlik sessies wat op die Ericksoniaanse benadering tot terapie gebaseer was, het ek gepoog om stories te kies wat gepas het by die unieke hindernisse wat elke deelnemer ervaar het. Webb en Doka (2010) bevind juis in hul navorsing dat die terapeutiese storie by die probleme van die betrokke deelnemer behoort te pas. Die navorsing van Hunt (2005) sluit aan by die voorgenoemde waar hulle noem dat die terapeutiese metafoor by die spesifieke individu aanklank behoort te vind.

Ek het op storievertelling besluit aangesien stories so 'n natuurlike deel van 'n kind se lewe vorm (Brandell, 2000; Friedberg, McClure & Garcia, 2009; Mills & Crowley, 2001; Seligman, 2006). Gedurende die storievertelling het ek terapeutiese metafore gebruik en gepoog om die ware betekenis hiervan binne die storievertelling te bedek. My poging strook met die bevindings van Brandell (2000) asook Mills en Crowley (2001) in hul studies met kinders en adolessente,[26] naamlik dat die deelnemer gedurende storievertelling slegs bewus is van die aksies en die gebeure wat aan haar beskryf word, en dat sy nie na die bedekte betekenisse binne die storie gesoek het nie, selfs al is die bedekte betekenisse aan haar vertel, (Brandell, 2000; Mills en Crowley, 2001; Seligman, 2006).

Ek het gedurende my navorsing dieselfde bevind as die voorafgenoemde outeurs. Die deelnemers het nie na die bedekte betekenisse binne die stories gesoek nie, maar het die stories bloot beleef soos wat ek dit aan hulle vertel het. ***Verlore*** het onder andere die volgende na afloop van die storievertelling gesê: ***Ek het die blom jammer gekry, maar hy het 'n veilige plek gekry*** (Refleksiejoernaal van deelnemer, bl. 3). ***Verlore*** het homself nie op daardie stadium as die blom – wat as metafoor in die storie gebruik is – beskou nie.

[26] Die definisies vir die terme 'kinders' en adolessente' kom voor in Hoofstuk 1, 1.6.4

Volgens Burns (2005), Seligman (2006) en Yapko (1994) voel kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar nie altyd by magte om direk oor hul gevoelens en belewings te praat nie, aangesien hulle hul probleme as oorweldigend beleef. Die uitgangspunt van hierdie skrywers word ondersteun deur Deelnemer 1 aan my studie (***Storieprinses***), wat nie oor haar probleme wou praat nie. Gedurende Sessie 4 (bl. 9) sê sy**:** ***He's saying us to keep quiet*** (Sessie 4, bl. 9). As teenvoeter om haar gevoelens te verbaliseer, skep sy 'n verbeeldingspersoon wat ons beveel om stil te bly.

Storieprinses se onwilligheid om haar probleme te bespreek is moontlik daaraan te wyte dat ek die eerste storie, die Ligbal-metafoor, aan al die deelnemers behalwe aan haar vertel het. Die deelnemers moes die Ligbal-metafoor gebruik om die hindernisse in hul eie lewens te identifiseer. My enigste verklaring vir die feit dat ek hierdie storie nie ook aan ***Storieprinses*** vertel het nie, is dat ek moontlik intuïtief afgelei het dat haar depressiewe simptome direk met die afsterwe van haar moeder verband hou. Terugskouend besef ek dat dit moontlik 'n fout was, aangesien sy waarskynlik lig op haar gemoedstoestand sou kon werp indien ek haar die geleentheid sou gegun het om die hindernisse wat sy ervaar het self deur die Ligbal-metafoor te benoem (Refleksiejoernaal van navorser: Deelnemer A, bl. 1).[27]

Die uitgangspunt van Burns (2005), Mills en Crowley (2001), Seligman (2006) en Yapko (1994) dat terapeutiese metafore gebruik kan word wanneer kinders en adolessente nie by magte voel om direk oor hul gevoelens en belewings te praat nie, is deur vyf van die ses deelnemers aan die studie bevestig. Gedurende die vertelling van die Ligbal-metafoor was dit vir hierdie vyf deelnemers moontlik om hul probleme te benoem.

Denker het aanvanklik genoem dat hy geen hindernisse in sy ligbal kon sien nie: ***Daar is niks nie***[28] (Sessie[29] 1, bl. 22). Tydens ons tweede sessie kon hy egter wel

[27]Die refleksiejoernaal van die navorser verskyn in Bylaag A.

[28]Alle kursief-gedrukte gedeeltes is direkte aanhalings uit die deelnemers se verbatim transkripsies van die video-opnames en uit hul joernale.

[29]Alle verwysings na "Sessie" kom uit die verbatim transkripsie van die betrokke video-opnames.

die hindernisse in sy ligbal benoem. Hy het genoem dat hy nie maats het nie; dat dit vir hom moeilik is om skool toe te gaan; dat hy soms vir geen rede nie hartseer voel; dat hy voel asof hy nie met sy lewe kan aangaan nie; dat hy altyd moeg is en dat hy nie lus is om met sy broer te speel nie (Sessie 2, bl. 6).

Skulpie het dit ook aanvanklik moeilik gevind om die hindernisse in haar lewe te benoem. Ek moes meer leiding en aanmoediging aan ***Skulpie*** as aan die ander deelnemers gee ten einde haar te ondersteun om deel van die terapeutiese ingreep te word, en ek moes baie geduld met haar aan die dag lê. Hierdie waarneming strook met die van VanFleet, Sywulak, Sniscak, en Guerney (2010) wat bevind het dat die terapeut aan die kind soveel tyd moet gun as wat nodig is om die self te leer ken, en dat die terapeut ook geduldig moet wees met die kind se unieke terapeutiese proses.

Gedurende haar tweede terapeutiese sessie het ***Skulpie*** die volgende hindernisse in haar ligbal benoem: haar verhouding met haar vader, en dat sy dit moeilik vind om te konsentreer (Sessie 2, bl. 17). Yapko (2006) noem dat depressie kan veroorsaak dat kinders intern op hul gevoelens gefokus is, wat veroorsaak dat hulle minder oplettend is ten opsigte van hul omgewing en omgewingstimuli. Hierdie siening van Yapko mag waar wees met betrekking tot die aanvanklike reaksies van ***Denker*** en ***Skulpie*****.** Gedurende my navorsing het ek gevind dat veral ***Denker*** en ***Skulpie*** gefokus was op hul eie emosies en dit wat hulle innerlik ervaar het. ***Denker*** skryf in sy Refleksiejoernaal (bl. 5): ***Ek moet probeer om nie aan die slegte gedagtes te dink nie.***

Verlore het vanaf die eerste terapeutiese ingreep goed saamgewerk en die volgende hindernisse in sy ligbal benoem: haat teenoor sy vader en die belewing van aggressie teenoor ander mense wat hom slegsê (Sessie 3, bl. 8). ***Hoopvol*** het genoem dat haar moeder, vader, suster, onderwysers, kêrel en sy self die klippe was wat sy tydens terapie in haar ligbal gesien het (Sessie 2, bl 16). Die laaste deelnemer, ***Skaduwee*** het aanvanklik die volgende hindernisse in haar ligbal gesien: aggressie; harteloosheid, gewelddadigheid; paniekaanvalle; gebrek aan vertroue en haar gevoel dat sy in 'n *bubble* vassit – ***Ek sien dat ek soos in 'n bubble is en dat ek nie dalk ...***

dit voel of ek nie daar kan uitkom nie (Sessie 1, bl. 14). Gedurende die tweede terapeutiese ingreep het sy haar gesondheid en depressie, haar ouers se depressie, haar moeder se selfmoordpoging en die verkragtingspoging wat sy as jong dogter beleef het as hindernisse in haar ligbal genoem (Sessie 2, bl. 3, 4).

Tydens die navorsing het dit ook geblyk dat ***Skaduwee*** nie al haar probleme genoem het nie, in teenstelling met die ander deelnemers aan hierdie studie wat dit wel gedoen het. Die hindernisse wat sy later genoem het was nie minder belangrik as die wat sy aanvanklik genoem het nie. Hierdie onderskryf my vroeëre waarneming, naamlik dat die terapeut geduldig moet wees en die deelnemer se terapeutiese proses behoort te respekteer.

Die siening van Gabbard, Beck en Holmes (2007) sluit hierby aan wanneer hulle sê dat sommige deelnemers hul eie, unieke redes het waarom hulle nie dadelik oor die spektrum van hul probleme wil praat nie. Deelnemers hou moontlik simptome geheim, óf voel dalk dat dit onregverdig is om ander met hul probleme op te saal, óf is gewoon skaam om hul probleme met ander te bespreek. Sodra die deelnemer die terapeut vertrou is sy meer gereed om oop kaarte te speel.

Ek is nie seker waarom ***Skaduwee*** nie dadelik al die probleme wat sy beleef het genoem het nie. Wanneer die Ericksoniaanse benadering met sandspelterapie gekombineer word, is dit nodig om te alle tye op die deelnemer gefokus te bly en om die inligting te gebruik wat die deelnemer tydens die terapeutiese ingreep deel (Yapko, 2006).

'n Opsomming van die deelnemers se belewing van die hindernisse wat hulle ervaar het volg in Tabel 5.3:

Tabel 5.3: Opsomming van hindernisse

	Storie-prinses	***Denker***	***Skulpie***	***Verlore***	***Hoopvol***	***Skaduwee***
Deelnemer kon nie hindernisse benoem nie	✔					
Deelnemer kon hindernisse benoem		✔	✔	✔	✔	✔
Deelnemers benoem verdere hindernisse in latere sessies						✔

iii) Motivering van deelnemers om aan storievertellingsproses te bly deelneem

Ek het van die standpunt uitgegaan dat terapeutiese metafore 'n manier is om met kinders en/of adolessente te kommunikeer. Die terapeutiese metafoor word allerweë beskou as 'n moontlike wyse om terapeutiese verandering op 'n aangename en verbeeldingryke manier te laat plaasvind (Burns, 2007; Loue, 2008; Mills & Crowley, 2001). Metafore kan ander individue beskryf wat met dieselfde probleme worstel as waarmee die deelnemer 'n stryd voer.

Die positiewe resultate wat in die storie verkry word, kan indirek suggereer dat depressie 'n hindernis is waaraan die deelnemer kan werk (Yapko, 1994). Met positiewe resultate word bedoel dat 'n oplossing in die terapeutiese storie gebied word vir die probleem waarmee die karakter in die storie worstel.[30] Die deelnemer sien die oplossing wat in die storie vertel word op 'n onbewuste vlak raak en maak die oplossing van toepassing op haar lewe, wat verligting van die eie probleem teweeg bring. Aangesien die storie 'n oplossing bied, bly die deelnemer gemotiveerd om aan die storievertellingsproses deel te neem om die oplossing wat indirek voorgestel word in haar lewe te verwesenlik.

My navorsing het hierdie siening van Yapko ondersteun. Die deelnemers het na afloop van die storievertelling hoofsaaklik positiewe emosies getoon, soos wat uit die volgende aanhalings blyk:

Storieprinses het die stories geniet: ***Oh, that was a happy story, but it was bad in the beginning. Wow! That's a nice story*** (Sessie 3, bl. 11); ***Oh! That was a nice story*** (Sessie 4, bl. 16); ***Yeah! Nice story*** (Sessie 6, bl. 10). ***Denker*** het die volgende te sê gehad na sy belewings van die storievertelling: ***Daai storie is baie slim*** (Sessie 3, bl. 13); ***Ek voel skoon beter*** (Sessie 6, bl. 16). ***Verlore*** het as volg gereageer op die storievertelling: ***Sjoe! Dit was nogal lekker. Ek voel sommer bly*** (Sessie 1, bl. 15); ***Nou voel ek beter*** (Sessie 3, bl. 8); ***Ek voel baie goed*** (Sessie 4, bl. 9).

[30] Die manier waarop die karakters hulle probleme hanteer het in die terapeutiese metafore wat aan elke deelnemer vertel is, het verskil om te pas by die probleem wat die deelnemer as individu ervaar het (Sien in Bylaag B).

Hoopvol het die volgende gesê na die storievertelling: ***Ek voel baie rustig*** (Sessie 1, bl. 14); ***Ek voel ontspanne*** (Sessie 4, bl. 16). ***Skaduwee*** het haar ervaring na die storievertelling as volg beskryf: **Ek voel beter** (Sessie 2, bl. 2); **Ek voel baie ontspanne en rustig en vol vrede** (Sessie 2, bl. 22); ***Dis vir my baie lekker. Dit ontspan my ook (Sessie 2, bl. 28). Gedurende die sessie ervaar ek kalmte wat onbeskryflik is. Dit voel asof ek sweef soos 'n veer wat bo in die lewe wil kom*** (Refleksiejoernaal van deelnemer, bl. 13).

Hoewel al ses deelnemers positiewe emosies getoon het na afloop van die Ericksoniaanse benadering tot terapie (storievertelling) soos bo vermeld, is hierdie positiwiteit oënskynlik nie deur al ses deelnemers na die post-terapeutiese situasie deurgetrek nie. Volgens Damluji, Downey en Sievert (2005) beïnvloed ons denke ons gevoelens. Cryan en Leonard (2010) asook Beck en Alford (2009) ondersteun hierdie outeurs en noem verder dat negatiewe gedagtes 'n depressiewe persoon se gedagtes oorheers. My bevinding kom ooreen met die van Cryan en Leonard (2010) asook Beck en Alford (2009) wat bevind het dat negatiewe gedagtes die individu se gedagtes oorheers wanneer sy depressiewe simptome toon. Deelnemers in my studie kon nie almal die positiewe gevoelens wat hulle gedurende en na die Ericksoniaanse benadering tot terapie ervaar het na die post-terapeutiese situasie deurtrek nie. Ek skryf dit toe aan hulle negatiewe denkpatroon wat moontlik ontstaan het as gevolg van die depressiewe simptome wat hulle ervaar het.

Beck en Alford (2009) het bevind dat negatiewe denke met behulp van 'n triade beskryf kan word. Hierdie triade verteenwoordig 'n kognitiewe patroon wat veroorsaak dat die depressiewe persoon haar eie ervarings en toekoms in 'n negatiewe lig sien. Hierdie drie komponente van Beck en Alford (2009) se triade kan verduidelik word aan die hand van die ervarings van deelnemers aan my studie:

- Negatiewe selfbeeld: Die persoon beskou haarself as waardeloos. Die volgende uitlatings is goeie voorbeelde hiervan: ***Verlore: Daar is net niemand wat vir my omgee nie*** (Sessie 3, bl. 15); ***Skaduwee***: ***Ek is 'n mislukking*** (Sessie 5, bl. 10).

- Negatiewe interpretasies van ervarings. ***Hoopvol*** se uitlating is 'n voorbeeld van negatiewe interpretasies van haar ervarings: ***Alles wat ek doen draai altyd soos 'n disaster uit*** (Sessie 1, bl. 12).
- Negatiewe blik op die toekoms. ***Denker*** noem dat dinge nooit vir hulle sal beter gaan nie (Sessie 6, bl. 3) en ***Skulpie*** sê dat sy nooit sal kan wees wie sy graag wil wees nie (Sessie 5, bl. 6).

My bevindings stem ooreen met die siening van Knaus, Moragne en Welsch (2011) dat depressiewe persone negatiwiteit as hul lewensoriëntasie aanvaar en hoofsaaklik glo dat enige poging tot verandering tydmors is. Dit was vir hierdie studie belangrik om te bepaal watter tipes emosies die deelnemers ervaar wanneer hulle na die Ericksoniaanse terapeutiese ingreep (storievertelling) luister ten einde hulle te ondersteun om die goeie emosies, gevoelens en luim (wat hulle na storievertelling ervaar het) na hul alledaagse bestaan deur te dra. Volgens Kokkonen en Pulkkinen (1996) veroorsaak goeie emosies, gevoelens en luim 'n positiewe uitkyk op die lewe wat die deelnemer moontlik kan ondersteun om haar lewe ten volle te ervaar en te geniet. Studies deur Gross en Thompson (2007) wys dat die vermoë om emosie te reguleer 'n belangrike komponent vir emosionele stabiliteit en gesonde ontwikkeling is.

Ek ondersteun hierdie skrywers en wou onder andere vasstel of die deelnemers aan my studie, wanneer hulle leer om hul emosies te reguleer, in staat sou wees om emosionele stabiliteit te bereik. Hoewel hulle na afloop van die storievertelling positief en in 'n goeie luim was, het dit nie gelyk asof die deelnemers hierdie nuutgevonde positiewe gevoelens, emosies en luim na hul alledaagse bestaan kon deurtrek nie.

Gedurende ons laaste sessie het ***Skaduwee*** haar emosies as volg beskryf: ***Ek voel bang want ek weet ek moet gaan werk en ek kan nie nou by die huis bly nie en ek weet my ma moet werk toe gaan, so sy gaan nie my kan bystaan nie. So toe het ek net al hoe meer tense geraak daaroor en dan kry ek paniekaanvalle*** (Sessie 7, bl. 4). Na hierdie sessie het sy 'n terugslag beleef en is sy in die hospitaal opgeneem.

Denker daarenteen was in staat om die positiewe gevoelens, emosies en luim in sy lewe toe te pas. Hy noem in Sessie 3 (bl. 3) dat hy gelukkig voel vandat hy na die stories luister en beter kan skool toe gaan.

Tabel 5.4 bevat 'n opsomming van die deelnemers se motivering om aan die storievertelproses te bly deelneem.

Tabel 5.4: Motivering van deelnemers om aan storievertelling te bly deelneem

	Storie-prinses	***Denker***	***Skulpie***	***Verlore***	***Hoopvol***	***Skaduwee***
Deelnemer presenteer met depressiewe simptome	✔	✔	✔	✔	✔	✔
Deelnemer ervaar positiewe gevoelens na storievertelling	✔	✔	✔	✔	✔	✔
Deelnemer kan positiewe gevoelens oordra na haar lewe		✔	✔		✔	
Deelnemer kan positiewe gevoelens oordra na haar lewe, egter nie blywend nie	✔			✔		✔

Volgende word die deelnemers se belewing van die 'veilige' plek bespreek.

iv) Belewing van die 'veilige' plek

Gedurende hierdie eerste fase van die terapie moes die deelnemers vir hulself 'n 'veilige' plek visualiseer waar hulle kon luister na die storie wat vertel sou word. Hierdie is 'n denkbeeldige plek (byvoorbeeld 'n mooi tuin met diere of waar voëltjies sing) wat die deelnemer vir haarself deur visualisering kon skep, en waar sy ten volle kon ontspan en haarself wees sonder enige vrese of spanning (Hersen, 2004; Hunter, 2000). Hersen (2004) skryf dat dit goed is om 'n veilige plek vir die deelnemer daar te stel aangesien die deelnemer gedurende terapie enige tyd hierna kan terugkeer.

- ***Die skep van 'n veilige plek***

Al die deelnemers behalwe ***Hoopvol*** en ***Skaduwee*** het dit moeilik gevind om die konsep van 'n veilige plek te verstaan. Hoewel Hunter en Tebbetts (2000) noem dat dit onwys van die terapeut is om 'n veilige plek vir die deelnemer te skep aangesien die deelnemer nodig het om hierdie plek te herleef wanneer sy alleen is, het ***Verlore*** en ***Skaduwee*** verkies dat ek vir hulle so 'n veilige plek skep.

My bevindings het nie ooreengekom met die van Hunter en Tebbetts (2000) nie en dit was vir my nodig om ***Verlore*** en ***Skaduwee*** later gedurende die terapeutiese ingreep te ondersteun om 'n veilige plek te skep aangesien hulle nie in staat was om dit op hul eie te doen nie.

Tydens ons eerste sessie waartydens ek die Ericksoniaanse benadering tot terapie toegepas het, het ***Verlore*** geantwoord dat hy in staat is om sy eie veilige plek te visualiseer. Na die sessie het hy genoem dat sy veilige plek 'n kamer is waar hy alleen op 'n bank gesit het (Sessie 1, bl. 16). Tydens ons tweede sessie het ek gedurende die storievertelling aan ***Verlore*** gevra om na sy veilige plek terug te keer. Aanvanklik was daar 'n lang stilte, waarna ek wou weet of hy dit sou verkies indien ek hom sou help om 'n veilige plek te visualiseer. Hy het instemmend geknik (Sessie 2, bl. 6). Ek het 'n tuin voorgestel en ***Verlore*** was in staat om dit te visualiseer. Vir die res van die Ericksoniaanse terapie het hy na die tuin as sy veilige plek teruggekeer: ***Ek is by my boompie waar die bankie is en die tuin en ander bome en daar is twee mense daarso en daar is perde*** (Sessie 6, bl. 6).

Skaduwee kon ook tydens die eerste sessie sonder my hulp as terapeut 'n veilige plek vir haarself visualiseer (Sessie 1, bl. 4). Gedurende ons tweede sessie het ***Skaduwee*** genoem dat haar vorige kêrel haar veilige plek gedurende die eerste sessie was. Ten spyte daarvan dat hulle nie meer saam was nie, was hy steeds haar veilige plek (Sessie 2, bl. 29). Tydens die vierde sessie het ***Skaduwee*** egter die volgende opmerking gemaak: ***Ek gaan 'n ander veilige plek moet kry want X was my veilige plek en nou wil ek hom vermoor*** (Sessie 6, bl. 14). ***Skaduwee*** het in hierdie sessie gekies om die lughawe haar veilige plek te maak (Sessie 6, bl. 15). Hoewel ek dit aanvanklik vreemd gevind het, het ek later terwyl ek besig was om in my refleksiejoernaal te skryf, besef dat sy die lughawe gekies het aangesien sy op *mxit* 'n nuwe vriend ontmoet het wat by die lughawe werk (Sessie 6, bl. 5). Vir ***Skaduwee*** was haar veilige plek gekoppel aan iemand van die teenoorgestelde geslag wat op daardie oomblik vir haar spesiaal was.

Tydens die verskillende onderhoude wat ons gevoer het, het dit duidelik na vore gekom dat ***Skaduwee*** dit moeilik vind om op haar eie gelukkig te wees. Sy was afhanklik van iemand van die teenoorgestelde geslag om haar gelukkig te maak. Die veilige plekke wat sy telkens gekies het, het hierdie waarneming bevestig. Ek is nie seker hoe waardevol 'n veilige plek kan wees wat gekoppel is aan 'n ander persoon wat nie 'n permanente deel van jou lewe vorm nie. Ek moes van meet af waarskuwingstekens gesien het nadat ***Skaduwee*** genoem het dat haar veilige plek by haar vriend is, hoewel hulle nie meer saam was nie. Tydens my intensiewe literatuurstudie het ek nêrens bevestiging vir bogenoemde waarneming gekry nie. Bes moontlik is daar wel in die literatuur hierna ondersoek ingestel en het ek dit gewoon nie raakgelees nie.

Storieprinses het vanuit die staanspoor gewys dat sy oor 'n ryk verbeelding beskik en 'n liefde vir stories het. Sy kon haar veilige plek maklik beskryf en beleef. Ek noem 'n paar van haar beskrywings van haar veilige plek: ***I can see rabbits, a puppy and a cute horse in my garden*** (Sessie 7, bl. 3); ***the animals can talk*** (Sessie 7, bl. 4); ***I can smell it. I can see it in my brain*** (Sessie 6, bl. 7);***Yeah! Listen, listen, listen, listen, listen, listen. Yeah! Yeah! Yeah! Yeah!*** (Sessie 7, bl. 6).

Skulpie het haar veilige plek beskryf as: ***'n plek vol blomme wat pienk, pers en rooi en geel is. Dit het klein boompies en groot boompies. Dit is 'n baie groot tuin. Ek sien blomme, ek sien mooi groen gras, ek sien skoenlappers, ek hoor voëltjies en ek sien baie groot mooi blommetjies. Net ek is in my tuin*** (Sessie 6, bl. 2, 3). Hierdie beskrywing van Skulpie bevestig die siening van Bryant en Mabbutt (2006) dat kinders oor 'n ryk verbeelding beskik. ***Hoopvol*** het haar slaapkamer as haar veilige plek gevisualiseer (Sessie, bl. 15). Soos vroeër vermeld kon die deelnemers nie almal 'n eie veilige plek vir hulself visualiseer nie. Van die deelnemers het hulp nodig gehad en ek het die verlangde hulp verleen. Ek wou hulle graag in staat stel om hul veilige plek buite die terapiekamer te gebruik.

- ***Gebruik van veilige plek buite die terapiekamer***

Een van die doelwitte van die Ericksoniaanse benadering tot terapie is dat die deelnemer in staat gestel behoort te word om die terapie buite die terapiekamer te gebruik (Geary & Zeig, 2001; Lankton & Lankton, 1983; Yapko, 2006). Aangesien ***Skaduwee*** se veilige plek 'n persoon was wat nie altyd 'n deel van haar lewe was nie, het dit beteken dat sy nie altyd 'n vaste veilige plek het waarheen sy kan terugkeer sodra die verhouding misluk nie. Na my mening het ek daarin misluk om ***Skaduwee*** te ondersteun om 'n ware veilige plek vir haarself te visualiseer. Hierdie kortsigtigheid van my kant af kan beteken dat sy nie in staat sal wees om 'n veilige plek vir haarself te visualiseer indien sy die Ericksoniaanse benadering tot terapie buite die terapiekamer wil toepas nadat die terapeutiese ingreep afgehandel is nie.

Skaduwee het aanvanklik in Sessie 2 (bl. 19) genoem dat dit nie vir haar nodig was om tussen terapie sessies na haar veilige plek toe te gaan nie. Op 'n later stadium het sy gesê: ***Wanneer ek gespanne en mismoedig voel, kan ek op my bed gaan lê en my veilige plek beleef. Dit laat my ontspan en rustig voel*** (Sessie 4, bl. 43). ***Skaduwee*** het wel genoem dat sy in staat was om haar veilige plek tuis te beleef. Ek is egter onseker of sy dit oor die langtermyn sal kan doen aangesien haar veilige plek aan 'n persoon gekoppel was.

Hoopvol kon op haar eie weer haar veilige plek tuis beleef. Met die aanvang van Sessie 4 (bl. 13) antwoord ***Hoopvol*** dat sy in staat is om haar veilige plek te beleef wanneer sy dit self tuis doen.

Nie al ses deelnemers se veilige plek het deur die loop van die terapeutiese ingreep dieselfde gebly nie.

- ***Veilige plek mag verander***

Hunter en Tebbetts (2000) voer aan dat deelnemers se veilige plek nie altyd gedurende terapie dieselfde sal bly nie. Gedurende my bevindings kon ek hierdie waarneming van Hunter en Tebbetts (2000) staaf. Ek het die deelnemers gevra om hulle veilige plek vir my te beskryf omdat die terapeut, volgens Degun-Mather (2006) en Luber (2009), moet weet of die deelnemer wel by 'n veilige plek is waar sy ontspanne en rustig kan wees. Ek wou ook seker maak dat die deelnemers tussen

terapeutiese sessies op hulle eie hul veilige plek sou kon beleef. Die veilige plek is 'n hulpmiddel wat die deelnemer kan aanwend om die rustige gevoelens wat sy in terapie ervaar te herleef wanneer dit nodig is (LaBay, 2003; Luber, 2009).

Volgens ***Denker*** het sy veilige plek nie altyd dieselfde gebly nie. In ons laaste terapeutiese sessie het hy die volgende van sy tuin vertel: ***Een boom is nou afgekap soos 'n stoel. Daar is meerkatte en 'n paar leeus met daai maanhare, en 'n paar wit tiere en bruin tiere en baie ander tipes leeus met maanhare ook*** (Sessie 6, bl. 19). ***Denker*** het gewoonlik sy oë oopgehou wanneer ons sy veilige plek gedurende terapie geëksploreer het.

- ***Behoefte van die deelnemer met die belewing van die veilige plek***

Denker het aangedui dat hy gemakliker voel om sy oë oop te hou gedurende die storievertelling en die belewing van sy veilige plek (Sessie 3, bl. 4). Sy reaksie was: ***Ek kan my oë oophou dan kan ek dit nog steeds in my brein sit*** (Sessie 3, bl. 4). Vir sommige kinders is dit moeiliker om die Ericksoniaanse benadering tot terapie met toe oë te volg. Hierdie behoort egter nie as 'n hindernis in terapie gesien te word nie aangesien die deelnemers die storie met hul oë oop of toe kon beleef.

Bryant en Mabbutt (2006), Hunter en Tebbetts (2000) en Olness en Kohen (1996) bevestig hierdie siening en noem dat kinders nie nodig het om hul oë toe te maak gedurende die Ericksoniaanse benadering tot terapie nie aangesien hulle reeds oor 'n sterk verbeeldingswêreld beskik. Olness en Kohen (1996) verduidelik verder dat kinders soms negatief sal reageer wanneer hulle gevra word om hul oë toe te maak. Hills (1986) ondersteun die siening van Olness en Kohen. Liebault en Bernheim (in Olness en Kohen, 1996) het onderskeidelik in 1840-1919 en 1823-1904 daarop aangedring dat kinders hul oë gedurende terapie moes toemaak. Indien die kinders nie daarop gereageer het nie, het die genoemde terapeute op 'n outoritêre manier die kinders se oë toegedruk. Hierdie outoritêre benadering word nie meer gevolg nie en skrywers is dit eens dat kinders nie nodig het om hul oë gedurende die Ericksoniaanse benadering tot terapie toe te maak nie (Bryant & Mabbutt, 2006; Hills, 1986; Olness & Kohen, 1996).

Tabel 5.5 bied 'n opsomming van die deelnemers se belewing van hul veilige plek.

Tabel 5.5: Belewing van veilige plek

	Storie-prinses	*Denker*	*Skulpie*	*Verlore*	*Hoopvol*	*Skaduwee*
Deelnemer kon veilige plek beleef	✔	✔	✔	✔	✔	✔
Deelnemer kon nie veilige plek beleef nie						
Onsekerheidsbelewing		✔		✔		
Veilige plek wissel		✔	✔			✔

v) Belewing van storievertel-momente in die latere sessies

Een van die redes waarom ek die Ericksoniaanse benadering tot terapie in hierdie gekombineerde benadering gebruik het, was om vir elke individuele deelnemer 'n unieke storie te vertel waarin die hindernisse waarmee die deelnemer worstel moontlik aangespreek kon word. My hipotese was dat die deelnemers hulself moontlik kon vereenselwig met die gebeure in die storie en dat hulle die hulpmiddels wat in die storie genoem word moontlik in hul eie lewens kon begin toepas.

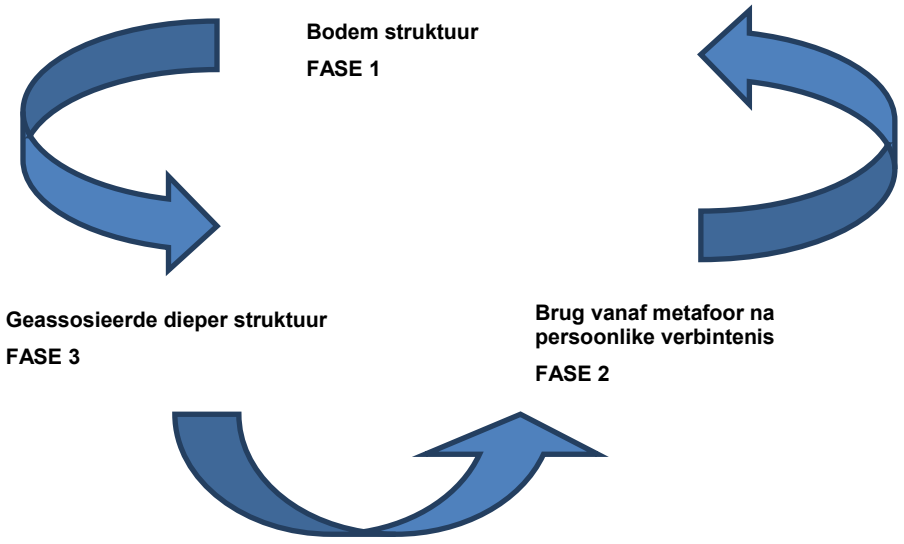
Bandler en Grinder (1976; 1981 & 1997) redeneer dat die terapeutiese metafoor gedurende storievertelling deur drie verskillende fases beweeg:

- Die metafoor stel 'n oppervlak betekenisstruktuur (*surface structure of meaning*) voor in die woorde van die storie soos wat die storie aan die deelnemer vertel word.
- Die oppervlak betekenisstruktuur aktiveer 'n geassosieerde dieper betekenisstruktuur (*associated deep structure*) wat indirek relevant is vir die deelnemer.
- Die dieper betekenisstruktuur aktiveer op sy beurt weer 'n herstelde dieper betekenisstruktuur (*recovered deep structure*) wat direk relevant is vir die deelnemer.

Hierdie skrywers veronderstel dat wanneer die deelnemer fase drie bereik het, sy die metafoor op haarself behoort te kan toepas. Die storievertellingsfase (fase 1) behoort die brug te wees tussen die deelnemer en die boodskap van die storie. Die deelnemer behoort 'n persoonlike verbintenis met die boodskap van die storie te

maak (fase 2). Indien hierdie persoonlike verbintenis nie gemaak word nie, kan die terapeutiese metafoor nie 'n persoonlike betekenis vir die deelnemer inhou nie. Wanneer die persoonlike verbintenis tussen die deelnemer en die storie wel plaasgevind het (fase 3), kry die terapeutiese metafoor persoonlike betekenis en kan die deelnemer moontlik hierdie persoonlike betekenis op haar eie lewe van toepassing maak. Figuur 5.1 is 'n diagrammatiese voorstelling van my waarnemings gedurende die navorsing en wat dit ten opsigte van my navorsingsvraag beteken het.

Figuur 5.1: Drie fases van die terapeutiese metafoor gedurende storievertelling



(Mills & Crowley, 2001:118)

Burns (2007 & 2009) bevestig die siening van Bandler en Grinder dat storievertelling 'n brug bou tussen die wêreld van taal en die ervaring van die deelnemer wanneer die deelnemer na die terapeutiese metafoor luister. Ruggiero (2007) stem hiermee saam en voeg by dat die deelnemer die storie persoonlik op hulself van toepassing moet maak ten einde verandering in hul lewens te laat plaasvind.

Gedurende hierdie navorsing het die ses deelnemers wat aan die studie deelgeneem het verskillende belewenisse gehad met betrekking tot die terapeutiese metafore wat deur middel van die Ericksoniaanse storievertelling aan hulle oorgedra is. Die deelnemers het verder nie almal onmiddellik na afloop van die storievertelling laat blyk dat hulle die dieper betekenis van die terapeutiese metafoor verstaan nie.

Fase 1 van my navorsing was die deel waar ek 'n storie aan elke deelnemer vertel het. Ek het gepoog om 'n storie te kies wat by die hindernis van die spesifieke deelnemer gepas het. Soos vroeër verduidelik, stel die metafoor gedurende Fase 1 'n oppervlakte-betekenisstruktuur (*surface structure of meaning*) voor in die woorde van die storie soos dit aan die deelnemer vertel word. Uit my waarneming tydens die storievertelling het dit geblyk dat al ses deelnemers aandagtig na die stories geluister het. ***Storieprinses***: ***That was a happy story*** (Sessie 6, bl. 10); ***Denker***: ***Ek sien dit*** (Sessie 1, bl. 19). ***Verlore***: ***Dis 'n mooi storie*** (Sessie 4, bl. 9); ***Skulpie***: ***Ek kan die storie volg*** (Sessie 2, bl. 17); ***Hoopvol***: ***Ek voel rustig wanneer ek na die storie luister*** (Sessie 4, bl. 16); ***Skaduwee***: ***Ek voel ligter wanneer ek na die stories luister*** (Sessie1, bl. 8).

Tydens fase 2 wou ek vasstel of die deelnemer moontlik 'n indirekte boodskap in die metafoor raakgesien het. Dit is in ooreenstemming met die geassosieerde dieper betekenisstruktuur (associated deep structure) van Bandler en Grinder (1997) wat indirek op die deelnemer van toepassing kon wees. In hierdie studie hou fase 2 verband met die sandspeluitbeelding van die deelnemers wat volledig ondersoek word wanneer ek hul belewing van die sandspel-momente bespreek.

Die uiteindelike doelwit van die storievertelling was om vas te stel of die metafoor vir die deelnemer persoonlike betekenis gekry het sodat sy dit op haar eie lewe van toepassing kon maak. Hierdie sluit fase 3 in, waar 'n herstelde dieper betekenisstruktuur (recovered deep structure) wat direk relevant is vir die deelnemer geaktiveer word (Bandler & Grinder, 1976).

Gedurende die Ericksoniaanse storievertelling het ek nie verwag dat al die deelnemers die bedekte dieper betekenis van die storie onmiddellik in hul lewens sou kon toepas nie.[31] Erickson het self gesê dat elke individu in staat is om die boodskap te hoor en te begryp op die vlak wat vir haar op daardie spesifieke stadium bruikbaar is (Geary & Zeig, 2001). Erickson het vertrou dat die deelnemer die pertinente

[31] Met my navorsing wou ek vasstel of die deelnemer na afloop van die sandspelterapie moontlik die dieper betekenis van die terapeutiese metafoor makliker in haar lewe sou kon toepas. Hierdie word bespreek in subtema 1.2.

boodskap op 'n dieper vlak sou onthou en verstaan wanneer sy sou nodig hê om die dieper betekenis te verstaan (Geary & Zeig, 2001).

Ek het hierdie uitgangspunt van Erickson in my navorsing ondersteun. Alhoewel nie al die deelnemers gewys het dat hulle die dieper betekenis van die terapeutiese metafore begryp nie, het ek van die standpunt uitgegaan dat hulle op hul eie tyd die dieper betekenis van die terapeutiese metafoor sou kon onthou en verstaan.

My navorsing sluit ook aan by die uitgangspunt van Geary en Zeig (2001) en Mills en Crowley (2001). Wanneer die drie fases wat Bandler en Grinder (1976; 1997) met betrekking tot storieverteling voorstel ondersoek word, wil dit voorkom asof hierdie outeurs verwag dat die deelnemer reeds direk na die storievertelling die terapeutiese metafoor moet begryp en op haar lewe kan toepas. Ek wou gedurende my navorsing ondersoek of die deelnemer na die sandspelterapie die terapeutiese metafoor sou begryp en in haar lewe sou kon toepas (Sien tema 1; subtema 1.2).

Die deelnemers het nie almal die storievertelling op dieselfde manier beleef nie. ***Verlore*** het na die stories geluister, maar dit het nie gelyk asof hy die stories sy eie gemaak en lesse daaruit geleer het om in sy eie lewe toe te pas nie (Sessie 4, bl. 9). ***Skaduwee*** het ook aandagtig na die stories geluister en gedurende terapie genoem dat sy weet hoe om die tegnieke in haar lewe toe te pas. Wanneer sy egter die tegnieke tuis moes gebruik, was sy nie altyd daartoe in staat nie. ***Skaduwee*** of haar moeder het my gereeld tussen sessies geskakel aangesien sy soms 'n paniekaanval gekry het en dan nie geweet het hoe om dit te hanteer nie, ten spyte daarvan dat ons die tegnieke gedurende die Ericksoniaanse benadering tot terapie geoefen het.

Denker kon homself in die Ericksoniaanse benadering tot terapie inleef en het die verhale wat spesiaal vir hom uitgesoek was sy eie gemaak. Gedurende Sessie 6 (bl. 20) het die trane oor ***Denker*** se wange gerol terwyl hy na die storie geluister het en hom daarmee vereenselwig het.

Storieprinses was die meeste van die tyd 'n deel van die Ericksoniaanse benadering tot terapie en het lopende kommentaar gedurende die stories gelewer. Sy het haarself

gewoonlik in die storie ingeleef. ***Storieprinses*** het oor 'n ryk verbeelding beskik en het tydens die storievertelling die volgende belewings gehad: ***I can see it, dolphins, dolphins. I like dolphins. A beach house. A beach house. Yes, it's kind of yellow and pink and green.*** (Sessie 6, bl. 7)

Terwyl ek 'n storie vertel het wat by die see afspeel (Sessie 6, bl. 7), het ***Storieprinses*** gesê: ***I can see it, I can smell it. I can see it in my brain.*** Sy het ook die volgende opmerkings gemaak terwyl ons in ons verbeelding na die klanke van die see geluister het: ***Yeah! Listen, listen, listen, listen, listen, listen... yeah! Yeah! Yeah!*** (Sessie 6, bl. 9). Sy het nie die tegnieke wat sy in die stories geleer het dadelik in haar lewe toegepas nie, maar wel op 'n latere stadium (Refleksiejoernaal van navorser: Deelnemer A, bl. 10). Beide ***Skulpie*** en ***Hoopvol*** het die lesse verstaan wat hulle uit die stories geleer het en ***Hoopvol*** kon die terapeutiese metafoor in haar lewe toepas., Ek was egter nie oortuig dat ***Skulpie*** dit wat sy in terapie geleer het in haar lewe toegepas het nie (Refleksiejoernaal van deelnemer, bl. 4; Sessie 5, bl. 3; Sessie 5, bl. 4).

Storieprinses het soms onsekerheid beleef met betrekking tot die visualisering gedurende die storievertel-momente: ***But what if the sharks get me? What if something comes and grabs the cloud? Can I fall out?*** (Sessie 5, bl. 5, 6.) ***Let's say the cloud breaks?*** (Sessie 7, bl. 3). Aangesien daar soms onsekerheid by haar voorgekom het moes ek haar gereeld verseker dat sy te alle tye veilig was.

Die storievertel-momente van latere sessies word in Tabel 5.6 opgesom:

Tabel 5.6: Storievertel-momente van latere sessies

	Storie-prinses	***Denker***	***Skulpie***	***Verlore***	***Hoopvol***	***Skaduwee***
Fase 1: Beleef storievertelling	✔	✔	✔	✔	✔	✔
Fase 2: Persoonlike verbintenis met storie		✔	✔			✔
Fase 3: Metafoor kry persoonlike betekenis in deelnemer se lewe		✔	✔			
Terapeutiese metafoor kry op latere stadium betekenis in deelnemer se lewe	✔					

vi) Opsomming van deelnemers se belewing van storievertel-momente

Ek som vervolgens kortliks die deelnemers se belewing van die storievertel-momente op. Vyf van die ses deelnemers wat aan die navorsing deelgeneem het was in staat om die probleme wat hulle in hul lewens ervaar het te benoem, en was bereid om aan hul probleme te werk.

Storieprinses wou nie oor haar probleme praat nie maar was bereid om na die terapeutiese stories te luister. ***Storieprinses*** en die ander vyf deelnemers het almal positiewe gevoelens na die storievertelling ervaar. ***Denker*** en ***Hoopvol*** was in staat om die positiewe gevoelens wat hulle gedurende en na die terpeutiese ingreep ervaar het na die post-terapeutiese situasie deur te trek. ***Storieprinses***, ***Skulpie***, ***Verlore*** en ***Skaduwee*** kon ook die positiewe gevoelens wat hul ervaar het na hul lewens oordra, maar kon oënskynlik nie hierdie positiwiteit na die post-terapeutiese situasie deurtrek nie.

Denker, ***Skulpie***, ***Verlore***, ***Hoopvol*** en ***Skaduwee*** was net soos ***Storieprinses*** bereid om na die terapeutiese stories te luister. Uit die navorsing wou dit voorkom asof ***Denker***, ***Skulpie***, ***Hoopvol*** en ***Skaduwee*** moontlik 'n persoonlike verbintenis met die terapeutiese metafoor gehad het en ***Denker***, ***Skulpie*** en ***Hoopvol*** het aangedui dat die terapeutiese metafoor persoonlike betekenis vir hulle in die post-terapeutiese situasie ingehou het.

Tydens hierdie deel van die navorsing was dit nog nie vir my moontlik om my navorsingsvraag (Wat is die waarde van die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie vir kinders en adolessente wat depressie as

ontwikkelingsteurnis ervaar?) te beantwoord nie. Die sandspelterapie het nog nie begin nie en ek sou eers my navorsingsvraag na afloop daarvan kon beantwoord, aangesien 'n gekombineerde benadering ter sprake was.

Waaroor ek wel op hierdie stadium kan rapporteer is dat stories, soos wat Webb en Doka (2010) bewys het, 'n natuurlike deel van kinders en selfs adolessente se lewens is en dat al ses deelnemers aan my studie die storievertelling geniet het en positiewe emosionele gevoelens na afloop van die storievertelling ervaar het. Hierdie bevinding strook met die van Goldman (2001) wat bevestig dat die terapeutiese storie 'n kragtige manier is om na die deelnemer se onbewuste gevoelens uit te reik, en dat die deelnemer tydens die terapeutiese metafoor toegelaat word om op 'n veilige manier met die karakters en die gebeure in die storie te identifiseer. Die terapeutiese stories in hierdie navorsing het die siening van Cameron-Bandler en Gordon (1978) asook Mills en Crowley (2001) ondersteun, naamlik dat die terapeutiese metafoor die deur van die onbewuste oopmaak en die deelnemer toelaat om betrokke te raak in die terapeutiese metafoor sonder dat sy aandag op haarself fokus.

Volgende word die deelnemers se belewings van die sandspel-momente bespreek.

5.3.1.2:Tema 1 en subtema 1.2

TEMA 1: **DEELNEMERS SE BELEWINGS VAN DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE GEKOMBINEER MET SANDSPELTERAPIE**
SUBTEMA 1. 2: **DEELNEMERS SE BELEWINGS VAN DIE SANDSPEL-MOMENTE**

i) Inleiding

Na afloop van die Ericksoniaanse benadering tot terapie moes die deelnemers die storie, soos dit vir hulle sin gemaak het, in die sand uitbeeld. Die doel hiermee was om vas te stel of die uitbeelding van die storie in die sand die deelnemers moontlik kon help om die storie beter te verstaan en hulle sou ondersteun om die terapeutiese metafoor in hul eie lewens toe te pas.

In hierdie gedeelte word slegs gefokus op die onderskeie deelnemers se belewing van die sandspel-momente. Hul verklaring en begrip van die sandspel-momente volg later in Tema 2, subtema 2.2 – die gedeelte wat die potensiële nuwe kennis verteenwoordig wat uit my navorsing geblyk het.

ii) Onderskeie deelnemers se belewing van die sandspel-momente

Die manier waarop sandspelterapie aan die kind en/of adolessent bekendgestel word wissel na gelang van die terapeutiese benadering wat gedurende sandspelterapie gevolg word. Volgens Margaret Lowenfeld (2005) wat die wêreldtegniek in sandspelterapie ontwikkel het, word direkte instruksies aan die kliënt gegee oor hoe sy die sandtoneel moet bou. Sy noem aan die kliënt dat prentjies soms 'n storie kan vertel wat woorde nie altyd kan vertel nie. Lowenfeld neem die kliënt dan na die sandbak en verduidelik dat die sand gebruik kan word soos wat dit in die sandbak lê deur voorwerpe daarop te plaas, of dat die sand rondgeskuif kan word. Sy noem dat die blou bodem van die sandbak gebruik kan word om water voor te stel of dat die kliënt water in die sandbak mag gebruik. Daarna wys Lowenfeld aan die kliënt die inhoud van die kaste vol miniatuurfigure en vra haar om 'n prentjie in die sand uit te beeld deur enige of geen van die objekte in die kaste te gebruik (Hong, 2011; Mitchell & Friedman, 1994).

Dora Kalff (wat die eerste persoon is wat die term sandspelterapie gebruik het) het gewoonlik aan 'n kliënt gesê: *Look over the shelves until you find something that speaks to you and put it in the tray and then add to it as you wish* (McNally, 2011).

Mitchell en Friedman (1994) se instruksies aan die deelnemer was amper dieselfde as die van Kalff. Weinrib (1983) was van mening dat die kliënt voor die leë sandbak of die kaste vol miniatuurfigure moes staan en vir 'n gedagte of 'n beeld moes wag alvorens sy die sandtoneel begin bou. Ammann (1991) het dieselfde benadering as Weinrib gevolg.

Ek het die aanvanklike instruksies aan die deelnemers gegee op dieselfde direkte manier waarop Lowenfeld haar instruksies aan kliënte gegee het wat vir sandspelterapie by haar was. Die volgende is 'n aanhaling uit my transkripsies ten opsigte van ***Verlore*** (Sessie 1, bl. 15):

Tannie wil hê dat jy nou vir my 'n toneel in die sand moet bou. Die heerlikheid van die sand is dat jy hier kan doen net wat jy wil. Daar is nie regtig reëls nie. Jy kan enige-iets in die sand doen. Jy kan besluit dat jy van die speelgoed in die kaste wil gebruik of jy kan besluit dat jy net die sand wil gebruik. Daar is water vir ingeval jy besluit jy wil die sand natmaak of 'n rivier of die see wil uitbeeld. Dit is jou toneel en jy moet bou wat in jou hart is. Jy moet nou vir my dink wat jy beleef het toe ek die storie vir jou vertel het. Dit wat jy gedurende die storie beleef het moet jy vir my in die sand uitbeeld op enige manier wat jy graag wil.

Die verskil tussen my navorsing en die navorsing wat gerapporteer word in die beskikbare literatuur ten opsigte van sandspelterapie is dat die kliënt gedurende klassieke sandspelterapie enige toneel kan bou. Hierteenoor moes die deelnemer aan my navorsing dit wat gedurende die storievertelling beleef is in die sand voorstel. My oogmerk hiermee was om vas te stel of die uitbeelding van die storie in die sand die deelnemer moontlik kon ondersteun om onbewustelik 'n brug te bou tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie (storievertelling) en 'n persoonlike verbintenis met die storie. So 'n handeling sou bydra tot die toepassing van die terapeutiese metafoor in die deelnemer se lewe.

Ek het aanvanklik gereken dat ek die instruksies duidelik genoeg aan die deelnemers oorgedra het voordat hulle met hul sandtoneel moes begin, maar tog was sommige

van hulle steeds onseker van wat van hulle verwag word. Ek stel voor dat meer aandag gegee word aan die aanvanklike instruksies voordat die deelnemer die eerste sandtoneel bou, sodat sy nie onseker voel oor wat in die sand gedoen moet word nie.

Sekere deelnemers het ná die eerste Ericksoniaanse benadering tot terapie heelwat vrae oor die sandspelproses gehad. ***Denker*** het gevra: ***Mag ek 'n mannetjie vat?*** (Sessie 1, bl. 23). ***Kan ek teken met my vinger?*** (Sessie 2, bl. 9). ***Denker*** en ***Skaduwee*** was onseker oor die gebruik van water in die sandbak. ***Denker*** wou weet of hy die water kon ingooi (Sessie 1, bl. 24), terwyl ***Skaduwee*** wou seker maak of sy water kon gebruik (Sessie 1, bl. 5). ***Hoopvol*** was aan die begin en selfs ook gedurende die verdere sessies onseker oor wat sy in die sand moes uitbeeld (Sessie 2, bl. 14). Sy het heelwat vrae gevra voor sy met haar sandtoneel begin het, byvoorbeeld: ***So, as ek in my kamer was dan moet ek nou my kamer neersit? Wat kan ek gebruik as 'n ligbal tannie? Is dit al wat ek moet doen? Hoe moet ek dit bou? So moet ek bou wat ek van myself geleer het? En as ek dit wat ek ervaar het nie beskryf kan word nie tannie, wat dan?*** (Sessie 2, bl. 15; Sessie 4, bl. 17; Sessie 5, bl. 13).

Namate die deelnemers gewoond geraak het aan die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie het hulle al hoe minder gevra hoe hulle hul storie moes uitbeeld en meer kreatief geraak (Refleksiejoernaal van navorser: Deelnemer B, bl. 9). Die deelnemers het soms gesels terwyl hulle die sandtonele uitgebeeld het, en ander kere het hulle dit in stilte gebou. Hierdie waarneming kom ooreen met die bevindinge van Johnson, James en Wardle (2005), Pearson en Wilson (2001) en Steinhardt (2000) wat almal noem dat sommige kinders met hulself praat gedurende sandtonele en dat ander stil werk. Volgens hierdie skrywers mag sommige kliënte kies om te praat nadat hulle die sandtoneel afgehandel het terwyl ander moontlik nooit 'n woord sê oor die sandtoneel wat hulle gebou het nie. Pearson en Wilson (2001) noem dat innerlike transformasie plaasvind selfs al weet die terapeut nie presies wat gedurende die sandspelproses met die deelnemer gebeur nie.

Ek steun hierdie siening van Pearson en Wilson en het nie gedurende my navorsing daarop aangedring dat die deelnemers die sandtoneel wat gebou is moes verklaar nie. Voorgenoemde skrywers noem dat die kliënt soms vinnig tot op die bodem van die sandbak sal grawe (***Verlore***, Sessie 1, bl. 15) en elke sandkorrel sal omkeer (***Storieprinses*****,** Sessie 2, bl. 13) terwyl ander eers die boonste sand sal glad maak (***Denker***, Sessie 3, bl. 12). Ander deelnemers aan my studie het glad nie aanklank daarby gevind om met die sand self te speel nie en het onmiddellik voorwerpe gekies om op die sand te plaas (***Skulpie***, Sessie 3, bl. 10).

Denker (Sessie1, bl. 22) het in een van sy sessies die volgende verduidelik: ***Die mannetjie mag nie smile of enige-iets nie. Ja, hy sal werk. Hy kan werk. Hy kan werk.*** Hy wou die mannetjie as homself voorstel en omdat hy homself as 'n ernstige, stil mens sien, moes die mannetjie ook ernstig en stil wees. ***Denker*** het dus oor die vermoë beskik om homself in die storie in te leef en deel daarvan te word. Terwyl ***Denker*** besig was om sy toneel in die sand te bou, het hy gewoonlik verduidelik wat hy besig was om te doen (Sessie 2, bl. 10,13; Sessie 3, bl. 13-15).

(***Denker***, Sessie 4)

Storieprinses het telkemaal haar eie storie in die sand uitgebeeld. Soms sou sy met die storie begin wat ek aanvanklik vertel het, maar dan het sy vinnig in haar eie storie vasgevang geraak. Sy het nie een keer 'n stil toneel gebou nie, maar telkens 'n verhaal vol beweging en energie in die sand laat ontvou. Die ander deelnemers het stil tonele gebou, wat beteken dat hulle besluit het wat hulle wou bou, die figure en speelgoed in die sand neergesit het, dit rondgeskuif het soos hulle die toneel graag wou uitbeeld en die toneel dan so gelaat het.

Ek het aanvanklik gewonder of ***Storieprinses*** weerstand teen die proses bied, maar het vinnig besef dat dit nie die geval was nie. Sy is 'n visueel kreatiewe dogtertjie wat die sandspel geniet en vinnig meegevoer geraak het deur haar spel. Alhoewel die doel van die navorsing was om vas te stel wat die invloed is van die Ericksoniaanse benadering gekombineer met sandspelterapie met kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar, was die intensie van die terapeutiese ingreep nie om enige deelnemer te benadeel nie. ***Storieprinses*** se behoefte was om haar eie tonele in die sand uit te beeld eerder as om die terapeutiese metafoor wat ek aan haar voorgehou het uit te beeld, wat beteken het dat sy 'n onbewuste probleem in die sand voorgestel het (Kalff, 2007). Die konflik wat sy ervaar het, is vanaf haar innerlike wêreld (onbewuste emosies en belewenissse) blootgestel aan die uiterlike wêreld (sandspeltoneel) (Kalff, 2007). Ek het ***Storieprinses*** toegelaat om die sandspelproses te volg wat in sandspelterapie voorgestel word. Ek het nie die simbole en betekenisse van haar sandspeltonele geïnterpreteer nie aangesien dit nie 'n deel van hierdie spesifieke studie uitgemaak het nie.

(***Storieprinses***, Sessie 1)

Wanneer die Ericksoniaanse benadering tot terapie met sandspelterapie gekombineer word, is dit belangrik om die kind of adolessent toe te laat om kreatief te wees. Ek het ***Storieprinses*** toegelaat om haar eie stories vol beweging in die sand uit te beeld. Dit het meegebring dat ek nie altyd al die fasette van haar storie kon fotografeer nie aangesien die storie soveel keer tydens 'n sessie verander het. Die afgehandelde sandspeltoneel was gewoonlik 'n deurmekaarspul. Ek het in daardie

stadium gevoel dat dit belangriker vir ***Storieprinses*** was om uiting aan haar emosies te gee as wat dit vir my was om van haar sandtonele te probeer sin maak.

Pearson en Wilson (2001) glo dat kinders soos ***Storieprinses,*** wat emosionele trauma beleef het, dit moeilik vind om die trauma te beskryf. Om hierdie rede is sandspelterapie, waar die kind of adolessent nie nodig het om die traumatiese gebeure te beskryf nie, 'n goeie vorm van terapie. Carey (1999; 2006), Kalff (1980, 2007) asook Webb en Doka (2010) stem saam met Pearson en Wilson (2001). Carey (2006) noem dat sand oor helende kwaliteite beskik en oor die eeue heen gebruik is vir helende rituele deur onder andere die Navajo Indiane. Alhoewel ***Storieprinses*** nie die storie wat ek vir haar vertel het in die sand uitgebeeld het nie, sou sy moontlik tog baat gevind het by die terapie soos wat Carey (1999; 2006), Kalff (2007), Pearson en Wilson (2001) asook Webb en Doka (2010) dit beskryf.

iii) Sandspel: ondersteunend tot begrip van terapeutiese metafoor

Die mate waartoe die deelnemers aan die studie getoon het dat die sandspelterapie na afloop van die Ericksoniaanse storievertelling hulle ondersteun het om die terapeutiese metafoor te verstaan en in hul eie lewens toe te pas, het gewissel.

- ***Verlore***

Verlore was in staat om na die Ericksoniaanse benadering tot terapie (storievertelling) te luister en om die storie, soos wat hy dit beleef het, in die sand uit te beeld. Hy het gewoonlik na afloop van sy sandspeltoneel sy toneel verklaar. Die verklaring van sy toneel was 'n herhaling van die storie wat aan hom vertel is: ***Hier is die boom wat opgehou het om te groei. Hier is die ander bome in die woud wat mooi groen en gesond was en wat gedink het die boompie is dood, maar eintlik was hy nie dood nie. Die boompie is deur die weerlig raakgeslaan en omdat hy so geskrik het, het hy geglo hy kan nie meer groei nie. Toe kom daar 'n bok wat meer gesien het as die ander bome en hy het die boom wat dood gelyk het gehelp om te glo hy kan weer begin groei*** (Sessie 5, bl. 12). Op my vraag wat die storie vir hom beteken het, het ***Verlore*** geantwoord: ***Met goeie vriendskap kan jy in die wêreld êrens kom en weet jy is nie alleen nie.***

(***Verlore,*** Sessie 5, bl. 12)

- ***Skulpie***

Skulpie het na die storievertelling geluister en daarna die storie in die sand uitgebeeld. Ek het soms die gevoel gekry dat ***Skulpie*** nie die dieper betekenis van die metafore verstaan het nie, maar tog, wanneer ek haar daarna gevra het, sou sy haar begrip van haar sandtoneel kon verduidelik. In Sessie 4 (bl. 9) het sy haar sandtoneel soos volg verklaar: ***Ek het 'n sirkeltjie hier gemaak van die koeie. Hulle oumas staan en praat toe het ek families gemaak van perde. Hierso het ek families gemaak van die wilde diere. Hulle almal staan en gesels, soos wat dit in die storie was en hierso is nou die dokter. Ek het uit die storie geleer dat ons almal lyk nie dieselfde nie, al is ons familie en ons dink ook nie dieselfde nie. Dit maak nie saak nie want ons is nog steeds lief vir mekaar.***

Een van die leemtes van my navorsing was dat ek moontlik nie genoeg gefokus het op wat die storie vir die deelnemer beteken en hoe die deelnemer die terapeutiese metafoor in haar eie lewe kon toepas nie. Die feit dat ek nie deur my navorsing kon 'bewys' dat ***Verlore*** nie die terapeutiese metafoor in sy lewe kon toepas nie, beteken nietemin ook nie dat die terapeutiese metafoor nie in sy doel geslaag het nie. Een afleiding wat dalk wel gemaak kan word, is dat dit moontlik kan beteken dat ***Verlore*** op 'n later stadium die boodskap van die terapeutiese metafoor op 'n dieper vlak sou onthou en verstaan wanneer hy sou nodig hê om die dieper betekenis te verstaan (Geary & Zeig, 2001).

- ***Denker*, *Skaduwee*, *Skulpie*, *Hoopvol***

Denker en ***Skaduwee*** was in staat om na die Ericksoniaanse benadering tot terapie (storievertelling) te luister en om die storie, soos wat hulle dit beleef het, in die sand uit te beeld. ***Denker*** het na afloop van die gekombineerde benadering die terapeutiese metafoor in sy lewe toegepas, maar ***Skaduwee*** was nie in staat om dit te doen nie. Gedurende Sessie 6 (bl. 14) het ***Denker*** die volgende gesê: ***Die stories en die prentjies in die sand help my as ek hartseer is en ek wil wegloop en so, dan dink ek aan die stories en hoe ek dit gebou het.*** ***Skaduwee*** het haar sandspeltoneel as volg beleef: ***Okay, dis my hart wat ek gevat het en binne in is soos al die seerkry goedjies binne in my hart. Die wurm is al die slegte goed wat uitkom. Dit is soos my woede en jaloesie. Partykeer is dit goed dat dit uitkom en ander kere sleg want ek haal partykeer die slegte goed wat uitkom op ander mense uit. Maar andersins is dit ook goed dat dit uitkom want dan kan ek my hart skoon kry van al die seer af. Die huis is my droomhuis waar ek altyd wil bly. Dit is soos my eie verbeeldingswêreld en dat ek as ek daar is kan wegbreek van al die seer af*** (Sessie 3, bl. 12)***.***

(***Skaduwee*****,** Sessie 3, bl. 12)

Skaduwee was in staat om die terapeutiese metafoor deur middel van die sandspelterapie te verklaar en na haar eie lewe in die terapiekamer deur te trek. ***Skaduwee*** kon egter nie die lesse wat sy in die terapiekamer geleer het op 'n permanente grondslag in haar alledaagse lewe toepas nie.

Hoopvol het haar laaste sandtoneel as volg beskryf: ***Ek het myself in die nou gesit, toe kom ek agter, maak nie saak watse slegte goed in my lewe is nie (ek self,***

my ma-hulle, my sussie en haar ou of wie ook al, my vriende) hulle kan my help om daardie slegte goed na goeie goed te kan verander en ek het 'n nuwe ligbal gekry waar al my klippe in is en ek het geleer hoe om hulle uit te gooi – om al die slegte goed uit te gooi (Sessie 5, bl. 13). ***Hoopvol*** was in staat om die sandspel te gebruik om die dieper betekenis van die terapeutiese metafoor haar eie te maak en in haar lewe toe te pas.

(***Hoopvol***, Sessie 5, bl. 13)

- ***Storieprinses***

Storieprinses het aandagtig na die stories geluister en was gewoonlik 'n deel van die storie wat ek aan haar vertel het. Wanneer sy egter die storie in die sand moes uitbeeld het sy gekies om haar eie storie uit te beeld. Na afloop van die storievertelling het ek haar gevra om die storie waarna sy geluister het in die sand uit te beeld en sy het die volgende geantwoord: ***Oh, I can't. What about a different one?*** (Sessie 6, bl. 10). ***Storieprinses*** het nie een keer gedurende die navorsing die storie wat ek aan haar vertel het in die sand uitgebeeld nie. Ek is onseker of sy die terapeutiese metafoor wat op haar van toepassing was in haar eie lewe toegepas het. Gedurende ons terapeutiese sessies het dit nie vir my voorgekom asof die sandspelterapie haar ondersteun het om die terapeutiese metafoor van die storie te verstaan nie. ***Denker*** en ***Skaduwee*** was in staat om na die Ericksoniaanse benadering tot terapie (storievertelling) te luister en om die storie, soos wat hulle dit beleef het, in die sand uit te beeld. ***Denker*** het na afloop van die gekombineerde benadering die terapeutiese metafoor in sy lewe toegepas, maar ***Skaduwee*** was nie in staat om dit te doen nie.

Hoopvol was in staat om die sandspel te gebruik om die dieper betekenis van die terapeutiese metafoor haar eie te maak en in haar lewe toe te pas.

iv) Opsomming van deelnemers se belewing van die sandspel-momente

Die deelnemers aan my navorsing het die sandspel-momente verskillend beleef. Van die deelnemers was aanvanklik onseker van wat hier van hulle verwag was terwyl ander die proses dadelik aangeneem het. Sommige deelnemers het gepraat terwyl hulle die sandspel toneel gebou het, terwyl ander die toneel in stilte gebou het.

Watter moontlike waarde het die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie ingehou vir die ses deelnemers wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar het? ***Storieprinses*** se behoefte was om haar eie tonele in die sand uit te beeld eerder as die terapeutiese metafoor wat ek aan haar voorgehou het. Sy het dus 'n onbewuste probleem in die sand voorgestel (Kalff, 2007). Die konflik wat sy ervaar het is vanaf haar innerlike wêreld (onbewuste emosies en belewenisse) aan die uiterlike wêreld (sandspeltoneel) blootgestel (Kalff, 2007). Ek het ***Storieprinses*** toegelaat om die voorgestelde sandspelproses tydens sandspelterapie te volg. ***Verlore*** was in staat om na die storievertelling te luister en om sy belewing daarvan in die sand uit te beeld. Hy het gewoonlik na afloop van sy sandspeltoneel sy toneel verklaar.

Skulpie het na die storievertelling geluister en daarna die storie in die sand uitgebeeld. Hoewel ek soms gevoel het dat ***Skulpie*** nie die dieper betekenis van die metafore verstaan nie, kon sy tog haar begrip van haar sandtoneel verduidelik. ***Hoopvol*** was in staat om die sandspel te gebruik om die dieper betekenis van die terapeutiese metafoor haar eie te maak en in haar lewe toe te pas.

In Tabel 5.7 word deelnemers se belewenis van sandspel-momente uitgebeeld.

Tabel 5.7: Deelnemer se belewenis van sandspel-momente

	Storie-prinses	***Denker***	***Skulpie***	***Verlore***	***Hoopvol***	***Skaduwee***
Onsekerheidsbelewing		✔	✔		✔	✔
Geen onsekerheidsbelewing	✔			✔		
Praat gedurende sandspel	✔	✔		✔		

	Storie-prinses	*Denker*	*Skulpie*	*Verlore*	*Hoopvol*	*Skaduwee*
Stil gedurende sandspel			✔		✔	✔
Luister na storie	✔	✔	✔	✔	✔	✔
Beeld storie in sand uit	✔	✔	✔	✔	✔	✔
Verstaan boodskap van storie		✔	✔		✔	✔
Pas storie toe in lewe		✔	✔		✔	

Vervolgens word Tema 2 en subtema 2.1 bespreek.

5.3.1.3:Tema 2 en subtema 2.1

TEMA 2: **DEELNEMERS SE BEGRIP VAN DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE GEKOMBINEER MET SANDSPELTERAPIE**
SUBTEMA 2.1: **DEELNEMERS SE VERKLARING EN BEGRIP VAN DIE STORIEVERTEL-MOMENTE**

i) Inleiding

In hierdie gedeelte word die deelnemers se verklaring en begrip van die storievertel-momente afsonderlik ondersoek en bespreek.

ii) Deelnemers se verklaring en begrip van die storievertel-momente

- ***Storieprinses***

Storieprinses was in staat om haarself in elke storie in te leef. Sy was 'n deel van die storie en het graag gedurende die sessies vryelik kommentaar gelewer. Wat uniek aan ***Storieprinses*** was, was dat sy na elke storievertelling, haar eie storie begin vertel het. Die volgende is reaksies van ***Storieprinses*** na afloop van die Ericksoniaanse benadering tot terapie: ***Can I do my own story?*** (Sessie 4, bl. 19); ***Maybe I can make up a princess story*** (Sessie 4, bl. 5)*;* ***My story is better*** (Sessie 5, bl. 11)*;* ***But my story is different*** (Sessie 7, bl. 10).

Ek het haar toegelaat om telkens haar eie storie te vertel en haar eie storie dan later in die sand uit te beeld omdat dit na my mening haar manier was om van haar opgekropte emosies ontslae te raak. Ek was van mening dat ***Storieprinses*** meer

daarby sou baat om haar eie storie te vertel en in die sand uit te beeld as wat ek haar sou dwing om die storie wat ek vir haar gekies het te onthou en in die sand uit te beeld. Lovern (in Zeig, 1994) is van mening dat Ericksoniaanse terapie gekenmerk word deur die feit dat die terapeut elke deelnemer as 'n unieke individu beskou wat 'n unieke terapeutiese ingreep behoort te ontvang. Lankton (2004) en Rosen (in Zeig & Lankton, 1988) stem hiermee saam. Ek het gedurende hierdie navorsing gepoog om elke deelnemer as 'n unieke individu te beskou en het 'n unieke terapeutiese ingreep vir elkeen beplan na gelang van die probleme wat die deelnemer ervaar het.

Storieprinses is 'n kreatiewe dogtertjie met 'n ryk verbeelding en stories is 'n belangrike deel van haar lewe. Nie alle kinders is so kreatief en verbeeldingryk nie. Volgens Lankton (2004) en Zeig (1994) asook; Zeig en Lankton (1988) is dit in terapie te alle tye nodig om die kind as 'n individu met unieke behoeftes te beskou. Hoewel my navorsing daarop gefokus was om vas te stel wat die waarde is van die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie vir kinders en adolessente met depressie as ontwikkelingsteurnis, was dit vir my as terapeut belangriker om te verseker dat ek te alle tye doen wat in die beste belang van die deelnemer sou wees. Een van die grootste uitdagings van my navorsing was om my terapeutiese hoed vir 'n navorsingshoed te verruil, aangesien ek geneig was om as terapeut te dink en nie noodwendig as 'n navorser nie.

Storieprinses het slegs gedurende Sessie 4 (bl. 21) die storie wat ek aan haar vertel het in die sand begin uitbeeld, waar sy die volgende opmerking gemaak het: ***She has to put her head in the tunnel. Then she says she's lost. I'm lost.*** Dit was een van die enkele kere dat ***Storieprinses*** die storie wat ek vertel het, gebruik het. Haar laaste sinnetjie het aangedui dat sy ook voel dat sy verlore is. Kort hierna het sy egter besluit om die terapeutiese storie te laat vaar en haar eie storie in die sand uit te beeld.

Ek het by Tema 1, subtema 1.1 die drie fases verduidelik waardeur die terapeutiese metafoor gedurende storievertelling beweeg (Mills & Crowley, 2001). ***Storieprinses*** het aandagtig na die stories geluister, wat beteken het dat sy die oppervlak betekenisstruktuur (*surface structure of meaning*) gehoor het. Dit het egter vir my

voorgekom asof sy nie die geassosieerde dieper betekenisstruktuur (*associated deep structure*) kon aktiveer wat indirek relevant vir haar was nie (Burns, 2007; Burns, 2009; Mills & Crowley, 2001; Ruggiero, 2007). Aangesien sy nie in staat was om die dieper betekenisstruktuur te aktiveer nie, sou sy ook nie die herstelde dieper betekenisstruktuur (*recovered deep structure*) kon aktiveer wat direk relevant vir haar lewe was nie (Burns, 2007; Burns, 2009; Mills & Crowley, 2001; Ruggiero, 2007).

Storieprinses het die stories geniet wat ek aan haar vertel het, maar sy was nie in staat om die stories vir haar eie lewe te verklaar of te begryp nie. Sy kon ook nie die stories persoonlik in haar lewe toepas nie, wat volgens Ruggiero (2007) beteken dat verandering moontlik nie plaasgevind het nie. My bevinding kom ooreen met Erickson se teorie dat elke individu in staat is om die boodskap te hoor en te begryp op die vlak wat vir die individu op daardie spesifieke stadium bruikbaar is (Geary & Zeig, 2001). My hoop vir ***Storieprinses***, wat strook met Erickson se teorie, was dat sy die pertinente boodskap van die terapeutiese metafoor moontlik later op 'n dieper vlak sou onthou en verstaan wanneer dit vir haar nodig sou wees om die dieper betekenis te verstaan.

- Verlore

Verlore het te alle tye goeie samewerking gegee en alles gedoen wat ek in terapie van hom verwag het. Hy het die konsep van klippe uit die ligbal gooi goed verstaan en so verklaar: ***Nie almal kan al die klippe uit hulle ligbal uithaal nie. Daar kan nog klippe in 'n mens se lewe wees, byvoorbeeld probleme*** (Refleksiejoernaal, bl. 2). Ek dink nie dat hy al die stories wat ons gedurende die Ericksonaanse benadering tot terapie vertel het deel van sy lewe gemaak het nie. Hy sou gewoonlik presies onthou waaroor die storie gegaan het, maar het dit nie noodwendig op sy eie lewe van toepassing gemaak nie: ***Ek het die blom jammer gekry, maar hy het gelukkig 'n veilige plek gekry*** (Refleksiejoernaal, bl. 3). Soos vir ***Storieprinses*** was my hoop vir ***Verlore*** dat hy die pertinente boodskap van die terapeutiese metafoor moontlik later op 'n dieper vlak sou onthou en verstaan wanneer dit vir hom nodig sou wees om die dieper betekenis te verstaan.

- ***Denker***

Denker het die gekombineerde twee benaderings wat gedurende die terapeutiese ingreep gevolg was soos volg geïnterpreteer: ***Ek moet doen wat die storie sê; Die storie kan my help in my lewe*** (Refleksiejoernaal van Deelnemer, bl. 3)***; As jy soos die voël doen ... wat die voël doen ... so kan ek die storie in my lewe gebruik*** (Refleksiejoernaal van Deelnemer, bl. 3); ***Die storie het my geleer om my gedagtes te gebruik en my verbeelding; Moenie aan die slegte gedagtes dink nie*** (Refleksiejoernaal van Deelnemer, bl. 5); ***Wel, ek sit en dink. Ek gaan na daai voël toe. Ek klim op hom en ek ry. Ek vat my ligbal en ek keer hom om*** (Sessie 6, bl. 16).

Denker het getoon dat hy die stories wat ek aan hom vertel het begryp het en dat hy in staat was om die Ericksoniaanse benadering tot terapie en die storievertelling wat daarmee gepaard gegaan het sy eie te maak, en ook in sy lewe toe te pas. Hy kon in ons laaste sessie noem wat hom bekommer het, ten spyte daarvan dat hy in Sessie 1 gesê het dat hy nie oor sy probleme wou praat nie: ***Ons kan nie rêrig baie kos vir ons honde gee nie. Ons het 5 honde en 1 groot ... ons het vier klein hondjies en een grote en hulle is baie maer want ons kan nie hulle baie kos gee nie. En ons het nie baie geld nie, omtrent net genoeg vir kos in 'n maand en vir die water en ligte, net genoeg geld vir dit. Ons kry so sleg. Ons trek so swaar. Ons kry swaar want my ma kan omtrent net so, omtrent vyftig rand uithaal vir shop en so aan. Ons trek so swaar en alles. Ek moet try om saam te werk en om hulle te help om geld te maak. Ek gaan werk vir geld. Dalk by tannie Tokkie gaan ek vra of ek iets by haar huis kan doen, of na die bure daar kyk, net 'n ogie hou vir so tien rand of vyf rand*** (Sessie 6, bl. 24, 25).

Volgens ***Denker*** se reaksie het dit voorgekom asof hy die bedekte metaforiese boodskappe in die stories kon verstaan en sy eie maak. ***Denker*** het 'n persoonlike verbintenis met die boodskap van die storie gemaak en daardeur het die terapeutiese metafoor vir hom persoonlike betekenis gekry en was hy in staat om hierdie persoonlike betekenis op sy eie lewe van toepassing te maak (Mills & Crowley, 2001). ***Denker*** het die herstelde dieper betekenisstruktuur (*recovered deep structure*) waarvan Mills en Crowley (2001) praat en wat in Tema 1, subtema 1.1 volledig

bespreek is, in terapie toegepas. Wanneer na ***Denker*** se verklaring en begrip van die storievertel-momente gekyk word, wil dit voorkom asof die gekombineerde benadering wat in die navorsing gebruik is, hom moontlik ondersteun het om die terapeutiese metafoor te verstaan en vir homself te verklaar sodat hy die terapeutiese metafoor in sy lewe kon toepas.

- ***Skulpie***

Ek was nie altyd seker of ***Skulpie*** die boodskap van die storie verstaan het en haar eie kon maak nie. Na die data-analise het dit egter geblyk dat sy dit wel reggekry het: ***Die storie help om probleme reg te maak*** (Refleksiejoernaal van deelnemer, bl. 4). ***... dat ek moet gelukkig wees met die familie wat ek het en hulle liefhê. Ons is nie altyd almal dieselfde nie, net soos wat ander nie altyd lyk soos ek nie*** (Sessie 5, bl. 3, 4). Gedurende terapie met ***Skulpie*** het dit vir my gevoel asof ek haar meer as die ander deelnemers moes ondersteun sodat sy die meeste van die terapeutiese ingreep kon maak. Ek het heelparty keer onseker gevoel of ***Skulpie*** werklik by haar eie proses betrokke was (soos reeds aangedui in subtema 1.1). Sy het motivering nodig gehad om haar refleksiejoernaal op datum te hou en daarin te werk. Sy sou byvoorbeeld nie uit haar eie inskrywings of tekeninge in die refleksiejoernaal maak nie. Die joernaalinskrywings was juis vir hierdie studie van kardinale belang aangesien ek daarin kon lees of die deelnemers die proses verstaan en by hul eie heling betrokke was.

Skulpie het aandagtig na die stories geluister wat waarksynlik beteken het dat sy die oppervlakbetekenisstruktuur (*surface structure of meaning*) gesnap het (Mills & Crowley, 2001). Die stories wat aan haar vertel is, het die geassosieerde dieper betekenisstruktuur (*associated deep structure*) geaktiveer wat haar in staat gestel het om die herstelde dieper betekenisstruktuur (*recovered deep structure*) te begryp (Mills & Crowley, 2001).[32] Dit wou voorkom asof ***Skulpie*** tog 'n brug gebou het tussen die boodskap van die storie en 'n persoonlike verbintenis daarmee, wat haar in staat gestel het om persoonlike betekenis aan die terapeutiese metafoor te gee en hierdie

[32] Hierdie 3 fases is volledig bespreek onder Tema 1, subtema 1.1

persoonlike betekenis op haar lewe van toepassing te maak (Mills & Crowley, 2001). Die manier waarop ***Skulpie*** haar belewenis van die storievertel-momente verklaar het, dui daarop dat die gekombineerde benadering wat in hierdie navorsing voorgestel word, haar moontlik kon ondersteun om die dieper betekenisstruktuur van die storie in haar eie lewe toe te pas.

- ***Hoopvol*** en ***Skaduwee***

Gedurende die Ericksoniaanse storievertelling het dit gelyk asof ***Hoopvol*** en ***Skaduwee*** die storievertelling geniet het. ***Hoopvol*** het die uitgooi van die klippe haar eie gemaak: ***Die klippe was vir my baie skokkend om te sien wat my alles pla: my ouers, Y, my sussie, die skool en meer belangrik myself*** (Refleksiejoernaal, bl. 1). Op 'n stadium was ***Hoopvol*** bekommerd en onrustig en het sy die volgende opmerking gemaak: ***Ek kan nie van die klipe ontslae raak nie. Ek dink hulle het my nog nie vergewe nie. Ek kan nie vergeet nie. Ek dink ook as hulle my vergewe sal ek ook beter voel*** (Sessie 3, bl. 8). ***Hoopvol*** en ***Skaduwee*** was in staat om die storievertel-momente te verstaan en kon 'n brug bou tussen die woorde van die storie en die persoonlike betekenis wat die terapeutiese metafoor op daardie stadium in hul lewens gehad het. Hoewel ***Skaduwee*** 'n begrip getoon het vir die stories en die persoonlike betekenis daarvan verstaan het, het sy nie die storie op haar eie lewe van toepassing gemaak nie.

ii) Opsomming van die deelnemers se verklaring en begrip van die storievertel-momente

Die deelnemers het nie almal dieselfde verklaring en begrip van die storievertel-momente gehad nie. Die ses deelnemers wat aan die studie deelgeneem het, het aandagtig na die terapeutiese stories geluister. Dit wou voorkom asof almal 'n brug kon bou tussen die metafoor en die onbewuste boodskap van die storie (fase 1). Al die deelnemers behalwe ***Storieprinses*** kon 'n persoonlike verbintenis met die storie maak, terwyl ***Denker***, ***Skulpie*** en ***Hoopvol*** in staat was om die persoonlike betekenis wat die terapeutiese metafoor vir hulle ingehou het, te snap en post-terapeuties op hul lewens toe te pas.

Die vraag bly nou of die sandspelterapie die deelnemers moontlik in staat gestel het om die boodskap van die terapeutiese metafoor meer bewustelik na hul lewens deur te trek ten einde hulle te ondersteun met die probleme (in hierdie geval depressie) wat hulle ervaar het. InTabel 5.8 word die onderskeie deelnemers se verklaring en begrip van die storievertel-momente aangedui.

Tabel 5.8: Deelnemers se verklaring en begrip van die storievertel-momente

	Storie-prinses	*Denker*	*Skulpie*	*Verlore*	*Hoopvol*	*Skaduwee*
Deelnemer het na storie geluister		✔	✔	✔	✔	✔
Persoonike verbintenis met storie	x	✔	✔	Soms	✔	✔
Deelnemer kon storie in haar lewe toepas	Moontlik op 'n later stadium	✔	✔	x	✔	x

Vervolgens word die deelnemers se verklaring en begrip van die sandspel-momente bespreek.

5.3.1.4:Tema 2, subtema 2.2

TEMA 2: **DEELNEMERS SE BEGRIP VAN DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE GEKOMBINEER MET SANDSPELTERAPIE**
SUBTEMA 2. 2: **DEELNEMERS SE VERKLARING EN BEGRIP VAN DIE SANDSPEL-MOMENTE**

i) Inleiding

Die deelnemers se verklaring en begrip van die sandspel-momente is veral belangrik aangesien ek wou vasstel of hulle moontlik die dieper betekenis van die terapeutiese metafoor verstaan het. Hierdie gedeelte verteenwoordig potensieel die nuwe kennis wat uit my navorsing geblyk het. Ek het onder andere ondersoek ingestel na wat die impak van die sandspelterapie op die deelnemer se begrip van die terapeutiese metafoor was en of die sandspel die deelnemer moontlik kon ondersteun om 'n brug te bou tussen die woorde van die storie en die persoonlike betekenis van die storie vir die deelnemer se lewe.

Fase 2 en 3 wat in subtema 1.1 genoem is, is hier van toepassing. Gedurende fase 2 behoort die deelnemer 'n persoonlike verbintenis met die storie te maak (Mills & Crowley, 2001). Rossi (1972 & 1985) stem saam met Mills en Crowley en noem dat een van die belangrikste funksies van 'n terapeutiese metafoor is om 'n gedeelde realiteitsverskynsel te skep (*shared phenomenological reality*), waar die terapeut vir die deelnemer 'n wêreld skep deur middel van metafore wat die deelnemer ervaar.

Wanneer die persoonlike verbintenis tussen die deelnemer en die storie wel plaasgevind het, kry die terapeutiese metafoor persoonlike betekenis vir die deelnemer (fase 3) en kan die deelnemer moontlik hierdie persoonlike betekenis op haar eie lewe van toepassing maak (Mills & Crowley, 2001). Rossi (1972 & 1985) ondersteun Mills en Crowley se siening en merk op dat daar 'n drie-rigting verhouding tussen die deelnemer, die terapeut en die storie ontstaan. Dit maak dit vir die deelnemer moontlik om met die karakters en gebeure te identifiseer wat in die metafoor voorgestel word. Volgens Gordon (1978) is dit hierdie identifisering wat die transformasionele krag van die metafoor bevat. In fase 3 bou die deelnemer 'n brug wat persoonlike verbintenis skep tussen haarself en die gebeure van die storie sodat sy die storie 'n deel van haar alledaagse lewe kan maak (Burns, 2005; Gordon, 1978; Mills & Crowley, 2001; Rossi, 1985).

My navorsing was onder andere daarop gerig om waar te neem of die deelnemer deur die uitbeelding van die terapeutiese metafoor in die sand moontlik die boodskap van die metafoor bewustelik op haar lewe van toepassing kon maak.

ii) Deelnemers se verklaring en begrip van die sandspel-momente

- ***Skulpie***

Skulpie het die stories in die sand uitgebeeld en dit was vir haar moontlik om haar uitbeeldings van die stories te verklaar (Sessie 1, bl. 11; Sessie 2, bl. 17; Sessie 4, bl. 9; Sessie 5, bl. 2; Sessie 6, bl. 5, 6) en in haar lewe toe te pas. Die moontlikheid bestaan dat die sandspelterapie daartoe bygedra het om ***Skulpie*** te ondersteun om die dieper betekenis van die terapeutiese metafoor te verstaan. Sy het egter nie die dieper betekenis van die metafoor na haar eie lewe deurgetrek nie. In 'n onderhoud

met haar moeder dui sy aan dat ***Skulpie*** steeds van die probleme ervaar wat sy aanvanklik met die aanvang van terapie ervaar het (Onderhoud 1, bl.13).

(***Skulpie***, Sessie 2)

- ***Verlore***

Verlore het gepoog om die storie soos wat ek dit aan hom vertel het in die sand uit te beeld en weer terug aan my te verduidelik (Sessie 1, bl. 16, 17; Sessie 3, bl. 13, 14; Sessie 6, bl. 8). Hy het nie een maal gedurende die sandspelterapie laat blyk dat hy die dieper betekenis van die uitbeelding van die storie in die sand raakgesien het en in sy eie lewe toegepas het nie. Ten spyte daarvan ondersteun ek Erickson se siening dat elke individu in staat is om die boodskap te hoor en te begryp op die vlak wat vir die individu op daardie spesifieke stadium bruikbaar is (Geary & Zeig, 2001).

- ***Denker***

Denker het die proses vinnig gesnap en sy begrip van die storie in die sand begin uitbeeld. Hy het deel geraak van die proses en wanneer hy sy uitbeelding terugvertel het, het hy dit in die eerste persoon gedoen: ***Daar's 'n paadjie wat ek ook gesien het na hierdie plekkie toe en dan lê ek die hele tyd so teen die boompie. Ek het ook gedroom dat hier was sulke nattigheid. Daai een was nie daar nie. Okay, ek trek net sulke strepetjies. Daar is die trappies waarteen ek afgeloop het, en al wat ek nou moet doen is 'n deur kry*** (Sessie 1, bl. 25).

Mills en Crowley (2001) meen dat wanneer die deelnemer met die terapeutiese metafoor geïdentifiseer het, die deelnemer se gevoel van isolasie met betrekking tot haar probleem (*Ek is die enigste een met so 'n probleem*) vervang word met 'n gevoel van gedeelde ervaring (*Daar is iemand anders met dieselfde probleme as ek*).

Gardner (1986) en Burns (2005) brei op Mills en Crowley se waarneming uit deur te noem dat die terapeutiese metafoor op 'n nie-bedreigende wyse spesifieke vermoëns en hulpbronne by die deelnemer aktiveer wat die deelnemer in haar eie lewe kan toepas.

Volgens ***Denker*** se uitbeelding van sy sandspeltoneel en dit wat hy gedurende sandspel oor sy toneel vertel het, wou dit voorkom asof die gekombineerde benadering hom in staat gestel het om te beweeg van bogenoemde gevoel van isolasie na 'n gevoel van gedeelde ervaring.

(***Denker***, Sessie 1)

- ***Hoopvol***

Hoopvol het haar eerste sandtoneel so verklaar: ***Die klippe wat ek uitgehaal het was my ma en pa, my sussie en my skoolonderwysers en dan vir Y. En toe ek terugloop toe het ek – toe ek nou al my klippe en goed uitgegooi het toe het, het daar soos 'n gevoel van vryheid gekom, so asof ek nou net 'n las van my skouers afgehaal het. Dis hoekom die skoenlappers. Hulle is my vlerke van vryheid*** (Sessie 2, bl. 16).

Hoopvol se sandspel het haar 'n persoonlike verbintenis laat maak tussen die terapeutiese metafoor en haar persoonlike lewe. Sy het die skoenlappers in die sand uitgebeeld en genoem dat die skoenlappers vlerke van vryheid vir haar beteken en dat hierdie vryheid vir haar simboliseer dat 'n las van haar skouers afgeval het.

(***Hoopvol***, Sessie 2)[33]

Gedurende Sessie 4 (bl. 17) noem ***Hoopvol*** dat sy nie woorde het vir dit wat sy gedurende die storievertelling ervaar het nie. Hierdie opmerking van ***Hoopvol*** het my laat uitsien na wat sy in die sand sou uitbeeld en ek wou graag sien of haar sandspeltoneel haar in staat sou stel om uiting aan haar gevoelens te gee aangesien woorde haar ontbreek het.

(***Hoopvol*****,** Sessie 4)

[33] Hierdie foto lyk anders as die ander foto's aangesien dit nodig was om hierdie foto in te skandeer.

Na afloop van haar sandspel verklaar ***Hoopvol*** haar sandtoneel so: ***Ek was ontspanne en al die mooi goed was nader en al die slegte goed was verder en kleiner. Ek het besef dat ek die regte besluite moet maak*** (*Sessie 4, bl. 17*).

Hoopvol se sandtoneel en haar verklaring daarvan het moontlik daarop gedui dat die sandspel haar ondersteun het om haar gevoelens vir haarself duideliker te maak. Sy kon 'n persoonlike verbintenis met die terapeutiese metafoor maak, asook die metafoor in haar eie lewe toepas. Gedurende haar laaste sessie, het ***Hoopvol*** die volgende oor haar sandspel toneel gesê: ***Ek het myself in die nou gesit, toe kom ek agter dit maak nie saak watse slegte goed in my lewe is nie: Ekself; my ma-hulle; my sussie en haar ou of wie ook al. Ek kan die slegte goed na goeie goed verander*** (*Sessie 6, bl. 13*).

Uit ***Hoopvol*** se sandspel-momente en haar verklaring daarvan wil dit lyk asof die sandspel haar ondersteun het om te identifiseer met die terapeutiese metafore en om die terapeutiese metafore in haar persoonlike lewe toe te pas.

(***Hoopvol*****,** Sessie 6)

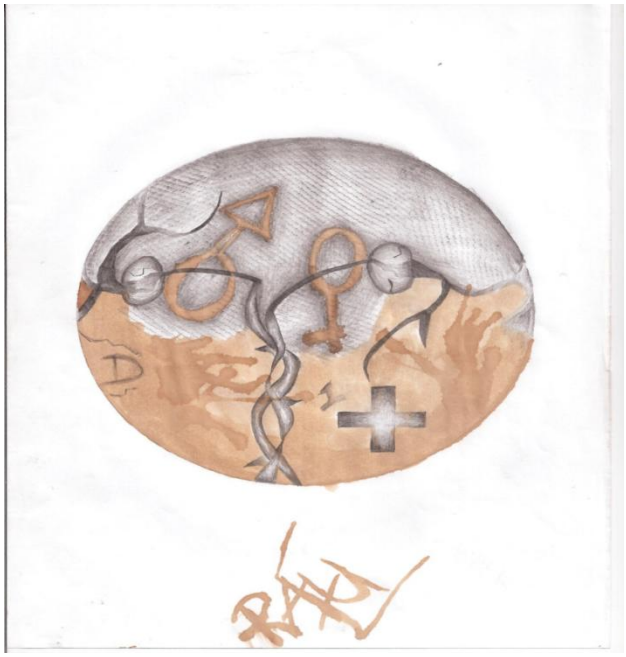
- ***Skaduwee***

Skaduwee het haar eerste sandspeltoneel as volg verklaar: ***Okay, uhm, dit is 'n lyn tussen my en 'n ou. Okay, dan daai is mans en hierdie is vrouens. Hierdie hier beteken aggressiwiteit en gewelddadigheid en hartelоosheid. Ek sien dat ek in 'n bubble is en dat ek nie dalk ... dit voel of ek nie daar kan uitkom nie. Die man is ook in 'n bubble want ek wil hom nooit weer naby my hê nie, en hy is ingesink omdat ek voel hy moet ... hy verdien dit om ingesink te wees*** (Sessie 1, bl. 6-9).

Deur haar uitbeelding van die terapeutiese metafoor in die sand wys ***Skaduwee*** dat sy die stories persoonlik op haarself van toepassing kon maak. Sy kon met die terapeuteise metafoor identifiseer en 'n brug bou tussen die terapeutiese metafoor en haar eie lewe (Mills & Crowley, 2001).

(***Skaduwee***, Sessie 1)

Een van die maniere waarop ek kon sien of die deelnemers die proses verstaan en in hulle eie lewens toegepas het, was deur hul refleksiejoernale te lees. ***Skaduwee*** het na afloop van hierdie sessie 'n tekening in haar refleksiejoernaal gemaak, wat 'n verdere uitbeelding van haar sandspel-moment was en ek sluit dit hierby in. Volgens my is hierdie tekening en ***Skaduwee*** se verduideliking van wat die tekening beteken 'n direkte uitvloeisel uit die sandspelwerk en 'n verdieping in haar begrip van haar emosies en haar persoonlike verbintenis met die storie. Ek maak hierdie afleiding aangesien die huiswerkopdrag aan ***Skaduwee*** na afloop van die sandspelterapie was dat sy die ervaring wat sy gedurende die storievertelling beleef en daarna in die sand uitgebeeld het, in haar refleksiejoernaal moes aanteken op 'n manier wat vir haar sinvol was.



Tekening deur ***Skaduwee*** (Refleksiejoernaal, bl. 2).

Sy verklaar haar tekening soos volg:[34]

Elke dag voel dit asof ek in 'n bubble vasgekeer is. Hierdie bubble wil nie bars nie al probeer ek ook hoe hard. Soveel simboliek kan hierin besigtig word, 'n stukkie van my hart en my siel wat verdrink in smart. Ek't gedink die jaar is 'n nuwe begin van my lewe, maar 'n blink toekoms weerkaats my trane in 'n spieël. In die begin van die jaar het ek baie slegte nuus ontvang. Ek is gediagnoseer met Endiometriose. Ek wou so graag kinders gehad het en ek dink elke dag daaraan. Die simbool wat soos takke lyk wat krul, is die uitbeelding van my fallopius buise en dan volg my ovariums. Die krake simboliseer dat die skade klaar gedoen is. 'n Kraak, want dit het verduidelikend my siel uit my liggaam getrek. Ek wil my liggaam verlaat sodat Liewe Jesus my kan kom haal. Die mans teken is hoër as die vrou sin omdat hy meer beheer oor my gehad het. Die vrou se teken is nie voltooi nie en dit simboliseer vir my wat verskeur is deur twee mans. Eers my nefie en toe my ex ou. Dit versmoor my elke aand, want 'n deel van my is weg gevat wat nooit

[34] Ek voeg hierdie deel in sodat die leser kan sien hoe ***Skaduwee*** haar sandspel verklaar het.

weer gevul sal kan word nie. Die kruis verwys na n hospitaal, my ma se selfmoord poging. Om die middag na skool by die huis te kom en te sien hoe my ma uit die huis gedra word. Haar gesig was so blou en ek het gedink sy's dood. Ek't haar nie eenkeer gaan besoek in die hospitaal nie, want hoekom moes ek aan haar gedink het, toe sy net die pille weg gesluk het en van my wou vergeet het. Ek sal haar nooit kan vergewe vir wat sy aan my gedoen het nie. Die donker bruin verwys na my trane, wat ek elke dag in my hart voel, asook die panic attacks wat my versmoor, soos my liggaam wat my siel versmoor. Die "D" staan vir depressie. Ek kan nie meer my pa se depressie hanteer nie, want hy vererger als vir my. Elke dag voel net soos nog 'n dag van straf, pyn en smart. Ek hunker na liefde, maar hoe vertrou ek weer? Ek kan nie eers my oom vertrou nie, want hy't my ma as 'n klein dogtertjie verkrag. Die takke raak al hoe stywer om my en druk deur my hart en verwyder my siel. Elke dag raak net erger, en die hartseer word meer. Die verlede sal my altyd in haal en dit verwoes my toekoms. My lewe word agter 'n deur toe gesluit, en ek hunker na verlossing. Ek moet hieruit kom. Heer, help my asb! (Refleksiejoernaal van deelnemer, bl. 8)

Hieruit blyk dit dat ***Skaduwee*** die terapie haar eie gemaak het en haar probleme begin identifiseer het.

Gedurende sessie 2 (bl. 28) beskryf ***Skaduwee*** haar sandtoneel soos volg:

Toe het ek nou die butterflies wat op vryheid dui gevat, soos wat sy met haar paadjie hier omgaan en, uhm, dan kry soos 'n treasure op die einde. Soos wat sy verder opgaan dan wag daar 'n man vir haar, uhm, dis hoekom ek hom hoër gesit het omdat dit so 'n stryd is om daarby uit te kom vir my.

Skaduwee het die vermoë getoon om die Ericksoniaanse benadering se storievertelling haar eie te maak. Sy het die dele in die storie wat sy nodig gehad het om sin van haar lewe te maak, haar eie in die sand gemaak Gedurende hierdie terapiesessie was sy ontsteld omdat sy geglo het dat sy nooit iemand spesiaal sou ontmoet nie, en dat sy dus nie sal trou en eendag kinders van haar eie sal hê nie.

(***Skaduwee***, Sessie 2)

Gedurende die daaropvolgende sessie het ***Skaduwee*** haar toneel so verklaar:

Okay, dis my hart wat ek gevat het en die seer goedjies daarbinne. Toe het ek ... hierdie is ook soos al die seerkry wat uitkom, en as dit gebeur voel dit asof ek net ... eerder net in 'n boksie gedruk moet word dat ek nie kan uitkom nie. Uhm, en dat ek vir altyd in my droomhuisie wil bly, my eie verbeeldingswêreld. Dit is partykeer sleg dat al die woede en jaloesie uit my hart kom want die slegte goed wat uitkom haal ek op ander mense uit, soos op Y byvoorbeeld. Maar andersins is dit ook goed dat dit uitkom want dan kan ek my hart skoon kry van al die seer af (Sessie 3, bl. 11, 12).

(***Skaduwee***, Sessie 3)

- ***Storieprinses***

Storieprinses het nie die stories wat ek vir haar vertel het in die sand uitgebeeld nie, maar haar belewing van die sandspelproses was intens. Ek het soms uitgeput gevoel nadat ek haar dopgehou het terwyl sy in die sand gespeel het. Ek het in my refleksiejoernaal geskryf (Refleksiejoernaal van navorser: Deelnemer A, bl. 2) dat ***Storieprinses*** na afloop van die sessie gedreineer was aangesien sy haar

sandspeltonele met soveel emosie en intensiteit gebou het. Een van die mees emosionele tonele wat in die sand afgespeel het, was die volgende: ***All the creatures in ... all the creatures and everybody in the world need to stand back, because ... important ... everybody saw what happened. And he ... the tall tower started tumbling. The mermaid was standing there and the tall tower fell on the mermaid! Oh, no! Then they covered the mermaid. The girl wants to see the mermaid, because she is covered in blood. She was taken away with the ambulance. Oh, you know who lifted the tall tower up? It's this girl*** (Sessie 1, bl. 9).

(***Storieprinses***, Sessie 1)

Hierdie uitbeelding van ***Storieprinses*** was 'n weergawe van die aand toe haar moeder gesterf het. ***Storieprinses***, haar boetie, hul moeder en die kinderoppasser was per bus oppad na Kaapstad. Die busbestuurder het beheer oor die voertuig verloor en die bus het omgekantel. ***Storieprinses*** se moeder is onder die bus vasgekeer. Die omstanders het haar toegegooi en ***Storieprinses*** was ontsteld omdat sy haar moeder wou sien. Daar was oral bloed en later het die ambulans haar moeder kom haal. In haar sanduitbeelding het ***Storieprinses*** die wens uitgespreek dat sy haar moeder kon red. Indien ek daarop aangedring het dat ***Storieprinses*** die storie van die Ericksoniaanse benadering tot terapie in die sand moes uitbeeld, sou sy nooit die geleentheid gekry het om haar belewing van die ongeluk op so 'n manier uit te beeld en weer te herleef nie.

iii) Opsomming van die deelnemers se verklaring en begrip van die sandspel-momente

Gedurende hierdie gedeelte het ek ondersoek wat die impak van die sandspelterapie op die deelnemer se begrip van die terapeutiese metafoor is en of die sandspel die deelnemer moontlik kon ondersteun om 'n brug te bou tussen die woorde van die storie en die persoonlike betekenis wat die storie vir haar ingehou het. Ek wou ook vasstel of die sandspelterapie die deelnemer in staat gestel het om op 'n meer bewuste vlak die terapeutiese metafoor uit te beeld en of hulle daarna in staat was om die terapeutiese metafoor in hul eie lewens toe te pas.

Was die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie moontlik van waarde vir die deelnemers in hierdie studie na afloop van die sandspel-momente? ***Skulpie*** en ***Verlore*** het nie aangedui dat die uitbeelding van die terapeutiese metafoor in die sand hulle in staat gestel het om die boodskap van die terapeutiese metafoor post-terapeuties toe te pas nie. Dit wou egter voorkom asof die gekombineerde benadering moontlik vir ***Denker*** en ***Hoopvol*** ondersteun het om die terapeutiese metafoor in hul lewens toe te pas. Gedurende Sessie 6 (bl. 14) het ***Denker*** gesê: ***Die stories en die prentjies in die sand help my as ek hartseer is en ek wil wegloop en so, dan dink ek aan die stories en hoe ek dit gebou het.***

Hoopvol het die volgende gesê: ***Ek was ontspanne en al die mooi goed was nader en al die slegte goed was verder en kleiner. Ek het besef dat ek die regte besluite moet maak en wanneer ek in die sand bou is dit asof dit vir my duideliker word wat ek moet doen. Ek kan ook huis toe gaan en dit onthou en dit doen*** (Sessie 4, bl. 17).

Tabel 5.9 toon watter impak die sandspelterapie op die deelnemers se begrip van die terapeutiese metafore gehad het.

Tabel 5.9: Impak van die sandspelterapie op deelnemers se begrip van terapeutiese metafore

	Storie-prinses	*Denker*	*Skulpie*	*Verlore*	*Hoopvol*	*Skaduwee*
Sandspel het verdieping en begrip vir die terapeutiese metafoor meegebring		✔			✔	✔
Sandspel het nie verdieping en begrip vir die terapeutiese metafoor meegebring nie			✔	✔		
Deelnemer doen sandspel op eie manier	✔					

Vervolgens word die moontlike vordering en aanvaarding wat deelnemers getoon het tydens die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie bespreek.

5.3.1.5 Tema 3, subtema 3.1

TEMA 3: **VORDERING EN AANVAARDING NA AANLEIDING VAN DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE GEKOMBINEER MET SANDSPELTERAPIE**
SUBTEMA 3.1 **VORDERING VAN DEELNEMERS**

i) Inleiding

In hierdie gedeelte word die moontlike vordering bespreek wat die deelnemers getoon het (indien enige) na afloop van die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie. Ek probeer wys watter deelnemers moontlik as gevolg van die gekombineerde benadering vordering getoon het en watter nie.

ii) Vordering van deelnemers

Burns (2007) beklemtoon dat die kliënt gedurende storievertelling (Ericksoniaanse benadering) in so 'n mate by die storie betrokke kan raak dat instinktiewe verdedigingsmeganismes verslap kan word. As gevolg van hierdie verslapping van verdedigingsmeganismes kan die kliënt tydelik een of meer spesifieke ervarings gedurende die storievertelling ervaar, wat haar kan ondersteun om te verander en in terapie te vorder.

My navorsing ondersteun die bevindinge van Burns (2007) hier bo. ***Storieprinses*** het na elke terapeutiese metafoor wat ek aan haar vertel het 'n positiewe ervaring gehad: ***Oh! That was a happy story***! (Sessie 6, bl. 10). ***Hoopvol*** het haar ervaring gedurende storievertelling soos volg beskryf: ***Al die mooi goed was nader en meer en al die slegte goed was kleiner en verder***. ***Skulpie*** het die volgende belewing na afloop van die gekombineerde benadering tot terapie gehad: ***Ek voel lekker en gelukkig en liefdevol*** (Refleksiejoernaal van deelnemer, bl. 3), terwyl ***Skaduwee*** gedurende die sessie ***onbeskryflike kalmte ervaar het en gevoel het asof sy soos 'n veer kan sweef om bo in die lewe uit te kom*** (Refleksiejoernaal van deelnemer, bl. 13).

Die storievertelling stel die deelnemer in staat om die persepsies van haar kognisie, emosies en gedrag te ondersoek en laat haar moontlik tot die besef kom dat die nuwe ervarings en persepsies van kognisie, emosie en gedrag wat gedurende die storievertelling ervaar word, 'n deel van haar hulpbronne kan word (Lankton, 2004; Matthews, 1999). Dowd en Rugle (1999) is dit eens en noem dat verandering wat tydens terapiesessies plaasvind moontlik toegeskryf kan word aan die feit dat die deelnemer haar hulpbronne ontdek. Gedurende die Ericksoniaanse benadering tot terapie skep die terapeut vir die deelnemer die konteks waarbinne ontdek kan word dat sy oor hulpbronne beskik wat gebruik kan word om haarself te ondersteun (Lankton, 1994).

Nie een van die deelnemers aan my navorsing het verbaal aangedui dat hulle hulpbronne (waarvan hulle nie voorheen bewus was nie) in hulself ontdek het nie. Die deelnemers het wel deur byvoorbeeld veranderde persepsies van kognisie, emosie en gedrag aangetoon dat verandering besig was om plaas te vind. ***Denker*** sê byvoorbeeld die volgende: ***Ek is nie meer so moeg in die oggende nie. Kyk hier, ek is vol lewe!*** (Sessie 3, bl. 2). ***Denker*** se gemoedstoestand het dus moontlik verbeter as gevolg van die gekombineerde benadering en dit het hom in staat gestel om sy dag meer positief en vol lewe aan te pak.

Friedman en Mitchell (2007) verduidelik dat die kliënt die beeld wat sy in die sandbak skep as 'n metafoor vir heling behoort te aanvaar om in terapie te vorder. Ek is nie seker of die deelnemers aan hierdie studie hulle sandtonele op 'n bewuste vlak as 'n metafoor vir heling aanvaar het nie. Wat ek wel weet is dat nie een van die deelnemers ontevrede was met die sandtonele wat hulle gebou het nie en dat hulle dan moontik op 'n onbewuste vlak die beelde wat hulle in die sandbak geskep het as 'n metafoor vir heling aanvaar het, soos Friedman en Mitchell (2007) voorstel.

Vervolgens word die vordering van deelnemers in terapie (indien enige) bespreek.

- ***Denker*, *Verlore*, *Hoopvol*, *Skaduwee* en *Storieprinses***

Denker het gedurende Sessie 2 (bl. 3) genoem dat hy sedert die terapeutiese ingreep makliker skool toe gaan. In Sessie 3 (bl. 2) het hy vertel dat hy nie meer so moeg is in die oggend wanneer hy moet opstaan nie, maar dat hy vol lewe is.

Verlore het dit aanvanklik moeilik gevind om sy tante te vergewe dat sy hom na sy moeder se afsterwe nie meer wou hê nie en dat sy toegelaat het dat hy by vreemde mense gaan woon. In sy refleksiejoernaal (bl. 3) skryf hy die volgende: ***Ek sal haar maar vergewe. Ek sal dit maar laat gaan want sy is verkeerd, nie ek nie.***

Ek het in my refleksiejoernaal (Deelnemer, bl. 6) geskryf dat dit klink asof ***Hoopvol*** aanbeweeg met haar lewe en aan die toekoms dink. Ek het verder geskryf dat sy nie meer so opstandig lyk nie en dat dit voorkom asof sy haar lewe in 'n meer positiewe lig sien. ***Hoopvol*** noem in Sessie 5 (bl. 17) dat sy besef dat sy die een is wat die regte

besluite vir haar lewe moet neem en dat die verskillende terapeutiese ingrepe goed vir haar was aangesien sy sonder voorbehoud oor haar gevoelens kon gesels. In haar refleksiejoernaal (bl. 13) noem ***Skaduwee*** dat die sessies haar gehelp het en dat haar paniekaanvalle verminder het vandat sy terapie ontvang.

Storieprinses het nie gepraat oor die probleme wat sy ervaar het nie. Wanneer ek haar gedurende terapie sou uitvra oor haar probleme, het sy gewoonlik die gesprek in 'n ander rigting gestuur. Haar vader was moedeloos aangesien sy snags nie wou slaap nie. Nadat ons deur middel van die Ericksoniaanse benadering tot terapie heelwat aandag gegee het aan haar slaaphindernis, het sy in Sessie 3 (bl. 2) angstig genoem dat sy nie 'n probleem het om snags te slaap nie en dat sy goed slaap. Dit was egter nie waar nie.

Voordat die sessie begin het, het ***Storieprinses*** se vader laat blyk dat daar geen verbetering in haar slaappatroon was nie. In Sessie 4 het ek haar gevra hoe dit met haar slaapgewoontes gaan en sy het soos volg opgemerk: ***It's not going fine.*** Hierdie opmerking was vir my 'n deurbraak in terapie, aangesien sy nou eerlik was oor haar probleem.

Gedurende dieselfde sessie noem ***Storieprinses*** verder dat die ergste ding wat ooit met haar gebeur het, haar moeder se afsterwe was: ***The worst thing is – let me think – the worst thing that happened is that my mommy died – the worst thing. That was definitely the worst.*** Haar rou aanmerking was vir my 'n deurbraak omdat sy voorheen vermy het om van haar moeder se afsterwe te praat. Drydon (2007) het bevind dat verandering wat gedurende die terapeutiese proses plaasvind, angstigheid by die deelnemer kan ontketen omdat sy moontlik onseker kan voel. My navorsing ondersteun Drydon (2007) se bevinding. Die verandering wat gedurende ***Storieprinses*** se terapeutiese proses plaasgevind het, het haar kennelik laat angstig voel omdat sy onsekerheid beleef het oor die emosionele reaksies wat sy gedurende terapie ervaar het.

Volgens Lankton (1994) en Wake (2010) fokus die Ericksoniaanse benadering tot terapie op die kliënt en nie op die probleem nie. Die doel van terapie is nie om die

probleem wat die kliënt ervaar op te los nie maar om die kliënt by te staan in haar groeiproses sodat sy op 'n gemakliker wyse daarmee kan deel (Burns, 2009). Soos by die voormelde skrywers was die fokus tydens my terapie op die deelnemer en nie op die probleem nie. My terapie was nie daarop gemik om elke deelnemer se probleem 'op te los' nie, maar om hulle by te staan om so te groei dat hulle makliker daardie probleem kon hanteer.

- ***Skulpie***

Skulpie het nie deur woord of daad laat blyk dat die gekombineerde benadering daartoe bygedra het dat sy as mens gegroei het nie.

iii) Opsomming van deelnemers se vordering

Uit hierdie bespreking blyk dit asof ***Storieprinses***, ***Skaduwee***, ***Hoopvol***, ***Verlore*** en ***Denker*** vordering getoon het as gevolg van die gekombineerde terapeutiese benadering. Vier van die ses deelnemers se vordering het verband gehou met die probleme wat hulle aanvanklik genoem het. ***Denker*** het genoem dat dit vir hom makliker is om skool toe te gaan en dat hy nie meer soggens so moeg voel nie, terwyl ***Skaduwee*** genoem het dat haar paniekaanvalle verminder het. ***Verlore*** het gesê dat hy sy tante vergewe het vir wat sy aan hom gedoen het, terwyl ***Hoopvol*** aangedui het dat sy haar verlede aanvaar het en besig is om aan te beweeg met haar lewe. ***Storieprinses*** het vordering getoon in die sin dat sy erken het dat sy 'n slaaphindernis ervaar. Dit was vir my 'n deurbraak aangesien sy tot op daardie stadium in die terapie ontken het dat sy 'n slaapprobleem het. Anders as die bovermelde deelnemers het ***Skulpie*** nie laat blyk dat daar vordering was met betrekking tot die probleme wat sy aan die begin van terapie genoem het nie.

Die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnisse ervaar het, was moontlik van waarde vir ***Denker,*** ***Skaduwee***, ***Verlore***, ***Hoopvol*** en ***Storieprinses*** aangesien al vyf hierdie deelnemers tot 'n mindere of meerdere mate vordering in terapie getoon het.

Tabel 5.10 toon watter deelnemers vordering gemaak het in terapie.

Tabel 5.10: Deelnemers wat vordering gemaak het in terapie

	Storie-prinses	*Denker*	*Skulpie*	*Verlore*	*Hoopvol*	*Skaduwee*
Deelnemers wat vordering getoon het na afloop van die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie	✔	✔		✔	✔	✔

Ek bespreek vervolgens die moontlikheid dat daar by die deelnemers aanvaarding gekom het vir die probleme wat hulle ervaar het.

5.3.1.6: Tema 3, subtema 3.2

TEMA 3: **VORDERING EN AANVAARDING AS GEVOLG VAN DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE GEKOMBINEER MET SANDSPELTERAPIE**
SUBTEMA 3.2 **AANVAARDING DEUR DEELNEMERS**

i) Inleiding

In hierdie gedeelte bespreek ek die moontlikheid dat die deelnemers as gevolg van die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie aanvaarding getoon het vir die probleme wat hul beleef het.

ii) Aanvaarding deur deelnemers van die hindernisse in hul lewens

- ***Storieprinses*, *Denker*, *Skulpie* en *Verlore***

Storieprinses, ***Denker*** en ***Verlore*** het aangedui dat hulle in terapie gevorder het. Nie een van hierdie drie deelnemers of ***Skulpie*** het enige verbale aanduiding gedurende die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie gegee dat hulle hul probleme aanvaar het nie. Studies deur Daley en Zuckoff (1999) toon dat indien 'n kliënt nie haar probleme wil aanvaar nie, sy voorgee dat dit goed gaan en daarom nie gemotiveerd is om te verander nie. Die kliënt se intensie of motivering om

te verander word dus geraak. Daley en Zuckoff (1999) glo egter wanneer die kliënt haar probleme aanvaar, sy die motivering verkry om te begin verander.

My navorsing strook met die bevindings van bogenoemde outeurs. ***Storieprinses***, ***Denker***, ***Verlore*** en ***Skulpie*** was gemotiveerd om te verander, wat moontlik daarop dui dat hulle wel hul probleme begin aanvaar het, al het hulle dit nie hardop in terapie geverbaliseer nie. LaBay (2003) bevestig die siening van Daley en Zuckoff (1999) en brei daarop uit deur te noem dat aanvaarding nie net 'n woord moet wees nie, maar 'n daad. Wanneer die kliënt sekere aspekte van die probleme wat sy ervaar begin verander deur gebruik te maak van die hulpbronne wat deur middel van die terapeutiese metafore ontdek is, behoort beweging in terapie plaas te vind.

Denker het in Sessie 2 (bl. 3) gesê: ***Ek is bly ek kom hierheen. Dit help my baie in my lewe. Ons moet nog net die ander goed regkry***. Verder noem ***Verlore*** gedurende Sessie 5 (bl. 6): ***Die mense sê ek moet die beste uit my lewe uit bou, maar dit is nie so maklik nie. Ek wens partykeer ek was groot sodat ek vir myself kan besluit.***

Die navorsing van Wilson, Hayes en Stroshah (1999) stem ooreen met die van LaBay (2003), naamlik dat aanvaarding soms 'n passiewe kwaliteit kan hê. My bevindings het gestrook met die van voorgenoemde skrywers en ek het in my navorsing beleef dat ***Skulpie*** soms passief voorgekom het terwyl ek nie een van die ander deelnemers as passief ervaar het nie. In 'n onderhoud met ***Skulpie*** se moeder (onderhoud 3, bl. 12) het ek aan haar genoem dat ek ***Skulpie*** passief gevind het gedurende terapie. Ek het ook genoem dat dit wou voorkom asof sy nie van haarself gedurende die terapie gee nie.

Wanneer 'n kliënt passief is kan daar volgens LaBay (2003) nie beweging plaasvind nie. Ek het hierdie waarneming van LaBay in my navorsing met ***Skulpie*** beleef. Wanneer ***Skulpie*** passief voorgekom het, was die terapie klaarblyklik staties. Dan moes ek haar motiveer om weer betrokke te raak by die terapeutiese proses soos blyk uit Sessie 4 (bl. 2): ***Skulpie, as jy wil hê sekere dinge in jou lewe moet beter word is dit belangrik dat jy jou deeltjie moet doen wanneer ek en jy hier***

bymekaar kom. Dit help nie ek en jy werk hier en dan as jy uitstap, het jy alles vergeet wat ons gedoen het nie.

- ***Hoopvol*** en ***Skaduwee***

Hoopvol en ***Skaduwee*** het beide genoem dat aanvaarding van hul eie probleem gevolg het na die verskillende terapeutiese ingrepe. In my refleksiejoernaal (Deelnemer E, bl. 7) skryf ek dat ***Hoopvol*** haar ouers se gesag begin aanvaar.

Haar houding toon 'n korrelasie met die bewyse in navorsing deur Daley en Zuckoff (1999). ***Hoopvol*** het haar ouers se gesag meer geredelik begin aanvaar en dit het tot 'n verbetering in hulle verhouding gelei (Sessie 4, bl. 13). Ek het dit as 'n beweging in terapie beskou, wat aansluit by die bevindinge van LaBay (2003). ***Skaduwee*** maak die volgende opmerking in Sessie 6 (bl. 6-14): ***Ek het dit met die tyd al begin aanvaar en ek het al begin afskryf, jy weet, dis die verlede en ek wil nie meer na die verlede toe terugkyk nie, ek wil toekoms toe kyk. Ek wil aanbeweeg. Dit gaan baie beter met my.***

Ten spyte van bogenoemde stelling (dat ***Skaduwee*** haar verlede begin aanvaar het), het die volgende aanhaling dit klaarblyklik weerspreek: ***Dinge sal nooit beter wees vir my nie. My verlede gaan my altyd inhaal*** (Sessie 6, bl. 10). Aangesien ***Skaduwee*** se aanvaarding passief blyk te wees, kan beweging en vordering in terapie nie optimaal plaasvind nie (LaBay, 2003).

iii) Opsomming van die deelnemers se belewenis van aanvaarding

Storieprinses, ***Denker*** en ***Verlore*** het nie die aanvaarding van hul probleme geverbaliseer nie, maar deur die beweging wat in terapie plaasgevind het, was hulle moontlik onbewustelik in die proses om hul probleme te begin aanvaar. ***Hoopvol*** en ***Skaduwee*** het wel verbaal aangedui dat daar aanvaarding van hul probleme plaasgevind het, hoewel dit in verdere sessies geblyk het dat ***Skaduwee*** nie werklik haar verlede en probleem aanvaar het nie.

Die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnisse ervaar het, was

moontlik van waarde vir al ses deelnemers aangesien almal tot 'n mindere of meerdere mate aanvaarding vir hul probleme in terapie getoon het.

Tabel 5.11 illustreer die mate van aanvaarding wat deelnemers beleef het.

Tabel 5.11: Deelnemers se aanvaarding van probleme wat beleef is

	Storie-prinses	*Denker*	*Skulpie*	*Verlore*	*Hoopvol*	*Skaduwee*
Verbale indikasie dat aanvaarding begin plaasvind					✔	✔
Nie-verbale indikasie dat aanvaarding begin plaasvind	✔	✔		✔		
Verbaliseer aanvaarding maar aanvaarding het nie in werklikheid plaasgevind nie						✔
Passiwiteit			✔			

Ter afsluiting bespreek ek die deelnemers (wat almal depressie as ontwikkelingsteurnis beleef het) se positiewe en negatiewe reaksies op die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie.

5.3.1.7: Tema 4, subtema 4.1

TEMA 4: **REAKSIE VAN DEELNEMERS OP DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE GEKOMBINEER MET SANDSPELTERAPIE**
SUBTEMA 4.1: **POSITIEWE REAKSIE VAN DEELNEMERS**

i) Inleiding

Die positiewe reaksies van die deelnemers op die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie word vervolgens onder twee opskrifte bespreek, naamlik storievertel-momente en sandspel-momente.

ii) Storievertel-momente

'n Terapeutiese metafoor is 'n storie wat veronderstel is om die deelnemer se aandag gevange te hou en 'n gewysigde raamwerk te voorsien waardeur die deelnemer nuwe ervarings kan beleef (Barrett, 2010). Die belewings van die deelnemers in my

navorsing strook met die siening van Barrett (2010). Ek noem in subtema 1.1 en subtema 2.1 die belewing en begrip van die deelnemers met betrekking tot die storievertel-momente. Lankton (2004) argumenteer dat die intensie van die terapeutiese metafoor is om die deelnemer se bewuste verwysingsraamwerk te ontwrig terwyl die metafoor 'n onbewuste soeke rig na nuwe of voorheen geblokte betekenisse of oplossings. Die metafoor wys met ander woorde aan die deelnemer oplossings of betekenisse waaraan sy nie voorheen gedink het nie. My navorsingsbevindings strook met die siening van Lankton aangesien daar deur die terapeutiese metafore oplossings of betekenisse vir die deelnemers geskep is waaraan hulle moontlik nie voorheen gedink het nie.

Mills en Crowley (2001) het in hul navorsing bevind dat fantasie 'n deel is van die innerlike wêreld van die kind. My navorsing steun hul bevindings en ook die van Burns (2009), naamlik dat die fantasiewêreld van die kind of adolessent die natuurlike proses is waardeur sy leer om sin te maak van die wêreld.

Die sessies was vir die deelnemers aan my studie 'n ontspanne tyd waar hulle vir 'n rukkie van hul eie probleme kon vergeet en in 'n fantasiewêreld ontvlugting kon vind. (My bevinding strook dus nie met die van Montessori (1914) nie, wat fantasie beskryf het as 'n patologiese neiging van vroeë kinderontwikkeling.) Volgens Burns (2009) is die wonder van storievertelling dat die kliënt nie gekonfronteer word om oor hul probleme te praat nie, maar dat hulle deur middel van die storie moontlik kan identifiseer met iemand anders wat dieselfde probleme as hulle ervaar. My navorsing korreleer met hierdie siening van Burns (2009).

Die volgende aanhalings van die deelnemers wys dat hul belewing van fantasie 'n belangrike rol in my navorsing gespeel het en dat hulle moontlik kon identifiseer met 'n karakter in die terapeutiese storievertelling wat dieselfde probleme as hulle ervaar het.

- ***Storieprinses*** en ***Denker***

Storieprinses en ***Denker*** het die storievertelling oor die algemeen geniet. ***Storieprinses*** het die volgende opmerkings gemaak oor die stories wat ek vir haar vertel het: ***Wow, that's a nice story; Oh! That was a nice story. It was very nice.***

Oh, that was a happy story (Sessie 3, bl. 11; Sessie 4, bl. 16; Sessie 5, bl. 5,11; Sessie 6, bl. 10), terwyl ***Denker*** na die onderskeie stories gesê het: ***Dit was lekker*** (Sessie 1, bl. 22); ***Jis, daai storie is baie slim*** (Sessie 3, bl. 13); en ***...dan voel ek skoon beter*** (Sessie 6, bl. 16).

Storieprinses het haar gedurende die Ericksoniaanse benadering tot terapie in die stories ingeleef en gewoonlik lopende kommentaar gelewer. Terwyl ek besig was met die storievertelling was sy in haar verbeelding 'n deel van die storie. Hoewel ***Storieprinses*** nie die stories wat ek aan haar vertel het in die sand uitgebeeld het nie, het dit 'n blywende indruk op haar gemaak. In Sessie 5 (bl. 10) het sy 'n opmerking gemaak wat my laat besef het dat sy die stories onthou en dat die boodskap moontlik nie verlore gegaan het nie: ***Remember the ballerina story? Maybe we can still do the ballerina story.*** Ek het die verhaal van die ballerina in Sessie 2 (bl. 25) aan haar vertel. Gedurende Sessie 3 (bl. 20) het sy weer iets gesê wat daarop gedui het dat die stories wat ek vertel het tog betekenis vir haar gehad het: ***Yes, and she wasn't afraid to sleep anymore.*** Een van die hindernisse wat ***Storieprinses*** na haar moeder se afsterwe beleef het, was slapeloosheid.

Denker het tot in ons laaste sessie daarvan weggeskram om oor sy probleme te praat. Gedurende hierdie sessie het hy die geleentheid gekry om vir hom 'n karakter te visualiseer met wie hy oor sy probleme kon gesels. Ek het duidelik aan hom genoem dat dit nie vir hom nodig was om vir my te vertel wat hy aan die karakter in sy storie vertel het nie. Gedurende die storievertelling, terwyl ***Denker*** sy probleme met die denkbeeldige karakter gedeel het, het die trane vryelik oor sy wangetjies geloop. Na afloop van die storievertelling was hy bereid om met my te deel wat hy in die storievertelling beleef het: ***Ek het vir hom gesê alles oor my disleksie en alles en toe sê ek vir hom oor selfmoord pleeg en allerhande dinge nê en toe sê hy vir my as tannie Dirkie wil weet dan moet ek vir tannie Dirkie vertel*** (Sessie 6, bl. 23).

- ***Skulpie***

Skulpie het in haar refleksiejoernaal die volgende oor die terapeutiese ingreep geskryf: ***Ek voel lekker vandat ek hier is en gelukkig en liefdevol*** (Refleksiejoernaal van deelnemer, bl. 3).

- ***Verlore***, ***Hoopvol*** en ***Skaduwee***

Verlore, ***Hoopvol*** en ***Skaduwee*** het die storievertelling ontspannend gevind en dit geniet. ***Verlore*** het soos volg gereageer: ***Sjoe! Dit was nogal lekker. Ek voel sommer bly*** (Sessie 1, bl. 15)***. Nou voel ek beter*** (Sessie 3, bl. 8)***; Ek voel baie goed*** (Sessie 4, bl. 9)*;* en ***Sjoe! Dit was lekker*** (Sessie 6, bl. 7)***. Hoopvol*** het haar ervaring van die Ericksoniaanse benadering tot terapie as rustig ervaar (Sessie 1, bl. 14). Gedurende sessie 2 (bl. 16) sê ***Hoopvol*** die volgende: ***Daar het soos 'n gevoel van vryheid gekom, so asof ek nou net 'n las van my skouers afgehaal het*** (Sessie 2, bl. 16). ***Skaduwee*** het haar reaksie na afloop van die terapiesessie soos volg beskryf: ***Ek voel goed*** (Sessie 1, bl. 5); ***Ek voel beter*** (Sessie 2, bl. 2); ***Ek voel baie ontspanne en rustig en vol vrede*** (Sessie 2, bl. 22); en ***Dit was lekker*** (Sessie 3, bl. 11).

iii) Sandspel-momente

- ***Storieprinses***

Storieprinses het die sandspel geniet en die volgende daaroor te sê gehad: ***I love the sand*** (Sessie 2, bl. 13). Sy was gewoonlik opgewonde wanneer sy 'n sandtoneel kon bou: ***The sand must be straight, straight, straight. Maybe we should sweep it*** (Sessie 4, bl. 18). ***Storieprinses*** het dieselfde figure herhaaldelik in haar sandspeltonele gebruik (Refleksiejoernaal van navorser: Deelnemer A, bl. 9). Die verklaring van waarom ***Storieprinses*** dieselfde miniatuurfigure herhaaldelik in die sand gebruik het, vorm nie 'n deel van hierdie navorsing nie, aangesien my studie nie gefokus het op die gebruik en verklaring van die miniatuurfigure wat elke deelnemer gebruik het nie. Die fokus van die navorsing was om vas te stel of die gekombineerde benadering van waarde was (al dan nie) vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar het. ***Storieprinses*** was diep verwikkeld in die stories wat

sy in die sand uitgebeeld het. Sy het tot so 'n mate beweging en aksie gebruik dat ek aan die einde nouliks haar sandtonele in 'n foto kon vaslê.

- ***Denker*** en ***Skulpie***

Denker en ***Skulpie*** het vinnig gesnap wat van hulle verwag word nadat ek die storie aan hulle vertel het. Beide het uit hul eie genoem dat hulle weet dat hulle na die vertelling, die storie soos wat hulle dit verstaan het, in die sand moes uitbeeld (Sessie 5, bl. 10 en Sessie 6, bl. 5). ***Denker*** het tydens al die terapeutiese ingrepe goed saamgewerk en dit wou voorkom asof hy die sandspelterapie geniet het. Ek baseer hierdie aanname op my waarnemings van ***Denker*** gedurende sy sandspeltonele. Hy was gretig om in die sand te speel en het graag sy hande gebruik om sandtonele te bou. Dit was vir ***Denker*** heerlik om water te gebruik wanneer hy 'n sandtoneel gebou het en hy was teleurgesteld wanneer die sessie verby was (Refleksiejoernaal van navorser: Deelnemer D, bl. 3). Hierdie waarneming korreleer positief met Wellhousen en Crowther (2004) asook Herr (2001) se bevindings in hul navorsing - hulle noem dat deelnemers dit geniet om die sand met water te meng aangesien dit op sigself vir sommige deelnemers terapeuties is.

- ***Skaduwee***

Skaduwee het die sandspel haar eie gemaak en die volgende gesê na afloop van die sandspelterapie: ***Dis lekker*** (Sessie 1, bl. 6); ***Ek voel rustig en beter*** (Sessie 1, bl. 12); ***Dit voel asof ek lekker kan slaap nou*** (Sessie 2, bl. 27)***; Dis vir my baie lekker. Dit ontspan my ook*** (Sessie 2, bl. 28); en ***Dit voel beter*** (Sessie 3, bl. 12). Hierdie ervaring van ***Skaduwee*** strook met dit wat Weinrib (2004) rapporteer oor sandspelterapie, naamlik dat die uitbeelding van die sandspel gewoonlik meebring dat die deelnemer begin ontspan.

iv) Opsomming van positiewe reaksies van deelnemers tydens en na afloop van die Ericksoniaanse benadering tot terapie

Al ses deelnemers aan my navorsing het die storievertel-momente positief ervaar. ***Storieprinses***, ***Denker***, ***Skaduwee*** en ***Hoopvol*** het die sandspel geniet en deel van hulle gemaak, terwyl ***Denker*** uiteindelik oor sy probleme kon praat. Die

Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnisse ervaar, was moontlik van waarde vir ***Denker***, ***Skaduwee***, ***Verlore***, ***Hoopvol*** en ***Storieprinses***.

In Tabel 5.12 word die deelnemers se positiewe reaksies op die gekombineerde benadering tot terapie aangedui.

Tabel 5.12: Positiewe reaksies van deelnemers op die gekombineerde benadering tot terapie

	Storie-prinses	*Denker*	*Skulpie*	*Verlore*	*Hoopvol*	*Skaduwee*
Storievertel-momente Ontspan	✔	✔	✔	✔	✔	✔
Geniet	✔	✔		✔	✔	✔
Leef self in die storie in	✔	✔		✔	✔	✔
Storie word deel van lewe	✔	✔				
Praat oor probleme		✔	✔		✔	✔
Sandspel-momente Geniet	✔	✔			✔	✔
Snap proses		✔	✔			

Vervolgens bespreek ek die negatiewe reaksies wat die deelnemers moontlik beleef het tydens die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie.

5.3.1.8: Tema 4, subtema 4.2

TEMA 4: REAKSIE VAN DIE DEELNEMERS OOR DIE ERICKSONIAANSE BENADERING TOT TERAPIE GEKOMBINEER MET SANDSPELTERAPIE
SUBTEMA 4.2: NEGATIEWE REAKSIE VAN DEELNEMERS

i) Inleiding

Die negatiewe reaksies van die deelnemers gedurende en na die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie word vervolgens onder die opskrifte storievertel-momente en sandspel-momente bespreek.

ii) Storievertel-momente

Die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie is 'n hulpmiddel wat die terapeut in terapie kan gebruik met kinders en of adolessente wat nie oor hulle probleme wil praat nie (Lankton, 1994; Mills & Crowley, 2001). Tydens my navorsing het ek gepoog om die probleme wat die deelnemers ervaar het in 'n storie aan hulle te vertel sodat hulle moontlik met die karakters in die storie kon identifiseer. My bevindings ondersteun die van Mills en Crowley (2001) wat bevestig dat genesing kan plaasvind wanneer die kliënt deur middel van die karakters in die terapeutiese metafoor leer en met hulle identifiseer. Ek het gehoop dat die deelnemers moontlik die tegnieke wat die karakters in die storie aangewend het om deur hul probleme te werk, in hul eie lewens kon toepas.

- ***Storieprinses***

Storieprinses wou glad nie oor haar probleme praat nie. In Sessie 4 het ek haar uitgevra oor haar slapeloosheid om te probeer uitvind waarom sy dit so moeilik vind om te slaap. Haar reaksie was om 'n fantasiepersoon in haar verbeelding op te roep en my te vra of ek die persoon kan sien. Nadat ek positief geantwoord het, het sy gesê: ***He's saying us to keep quiet*** (Sessie 4, bl. 9). Gedurende Sessie 7 (bl. 12) het sy prontuit gesê dat sy nie oor haar gevoelens wil praat nie. Ek skryf die volgende in my refleksiejoernaal (Deelnemer A, bl. 6): ***Slaap is steeds 'n probleem. Die terapeutiese ingreep het beslis nie die gewenste effek wat haar slaap aanbetref nie. Storieprinses onthou die stories wat ons vertel het, maar gebruik nie die tegnieke in die stories nie en dra dit nie oor na haar lewe nie.***

Horner (2005) beskryf weerstand (*resistance*) as volg:

> *Resistance is the word for a patient's defence mechanisms encountered in psychotherapy. They protect the individual from a variety of conscious or unconscious intrapsychic or interpersonal dangers, but interfere with the process of exploration and discovery, causing an impasse in treatment.*

Ek moes myself die vraag afvra of ***Storieprinses*** weerstand getoon het deur haar woorde en gedrag. Wanneer ek na hierdie definisie van Horner (2005) kyk, wil dit tog lyk asof ***Storieprinses*** haarself probeer beskerm het deur nie te praat oor die trauma

wat sy beleef het nie. Lankton (2004) skryf dat weerstand baie keer voorkom wanneer die kliënt gekonfronteer word met situasies waar sy persoonlik moet groei.

My navorsing sluit aan by die van Lankton (2004) waar ek van die veronderstelling uitgaan dat ***Storieprinses*** moontlik weerstand beleef het omdat sy nog nie gereed was om te groei nie. Die Ericksoniaanse benadering, wat ek gedurende hierdie navorsing gevolg het, werk gewoonlik vanaf die aanname dat die kliënt die suggesties (gedurende storievertelling in my studie) gaan volg wat relevant is vir haar en wat in haar beste belang is (Lankton, 2004). Wanneer die kliënt in terapie moet groei of moontlik sekere veranderinge in haar lewe moet aanbring, sal sy slegs die inligting gebruik wat vir haar relevant is en wat in haar beste belang is. Die weerstand wat ***Storieprinses*** getoon het korreleer met die bevinding van Lankton (2004). Ek skryf dus ***Storieprinses*** se klaarblyklike weerstand toe aan die feit dat sy dalk nie gereed was om met die warboel emosies wat haar moeder se dood ontketen het te hanteer op die wyse waarop in die storievertelling gesuggereer is nie; derhalwe was dit in haar beste belang om haar eie stories in die sand uit te beeld.

- ***Verlore***

Verlore het gedurende ons eerste terapiesessie die volgende beleef: ***Ek was skielik bang en benoud en toe is dit skielik swart. Ek het gedog die vliegtuig gaan val*** (Sessie 1, bl. 17). Ek het nie tóé, gedurende die storievertelling, besef dat ***Verlore*** bang voel nie. Ek besef nou hoe belangrik dit is om voor die tyd aan die deelnemers te noem dat indien hulle 'n negatiewe reaksie beleef, hulle dit dadelik moet sê sodat die terapeut hulle kan bystaan. Chips (2004) se verduideliking van die abreaksie wat 'n deelnemer gedurende Ericksoniaanse storievertelling mag ondervind, strook met die reaksie wat ***Verlore*** getoon het. Chips som 'n abreaksie as volg op:

> *An abreaction is an emotional reaction experienced by a client while under hypnosis, involving an unresolved stress within the subconscious or unconscious mind.*

- ***Hoopvol*** **en** ***Skaduwee***

Gedurende die Ericksoniaanse benadering tot terapie kan dit gebeur dat deelnemers voel dat die terapeutiese metafoor vinniger aan hulle oorgedra word as wat werklik die

geval is. Ek het bevind dat ***Hoopvol*** en ***Skaduwee*** albei genoem het dat die Ericksoniaanse benadering tot terapie vir hulle vreemd was aangesien dit vir hulle gevoel het asof die terapie so vinnig verby gegaan het. ***Hoopvol*** het haar ervaring so beskryf: ***Dit was rustig maar vreemd. Dit het so vinnig gevoel, maar tog was dit nie vinnig nie*** (Sessie 2, bl. 17) en ***Skaduwee*** het die volgende gesê: ***Dit het so vinnig gevoel, soos vyf minute*** (Sessie 6, bl. 18). Dit was vir my opvallend dat niemand oor hierdie verskynsel rapporteer nie, alhoewel dit in die teorie voorkom. Dit is egter moontlik dat ek bloot nie die bewyse in my literatuurondersoek gekry het nie maar dat ander outeurs tog al daaroor gerapporteer het. James (2010) verwys na tyddistorsie '*time distortion'* – dit strook met my bevinding dat die deelnemer moontlik kan voel dat die tyd in terapie korter was as wat die tydsverloop op die horlosie aandui.

iii) Sandspel-momente

- ***Storieprinses en Skulpie***

Nadat ek die storievertelling in Sessie 3 (bl. 11) en Sessie 4 (bl. 16) afgehandel het, het ***Storieprinses*** redelik negatief gereageer op die sandspelterapie wat moes volg: ***But I don't want to do it again. I don't want to build in the sand.*** Hierdie reaksie van ***Storieprinses*** mag moontlik toegeskryf word aan 'n mate van weerstand. Weerstand is reeds in die vorige gedeelte ondersoek. ***Storieprinses*** wou nie die storie wat ek as deel van die Ericksoniaanse benadering tot terapie aan haar vertel het in die sand uitbeeld nie: ***Maybe I can build a princess story. Can I do my own story?*** (Sessie 4, bl. 5, 22); ***Oh, I can't. What about a picture of a different story?*** (Sessie 6, bl. 10). In antwoord op my vraag in Sessie 5 waarom sy nie die storie wat ek vertel het in die sand uitgebeeld het nie, antwoord sy dat haar storie beter is (Sessie 5, bl. 11).

Skulpie het aanvanklik negatief gereageer nadat sy gehoor het sy moet 'n storie in die sand uitbeeld: ***Ek kan nie te veel aan die sand vat nie want ek is allergies daarvoor. Dit laat my net uitslaan, dis al wat dit actually doen, maar dit maak my dan ook juk*** (Sessie 1, bl. 10). Haar moeder het glad nie tydens ons aanvanklike

onderhoud genoem dat ***Skulpie*** allergies vir sand is nie. Dit kan wees dat ***Skulpie*** moontlik nie lus was om in die sand te bou nie en 'n allergie as verskoning gebruik het. Sy het uiteindelik tog die sandtonele gebou sonder enige allergiese reaksie. Hierdie reaksie van ***Skulpie*** kan moontlik gesien word as 'n vorm van weerstand.[35]

iv) Opsomming van negatiewe reaksies van deelnemers tydens en na afloop van die Ericksoniaanse benadering tot terapie

Storieprinses en ***Skulpie*** het tekens van weerstand getoon gedurende storievertel-momente asook die sandspel-momente. ***Verlore*** het 'n negatiewe reaksie tydens een van die storievertel-momente beleef, terwyl ***Hoopvol*** en ***Skaduwee*** distorsie van tyd beleef het.

In Tabel 5.13 word die deelnemers se reaksie op die gekombineerde benadering tot terapie opgesom.

Tabel 5.13: Negatiewe reaksie van deelnemers op die gekombineerde benadering tot terapie

	Storie-prinses	***Denker***	***Skulpie***	***Verlore***	***Hoopvol***	***Skaduwee***
Storievertel-momente Praat nie oor probleme nie	✔					
Weerstand	✔		✔			
Negatiewe reaksie				✔		
Distorsie van tyd					✔	✔
Sandspel-momente Beeld eie storie uit	✔					
Weerstand	✔		✔			

5.4 SAMEVATTING

In hierdie hoofstuk is die resultate van die studie weergegee en bespreek. Daar is eerstens gepoog om kortliks die agtergrond van elke deelnemer te skets, waarna die resultate van die data-analise bespreek is. Ek het verder gepoog om die resultate van die data-analise in verband te bring met die literatuur.

[35] Weerstand is volledig beskryf onder ***Storieprinses***.

Vier hooftemas is in hierdie hoofstuk identifiseer. Gedurende Tema 1 is die deelnemers se belewing van die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie ondersoek. Tema 1 is verdeel in twee subtemas, naamlik die deelnemers se belewing van die storievertel-momente en die deelnemers se belewing van die sandspel-momente. Tema 2 het gehandel oor die deelnemers se begrip van die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie en is verdeel in twee subtemas. Met die eerste subtema is die deelnemers se verklaring en begrip van die storievertel-momente ondersoek terwyl die deelnemers se verklaring en begrip van die sandspel-momente in subtema 2.2 ondersoek is.

Daarna het die fokus van die hoofstuk verskuif na Tema 3 waar ondersoek ingestel is na vordering en aanvaarding na aanleiding van die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie. Tema 3 is ook verdeel in twee subtemas. Die eerste subtema het die vordering van die deelnemers ondersoek terwyl die tweede subtema die aanvaarding van die deelnemers ondersoek het. Ek het die hoofstuk afgesluit met ’n bespreking van Tema 4 en die twee subtemas van tema 4. Gedurende hierdie afdeling was die fokus op die positiewe en negatiewe reaksies van die deelnemers op die Ericksoniaanse benadering van terapie gekombineer met sandspelterapie.

In Hoofstuk 6 word ’n oorsig oor die studie gebied. Die navorsingsdoel en -vrae word genoem en ’n opsomming van die hoofstukke van die studie gegee. Daarna word die moontlike beperkings van die studie bespreek gevolg deur die etiese oorwegings wat tydens die studie toegepas is. ‘n Opsomming van die resultate (bevindings) van die studie volg, waarna ek sal poog om die navorsingsvrae van die studie te beantwoord. Die hoofstuk word afgesluit deur die moontlike bydrae van die studie te bespreek gevolg deur my aanbevelings.

HOOFSTUK 6: SAMEVATTING EN AANBEVELINGS

6.1 INLEIDING

Die onderhawige navorsing het gefokus op die Ericksoniaanse benadering tot sandspelterapie vir deelnemers wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar het. In hierdie hoofstuk word 'n oorsig gebied oor die agtergrond, beplanning, verloop en bevindings van die studie, soos in die voorafgaande hoofstukke bespreek is. Die opsommings en bevindings maak dit vir die navorser moontlik om tot grondige gevolgtrekkings te kom en relevante verbande te formuleer.

Ter inleiding van die hoofstuk sal die navorsingvraag of -probleem wat ondersoek is en die oorkoepelende doelwit van die studie weer gestel word. 'n Bespreking van die bevindings en aanbevelings van die studie word gevolg deur 'n oorsig van die beperkings wat op die navorsing betrekking gehad het, asook die etiese aspekte van die studie.

6.2 OORSIG VAN DIE STUDIE

6.2.1 Navorsingsdoel en -vrae

My doel met die navorsing was om te verken of die Ericksoniaanse benadering tot terapie met sandspelterapie gekombineer kan word om kinders en adolessente te ondersteun wat depressie as ontwikkelingsteurnis toon. My studie is deur die volgende navorsingsvraag gerig:

Watter moontlike waarde hou die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie in vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar?

In 'n poging om meer inligting rakende die primêre navorsingsvraag te verkry, is etlike sekondêre navorsingsvrae ook gestel. Hierdie vrae sal in afdeling 6.6 aan bod kom.

6.2.2 Opsomming van hoofstukke

Hoofstuk 1: Inleidende oriëntering

Die inleidende oorsig oor die probleem van ontwikkelingsteurnisse by kinders en adolessente is gevolg deur 'n bondige bespreking van die motivering of rasionaal vir die studie, waarna die probleem en doel van die studie geformuleer is. In 'n poging om 'n *gestalt* te vorm en die fenomeen wat bestudeer is te verstaan, is sekere aspekte beklemtoon en die verbandhoudende konsepte te wete 'Ericksoniaanse benadering', 'sandspelterapie', 'kind', 'adolessent', 'ontwikkelingsteurnisse' en 'depressie' is kortliks bespreek. Dit is gevolg deur 'n vooruitskouing van die verwagte uitkomste van die studie en moontlike probleme wat die studie kon belemmer. Die teoretiese raamwerk, sowel as die navorsingstrategie en -proses wat in die studie gevolg is, is ook kortliks vermeld.

Hoofstuk 2: Literatuuroorsig

In hierdie hoofstuk is 'n intensiewe literatuurstudie oor die Ericksoniaanse benadering tot terapie, sandspelterapie en depressiewe gedrag by kinders en adolessente onderneem. Ek het verder gepoog om 'n vergelyking te tref tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie. Die hoofstuk is afgesluit met 'n bespreking van depressiewe gedragsprobleme by kinders en adolessente.

Hoofstuk 3: Teoretiese raamwerk

In hierdie hoofstuk is die teoretiese raamwerk waarop die studie gebaseer is ondersoek. Ek het die ekologiese teorie, sisteemteorie en transteoretiese model bespreek. In harmonie met die voorstaanders van die ekosistemiese teorie het ek die deelnemers aan hierdie studie as aktiewe agente in hulle eie ontwikkeling beskou en data-analise en -interpretasie het dienooreenkomstig geskied. Ander faktore soos persoonlike eienskappe van die deelnemers, die eienskappe van gesinslede, die portuurgroep en ander lede van die skoolkonteks, interaksie tussen deelnemers en ander rolspelers in die verskillende sisteme, die ontwikkelingsfase van elke

deelnemer, asook die tydsraamwerk waarbinne voorgenoemde plaasgevind het, is in ag geneem.

Hoofstuk 4: Navorsingsproses

In hierdie hoofstuk is die proses wat in die navorsing gevolg is in meer besonderhede bespreek. Dit het die Interpretivistiese paradigmatiese perspektief ingesluit, asook die Kwalitatiewe navorsingsontwerp en gevalstudie wat in die studie geïmplementeer is. Die navorsingsmetodologie (die steekproef en tegnieke vir data-insameling en data-ontleding), asook die oordraagbaarheid en vertroubaarheid van die kwalitatiewe komponent is ondersoek. My rol in die navorsing en die etiese maatreëls wat streng gedurende die studie eerbiedig is, is ook kortliks vermeld. Ten slotte is die potensiële betekenisvolheid en beperkings van die studie bespreek.

Hoofstuk 5: Bevindings en besprekings van die studie

Die resultate van die studie is in hierdie hoofstuk bespreek en in verband gebring met die literatuurstudie wat in Hoofstuk 2 onderneem is. Ek het die toepassing bespreek van die Ericksoniaanse benadering tot sandspelterapie vir deelnemers wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar het. Elke terapeutiese sessie, individuele en gesamentlike onderhoud, asook die refleksiejoernale van die deelnemers en die navorser is ontleed, terwyl temas en subtemas geïdentifiseer is. Na die aanvanklike data-ontleding is die geïdentifiseerde temas en subtemas gekategoriseer.

6.3 BEPERKINGS VAN DIE STUDIE

Die beperkings van die studie kan as volg opgesom word:

- Die studie was van beperkte omvang, aangesien slegs ses kinders en/of adolessente by die navorsing betrek is. Die moontlikheid vir veralgemening was dus beperk.
- Die moontlikheid vir veralgemening is verder beperk omdat die ses gevalstudies nie verteenwoordigend was van die hele populasie van kinders

en adolessente wat Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie ontvang nie. Navorsers wat by soortgelyke gevalle betrokke raak kan egter die verloop van die studie en die agtergrond van die probleem in ag neem om te besluit of die benadering vir hulle sinvol mag wees.

- Die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie is 'n nuwe terrein wat nog nie voorheen nagevors is nie.
- Die navorser se eie, subjektiewe interpretasie sou as 'n verdere moontlike beperking beskou kon word, aangesien ander navorsers die resultate moontlik verskillend kon interpreteer. Die navorser het egter hierteen voorsorg probeer tref deur vir Dr. M. Odendaal[36] te vra om as eksterne kodeerder op te tree.
- Een van die deelnemers het psigofarmakologiese middels gebruik, wat newe-effekte teweeggebring het. Hierdie faktor het moontlik my eie resultate betekenisvol beïnvloed.
- Sand as terapeutiese medium het in een geval beperkend op die studie ingewerk, aangesien een van die deelnemers sensoriese integrasie-hindernisse ervaar het en beswaar teen die sand as 'n medium gehad het. Hierdie hindernis het moontlik haar terapeutiese proses belemmer.

6.4 ETIESE OORWEGINGS[37]

Ek het die volgende etiese vereistes in my studie eerbiedig:

- Ek het die doel, aard, verloop en etiese implikasies van die navorsingsprojek aan die deelnemers verduidelik. Deelname aan die studie was vrywillig en ingeligte toestemming is van die deelnemers verkry. Hulle anonimiteit is deurgaans gehandhaaf en die beperkings rakende vertroulikheid is aan hulle verduidelik.
- Die deelnemers is teen fisiese en/of psigologiese leed beskerm.

[36]Dr M Odendaal is 'n kundige op die gebied van Ericksoniaanse terapie sowel as sandspelterapie en het verskeie kursusse oor die onderskeie onderwerpe bygewoon.

[37] Sien Bylaag C vir die etiese klaringsertifikaat wat deur die Fakulteit Opvoedkunde (Universiteit van Pretoria) toegeken is.

- Rou data sal vir 15 jaar gestoor word.

6.5 OPSOMMING VAN RESULTATE (BEVINDINGE)

6.5.1 Tema 1 en subtema 1.1: Deelnemers se belewing van die storievertel-momente

- Die ses deelnemers aan die studie het die geleentheid gehad om deur middel van Ericksoniaanse storievertelling die hindernisse te benoem wat hulle in hul lewens beleef het. Vyf deelnemers was in staat om hul hindernisse te benoem terwyl een deelnemer dit nie kon doen nie (Hoofstuk 5, Tabel 5.3).

- Die deelnemers aan die studie het aanvanklik met depressiewe simptome gepresenteer. Al ses deelnemers het egter na die Ericksoniaanse terapeutiese ingreep (storievertelling) positiewe gevoelens, emosies en luim geopenbaar. Drie van die deelnemers was in staat om hierdie positiewe gevoelens, emosies en luim na hul eie lewensuitkyk oor te dra. Die ander drie deelnemers kon ook die positiewe gevoelens, emosies en luim na hul lewens oordra, maar nie op 'n permanente grondslag nie (Hoofstuk 5, Tabel 5.4).

- Deur middel van die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie was dit belangrik dat die deelnemers 'n veilige plek kon beleef sodat hulle in staat sou wees om dieselfde gevoelens wat hulle tydens terapie ervaar het, ook tuis te ervaar deur na hul veilige plek te gaan. Dit was vir al ses deelnemers moontlik om 'n veilige plek te beleef. Twee van die deelnemers was aanvanklik onseker en het hulp nodig gehad om 'n veilige plek te visualiseer terwyl drie deelnemers se veilige plek gereeld gewissel het (Hoofstuk 5, Tabel 5.5).

6.5.2 Tema 1 en subtema 1.2: Deelnemers se belewing van die sandspel-momente

- Die doel van die sandspelterapie was om vas te stel of die deelnemers se uitbeelding van die storie in die sand hulle kon help om die storie beter te verstaan en hulle te ondersteun om die terapeutiese metafoor in hul eie lewens toe te pas.

- Drie van die ses deelnemers was in staat om die terapeutiese metafoor se betekenis in die sand uit te beeld en op hul lewens van toepassing te maak (Hoofstuk 5, subtema 1.2: iii).

- Vier van die ses deelnemers was aanvanklik onseker voor hulle hul toneel in die sand uitgebeeld het en het heelwat vrae daaroor gevra. Twee van die deelnemers het die proses onmiddellik begryp en geweet wat hulle in die sandbak moes doen (Hoofstuk 5, Tabel 5.7).

- Drie van die deelnemers was stil terwyl hulle hul sandtonele gebou het, terwyl die ander drie gedurende die proses gesels het (Hoofstuk 5, Tabel 5.7).

6.5.3 Tema 2 en subtema 2.1: Deelnemers se verklaring en begrip van die storievertel-momente

- Die deelnemers het nie almal dieselfde verklaring en begrip van die storievertel-momente gehad nie. Al ses deelnemers was in staat om na die Ericksoniaanse benadering tot terapie (storievertelling: terapeutiese metafoor) te luister. Twee van die deelnemers het 'n persoonlike verbintenis met die storie getoon, terwyl twee ander nie 'n persoonlike verbintenis met die storie getoon het nie. Dit wou voorkom asof twee van die deelnemers 'n moontlike verbintenis met die stories gehad het (Hoofstuk 5, tema 2; subtema 2.1: ii).

6.5.4 Tema 2 en subtema 2.2: Deelnemers se verklaring en begrip van die sandspel-momente

- Gedurende hierdie gedeelte het ek ondersoek ingestel na die impak van die sandspelterapie op die deelnemer se begrip en verklaring van die terapeutiese metafoor, asook of die sandspelterapie die deelnemer moontlik kon ondersteun om 'n brug te bou tussen die woorde van die storie en die persoonlike betekenis van die storie.

- Vir drie van die ses deelnemers wou dit blyk asof die sandspelterapie 'n verdieping en begrip meegebring het vir die terapeutiese metafoor wat deur die Ericksoniaanse benadering aan die deelnemer vertel is (Hoofstuk 5, tema 2; subtema 2.2: iii).

- Vir twee deelnemers het sandspel egter nie 'n verdieping en begrip meegebring vir die terapeutiese metafoor wat aan hulle gedurende die Ericksoniaanse benadering tot terapie vertel is nie (Hoofstuk 5, tema 2; subtema 2.2: iii).

- Een van die deelnemers het verkies om die Ericksoniaanse benadering tot terapie (storievertelling: terapeutiese metafoor) te ignoreer en haar eie storie in die sandtonele uit te beeld (Hoofstuk 5, tema 2; subtema 2.2: ii).

6.5.5 Tema 3 en subtema 3.1: Vordering in deelnemers se lewens.

- Ek wou vasstel of die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie moontlik daartoe sou bydra dat kinders en/of adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar vordering toon, en of daar moontlik verligting van die depressiewe simptome sou plaasvind.

- By vier van die ses deelnemers was daar wel vordering te bespeur en het dit gelyk asof hulle depressiewe simptome verminder het as gevolg van die terapeutiese ingreep wat plaasgevind het. By twee van die ses deelnemers kon ek nie vordering bespeur nie en wou dit voorkom asof die terapeutiese ingreep nie verligting van hul depressiewe simptome gebring het nie (Hoofstuk 5, tema 3; subtema 3.1: ii).

6.5.6 Tema 3 en subtema 3.2: Deelnemers se aanvaarding van hul omstandighede

- My uitgangspunt was dat indien die kinders en/of adolessente hul probleme sou kon aanvaar, vooruitgang waarskynlik moontlik sou wees.

- Twee van die deelnemers het aangedui dat hulle in staat was om hul probleme te aanvaar. Een van hulle het na hierdie aanvaarding aangedui dat sy vordering in terapie toon. Die ander deelnemer het nie vordering in terapie getoon nie (Hoofstuk 5, tema 3; subtema 3.2: ii).

- Een deelnemer het aangedui dat sy nie in staat was om haar probleme te aanvaar nie, maar het tog vordering in terapie getoon (Hoofstuk 5, tema 3; subtema 3.2: ii).

- Drie deelnemers het nie aangedui dat daar aanvaarding van hul probleme was nie. Een van die drie het sekere aspekte van haar probleme aanvaar en ander nie. Vir hierdie deelnemer was daar vordering in terapie. Die ander twee deelnemers het nie vordering in terapie getoon wat aanvaarding van hul probleme aanbetref nie (Hoofstuk 5, tema 3; subtema 3.2: ii).

6.5.7 Tema 4 en subtema 4.1: Positiewe reaksie van deelnemers op gekombineerde benadering tot terapie

- Al ses deelnemers aan die navorsing het die storievertel-momente asook die sandspel-momente geniet (Hoofstuk 5, tema 4; subtema 4.1: ii).
- Drie van die ses deelnemers het gereeld in hulle refleksiejoernale gewerk en hul ervarings van die gekombineerde benadering tot terapie daarin opgeteken. Ek toon in Tabel 5.9 die deelnemers se positiewe reaksies op die gekombineerde benadering van terapie aan.

6.5.8 Tema 4 en subtema 4.2: Negatiewe reaksie van deelnemers op gekombineerde benadering tot terapie

- Een van die ses deelnemers aan die studie was nie bereid om gedurende die storievertel-momente oor haar probleme te praat nie (Hoofstuk 5, tema 4; subtema 4.2: ii).
- Twee van die ses deelnemers het weerstand getoon tydens die storievertel-momente van die navorsing asook die sandspel-momente van die navorsing (Hoofstuk 5, tema 4; subtema 4.1: ii).
- Een deelnemer het ’n negatiewe reaksie gehad tydens een van die storievertel-momente (Hoofstuk 5, tema 4; subtema 4.1: ii).
- Een deelnemer het haar eie stories gedurende die sandspelterapie uitgebeeld en nie die storie wat ek vertel het nie (Hoofstuk 5, tema 4; subtema 4.1: ii).

6.6 BEANTWOORDING VAN DIE NAVORSINGSVRAE

In anwoord op my primêre navorsingsvraag, kom ek tot die gevolgtrekking dat die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie wel van waarde mag wees vir sommige kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar. Ek baseer hierdie gevolgtrekking op die volgende:

- Die ses deelnemers wat aan die studie deelgeneem het, het die geleentheid gehad om deur middel van Ericksoniaanse storievertelling die hindernisse te benoem wat hulle in hul lewens beleef het.

- Al ses deelnemers het na die Ericksoniaanse terapeutiese ingreep (storievertelling) positiewe gevoelens, emosies en luim geopenbaar. Hierdie ses deelnemers het onder andere die volgende simptome getoon voordat die terapie 'n aanvang geneem het, maar het egter nie onderskeidelik al hierdie simptome tegelykertyd getoon nie: gemoedstoestandverandering; akademiese hindernisse (konsentrasieprobleme, motiveringsprobleme en energieloosheid); familiekonflik; selfmoordkrisis; somatiese simptome en angs aanvalle. Uit die navorsing blyk dit dat die Ericksoniaanse terapeutiese ingreep (storievertelling) die deelnemers ondersteun het sodat daar verligting vir die voorafgenoemde simptome was direk na afloop van die storievertelling. Die langdurige impak van die terapeutiese ingreep op die deelnemers se onderskeie simptome is nie gemeet nie.

- Die Ericksoniaanse benadering tot terapie gekombineer met sandspelterapie het al ses deelnemers bemagtig om 'n veilige plek te beleef sodat hulle in staat sou wees om dieselfde gevoelens wat hulle tydens terapie ervaar het, ook tuis te ervaar deur na hul veilige plek te gaan. Die een **gemene eienskap** wat die ses deelnemers gehad het ten einde hulle toe te laat om hul veilige ruimte te beleef, was dat al ses **in staat was om te ontspan** gedurende die Ericksoniaanse terapie. Verder kon hul almal hul **verbeelding gebruik om 'n veilige ruimte vir hulself daar te stel** (Hoofstuk 5, tabel 5.5).

- Soos dit blyk uit die bevindinge kon drie van die ses deelnemers deur middel van sandspelterapie 'n **verdieping en begrip toon vir die terapeutiese metafoor** wat deur die Ericksoniaanse benadering aan die deelnemer voorgehou is. Daar is bevind dat die drie deelnemers wat 'n verdieping en

begrip vir die terapeutiese metafoor ervaar het, al drie die **sandspel as ontspannend beleef** het. Uit hul gesprekke wou dit voorkom asof hierdie drie deelnemers hul eie **emosies kon verklaar en daarop kon reageer** (Hoofstuk 5, Tabel 5.9).

- By vier van die ses deelnemers was daar 'n verbetering in hul aanvanklike aanmeldingsimptome te bespeur na afloop van die gekombineerde benadering. Spesifiek het dit geblyk dat depressiewe simptome verminder het as gevolg van die terapeutiese ingreep wat plaasgevind het (Sien Hoofstuk 5, subtema 3.1: iii).

- Volgens die bevindinge van die studie kon twee van die deelnemers aandui dat hulle in staat was om hul probleme te aanvaar. Hoopvol het haar ouers se gesag begin aanvaar (Hoofstuk 5, subtema 3.2: ii) terwyl Skaduwee genoem het dat sy nie meer in die verlede wil leef nie maar wil aanbeweeg met haar lewe (Hoofstuk 5, subtema 3.2: ii).

Kinders en adolessente wat moontlik mag baat vind by die studie, is dus die kind of adolessent wat in staat is om te ontspan gedurende die Ericksoniaanse terapie; wat haar verbeelding kan gebruik om 'n veilige ruimte vir haarself daar te stel; wat 'n verdieping en 'n begrip vir die terapeutiese metafoor toon; wat die sandspel ontspannend beleef; en wat haar emosies kan verklaar asook daarop kan reageer.

Die moontlikheid bestaan dat kinders wat nie daartoe in staat is om die voorafgenoemde te doen nie, moontlik nie baat sal vind by hierdie voorgestelde gekombineerde benadering nie.

Ses sekondêre navorsingsvrae is gestel en word vervolgens individueel bespreek.

a. Wat is die aard van die Ericksoniaanse benadering tot sandspelterapie?

Die aard van die Ericksoniaanse benadering tot sandspelterapie is tweeledig. Gedurende die eerste gedeelte was 'n terapeutiese storie aan die deelnemer

vertel, waarna die deelnemer die terapeutiese storie in die sandbak moes uitbeeld.

b. Wat is die moontlike impak van die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie op kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis toon?

Na afloop van die navorsing wou dit voorkom asof sommige deelnemers wat depressie as ontwikkelingsteurnis getoon het, verligting van hul simptome ervaar het. Skaduwee noem dat die sessies haar kalmte laat ervaar en dat dit vir haar voel asof sy soos 'n veer kan sweef om bo in die lewe uit te kom (Hoofstuk 5, subtema 3.1:ii). Denker noem dat hy soggens nie meer so moeg voel wanneer hy moet opstaan nie maar dat hy vol lewe is (Hoofstuk 5, subtema 3.1:ii).

c. Op watter wyse kan die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie as terapeutiese medium toegepas word tydens terapie aan kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis toon?

Die wyse waarop die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie as 'n terapeutiese medium toegepas kan word, kom ooreen met die antwoord onder a. hierbo. Die benadering is tweeledig. Die eerste gedeelte fokus op die Ericksoniaanse benadering vir terapie waar 'n terapeutiese metafoor aan die deelnemer voorgehou word. Na afloop van die Ericksoniaanse benadering tot terapie word daar van die deelnemer verwag om die terapeutiese metafoor soos wat die deelnemer daarvan sin maak, in die sand uit te beeld.

d. Bestaan daar 'n moontlikheid dat die gebruik van die sandspelterapie na afloop van die Ericksoniaanse benadering tot terapie moontlik daartoe kan lei dat die deelnemer die dieper betekenis van die terapeutiese metafoor wat gedurende die Ericksoniaanse benadering tot terapie vertel is, kan snap en 'n brug kan bou tussen die terapeutiese metafoor en haar persoonlike situasie/omstandighede?

Na afloop van die navorsing blyk dit dat daar wel 'n moontlikheid bestaan dat die gekombineerde benadering daartoe kan lei dat die deelnemer die dieper betekenis

van die terapeutiese metafoor wat gedurende die gekombineerde benadering tot terapie vertel is, kan snap en 'n brug kan bou tussen die terapeutiese metafoor en die deelnemer se persoonlike situasie.

Drie van die ses deelnemers aan die studie was in staat om die terapeutiese metafoor se betekenis in die sand uit te beeld en op hul lewens van toepassing te maak. Hierdie drie deelnemers kon die ervaring wat hulle gedurende die Ericksoniaanse terapie ervaar het op hulself en hul eie situasie en/of omstandighede van toepassing maak en kon hierdie persoonlike ervaring in die sand uitbeeld. Die drie deelnemers het hul emosies verstaan en was nie bang om deur middel van die sandspelterapie uiting aan hul emosies te gee nie. (Hoofstuk 5, tabel 5.6)

e. Watter implikasies hou die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie in vir sielkundiges ten opsigte van praktykstigting?

Die gekombineerde benadering is 'n hulpmiddel vir sielkundiges wat met kinders en adolessente werk wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar. Die gekombineerde benadering stel sielkundiges moontlik in staat om deur die voorgestelde terapeutiese ingreep kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar te ondersteun, en om die depressiewe simptome wat hulle ervaar te verlig. Die simptome wat die deelnemers getoon het voor die terapeutiese ingreep was gemoedstoestandverandering; hindernisse by die skool; familiekonflik; selfmoordkrisis, somatiese simptome en angsaanvalle.

Uit die resultate van die studie blyk dit dat die gekombineerde benadering verligting gebring het vir die depressiewe simptome wat Storieprinses, Skaduwee, Hoopvol, Verlore en Denker ervaar het, soos bespreek is in Hoofstuk 5, subtema 3.1.

f. In watter mate kan hierdie studie (oor die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie as terapeutiese medium tydens terapie aan kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis toon) bydra tot die uitbou van bestaande teoretiese insigte in die Opvoedkundige Sielkunde?

Die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie is twee terapeutiese benaderings wat afsonderlik in terapie toegepas word deur Opvoedkundige Sielkundiges wat spesifiek in die benaderings opgelei is. Die bestaande teoretiese insigte waaroor die Opvoedkundige Sielkundige beskik het betrekking op Ericksoniaanse terapie afsonderlik en sandspelterapie afsonderlik. Die mate waartoe die navorsing die bestaande teoretiese insigte van die Opvoedkundige Sielkunde kan uitbou, is deur die begrip en toepassing van die voorgestelde gekombineerde benadering.

6.7 MOONTLIKE BYDRAE VAN DIE STUDIE

Ek het gehoop dat die studie moontlik daartoe sou bydrae om 'n terapeutiese strategie vir sielkundiges daar te stel om kinders en adolessente te ondersteun wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar. Die kombinasie van die Ericksoniaanse benadering met sandspelterapie het die moontlikhede van beide terapeutiese tegnieke ontgin. Storievertelling, wat by verstek deel van Erickson se benadering was, is deur die kenmerke van sandspelterapie versterk aangesien laasgenoemde nie op direkte verbalisering van die deelnemer se probleme, ervarings en emosies fokus nie.

'n Verdere bydrae wat moontlik deur die navorsing gelewer is, is die ooreenkomste tussen die Ericksoniaanse benadering tot terapie en sandspelterapie (soos vervat in Tabel 2.3) wat nog nie voorheen in die literatuur opgesom is nie.

6.7.1 Verdere bydrae van die studie

- Die storie van die Ligbal (Bylae B) kan aan kliënte tydens die eerste terapeutiese ingreep vertel word, aangesien die terapeutiese metafoor die kliënt in staat stel om op 'n nie-bedreigende manier die probleme wat sy ervaar te benoem.
- Moedig die kliënt aan om haar refleksiejoernaal te gebruik en daarin aan te teken ten einde die terapeut in staat te stel om te bepaal of die kliënt die terapeutiese metafoor verstaan het.

- Fokus aan die begin van elke daaropvolgende terapeutiese sessie op wat die kliënt in haar refleksiejoernaal aangeteken het. Dit mag die terapeut moontik in staat stel om te bepaal waar die kliënt blokkasies in terapie ervaar wat haar verhinder om te groei.
- Maak die kliënt se familie selfs meer betrokke by die terapeutiese ingreep. Dit mag selfs sinvol wees om 'n familie-ingreep te beplan waar almal saam na 'n terapeutiese metafoor luister en die metafoor in 'n sandtoneel uitbeeld.
- Neem genoeg tyd om die kliënt in te lig oor wat van haar verwag word gedurende die terapeutiese ingreep, sodat haar onsekerheid kan verminder wanneer sy met sandspelterapie begin.
- Gee meer aandag aan die bepaalde simboliek wat die kliënt toedig aan die miniatuurfigure wat in die sand gebruik word.

6.8 AANBEVELINGS

Aanbevelings kan gemaak word met verwysing na die praktyk, verdere navorsing en opleiding.

6.8.1 Aanbevelings vir praktyk

Waar dit moontlik is in die **praktyk,** word voorgestel dat onderhoude gedurende terapie met alle belanghebbende persone (ouers, onderwysers, portuurgroep, arbeidsterapeut, spraakterapeut, ensovoorts) gevoer word ten einde te bepaal of daar beweging plaasgevind het vandat die deelnemer die terapeutiese ingreep ontvang het. Dit blyk wenslik te wees om na afloop van die terapeutiese ingreep verdere onderhoude met die betrokke persone te voer, ten einde te bepaal of die terapie al die areas wat in die aanvanklike onderhoud geïdentifiseer is aangespreek het.

Ek beveel sterk aan dat beide die terapeut en die deelnemer refleksiejoernale gebruik omdat dit dien as bron van verwysing gedurende terapeutiese ingrepe om vas te stel of die doelwit(te) van die onderskeie sessies suksesvol bereik is. Vir jonger kinders wat nog nie kan lees of skryf nie, sal dit nie moontlik wees om 'n refleksiejoernaal te hou nie. Wanneer die terapeut die refleksiejoernaal van die deelnemer lees, behoort

die terapeut 'n aanduiding te kry of die deelnemer 'n brug tussen die terapeutiese metafoor en 'n persoonlike begrip van die metafoor kon bou.

Die terapeut behoort genoeg tyd te bestee om aan die deelnemer te verduidelik presies wat van haar verwag word gedurende die terapeutiese ingrepe. Dit geld veral die sandspelterapie, sodat die deelnemer nie onseker voel oor wat haar te doen staan nie.

6.8.2 Aanbevelings vir verdere navorsing

Vir **verdere navorsing** word die volgende navorsingsmoontlikhede voorgestel:

- Navorsing in verband met die impak van die Ericksoniaanse benadering tot sandspelterapie met die oog op die behandeling van ander ontwikkelingshindernisse wat kinders en adolessente ervaar, byvoorbeeld angsversteurings, ten einde vas te stel of die gekombineerde benadering van waarde sal wees vir ander ontwikkelingshindernisse as depressie.
- Wanneer die gekombineerde benadering verder nagevors word, kan die navorser gedurende die sandspelterapie meer fokus op die simboliek van die miniatuurfigure wat die deelnemer tydens sandspelterapie gebruik.
- Ten einde die moontlikheid van veralgemening te beperk, kan die navorser besluit om die aantal deelnemers aan die navorsing te vergroot.
- Die bevinding dat slegs die simptome van sekere deelnemers verlig is, is waardevol. Verdere navorsing mag gerig word op die aard van die dinamika van die terapie wat groter verligting meegebring het en waarom die benadering effektief was vir sekere deelnemers en nie ander nie.

6.8.3 Aanbevelings vir verdere opleiding

Met verwysing na **opleiding** kan die navorser aanbeveel dat sielkundiges opgelei moet word om 'n begrip te hê vir die Ericksoniaanse benadering tot terapie en om die benadering te verstaan in hul terapeutiese prosesse met deelnemers. Sielkundiges behoort opleiding in sandspelterapie te ondergaan alvorens die gekombineerde

benadering tot terapie gebruik word vir kinders en/of adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.

6.9 REFLEKTIEWE OPMERKINGS: MY NAVORSINGSMETODOLOGIE

Indien ek die studie sou oordoen, sou ek die volgende veranderings wou aanbring:

- Ek sou die storie van die Ligbal (Bylae B) aan al die deelnemers tydens die eerste terapeutiese ingreep vertel, aangesien die terapeutiese metafoor die deelnemer in staat stel om op 'n nie-bedreigende manier die probleme wat sy ervaar te benoem.
- Ek sou deelnemers meer aanmoedig om hul refleksiejoernale te gebruik en daarin aan te teken – op welke manier dit vir die deelnemer aanvaarbaar is – wat haar ervaring gedurende die terapeutiese ingreep was, ten einde my in staat te stel om te bepaal of die deelnemer die terapeutiese metafoor verstaan het.
- Ek sou tydens die begin van elke daaropvolgende terapeutiese ingreep fokus op wat die deelnemer in haar refleksiejoernaal aangeteken het. Dit mag my moontik in staat stel om te bepaal waar die deelnemer blokkasies in terapie ervaar wat haar verhinder om te groei.
- Ek sou die deelnemer se familie selfs meer betrokke wil maak by die terapeutiese ingreep. Dit mag selfs sinvol wees om 'n familie-ingreep te beplan waar almal saam na 'n terapeutiese metafoor luister en die metafoor in 'n sandtoneel uitbeeld.
- Ek sou meer tyd neem om die deelnemer in te lig oor wat van haar verwag word gedurende die terapeutiese ingreep, sodat ek haar onsekerheid kan verminder wanneer sy met sandspelterapie begin.
- Ek sou meer aandag gee aan die bepaalde simboliek wat die deelnemer toedig aan die miniatuurfigure wat in die sand gebruik word.

6.10 SAMEVATTING

Die bevindings van die gevalstudies waarop die navorsing gebaseer is, het die impak verduidelik van die Ericksoniaanse benadering tot sandspelterapie op kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar. My gevolgtrekking na afloop van die studie is dat die ingreep positiewe gevolge vir meeste deelnemers gehad het.

Uit my studie is dit duidelik dat die bepaling van die aanvangshindernis deur middel van onderhoude en die inkorporering van die verbandhoudende inligting in die terapeutiese proses voordelig en suksesvol was. Die samevoeging van navorsing sluit gewoonlik 'n aanduiding in van hoe die resultate ooreenstem met of verskil van vergelykbare studies. Omdat hierdie studie egter 'n benadering gevolg het wat, sover vasgestel kon word nog nie vantevore in navorsing toegepas is nie, was so 'n vergelyking nie moontlik nie.

Dit was vir my 'n voorreg om met die kinders en adolessente wat bereid was om aan die studie deel te neem, te werk. Ek het die grootste waardering en lof vir hul insette en eerlikheid. Sonder hul deelname sou hierdie studie nie moontlik gewees het nie. Al die deelnemers aan die studie het op 'n unieke manier hul harte en lewens vir 'n oomblik oopgesluit en my binnegelaat. Die seer wat ek saam met sommige deelnemers beleef het, het my diep geraak en selfs verander. Ek sluit my studie af met die woorde van Michelangelo, wat in 'n mate my oorkoepelende terapiedoelwit met hierdie kinders verwoord.

I saw the angel in the marble
and carved until I set him free.

Michelangelo Buonarroti

(1475-1564)

BIBLIOGRAFIE

Abrams, R. (2009). *Electroconvulsive therapy*. 4th Edition. Oxford: Oxford University Press.

Allen, R.P. (2004). *Scripts and strategies in hypnotherapy. The complete works.* Williston: Crown House Publishing.

Altamura, A. & Percudani, M. (1993). The use of antidepressants for long-term treatment of recurrent depression: rationale, current methodologies and future directions. *Journal of Clinical Psychiatry*, (54), 1-23.

Amatruda, K. & Simpson, P.H. (2000). *Sandplay, the sacred healing. A guide to symbolic process.* New Mexico: Trance Sand Dance Press.

American Psychiatric Association (APA). (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-IV-TR.* 4th Edition. New York: APA.

American Psychiatric Association (APA). (2007). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-IV-TR*. 4th Edition. New York: APA.

Amman, R. (1991). *Healing and transformation in sandplay: creative processes become visible.* Illinois: Open Court Publishing Company.

Anderson, H.H. & Anderson, G.L. (Eds.) (1951). *An intoduction to projective techniques.* New York: Prentice Hall.

Bandler, R. & Grinder, J. (1976). *The structure of magic.* New York: Science and Behavior Books.

Bandler, R. & Grinder, J. (1979). *Frogs into princes: neuro-linguistic programming.* New York: Real People Press.

Bandler, R. & Grinder, J. (1982). *Reframing: neuro-linguistic programming.* New York: Real People Press.

Bandler, R. & Grinder, J. (1997). *Patterns of the hypnotic techniques of Milton H. Erickson, MP.* New York: Metamorphous Press.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy in changing societies*. Cambridge: Cambridge University Press.

Bandura, A., Pastorelli, C., Barbaranelli, C. & Caprara, G.V. (1999). *Self efficacy. Pathways to childhool depression.* Cambridge: Cambridge University Press.

Banyan, C.D. & Kern, G.F. (2001). *Hypnosis and hypnotherapy: basic to advanced techniques and procedures for the professional.* Minnesota: Abbot Publishing House Inc.

Barlow, D.H. & Durand, V.M. (1995). *Abnormal psychology.* London: Brooks/Cole Publishing Company.

Barlow, D.H. & Durand, V.M. (2005). *Abnormal psychology.* 4th Edition. London: Brooks/Cole Publishing Company.

Barrett, D. (2010). *Hypnosis and hypnotherapy.* California: Greenwood Publishing group.

Battino, M.S. & South, T.L. (2002). *Ericksonian approaches: a comprehensive manual.* London: Crown House Publishing.

Beck, A.T. & Alford, B.A. (2009). *Depression: causes and treatment.* 2nd Edition. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F. & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression.* New York: Guilford Press.

Beck, J.S. (2005). *Cognitive therapy for challenging problems: what to do when the basics don't work.* New York: Guilford Press.

Becham, E. & Leber, W. (Eds.) (1995). *Handbook of depression.* New York: Guilford Press.

Becvar, D.S. & Becvar, R.J. (2009). *Family therapy: a systemic integration.* 7th Edition. Boston: Allyn & Bacon/Pearson.

Bellak, L. & Abrams, D.M. (1997). *The thematic apperception test. The children's apperception test and the senior apperception technique in clinical use.* 6th Edition. Boston: Allyn and Brown.

Benner, P. (Ed.) (1994). *Embodiment, caring and ethics in health and illness.* New York: SAGE Publications.

Berlinger, N.T. (2005). *Rescuing your teenager from depression.* New York: Guilford Press.

Best, J.W. & Kahn, J.V. (2006). *Research in education.* New York: Allyn & Bacon.

Bettelheim, B. (1975). *The use of enchantment.* New York: Alfred Knopf.

Bloomberg, L.D. (2008). *Completing your qualitative dissertation: a roadmap from beginning to end.* California: Sage Publications.

Boeije, H. (2010). *Analysis in qualitative research*. London: Sage Publications.

Boik, B.L. & Goodwin, E.A. (2000). *Sandplay therapy. A step-by-step manual for psychoterapists of diverse orientations.* New York: John Wiley & Sons, Inc.

Bradway, K. & McCoard, B. (1997). *Sandplay: silent workshop of the psyche.* New York: Routledge.

Brandell, J.R. (2000). *Of mice and metaphors.* New York: Basic Books.

Brink, H.J. (2001). *Fundamentals of research methodology for health professionals.* Johannesburg: Juta Publishers.

Brinkmann, S. & Kvale, S. (2008). Ethics in qualitative psychological research. In: Willig, C. & Rogers, W.S. (Eds.), *The SAGE handbook of qualitative research in psychology* (pp. 263-279). London: Sage Publications.

Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *American Psychologist*, (32), 513-531.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: experiments by nature and design.* New York: Harvard College.

Bronfenbrenner, U. (2005). (Ed.) *Making human beings human: bioecological perspectives of human develoment.* Californa: SAGE Publications.

Brooks, R. & Goldstein, S. (2002). *Raising resilient children.* New York: McGraw Hill Companies.

Bryant, M. & Mabbutt, P. (2006). *Hypnotherapy for dummies.* West Sussex: John Wiley & Sons Ltd.

Bucher, J.A. (1999). *The application of problem-solving therapy to psychosocial oncology care*. New York: The Haworth Medical Press.

Burns, N. & Grove, S.K. (1993). *The practice of nursing research conduct: critique and utilization.* 2nd Edition. Philadelphia: W.B. Saunders.

Butcher, J.N. (2009). *Oxford handbook of personality assessment.* Oxford: Oxford University Press.

Butcher, J., Mineka, S. & Hooley, J.M. (2007). *Abnormal Psychology.* 14th Edition. Oxford: Oxford University Press.

Burns, G.W. (2005). *One hundred and one stories for kids and teens.* Using metaphors in therapy. New Jersey: John Wiley & Sons Inc.

Burns, G.W. (Ed.) (2007). *Healing with stories. Your casebook collection for using therapeutic metaphors.* New York: John Wiley & Sons.

Burns, G.W. (2009). *Happiness, healing, enhancement*. New York: John Wiley & Sons.

Cameron-Bandler, L. & Gordon, D. (1978). *Therapeutic metaphors.* New York: Meta Publications.

Capra, F. (1982). *The turning point: science, society and the rising culture*. New York: Oxford Press.

Capucci, D. & Gross, D.R. (1999). *Counseling and psychotherapy.* Oxford: Oxford University Press.

Cara, E. & MacRae, A. (2005). *Psychosocial occupational therapy, a clinical practice.* Canada: Thomson Delmar Learning.

Carey, L.J. (1999). *Sandplay therapy with children and families.* London: Jessica Kingsley Publishers.

Carey, L.J. (2006). *Expressive and creative arts methods for trauma survivors.* London: Jessica Kingsley Publishers.

Carey, L.J. (2010). Death of a grandparent or parent. In: Webb, N.B & Doka, K.J. (Eds.), *Helping bereaved children: a handbook for practitioners* (pp. 51-68). New York: Guilford Press.

Carey, L.J. (2011). *A salty lake of tears. A soul journey.* New York: Fisher King Press.

Carlson, T.D. & Erickson, M.J. (2003). *Spirituality and family therapy*. Phoenix: Zeig, Tucker & Theisen Inc.

Carr, A. (2004). Positive psychology. *The science of happiness and human strengths.* New York: Brunner Routledge.

Chips, A. (2004). (Ed.) *Clinical hypnotherapy: a transpersonal approach*. New Delhi: Sterling Publisher (Pty) Ltd.

Christophersen, E.R. & Mortweet, S.L. (2001). *Treatments that work with children. Empirically supported strategies for managing childhood problems*. Washington: Sheridan Books.

Cohen, L., Manion, L. & Morrison, K. (2002). *Research methods in education.* 5th Edition. London: Routledge Falmer.

Compton, W.C. (2005). *Introduction to positive psychology*. United Kingdom: Thomson Publishers.

Conn, J.H. (1939). The child reveals himself through play. *Mental Hygiene*, (23), 1-21.

Connole, H., Smith, B. & Wiseman, R. (1993). *Issues and methods in research.* Australia: Distance Ecuation Centre.

Corey, G. (2008). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. 8th Edition. Belmont: Thompson Brooks/Cole.

Crabtree, B.F. & Miller, W.L. (1998). *Doing qualitative research*. 2nd Edition. London: SAGE Publishers.

Crenshaw, D.A. (2007). *Evocative strategies in child and adolescent psychotherapy.* Maryland: Rowman and Littlefield Publishers, Inc.

Creswell, J.W. (2003). *Qualitative inquiry and research design. Choosing among five approaches.* London: Sage Publications.

Creswell, J.W. (2005). *Qualitative inquiry and research design. Choosing among five approaches.* London: Sage Publications.

Creswell, J.W. (2009). *Research design: a qualitative, quantitative and mixed methods approaches.* 2nd Edition. California: Sage Publications.

Cronkite, R. & Moos, R. (1995). Life context, coping processes and depression. In: Beckham, E. & Leber, W. (Eds.), *Handbook of depression* (pp. 569-587). New York: Guilford Press.

Cryan, J.F. & Leonard, B.E. (2010). *Depression: from psychopathology to pharmacotherapy.* Switzerland: Reinhardt & Druck, Basel.

Cummings, E.M. & Davies, P. (2010). *Marital conflict and children. An emotional security perspective.* New York: Guilford Press.

Daley, D.C. & Zuckoff, A. (1999). *Improving treatment compliance: counseling and systems strategies.* Minnesota: Stanton Publication Services Inc.

Damluji, N.F., Downey, M.L. & Sievert, R.R. (2005). *Feeling terrific: four strategies for overcoming depression using mood regulation therapy.* New York: iUniverse.

DeBattista, C. & Schatzberg, A. (1995). Somatic therapy. In: Glick, I. (Ed.), *Treating depression* (pp. 153-181). San Francisco: Jossey-Bass.

De Domenico, G.S. (2002). Sandtray-Worldplay. *Sandtray Network Journal*, 6(1), 214-234.

Degun-Mather, M. (2006). *Hypnosis, dissociation and survivors of child abuse: understanding and treatment.* West Sussex, John Wiley & Sons, Ltd.

De Vos, A.S. (Ed.) (1998). *Research at grass roots: A primer for the caring professions.* Pretoria: Van Schaik Publishers.

Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. (1998). *The landscape of qualitative research: theories and issues.* California: Sage Publishers.

Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. (2003). *The landscape of qualitative research. Theories and issues.* 2nd Edition. California: Sage Publishers.

Donald, D., Lazarus, S. & Lolwana, P. (2002). *Educational psychology in South Africa.* Cape Town: Oxford University Press.

Dowd, T. & Rugle, L. (Eds.). (1999). *Comparative treatments of substance abuse.* New York: Springer Publishing Company Inc.

Drewes, A. A. (2009). (Ed.) *Blending play therapy with cognitive behavioral therapy.* New Jersey: John Wiley & Sons Inc.

Drydan, W. (2007). (Ed.) *Dryden's handbook of individual therapy.* 5th Edition. London: SAGE Publication Ltd.

Drydan, W. & Neenan, M. (2006). *Rational emotive behaviour therapy: 100 key points and techniques.* New York: Routledge.

Dubovsky, S. (1997). *Mind-body deceptions: the psychosomatics of everyday life.* New York: Norton.

D'Zurilla, T.J. & Nezu, A.M. (2006). *Problem-solving therapy: a positive approach to clinical intervention.* 3rd Edition. New York: Springer Publishing Company.

Edgette, J.H. & Edgette, M.P.H. (1995). *The handbook of hypnotic phenomena in psychoterapy*. New York: Brunner/Mazel Publishers.

Egan, G. (1998). The skilled helper. *A problem-management approach to helping.* 6th Edition. London: Brooks/Cole Publishing Company.

Elias, J. (2006). *Finding true magic. Transpersonal hypnosis and hypnotherapy.* New York: Five Wisdoms Press.

Engle, D. & Arkowitz, H. (2006). *Ambivalence in psychotherapy: facilitating readine.* New York: Guilford Publication Inc.

Emunah, R. (1994). *Acting for real: drama therapy process, technique and performance.* New York: Brunner/Routledge.

Everett, C.A. & Lee, R.E. (Eds.) (2006). *When marriages fail: systemic family therapy interventions and issues.* New York: Haworth Press, Inc.

Erickson, M. (1954). Pseudo-orientation in time as a hypnotherapeutic procedure. In: Rossi, E. (Ed.), *The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis* (pp. 397-423). New York: Guilford Press.

Erickson, M. (1980). A therapeutic double bind utilizing resistance. In: Rossi, E. (Ed.), *The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis* (pp. 229-232). New York: Guilford Press.

Feist, J. & Feist, G.J. (2009). *Theories of personality.* 7th Edition. Boston: McGraw Hill Higher Education.

Fieldman, M. & Bettis, J. (2009). *Doubt, conviction and the analytical process: selected papers of Michael Fieldman*. London: Routledge.

Flick, U. (2009). *An introduction to qualitative research.* London: Sage Publications.

Forgashi, C. & Copeley, M. (2008). *Healing the heart of trauma and dissociation with EMDR and ego state therapy*. New York: Springer Publishing Company.

Freedman, J. & Combs, G. (1990). *Narrative therapy: the social construction of preferred realities.* New York: W.W. Norton & Company.

Freud, S. (1962). *The complete psychological works of Sigmund Freud*. London: Hogarth Press.

Friedberg, R.R., McClure, J.M. & Garcia, J.H. (2009). *Cognitive therapy techniques for children and adolescents*. New York: Springer Publishing Company.

Friedman, H.S. & Mitchell, R.R. (Eds.) (2008). *Supervision of sandplay therapy*. London: Routledge.

Frisch, M.B. (2006). *Quality of life therapy: applying a life satisfaction approach to positive psychology.* New York: John Wiley & Sons.

Gabbard, G.O., Beck, J.S. & Holmes, J. (2007). *Oxford textbook of psychotherapy.* Oxford: Oxford University Press.

Gardner, R.A. (1986). *Therapeutic communication with children: the mutual storytelling technique.* New York: Science House Inc.

Geary, B.B. & Zeig, J.K. (Eds.) (2001). *The handbook of Ericksonian psychotherapy.* Phoenix: The Milton H. Erickson Foundation Press.

Geldard, K. & Geldard, D. (2002). *Counselling children. A practical introduction.* London: Sage Publications.

Gerstein, J. (2002). Metaphors for living: stories and related experiential exercises for individual, group and family growth. New York: Wood & Barnes Publishing.

Gilligan, S.G. (1989). *Therapeutic trances. The cooperation principle in Ericksonian hypnotherapy.* New York: Brunner/Mazel Publishers.

Gilligan, S.G. (2003). *The legacy of Milton H. Erickson: selected papers of Stephen Gilligan.* Phoenix: Zeig, Tucker & Theisen Inc.

Glesne, C. & Pehkin, A. (1991). *Becoming qualitative researchers: an introduction.* New York: Longman.

Glick, I. (Ed.) (1995). *Treating depression.* San Francisco: Jossey-Bass.

Goldman, A.L. (2006). *Simulating minds: the philosophy, psychology and neuroscience of mindreading.* Oxford: Oxford University Press.

Gordon, D. (1978). *Therapeutic metaphors.* California: Meta Publications.

Gotlib, I.H. & Hammen, C.L. (Eds.) (2009). *Handbook of depression.* 2nd Edition. New York: Guilford Press.

Gross, J.J. & Thompson, R.A. (2007). Emotion regulation: conceptual foundations. In: Gross, J.J. (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 34-39). New York: Guilford Press.

Guba, J. (2009). Paradigmatic controvercies, contradictions and emerging confluences revisited. In: Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. (Eds.), *The SAGE handbook of qualitative research* (191-216). 3rd Edition. California: SAGE.

Guion, L.A. (2002). *Triangulation: Establishing the validity of qualitative studies.* [elektroniese weergawe] Beskikbaar by: http://www.geocities.com [Datum besoek: 2009-04-11].

Gullotta, T.P., Adams, G.R. & Ramos, J.M (2005). *Handbook of adolescent behavioural problems: evidence-based approaches to prevention and treatment.* New York: Guilford Press.

Haley, J. (1993). *Uncommon therapy: the psychiatric techniques of Milton H. Erickson.* New York: Brunner/Mazel, Inc.

Haley, J. (1994). Typically Erickson. In: Zeig, J.K. (Ed.), *Ericksonian methods. The essence of the story* (pp. 3-24). New York: Brunner/Mazel, Inc.

Hartshorne, K. (1992). *Crisis and challenge: black education 1910-1990*. Cape Town: Oxford University Press.

Havens, R.A. (2003). *The wisdom of Milton H. Erickson*. London: Crown House Publishing, Ltd.

Havens, R.A. & Walters, C. (2002). *Hypnotherapy scripts. A neo-ericksonian approach to persuasive healing.* New York: Brunner-Routledge.

Hees-Stauthamer, J. (2005). Sandplay: zandspeltherapie volgens de methode van Dora Kalff. *Journal of Sandplay Therapy*, 40(1), 132-143.

Hepworth, D.H., Rooney, R.H., Rooney, G.D., Strom-Gottfried, K. & Larsen, J. (2009). *Direct social work practice: theory and skills.* 8th Edition. Belmont: Brooks/Cole, Lengage Learning.

Hersen, M. (2004). *Comprehensive handbook of psychological assessment.* Canada: John Wiley & Sons.

Hills, P.J. (1986). *Teaching, learning and communication.* Kent: Croom Helm Ltd.

Holloway, I. & Wheeler, S. (1996). *Qualitative research for nurses*. Oxford: Blackwell Science.

Hong, G. (2011). *Sandplay therapy: research and practice.* New York: Routledge.

Horner, A.J. (2005). *Dealing with resistance in psychotherapy*. New York: Springer Publishing Company.

Hughes, L. & Lavery, M. (2004). *Critical thinking: an introduction to the basic skills*. 4th Edition. Canada: C. Broadview Press Ltd.

Hunter, C.R. (2000). *The art of hypnotherapy.* 2nd Edition. New York: Springer Publishing Company.

Hunter, C.R. & Tebbetts, C. (2000). *The art of hypnosis: mastering basic techniques.* 3rd Edition. New York: Springer Publishing Company.

James, U. (2010). *Clinical hypnosis textbook. A guide for practical intervention.* 2nd Edition. London: Radcliffe Publishing Ltd.

Janesick, V.J. (2000). *Handbook of qualitative research.* 2nd Edition. London: Sage.

Johnson, J.E., James, F.C. & Wardle, F. (2005). *Play, development and early education.* New York: Marcel Dekker Inc.

Kaelber, C.T., Moul, E. & Farmer, M.E. (1995). Epidemiology of depression. In: Beckham, E.E. & Leber, W.R. (Eds.), *Handbook of depression* (pp. 3-36). 2nd Edition. New York: Guilford Press.

Kalff, D.M. (1980). *Sandplay. A psychotherapeutic approach to the psyche.* California: Sigo Press.

Kalff, D.M. (1991). Introduction to sandplay therapy. *Journal of Sandplay Therapy*, 1(1), 34-47.

Kalff, D.M. (2003). *Sandplay. A psychotherapeutic approach to the psyche*. California: Temenos Press.

Kalff, D.M. (2004). *Jungian sandplay therapy.[*Elektroniese weergawe] Beskikbaar by: http://www.theresebimka.com/Articles.htm. [Datum besoek: 2006/2/11].

Kalff, D.M. (2007). Sandplay. A contribution from C.J. Jung's point of view on child therapy. *Journal of Sandplay Therapy*, (16), 50-54.

Kanter, J.S. (Ed.) (1996). *Clinical depression during addiction recovery: process, diagnosis and treatment*. New York: Marcel Dekker Inc.

Kaslow, F. (Ed.) (1996). *Handbook of relational diagnosis and dysfunctional family patterns.* New York: John Wiley & Sons.

Keeves, J.P. & Sowden, S. (1997). Analysis of evidence in humanistic studies. In: Walberg, H.J. & Haertel, G.D. (Eds.), *The international encyclopedia of educational evaluation* (133-154). London: Oxford Press.

Kellermann, P.F. & Hudgins, M.K. (Eds.) (2001). *Psychodrama with trauma survivors. Acting out your pain.* USA: Jessica Kingsley Publishers.

Kierkegaard, S. (1950). *The pont of view.* London: Oxford University Press.

Klenke, K. (2004). *Qualitative research in the study of leadership.* London: Emerald Group Publishing Ltd.

Klippstein, H. (Ed.) (1991). *Ericksonian hypnotherapeutic group inductions.* New York: Brunner/Mazel Publishers.

Knaus, W.J. (2011). *The cognitive behavioral workbook for depression. A step by step program.* Pennsylvania: University of Pennsylvania Press.

Kohen, P. & Murray, K. (2006). Depression in children and youth. In: Yapko, M.D. (Ed.), *Hypnosis and treating depression: applications in clinical practice.* (pp. 189-216). New York: Routledge.

Kokkonen, M. & Pulkkinen, L. (2001). Examination of the paths between personality, current mood, its evaluation and emotional regulation. *European Journal of Personality*, 15(2), 83-104.

Krefting, L. (1991). Rigor in qualitative research: The assessment of trustworthiness. *The American Journal of Occupational Therapy*, 45(3), 214-221.

LaBay, M. (2003). *Hypnotherapy: a client-centered approach*. Louisiana: Pelican Publishing Company.

Landreth, G.L. (2002). Play therapy. *The art of the relationship.* 2nd Edition. New York: Brunner/Routledge.

Lankton, S.R. (Ed.) (1989). Ericksonian hypnosis: application, preparation and research. New York: Brunner/Mazel, Inc.

Lankton, S.R. (1985). *Elements and dimensions of an Ericksonian approach.* Philadelphia: Brunner/Mazel, Inc.

Lankton, S.R. (2004). *Assembling Ericksonian therapy. The collected papers of Stephen Lankton.* Phoenix: Aeig, Tucker & Theisen Inc.

Lankton, S.R. & Lankton, C.H. (1983). T*he answer within: a clinical framework of ericksonian hypnotherapy.* New York: Brunner-Routledge.

Leedy, P.D. & Omrod, J.E. (2001). *Practical research: planning and design.* New York: Brunner/Routledge.

Leonard, V.W. (1994). A heideggerian phenomenological perspective on the concept of person. In: Benner, P. (Ed.), *Embodiment, caring and ethics in health and illness* (pp. 43-63). New York: SAGE Publications.

Lesaffre, E. & Verbeke, G. (2007). Clinical trials and intervention studies. *Health Education Quarterly.* 16(2), 315-330.

Levine, P.A. (1997). *Waking the tiger. Healing trauma*. California: North Atlantic Books.

Levine, P.A. & Kline, M. (2007). *Trauma through a child's eyes. Awakening the ordinary miracle of healing.* California: North Atlantic Books.

Lichtman, M. (2009). *Qualitative research in education: a user's guide.* California: Sage Publishers.

Lindlof, T.R. & Taylor, B.C. (2002). *Qualitative communication research methods.* California: Sage Publishers.

Lopez, S.J., Snyder, C.R., & Rasmussen, H. (2003). Striking a vital balance: developing a complementary focus on human weakness and strength through positive psychological assessment. In: Lopez, S.J. & Snyder, C.R. (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 30-49). 1st Edition. Washington: American Psychological Association.

Loue, S. (2008). *The transformative power of metaphor in therapy.* New York: Springer Publishing Group.

Louw, D.A. & Van Ede, D.M. (1998). *Human development.* 2nd Edition. Cape Town: Kagiso Tertiary.

Lovern, S. (1994). Multiple addictions, multiple personalities: an Ericksonian inspired view. In: Zeig, J.K. (Ed.), *Ericksonian methods:* the essence of the story (pp. 433-444). New York: Brunner/Mazel Inc.

Lowe, R.D. (2004). *Family therapy: a constructive framework.* London: SAGE Publications Ltd.

Lowenfeld, M. (2005). *Child psychotherapy, war and the normal child: selected papers of Margaret Lowenfeld*. Brighton: Sussex Academic Press.

Luber, M. (2009). *Eye movement desensitization and reprocessing*. New York: Springer Publishing Company.

MacMillan, J.H. & Schumacher, S. (2001). *Research in education: A conceptual introduction.* 5th Edition. New York: Addison Wesley Longman, Inc.

Maguire, J. (1985). *Creative storytelling: choosing, inventing and sharing tales for children.* New York: McGraw-Hill.

Malchiodi, C.A. (1999). *Medical art therapy with adults.* London: Jessica Kingsley Publishers Ltd.

Maree, J.G. (2007). *Persoonlike mededeling*, Universiteit van Pretoria, 10 April 2007.

Maree, K. (Ed.) (2007). *First steps in research*. Pretoria: Van Schaik Publishers.

Maree, J.G. & Beck, G. (2004). Using various approaches in career counselling for traditionally disadvantaged (and other) learners: some limitations of a new frontier. *Suid-Afrikaanse Tydskrif vir Opvoedkunde*, 23(4), 80-87.

Maree, J.G. & van der Westhuizen, C. (2009). *Head start in designing research proposals in the social context.* Pretoria: Van Schaik Publishers.

Markowitz, J.C. (2004). *Interpersonal Psychotherapy for Dysthymic Disorder.* Arlington: American Psychiatric Publishing Inc.

Marshall, C. & Rossman, G.B. (2010). *Designing qualitative research*. 5th Edition. London: SAGE Publications.

Matthews, W.J. (1999). The case of Paul: A systematic approach to Ericksonian utilization and therapeutic change. In: Dowd, T. & Rugle, L. (Eds.), *Comparative treatments of substance abuse* (pp. 131-159). New York: Springer Publishing Company Inc.

Mauthner, M. Birch, M. Jessop, J. & Miller, T. (2003). *Ethics in qualitative research.* London: Sage Publications.

Maxwell, J.A. (1996). *Qualitative research design.* California: SAGE Publications.

Mayan, M.J. (2001). *An introduction to qualitative methods: a training module for students and professionals.* London: SAGE Publications.

McCarthy, D. (2008). *Speaking about the unspeakable: non-verbal methods and experiences in therapy with children.* London: Jessica Kingsley Publishers Ltd.

McNally, R.J. (2005). *Remembering trauma.* New York: Harvard University Press.

McNally, R.J. (2011). *What is mental illness?* New York: Harvard University Press.

Meloy, J.M. (2002). *Writing the qualitative dissertation: understanding by doing.* 2nd Edition. New York: Routledge.

Miller, G. (2004). *Learning the language of adiction counselling*. 2nd Edition. New Jersey: John Wiley & Sons.

Mills, J.C. & Crowley, R.J. (2001). *Therapeutic metaphors for children and the child within.* New York: Brunner-Routledge.

Mitchell, R.R. & Friedman, S. (1994). *Sandplay: past, present and future.* London: Routledge.

Mondimore, F. (1993). *Depression: the mood disease.* Baltimore: Johns Hopkins University Press.

Montessori, M. (1914). *Dr. Montessori's own handbook.* New York: Frederick A. Stokes.

Moragne, W. (2011). *Depression.* New York: Lerner Publication Group.

Mouton, J. (2003). *How to succeed in your masters and doctoral studies. A South African guide and resource book.* Pretoria: Van Schaik Publishers.

Mowrer, E.A. (1961). *An end to make-believe.* London: Routledge.

Murray, C. & Lopez, A. (1997). *Global mortality, disability and the contribution of risk factors: global burden of disease study.* Baltimore: The John Hopkins University Press.

Naudé, H. (2005). *Persoonlike mededeling*, Universiteit van Pretoria, 2 November 2005.

Neuberger, J. (2000). The educated patient: new challenges for the medical profession. *Journal of Internal Medicine*, 24(7), 6-10.

Neuman, W.L. (2000). *Social research methods. Qualitative and quantitative approaches.* 4th Edition. London: Allyn & Bacon.

Nieuwenhuis, J. (2007). Introducing qualitative research. In: Maree, K. (Ed.), *First steps in research* (pp. 47-66). Pretoria: Van Schaik Publishers.

Norcross, J.C & Goldfried, M.B. (2005). *Handbook of psychotherapy integration.* 2nd Edition. New York: Oxford University Press.

Norton, C.C. (1997). *Reaching children through play therapy. An experiential approach.* Denver: The Publishing Cooperative.

Oaklander, V. (1988). *Windows to our children.* United States of America: The Gestalt Journal Press.

Oaklander, V. (2006). *Hidden treasure: a map to the child's inner self.* United Kingdom: Karnac Books.

O'Conner, R. (1999). *Undoing depression.* New York: Berkley Books.

Odendaal, F.F., Schoonees, P.C., Swanepoel, C.J., Du Toit, S.J. & Booysen, C.M. (1979). *Verklarende handwoordeboek van die Afrikaanse taal.* 2de Uitgawe. Johannesburg: Perskor-Boekdrukkery.

Odom, S.L., Horner, R.H., Snell, M.E., Blacher, J. (2007). *Handbook of developmental disabilities.* New York: Guilford Press.

O'Donohue, W. & Cummings, N.A. (Eds.) (2006). *Clinical strategies for becoming a master psychotherapist*. London: Elsevier Inc.

O'Hanlon, B. (1994). The third wave. *Family Therapy Networker*, (Nov/Dec), 1-16.

Olds, L.E. (1992). *Metaphors of interrelatedness: toward a systems theory of psychology*. New York: University of New York.

Olness, K. & Kohen, D.P. (1996). *Hypnosis and hypnotherapy with children.* 3rd Edition. New York: Guilford Press.

Pajares, F. & Urclan, T.C. (2006). *An empirical study of the self-efficacy beliefs of adolescents.* New York: Guilford Press.

Payne, M. (2006). *Narrative therapy: an introduction for counsellors*. 2nd Edition. California: Sage Publishers.

Pearce, J. (1977). *Magical child*. New York: Bantam Publishers.

Pearson, M. & Wilson, H. (2001). *Sandplay and symbol work. Emotional healing and personal development with children, adolescents and adults*. Melbourne: Australian Council for Educational Research Ltd.

Pervin, L.A. & John, O.P. (1997). *Personality. Theory and research*. 7th Edition. New York: John Wiley & Sons, Inc.

Pequegnat, L. & Stover, J.A. (2006). *Clinical trials.* [Elektroniese weergawe] Beskikbaar by: http://www.prsinfo,clinicaltrials.gov/definitions.html. [Datum besoek: 2009-09-22].

Piaget, J. (1951). Play, dreams and imitation in childhood. New York: Norton Press.

Piantanida, M. & Garman, N.B. (1999). *The qualitative dissertation: a guide for students and faculty.* California: Corwin Press Inc.

Plug, C., Louw, D.A., Gouws, L.A. & Meyer, F.W. (1991). *Psigologiese woordeboek.* Kaapstad: Heinemann Publishers (Pty) Ltd.

Polit, D. & Hungler, P. (1987). *Nursing research: principles and methods.* Philadephia: Lippincott.

Prendergast, M. (2006). *Understanding depression*. London: Penguin Books.

Prochaska, J.O. & Norcross, J.C. (2007). *Systems of psychotherapy. A transtheoretical analysis*. 6th Edition. United States: Brooks & Cole.

Richardson, L. (1994). Writing: a method of inquiry. In: Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 931-943). Thousand Oaks: Sage Publications.

Robin, A.L. & Foster, S.L. (2003). *Negotiating parent-adolescent conflict: a behavioral family system approach.* New York: Guilford Press.

Rogers, C.R. (1997). *On becoming a person. A therapist's view of psychotherapy.* London: Constable & Company Ltd.

Rosen, S. (1988). What makes Ericksonian therapy so effective? In: Zeig, J.K. & Lankton, S.R. (Eds.), *Developing Ericksonian therapy* (pp. 5-21). State of the art. New York: Brunner/Mazel, Inc.

Rossi, E.L. (1972). Psychological shocks and creative moments in psychotherapy. *American Journal of Clinical Hypnosis*, (16), 9-22.

Rossi, E.L. (1980). (Ed.) *Innovative hypnotherapy by Milton H. Erickson.* London: Irvington Publishers, Inc.

Rossi, E.L. (1985). *Milton H. Erickson:* The cheerful work ethic of an American farm boy. *Milton H. Erickson Foundation Newsletter*, (24), 9.

Rossman, G.B. & Rallis, S.F. (2003). *Learning in the field: an introduction to qualitative research.* London: SAGE Publishers.

Rowley, D.T. (1986). *Hypnosis and hypnotherapy.* Surry Hills: Croom Helm Australia Pty. Ltd.

Ruggiero, E.N. (2007). *A closet full of sweaters: a phenomenological examination of the use of therapeutic metaphor in mother-preadolescent daughter relationships.* New Jersey: John Wiley & Sons Inc.

Rutter, M., Bishop, D., Pine, D., Scott, S., Stevenson, J.S., Taylor, E.A. & Thapa, A.T. (2008). *Rutter's child and adolescent psychiatry.* Massachusetts: Blackwell Publishing Ltd.

Schaffer, D., Psych, F.R.C. & Waslick, B.D. (Eds.) (1999). *The many faces of depression in children and adolescents.* Washington: American Psychiatric Publishing Inc.

Schaffer, D.R. (1999). *Developmental psychology.* 5th Edition. London: Brooks/Cole Publishing Company.

Schaefer, C.E., McCormick, J. & Ohnogi, A. (2005). *International handbook of play therapy advances in assessment, theory, research and practice.* New York: Jason Aronson.

Schaffer, D.R. & Kipp, K. (2009). *Developmental psychology: childhood and adolescence.* 8th Edition. New York: Guilford Press.

Schulberg, H., Katon, W., Simon, G. & Rush, A. (1998). Treating major depression in primary care practise. *Archives of General Psychiatry*, 49(1), 34-41.

Schulberg, H. & Rush, A. (1994). Clinical practice guidelines for managing major depression in primary care practice: implications for psychologists. *American Psychologist,* 49(1) 34-41.

Seale, C. (2000). The quality of qualitative research. Sage Publications: London.

Seligman, M. (1989). Explanatory style: predicting depression, achievement and health. In: Yapko, M. (Ed.), *Brief therapy approaches to treating anxiety and depression* (pp. 5-32). New York: Brunner/Mazel.

Seligman, M. (1990). *Learned optimism.* New York: Knopf.

Seligman, L. (2006). *Theories of counseling and psychotherapy: systems, strategies and skills.* New York: Pearson Prentice Hall.

Short, D., Erickson, B.A. & Klein, R. (2005). *Hope and resiliency. Understanding the psychotherapeutic strategies of Milton H. Erickson*. United Kingdom: Crown House Publishing Limited.

Siegelman, E.Y. (1990). *Metaphor and meaning in psychotherapy*. New York: Guilford Press.

Siegelman, E.Y. (1993). *Metaphor and meaning in psychotherapy.* New York: Guilford Press.

Sillerman, D. (2010). *Doing qualitative research.* 3rd Edition. London: Sage Publications.

Smith, J.M. (1995). *Intermediate accounting.* New York: South-Western College Publishing.

Solomon, J.C. (1938). Active play therapy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 8(3), 479-498.

Solomon, J.C. (1940). Active play therapy: further experiences. *American Journal of Orthopsychiatry*, 10(4), 763-781.

Solomon, J.C. (1951). Therapeutic use of play. In: Anderson, H.H. & Anderson, G.L. (Eds.), *An introduction to projective techniques* (pp. 639-661). New York: Prentice Hall.

Snyder, D.K. & Whisman, M.A. (Eds.) (2003). *Treating difficult couples: helping clients with co-existing mental and relationship disorders*. New York: Guilford Press.

Stake, R.E. (2000). Case studies. In: Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. (Eds.), The landscape of qualitative research. *Theories and issues* (pp. 121-144). 2nd Edition. California: SAGE Publishers.

Steinhardt, L. (2000). *Foundation and form in Jungian sandplay.* London: Jessica Kingsley Publishers Ltd.

Sternberg, R.J. (1995). *In search of the human mind.* United States of America: Harcourt Brace & Company.

Sternberg, R.J. (2001). *In search of the human mind.* United States of America: Harcourt Brace & Company.

Stevens, D., Merikangas, K. & Merikangas, J. (1995). Comorbidity of depression and other medical conditions. In: Beckham, E. & Leber, W. (Eds.), *Handbook of depression* (pp. 147-199). New York: Guilford Press.

Strydom, J. (2002). *Distribution management*. Cape Town: New Africa Books.

Sunderland, M. (2004). *Using storytelling as a therapeutic tool with children.* Oxford: Speechmark Publishing Ltd.

Teglasi, H. (2001). *Essentials of TAT and other storytelling techniques assessment.* New York: John Wiley & Sons, Inc.

Terre Blanche, M. & Durrheim, K. (2002). *Research in practice: applied methods for the social sciences*. Cape Town: University of Cape Town Press.

Thase, M. & Glick, I. (1995). Combined treatment. In: Glick, I. (Ed.), *Treating depression* (pp. 183-208). San Francisco: Jossey Bass.

Thase, M. & Howland, R. (1995). Biological processes in depression: an updated review and integration. In: Beckham, & Leber, W. (Eds.), *Treating depression.* (pp. 213-279). San Francisco: Jossey Bass.

Thomson, L. (2005). *Harry the hypno-potamus. Metaphorical tales for the treatment of children.* Wales: Crown House Publishing.

Tsugawa, H. (2000). Play as therapeutic metaphors: Ericksonian play therapy. *The Japanese Journal of Brief Psychotherapy*, 9(1), 18-38.

Tyrer, P. & Silk, K.R. (2008). *Cambridge textbook of effective treatments in psychiatry.* New York: Cambridge University Press.

Van der Kolk, B.A., McFarlane, A.C. & Weisaeth, L. (Eds.) (1996). *Traumatic stress: the effects of overwhelming experience on mind, body and society.* New York: Guilford Press.

Van Dyk, A. (1995). *Transpersonal sandplay therapy.* http://www.sandplay.net [Datum besoek: 2008-02-12].

VanFleet, G.O., Sywulak, A.E., Sniscak, C.C. & Guerney, L. (2010). *Child centered play therapy.* New York: Guilford Press.

Van Niekerk, P.A. (1986). *Ortopedagogiese diagnostiek.* Lansdowne: Citadel Pers.

Vaughn, S., Schumm, J.S. & Sinagub, J. (1996). *Focus group interviews in education and psychology.* California: Sage Publications Inc.

Veroff, J., Douvan, E. & Kulka, R.A. (1981). *Mental health in America.* New York: Basic Books.

Vithal, R. & Jansen, J.D. (2002). *Designing your first research proposal.* Cape Town: Juta & Co. Ltd.

Von Bertalanffy, L. (2003). *General system theory: foundations, development and applications.* New York: Haworth Press Inc.

Wake, L. (2010). *Role of brief therapy.* London: Studio Publishing Services Ltd.

Walberg, H.J. & Haertel, G.D. (Eds.) (1997). T*he international encyclopedia of educational evaluation.* London: Oxford Press.

Waterman, B. (2003). *The birth of an adoptive, foster or stepmother: beyond biological mothering attachments*. London: Jessica Kingsley Publishers Ltd.

Webb, N.B. & Doka, K.J. (2010). *Helping bereaved children: a handbook for practitioners.* 3rd Edition. New York: Guilford Press.

Weinrib, E.L. (1983). *Images of the self. The sandplay therapy process.* Massachusetts: Sigo Press.

Weissman, M.M., Markowitz, J.C. & Klerman, G.L. (2007). *Clinicians's quick guide to interpersonal psychotherapy.* Arlington: American Psychiatric Publishing Inc.

Weitzenhoffer, A.M. (2000). *The practice of hypnotism.* 2nd Edition. Canada: John Wiley & Sons Inc.

Welch, E.T. (2011). *How to look up when you're feeling down*. New York: New Growth Press.

Werner-Wilson, R.J. (2001). *Developmental-systemic family therapy with adolescents.* New York: Haworth Clinical Practice Press, Inc.

Westbrook, L. (1994). Qualitative research methods: a review of major strategies, data analysis techniques, and quality controls. *Library and Information Science Research*, (16), 241-254.

Westen, D. (1992). *Psychology. Mind, brain and culture.* New York: John Wiley & Sons, Inc.

Wilens, T.E. (Ed.) (2008). *Straight talk about psychiatric medications for kids*. 3rd Edition. New York: Guilford Press.

Willig, C. & Rogers, W.S. (Eds.) (2008). *The SAGE handbook of qualitative research in psychology.* London: Sage Publishers.

Wilson, K.G., Hayes, S.C. Strosahl, K.D. (2003). *Acceptance and commitment therapy: an experiential approach to behavior change.* New York: Guilford Press.

Wimmer, R.D. & Dominick, J.D. (2006). *Mass media research.* 8th Edition. Belmont: Thomson Wadsworth.

White, M. (2007). *Maps of narrative practice.* Adelaide: Dulwich Centre Publishers.

White, M. & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends.* Adelaide: Dulwich Centre Publishers.

Wicks-Nelson, R. & Israel, A.C. (2000). *Behaviour disorders of childhood.* 4th Edition. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.

Yalom, I.D. (2008). *The gift of therapy. Reflections on being a therapist*. London: Mackays of Chatham Ltd.

Yapko, M.D. (Ed.) (1989). *Brief therapy approaches to treating anxiety and depression.* New York: Brunner / Mazel, Inc.

Yapko, M.D. (1994). *When living hurts: directives for treating depression.* New York: Brunner – Routledge.

Yapko, M.D. (1995). *Essentials of hypnosis.* New York: Brunner/Mazel, Inc.

Yapko, M.D. (1997). *Breaking the patterns of depression.* New York: Doubleday.

Yapko, M.D. (1999). *Hand-me-down blues: how to stop depression from spreading in families.* New York: St. Martin's Griffin.

Yapko, M.D. (2001). *Breaking the patterns of depression*. New York: Broadway Books.

Yapko, M.D. (2003). (Ed.) *Trancework. An introduction to the practice of clinical hypnosis.* 3rd Edition. New York: Brunner/ Routledge.

Yapko, M.D. (Ed.) (2006). *Hypnosis and treating depression: applications in clinical practice.* New York: Routledge.

Yapko, M.D. (2011). *Mindfulness and hypnosis: the power of suggestion to transfrom experience.* New York: W.W. Norton & Company.

Yin, R.K. (1989). Case study research, design and methods. *Applied social research methods series.* Volume 5, 2nd Edition. London: Sage Publications.

Yin, R.K. (2011). *Qualitative research from start to finish.* Guilford Press: New York.

Zeig, J.K. (Ed.) (1980). *Teaching seminar with Milton H. Erickson*. New York: Brunner/Mazel, Inc.

Zeig, J.K. & Lankton, S.R. (1988). *Developing Ericksonian therapy: state of the art.* Phoenix: Brunner/Mazel.

Zeig, J.K. (Ed.) (1994). *Ericksonian methods. The essence of the story.* New York: Brunner/Mazel Inc.

Zeig, J.K. & Munion, W.M. (1999). *Milton H. Erickson.* London: Sage Publications.

BYLAE

Bylaag A: [1]

- Onderskeie deelnemers se agtergrondinligting, onderhoude en terapeutiese ingrepe
- Reflektiewe dagboek van deelnemers
- Reflektiewe dagboek van navorser

Bylaag B:

- Terapeutiese stories

Bylaag C:

- Etiese klaringsertifikaat

Bylaag D:

- Skriftelike toestemming van die deelnemers en hul ouers

Bylaag E:

- Verklaring van oorspronklikheid

[1] Die transkripsies van die deelnemers word ingesluit in DVD formaat.

BYLAAG A: DEELNEMERS SE AGTERGRONDINLIGTING, ONDERHOUDE EN TERAPEUTIESE INGREPE

DEELNEMER A: STORIEPRINSES

DEELNEMER A: STORIEPRINSES

AGTERGRONDINLIGTING

Die deelnemer[2] – van nou af genoem Storieprinses – is 'n 7-jarige Engelssprekende dogter in Graad 1 en die oudste van twee kinders. Na haar moeder se afsterwe woon Storieprinses by haar vader. Haar grootouers aan moederskant woon permanent in Willowmore (Wes-Kaap), maar bly tydens skooltermyne by die gesin om die vader met die twee kinders te help. Die kinders bring egter skoolvakansies by hulle grootouers op Willowmore deur, aangesien hul vader heelwat uithuisig is as gevolg van sy beroep.

Ek bespreek vervolgens kortliks die agtergrondinligting soos verskaf deur Storieprinses se moeder voor haar tragiese ongeluk. Storieprinses se moeder het haar aanvanklik gebring vir 'n skoolgereedheidsevaluasie. Dit was van die begin af duidelik dat daar 'n besonderse band tussen Storieprinses en haar moeder is. Die gesin het van die Wes-Kaap af na Gauteng verhuis nadat Storieprinses se vader 'n werksgeleentheid hier aanvaar het. Die gesin se uitgebreide familie woon steeds in die Wes-Kaap en hulle het min familie ondersteuning in Gauteng. Dit was vir Storieprinses se moeder aanvanklik moeilik om aan te pas in Gauteng. Storieprinses se moeder was 'n onderwyseres en aangesien sy nie bedags tuis was om na haar om te sien nie, het die ouers besluit om Storieprinses in 2008 in 'n kleuterskool te plaas. Sy het egter moeilik aangepas en haar ouers het besluit om Storieprinses eerder tuis te laat bly en het 'n dagmoeder aangestel om na haar om te sien. In 2009 het hulle besluit om Storieprinses terug te plaas in die kleuterskoolmilieu maar volgens Storieprinses se moeder was dit weer vir haar dogter moeilik om emosioneel aan te pas. Sy het genoem dat Storieprinses gespanne voorgekom het in die week wanneer sy kleuterskool toe moes gaan. Sy sou byvoorbeeld in die aande bid dat sy moes sterk wees en opstaan teen haar maatjies. Sy het selfs vir 'n rukkie snags enurese gehad.

Volgens Storieprinses se moeder word sy maklik deur ander maatjies beïnvloed en wou dit vir haar voorkom asof Storieprinses maklik sou toegee aan sosiale druk. Storieprinses se moeder het genoem dat die maatjie waarmee Storieprinses by die kleuterskool gespeel het nie wou toelaat dat Storieprinses met enige ander maatjie speel nie en dat Storieprinses haar dit laat welgeval het. Hierdie gedrag het Storieprinses se moeder bekommer aangesien dit vir haar gevoel het asof Storieprinses nie selfstandig kan optree nie.

Storieprinses se moeder het genoem dat sy haar as 'n dromertjie opsom, en dat dit soms nodig was om hard met haar te praat ten einde haar aandag te bekom. Volgens haar moeder het Storieprinses dit moeilik gevind om te konsentreer, veral wanneer sy moes tuiswerkies doen. Sy was bekommerd oor Storieprinses aangesien sy negatiewe selfspraak geuiter het en

[2] Ten einde my deelnemers se privaatheid te beskerm, gebruik ek skuilname.

byvoorbeeld sou opmerk dat sy nie die werk kan doen nie; dat sy nie goed is met werkies nie, of dat sy dom is.

Storieprinses se moeder het vertel dat Storieprinses 'n baie godsdienstige dogtertjie is wat heelwat vrae rondom godsdiens vra - veral met betrekking tot die dood. Haar moeder het ook gevoel dat sy baie afhanklik van haar is, en dit het haar bekommer. Volgens haar moeder was Storieprinses glad nie opgewonde oor die koms van haar boetie nie en het sy moeilik daarby aangepas. Haar moeder het gevoel dat sy haar boetie slegs verdra en dat sy nie eintlik van hom hou nie. Sy het gedink dat Storieprinses sedert haar boetie se geboorte afgeskeep voel aangesien hy 'n allergie het waaraan haar moeder heelwat aandag moet gee.

Volgens my evaluasie in 2009 wou dit voorkom asof Storieprinses basiese lewensonsekerheid en eksplorasie-onwil toon. Sy het haarself as ontoereikend ervaar en tekens van angstigheid getoon. Sy het haarself op daardie stadium as fisies en emosioneel swak ervaar, alhoewel sy graag fisies en emosioneel sterk wou wees. Storieprinses het 'n behoefte getoon aan liefde, aanvaarding en beskerming. Sy het onseker geblyk ten opsigte van sosiale situasies en dit was asof sy negatiewe scenarios in haar kop afspeel en reeds vooraf besluit hoe 'n sekere situasie gaan verloop alvorens dit gebeur het.

Slegs 'n maand of wat na hierdie aanvanklike evaluasie het Storieprinses se moeder tragies verongeluk. Die gesin was oppad na die Wes-Kaap om die vakansie by Storieprinses se materne grootouers deur te bring. Storieprinses se moeder het besluit om die kinders per bus te neem aangesien die kinders nog nie voorheen in 'n bus gery het nie. Hulle sou Storieprinses se vader, wat met die motor sou deurry, daar ontmoet. Nie ver van hul huis af nie het die busbestuurder beheer oor die bus verloor en het die bus omgeval. Storieprinses en haar gesin het bo gesit. Storieprinses se moeder het klaarblyklik vir Aiden (Storieprinses se boetie) op haar skoot vasgehou terwyl Storieprinses en hul dagmoeder voor hulle gesit het. Volgens haar vader het dit gelyk asof Storieprinses se moeder nie haarself met haar hande kon beskerm nie aangesien sy haar hande en lyf gebruik het om vir Aiden te beskerm. Storieprinses se moeder is op slag oorlede. Drie persone het hul lewens verloor in die ongeluk; Storieprinses, haar boetie en hul oppasser het egter fisies ongedeerd daarvan afgekom.

Storieprinses se gedrag het na die ongeluk verander. Sy was in haarself gekeer en wou met niemand praat nie. Sy wou nie meer skool toe gaan nie en het net in die huis gebly waar sy die hele tyd in haar moeder se kamer wou wees en tussen haar goedjies wou bly. Sy het geen eetlus gehad nie en kon nie snags slaap nie. Storieprinses se vader het haar vir terapie gebring.

ONDERHOUDE EN TERAPEUTIESE INGREPE

Ek besef dat my interpretasie plek-plek baie subjektief mag voorkom, maar ek is primêr konstruktivisties ingestel en verwerp derhalwe die idee van absolute waarheid (*absolute truth*) (Patton & McMahon, 1999). Soos hierdie outeurs, glo ek dat geen navorser die realiteit kan observeer sonder om ten diepste en op 'n subjektiewe en deelnemende wyse by die navorsing betrokke te raak nie.

Die terapeutiese ingreep het uit sewe sessies bestaan.

Sessie 1: onderhoud 1, terapie 1

In hierdie afdeling word die doelwitte en verloop van die sessie bespreek, asook die refleksie van die navorser.[3]

Doelwit(te) van die sessie

Die hoofdoelwit van hierdie sessie was om Storieprinses bekend te stel aan sandspelterapie. Storieprinses het ongelooflike trauma ervaar vanweë die ongeluk en haar moeder se afsterwe. Ek gaan vandag slegs sandspelterapie doen sonder Ericksoniaanse storievertelling en poog om vas te stel wat in haar binneste aangaan sonder dat ons nodig het om daaroor te gesels.

Verloop van die sessie

Ek stel Storieprinses bekend aan sandspelterapie. Gedurende die sandspelterapie vertel sy hardop die storie wat sy uitbeeld. Dit wou voorkom asof dit vir haar moeilik was om op 'n spesifieke storielyn te konsentreer. Storieprinses het heelwat rondgeval tussen storielyne. Haar storie was gekenmerk deur spoke en monsters en haar sandbak het haar emosionele toestand uitgebeeld: alles was deurmekaar en omgegooi en daar was geen orde nie. Dit wou voorkom asof sy haar eie gedagtes, wat sy nie kon orden nie, in die sand uitgebeeld het. Heelwat aggressie het na vore gekom in hierdie toneel.

Storieprinses se stories is gekenmerk deur skielike gevaar, maar dan ook deur iemand wat onmiddellik daar is om te red:

> *The ghost scared the princess but then there came a horse to help the princess.*
>
> 20 Julie 2009:2

Ek het 'n ondertoon van vrees opgemerk. Dit was verder opvallend dat Storieprinses mense laat doodgaan in haar storie, maar dat hulle telkens weer lewendig word:

[3] Storieprinses wou nie 'n refleksiejoernaal aanhou nie. Hierdie besluit is gerespekteer.

> *Then the skeleton came – prepare for your doom – and killed the bride. And then the ugly witch made her alive. Then everybody covered her with sand and she was in the sand because it was sandy, it was in the desert. Then he dig down to where he found the bride. Then he found the bride, and he said: "Wow!"*
>
> 20 Julie 2009: 8

Dit wil ook voorkom asof Storieprinses nie haar moeder se dood aanvaar het nie en glo dat sy moontlik gaan terugkom.

In 'n ander toneel klop 'n dogtertjie om by 'n deur in te gaan. Sy kan egter nie; net die mamma kan by die deur ingaan. Die gevoel is so hartseer. Die dogtertjie kan ook nie by die mamma uitkom nie:

> *Then here knocked a girl. She was standing there: "Knock, knock, knock". The mother opened the door very slowly. She said: "Come in". Oh, then she couldn't fit in through the door, only the mommy can.*
>
> 20 Julie 2009: 6

Daar kom aanhoudend teenstellings en vinnige wisseling in vandag se storie voor.

Die storielyn verander na 'n ongelukstoneel. Hierdie is so ongelooflik heilig. Dit is werklik asof sy die ongelukstoneel herleef. Almal in die wêreld moet terugstaan omdat daar 'n ongeluk was.

> *Everybody in the world need to stand back, because everybody need to saw what happened. The tall tower started tumbling. The mermaid was standing there and the tall tower fell on the mermaid. "Oh no!". Then they covered the mermaid, but the girl want to see the mermaid because she is covered in blood. And then the mermaid went with the ambulance and the ambulance took her away. Do you know who lift the tall tower up? This girl.*
>
> 20 Julie 2009: 9

Storieprinses verander die storie scenario na 'n huistoneel:

> *The man was left alone in the house and he was so sad that he didn't have anyone in the house.*
>
> *... and then he had to live all by himself. And then it was so, so miserable. Very, very miserable.*
>
> *... if only he had a wife he will be so much happier.*
>
> 20 Julie 2009: 17

My refleksie

Storieprinses was nog altyd 'n borrelende dogtertjie. Vandag het sy nie oogkontak gemaak nie en het lusteloos voorgekom. Stories was nog altyd vir Storieprinses heerlik en vandag gaan ek haar toelaat om haar eie storie te vertel. Wanneer Ericksoniaanse hipnoterapie gekombineer word met sandspelterapie is die verloop van die terapie sodanig dat ek 'n storie vertel wat die deelnemer daarna in die sand moet uitbeeld. Dit wil egter vir my voorkom asof Storieprinses nie by so 'n verloop gaan baat vind vandag nie en ek glo dat sy nodig het om haar eie gedagtes uit te leef deur middel van die sandspelterapie. Ek voel gemaklik om hierdie benadering te volg aangesien Geary en Zeig (2001:173) dit duidelik stel dat Ericksoniaanse terapeute elke persoon as uniek sien. Die Ericksoniaanse benadering vereis spontaniteit en die benutting van die deelnemer se unieke hulpbronne, persoonlike geskiedenis en spesifieke reaksies. Alhoewel Storieprinses haar eie gedagtes in die sand uitbeeld respekteer ek steeds die beginsels van die Ericksoniaanse benadering tot terapie.

Storieprinses het haar in haar sandspelstorie ingeleef. Wat opvallend was, was hoe deurmekaar elke toneel was. Dit wou voorkom asof sy haar eie gedagtes wat sy nie kan orden nie, in die sand uitbeeld.

In die storielyne vandag is iemand die hele tyd in gevaar. Sodra die gevaar 'n hoogtepunt bereik kom daar 'n held wat die slagoffer red. Alhoewel daar 'n ondertoon van vrees en aggressie is, gaan niemand vir altyd dood nie. Wanneer iemand doodgemaak word, gebeur daar 'n wonderwerk en die persoon lewe weer. Kan dit wees dat Storieprinses nie haar moeder se dood aanvaar het nie en glo dat sy gaan terugkom? Dit wil vir my voorkom asof die meermin wat in die stories voorkom moontlik Storieprinses se moeder voorstel. Op 'n stadium in een van die verhale is die meermin vasgevang in die see en swem sy vir altyd daar, maar sy is gelukkig. Is dit moontlik simbolies van haar moeder wat sy ervaar as vasgevang iewers waar sy haar nie kan sien nie, maar dat sy glo haar moeder is gelukkig daar waar sy is?

In die toneel waar die dogtertjie nie by die moeder kan uitkom nie al klop sy hoe hard, voel dit vir my asof dit is wat Storieprinses ervaar. Dit maak nie saak hoe hard sy wens en bid dat haar moeder moet terugkom nie, sy kan net nie by haar uitkom nie.

Storieprinses beeld in haar storie mense en dinge uit wat onder die sand begrawe word, maar dan weer opgegrawe word en lewe. Dit is asof die aanhoudende begrawe en opgrawe 'n hipnotiese herhalende ritueel is wat veronderstel is om haar te suiwer. Dit laat my dink dat hoewel sy haar moeder se begrafnis beleef het en gesien het hoe haar moeder ter aarde bestel is, sy dit nie aanvaar as die werklikheid nie. Dit is asof daar 'n wonderwerk moet plaasvind aangesien almal wat begrawe word weer later opgegrawe word en lewe. Haar werklikheid op hierdie stadium is dat haar moeder moontlik nie vir altyd weg is nie, maar weer gaan terugkeer. Die tonele wat Storieprinses bou laat my hart breek vir hierdie pragtige dogtertjie wat so vroeg in haar lewe soveel smart moet ervaar. Is dit moontlik om die las vir haar ligter te maak?

Een van haar stories wat Storieprinses vandag uitbeeld is baie duidelik 'n herlewing van die ongeluk. Sy noem dat almal in die wêreld moet terugstaan omdat daar 'n ongeluk was. Kan dit wees dat dit vir haar moeilik is om te sien hoe almal normaalweg met hul lewens aangaan terwyl sy diepe smart beleef? Mag dit wees dat sy net wil hê dat almal saam met haar moet treur en dat die wêreld moet sien watter groot tragedie voor haar kinderogies afgespeel het? In hierdie storie kom die simboliek van die meermin, wat ek glo haar moeder voorstel, sterk na vore. Die groot toring val op die meermin, net soos die groot bus wat op haar moeder geval het. Die meermin word toegemaak, soos wat haar moeder by die ongelukstoneel toegemaak is. Dit kom voor asof hierdie beeld haar ontstel aangesien sy die meermin se gesig wil sien, maar die meermin is so vol bloed dat dit nie moontlik is nie en dan neem die ambulans die meermin weg. Die manier waarop Storieprinses se vader die ongeluk beskryf het, kom ooreen met dit wat Storieprinses vandag in die sandspel uitbeeld. Dit is so ongelooflik hartseer. Hierdie klein mensie was so lief en afhanklik van haar moeder en het haar so grusaam verloor. Die lewe is werklik nie regverdig nie. Wat so verskriklik is, is dat dit vandag in haar sandspel na vore gekom het dat Storieprinses skuldig voel omdat sy haar moeder nie kon red nie. In haar storie tel die dogtertjie die groot toring van die meermin af op:

> *"Oh, you know who lift the tall tower up? It's the girl."*

20 Julie 2009: 10

Kan so 'n klein mensie hierdie emosionele warboel aanhoudend beleef en herleef sonder dat daar permanent letsels oorbly? In haar storie oorleef die meermin omdat die dogtertjie haar gered het. Is dit wat Storieprinses oor en oor in haar gedagtes afspeel?

Storieprinses eindig haar stories met 'n man wat hartseer is omdat hy nie 'n vrou het nie. Die man praat met homself en sê dat hy soveel gelukkiger sou wees indien hy 'n vrou gehad het. Dit wil voorkom asof Storieprinses nie net haar eie hartseer probeer verwerk nie, maar dat sy ook die pyn raaksien wat haar vader ervaar.

Storieprinses was gedreineer na hierdie sessie. Daar was soveel emosie en die storielyne was intens. Hoe help ek hierdie dogtertjie wat die anker van haar lewe verloor het? Daar is tog nie woorde nie. Daar is niks wat ek kan doen of sê om haar beter te laat voel nie. Ek voel so hulpeloos.

Deelnemer se refleksie

Storieprinses wou nie 'n refleksiejoernaal aanhou nie en ek het haar wense gerespekteer.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: gevaar, geen aanvaarding van dood
- Emosies: vrees, hartseer, hoop, angs
- Gevoelens: magteloosheid, verligting, aggressie, ongeloof, vasgelopenheid, eensaamheid
- Behoefte: versugting en soeke na geluk
- Hulpbronne: redding van buite haarself; verbeelding
- Uiting van patologie: depressie.

Sessie 2: onderhoud 2, terapie 2

Doelwit(te) van die sessie

Die hoofdoelwit van hierdie sessie was om Storieprinses bekend te stel aan Ericksoniaanse storievertelling gekombineer met sandspelterapie. Ek het met hierdie sessie gepoog om Storieprinses se slapeloosheid in terapie aan te spreek.

Verloop van die sessie

Ek het vir Storieprinses die verhaal vertel van *Brownie Bat* (Thomson, 2005: 37). Die storie handel oor ’n vlermuis wat nie kon slaap nie. Die vlermuis woon in die dieretuin en word deur die dieretuin se veearts ondersteun wat vir hom ’n ontspanningstegniek leer om te volg sodat hy makliker aan die slaap kan raak (Bylaag A). Ek doen die tegnieke gedurende die storie met Storieprinses. Dit is wonderlik om vir Storieprinses stories te vertel. Sy leef haar in elke storie in en gee bydraes van haar kant af.

Na die hipnoterapie het ek gevra dat Storieprinses hierdie storie in die sand moes uitbeeld. Storieprinses het egter besluit om haar eie storie in die sand te bou. Ek laat Storieprinses toe om haar eie storie in die sand uit te beeld.

Storieprinses begin haar storie met spinnekoppe wat sy almal in die sand begrawe. Sy begrawe die meeste van die speelgoedfiguurtjies en grawe hulle daarna weer op. Sy begrawe die spinnekoppe en noem dat hulle vir ewig onder die sand gaan bly en dat niemand hulle kan uithaal nie. Saam met die spinnekoppe word mense ook onder die sand begrawe, maar hulle word die volgende dag gered.

A sandstorm came and just, just, just covered the spiders and stuff. It just covered the spiders and then the spiders couldn't ever get out. They were trapped there forever. The sandstorm covered all the people and the spiders in the sand and sand and sand and sand and sand and sand and sand and sand and sand. And tomorrow they can be found.

27 Julie 2009: 15

Storieprinses verander die scenario van haar storie na 'n troue, maar die bruid sterf. Die bruidegom tel haar op en sy lewe skielik weer.

And then the ... she was still and then she just fell off and then she died. He picked her up and they danced and they danced.

27 Julie 2009: 16,17

Die meermin vorm weer 'n deel van die storie soos die vorige keer. Vandag word die meermin in die see begrawe. 'n Dogtertjie val saam met die meermin in die see en die meermin red die dogtertjie. Die vader red die meermin uit die see, maar die meermin gaan weer dood.

I went under the sea. I just screamed and screamed. She flipped me and flipped me and then he started to dig and dig and pick her up and put her here.

... so you killed her.

27 Julie 2009: 17,18

Die storielyn verander en die man wil met die ballerina trou, maar die meermin kom en eet die ballerina op.

He's going to marry this one. He's going to marry this one. And they danced and danced all around. The mermaid ate the ballerina and the ballerina was dead.

27 Julie 2009: 18

Die troutoneel word vandag herhalend uitgebeeld. Die meermin land telkens in die water en dan probeer die man haar red of hy swem dieper en dieper agter haar aan. Die meermin kom elke keer uit die water uit en dan trou sy en die man. Die ballerina word die een wat die meermin se blomme vang.

Nadat Storieprinses haar toneel afgehandel het vertel ek 'n opvolgstorie van 'n pragtige ballerina wat nie kon slaap nie en waarom dit belangrik was dat sy moes slaap (Bylaag B).

Geary en Zeak (2001:174) hou die volgende voor:

> *Erickson placed great faith in the unconscious mind's capability to guide one's life path meaningfully, regulate the flow of information according to what one can effectively handle, and otherwise help one to manage one's life.*

Dit is op hierdie stadium van die terapeutiese ingrepe belangrik dat Storieprinses toegelaat word om haar emosies op haar eie unieke manier te beleef. Indien dit beteken dat sy haar eie verhaal in die sand uitbeeld en nie die een wat ek haar vertel het nie, is dit moontlik wat sy nodig het in haar helingsproses.

My refleksie

Storieprinses se vader kom moedeloos voor en noem dat hy fisies en emosioneel uitgeput is aangesien Storieprinses nie snags slaap nie. Hy vertel dat hy by haar moet sit en vir haar kos moet aandra snags. Ten einde aan hierdie noodkreet gehoor te gee beplan ek die sessie rondom die slaaphindernis wat Storieprinses ervaar.

Dit wil vir my voorkom asof Storieprinses bang mag wees vir die donker aangesien haar nefie vir haar vertel het dat haar moeder nou 'n spook is. Dit mag ook wees dat sy bang is dat haar vader nie meer daar gaan wees wanneer sy wakker word nie en dat sy enige iets sal doen om hom die hele tyd naby haar te hou.

Storieprinses is so 'n pragtige, liefdevolle, verbeeldingryke dogtertjie. Dit is heerlik om stories met haar te deel aangesien sy haarself vurig en met passie in die stories inlewe. Juis as gevolg van haar vermoë om stories deel van haar te maak het ek gedink die storievertelling gevolg deur die sandspelterapie sal haar terapeuties soos 'n handskoen pas. Na elke storievertelling verbaas sy my aangesien sy nie die terapeutiese storie wil uitbeeld nie, maar haar eie storie.

Dit is asof Storieprinses vandag aangaan waar sy in ons vorige sessie opgehou het met haar storievertelling in die sand. Die speelgoedfiguurtjies word herhaaldelik begrawe en opgegrawe. Vandag begrawe sy die spinnekoppe onder die sand en sy noem dat hulle vir ewig daar gaan bly en dat niemand hulle kan uithaal nie. Kan dit wees dat sy begin besef dat wanneer iemand dood is, die persoon nie weer kan terugkeer nie?

Aanvanklik wil dit voorkom asof die figuurtjies wat sy begrawe onder die sand gaan bly, maar nie vir lank nie. Die persone wat sy begrawe word die volgende dag opgegrawe en gered in haar storie. Storieprinses fantaseer weereens oor 'n troue vandag, maar vandag gaan die bruid dood. Wanneer die bruidegom haar optel lewe sy egter weer. Hoewel ek aanvanklik gedink het dat Storieprinses moontlik vrede daarmee gemaak het dat haar moeder nie weer gaan terugkeer nie, blyk dit uit die res van die storie dat ek verkeerd was. Deur haar storievertelling herleef Storieprinses deurgaans die dood en die lewe. Haar emosionele warboel blyk duidelik uit die tonele wat sy voorstel. Die feit dat sy die dood nie verstaan nie en opstandig en aggressief voel blyk ook duidelik uit haar tonele.

In die uitbeelding van die meermin – wat die ballerina opeet nadat laasgenoemde met die bruidegom trou – wonder ek of sy dalk onbewustelik reeds bang is vir die moontlikheid dat 'n ander vrou haar moeder se plek in haar vader se lewe kan inneem.

Ek sluit die sessie af deur 'n ander storie te vertel van 'n ballerina wat nie kon slaap nie. Ek hoop dat die stories moontlik onbewustelik 'n positiewe effek op haar slaappatroon sal hê.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: geen aanvaarding van dood nie
- Emosie: vrees, hartseer, weemoed
- Gevoel: wanhoop, vasgelopenheid, verligting, verlorenheid, aggressie, onsekerheid
- Hulpbronne: hulp van buite haarself
- Uiting van patologie: depressie.

Sessie 3: onderhoud 3, terapie 3

Doelwit(te) van die sessie

Storieprinses se slaappatroon toon geen verbetering nie. Die doel van die terapie is om Storieprinses te ondersteun ten einde haar slaappatroon te verbeter .

Verloop van die sessie

Ek herhinner Storieprinses aan ons storie van die vorige sessie wat gehandel het oor die vlermuis wat nie kon slaap nie en die redes waarom hy nie kon slaap nie. Storieprinses onthou die storie en vertel vir my waaroor dit gegaan het.

Aan die begin van die sessie vertel ek vir Storieprinses 'n oorspronklike storie (Bylaag C). Storieprinses vorm vandag deel van die storie. Soos wat Storieprinses die vragies in die storie beantwoord, blyk dit dat sy bang is vir die donker alhoewel sy nie presies kan vertel waarvoor sy bang is nie:

> Terapeut: *"Why don't you sleep at night my dear little Tigger? Do you know what he said?*
>
> Kliënt: *"He's afraid of the dark!"*
>
> Terapeut: *"Why are you afraid of the dark my little one?"*

Kliënt: *He said that bad animals can come out and eat him. Creatures or creepy crawlies can crawl up the branch and pull Tigger off. Spiders.*

12 Augustus 2009: 9

Na afloop van die hipnoterapeutiese storie vra ek dat Storieprinses die storie in die sand moet uitbeeld. Storieprinses skep weer haar eie storie in die sand. 'n Troue word uitgebeeld waar die bruid en bruidegom en al die gaste in die sand wegsak. Daar breek 'n brand in die kerk uit en totale chaos volg. Dit wil voorkom asof Storieprinses op dieselfde trant as die vorige twee sessies voortgaan:

He sank deeper and deeper, because this was quicksand. And he sank deeper and deeper and there were big waves coming. Everything sanked. Everyone sinks and there was a fire, and then the whole church was on fire and they couldn't get out. But the bride and the man was stuck inside and the man went under, because the quicksand was even further and he couldn't stop, and the bride's head popped out, and she finally got out of the sand, and they shake themselves and they dig for the ballerina, but the ballerina was dead.

12 Augustus, 2009:12

Storieprinses verander haar storielyn na die storie van die ballerina wat nie kon slaap nie, wat ons in die vorige sessie gedoen het. In Storieprinses se storie kan die ballerina nie slaap nie aangesien sy van goggas en spinnekoppe droom wat op haar klim. Terwyl sy die storie uitbeeld word die goggas in die sand begrawe:

Once she closed her eyes and she dreams there was creepy crawlies on her, and she screamed. When she wake up there was creepy crawlies all over. Then she stayed awake.

12 Augustus 2009:13

Nadat Storieprinses haar storie afgehandel het, vertel ek weer haar storie maar poog om 'n positiewe uitkoms daar te stel (Bylaag C). In haar drome kan die ballerina met die spinnekoppe en goggas praat en beleef dat hulle nie daar is om haar seer te maak nie. Die doel hiervan is om Storieprinses te bemagtig sodat sy beheer kan neem oor haar emosies.

My refleksie

Ek was effens teleurgesteld dat die vorige sessie geen effek op Storieprinses se slaappatroon gehad het nie. Volgens haar vader is daar geen verandering nie en slaap sy steeds nie snags nie.

Ek poog om tydens die storievertelling vir Storieprinses deel van die storie te maak en dat sy sekere vrae wat ek stel beantwoord, sodat ek moontlik 'n aanduiding kan kry van waarom sy

snags bang is om te slaap. Haar antwoorde kom daarop neer dat sy bang is vir goggas en spinnekoppe wat op haar mag klim. Ek weet nie of dit die ware rede is waarom sy self nie kan slaap nie, maar gebruik tog hierdie inligting in die daaropvolgende storie wat ek vertel. Ek hoop dat die feit dat sy met die goggas en spinnekoppe in haar droom kan praat haar vrees vir hulle sal wegneem.

Storieprinses het nie vandag die begrafnisrituele oor en oor gedoen soos in die vorige sessies nie. Die perdjie wat sy vandag in haar storie gebruik het, het vlerke en hy vlieg. Kan dit wees dat sy besig is om aanvaarding en berusting te kry met betrekking tot haar moeder se tragiese afsterwe?

Temas geïdentifiseer

- Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:
- Boodskap: nagmerries
- Emosie: vrees
- Gevoelens: aggressie, magteloosheid, hulpeloosheid, vasgelopenheid, verligting, moedeloosheid
- Hulpbronne: redding van buite haarself, verbeelding
- Uiting van patologie: depressie.

Sessie 4: onderhoud 4, terapie 4

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van vandag se sessie is om vas te stel hoe Storieprinses dink en voel met betrekking tot haar moeder se afsterwe ten einde haar te ondersteun om treetjies vorentoe te begin gee.

Verloop van die sessie

Storieprinses se vader noem dat haar slaappatroon effens verbeter het maar dat sy steeds sleg slaap. Ek vertel vandag vir Storieprinses die volgende storie: *The tunnel in the woods* (Bylaag D). Storieprinses begin om die terapeutiese storie in die sand uit te beeld, maar besluit later dat haar eie storie beter is. Vandag is sy besig om skoon te maak. Storieprinses se tonele in die sand verander herhaaldelik soos in die vorige sessies. Die meermin is steeds deel van haar stories. Vandag is die meermin in gevaar aangesien 'n groot slang haar opeet. Die meermin gaan egter nie dood nie maar maak die monster dood:

Then the snake came to the mermaid and bumped her fin. The snake killed the mermaid. And then when she just slide off he began to eat her. Then she killed the monster.

19 Augustus 2009:24

My refleksie

Storieprinses het nog nie voorheen met my gepraat oor haar moeder se afsterwe nie. Ek wil vandag poog om met haar daaroor te praat. Dit is so verskriklik hartseer. Sy is so dierbaar en so klein en sy word met hierdie groot hartseer gekonfronteer. Storieprinses weet presies waar haar moeder begrawe is en waarom sy in die Kaap naby haar ouma se huis begrawe is. Sy praat met ongelooflike detail van wat presies met haar moeder gebeur het tydens die ter aarde bestelling. Sy praat van die begrafnisondernemer en dat haar moeder saam met al die ander dooie mense by die lykshuis was en dat hulle haar moeder in wit geklee het en in die kis gesit het, kerk toe geneem het en begrawe het.

Storieprinses is 'n kind van teenstellings en elke terapeutiese sessie word vir my hierdeur gekenmerk. Sy vertel van haar moeder se begrafnis met soveel hartseer en deernis en skielik sal sy noem dat sy nie hartseer was tydens die begrafnis nie aangesien sy soveel pret saam met haar maatjies gehad het terwyl hulle spoke gejaag het. Is dit moontlik die manier waarop sy haarself pantser en beskerm teen die aaklige werklikheid van die oomblik? 'n Moontlike oorlewingsinstink?

Storieprinses wou aanvanklik nie vandag in die sand speel nie. Alhoewel die doel van die sessies is om Ericksoniaanse terapie met sandspelterapie te kombineer, is dit ook nodig om die kliënt te respekteer en by haar besluite aan te pas.

Die slaaphindernis is steeds 'n probleem. Die terapeutiese ingrepe het nie die gewenste effek wat haar slaap betref nie. Volgens haar vader is sy rustiger en praat sy gemaklik met hom en met haar materne grootouers oor haar moeder se afsterwe en kan sy haar behoeftes makliker uitdruk. Hoewel die terapie moontlik effektiewe ondersteuning vir Storieprinses bied met die belewenis van haar emosies en gevoelens rondom haar moeder se afsterwe, bly die slaap 'n probleem. Wanneer ek met Storieprinses praat oor die slaaphindernis wat sy ervaar poog sy om die onderwerp te verander. Storieprinses praat nie graag oor haar emosies en dit wat sy voel nie. Ek dink nie dit is omdat sy nie wil nie, ek dink dit is moontlik omdat sy nie altyd presies weet hoe om in woorde uit te druk wat in haar diepste aangaan nie en dalk ook omdat sy nie verklarings het vir die die rede waarom sy nie kan slaap nie. Storieprinses onthou die stories wat ons vertel het van die vlermuis, die ballerina en Tigger wat betrekking gehad het op ontspanning. Sy pas egter nie die ingrepe toe op haar alledaagse bestaan nie.

Storieprinses leef haar in vandag se storie in. Sy is so 'n storieprinses. Sy poog om die storie in die sand uit te beeld, maar besluit op haar eie storie. Vandag is sy [weer] besig om skoon te

maak. Kan dit simbolies wees van haar emosies en lewetjie op die oomblik? Dat sy moontlik so lank in die donker was soos die dogtertjie in die tonnel, dat sy voel dit is tyd om die donker weg te vee sodat die lig kan inkom? Indien dit so is, het Storieprinses 'n ongelooflike vermoë om die stories op 'n unieke manier haar eie te maak. Die teenstellings wat tot dusver so 'n groot deel van haar proses was, kom weer vandag na vore: vuil in teenstelling met skoon.

Storieprinses se uitbeeldings in die sand het steeds heelwat beweging in en dit is asof sy steeds emosionele energie gebruik wanneer sy haar tonele bou. Die toneel verander ook steeds aanhoudend. Waar sy aan die begin meer geskreeu het wanneer sy haar tonele bou, sing sy nou. Die meermin is steeds deel van haar stories. Vandag is die meermin in gevaar want 'n groot slang eet haar. Sy gaan egter nie dood nie, maar maak die monster dood. Daar is nie enige finaliteit in Storieprinses se stories nie. Niemand bly dood nie. Die persone wat in gevaar is, soos die meermin, word doodgemaak maar leef aan die einde steeds.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: gevaar
- Emosie: hartseer, heimwee, vrees
- Gevoelens: aggressie, wanhoop, onveiligheid , verligting
- Hulpbronne: vermyding, redding van buite haarself
- Uiting van patologie: depressie.

Sessie 5: onderhoud 5, terapie 5

In hierdie afdeling word die doelwitte en verloop van die sessie bespreek, asook die refleksie van die navorser.

Doelwit(te) van die sessie

Die hoofdoelwit van hierdie sessie was om Storieprinses te laat onthou dat sy oor 'n innerlike sterkte beskik wat soms miskien kan wegkruip maar tog altyd daar is om haar deur die moeilike tye in haar lewe te dra sodat sy weer die lig aan die einde van die donker tonnel kan sien.

Verloop van die sessie

Storieprinses se vader kon haar vir lank nie vir terapie bring nie aangesien sy skoonouers vir 'n rukkie moes teruggaan na Willowmore om na hulle sake om te sien.

Ek vertel aan Storieprinses die volgende storie: *The Chipmunk and the Earhquake* (Davis, 1988:395). Storieprinses bou nie die storie wat ek vertel in die sand nie, maar haar eie storie. Die teenstellings wat gewoonlik 'n deel van Storieprinses se stories vorm, is weer vandag duidelik sigbaar. Daar is aanvanklik 'n vreedsaamheid in haar storie wat dan oorgaan in 'n aanval. Die meermin is steeds deel van haar stories. Vandag neem die meermin die rol in van iemand wat na orde smag. Alles in die dorpie wat Storieprinses uitbeeld is deurmekaar en daar is monsters en spinnekoppe wat die mense aanval en dan kom die meermin as die stem van rede:

> *And then a mermaid came, a mermaid, and she said stop. And everyone stopped wat they did and they looked at the mermaid.*

19 Maart 2010:6

Storieprinses se stories verander soos wat dit in die vorige sessies ook verander het. Daar is die hele tyd gevaar en dan iemand wat 'n helpende hand uitsteek:

And the snake is spread around her. Help! Then the bigger snake came. Hush, hush people. And he was crashing down everybody as he walked. No! he crashed her down. And this one wanted to bite her, and she said: No! Then this fairy came and said: No, no one bites anyone. And there was a safe place where all the people ran to.

19 Maart 2010:7

In Storieprinses se storie is een tema sentraal. Daar is gevaar, dan is daar iemand wat 'n helpende hand uitsteek maar dan dreig die gevaar weer. Die rustigheid bly nie vir lank nie.

Storieprinses se storie verander en skielik is daar nie meer toweragtige, fantasie beelde nie. Haar storie keer terug na die werklikheid, maar die meermin bly in 'n fantasiewêreld.

> *There was nothing magical. The magical stuff are gone. This mermaid was in a magical life. And everybody is happy because it is a happy world.*

19 Maart 2010:9

Storieprinses se storie fokus vir 'n klein rukkie op 'n gelukkige wêreld maar verander weer eensklaps terug na 'n situasie waar almal bang is en 'n vrou in die sand begrawe word:

> *... they were scared. She was buried under the sand.*

19 Maart 2010:10

Storieprinses sluit die sessie af met 'n storie van die ballerina. Die ballerina wou vir niemand luister nie en was baie stout. Die vader was kwaad vir die ballerina omdat sy die huis so

deurmekaar gemaak het. Die ballerina het nie omgegee nie en het die vader geslaan en teruggepraat:

> *... then she slapped him like that. I decided to make the house so ugly because it needed a little ugliness.*

19 Maart 2010:14

My refleksie

Storieprinses het vir 'n hele ruk nie vir terapie gekom nie. Haar vader skakel in Maart vir 'n afspraak aangesien hy voel dat dit aanvanklik beter met haar gegaan het maar dat dit vir hom voorkom asof sy nou weer probleme ervaar. Storieprinses het lusteloos voorgekom vandag. Die vorige keer wat ek haar gesien het, was sy meer energiek, maar vandag lyk sy soos die dogtertjie wat ek die eerste keer gesien het na haar moeder se afsterwe. Dit is so jammer dat sy nie gereeld vir terapie gekom het nie. Soms gebeur dit dat 'n ouer voel dat die kind positief op die terapie reageer en dan word terapie te vinnig gestaak. Dit mag wees wat in Storieprinses se geval gebeur het.

Ek begin vandag se sessie met Ericksoniaanse hipnoterapie. Storieprinses is vandag nie deel van die storie nie. Sy luister slegs en gee nie haar eie indrukke soos gewoonlik nie. Dit is vir my vreemd aangesien sy so positief reageer op stories.

Storieprinses bou nie die terapeutiese storie in die sand nie, maar begin haar eie storie bou. Daar is teenstellings in haar storie. Vandag is daar vrede en skielik verander die vrede in 'n aanval. Hierdie uitbeelding mag moontlik 'n voorstelling wees van wat sy in haar leefwêreld beleef. Moontlik voel sy dat sy haar lewe soms onder beheer het en dan binne 'n oogwink val haar wêreld inmekaar sodat sy voel dat sy geen beheer het nie. Die meermin is nog steeds deel van haar stories en dit word vir my al hoe duideliker dat die meermin moontlik haar moeder simboliseer. Vandag neem die meermin die rol in van iemand wat aanvanklik na orde smag. Die dorpie is 'n warboel en daar is monsters en spinnekoppe wat die mense aanval en dan kom die meermin as 'n stem van rede wat vir almal sê dat hulle moet stop en kyk wat hulle doen. Dit is amper asof Storieprinses se moeder met haar praat en haar tot stilstand wil ruk sodat sy haar emosionele warboel moet orden en op die belangrike dinge in haar lewe begin fokus.

Die gevoel van die sandspel is deurmekaar. Dit is asof Storieprinses die onsekerheid en verwarring in haar gemoedstoestand uitbeeld. Die wanorde oorheers gelukkig nie altyd nie. In haar stories is daar gewoonlik iemand wat 'n helpende hand uitsteek. Die onsekerheid blyk uit die feit dat sodra daar hulp kom daar weer 'n volgende gevaar is wat keer dat dinge rustig bly. Dit kan wees dat dit is wat Storieprinses voel. Sommige dae mag dit goed met haar gaan, maar ander dae is weer 'n emosionele warboel en vol pyn.

Die storie verander herhaaldelik en vandag beeld Storieprinses uit dat die magiese aspekte uit die wêreld verdwyn het. Die meermin bly alleen deel van die fantasiewêreld. Kan dit wees dat Storieprinses begin besef dat haar moeder nie meer deel van haar leefwêreld kan wees nie. Is hierdie moontlik 'n deurbraak?

Storieprinses wend 'n poging aan om al die spinnekoppe en vlieë uit die sand te haal aangesien sy voel dat die lewe nou gelukkig is en dat dit nie meer nodig is vir spinnekoppe en lelike goed nie. Die storie bly egter nie lank gelukkig nie. Almal word weer bang en 'n vrou word in die sand begrawe. Later lewe die vrou egter weer.

Storieprinses se gedagtes is 'n warboel vandag. Sy spring van die een verhaal na die ander en sluit af met die storie van die ballerina. Daar is aggressie en verwardheid in hierdie laaste storie en dit wil selfs voorkom asof sy kwaad is vir haar vader.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: gevaar
- Emosies: vrees, warboel van emosies, verbasing, hartseer, paniek
- Gevoelens: aggressie, vasgelopenheid, hoop, magteloosheid, verligting, onsekerheid, hulpeloosheid, soeke na geluk, verwardheid
- Hulpbronne: redding van buite haarself
- Uiting van patologie: depressie.

Sessie 6: onderhoud 6, terapie 6

In hierdie afdeling word die doelwitte en verloop van die sessie bespreek, asook die refleksie van die navorser.

Doelwit(te) van die sessie

Wanneer 'n kind 'n traumatiese ervaring deurmaak kan dit gebeur dat die kind nie weet hoe om verder aan te gaan met haar lewe nie en selfs soms onbewustelik skuldig voel om haar lewe voort te sit. Die doel van die terapie vandag is om Storieprinses te ondersteun sodat sy op 'n positiewe wyse kan voortgaan met haar lewe.

Verloop van die sessie

Aangesien Storieprinses nie die terapeutiese stories wat ek aan haar vertel in die sand uitbeeld nie, het ek besluit om haar vandag die kans te gee om eerste 'n storie te vertel.

Storieprinses blyk steeds in ontkenning te wees aangaande die groot verlies wat sy gely het en die manier hoe dit haar leefwêreld beïnvloed het. Volgens Storieprinses is haar lewe baie na aan perfek. Sy vergroot deur byvoorbeeld te noem dat sy 68 maats het. Sy jaag 'n paar sinne af vir 'n storie wat my nie baie gee om mee te werk nie.

Ek besluit om tog 'n terapeutiese storie te vertel. Ons doen eers ontspanningstegnieke en daarna word sy in 'n wolkie omring wat haar na haar veilige plek gaan neem. Sy wil aanvanklik see toe gaan vir haar veilige plek maar nadat sy in die wolkie is vra sy spontaan of sy dan hemel toe gaan.

> *Die storie wat ek vandag vir Storieprinses vertel gaan oor 'n boom wat deur die weerlig raakgeslaan word (Bylaag F). Na afloop van my storie beeld Storieprinses haar eie storie in die sand uit. Daar kom heelwat aggressie, vrees en hulpeloosheid in die storie na vore:*
>
> *Help, help, help! I'm dying. I'm so scared! There, there it's okay. (Screaming). Aladdin, I'm scared of the weirdos. Don't worry, it's okay. (Screaming) ... and then he grabbed this girl. Oh, help me! He got me! Then he was flying – help, help, help, help, help, help me! (Screaming).*
>
> 16 April 2010:15

Dit blyk asof Storieprinses se storielyn handel oor individue wat hulpeloos en magteloos voel en iemand anders nodig het om hulle te red. Dit blyk asof die karakters in haar storie geen beheer het om hulself te help nie.

Storieprinses begrawe weer die mense en ander miniatuurfigure in die sand en dit is asof sy hulle wil paai wanneer sy dit doen deur op te merk dat hulle nie bang hoef te wees onder die sand nie. Niemand bly ooit onder die sand nie, sy haal hulle steeds uit:

> *... and he put her under the sand to make sure no one finds her. Honey, it's going to be okay in the sand, but you have to keep youself busy. Okay?*
>
> 16 April 2010:15

Vandag het Storieprinses se storie nie 'n gelukkige einde soos altyd nie. Vandag gaan almal in die wêreld dood en dit is hoe haar storie eindig:

> *So everything was worse. Everyone died in the world, so it was over. That's my story. The end.*
>
> 16 April 2010:17

My refleksie

Volgens Storieprinses se vader en volgens wat sy sê, het haar slaappatroon na normaal teruggekeer. Met die storie wat ek vir Storieprinses vertel is sy weer soos in die vorige terapeutiese sessies 'n deel van die storie en gee sy bydraes soos wat die storie verloop. Dit was vir my so 'n teer oomblik toe sy in haar wolkie is en met soveel versugting in haar stemmetjie opmerk dat haar wolkie hemel toe kan gaan. Storieprinses het klaarblyklik nog nie haar moeder se afsterwe verwerk en aanvaar nie.

Storieprinses kom moeg en afgemat voor vandag. Soms blyk dit dat haar energievlakke styg, maar nie vir lank nie. Haar storie beeld gevoelens van hulpeloosheid en magteloosheid uit vandag. Soos in die verlede kan die slagoffers hulself nie uit vreesaanjaende situasies red nie, maar wag hulle vir iemand anders om hulle te red. Is dit moontlik 'n aanduiding dat Storieprinses so oor haarself voel? Kan dit wees dat sy nie weet hoe om haar gevoelens te hanteer nie en hoop dat iemand anders dit namens haar sal doen? Kan dit wees dat sy hoop dat iemand anders die seer sal wegvat omdat sy nie weet hoe om dit self te doen nie? Tydens die afgelope paar sessies se storievertelling kom dit voor asof Storieprinses voel dat sy nie beheer oor haarself en haar emosies het nie en hierdie gevoelens beeld sy in die sandspel uit. Ek hoop van harte dat die terapie haar help en ondersteun in haar soeke na vrede.

Storieprinses speel steeds die begrafnistoneel in die sand uit en steeds bly niemand onder die sand nie, maar word die mense wat begrawe word uitgegrawe. Is daar vordering in terapie? Ek voel onseker.

Vir die eerste keer vandat ons met die terapie begin het eindig Storieprinses se storie nie gelukkig nie. Almal in haar storie gaan dood en sy laat dit daar. Mag dit wees dat sy besig is om aan haarself te erken dat die lewe nie altyd 'n gelukkige einde het nie? Is sy moontlik besig om te besef wat dood werklik beteken?

Storieprinses se sandtonele is nie so deurmekaar as aan die begin nie, maar daar is steeds heelwat stories vervat in een storie en verandering vind steeds die hele tyd plaas met heelwat beweging wat daarmee gepaard gaan.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: gevaar, verwyte, beskuldigings
- Emosies: vrees, hartseer
- Gevoel: onsekerheid, aggressie, versugting na versorging, hulpeloosheid, magteloosheid
- Hulpbronne: redding van buite haarself

- Uiting van patologie: depressie.

Sessie 7: onderhoud 7, terapie 7

In hierdie afdeling word die doelwitte en verloop van die sessie bespreek, asook die refleksie van die navorser.

Doelwit(te) van die sessie

Storieprinses wil nie oor haar gevoelens praat nie. Die doel van terapie is om haar die geleentheid te bied om te praat oor hoe sy voel met iemand wat nie dreigend voorkom nie, soos 'n gunsteling diertjie.

Verloop van die sessie

Ons begin die sessie met Ericksoniaanse hipnoterapie. Storieprinses gaan na haar gunsteling tuin waar sy verskillende diertjies om haar sien. Sy kies om met 'n hasie te gesels in haar storie. Gedurende die storie noem Storieprinses dat sy nie oor haar gevoelens wil praat nie:

> *I don't want to talk about my feelings.*
>
> 30 April 2010:4

Die meermin vorm weereens 'n deel van Storieprinses se storie. Sy noem dat sy graag 'n meermin as troeteldier sal wil hê en dat sy saam met die meermin wil swem en onder die water wil asemhaal:

> *I want to have a mermaid for a pet. Then I want to swim and swim and swim. Then I want to breathe under water and I want to have a mermaid tail.*
>
> 30 April 2010:4

Storieprinses poog om die storie wat sy gehoor het te bou. Sy noem dat die wolkie nie in fantasie glo nie. Sy noem verder dat sy haarself kan verbeel maar dat al gebruik sy haar verbeelding, dit nie die werklikheid is nie:

> *I can imagine it but it's not real.*
>
> 30 April 2010:9

Alhoewel daar nog tekens van gevaar en redding voorkom is dit nie so 'n warboel soos aan die begin van die terapeutiese ingrepe nie. Daar is meer kalmte in haar sandspelterapie:

> *She fell off the cloud, but actually another cloud came and put her back on her cloud. Yes, clouds are brilliant.*
>
> 30 April 2010:10

Storieprinses gebruik twee keer kort na mekaar die volgende sinnetjie:

She is safe and she is sound

30 April 2010:10

Ek hoop dit is hoe sy op die oomblik voel.

Storieprinses verander die storie en die groot toring wat sy al telkemale voorheen gebruik het in haar stories is besig om om te val. Die meermin val ook en sy gaan dood:

The mermaid did fall like that and the mermaid dies.

30 April 2010:12

Die ander mense wat onder die sand begrawe word, is nie dood nie, maar word gered:

The boy was scooping us full of sand and we said: No, please, we are alive. Help us.

30 April 2010:12

My refleksie

Storieprinses maak dit baie duidelik dat sy nie oor haar gevoelens wil praat nie. Ek het probeer om haar nie te druk om ooit oor haar gevoelens te praat nie. Dit mag wees dat ander mense haar aanspoor om te praat oor hoe sy voel en dit maak haar opstandig op die oomblik. Selfs in die storie terwyl sy die geleentheid het om met ’n denkbeeldige hasie te praat noem sy dat sy net nie oor haar gevoelens wil praat nie.

In die storie wat Storieprinses vandag begin vertel noem sy dat sy nie in fantasie of stories glo nie aangesien dit nie die werklikheid is nie. Dit kan wees dat sy haar die afgelope paar maande begrawe het in stories en fantasie as ’n beskermingsmeganisme teen die werklikheid van haar moeder se afsterwe gebruik het. Haar moeder was moontlik by haar en lewendig in haar verbeeldingswêreld en soos wat die tyd verbygaan, besef sy dat dit net fantasie is en nie die werklikheid nie. Ek hoop dat Storieprinses aanvaar dat haar moeder regtig weg is en nie terugkom nie. Dit is slegs wanneer sy dit gaan ervaar dat sy stap vir stap beter gaan word.

Storieprinses se storie is nie so deurmekaar vandag nie. Dit is asof sy kalmer is en haar sandspel getuig daarvan. Daar is wel nog die aanhoudende gevaar- en reddingscenario wat uitgespeel word. Vandag is die toring wat telkemale deel van haar sandspel was weer ’n deel van haar storie. Die meermin val van die toring af en sterf. Die meermin word nie lewendig gemaak vandag nie, sy bly dood. Is dit moontlik ’n deurbraak? Het Storieprinses besef dat haar moeder nie gaan terugkeer nie? Sy het so gespook met haar emosies deur die terapeutiese proses en sy was so vasgevang en verward. Toon vandag se sandspel dat daar ’n verbetering en ’n aanvaarding is?

Hierdie was Storieprinses se laaste sessie aangesien sy en haar boetie saam met haar materne grootouers na Willowmore verhuis.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: gevaar, aanvaarding
- Emosies: vrees, aggressie, woede
- Gevoelens: terughouding, versugting om by moeder te wees, aanvaarding van realiteit, veiligheid, eensaamheid, soekend, verligting. verwoesting
- Hulpbronne: redding van buite haarself.

DEELNEMER B: DENKER

DEELNEMER B: DENKER

AGTERGRONDINLIGTING

Die deelnemer – van nou af genoem Denker – is 'n 9-jarige Afrikaanssprekende seun in Graad 2 en die tweede jongste van vier kinders. Hy het 'n jonger sussie, ouer boetie en ouer sussie.

Denker se moeder voel bekommerd oor hom aangesien hy vir haar ongemotiveerd voorkom. Dit is volgens haar asof hy nie die wil het om te presteer nie. Volgens sy klasonderwyseres is hy 'n moontlike kandidaat vir buitengewone onderwys. Denker se ouers voel ongelukkig hieroor aangesien hulle voel dat hy die potensiaal het om in hoofstroomonderwys aan te bly. Sy ouers vra 'n volle skolastiese en emosionele evaluering aan.

Denker se ouers is geskei en hy woon by sy moeder. Sy vader woon in die motorhuis op dieselfde perseel en hy neem die kinders soggens skool toe. Die kinders is daagliks in kontak met hul vader. Volgens Denker se moeder is hul vader baie intimiderend en verbaal afbrekend teenoor haar. Die moeder vertel dat die kinders blootgestel was hieraan vanaf 'n jong ouderdom, deurdat die vader voor hulle hul moeder verbaal afgebreek het.

Denker se moeder noem dat sy 'n buite egtelike verhouding gehad het en dat die jongste sussie nie Denker se vader se kindjie is nie. Volgens sy moeder versoorsaak die omstandighede spanning in die huisgesin.

Denker se moeder vertel dat hy 'n onbeplande swangerskap was en dat sy dit moeilik gevind het om die swangerskap te aanvaar. Volgens haar was sy op anti-depressante gedurende die swangerskap en het sy aanhoudend gehuil. Tydens die swangerskap het die moeder probleme met haar skildklier ervaar, haar bloeddruk was hoog en sy het griep gehad. Denker se moeder het 'n induksie ontvang en normaal geboorte geskenk op 39 weke. Denker is met 'n klubvoetjie gebore wat vir die moeder 'n groot skok was aangesien dit nie tydens die swangerskap opgemerk is nie. Denker het 'n operasie ondergaan om die voetjie reg te draai. Sy moeder stel dit dat Denker se een beentjie steeds korter as sy ander is en dat hy 'n lomp seuntjie is wat gereeld val en seerkry.

Denker se moeder kom emosioneel voor en sy noem dat hulle finansieël swaarkry. Sy vertel verder dat die kinders bewus is van hulle finansiële hindernisse, en dat veral Denker emosioneel hierdeur geraak word. Hy sal altyd planne probeer beraam om geldjies in die hande te kry vir die gesin.

Denker se moeder vertel dat sy gedrag kommerwekkend is. Hy is lusteloos en niks is vir hom lekker nie. Sy moeder voel bekommerd oor hom aangesien hy nie maats by die skool het nie en ook geen belangstelling toon om maatjies te maak nie. Sy beskryf Denker as 'n klein grootmensie wat hom oor alles bekommer. Denker se moeder vertel verder dat hy glad nie

meer wil skooltoe gaan nie. Hy huil en toon emosionele uitbarstings wanneer sy hom by die skool aflaai. Sy moeder en vader gee hom 'n drag slae wanneer hy hierdie uitbarstings toon. Sy moeder noem dat hy na die tyd, nadat hy kalmeer het, nie kan onthou dat hulle hom 'n drag slae gegee het nie. Sy moeder voel dat wanneer hy hierdie emosionele uitbarstings kry, niks hom kan kalmeer nie.

Denker se moeder het op 'n latere geleentheid genoem dat Denker se ouer broer op pornografiese webtuistes op sy telefoon gegaan het en voorgestel het dat hy en Denker seksuele dade met mekaar doen. Denker se moeder is nie seker hoe ver hierdie gegaan het nie. Denker se moeder voel bekommerd hieroor aangesien Denker reeds emosionele hindernisse toon. Sy voel magteloos en weet nie hoe om hom by te staan nie.

Na die volle evaluasie afgehandel is, blyk dit dat Denker oor 'n gemiddelde verbale, nie-verbale en algemene intelligensie beskik. Gedurende die evaluasie word moontlike uitsneidings waargeneem en Denker se ouers word vir 'n 24 uur EEG verwys.

Die 24 uur EEG het 'n abnormale EEG getoon wat 'n *seizure disorder* ge suggereer het. Ek het Denker na 'n Neuroloog verwys wat die volgende medikasie voorgeskryf het: Epilim en Risperdal. Die Neuroloog het verdere terapeutiese ingrepe voorgestel vir die depressiewe simptome wat Denker toon.

Nadat die evaluasie afgehandel was, en nadat Denker by die Neuroloog was en reeds op medikasie geplaas was, het hy en sy moeder een oggend 'n uitval gehad. Sy moeder het hom aangetref waar hy met 'n tou om sy nek gesit het, wat hy al stywer getrek het, gereed om selfmoord te pleeg. Sy moeder het die tou probeer verwyder, maar dit was so styf dat sy dit eers nie kon losmaak nie. Denker wou ook nie dat sy die tou losmaak nie. Na 'n gestoei het sy moeder dit reggekry om die tou te verwyder. Denker het klaarblyklik woedend gehuil en geskree dat sy die tou moes los aangesien hy nie meer wou lewe nie. Volgens sy moeder het Denker al baie keer gesê dat hy nie meer wil lewe nie, maar sy het dit nooit ersntig opgeneem nie. Na hierdie insident was dit vir sy moeder duidelik dat Denker indringende hulp nodig het.

ONDERHOUDE EN TERAPEUTIESE INGREPE

Sessie 1: onderhoud 1, terapie 1

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van die sessie is om Denker te ondersteun met die hantering van die depressiewe simptome wat hy ervaar en om te poog om vas te stel waarom hy nie wil skool toe gaan nie.

Verloop van die sessie

Ek gesels eers met Denker se moeder. Sy verduidelik dat sy en Denker 'n argument gehad het en dat hy probeer het om haar en sy vader teen mekaar af te speel. Denker se moeder noem dat sy die lat geneem het en hom speels daarmee geslaan het. Volgens sy moeder het hy vreeslik gehuil. Sy het hom eers gelos en later gaan soek. Sy het vir Denker gevind met 'n tou om die nek. Denker se moeder noem dat sy aavanklik gedink het hy speel maar later gesien het dat hy ernstig was en die tou al hoe stywer om sy nek getrek het. Denker en sy moeder het in 'n stoeigeveg betrokke geraak aangesien sy gepoog het om die tou om sy nek los te maak en hy probeer het om die tou stywer te trek. Volgens Denker se moeder het hy aan haar gesê dat hy nie langer wil lewe nie. Denker se moeder noem dat hy al baie kere genoem het dat hy nie meer wil lewe nie maar dat dit volgens haar die eerste keer is dat hy fisies iets doen om sy eie lewe te neem.

Denker se moeder noem dat Denker heelwat probleme ervaar. Denker en sy ouer broer kom nie oor die weg nie. Denker se ouer broer pes hom verskriklik en Denker kan dit nie meer hanteer nie. Verder wil Denker nie meer skool toe gaan nie. Sy moeder noem dat hy 'n gedaanteverwisseling ondergaan wanneer hulle hom by die skool wil aflaai. Hy skreeu en klap en weier om uit die motor te klim. Wanneer Denker so optree, slaan sy moeder en sy vader hom. Sy moeder noem dat Denker nie kon onthou dat hy pak gekry het nadat hy hierdie uitbarsting gehad het nie.

Nadat ek en Denker se moeder gesels het, gaan praat ek met hom. Hy noem dat hy nie weet waarom hy bang is om skool toe te gaan nie. Hy weet dat hy bang is, maar hy kan die gevoel nie verklaar nie:

> *Ek voel of ek wil huil met die pyn en ek wil nie skool toe gaan nie en ek kan net nie. Ek wil net in die kombersie kruip en nie uitkom nie.*

13 April 2010:14

Ek en Denker gesels verder oor die selfmoord insident. Hy noem dat hy werklik wou selfmoord pleeg aangesien hy nie meer wil lewe nie. Denker begin huil en sê dat hy nie daaroor wil praat nie. Hy verander die onderwerp en noem dat hy vinnig sy skoolwerkies vergeet. Wanneer hy by die huis kom, dan het hy alles vergeet wat by die skool gebeur het. Denker noem verder dat hy en sy broer nie oor die weg kom nie.

Ons doen vandag Ericksoniaanse terapie gevolg deur sandspelterapie. Ek vertel aan Denker die storie van die ligbal (Bylaag F). Na afloop van die storie vertel Denker dat sy ligbal deurskynend is en dat daar nie eintlik enige iets in sy ligbal is wat sy liggie verdof nie.

Denker is onlangs met epilepsie gediagnoseer en is op medikasie. Hy noem dat hy baie beter voel vandat hy op die medikasie is en asof die medikasie werk. Hy noem dat hy vinniger by die skool kan werk.

Na afloop van die sandspelterapie word Denker weer hartseer. Hy sê dat hy aan die selfmoord gedink het daarom is hy hartseer. Denker noem dat die terapiekamer vir hom rustig is en wanneer hy rustig is begin hy aan allerhande dinge dink. Hy dink aan goeie dinge en slegte dinge. Hy vertel dat hy die slegte dinge waaraan hy dink probeer vergeet want hy kan met niemand daaroor praat nie. Hy noem dat hy met niemand wil praat oor die dinge wat hom hartseer maak nie. Die Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie behoort goed te wees vir Denker aangesien dit nie vir hom nodig is om sy gevoelens te verwoord nie.

My refleksie

Daar gaan soveel gedagtes en emosies deur Denker se koppie dat dit vir my wil voorkom asof hy nie kan verklaar waarom hy sy emosies ervaar en waarom hy voel soos wat hy voel nie. Denker is ongelukkig en hartseer en ek sien geen blydskap in hom raak nie. Soos wat hy gesels lyk dit vir my asof daar nie ’n plekkie is waar hy kan gelukkig wees nie. Nie by die huis nie en ook nie by die skool nie.

Denker het die Ericksoniaanse storievertelling geniet en goeie samewerking gegee tydens die sandspelterapie. Denker blyk ’n ernstige seuntjie te wees wat ingestel is op dit wat hy dink en voel. Hy kom as ’n klein denker voor en sy eie gedagtes en emosies laat hom goed of sleg voel.

Deelnemer se refleksie

Denker het nie in sy refleksiejoernaal gewerk nie.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: depressief
- Emosies: hartseer, depressief
- Gevoelens: onsekerheid, geslote, pyn, opstandigheid, wantroue
- Behoefte: gelukkige lewe
- Houding: vergeetagtig, swak selfbeeld
- Hindernisse: emosionele uitbarsting, konflik broer,
- Uitdrukking van patologie: depressie

Sessie 2: onderhoud 2, terapie 2

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van die sessie is om aan Denker oor te dra dat alle probleme oplossings het en dat hy beheer daaroor het om die oplossings te soek, al voel hy nie lus om dit te doen nie.

Verloop van die sessie

Ons gesels oor wat Denker kan onthou van die vorige sessie. Hy het nie sy huiswerk gedoen nie en belowe plegtig om die huiswerk volgende keer te doen. Denker noem uit sy eie dat hy makliker skool toe gaan vandat hy vir die vorige sessie hier was.

Ons doen Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie. Ons doen vandag die uitgooi van die klippe (Bylaag G). Denker kan sy klippe in die sessie benoem. Hy noem die volgende klippe: dit is nie lekker om skool toe te gaan nie; hy is soms hartseer; hy kry seer; hy voel moeg; hy is lusteloos. Denker geniet dit om sy belewing van die storie in die sand uit te beeld.

My refleksie

Denker het nie sy huiswerk gedoen nie. Hy is vuur en vlam wanneer hy aanvanklik hoor van die werk, maar die vlammetjie brand vinnig uit wanneer hy op sy eie is en wanneer hy dink moet oorsit na doen.

Denker kom met tye lusteloos voor. Hy het energie wanneer hy sy eie ding kan doen maar sodra hy hoor van skoolwerk, is dit asof hy lusteloos en moeg word. Denker klink oor die algemeen lewensmoeg. Hy is so jonk en die lewe is veronderstel om vir hom ’n lied te wees, maar Denker voel nie so oor die lewe nie. Die lewe is vir hom inspanning en daar is niks wat hy geniet of waarna hy uitsien nie.

Deelnemer se refleksie

Denker het ’n groot voël in sy refleksiejoernaal geteken. Hy noem dat dit die voël is waarop hy gery het. Hy noem dat hy goed en sleg gevoel het oor die storie.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: depressief
- Emosies: hartseer, depressief
- Gevoelens: onsekerheid, geslotenheid

- Behoefte: gelukkige lewe
- Houding: vergeetagtig, swak selfbeeld
- Hindernisse: lusteloos, lewensmoeg, geen uithouvermoë, geen motivering
- Uitdrukking van patologie: depressie

Sessie 3 : onderhoud 3, terapie 3

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van die sessie is om Denker te ondersteun met betrekking tot die gedagtes wat hom bekommerd maak.

Verloop van die sessie

Ons gesels oor die vorige sessie en wat Denker kan onthou van die sessie. Hy het sy huiswerk gedoen.

Denker vertel dat hy nie juis maats by die skool het nie en meestal pouses alleen sit en die ander maatjies dophou terwyl hulle speel.

Ons doen Ericksoniaanse terapie gevolg deur sandspelterapie. Ek vertel aan Denker die storie van Marlene die Vlakvark wat haar oor alles bekommer het (Bylaag M). Denker geniet die storie en leef hom in die storie in. Denker beeld sy belewing van die storie uit in die sandbak.

My refleksie

Denker se ogies lyk helderder vandag. Hy onthou wat ons in die vorige sessie gedoen het en hy het sy huiswerk gedoen. Ek is baie trots op hom. Ek doen spesifiek hierdie storie vandag met Denker aangsien sy moeder genoem het dat hy ’n seuntjie is wat hom oor alles bekommer en dat die las van hierdie bekommernis vir hom te swaar raak.

Ek poog om aan Denker oor te dra dat daar ’n verskil is om jou verbeelding en gedagtes op ’n positiewe manier te gebruik en om jou verbeelding en gedagtes op ’n negatiewe manier te gebruik. Denker snap die konsepte in die storie en lewer selfs sy eie insette.

Deelnemer se refleksie

Denker skryf twee sinnetjies in sy refleksiejoernaal. Hy noem dat die storie vir hom baie beteken het en dat hy dit wat in die storie gebeur het, in sy eie lewe kan toepas. Denker brei nie verder uit nie.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: depressief
- Emosies: hartseer, depressief, vrees
- Gevoelens: onsekerheid, geslote, gevoelloos, eensaam
- Behoefte: gelukkige lewe
- Houding: vergeetagtig, swak selfbeeld
- Hindernisse: lusteloos, lewensmoeg, geen uithouvermoë, geen motivering, seerkry
- Uitdrukking van patologie: depressie

Sessie 4: onderhoud 4,terapie 4

Doelwit(te) van die sessie

Die doelwit van die sessie is om Denker toe te rus met tegnieke sodat hy homself kan kalmeer.

Verloop van die sessie

Denker se moeder noem vanoggend dat hy na ons vorige sessie nie skool toe wou gaan nie. Denker sê vir my dat die rede hiervoor is dat van sy klasmaats gehoor het dat hy wou selfmoord pleeg en hom knaend daaroor pols.

Ons doen Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie. Ek vertel aan Denker die storie van Wark die Kokketiel (Thomson, 2005:67) (Bylaag N). Denker leef hom in die storie in en lewer 'n lewendige bydrae. Na afloop van die storie bou Denker sy belewing van die storie in die sand.

My refleksie

Denker voel terneergedruk aangesien van sy klasmaats uitgevind het dat hy wou selfmoord pleeg en hom aanhoudend daarna uitvra. Denker blyk skaam en ongelukkig te wees hieroor. Hy voel dat die kinders hul neuse in sy sake steek en wil hê hulle moet hom uitlos. Denker weet nie hoe om die situasie by die skool te hanteer nie. Ons gesels oor maniere waarop hy die situasie moontlik beter kan hanteer as wat hy tot nou gedoen het. Ek verstaan hoe ongelukkig dit Denker maak wanneer mense hom konfronteer oor die selfmoordpoging. Hy wil nie eers met my daaroor praat nie. Die selfmoordpoging is iets wat hy gedoen het wat hy diep wegbêre. Ek sal in terapie meer aandag daaraan moet gee.

Kan dit wees dat dit die rede is waarom Denker nie skool toe wil gaan nie? Ek hoop dat die storievertelling tesame met die sandspelterapie 'n positiewe invloed op Denker se lewe het.

Deelnemer se refleksie

Denker skryf enkele sinnetjies in sy refleksiejoernaal. Volgens wat hy skryf blyk dit dat die ontspanningsoefeninge sy regtervoet heerlik lig laat voel, maar dat sy linkervoet se spiere seer word. 'n Rede hiervoor mag wees dat sy linkervoet seer word aangesien dit die voetjie is wat geopereer was toe Denker kleiner was.

Denker brei nie uit oor hoe die storie hom in sy lewe kan help nie, al wat hy noem is dat hy moet doen wat die voël in die storie gedoen het. Ek hoop dat hy ons terapie sessies in sy lewe kan toepas.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: depressief
- Emosies: hartseer, depressief, vrees
- Gevoelens: onsekerheid, geslote, eensaam, ongelukig
- Behoefte: gelukkige lewe, maats moet hom uitlos
- Houding: swak selfbeeld, skaam
- Hindernisse: lusteloos, lewensmoeg, geen uithouvermoë, geen motivering.
- Uitdrukking van patologie: depressie

Sessie 5: onderhoud 5, terapie 5

Doelwit(te) van die sessie.

Die doelwit van die sessie is om vas te stel of Denker die hulpmiddels waarvan hy in terapie leer in sy lewe begin toepas.

Verloop van die sessie

Ons gesels oor die vorige sessie. Denker onthou waaroor die storie gegaan het en volgens hom pas hy die terapie toe in sy lewe.

Vandag vra ek vir Denker om vir my 'n storie te vertel (Bylaag O). Na afloop van sy storie vertel ek Denker se storie aan hom terug met positiewe uitkomste.

My refleksie

Denker vind dit aanvanklik moeilik om ’n storie te vertel, maar nadat hy begin het vloei sy storie pragtig. Wat vir my wonderlik was, was dat hy ons vorige terapeutiese sessies in sy storie gebruik het. Denker het beslis geluister wat ons gedoen het en dit blyk asof die stories ’n positiewe inpak op sy denkpatroon het. Ek is nog nie seker of hy die waarhede van die stories in sy lewe toepas nie.

Denker is so dierbare seuntjie. Soms wonder ek wat deur sy gedagtes gaan wanneer hy so hartseer en ongelukkig lyk. Wanneer ek in Denker se ogies kyk, kan ek die hartseer daarin sien. Hy is nog so klein. Hy is veronderstel om te speel en die lewe te geniet.

Die storie wat Denker vertel, spreek van eensaamheid. Daar is ’n haai wat stoksielalleen in die see is en ’n maatjie vir hom soek. Die haai vind ’n maatjie, maar dan raak die maatjie weg. Die haai soek verder na sy maatjie en kry hom dan weer. Kan dit wees dat Denker so by die skool voel? Sodra hy dink hy het ’n maatjie met wie hy pouses kan speel, is die maatjie weg en speel die maatjie met iemand anders.

In die storie kry die haai nagmerries. Denker gooi die slegte drome in die asblik. Is dit nie wonderlik dat hy die inligting van die vorige sessie in sy storie gebruik nie? Ek glo dat die stories ’n positiewe invloed op Denker se lewe het. Indien hy die hulpmiddels van die stories wat ons in terapie doen in sy storie gebruik, glo ek dat hy die hulpmiddels ook in sy lewe sal kan aanwend.

Deelnemer se refleksie

Denker skryf twee sinnetjies in sy refleksiejoernaal. Hy noem dat hy sy gedagtes en sy verbeelding gebruik en probeer om nie aan die slegte gedagtes te dink nie.

Denker moet leer dat wanneer hy aan slegte dinge dink, hy die vermoë het om die slegte dinge te hanteer, soos die stories ons leer.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: depressief
- Emosies: hartseer, depressief, vrees
- Gevoelens: onsekerheid, geslotenheid, eensaamheid, ongelukkigheid
- Behoefte: gelukkige lewe, soek na maatjie
- Houding: swak selfbeeld, skaam

- Hindernisse: lusteloos, lewensmoeg, geen uithouvermoë, geen motivering, nagmerries, slegte gedagtes
- Uitdrukking van patologie: depressie

Sessie 6: onderhoud 6 en terapie 6

Doelwit(te) van die sessie

Verloop van die sessie

Denker het nie sy inskrywings in sy refleksiejoernaal gedoen nie. Terwyl ek met sy moeder gesels vra ek dat hy sy huiswerkies doen. Denker se moeder kom gefrustreerd voor. Sy voel dat Denker nooit huiswerk wil doen nie en probeer om take te ontwyk. Volgens sy moeder begin die konflik tussen Denker en sy ouer boetie die oomblik wat sy hulle by die skool gaan haal. Denker se moeder noem dat Denker in 'n negatiewe bui is wanneer hulle tuis kom en dat dit nie vir haar moontlik is om hom sover te kry om enige huiswerk of take uit te voer nie.

Ons gesels oor moontlike oplossings vir die probleem en kry ook Denker se insette. Denker se moeder probeer allerhande maniere om Denker sover te kry om sy skoolwerkies te doen, maar volgens haar werk dit nie. Sy het aanvanklik by hom gesit totdat sy werkies klaar is, maar nadat sy 'n gesprek met sy klasonderwyseres gehad het, het sy besluit om hom alleen te laat sodat hy self sy werkies doen. Ons besluit vandag dat sy Denker die geleentheid smiddae sal gee om eers te ontspan voordat hulle met sy huiswerkies begin. Wanneer hy dan begin, sal hy vir haar beplanning gee van hoe hy die werkies gaan aanpak en wat hy gaan doen. Indien hy hulp met die beplanning nodig het, sal sy moeder hom ondersteun daarmee, anders sal sy hom die geleentheid gee om die werkies op sy eie te doen. Wanneer Denker klaar is met sy werkies gaan sy moeder daarna kyk en hulp verleen waar nodig.

Denker se moeder vertel van haar frustrasies met Denker se ouer boetie en dat sy geen hulp van hul vader se kant af ontvang nie. Denker se moeder kom gefrustreerd en oorstuur voor. Volgens haar vertelling moet sy die kinders alleen opvoed en na hulle omsien. Denker se moeder en vader is geskei.

Denker se moeder noem dat Denker makliker skool toe gaan en nie meer uitbarstings toon wanneer sy hom gaan aflaai nie.

Nadat ek met Denker se moeder gesels het, gesels ek en hy oor die vorige sessies. Denker noem dat sy veilige plekkie vir hom 'n hawe is en dat hy altyd lekker voel wanneer hy daarheen gaan. Hy vertel verder dat hy sy klippe in sy ligbal uitgooi en dan ligter voel. Denker kom vandag hartseer en ongelukkig voor. Hy noem dat hy so voel wanneer hy rustig raak. Denker vind dit moeilik om sy emosies en gevoelens uit te druk en daaroor te praat.

Aangesien ek bewus daarvan is dat Denker nie sy gevoelens in woorde kan uitdruk nie, probeer ek om hom deur middel van die terapeutiese ingrepe by te staan om dit vir hom makliker te maak. Ons doen Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie. Denker gaan na sy veilige plek. Ek vra hom wat hy in sy tuin sien. Denker antwoord:

> *Een boom is nou afgekap soos 'n stoel. Ek sien meerkatte en 'n paar leeus met daai maanhare en 'n paar wit tiere en bruin tiere en baie ander tipe leeus met maanhare ook.*

30 April 2010:19

Ek noem aan Denker dat die diere in sy tuin kan praat en dat hy 'n spesiale leeu of tier moet kies met wie hy kan praat. Denker kies 'n tier en noem hom Raining Flame:

> *Ek wil hê jy moet nou met Raining Flame praat oor dit wat in jou aangaan. En jy hoef nie hard te praat nie. Net jy en hy is nou daar, julle twee. Hy is al een wat jou versstaan. Vertel vir hom wat gaan aan en wanneer julle twee klaar gepraat het, dan kan jy net jou kop vir my knik. Jy en Rainig Flame. Stilte*
>
> *En nou wil ek hê jy moet onthou dat Raining Flame jou beste maatjie is en luister nou vir my wat hy vir jou wil sê, want hy kan praat. En wanneer hy klaar met jou gepraat het kan jy net weer jou kop vir my knik. Stilte.*

30 April 2010:20

Na afloop van die Ericksoniaanse terapie bou Denker die toneel in die sand. Denker is betrokke by die terapie en gee goeie samewerking. Denker noem dat hy die volgende aan Raining Flame vertel het:

> *Ek het vir hom gesê alles oor my disleksie en alles. En toe sê ek vir hom oor selfmoord pleeg en allerhande ander dinge. En toe sê hy vir my ... as tannie Dirkie wil weet dan moet ek vir tannie Dirkie vertel.*

30 April 2010:24

Denker vertel uit sy hartjie dat hy bekommerd voel oor hulle troeteldiere aangesien hulle nie genoeg geldjies het om genoeg kos vir hul troeteldiere te gee nie. Volgens Denker het hulle vier klein hondjies en een groot hond. Hy noem dat hulle brandmaer is. Volgens Denker het hulle net genoeg geld vir kos en water en ligte elke maand. Hy vertel dat dit hom sleg laat voel aangesien hul huisgesin finansieël swaarkry. Ek poog om aan Denker uit te wys dat alhoewel hulle finansieël nie in oorvloed het nie, hulle genoeg het om aan hul daaglikse behoeftes te voorsien. Hy het genoeg kos om te eet elke dag, hy het 'n warm bedjie om in te slaap, hy het ouers wat hom liefhet en daar is soms 'n geldjie vir snoepie by die skool. Ek vra aan Denker of daar 'n manier is waaraan hy kan dink hoe hy sy ouers kan help.

Deur te try om saam te werk en dat ek try om hulle te help om geld te maak. Ek gaan vir die buurtannie werk vir geld, of dalk by tannie Tokkie gaan vra kan ek haar huis of iets doen daarso of na die hond daar sal kyk, net 'n ogie hou vir so R10-00 of R5-00.

30 April 2010:25

My antwoord aan Denker is die volgende:

> *Mamma cope met alles. Miskien kry sy nie so baie geldjies nie, maar die geldjies wat sy kry help en dit gee dat julle darem kan oorleef, al kry julle partykeer swaar. Daar is genoeg om van te oorleef. En mamma is okay daarmee. So, jy moet probeer om ook okay te wees daarmee. Dit wat mamma kan doen, doen sy. Jy moet dit altyd onthou. Al wat sy vra is dat wanneer sy vir jou iets vra, dat jy haar help, soos byvoorbeeld jou huiswerkies doen. En dit kan jy doen. Dan gaan jy die lewe vir haar baie makliker maak, en jy kan dit doen. Dit gaan baie help al klaar. Jy hoef nie te worry oor geldjies inbring of nog geldjies te gaan haal iewers of om te werk nie. Jy moet net probeer om jou deeltjie te doen, en jou deeljtie is dat jy moet skool toe gaan; jy moet jou huiswerkies doen; en wanneer mamma praat moet jy probeer om te luister. Dit is jou deeltjie wat jy moet doen. Verder hoef jy niks te doen nie. Dit is al wat jy moet doen. En as jy dit doen, gaan jy mamma verskriklik help. So moenie bekommer oor geldjies en sulke dinge nie. Bekommer jou daaroor dat jy moet probeer om in die huis jou deel te doen.*

30 April 2010:26

Ek poog om aan Denker uit te wys dat hy nie nodig het om finansieël 'n bydrae te maak tot hul huishouding nie, maar dat sy bydrae op 'n ander manier gemaak kan word deur byvoorbeeld skool toe te gaan, sy huiswerkies te doen en te luister wanneer sy mamma met met hom praat.

My refleksie

Na aanleiding van my gesprek met Denker se moeder sien ek dat sy gefrustreerd voel en dat sy ongelukkig is. Hierdie gevoel van frustrasie en ongelukkigheid mag na Denker toe oorspoel aangesien hy so 'n sensitiewe seuntjie is. Denker se moeder vind dit moeilik om die kinders te hanteer en dit wil amper voorkom asof die huishouding, die finansies en die opvoeding van die kinders vir haar te veel is op die oomblik. Denker se moeder voel oorspoel. Ek poog om aan haar riglyne te gee wat haar kan bemagtig om Denker te help om sy huiswerk op 'n meer positiewe manier aan te pak.

Denker is vandag self ongelukkig. Sy ogies is vol hartseer. Ek vind dit moeilik wanneer kinders met soveel hartseer in hulle rondloop. Hy is veronderstel om die goeie kant van die lewe te ken en die lewe net te geniet, maar Denker is nie so nie. Daar is 'n donker deel aan Denker.

Volgens Denker voel hy hartseer en moedeloos en oorspoel sy emosie hom wanneer hy rustig raak.

Gedurende die terapeutiese ingrepe loop die trane oor Denker se wangetjies terwyl hy met Raining Flame gesêls. Denker is 'n diep emosionele kindjie. Ek glo dat die trane wat vandag vloei, trane van genesing vir Denker gaan wees. Ek glo dat hy sy siel gaan skoonspoel en emosioneel veiliger gaan voel na die sessie.

Denker is 'n liewe seuntjie wat die donker kant van die lewe beleef en dit is vir hom moeilik om die lig te sien. Moontlik kan dit help indien sy moeder en vader probeer om nie die finansiële probleme wat hulle ervaar voor Denker te bespreek nie en om te fokus op die goeie dinge, al is dit net die feit dat hulle bymekaar is en lief vir mekaar kan wees. Denker se moeder kry swaar en dit kan wees dat sy self vergeet het wat dit beteken om die mooi dinge in die lewe raak te sien en dat sy hierdie morbiede houding onbewustelik op Denker projekteer. Denker se moeder is baie lief vir hom en sal enige iets doen om die lewe vir hom makliker te maak. Ongelukkig wil dit voorkom asof daar niemand is met wie sy oor haar gevoelens kan gesels nie. Alhoewel sy en Denker se vader steeds saam bly, het hul 'n gekompliseerde verhouding en ondersteun hy haar nie. Die gesin kry swaar, emosioneel en finansieël.

Deelnemer se refleksie

Denker het 'n prentjie geteken.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: depressief
- Emosies: hartseer, depressief, vrees
- Gevoelens: onsekerheid, geslote, eensaamheid, ongelukkigheid
- Behoefte: gelukkige lewe, soek na maatjie, geldjies
- Houding: swak selfbeeld, skaam
- Hindernisse: lusteloos, lewensmoeg, geen uithouvermoë, geen motivering, nagmerries, slegte gedagtes, bekommernis oor ouers
- Uitdrukking van patologie: depressie

DEELNEMER C: SKULPIE

DEELNEMER C: SKULPIE

AGTERGRONDINLIGTING

Die deelnemer – van nou af genoem – is ’n 11-jarige Afrikaanssprekende dogter in Graad 5 en die jongste van twee dogters.

Skulpie se moeder het die evaluasie versoek aangesien Skulpie se gedrag skielik verander het. Volgens haar moeder kom sy lusteloos voor en haar skoolwerk het agteruitgegaan. Haar moeder vertel dat Skulpie portuurgroep-probleme ervaar en nie belangstel in enige iets nie. Haar moeder noem dat sy voorheen aan buitemuurse aktiwiteite by die skool deelgeneem het en ’n lewendige belangstelling in alles rondom haar getoon het, maar dat sy nie meer belangstel daarin om enige buitemuurse aktiweiteite te doen nie. Wanneer sy tuis is lê sy in haar kamer en maak geen kontak met die res van die huisgesin nie.

Skulpie se ouers is geskei. Haar vader is in die proses om weer te trou. Sy woon by haar moeder, stiefvader en ouer sussie. Skulpie se moeder voel dat Skulpie en haar aanstaande stiefmoeder nie oor die weg kom nie en dat dit vir Skulpie onaangenaam en stresvol is om by haar vader en sy verloofde te gaan kuier. Sy sou graag vir Skulpie wou ondersteun om aan te pas by die nuwe omstandighede. Skulpie se moeder voel dat Skulpie se gedrag verander het vandat haar vader in ’n verhouding betrokke is.

Skulpie se vader en aanstaande stiefmoeder is gekontak en hulle samewerking is versoek met betrekking tot die terapie. Hulle het gevind dat dit onnodig was en het nie belanggestel om by die terapeutiese proses betrokke te raak nie.Sessie 1 – onderhoud 1 en terapie 1

ONDERHOUDE EN TERAPEUTIESE INGREPE

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van terapie is om Skulpie bewus te maak van haar emosies en die bewuswording dat daar nie regte en verkeerde emosies is nie.

Verloop van die sessie

Ek gesels aanvanklik met Skulpie oor die vakansie en wat sy alles gedoen het en probeer om haar sover te kry om te ontspan. Skulpie kom as ’n gespanne dogtertjie voor en die terapeutiese situasie is vir haar vreemd.

Skulpie is ’n onseker dogtertjie met ’n swak waaghouding. Dit wil vir my voorkom asof ek baie geduldig met haar moet wees en dit wat ek van haar verlang op ’n stadige, rustige manier moet oordra sodat sy op haar gemak kan voel met die proses en die proses kan geniet en haar eie maak.

Ek doen Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie. Ek vertel aan Skulpie die storie van die ligbal (Bylaag G). Dit blyk asof Skulpie die hipnoterapie geniet. Sy kom ontspanne en gemaklik voor. Na afloop van die storievertelling vra ek haar om die storie in die sand uit te beeld. Skulpie noem dat sy allergies vir sand is en dat die sand haar laat uitslaan. Aangesien ek vooraf met haar moeder gepraat het in verband met die terapie weet ek dat dit nie waar is nie. Ek moedig haar aan om net te probeer sodat ons kan sien of sy dit geniet of nie.

Skulpie het 'n mooi sandtoneel gebou. Uit haar sandtoneel blyk dit dat sy die storievertelling verstaan het.

My refleksie

Dit blyk asof Skulpie dit moeilik vind om haar emosies in woorde uit te druk. Dit is asof sy wegkruip vir dit wat sy voel en asof sy haarself net nie sover kan kry om eerlik te wees oor haar gevoelens en gedagtes nie. Kan dit wees dat sy bang is om te erken hoe sy voel, of weet sy moontlik nie hoe om haarself uit te druk nie? Een van die redes waarom Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie so wonderlik is, is omdat dit nie vir die kind nodig is om haar gevoelens in woorde uit te druk nie: die sandspel doen dit vir haar. Deur middel van Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie is dit nie nodig dat Skulpie met my moet gesels oor haar gevoelens nie, sy moet net na die storie luister en dit wat sy onder die storie verstaan, in die sand uitbeeld.

Skulpie kom as 'n onseker dogtertjie voor wat bang is om te waag en om foute te maak. Skulpie kom ook passief voor, asof sy nog nie ontdek het hoe om die lewe te geniet nie.

Na afloop van die Ericksoniaanse storievertelling vra ek Skulpie om die storie op haar eie unieke manier in die sand uit te beeld. Skulpie kom onseker voor en noem dat sy allergies vir sand is. Aangesien ek die terapie vooraf met haar moeder bespreek het weet ek dat dit nie waar is nie. Wanneer 'n kind nie daarvan hou om aan die sand te raak nie is die terapie gewoonlik nie vir hulle lekker nie. Ek wil graag dat Skulpie die terapie moet geniet en iets positiefs daaruit haal. Ek moedig haar dus aan om net te probeer en te kyk of sy van die sandspel hou of nie. Kan dit wees dat Skulpie nie lus is vir die terapie nie? Indien dit die geval is gaan dit 'n groot uitdaging wees om haar te laat saamwerk sodat die terapie moontlik tot haar voordeel kan wees.

Skulpie het 'n wonderlike sandtoneel gebou wat daarop dui dat sy die storie haar eie gemaak het en verstaan.

Deelnemer se refleksie

Skulpie was bereid om 'n joernaal te begin. Met die aanvang van ons daaropvolgende sessie kyk ek na haar joernaal. Sy noem dat sy vergeet het om haar huiswerk te doen. Ek het met

haar moeder daaroor gesels wat genoem het dat Skulpie haar nie ingelig het omtrent haar huiswerk nie. Skulpie toon volgens haar moeder ook geen belangstelling in haar skoolwerk en buitemuurse aktiwiteite en is passief en lusteloos.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: verhoudingshindernisse
- Emosies: opstandigheid
- Gevoelens: onsekerheid, ontkenning, neerslagtigheid
- Houding: passief
- Hindernisse: konflik (aanstaande stiefmoeder), konflik (vader), konflik (onderwysers), konsentrasie, geheue
- Uitdrukking van patologie: depressie.

Sessie 2: onderhoud 2, terapie 2

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van die sessie is om Skulpie te ondersteun om haar emosies te aanvaar as deel van haar en om aan haar emosies name te gee.

Verloop van die sessie

Met die aanvang van die sessie poog ek om aan Skulpie te verduidelik dat sy deel is van ’n sisteem (Donald et al., 1999:36). Ek probeer aan haar verduidelik dat sy en dit wat sy ervaar ’n invloed het op die ander mense wat deel is van haar leefwêreld (gesin, vader, aanstaande stiefmoeder, portuurgroep, ensovoorts) en dat die belangrike ander mense in haar leefwêreld weer ’n invloed op haar en haar emosies uitoefen. Die doel hiervan is om vir Skulpie te wys dat daar ’n goue draad in haar lewe gespan is wat almal met wie sy in aanraking kom met haar verbind. Dit is binne haar vermoë om hierdie verhoudinge in ’n positiewe of negatiewe lig te sien. Haar keuses beïnvloed haar verhoudings positief of negatief.

Skulpie gesels vandag meer vryelik oor haar gevoelens met betrekking tot haar vader en sy verloofde. Dit is asof sy vandag meer op haar gemak is in die terapeutiese situasie. Sy onthou wat ons in die vorige sessie gedoen het, wat positief is.

Gedurende die Ericksoniaanse terapie gaan ons voort met die storie van die ligbal. Vandag vra ek vir Skulpie om gedurende die terapie die klippe in haar ligbal uit te gooi (Bylaag G). Terwyl ons besig is met die hipnoterapie vra ek dat sy haar toneel in die sand uitbeeld en

daarna gaan ons voort met die hipnoterapie. Die tweede deel van die Ericksoniaanse terapie ondersteun Skulpie om te konsentreer op haar sterkpunte.

My refleksie

Ek het Skulpie se vader geskakel om vas te stel of hy en sy verloofde bereid sou wees om hul samewerking te gee met betrekking tot Skulpie se terapie. Hulle was nie bereid om my te kom sien nie. Indien haar vader en sy verloofde hul samewerking sou gee, voel ek dat die terapeutiese ingrepe meer sinvol sou wees aangesien een van Skulpie se grootste emosionele hindernisse haar verhouding met haar vader en toekomstige stiefmoeder is.

Dit wil voorkom asof daar heelwat kommunikasiehindernisse en konflik tussen Skulpie , haar suster en hul vader se verloofde is. Dit is moeilik om hierdie probleem net van een kant af aan te spreek en moontlike oplossings daarvoor te vind. Dit blyk asof die manier hoe haar vader en sy verloofde hul hanteer, vir Skulpie opstandig maak aangesien dit vir haar voel asof sy geen sê in haar vader se huis het nie. Dit voel vir Skulpie asof sy bevele daar ontvang en wanneer sy nie die bevele gehoorsaam nie word haar vader en sy aanstaande onredelik kwaad en buierig. Wanneer Skulpie gesels oor haar verhouding met haar vader en sy verloofde en hoe sy haar kuiertjies by hulle ervaar, wonder ek waarom haar vader die moeite doen om hulle naweke by hom te laat kuier indien dit vir hom en sy verloofde nie lekker is om die kinders daar te hê nie. Ek is bewus daarvan dat ek unilateraal na die situasie kyk aangesien ek net een kant van die verhaal hoor.

Deelnemer se refleksie

Dit wil vir my voorkom asof Skulpie haar huiswerk aframmel net om klaar te kry. Skulpie is nie betrokke by hierdie terapeutiese proses nie en ek is nie seker hoeveel van wat ons hier doen sy in haar lewe buite die terapiekamer gaan toepas nie. Sy het wel haar klippe in haar ligbal benoem maar glad nie gepraat oor die sisteemteorie wat ek aan haar verduidelik het nie. Skulpie kom steeds passief voor.

Temas geïdentifiseer

- Boodskap: verhoudingshindernisse
- Emosies: hartseer, moeg, gefrustreerd
- Gevoelens: opstandigheid, aggressie, neerslagtigheid
- Houding: passief
- Hindernisse: konflik (aanstaande stiefmoeder), konflik (vader), konflik (portuurgroep), kommunikasiehindernis
- Behoeftes: liefde, aanvaarding
- Uitdrukking van patologie: depressie.

Sessie 3 – oueronderhoud 1 met moeder

Doelwit(te) van onderhoud

Die doelwit van hierdie sessie is om primêr vas te stel wat Skulpie se moeder se indrukke is aangaande die invloed van die terapie tot dusver op Skulpie se lewe en verdere aanbevelings rakende hindernisse wat Skulpie ervaar, te maak.

Skulpie se moeder noem dat hul vader gereeld beloftes aan die kinders maak wat hy nie nakom nie. Hierdie leë beloftes mag verdere frustrasie by Skulpie veroorsaak en haar onseker laat voel oor haar plek in haar vader se lewe. Volgens dit wat Skulpie se moeder vertel is dit vir Skulpie heerlik om tyd alleen met haar vader deur te bring wanneer sy verloofde nie by is nie. Skulpie se aanstaande stiefmoeder het nog nie kinders van haar eie nie en moontlik is dit waarom sy nie ingestel is op Skulpie se behoeftes nie. Egskeiding is ongelooflik moeilik vir die kinders betrokke. Sou dit nie wonderlik gewees het indien haar stiefmoeder haar tegemoet kon kom om vinniger by die nuwe, vreemde situasie aan te pas nie?

Wanneer ek Skulpie dophou en na haar moeder luister wil dit vir my voorkom asof sy nie die terapie ernstig opneem nie. Sy sal vergeet om haar terapietakies uit te voer of dit aframmel. Skulpie se moeder bevestig haar ongeïnteresseerde houding teenoor alles en almal in haar lewe. Haar moeder voel bekommerd hieroor aangesien Skulpie volgens haar nooit voorheen vir so lank so ongeïnteresseerd was in haarself en haar lewe en alles om haar nie. Skulpie blyk asof sy nie innerlik gemotiveerd is om ’n bydrae te lewer met betrekking tot die terapeutiese ingrepe nie.

Skulpie se moeder sien haar positiewe eienskappe raak en sal so graag dat haar dogter haar volle potensiaal moet ontwikkel. Dit is vir my duidelik dat sy baie lief is vir Skulpie en net die beste vir haar wil hê.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: ongemotiveerde, ongeïnteresseerde houding van Skulpie
- Emosies: wisselvallig, hartseer, woede
- Gevoelens: ontkenning, eensaamheid, verlorenheid, negatiwiteit, onsekerheid, aggressie, ongemotiveerdheid, geslotenheid, neerslagtigheid
- Houding: passief, slordig, vergeetagtig, humeurig, bakleierig, kru taal, jok
- Hindernisse: verhoudingshindernis (vader en aanstaande stiefmoeder); vader emosioneel afkrakend; vader verbaal aggressief; konflik (vader); vader onredelik, Skulpie nie beheer oor emosies, Skulpie aanvaar nie verantwoordelikheid vir lewe

- Behoefte: liefde, aanvaarding en tyd saam met vader
- Uitdrukking van patologie: depressie.

Sessie 4 : onderhoud 3, terapie 3

In hierdie afdeling word die doelwitte en verloop van die sessie bespreek, asook die refleksie van die navorser.

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van terapie is om Skulpie te ondersteun om haar sterkpunte te gebruik om by haar twee verskillende families aan te pas.

Verloop van die sessie

Skulpie doen nie haar huiswerkies in haar joernaal nie. Ek probeer aan haar verduidelik waarom dit belangrik vir haar is om in haar joernaal te werk. Dit wil nie vir my voorkom asof sy die terapie ernstig opneem nie. Ek kry hierdie gevoel al van die eerste sessie af en dit het nog nie verander nie.

Ek gesels met Skulpie en dit voel vir my asof ek alles uit haar moet trek vandag. Sy blyk passief en energieloos en onbelangstellend. Ons doen gedurende die Ericksoniaanse terapie die storie van *Family Constellations* (Thomson, 2005:157) (Bylaag H). Skulpie doen haar sandspelterapie na die storievertelling.

My refleksie

Ek kry die gevoel dat Skulpie die terapie bywoon omdat haar moeder dit verlang. Dit wil voorkom asof sy nie dink dat dit belangrik is nie. Ek sien nie ’n verbetering in Skulpie se houding tydens terapie nie.

Skulpie het vandag positief oor haar stiefmoeder gepraat, wat goed is. Haar stiefmoeder het blykbaar besluit om haar houding teenoor Skulpie te verander en dit is vir Skulpie draagliker om daar te kuier. Wat my opval is dat Skulpie se emosies afhang van hoe haar stiefmoeder teenoor haar optree. Skulpie het nog nie geleer dat haar emosies nie hoef af te hang van hoe haar stiefmoeder teenoor haar optree nie, maar dat sy sterk genoeg in haarself moet wees om negatiwiteit ook te kan hanteer.

Storievertelling is vir Skulpie aangenaam en dit blyk asof sy die storie inneem. Ek bly egter onseker oor die feit of Skulpie dit wat sy hier leer daar buite gaan toepas. Skulpie jaag die sandspelterapie af en dit is asof sy net nie deel is daarvan nie. Sy doen wat van haar verwag word so vinnig as moontlik sodat sy weer in haar eie emosies kan terugval.

Deelnemer se refleksie

Ten einde die klippe in haar ligbal te benoem, skryf Skulpie 'n klomp name neer:

Sasha, Bitsboy, Lowergirl, Jade, Nathan, Chaklan, Ashley, Sheldon, Megan, Amy, Dean, Kyel en Charles.

Refleksiejoernaal (2010:3)

Skulpie noem dat die storie wat ons die vorige week gedoen het haar liefdevol laat voel het.

Skulpie koppel sekere gevoelens aan die name wat sy neergeskryf het:

> *En toe het ek Sasha gekies in my huisie hier is omdat Sasha altyd stout goeters doen en Sasha maak my stoute goeters doen. En Bitsboy is alewig besig en dit is hoekom ek altyd besig is. Jade is al hoekom ek haar gekies het dit is omdat sy ook altyd besig is met stout goeters. En Nathan, dit is omdat hy altyd stout goeters doen in badkamers en goeters, dan doen hy dit nie in badkamers en in die kamer nie. En Ashley omdat sy alewig boos is dan maak dit my boos. En Sheldon dit is omdat hy aleweig besig is. Megan is mislik met almal dan maak dit my so. Amy sê goedjies dan maak dit ander mense seer. Dean sê goeters wat ander mense seer maak dan sê ek dit. Kyel terg 'n mens dan terg ek die ander, maak dit my die ander terg. En Charles is mislik met almal.*

15 April 2010:2

Dit wil voorkom asof sy die eienskappe wat sy in haarself sien en as problematies ervaar, mense se name genoem het.

Temas geïdentifiseer

- Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:
- Boodskap: ongemotiveerde houding
- Emosies: moeg
- Gevoelens: ontkenning, neerslagtigheid
- Houding: passief
- Hindernisse: portuurgroep
- Uitdrukking van patologie: depressie.

Sessie 5: onderhoud 4, terapie 4

In hierdie afdeling word die doelwitte en verloop van die sessie bespreek, asook die refleksie van die navorser.

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van hierdie sessie is om Skulpie te ondersteun om haar sterkpunte raak te sien.

Verloop van die sessie

Ons bespreek aan die begin van die sessie die name wat Skulpie neergeskryf het as hindernisse wat sy in haar ligbal gesien het en wat sy uitgegooi het. Die hindernisse wat sy noem is die volgende: sy is soms stout; sy is soms te besig; sy is humeurig; sy is mislik met ander; sy sê goed wat ander seer maak en ander sê dinge wat haar seer maak; sy terg ander en ander terg haar.

Skulpie onthou die storie wat ons die vorige keer gedoen het. Sy sê die storie het die volgende vir haar beteken:

> *Dat ek moet gelukkig wees met die familie en hulle lief hê. Ons lyk nie altyd dieselfde nie.*
>
> 15 April 2010:3

Ons doen vandag Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie. Die sessie begin met ontspanningstegnieke. Wanneer Skulpie by haar veilige plek kom, praat ons oor haar sterkpunte. Vandag vra ek aan Skulpie om aan my ’n storie te vertel waarna ek die storie terugvertel met ’n positiewe uitkoms (Bylaag . Na afloop van die storie vra ek dat Skulpie die storie in die sand moet uitbeeld soos wat sy dit verstaan het en dit vir haar betekenis ingehou het.

My refleksie

Skulpie bring haar refleksiejoernaal saam en is baie trots aangesien sy haar huiswerk gedoen het. Sy het die klippe wat in haar ligbal was benoem. Dit klink asof sy die volgende eienskappe in haarself sien: sy is stout, sy is humeurig en mislik en sê en doen soms goed wat ander mense seermaak.

Ek vertel nie vandag aan Skulpie ’n storie nie maar vra haar om ’n storie te vertel. Dit wil voorkom asof die kruks van haar storie is dat reëls soms vir geen rede kan verander nie. Kan dit wees dat Skulpie dit wat by haar vader se huis gebeur vandag in ’n storie verwoord? Nadat Skulpie haar storie klaar vertel het, vertel ek haar storie vir haar terug. Ek poog om deur middel van my storie dit vir haar duidelik te maak dat dit maklik is om ander se talente raak te sien maar dat ’n mens soms nie jou eie talente raaksien nie.

Skulpie is 'n unieke dogtertjie. Ek is nie seker dat ek tot haar deurdring in die terapie sessies nie en ek is nie oortuig dat die terapeutiese ingrepe positiewe resultate het nie. Skulpie onthou ons sessies en kan gewoonlik vir my vertel waaroor ons vorige sessies gegaan het, maar ek weet nie of sy die simboliek verstaan en toepas in haar lewe nie.

Deelnemer se refleksie

Aangesien Skulpie dit moeilik gevind het om in haar refleksiejoernaal te werk het ek na afloop van elke sessie vir haar vrae neergeskryf waaroor sy moes gaan dink en dit dan beantwoord. Die antwoorde wat Skulpie neergeskryf het oor hierdie sessie is onverstaanbaar en sy kan self nie verdere lig daarop werp nie. Skulpie jaag die werk rondom die refleksiejoernaal af en ek glo dat sy 'n paar woorde neerrammel net om iets te kan saambring. Skulpie is nie betrokke by haar proses nie.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap
- Emosies
- Gevoelens: onbetrokkenheid, neerslagtigheid
- Houding: passief
- Hindernisse: stout, te besig, humeurig, maak ander seer deur woorde, terg ander, mislik.
- Uitdrukking van patologie: depressie.

Sessie 6: onderhoud 5, terapie 5

In hierdie afdeling word die doelwitte en verloop van die sessie bespreek, asook die refleksie van die navorser.

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van hierdie sessie is om vas te stel wat Skulpie se verskillende ervaringe is sodat ek daaraan kan aandag gee tydens die terapeutiese ingrepe.

Verloop van die sessie

Ons gesels aanvanklik oor dit wat ons in die vorige sessie gedoen het, waarna ons Ericksoniaanse terapie doen. Ons doen eers ontspanningstegnieke waarna Skulpie na haar veilige plek gaan. Vandag kan een van die diere in haar tuin praat en ek moedig Skulpie aan om aan haar diertjie enige iets te vertel wat sy graag wil. Skulpie gesels oor die

verhoudingshindernisse wat sy en haar vader ervaar. Na afloop van die Ericksoniaanse terapie vra ek dat Skulpie haar ervaring in die sand moet uitbeeld.

My refleksie

Ek vra dat Skulpie 'n diertjie moet kies om haar diepste gevoelens mee te deel sodat sy, sonder dat dit nodig is om met my daaroor te gesels, haar gevoelens en emosies kan uitdruk. Skulpie toon min emosie in terapie. Ek voel steeds onseker oor haar vordering en weet nie of hierdie spesifieke terapeutiese ingrepe tot Skulpie se voordeel strek nie. Haar moeder het my laat weet dat dit beter gaan met haar wat die portuurgroephindernisse en kwaliteit van haar skoolwerk betref.. Volgens haar moeder gesels sy openliker met haar en het hulle verhouding verbeter. Moontlik gebruik sy tog dit wat sy hier leer in haar lewe.

Wanneer haar gesprek met haar diertjie ontleed word, blyk dit asof daar steeds verhoudingsprobleme tussen haar en haar vader bestaan. Sy noem dat hy steeds oor alles raas. Dit blyk nie asof daar 'n verbetering in haar verhouding met haar vader is nie. Dit is asof Skulpie net negatiewe emosies ervaar wanneer sy van haar vader praat. Haar vader se negatiewe houding maak haar onseker. Ek voorsien nie dat die verhouding tussen Skulpie en haar vader gaan verander nie aangesien haar vader nie wil erken dat daar 'n probleem is nie.

Deelnemer se refleksie

Skulpie het nie die laaste inskrywings in haar refleksiejoernaal gedoen nie.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: verhoudingsprobleme
- Emosies: hartseer
- Gevoelens: frustrasie
- Houding: passief
- Hindernisse: verhoudingsprobleme (vader)
- Uitdrukking van patologie: depressie.

DEELNEMER D: VERLORE

DEELNEMER D: VERLORE

AGTERGRONDINLIGTING

Die deelnemer – van nou af genoem Verlore – is 'n 12-jarige Afrikaansspprekende seun in Graad 6.

Verlore is deur een van sy klasonderwyseresse na my verwys nadat hy oorgeplaas is vanaf 'n ander skool. Sy klasonderwyseres het bekommerd gevoel oor sy emosionele welstand.

Ten tye van die verwysing het Verlore by sy materne tante gewoon aangesien sy biologiese moeder oorlede is en sy vader in die tronk is. Verlore se tante het die agtergrondinligting verskaf.

Volgens Verlore se tante, is haar suster, Verlore se moeder, drie jaar gelede oorlede na 'n lang stryd met kanker. Na haar afsterwe is Verlore na 'n weeshuis in Pretoria. Verlore se vader het hom uit die weeshuis in Pretoria ontvoer. Die polisie het hom gearresteer en Verlore is deur die welsyn in 'n stieftante se sorg geplaas. Nie lank nadat Verlore daar geplaas is nie, het die stieftante besluit dat sy nie meer vir hom kans sien nie en het hom teruggestuur na die weeshuis.

Die welsynsbeampte wat na Verlore se belange omgesien het, het hom daarna in die sorg van 'n wildvreemde vrou geplaas wat klaarblyklik na heelwat welsynkindertjies omgesien het. Verlore se vader het op hierdie stadium in die hof verskyn en 'n opgeskorte vonnis van vyf jaar ontvang. Sy vader het met die welsyn in verbinding getree en Verlore is terug in sy sorg geplaas. Sy vader is gedurende hierdie tydperk weer getroud. Verlore het vir ongeveer twee jaar by sy vader en stiefmoeder gewoon. Sy stiefmoeder het twee kinders uit 'n vorige huwelik gehad. Volgens Verlore se tante het sy vader vir Verlore, die ander kinders asook die stiefmoeder wreed aangerand. Sy stiefmoeder kon hierdie gedrag nie langer hanteer nie en het 'n saak van aanranding teen Verlore se vader aanhangig gemaak. Verlore se vader is tronk toe vir kinderaanranding. Nadat sy vader tronk toe is, het sy stiefmoeder se dogtertjie van 12 jaar haar moeder vertel dat Verlore se vader haar seksueel gemolesteer het. 'n Saak van kindermolestering is gevolglik ook teen die vader gemaak. Verlore se vader is vanaf Augustus 2009 in die gevangenis.

Verlore se tante voel bekommerd oor hom aangesien hy glad nie met haar praat oor sy gevoelens nie. Sy ervaar hom as 'n eenkant kind wat geen belangstelling toon in menseverhoudinge nie. Volgens sy tante kom hy depressief voor en geniet hy nie sy jong lewe nie.

Vandat ek Verlore vir die eerste keer gesien het, het hy rondgedobber tussen verskillende mense en was dit asof daar nie 'n plekkie is waar hy sy voet kon neersit en huis kon noem nie. Verlore se tante het besluit dat sy nie langer vir hom kans sien nie en het hom aan veraf

familie gestuur wat naby sy huidige skool gewoon het (Mnr en Me X). Mnr en Me X se seun, Mnr Y, het besluit dat hy na Verlore sou omsien en Verlore het by Mnr Y in sy woonstel ingetrek. Gedurende die tydperk wat Verlore by Mnr Y gewoon het, het hy gesien hoe Mnr Y en die bure se minderjarige dogter in 'n sekuele verhouding betrokke was. Ek het die welsyn gekontak en hulle in kennis gestel waar Verlore hom bevind. Verlore is daarna weer in die sorg van sy materne tante geplaas. Mnr en Me X het aansoek gedoen om toesig en beheer oor Verlore en hy is onlangs in hulle sorg peplaas.

ONDERHOUDE EN TERAPEUTIESE INGREPE

Sessie 1: onderhoud 1, terapie 1

In hierdie afdeling word die doelwitte en verloop van die sessie bespreek, asook die refleksie van die navorser.

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van die sessie is om Verlore gemaklik te laat voel en bekend te stel aan Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie.

Verloop van die sessie

Ek gesels met Verlore ten einde vas te stel hoe hy sy lewe tot dusver beleef het. Volgens Verlore het sy stiefmoeder vyf kinders uit 'n vorige huwelik gehad. Verlore vertel hoe sy vader hulle sonder enige rede aangerand het. Behalwe vir die feit dat Verlore geweld gesien het, is hy self ook daaraan blootgestel aangesien sy vader niemand in die huishouding ontsien het nie.

Volgens Verlore se vertelling was hy daar toe die polisie sy vader kom wegneem het. Uit die onderhoud blyk dit dat Verlore bewus was daarvan dat sy vader sy stiefsussie onsekedelik aangerand het. Sy stiefsussie het hom in haar vertroue geneem, maar hulle albei was te bang vir sy vader om enige iemand in hul vertroue te neem. Wanneer Verlore se vader die ander kinders in die huis aangerand het, het Verlore probeer verdwyn aangesien hy bang was dat sy vader dieselfde aan hom sou doen. Verlore noem dat hy by was toe sy vader 'n ander man met 'n mes wou steek en dat sy vader hom ook met die mes wou steek aangesien die man sy vader met die polisie gedreig het indien hy sou aanhou om Verlore en sy gesin aan te rand.

Nadat Verlore se vader gearresteer is, het Verlore versoek om by sy materne tante te gaan woon. Uit Verlore se vertelling blyk dit dat hy deur sy moeder tuis onderrig is. Verlore was die hele dag in sy moeder se geselskap en dit wil voorkom asof sy die een is wat hom teen sy vader beskerm het.

Nadat Verlore sy verhaal vertel het doen ons Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie. Ons doen vandag die storie van die ligbal (Bylaag F).

My refleksie

Verlore was nie seker waarom hy my moes besoek nie. Sy tante het hom nie ingelig nie. Verlore is ’n netjiese, vriendelike seuntjie met oop gelaatstrekke. Ek het aan hom verduidelik dat dit waaroor ons gesels vertroulik is, behalwe wanneer ek vermoed dat hy homself of iemand anders wil seermaak.

Verlore se verhaal is ongelooflik hartseer. Wanneer hy vertel hoe sy vader hulle aangerand het, kan ek die hartseer en vertwyfeling in hom sien. In Verlore se vertelling skemer die verligting duidelik deur wanneer hy vertel dat sy vader deur die polisie weggeneem is en in die tronk is. Verlore voel skuldig omdat hy nie vir iemand vertel het wat sy vader aan sy stiefsussie gedoen het nie. Hy voel ook skuldig omdat hy weggekruip het wanneer sy vader die huisgesin begin aanrand het. Hy het nooit tussenbeide probeer tree nie, maar homself probeer beskerm. Dit kom duidelik uit Verlore se vertelling na vore dat hy ’n doodse vrees vir sy vader het. Verlore het in aanhoudende vrees onder sy vader se dak gelewe en nooit geweet wat van die een oomblik tot die volgende oomblik met hom in sy huis kon gebeur nie. ’n Huis is veronderstel om ’n kind se veilige hawe te wees waar hy kan vergeet van die probleme daar buite, maar dit was Verlore nie beskore nie. Hy het nooit veilig gevoel wanneer sy vader naby was nie en het nie liefde ervaar vandat sy moeder aan kanker oorlede is nie.

Wanneer Verlore van sy moeder praat, lê die heimwee duidelik oor sy gesiggie. Verlore mis sy moeder. Sy was die een wat hom onvoorwaardelik liefgehad het en in ’n oogwink is dit van hom af weggeneem en het sy hele lewe in duie gestort. Skielik was daar niemand meer wat net vir hom lief was en vir hom gebid het nie. Hoe verstaan ’n mens die weë van die Hemelse Vader, en hoe maak ek dit vir hierdie kind beter? Hier sit ’n pragseun voor my wat ’n verhaal vertel van ontsettende hartseer en pyn en ek moet poog om ’n verskil te maak. Sal ek dit kan doen? Is hierdie die tipe terapie wat vir Verlore gaan ondersteun?

Wanneer Verlore praat oor sy lewe voel ek klein en skaam as ek dink hoe maklik my eie kinderlewe was en hoe maklik my kinders se lewens is. My jongste seuntjie is in dieselfde graad as Verlore en wanneer ek in sy ogies kyk en besef hoe afhanklik hy nog van my is, dan word ek so hartseer om te dink dat Verlore dit nie het nie. Sy mamma is nie meer daar nie. Hoe onregverdig is die lewe nie.

Verlore is baang vir die dag wanneer sy vader uit die tronk gaan kom. Hy is bang dat hy weer by sy vader moet gaan woon.

Deelnemer se refleksie

Verlore skryf die volgende in sy refleksiejoernaal:

Ek maak my oë toe en daar is stilte. Ek sien trappe voor my. Ek loop af met dit. Ek is skielik bly toe ek onder kom. Ek sien 'n leë kamer toe ek in gaan is daar 'n bank en ek sit op hom, toe is ek in droomland. Ek sien toe ek is in 'n vliegtyg[4] *en ek vlieg toe ewe skielik is daar swart voor my, toe loop ek rond en sien weer lig, maar voor ek die lig gesien het, was ek bang, maar toe dit lig is, is ek nie meer bang nie, toe land ek die vliegtyg. En toe skruk ek waker toe gaan ek weer op met die trape en word waker.*

9 Februarie 2010:1

Verlore benoem die volgende klippe in sy ligbal: Haat, skree, slaan, baklei, slegsê, vloek, skop, spoeg, skiet, stout, seerkry, verkeerde dinge, swaarkry, mense wat my slegsê, nie tevrede nie, ongelukkig.

Verlore noem dat daar steeds klippe in sy ligbal is wat hy nie kon uithaal nie. Hy skryf dat hy in die sessie ervaar het dat 'n mens nie al die klippe uit jou ligbal kan haal nie: dat daar altyd klippe in 'n mens se lewe is, soos byvoorbeeld probleme.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: geen standvastigheid
- Emosies: vrees, heimee, verlange, ongelukkigheid
- Gevoel: belewing van aggressie, seerkry, swaarkry, ontevredenheid, verwerping
- Verdedigingsmeganisme: aanvaarding, selfbeskerming,oorlewing
- Hindernisse: geweld beleef
- Uitdrukking van patologie: depressie.

Sessie 2: onderhoud 2, terapie 2

In hierdie afdeling word die doelwitte en verloop van die sessie bespreek, asook die refleksie van die navorser.

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van hierdie sessie is om Verlore te ondersteun om die klippe wat in sy ligbal is uit te gooi.

[4] Hierdie aanhaling is direk aangehaal vanuit Verlore se refleksiejoernaal, daarom sal daar spelfoute voorkom.

Verloop van die sessie

Verlore vertel dat hy nie meer by sy materne tante woon nie. Hy vertel dat sy hom gevloek het en gesê het dat hy die rede is waarom sy tante se verhouding nie werk nie:

Toe sê hulle ek maak hulle lewe dat ek dit opbreek en daarvan af het hulle kwaad geraak vir my. Dit is hoekom ek nou by die ander oom bly.

16 Februarie (2010:21)

Verlore woon nou by 'n ander oom. Saam met hulle in die woonstel woon die oom se broer. Verlore vertel dat hy na skool na die oom se ouers toe gaan wat naby aan die skool woon totdat die oom van die werk af kom.

Ons doen Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie. Vandag poog ons om die klippe wat Verlore in sy ligbal benoem het, uit te gooi.

My refleksie

Verlore se vastigheid word weer onder hom uitgeruk. Sy tante wil nie meer hê hy moet by haar woon nie. Hoe is dit moontlik dat die vrou nie na haar eie sussie se kind wil omsien nie? Sy weet tog hoe deurmekaar sy lewe was en is. Is dit nie die laaste ding wat sy vir haar sussie kan doen nie? Ek voel vandag opstandig teenoor die vrou en ek ken haar nie eers nie. Ek skakel haar en vra of sy my kan kom sien. Sy klink baie bekommerd oor Verlore, maar sê dat sy nie verder betrokke wil wees nie.

Volgens Verlore het sy tante hom daarvan beskuldig dat hy probeer om 'n wig in te dryf tussen haar en die man saam met wie sy woon, net omdat hy gevra het of hulle vir hom 'n skool-atlas sal koop. Hoe verduidelik ek vir hierdie pragkind; hoe laat ek hom beter voel; wat sê ek vandag vir hom? Ek voel stom, daar is nie woorde nie en tog glimlag hy. Verlore het al deur die jare geleer om sy diepste gevoelens baie diep weg te bêre en vir niemand te wys hoe seer hy werklik het nie. Hy steek alles agter 'n breë glimlag weg.

Verlore woon nou by 'n ander man. Hierdie man is nie familie van hom nie en ek glo nie die welsyn weet waar Verlore hom op hierdie stadium bevind nie. Sy tante het hom net vir die man gegee. Ek voel baie bekommerd en sal die welsyn in kennis stel. Ek voel ook bekommerd oor die man. Hoe weet ek dat ons hom kan vertrou? Na skool gaan Verlore na die man se ouers waar hy sy huiswerk doen. Die man se ouers woon net agter die skool. Hoe kan sy tante dit toelaat? Hoe slaap sy in die aand? Die man maak allerhande beloftes aan Verlore dat hulle uit die woonstel gaan trek en in 'n groot huis gaan woon met 'n tuin. Gaan die kind weereens teleurgestel word?

Gedurende die sessie is dit vir Verlore moeilik om 'n veilige plek te kry. Ek help hom. Wanneer 'n mens sy lewe tot dusver in aanmerking neem is dit nie vreemd dat hy nie vir homself 'n

veilige plek kan visualiseer nie. Verlore het vir so lank nie veilig gevoel nie, dat hy glad nie 'n plek kan visualiseer waar hy veilig kan wees nie.

Na afloop van die sessie voel Verlore hartseer. Hy hou nie daarvan as iemand hom vir geen rede slegsê nie en hy voel dat hy die slegte persoon is en dat dit die rede is waarom slegte dinge met hom gebeur. Ek poog om Verlore te laat verstaan dat die negatiewe woorde en dade wat ander mense oor jou uitspreek en aan jou doen nie die waarheid oor jou is nie. Ek wil graag dat Verlore verstaan dat hy beheer het oor sy denke en sy gevoelens. Vandag sien ek dat dit vir Verlore moeilik is om sy gedagtes positief te hou. Hy herleef die verlede. Hoe moet hy die verlede verstaan en sin daaruit maak?

Deelnemer se refleksie

Verlore skryf in sy refleksiejoernaal dat dit vir hom moeilik is om sekere klippe uit sy ligbal te gooi. Die klippe wat hy nie kan uitgooi nie, is sy vader wat hom geslaan en geskop het en sy tannie wat hom sleggesê het. Aan die einde van sy inskrywing, skryf Verlore die volgende:

> *Maar ek sal dit maar laat gaan want sy is die verkeerde een, nie ek nie.*

Gedurende die sessie het ek gepoog om Verlore te laat verstaan dat die lelike dinge wat ander mense aan hom gedoen het, nie 'n refleksie is van die tipe persoon wie hy is nie. Verlore moet onthou dat hy geen beheer het oor die manier hoe ander mense optree of wat hulle sê nie. Die dinge wat ander sê en doen is binne hulle beheer en hulle besluit daaroor net soos wat die dinge wat hy doen en sê binne sy beheer is en niemand anders s'n nie. Die sinnetjie wat Verlore geskryf het, is in my opinie 'n baie belangrike sinnetjie want dit beteken dat hy verstaan wat ons in die sessie vir mekaar gesê het. Sy tannie se optrede is 'n refleksie van wie sy is en nie van wie Verlore is nie, en hy verstaan dit nou.

Temas geïdentifiseer

- Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:
- Boodskap: geen standvastigheid
- Emosies: vrees, heimee, verlange, ongelukkigheid, hartseer, hulpeloosheid
- Gevoel: belewing van aggressie, seerkry, swaarkry, ontevredenheid, verontwaardig, verwerping, eensaamheid
- Verdedigingsmeganisme: aanvaarding, selfbeskerming, oorlewing, alleen wees, positiewe denke
- Hindernisse: geweld beleef, emosionele mishandeling
- Uitdrukking van patologie: depressie.

Sessie 3: onderhoud 3, terapie 3

In hierdie afdeling word die doelwitte en verloop van die sessie bespreek, asook die refleksie van die navorser.

Doelwit(te) van die sessie

Mishandeling van enige aard het 'n invloed op die slagoffer se selfbeeld en daarom kan dit gebeur dat die slagoffer voel dat dit nie moontlik is om emosioneel gesond te wees nie (Davis, 1988:51). Die storie wat ek vandag vir Verlore gaan vertel is bedoel vir kinders wat ernstige mishandeling ervaar het en wat nie besef dat hulle enige hulpbronne het nie. Die boodskap van die storie is dat dit moontlik is om te genees en dat jy nie bang moet wees om te verander nie, want indien jy bang is om te verander mag dit gebeur dat jy jouself verhinder om te groei.

Verloop van die sessie

Verlore vertel dat hy nog by die oom bly, maar dat hulle aan die einde van April gaan verhuis na 'n groter plek. Hy noem dat dit goed gaan by die oom-hulle en dat hulle by die welsyn was.

Verlore vertel vandag dat een van hulle bure se dogters (13 jaar oud), gereeld by die oom kom kuier. Aangesien die dogter tydig en ontydig daar aankom, veroorsaak dit konflik tussen die oom en die oom se broer wat ook daar woon. Verlore voer aan dat die dogter gewoonlik die oom geselskap gehou het, maar dat dit nie meer nodig is dat sy dit doen nie aangesien hy, Verlore, nou daar is.

Volgens Verlore ervaar hy portuurgroephindernisse en wil sy maats nie meer met hom speel nie. Die rede waarom hulle nie meer met hom wil speel nie, is omdat Verlore uitgevind het dat sy een maatjie rook en hy wil nie betrokke wees by seuntjies wat rook nie.

Volgens Verlore het hy nog nie weer van sy tante gehoor nie. Klaarblyklik het sy vader uit die tronk laat weet dat hy nie meer by sy tante moet woon indien hulle lelik met hom is nie. Ek vra aan Verlore of hy sy vader mis. Sy anwoord:

> *Nee ek mis hom nie want ek like hom nie. Hy het my seergemaak. Ek mis hom nie sommer nie.*
>
> 25 Maart 2010:7

Ek wonder skielik of Verlore nie ander familie het by wie hy moontlik kan gaan woon nie en vra hom daarna. Volgens Verlore het hy 'n ouer boetie, maar hy sien sy broer nooit.

Na die onderhoud doen ons Ericksoniaanse hipnoterapie gekombineer met sandspelterapie. Die storie wat ek aan Verlore vertel is s'n storie van hoop. Die doel van die storie is om te wys dat 'n mens soms bang is vir verandering, maar dat dit juis die verandering is wat dit vir 'n mens moontlik kan maak om te groei (Bylaag J).

My refleksie

Verlore klink vandag onseker oor homself, sy lewe en die toekoms. Ek het die welsynsdame geskakel met wie ek voorheen oor Verlore gepraat het en sy het nog nie teruggekom na my toe nie. Gee niemand dan om nie? Verlore noem aanvanklik dat hy en die oom by die welsyn was maar korrigeer homself later. Verlore moet bang wees dat die welsyn hom by die oom gaan wegneem en by vreemde mense of selfs in die kinderhuis gaan plaas.

Ek voel so jammer vir Verlore en wil so graag meer doen. Waar trek ek as terapeut die streep? Nadat hy genoem het dat hy sekere skoolbenodigdhede nie het nie, het ek die skryfbehoeftes vir hom gaan koop. Daar is basiese dingetjies wat ander kinders as vanselfsprekend aanvaar, wat Verlore nie het nie, en hy kla nooit daaroor nie. Hierdie geval lê my baie na aan die hart, moontlik omdat my eie seuntjie net so oud soos Verlore is. Hoe verskriklik moet dit nie wees om te dink dat daar niemand is wat jy jou eie kan noem in hierdie wêreld wat net vir jou lief is nie. Hoe funksioneer 'n kind sonder liefde? Hoe gaan jy dag vir dag aan met jou lewe? Verlore doen dit. Op een of ander manier lig hy sy koppie elke dag op en pak hy die dag aan tot die beste van sy vermoë.

Ek weet in my hart dat die oom waar Verlore bly hom gaan seermaak. Die oom maak die wonderlikste beloftes en ek is seker dat hy dit nie gaan nakom nie. Hoe beskerm ek vir Verlore? Verlore is reeds verknog aan die oom en hy word jaloers wanneer die bure se dogter te veel daar kuier. Ek kan dit verstaan want Verlore probeer die familie wat hy nou het, vir homself hou.

Vandat Verlore weg is by sy materne tante het hy nog nie weer van haar gehoor nie. Hy noem wel dat sy vader laat weet het dat hy nie by sy tante hoef te bly nie. Wanneer Verlore oor sy vader praat, is daar vrees in sy stem. Hy is bang vir die dag wanneer sy vader uit die tronk gaan kom en die moontlikheid dat hy dan weer by sy vader sal moet woon. Verlore vertel vir die eerste keer vandag dat hy 'n ouer boetie het wat hy nooit sien nie. Waar is die boetie en waarom maak hy nie kontak met Verlore nie?

Daar gebeur soveel dinge tegelykertyd in Verlore se lewe. Hy noem dat hy en sy maats baklei het en dat hy nie meer met hulle speel nie aangesien hulle rook. Verlore neem standpunt in en hy weet wat reg en verkeerd is. Hy poog om 'n goeie lewe te lei en hard te werk in die skool sodat hy 'n sukses van sy lewe kan maak. Ek kan sien dat dit soms vir hom te veel raak; asof hy voel dat hy die hele tyd moet baklei maar nie voor kom nie. Mag hierdie pragseun nooit moed opgee nie.

Deelnemer se refleksie

Verlore het net 'n klein stukkie in sy refleksiejoernaal geskryf. Hy noem dat hy die blommetjie jammer gekry het aangesien almal die blommetjie verniel het. Verlore sluit af deur te sê dat die blommetjie gelukkig aan die einde 'n veilige plekkie gekry het om te groei.

Ek is nie seker of Verlore die storie deurtrek na sy eie lewe nie. Ek sal moet geduldig wees.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: geen standvastigheid
- Emosies: vrees, heimwee, verlange, ongelukkigheid, hartseer, hulpeloosheid, jaloesie
- Gevoel: onsekerheid, lewe oorbegin, opstandig
- Verdedigingsmeganisme: aanvaarding, selfbeskerming, oorlewing, positiewe denke, aanpasbaar
- Hindernisse: geweld beleef, emosionele mishandeling, portuurgroep, konflik, verhouding met vader
- Uitdrukking van patologie: depressie.

Sessie 4: onderhoud 4, terapie 4

In hierdie afdeling word die doelwitte en verloop van die sessie bespreek, asook die refleksie van die navorser.

Doelwit(te) van die sessie

Verlore het al heelwat traumatiese ervarings in sy lewe deurgemaak. Die doel van vandag se storie is om hom te laat verstaan dat vriende en ander mense hom kan ondersteun om emosioneel te groei.

Verloop van die sessie

Verlore woon nie meer by die oom nie. Hy woon nou by die oom se ouers (Mnr en Me A). Die rede waarom hy nie meer by die oom woon nie, is omdat die oom en die bure se dogter wat daar kuier, 'n seksuele verhouding het. Volgens Verlore is haar ouers bewus van die verhouding en keur hulle die verhouding goed. Ek skakel die welsyn sodat hulle ondersoek gaan instel. Ek besef dat sy nie my kliënt is nie, maar ek kan nie stilsit en toekyk indien 'n dertienjarige dogtertjie seksueel gemolesteer word nie.

Verlore noem vandag dat dit nie die eerste keer is dat die oom hom wegstuur nie. Die oom het hom 'n rukkie gelede na sy materne tante gestuur om weer daar te bly. Verlore het vir 'n week by sy tante gewoon voordat sy hom teruggestuur het na die oom toe.

Namate Verlore gesels, blyk dit dat die oom se ouers (Mnr en Me A) vir Verlore by die oom verwyder het nadat hulle besef het wat hulle seun in sy huis aanvang. Volgens Verlore het Mnr en Me A met die oom gepraat oor sy optrede waarna hy hom vererg het en gesê het hulle moet vir Verlore vat en hom uitlos sodat hy sy lewe kan geniet soos hy goeddink.

In Mnr en Me A se woning woon hulle, hul seun, 'n matriekdogter en Verlore. Verlore kom moedeloos voor vandag. Hy noem dat dit vir hom voel asof sy lewe weggegooi word:

> *My lewe word so weggegooi. Dit is nou al die hoeveelste keer wat ek op en af trek.*
>
> 15 April:6

Ek noem aan Verlore dat dit nodig vir my is om die welsyn in kennis te stel dat hy by ander mense woon sodat hulle kan weet waar hy is. Verlore blyk bang:

> *Ja ek is eintlik bang vir die welsyn want hulle het my al baie weggevat en ek wil nie weer weggevat word nie. Ek trek nou hoeveel keer al.*
>
> 15 April 2010:7

Verlore is moedeloos en hartseer vandag. Hy noem dat almal altyd vir hom sê dat hy die beste van sy lewe moet maak, maar dat dit nie meer vir hom maklik is nie. Verlore noem dat hy nie eers lus het om met sy maats by die skool te speel nie:

> *Ek het nou min maatjies gehad vir die afgelope paar dae. Omdat ek so sleg voel, dan wil ek nie juis speel nie.*
>
> 15 April 2010:8

Ek merk op dat Verlore se arm stukkend is, amper asof hy homself gesny het. Hy verklaar die merke as volg:

> *Ek het my stukkend gekrap. Ek worry tannie. My lewe is nie lekker nie.*
>
> 15 April 2010:8

Verlore se houding is vandag negatief en hy kom terneergedruk voor. Ek kan dit verstaan. Hy weet nie waar hy inpas nie. Verlore noem vandag dat hy graag by my sal wil bly.

Ons doen Ericsoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie. Ek vertel vandag vir Verlore die storie van die gebrande boom (Bylaag J). Davis (1988:63) verklaar die simboliek van die storie as volg: die boom stel die kind voor terwyl die bewer die wysheid van die

onderbewuste voorstel. Die storms simboliseer die trauma wat die kind voorheen ervaar het en die gebrande punte van die boom die groei wat belemmer word. Die sonskyn en reën dui op liefde en positiewe verhoudings met ander mense terwyl die groei wat plaasvind dui op die sosiale, emosionele, intellektuele en fisiese groei van die slagoffer.

My refleksie

Ek het gevrees dat die oom Verlore gaan teleurstel, en nou het dit gebeur. Ek glo in my hart dat dit beter vir Verlore is om nie by die oom te woon nie. Ek het ongemaklik gevoel met die seuntjie wat by die oom woon. Verlore vertel wat die oom met die dogtertjie van dertien jaar oud doen. Hoe siek moet hy nie wees nie. Volgens Verlore wou die dogtertjie slegs vriendskapsverhouding met die oom hê aangesien sy nie die tipe verhouding met haar ouers het nie. Verlore noem dat die oom dreig om nie meer haar vriend te wees nie indien sy nie doen wat hy wil doen nie. Hoe verskriklik. Ek glo die welsyn sal daar ingryp. Vir Verlore is dit baie beter om nie hieraan blootgestel te word nie.

Verlore was so moedeloos en terneergedruk vandag. Hy het genoem dat dit vir hom voel asof sy lewe weggegooi word. Natuurlik sal die kind so voel. Vir my is die ergste dat Verlore geen beheer het oor enige iets wat met hom gebeur nie. Hy kies nie dat hy so moet ronddobber nie. Wanneer die persone waar hy woon besluit hulle wil hom nie meer daar hê nie, moet hy net gedweë sy goedjies pak en na die volgende persone toe skuif. Hoe verworpe en alleen moet hy nie voel nie. Daar is niemand wat net vir hom alleen omgee en in die aande sy handjie vat en saam met hom bid nie. Volgens Verlore het hy nie sy eie kamer by Mnr en Me A nie. Hy slaap maar waar daar vir hom ’n plekkie is. Hoe moet dit wees om nie eers ’n eie bedjie te hê nie?

Deur al hierdie hindernisse is Verlore se skoolwerk redelik goed. Ek het met sy onderwyseresse gaan gesels en volgens hulle doen hy akademies goed en is hy ’n ordentlike kind met goeie maniere. Iewers in Verlore is daar iets wat hom laat vorentoe gaan. Iets wat maak dat hy nie gaan lê nie. Verlore is ’n voorbeeld vir my. Ek leer elke keer wat ek hom sien iets by hom. Hy is ’n pragtige seun.

Nadat ek aan Verlore noem dat ek die welsyn moet inlig waar hy hom bevind kan ek sien dat hy bang is. Hy noem dat hy bang is dat die welsyn hom weer gaan wegneem en dat hy nie meer wil trek nie. Ek kan sy bekommernis en vrees verstaan en sal alles in my vermoë doen om Verlore te help om ’n plekkie te kry waar hy gelukkig kan wees.

Verlore noem dat almal vir hom sê dat hy die beste van sy lewe moet maak, maar dat dit nie meer vir hom maklik is nie. Natuurlik is dit nie maklik nie. Verlore is deur soveel in sy min lewensjare – te veel. Wanneer ek in sy ogies kyk voel ek opstandig om te dink hoe onregverdig die lewe is. Hierdie kindjie het nie gevra om gebore te word nie. Hoe kan die Liewe Heer toelaat dat sy moeder sterf en hy alleen agter bly by ’n vader wat hom mishandel? Ek stoei met hierdie dinge in die aand.

Verlore vertel moedeloos dat hy die afgelope ruk sleg gevoel het en dat hy dan nie by die skool met sy maats wil speel nie. Die ou seuntjie gaan deur ’n moeilike tyd. Hy voel onseker oor sy lewe en wat van hom gaan word. Verlore weet nie vir hoe lank hy by Mnr en Me A gaan woon voordat hulle nie ook moeg word vir hom nie. Die welsyn het ook nie die antwoorde nie. Op hierdie stadium is hulle dankbaar dat daar iemand is wat bereid is om na Verlore om te sien. Die dame by die welsyn is self oorwerk en kan nie die ondersteuning wat van haar verwag wordbied nie aangesien daar ’n tekort aan welsynswerksters is en sy nie aan alles kan aandag skenk nie.

Ek het so ’n ongelooflike groot fout vandag gemaak en dit spruit direk daaruit dat ek jammer voel vir Verlore. Ek was van meet af daarvan bewus dat ek nie jammerte behoort te ervaar nie, dat ek teen die emosie moet baklei indien ek vir Verlore tot hulp wil wees. Vandag het ek vir Verlore gevra hoe ek die lewe vir hom kan makliker maak, en sy antwoord was dat hy by my wil kom bly. Ek was platgeslaan. Ek het nie geweet hoe om te reageer nie en ek voel dat ek dit heeltemal verkeerd hanteer het. Ek het erkenning gegee aan wat hy gesê het en voortgegaan met die sessie. Ek het nie werklik gaan stilstaan en met hom deurgewerk waarom dit nie moontlik is dat hy by my kan bly nie. Ek voel dat ek hom vandag gefaal het.

Verlore het vandag ’n warboel emosies getoon. Vandag was die eerste keer dat ek werklik sy rou emosies kon raaksien. Gewoonlik steek hy sy gevoelens agter ‘n masker weg. Hoe maak ek dit beter vir hierdie kind? Is ek enigsins in staat om dit te doen? Ek voel soos ’n mislukking. Daar is niks wat ek kan doen of sê om sy lewe vir hom beter te maak nie.

Deelnemer se refleksie

Verlore skryf net die storie oor en noem nie wat die storie vir hom beteken het nie.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: geen standvastigheid
- Emosies: vrees, heimwee, verlange, ongelukkigheid, hartseer, hulpeloosheid, teneergedruk
- Gevoel: onsekerheid, opstandigheid, verwerping, moedeloosheid, bekommernis
- Verdedigingsmeganisme: aanvaarding, selfbeskerming, oorlewing, aanpasbaarheid,
- Hindernisse: geweld beleef, emosionele mishandeling, portuurgroep, konflik, verhouding met vader, blootstelling aan oom se walglike gedrag, geen beheer
- Uitdrukking van patologie: depressie.

Sessie 5: onderhoud 5, terapie 5

In hierdie afdeling word die doelwitte en verloop van die sessie bespreek, asook die refleksie van die navorser.

Doelwit(te) van die sessie

Die doelwit van hierdie sessie is om aan Verlore die geleentheid te gee om sy diepste emosies met iemand te deel.

Verloop van die sessie

Verlore vertel dat hy en Me A by die welsyn was. Volgens Verlore het die welsynsbeampte sy vader se gewese vrou (Me B) en sy materne tante geskakel om uit te vind wat presies met Verlore aan die gang is. Verlore vertel dat Me B vir die welsyn gesê het dat sy vader steeds toesig en beheer oor Verlore het en alle besluite rakende hom neem. Volgens haar het sy ’n brief waarin Verlore se vader haar toestemming gee om na Verlore om te sien terwyl hy in die gevangenis is. Me B het toestemming gegee dat Verlore by sy materne tante gaan woon aangesien dit Verlore se wens was en sy materne tante ten gunste daarvan was. Me B was nie bewus daarvan dat Verlore nie meer by sy materne tante woon nie. Volgens die welsynsbeampte kan Me B Verlore enige tyd kom opeis. Hierdie inligting stem Verlore onrustig en maak hom bang aangesien hy nie by Me B wil gaan woon nie.

Die welsynsbeampte het onderneem om ondersoek na bogenoemde in te stel. Volgens Verlore het die welsynsbeampte genoem dat sy nie ’n probleem daarmee het dat Verlore by Mnr en Me A woon nie. Die dokumentasie ter stawing daarvan is klaarblyklik voltooi en indien dit goedgekeur word kan Verlore permanent in Mnr en Me A se sorg geplaas word.

Verlore noem dat die oom se broer, wat saam met hom by die oom gewoon het, ook getrek het en nou by Mnr en Me A woon. Volgens Verlore deel hy en die oom se broer ’n kamer totdat die oom se dogtertjie terugkom waarna Verlore sal moet skuif. Verlore vertel dat hy soms by die meisiekinders in hul kamer moet slaap. Verlore noem dat daar ’n klomp mense nou in die huis woon: Mnr en Me A; die oom waar hy gewoon het se broer en sy dogtertjie; die matriekmeisie; twee ander seuns en ’n ander meisie wat oor naweke kom kuier. Wat ’n deurmekaarspul.

Ons doen Ericksoniaanse hipnoterapie gekombineer met sandspelterapie (Bylaag L).

Na afloop van die sessie vertel Verlore dat sy pa laat weet het dat Verlore moet teruggaan Warrenton toe en by sy ouma moet gaan woon. Verlore het geweier aangesien sy ouma te veel drink en die hele tyd baklei. Verlore noem uit die bloute dat hy eerder by sy ouer boetie wil gaan woon. Hy het nog altyd te kenne gegee dat hy geen kontak met sy boetie het nie. Klaarblyklik het Verlore se broer by hom kom kuier. Volgens Verlore werk sy broer en is hy in

'n verhouding betrokke. Sy broer het 'n belofte gemaak dat hy hom eendag sal kom haal om by hom te gaan kuier. Verlore vertel dat hy sy broer nou gereeld gaan sien.

My refleksie

Verlore woon nou by Mnr en Me A maar dit blyk uit sy vertellings dat hy nie 'n eie kamer het nie. Volgens dit wat Verlore vertel woon daar 'n klomp mense in die huis. Ek sal eendag daar moet gaan inloer om te kyk hoe dit daar lyk. Ek het Me A geskakel en sy het gesê dat sy graag vir Verlore by haar wil hê. Me A het te kenne gegee dat sy alles in haar vermoë gaan doen om 'n standvastige huis vir Verlore te gee en dat sy dokumentasie by die welsyn ingevul het sodat hy by haar en Mnr A kan woon.

Verlore kom onseker voor aangesien sy pa wil hê dat hy by sy paterne ouma gaan woon. Verlore skop daarteen aangesien sy drink. Verlore wil nou by mnr en me A woon sonder dat iemand hom daar kom wegneem. Ek verstaan dat hy net iewers wil woon waar hy standvastigheid kan hê. Ek was verras toe Verlore vertel dat sy broer vir hom kom kuier het. Ek hoop van harte dat sy broer sy beloftes gaan nakom en Verlore gereeld gaan besoek.

Vir die doel van die studie is hierdie die laaste inskrywing aangaande Verlore. Ek het egter nie terapie met hom gestaak nie.

Deelnemer se refleksie

Verlore het nie in sy refleksiejoernaal inskrywings gemaak nie.

Temas geïdentifiseer

- Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:
- Boodskap: geen standvastigheid
- Emosies: vrees, heimwee, verlange, ongelukkigheid, hartseer, hulpeloosheid, teneergedruktheid
- Gevoel: onsekerheid, opstandigheid, verwerping, moedeloosheid, bekommernis
- Verdedigingsmeganisme: aanvaarding, selfbeskerming, oorlewing, aanpasbaarheid
- Hindernisse: geweld beleef, emosionele mishandeling, portuurgroep, konflik, verhouding met vader, geen beheer
- Uitdrukking van patologie: depressie.

DEELNEMER E: HOOPVOL

DEELNEMER E: HOOPVOL

AGTERGRONDINLIGTING

Die deelnemer – van nou af genoem Hoopvol – is 'n 16-jarige Afrikaanssprekende dogter in Graad 10 en die jongste van twee kinders.

Hoopvol se ouers voel bekommerd oor haar aangesien haar gedrag skielik verander het. Wanneer sy tuis is onttrek sy haar van die familie se geselskap en verkies sy dit om agter haar geslote kamerdeur te wees. Sy is kortaf by die huis en die geringste dingetjie veroorsaak aggressiewe uitbarstings. Haar eetlus het verminder en haar slaappatroon het verander. Hoopvol se moeder noem dat sy byna die hele dag lank slaap. Wanneer sy van die skool af kom gaan lê sy dadelik op haar bed en naweke slaap sy om.

Hoopvol se gedrag by die skool het ook volgens haar ouers verander. Haar belangstelling in haar skoolwerk het afgeneem en haar punte het gedaal. Sy gee nie opdragte in nie en stel nie in haar portuurgroep belang nie.

Hoopvol is betrokke in 'n verhouding wat nie haar ouers se goedkeuring wegdra nie. Die jongman (X) is nie in die skool nie en kom uit 'n gebroke huis. Hy woon by sy moeder en sien sy vader oor naweke. Sy vader is weer getroud. Hoopvol se ouers het ondersoek ingestel na X se agtergrond en inligting bekom wat hulle bekommer. Dit blyk asof X in Graad 8 die skool verlaat het en geen verdere skoolopleiding ontvang het nie. Hy werk klaarblyklik nie en lê bedags tuis rond. Hoopvol voorsien aan hom geld vir sy selfoon asook vir petrol sodat hy haar kan skakel en besoek. Volgens haar ouers is Hoopvol blind vir sy foute en op die verdediging wanneer dit by X kom. Sy kom in opstand teen haar ouers wanneer hulle oor hom praat en haar teen hom probeer waarsku. Hoopvol jok vir hulle oor die verhouding.

Haar ouers het besluit dat sy die verhouding moet beëindig aangesien hulle voel dat X haar misbruik en dat hy 'n leuenaar is. Hoopvol se ouers het haar uitgevang dat sy vir X skelm ontmoet en het besluit om haar te straf. Haar selfoon is weggeneem, sy is gehok en sy mag nie Facebook gebruik nie. Haar ouers het haar gedwing om die verhouding die beëindig.

ONDERHOUDE EN TERAPEUTIESE INGREPE

Sessie 1: onderhoud 1

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van hierdie sessie is om vas te stel hoe Hoopvol haar lewe ervaar en wat sy as hindernisse in haar lewe sien.

Verloop van die sessie

Ek en Hoopvol gesels vandag oor haar lewe, haar emosies en ervaringe.

My refleksie

Hoopvol is ’n oulike dogter wat dadelik oopgemaak het teenoor my. Haar emosies blyk ’n warboel te wees. Sy weet wat reg is, maar wil nog nie die regte besluite neem nie.

Hoopvol kom uit ’n konserwatiewe huishouding. Haar ouers is beskermend teenoor haar en dra haar beste belange op die hart. Hulle keur haar verhouding met X af en sy weet dit. Hoopvol is bang om hulle teleur te stel en vir hulle te sê dat sy steeds kontak met X het. Sy wil haar ouers nie teleurstel nie, maar wil ook nie die verhouding verbreek nie. Dit laat haar moedeloos en hulpeloos voel want sy dink dat niemand haar verstaan nie.

Ek probeer haar sover kry om te dink wat sy vir haarself in die toekoms wil hê en watter tipe lewe sy vir haarself voorstel. Ons gesels oor die keuses wat sy nou maak en dat dit belangrik is aangesien hierdie keuses haar toekoms gaan bepaal.

Hoopvol se kop is vol muisneste en sy fokus net op hierdie verhouding wat nie werk nie. Sy wil egter dat dit werk en wil niks verkeerd van X hoor nie. Kan dit wees dat sy so graag in ’n verhouding wil wees aangesien haar sussie in ’n goeie, ernstige verhouding betrokke is en naweke altyd iemand het wat saam met haar dinge doen? Die verskil tussen haar verhouding en die van haar sussie is dat haar sussie se verhouding haar ouers se goedkeuring wegdra. Dit mag wees dat dit is waarna Hoopvol opsoek is, dat dit nie gaan oor X nie, maar oor die gedagte aan iemand wat net hare is.

Sy praat ook van ander outjies wat sy al ontmoet het. Sy is so soekend na iets, maar weet nie wat nie en weet nie hoe om dit te kry nie.

Een van die doelwitte van terapie sal moontlik wees om Hoopvol sover te kry om die goeie voor haar raak te sien en haar tot die besef te laat kom dat niks in die lewe geforseer kan word net omdat jy dit graag wil hê nie.

Hoopvol se verhouding met X veroorsaak spanning tussen haar en haar ouers en sy is ten volle bewus daarvan. Sy is nie bereid om na hulle te luister nie en wil haar eie kop volg. Sy wil aan hulle bewys dat hulle verkeerd is oor X. Hoopvol wil so graag dat haar ouers haar moet vertrou soos wat hulle haar sussie vertrou, maar as gevolg van die keuses wat sy maak gebeur dit nie en sy is onwillig om hierdie feit in te sien nie. Ek probeer haar aanmoedig om die voordele te sien van eerlikheid teenoor haar ouers.

Ons gesels oor keuses en dat ’n mens se keuses bepaalde gevolge het. Ons raak aan die sisteemteorie (Donald et al., 1999:36). Elke persoon het ’n invloed op die mense om jou en so ook het die mense om jou weer ’n invloed op jou.

Hoopvol gesels verder oor die portuurgroepprobleme wat sy ervaar. Volgens haar kom daar heelwat jaloesie binne haar portuurgroep voor. Sy vertel dat haar klompie maats mekaar niks

gun nie en dat alles vir hulle oor kêrels gaan. Kan dit 'n verdere rede wees waarom sy so graag wil sê dat sy 'n outjie het? Dit blyk of al haar vriendinne outjies het en dit kan vir haar voorkom asof dit die outjies is wat haar vriendinne se lewens positief beïnvloed en hulle gelukkig maak. Dit lyk vir my asof Hoopvol 'n swak selfbeeld het en glad nie in haarself en haar eie vermoëns glo nie. Sy vergelyk haarself en haar lewe met die van ander en glo dat sy en haar lewe ver tekort skiet. Dit veroorsaak dat sy ongelukkig is en depressief voel.

Tydens hierdie sessie poog ek om die nadele van MXit en Facebook aan Hoopvol uit te wys. Wat is dit tog met die kinders dat hulle so verslaaf is aan die twee sosiale netwerke? Daar is soveel meer in die lewe. Ek voel dat Hoopvol 'n bietjie meer betrokke moet raak by die skool. Sy doen geen naskoolse aktiwiteite nie, gaan net reguit huis toe, kry haarself jammer en spandeer dan tyd aanlyn (MXit en Facebook). Sy lewe nie in die werklikheid nie en het te veel tyd op hande om nonsens uit te dink. Sy weier om betrokke te raak by die skool se aktiwiteite.

Deelnemer se refleksie

Hoopvol gaan vanaf Sessie 2 met haar refleksiejoernaal begin.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: ontkenning
- Emosies: hartseer, vrees, woede, bitterheid
- Gevoelens: frustrasie, wantroue, wanhoop, onsekerheid, afhanklikheid, depressie, bekommernis, ontvlugting, vasgelopenheid, verlange
- Behoefte: respek van ander, belangstelling, begrip, aanvaarding
- Houding: ontkenning, soekend
- Hindernisse: ouer inmenging, wensdenkery, oneerlikheid, verhoudingshindernisse (ouers, X, portuurgroep), selfbeeld, insig, besluitnemingsvaardighede
- Uitdrukking van patologie: depressie.

Sessie 2: onderhoud 2, terapie 1

Doelwit(te) van die sessie

Die doelwit van vandag se sessie is om Hoopvol te laat fokus op die hindernisse wat sy in haar lewe ervaar en om daardie hindernisse te benoem.

Verloop van die sessie

Hoopvol kom vrolik voor vandag en noem ook dat sy in 'n goeie bui is. Hoopvol noem dat sy dit wat ons in die vorige sessie bespreek het ter harte geneem het en dat sy na die sessie 'n openlike gesprek met haar ouers gehad het rakende die feit dat sy steeds kontak met X het.

Volgens Hoopvol het haar vader state gaan trek van haar sellulêre telefoonrekening en het hy 'n uitdruk gehad van al die SMS-boodskappe wat sy aan X gestuur het en wat hy aan haar gestuur het. Is haar ouers net beskermend of wil hulle haar lewe beheer?

Na hierdie gesprek wat Hoopvol met haar vader gehad het, het sy en haar vader Alberton toe gery waar X woon. Haar vader wou met X gesels. X was nie bereid om met Hoopvol se vader in gesprek te tree nie. Hoopvol se vader het na X se moeder se huis gegaan en haar ingelig dat X nie naby Hoopvol mag kom nie en sou hy dit weer waag is haar vader bereid om 'n interdik teen hom te kry. Sjoe! Haar vader tree ekstreem op ten einde te verseker dat Hoopvol en X se paaie skei. Hoopvol se ouers is werklik bekommerd oor hierdie verhouding en wat die verhouding aan Hoopvol doen. Aangesien ek self 'n ouer is kan ek hul bekommernis verstaan. Volgens haar ouers het haar persoonlikheid heeltemal verander vandag sy by X betrokke is en kom sy depressief voor. Al wat haar ouers graag wil hê is dat sy haar ou self moet wees.

Hoopvol praat verder oor haar gevoelens rakend X en dit is duidelik dat sy hom nie wil laat gaan nie. Hoopvol se verhouding met haar ouers is wankelrig op hierdie stadium aangesien hulle haar nie vertrou nie. Dit wil voorkom asof sy hulle genoegsame rede gee om haar nie te vertrou nie. Selfs nadat sy saam met haar vader Alberton toe gery het en gehoor het wat haar vader vir X se moeder sê, dink sy nog aan maniere om vir X te sien en met hom te kommunikeer. Uit ons gesprek is dit duidelik dat Hoopvol onseker is hoe om haar gevoelens en die situasie met X te hanteer. Sy wil aangaan met die verhouding maar weet dat haar ouers die verhouding ten sterkste afkeur. Selfs al weet sy wat haar ouers se gevoelens rondom die verhouding is, wil sy nie hul gevoelens aanvaar nie en steeds haar eie kop volg. Dit kom voor asof dit nie vir Hoopvol saak maak wat die gevolge van haar besluite is nie, solank as wat sy vir X kan sien.

Hoopvol se ouers het sover gegaan om haar voorregte te ontneem. Hulle het haar selfoon weggeneem sodat sy nie vir X kan kontak nie. Sy mag nie op Facebook of MXit se webtuistes besoek nie en sy kan nie oor naweke saam met haar vriende uitgaan nie. Haar ouers probeer haar beskerm, maar dit veroorsaak ongelooflike frustrasie en opstandigheid by Hoopvol.

Ek begin vandag met Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie. Ek vertel aan Hoopvol die storie van die ligbal (Bylaag F) waarna sy haar ervaring in die sand moet uitbeeld.

My refleksie

Hoopvol was eerlik met haar ouers oor die feit dat sy steeds vir X skelm sien. In ons vorige sessie het ek haar aangemoedig om eerlik met haar ouers te wees en dit is goed dat sy daaroor gaan dink het en besluit het om 'n poging aan te wend om die verhouding tussen haar en haar ouers te herstel. Haar ouers was natuurlik teleurgesteld. Wat vir my kommerwekkend is, is die feit dat dit vir my voorkom asof Hoopvol se ouers wisselvallig optree. Hulle keur dit goed dat sy kontak het met enige iemand deur MXit en Facebook. Dit is deur MXit wat Hoopvol vir X ontmoet het en haar ouers het aanvanklik die verhouding tussen haar en 'n baie ouer kind, wat nie in die dorp woon nie, goedgekeur. Nadat hulle egter sekere negatiewe dinge met betrekking tot X uitgevind het, besluit hulle om haar te dwing om die verhouding te beëindig.

Het die probleme nie maar eintlik daar begin nie? Hoekom kyk Hoopvol nie na die seuns in haar skool en haar portuurgroep nie? Hoekom altyd MXit vriende? Ek hou niks van MXit nie, ek dink dit is 'n euwel. Nou wil haar vader 'n interdik teen X kry en dreig hy hom. Ek voel sy moes van die begin af geweet het wat die grense is waartussen sy kan beweeg wat verhoudings aanbetref, want nou voel dit vir my asof daar dubbelle boodskappe is. Hoopvol lewe vir MXit en Facebook. Hoe gesond kan dit nou wees? Sal dit nie vir haar beter wees om gesonde vriendskappe te bou met die kinders in haar skool nie?

Vandag voel Hoopvol dat indien sy 'n seksuele verhouding met X sou gehad het, dinge anders sou verloop aangesien dit is wat hy wou hê. Hoopvol is in Graad 10 en sy dink dat 'n seksuele verhouding die oplossing vir haar verhoudingsprobleme is.

Hoopvol het baie gejok oor die verhouding. Sy het vir haar ouers vertel dat sy geen kontak met X het nie, maar sy het gereël dat sy hom by Carnival City ontmoet. Alhoewel haar ouers haar verbied het om enige verdere kontak met X te hê, wil sy 'n verhouding hê. Hoopvol kom onseker voor met betrekking tot haar emosies en vermoëns. Sy voel dat sy nie goed genoeg vir X was nie en dit laat haar sleg oor haarself voel. Ek poog om haar verder te laat dink aan haar verhouding met X en waarom die verhouding skipbreuk gely het. Ons gesels byvoorbeeld oor waarom X nie daarin belangstel om sy skoolloopbaan te voltooi of 'n werk te soek nie; waarom X geen respek vir haar toon nie; waarom X terwyl hy in 'n verhouding met haar betrokke is steeds verhoudings met ander meisies het. Ek sou graag wil dat Hoopvol moet dink aan die lesse wat sy uit die verhouding geleer het. Alhoewel Hoopvol saam met my stem dat bogenoemde nie 'n gesonde fondasie is om enige verhouding op te bou nie, is dit asof sy toeslaan wanneer sy 'n besluit oor die verhouding moet neem. Hoopvol wil steeds haar verhouding met X voortsit.

Deelnemer se refleksie

Volgens die inskrywing in Hoopvol se refleksiejoernaal het sy die Ericksoniaanse terapie positief ervaar. Sy noem dat sy 'n gevoel van vryheid ervaar het asof niemand haar kon keer om weg te kom van die vrees en stres en alles wat vir haar 'n hindernis is nie.

Hoopvol benoem die volgende klippe in haar refleksiejoernaal: haar ouers, X, haar sussie, die skool en sy wat Hoopvol is. Sy noem dat sy saam met X gevoelens van rustigheid, omgee en liefde ervaar het en dat hy haar soos 'n mens laat voel het. Volgens haar inskrywing sal sy enige iets doen om weer saam met X te wees. Hierdie inskrywing bekommer my aangesien X volgens dit wat sy vertel oor hom, nie 'n positiewe invloed op haar lewe het nie.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: ontkenning
- Emosies: hartseer, vrees
- Gevoelens: frustrasie, wantroue, onsekerheid, magteloosheid, moedeloosheid, verlange
- Behoefte: respek van ander, belangstelling, begrip, aanvaarding
- Houding: ontkenning, soekend
- Hindernisse: ouer inmenging, oneerlikheid, verhoudingshindernisse (ouers, X, portuurgroep), selfbeeld, insig, besluitnemingsvaardighede, probleemoplossingsvaardighede
- Uitdrukking van patologie: depressie.

Sessie 3: onderhoud 3, terapie 2

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van die sessie is om Hoopvol te ondersteun om van die klippe wat sy in haar ligbal gesien het, ontslae te raak.

Verloop van die sessie

Hoopvol se voorregte is steeds deur haar ouers ontneem. Dit wil uit die onderhoud voorkom asof sy nie verdere kontak met X het nie. Hoopvol vertel dat hy aanbeweeg het en reeds 'n ander meisie het. Hoopvol kom hartseer voor wanneer sy hierdie brokkie inligting met my deel. Sy sê die volgende:

> *Ek weet nie of ek reg is om te laat gaan nie, maar ek moet maar eerder.*

18 Maart 2010:2

Die Ericksoniaanse terapie fokus daarop om haar te ondersteun om die klippe in haar ligbal uit te gooi (Bylaag G). Hoopvol vind dit moeilik om van haar klippe ontslae te raak. Die verhouding tussen haar en haar ouers is steeds troebel en dit keer haar om die klip wat sy as haar ouers sien, uit te gooi:

> *Tannie, my ma-hulle is nog steeds kwaad vir my oor alles. Ek dink hulle het my nog nie vergewe nie. En ek kan net nie vir X vergeet nie. Ek dink as hulle my sal vergewe dan sal ek ook beter voel.*

18 Maart 2010:8

Uit die antwoorde wat Hoopvol vandag op my vrae gee, blyk dit asof sy in die verlede leef:

> *As ek net die tyd kon terugdraai sou ek alles verander het. Ek dink dit is tyd om 'n bietjie aan te beweeg, maar ek sukkel om aan te beweeg.*

18 Maart, 2010:10

Hoopvol vind dit ook moeilik om die klip wat X gemerk is uit haar ligbal te verwyder:

> *Tannie, op die oomblik herinner als my aan toe ek en X saam was. Die kinders by die skool is nog steeds van: "Ek het gehoor jy en X is uit. Hoekom is julle uit?" En dan is dit 'n lang storie, en dan sal hulle vir my sê maar maak hom kort. Dan sê ek vir hulle ek wil nie daaroor praat nie en dan bring dit my terug oor hoe ons was, en as ek vir Simon sien dan sien ek – ek is bietjie jaloers oor die feit dat sy en Tiaan nog saam is en ek en X nie meer nie. En hy't nou 'n ander meisie en hy't nou klaar aanbeweeg. Dit maak seer om daaraan te dink.*

18 Maart 2010:11

My refleksie

Hoopvol vind dit moeilik om die klippe uit haar ligbal te gooi. Sy wil nie die klippe laat gaan nie. Hoopvol voel dat haar ouers haar nog nie vergewe het nie en daarom kan hul verhoudingshindernisse nie opgelos word nie. Deur die terapie poog ek om aan haar uit te wys dat die situasie nie buite haar beheer is nie, maar dat sy beheer kan neem oor die negatiwiteit wat tussen haar en haar ouers in hul verhouding heers. Hoopvol voel dat sy nie die reg het om goed te voel oor haarself nie. Ek voel so hartseer saam met haar wanneer sy praat asof daar niks in haar lewe is wat goed is nie. Wanneer 'n mens in so 'n diep emosionele gat is soos Hoopvol, dan sien mens nie die positiewe in enige iets raak nie, en dit is waar sy op die oomblik is.

Deur middel van die terapie poog ek om haar te laat insien dat ons almal, jonk en oud, foute maak en dat dit nie verkeerd is om foute te maak nie aangesien ons uit ons foute kan leer en sodoende beter mense word. Deurdat sy uit haar foute leer kan sy aan haar ouers wys dat sy daaruit geleer het.

Nadat ons lank daaroor gepraat het noem Hoopvol dat haar ouers se gedrag teenoor haar tog al positief verander het. Uit ons gesprekke blyk dit dat Hoopvol aanmoediging nodig het om die positiewe in haar lewe raak te sien. Sy is daartoe geneig om op die negatiewe te konsentreer. Hoopvol is so 'n pragtige dogter met soveel potensiaal, dit is belangrik dat sy weer moet sien dat die son skyn.

Vandag blyk Hoopvol hartseer te wees, hoewel sy aan begin genoem het dat sy gelukkig voel. Hoopvol laat haarself op die oomblik glo dat haar verhouding met X meer goeie herhinneringe as slegte herhinneringe inhou. Sy wil nie laat gaan nie en hou vas aan iets wat eintlik nooit was nie. Hoe gaan ons oor hierdie hekkie kom?

Deelnemer se refleksie

In Hoopvol se joernaal skryf sy hoeveel sy steeds vir X mis. Volgens Hoopvol is sy nog nie reg om hom te laat gaan en aan te beweeg met haar lewe nie. Die hartseer drup uit haar woorde en dit is vir my moontlik om te ervaar hoe moedeloos en magteloos sy voel wanneer ek haar joernaal lees.

Volgens Hoopvol gee sy voor dat haar lewe aangaan en dat sy van X vergeet het ter wille van haar verhouding met haar ouers. Wanneer kinders nie met hul ouers oor hulle probleme kan praat nie, vererger die probleme net. Alhoewel Hoopvol se ouers baie lief is vir haar en enige iets sal doen om haar te beskerm, het hul aksies veroorsaak dat sy hulle nie met haar diepste gevoelens kan vertrou nie. Sy moet nou self deur hierdie gevoelens probeer werk en het nie ondersteuning tuis nie. Sy probeer aan haar ouers wys dat daar niks is om oor bekommerd te wees nie maar intussen is haar hele lewetjie besig om inmekaar te tuimel.

Hoopvol weet nie hoe om aan te beweeg met haar lewe nie en sy kan dit met niemand bespreek nie aangesien sy voel dat almal haar veroordeel. Jong liefde kan so seermaak.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: geen aanvaarding
- Emosies: hartseer, melankolie, jaloesie
- Gevoelens: frustrasie, wantroue, wanhoop, onsekerheid, afhanklikheid, depressie, bekommernis, ontvlugting, vasgelopenheid, skuldgevoelens, verlange, leegheid

- Behoefte: respek van ander, belangstelling, begrip, aanvaarding
- Houding: soekend
- Hindernisse: ouer inmenging, oneerlikheid, verhoudingshindernisse (ouers, sussie, self, portuurgroep), selfbeeld, insig, besluitnemingsvaardighede, vasgevang in verlede
- Uitdrukking van patologie: depressie.

Sessie 4: onderhoud 4, terapie 3

Doelwit(te) van die sessie

Die doelwit van die sessie is om Hoopvol te ondersteun om van die klippe in haar ligbal ontslae te raak.

Verloop van die sessie

Alhoewel Ericksoniaanse terapie gekombineer met sandspelterapie vir hierdie sessie beplan was, toon Hoopvol 'n behoefte om haar hart uit te praat. Ten einde getrou te wees aan die Ericksoniaanse benadering tot terapie is dit nodig om op die behoeftes van die deelnemer te fokus en daarom laat ek Hoopvol toe om tydens hierdie sessie oor haar gevoelens te gesels.

Volgens Lankton en Lankton (1983:12) beleef elke individu die wêreld vanuit die unieke uitgangspunt van sy eie verwysingsraamwerk. Wanneer hierdie feit in gedagte gehou word tydens terapie is dit dus belangrik dat ek 'n idee moet vorm van Hoopvol se unieke uitgangspunt en verwysingsraamerk vir haar lewe. Om hierdie rede is dit belangrik om haar die geleentheid te gun om te gesels, al beteken dit dat die doelwitte wat ek vir die sessie gestel het, uitgestel of selfs afgestel moet word.

My refleksie

Hoopvol vind dit steeds moeilik om aan te beweeg. Sy hou vas aan haar gewese verhouding met X, alhoewel hy aanbeweeg het en reeds groener weivelde gesoek het. Hoopvol glo dat die verhouding nog kan uitwerk. Hoopvol leef steeds in die verlede en deur middel van ons gesprekvoering poog ek om haar te laat fokus op dit wat in die hede belangrik vir haar is. Sy blyk egter nie gereed hiervoor nie.

Ons gesels verder oor keuses en dat die keuses wat jy maak die verloop van jou lewe bepaal. Indien Hoopvol sou kies om in verlede te bly leef, sal dit moeilik vir haar wees om die goeie dinge in die hede raak te sien. Indien sy kies om in die hier en nou te lewe kan dit gebeur dat sy besef dat daar hier iets is om aan vas te hou en voor te lewe.

Gedurende ons gesprek wil dit voorkom asof Hoopvol nog nie vrede gemaak het met die feit dat haar verhouding met X nie uitgewerk het nie. Haar ouers het namens haar besluit dat die

verhouding beëindig moet word en dit wil voorkom asof sy voel dat sy nie kon sê hoe sy voel nie. Hoopvol aanvaar nie die manier waarop die verhouding beëindig is nie.

Volgens Hoopvol kan sy en haar ouers nie oor probleme praat nie. Sy noem dat haar ouers geneig is om probleme te ignoreer en te hoop dat dit vanself sal weggaan. Hoopvol voel dat wanneer hulle wel oor probleme gesels dit vir haar voel asof die gesprek die probleem vererger aangesien hulle nie tot 'n vergelyk kan kom oor hoe die probleem opgelos kan word nie. Hulle haak aanmekaar by dieselfde teamas vas. Hoopvol is baie lief vir haar ouers en wil graag in dieselfde tipe verhouding met haar ouers staan as haar ouer sussie. Ek kan deur haar gesprek haar frustrasie en moedeloosheid ervaar. Sy wil graag met haar ouers gesels oor haar gevoelens, sy is bang om dit te doen aangesien sy voel dat 'n gesprek met haar ouers haar nie beter gaan laat voel nie, maar slegter.

Ons probeer rollespel waar Hoopvol haarself in haar ouer se skoene moet plaas en hulle emosies moet probeer verstaan. Haar ouers het haar vertrou en sy het die vertroue wat hulle in haar gestel het, geskaad. Volgens haar ouers is sy nie volwasse genoeg om die regte besluite te neem nie en daarom moet hulle inspring om haar teen haarself te beskerm. Dit wil voorkom asof daar 'n liggie vir Hoopvol opgaan, maar dit is asof sy haarself nie toelaat om te lank aan ander te dink alvorens haar eie emosies weer voorrang geniet nie.

Hoopvol tree vandag vir my soos 'n ware tiener op. Sy vergelyk haarself met haar sussie wat agt jaar ouer as sy is, haar eie salaris verdien en in 'n vaste verhouding betrokke is. Hoopvol voel dat die huisreëls vir hulle twee dieselfde moet wees, al is haar sussie soveel ouer as sy en al is sy finansieël onafhanklik. Ek wil graag dat Hoopvol wyer moet begin dink as die kokon waarin sy haarself toespin. Op die oomblik is sy rebels oor alles en almal in haar lewe en kan sy nie die redelike besluite wat haar ouers aangaande haar en haar sussie neem, aanvaar of insien nie. Hoopvol smag na haar eie vryheid, 'n eie motor en om haar eie besluite te neem. Ek kan hierdie versugting van haar verstaan aangesien sy haarself met haar sussie vergelyk en graag wil beleef wat haar sussie beleef. Ek wil net so graag hê dat sy niks van haar lewe nou moet misloop omdat sy of in die verlede, of in die toekoms lewe nie. Dit is vir my belangrik dat sy moet raaksien dat dit goed is om te waardeer wie sy nou is. Dit wil voorkom asof Hoopvol vasgekeer voel omdat ander mense namens haar besluite oor haar lewe neem. Hoopvol voel dat daar niks in haar lewe is wat positief is nie, dat alles negatief is.

Ten einde Hoopvol te ondersteun om die negatiewe gevoelens en gedagtes wat sy ervaar na positiewe gedagtes om te skakel vra ek haar om elke negatiewe gedagte en gevoel wat sy ervaar in 'n positiewe gedagte te omskep. Ek vra dat sy die negatiewe gedagtes en gevoelens moet neerskryf en dit dan op skrif na 'n positiewe gedagte of gevoel te probeer verander. Ek hoop dat dit Hoopvol sal help om haar denkrigting te begin verander.

Gedurende die sessie poog ek om Hoopvol te laat insien dat indien sy wil hê dat haar lewe positief moet verander, die verandering by haar moet begin. Indien haar gedagtes meer positief raak behoort dit wat sy doen meer positief te raak en sal dit uitkring na haar leefwêreld.

Hoopvol moet leer om 'n defnitiewe realistiese besluit te neem dat dit nie nodig is om toe te laat dat ander mense 'n negatiewe invloed uitoefen op die manier waarop sy oor haarself dink en voel nie. Hoopvol is 'n pragtige tiener wat haarself wonderlik kan uitdruk en soveel potensiaal het. Ek voel dat dit tyd is dat sy haarself deur my oë moet begin sien.

Deelnemer se refleksie

Hoopvol skryf nog van X in haar refleksiejoernaal:

> *Vandag begin goed en almal is baie vriendelik, maar ek mis vir X. Ek het van hom gedroom gisteraand en ek wens net ek kan alles terugdraai en ek wens ek het hom nie ontmoet nie. Maar alles kom tot 'n einde en nuwe lewe begin vir my. Ek sal net moet hard werk om hom te vergewe en van hom te vergeet.*

Hierdie inskrywing van Hoopvol laat 'n liggie vir my aangaan. Ek het nog nie een maal gedink aan die feit dat sy hom nie vergewe het nie en daarom is dit vir haar moeilik om aan te gaan met haar lewe. Gelukkig is Hoopvol betrokke in haar eie proses en is sy besig om deur haar emosies te werk en kan sy die emosies wat sy beleef benoem en daaroor skryf. Die vergewingsaspek is so 'n belangrike aspek vir haar. Sy moet vergewe sodat sy oor kan begin.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: Alhoewel Hoopvol rebels voel, begin sy haarself oopmaak vir verandering
- Emosies: hartseer, jaloesie, woede
- Gevoelens: frustrasie, onsekerheid, bekommernis, verlange, leegheid, geirriteerdheid, mislik, ingeperkheid, opstandigheid
- Behoefte: soeke na vryheid,
- Houding: soekend
- Hindernisse: ouer inmenging, verhoudingshindernisse (ouers, sussie), selfbeeld, insig, besluitnemingsvaardighede, vasgevang in verlede, onrealistiese verwagtinge, hardkoppig, kommunikasiehindernisse met ouers, vermyding, negatiewe denkpatroon, ouers oorbeskermend
- Uitdrukking van patologie: Dit wil voorkom asof Hoopvol bewus word daarvan dat daar 'n lewe na X is.

Sessie 5: onderhoud 5, terapie 4

Doelwit(te) van die sessie

Die doelwit van hierdie sessie is om Hoopvol te ondersteun sodat sy haarself in 'n positiewe lig te sien.

Verloop van die sessie

Ons gesels aanvanklik oor Hoopvol se vakansie saam met haar ouers en die toetsreeks waarmee sy nou besig is by die skool. Hoopvol noem dat dit oor die algemeen goed met haar gaan maar dat sy steeds verhoudingshindernisse in haar portuurgroep ervaar.

Heelwat tyd het verloop vandat Hoopvol haar verhouding met X moes verbreek op haar ouers se aandrang. Hoopvol se voorregte word steeds deur haar ouers ingekort. Hoopvol noem dat haar ouers nog nie haar selfoon vir haar teruggegee het nie. Kan dit wees dat hulle haar steeds nie vertrou nie?

Hoopvol dink nog aan X:

> *Dis nou al – ek tel nou al die dae so af – ek is nou al – vandag is die twee-en-twintigste – 'n maand en 'n week single. En 'n maand en 'n week wat ek laas kontak met hom gehad het.*
>
> 13 Mei 2010:3

Hoopvol se antwoord op my vraag oor hoe sy daaroor voel dat sy langer as 'n maand nie van X gehoor het nie, is die volgende:

> *Wel na die tyd het ek agtergekom dis eintlik beter so.*
>
> 13 Mei 2010:3

Kan dit wees dat sy insien dat hy 'n slegte invloed op haar lewe was?

Ons doen vandag Ericksoniaanse terapie gevolg deur sandspelterapie (Bylaag H).

My refleksie

Alhoewel Hoopvol steeds van X praat, praat sy ook van ander outjies waarin sy belangstel en met wie sy gesels. Ek is verlig aangesien sy vir lank oor niks anders as X kon praat nie. Hoopvol het besluit dat dit beter vir haar sonder X is. Ek hoop dat dit werklik is hoe sy voel. Hoopvol praat asof sy besig is om treetjie vir treetjie aan te beweeg met haar lewe. Sy dink aan die toekoms en aan wat op die oomblik vir haar belangrik is en lewe nie meer in die verlede nie. Hoopvol lyk vandag sommer ligter, asof 'n las van haar skouers af is. Moontlik het die terapeutiese ingrepe 'n positiewe effek op haar lewe.

Hoopvol noem dat sy en haar ouers beter oor die weg kom. Alhoewel sy steeds gehok is, sal haar ouers haar per geleentheid toelaat om uit te gaan. Sy voel dat haar ouers dubbele standaarde handhaaf aangesien sy soms mag uitgaan wanneer dit hulle pas en ander kere

wanneer dit hulle nie pas nie, is sy steeds gehok. Hoopvol is eintlik reg. Nadat sy haar gedagtes met my gedeel het, leer ek 'n les. Vir kinders is dit belangrik dat hul ouers ten alle tye konsekwent moet wees. Indien ouers nie konsekwent is nie, maak dit kinders deurmekaar.

Hoopvol probeer van haar kant af om te doen wat haar ouers van haar verwag. Hoopvol noem dat sy nie langer net tyd alleen in haar kamer deurbring nie maar uitreik na die res van die familie. Sy blyk nie meer so opstandig te wees nie en besef waarom haar ouers haar gestraf het. Hoopvol is besig om haar siening van haar lewe en haar probleme te verander en haarself in 'n positiewe lig te sien. Sy is besig om aan te beweeg.

Deelnemer se refleksie

Hoopvol het inskrywings in haar refleksiejoernaal gemaak. Die trant van die inskrywings is anders as voorheen. In haar refleksie op 30 Maart 2010 noem sy die volgende:

> *My ma-hulle dink sterk daaraan om Port Elizabeth toe te trek. Ek sal graag wil saamgaan want dit is 'n nuwe lewe, nuwe begin, 'n nuwe mens en nog beter dis ver van alle slegte goed, bv. X. Ek is bly ons is uit want alles is nou weer beter. Saam hom was dit slegter.*

Hierdie is goeie nuus. Vandat ons met die sessies begin het, is dit die eerste keer dat Hoopvol erken dat X nie 'n goeie invloed op haar lewe was nie. Moontlik is ons besig om in die regte rigting te beweeg.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: Hoopvol begin haar lewe in 'n positiewe lig sien. Sy is besig om treetjie vir treetjie aan te beweeg.
- Emosies: hoopvol
- Gevoelens: tevrede
- Behoefte: goeie verhouding met ouers en portuurgroep
- Houding: positief
- Hindernisse: verhoudingsprobleme portuurgroep.
- Uitdrukking van patologie

Sessie 6: onderhoud 6, terapie 5

Doelwit(te) van die sessie

Die doel van die sessie is om vas te stel of daar 'n verandering is met betrekking tot die depressiewe simptome wat Hoopvol vroeër ervaar het.

Verloop van die sessie

Met die aanvang van die sessie gesels Hoopvol oor wat in haar lewe aangaan. Ons doen hersiening van die vorige sessies en die feit dat dit vir haar voorheen moeilik was om die klippe wat sy in haar ligbal gesien het, uit te gooi.

Vandag vertel ek nie 'n storie nie, maar vra vir Hoopvol om vir my 'n storie te vertel.

Hoopvol vertel 'n pragtige storie. In haar storie is die prinses opsoek na 'n prins, maar sy weet nie wie die prins is nie. Op 'n dag terwyl die prinses in die woud gaan stap het, het sy die prins raakgeloop en hulle het gaan koffie drink. Die prinses wou egter nie in 'n vaste verhouding met die prins betrokke wees nie en die prins het dit verstaan. Die prins en prinses kon hul eie besluite neem, daar was niemand wat ingemeng het in hul lewens nie. Nadat die prins en prinses twee jaar saam was, het die prinses die verhouding beëindig. In die storie ontmoet die prinses een na die ander prins, maar dit is nooit die regte een nie. Sy bly soekend. Die storie eindig waar die prinses uiteindelik haar prins ontmoet, die regte een vir haar:

En toe eendag toe sê sy – uiteindelik toe sê sy ja vir die een prins dat hulle nou trou. Toe het sy die regte een ontmoet. Sy moes net gewag het.

29 April 2010:7

Soos die prinses in haar storie, weet Hoopvol ook nie wie haar prins is nie. Hoopvol wil so graag in 'n verhouding betrokke wees en soek fanaties na iemand.

Hoopvol toon duidelik in haar storie hoe die inmenging deur haar ouers haar omkrap en dat sy graag haar lewe wil lei sonder enige iemand se inmenging:

Sy het nooit sy ouers ontmoet nie en hy het nooit haar ouers ontmoet nie. Hulle was soos in hulle eie wêreld gewees.

29 April 2010:7

Die verhouding tussen die prinses en die prins werk nie uit nie, net soos wat Hoopvol se verhouding nie uitgewerk het nie. Die prinses bly soekend na iemand, net soos wat Hoopvol soekend is na iemand. Een na die ander verhouding tussen die prinses en verskeie prinse ly skipbreuk, net soos Hoopvol nie die perfekte maat kan ontmoet nie. Die prinses bly soekend. Aan die einde van die storie ontmoet die prinses haar perfekte prins omdat sy geduldig was en vir hom gewag het. Hierdie is so 'n belangrike sinnetjie aangesien Hoopvol dit in haar eie lewe moet begin toepas.

Wanneer sy nie meer so fanaties gaan soek nie en gaan kalm raak en op ander belangrike dinge in haar lewe fokus, gaan die verhouding waarna sy so smag vanself gebeur.

Hoopvol se antwoord op my vraag of die storie enige iets met haar lewe te make het, is:

> *Nee, want sy kry gelukkige eindes.*

29 April 2010:8

Ek gesels met Hoopvol oor haar storie en vertel aan haar wat ek gehoor het. Die woud waar die prinses woon is vol fantasie aangesien selfs die diere en die son kan praat. Daar is geen invloede van buite wat haar ongelukkig kan maak nie. Sy is alleen en sy is gelukkig. Kort voor lank kom daar 'n prins in die storie in wat haar gelukkig maak, maar hy is nie presies waarna sy soek nie. Sy bly soekend na iets wat sy nie kry nie. Na die eerste prins was daar ook ander prinse, maar hulle kon nie aan haar behoeftes voldoen nie. Dit was vir die prinses lekker wanneer die prins daar was, maar die prins moes nie te veel druk op haar plaas nie want sou dit gebeur, verbreek sy die verhouding.

In Hoopvol se verhaal was dit net sy en die prins elke keer. Wanneer die prins daar is, dan verdwyn die diere waarmee sy altyd sou gesels. Wanneer die prins nie meer daar was nie, dan kom die diere weer nader en word hulle weer deel van haar lewe. En toe, eendag, ontmoet die prinses die regte prins omdat sy lank genoeg gewag het vir die perfekte een om op te daag.

Ek wys aan Hoopvol uit hoe hierdie storie eintlik haar storie is. Sy wil ook graag alleen wees. Dit is nie vir haar aangenaam as ander mense in haar lewe inmeng en vir haar sê wat sy mag en nie mag doen nie. Dit is egter moeilik, aangesien Hoopvol nog nie die ouderdom bereik het waar haar ouers haar kan toelaat om altyd haar eie besluite te neem nie. Omdat Hoopvol nie haar eie besluite kan neem nie raak sy gefrustreerd.

Hoopvol wil, net soos die prinses, iemand ontmoet vir wie sy kan lief wees en wat lief is vir haar, maar sy ontmoet nooit die regte een nie. Daar kom seunsvriede waartoe sy aangetrokke voel op haar pad, maar dit is nooit die regte een nie. Hoopvol wonder of die regte een dan ooit gaan opdaag. Die antwoord is dat hy wel gaan opdaag indien Hoopvol geduldig is en wanneer sy die minste gaan verwag dit gaan gebeur.

Hoopvol is geneig om dieselfde te doen as die prinses. Wanneer sy iemand in haar lewe het, skuif sy die ander persone uit haar lewe uit en fokus net op die 'prins'. Wanneer die verhouding nie uitwerk nie wil sy die ander persone weer deel van haar lewe maak, soos wat sy met die diertjies in die verhaal gedoen het. Hoopvol moet dit raaksien en besef dat dit nie nodig is om so op te tree nie. Wanneer daar 'n spesiale persoon in haar lewe inkom behoort hy deel te word van die groot prentjie van wie sy is aangesien die lewe nie net uit hulle twee bestaan nie.

Na afloop van haar storie vertel ek aan haar haar storie terug met positiewe insette en ’n positiewe uitkoms (Bylaag . Na afloop van die storievertelling doen Hoopvol haar sandspelterapie.

My refleksie

Uit die gesprek wat ek en Hoopvol gevoer het, blyk dit dat haar ouers besig is om die voorregte wat hulle haar ontneem het, een vir een terug te gee. Hoopvol noem dat sy haar sellulêre telefoon teruggekry het en sy is baie opgewonde daaroor. Hoopvol besef dat haar ouers haar nog nie honderd persent vertrou nie, en hierdie gedagte maak haar hartseer, maar vir die eerste keer vandat die terapie begin het, blyk dit asof sy verstaan waarom haar ouers haar nie vertrou nie.

Hoopvol vertel dat sy weer Facebook mag gebruik alhoewel haar vader wil weet met wie sy op Facebook gesels. Hoopvol se ogies blink vandag en die glimlag gaan tot by haar oë en stop nie by haar mond nie.

Met die hersiening wat ons doen oor die vorige sessies, vertel Hoopvol spontaan dat die klippe wat voorheen in haar ligbal was, verander het. Hoopvol kom ontspanne voor en selfversekerd. Sy praat met belangstelling oor haar skoolwerk en haar vriende by die skool. Wanneer sy van haar ouers praat, praat sy met deernis en daar is nie meer tekens van die opstandigheid wat sy vroeër ervaar het nie.

Vandag vertel ek nie aan Hoopvol ’n storie nie, maar vertel sy ’n storie. Dit was ongelooflik hoe haar storie haar eie lewe en dit wat sy voel, uitgebeeld het. Ek besef al hoe meer hoe helend stories in terapie kan wees. Hoopvol het gedink dat haar storie niks met haarself te doen het nie, maar haar storie bevat soveel aspekte van die manier hoe sy haarself sien en haar lewe beleef. Die helende mag van die storie wat Hoopvol vertel het, verstom my.

Hoopvol is besig om vorentoe te beweeg. Sy het haar eerste treetjies op haar pad na heling gegee en geleer dat sy beheer moet neem oor haar denke en besluite. Ek is trots op die werk wat sy in terapie gedoen het en glo dat dit met haar net goed sal gaan op haar toekomspad.

Deelnemer se refleksie

Hoopvol se laaste inskrywings in haar refleksiejoernaal was positief. In die laaste vyf inskrywings noem sy nie meer X se naam nie. Sy begin uitsien daarna om haar skoolvriende te sien en met hulle te gesels en dit is asof die lig in haar skryfwerk deurslaan. Hoopvol is nie meer so gefokus op haarself nie, maar begin ander weer raaksien.

Temas geïdentifiseer

Gedurende hierdie sessie het die volgende temas ten opsigte van die deelnemer na vore gekom:

- Boodskap: Hoopvol begin haar lewe in ’n positiewe lig sien. Sy is besig om treetjie vir treetjie aan te beweeg.
- Emosies: hartseer
- Gevoelens: verligting
- Behoefte: goeie verhouding met ouers en portuurgroep, sy wil haar eie besluite neem, beter kommunikasie met ouers
- Houding: negatiewe toekomsperspektief maar soms skemer positiewe verwagtinge deur
- Hindernisse: ouer inmenging
- Uitdrukking van patologie:
- Veranderinge wat plaasgevind het: Haar verhouding met haar ouers is meer positief, sy sien haarself in ’n beter lig, het portuurgroepverhoudinge gestig.

DEELNEMER F: SKADUWEE

DEELNEMER F: SKADUWEE

AGTERGRONDINLIGTING

Die deelnemer – van nou af genoem Skaduwee – is 'n 18-jarige Afrikaanssprekende dogter in Graad 12 en die jongste van twee kinders.

Ek ken Skaduwee vanaf Oktober 2009. Haar moeder het die afspraak gemaak aangesien Skaduwee volgens haar paniekaanvalle kry by die skool en tuis.

Skaduwee se moeder het in 2007 probeer selfmoord pleeg. Dit was 'n traumatiese ervaring vir Skaduwee en sy het haar moeder vir lank verkwalik oor haar optrede. Skaduwee se vader ly aan major depressie en gebruik medikasie daarvoor. Skaduwee noem dat haar vader se vader ook 'n depressielyer was. Sy vertel dat alhoewel haar vader permanent medikasie gebruik vir die depressie, dit moeilik is om by haar vader te wees aangesien hy altyd negatief is. Dit lyk vir haar asof hy nie sy werk geniet nie en asof hy soms ruggraatloos optree. Sy noem dat haar moeder die een is wat die huishouding aan die gang hou en leiding neem.

Tydens die terapie sessies is Skaduwee se moeder gehospitaliseer. Skaduwee het my onmiddellik gebelSy was baie emosioneel en huilerig en het gevra of ek haar dadelik kan sien. Sy het genoem dat sy paniekerig voel en nie weet hoe om haar emosies te hanteer nie. Haar vader het haar vir die sessie gebring. Skaduwee het tydens die sessie aangedui dat sy nie alleen by haar vader kon bly nie, aangesien hy haar nie kan bystaan wanneer sy paniekerig voel nie. Sy het hul mediese dokter gevra om haar saam met haar moeder in die hospitaal te laat opneem aangesien sy voel dat sy nie sonder haar moeder kan funksioneer nie. Hul dokter het ingestem hiertoe. Skaduwee het gevra dat ek haar in die hospitaal moes besoek. Sy en haar moeder was in dieselfde kamer en Skaduwee was vir ongeveer vier dae saam met haar moeder in die hospitaal. Tydens hierdie stadium van die terapie het ons gefokus op die paniekaanvalle wat Skaduwee nie kon beheer nie. Hulle huisdokter het haar op daardie stadium op medikasie geplaas. Dit was vir my duidelik dat Skaduwee voel sy kan nie sonder haar moeder funksioneer nie. Sy was bang om alleen te wees, moontlik omdat sy gevoel het dat sy geen beheer oor haar paniekaanvalle het nie. Dit was asof Skaduwee slegs veilig gevoel het wanneer sy naby haar moeder was.

Nadat Skaduwee en haar moeder uit die hospitaal ontslaan is het hulle terapie gestaak. Op 14 Januarie 2010 skakel Skaduwee se moeder vir 'n afspraak. Volgens haar is Skaduwee depressief. Haar moeder het beskryf dat Skaduwee in haar slaapkamer lê, nêrens heen wou gaan nie, niemand wou sien nie en bang was om enigsins die huis te verlaat.

Skaduwee se moeder vertel dat sy onlangs deur hul ginekoloog gediagnoseer is met endometriose. Die ginekoloog het genoem dat daar 'n moontlikheid bestaan dat sy kinderloos sou wees. Skaduwee se moeder voel bekommerd aangesien dit vir haar voorgekom het asof

Skaduwee nog verder in haarself gekeer het nadat sy hierdie nuus ontvang het. Volgens haar moeder glo Skaduwee dat sy geen toekoms meer het nie.

ONDERHOUDE EN TERAPEUTIESE INGREPE

Sessie 1: onderhoud 1, terapie 1

Doelwit(te) van die sessie

Uitken van probleme en om hulle moontlik te benoem sodat daaraan gewerk kan word.

Verloop van sessie

Skaduwee lyk gesonder vanoggend. Sy loop gemakliker en hou nie die hele tyd haar maag vas nie. Volgens Skaduwee was die vakansie lekker en die moeite werd om te gaan. Sy het geen paniek-aanvalle gehad nie. Sy noem dat sy elke keer wanneer sy gevoel het dat sy paniekerig raak, gaan stap het of iets gedoen het. Dit is dus vir haar moontlik om haar aanvalle te beheer wanneer sy iets anders doen of dink. Sy kan haarself help. Ek wys dit uit en noem dat daar geen rede is waarom sy nie hierdie tegniek ook by die huis kan toepas nie. Ek wonder wat by die huis haar die hele tyd so mismoedig laat voel, asof sy niks kan doen nie. Iewers is iets in haar daaglikse omgewing besig om haar daarvan te weerhou om beter te word. Dit is asof sy nie beheer oor haarself het wanneer sy in haar ou bekende omgewing is nie (huis, skool, vriende).

Ons doen die storie van die ligbal in terapie.

Met haar sandspeltoneel verdeel sy die sand in twee. Sy is in ’n bubble aan die een kant en aan die ander kant is alle mans – sy wil nie naby hulle wees nie. Skaduwee beskryf die bubble as simbolies. Sy noem dat sy binne in hierdie bubble vasgekeer is en nie daar kan uitkom nie. Sy voel dat sy verdrink in smart. Sy het gehoop die nuwe jaar sal nuwe hoop bring, maar dit is tevergeefs, daar is geen hoop nie. Net toe sy dink daar is hoop, is sy gediagnoseer met Endiometriose. Sy noem dat sy wil hê dat Liewe Jesus haar moet kom haal. Dit maak my so hartseer om te lees hoe sy haar lewe sien. Sy is nog so jonk en pragtig en haar hele lewe lê oop voor haar, al gaan daar soms struikelblokke wees, maar sy sien dit nie so nie, sy wil op ’n hopie gaan lê.

Dit is hoe Skaduwee haar ligbal beskryf: Sy is steeds in ’n *bubble*. Sy teken die mansteken hoër as die vrou se teken omdat sy voel mans het haar misbruik en beheer oor haar geneem. Die vrou se teken is nie voltooi nie en dit simboliseer dat sy verskeur is deur 2 mans. Die kruis verwys na ’n hospitaal wat haar ma se selfmoordpoging uitbeeld. Sy noem dat sy haar moeder nooit sal kan vergewe vir wat sy aan haar gedoen het nie. Die donker bruin verwys na haar trane en hoe sy elke dag in haar hart voel asook die paniekaanvalle wat haar versmoor soos wat haar liggaam haar siel versmoor. Die “D” staan vir depressie. Skaduwee se vader

het maniese depressie en sy noem dat sy dit glad nie meer kan hanteer nie aangesien hy haar lewe verder belemmer. Die dag beteken vir haar straf, pyn en smart. Sy hunker na liefde maar kan nie vertrou nie. Sy vertel dat die takke al hoe stywer om haar trek en deur haar hart druk en haar siel doodmaak. Sy voel daagliks erger en die verlede haal haar in en verwoes haar toekoms. Sy uiter 'n noodkreet dat die Here haar asb moet help.

My refleksie

Vandag is die heel heel eerste keer dat Skaduwee enigsins melding daarvan maak dat sy op die ouderdom van ses jaar amper verkrag is en toe weer later deur 'n kêrel amper verkrag is. Sy skryf in haar joernaal dat 'n ander kêrel probeer het om haar fisies aan te rand. Dit wil voorkom asof haar keuse van verhoudingsmaats nie goed is nie. Elke verhouding was 'n fiasko. Wat het dit aan haar gedoen emosioneel. Hierdie goed het sy nog nooit met iemand gedeel nie, so dit moet wees dat dit hier binne bly en haar opvreet want daar was nog nooit geleentheid om dit te laat uitkom nie. Vandag was die eerste stap. Dit lyk asof die joernaal goed werk met haar, asof sy al haar opgeboude emosies kan uitstort op die papier. Dit kan dan ook wees dat al hierdie opgebondelde negatiewe emosies aanleiding daartoe gee dat sy depressief is.

Skaduwee se lewe is op die oomblik ingewikkeld en moeilik en haar onlangse diagnose met endometriose het dinge vererger. Sy top verskriklik hieroor en is beslis in opstand, maar tog passief. Ek is steeds bekommerd oor al die medikasie waaroor sy so gemaklik praat asof dit die normaalste ding ter wêreld is om 'n slaappilletjie te drink as jy in die middel van die dag wil gaan slaap. Haar moeder en vader weet ek uit vorige gesprekke drink self maklik pille en daar is altyd pille beskikbaar. Dit is iets wat ek graag sou wou verminder.

Dit klink asof Skaduwee die meeste van die tyd slaap. Slaap is 'n reuse kruk en toevlug want wanneer sy slaap vergeet sy. Ons sal daardeur moet werk.

Skaduwee is in 'n nuwe verhouding maar daar is klaar 'issues'. Sy vertrou die outjie nie en is klaar bang dinge gaan nie uitwerk nie. Fisiese kontak is 'n probleem vir haar. Hierdie is verdere dinge waaraan ons aandag moet gee. Ek is bekommerd oor Skaduwee. Sy is talentvol, mooi, het 'n oulike persoonlikheid, maar sien slegs die negatiewe raak en bly in die negatiewe lewe.

Skaduwee is 'n jong dame met min selfvertroue. Sy steun heelwat op eksterne faktore om haar beter oor haarself te laat voel, maar dit het nie altyd die gewensde uitwerking nie. Dit wil voorkom asof Skaduwee in 'n huis grootword waar pilletjies geredelik beskikbaar is. As jy nie kan slaap nie, neem 'n pilletjie. As jy jou toon gestamp het, neem 'n pilletjie. Sy is geneig om heelwat op pille te steun om haar beter te laat voel.

Deelnemer se refleksie

Skaduwee skryf in haar refleksiejoernaal dat haar nefie haar probeer verkrag het toe sy ses jaar oud was. Een van haar vorige ouens, het dieselfde probeer. 'n Outjie uit haar laaste verhouding, voor Y het haar geslaan. Volgens haar vertrou sy geen man nie en wil sy nie oopmaak teenoor Y nie a.g.v haar verlede. Dit lyk asof die joernaal goed gaan wees vir haar. Sy kan oopmaak teenoor die blaaie van die boek soos wat sy nog nooit teenoor enige iemand oopgemaak het nie. Dit kan moontlik wees dat hierdie weggesteekte emosies aanleiding gee tot depressiewe simptome. Skaduwee het 'n moeilike lewe en die feit dat sy nou gediagnoseer is met Endiometriose, vererger alles. Ek voel ongemaklik daarmee dat sy so maklik pille drink. Slaap is vir haar op die oomblik 'n groot ontvlugting. Dit is al wat sy wil doen want dan ervaar sy niks. Ons sal deur haar emosies moet werk.

Sessie 2: onderhoud 2, terapie 2

Doelwit(te) van sessie

Me X skakel baie bekommerd en noem dat Skaduwee 'n paniekaanval by die werk gekry het. Hierdie is haar eerste werk en sy is daarna huis toe. Sy noem verder dat Skaduwee nie sal kan regte swot nie omdat sy nie wiskunde geslaag het nie en sy wil dit nie herhaal nie. Vra vir noodafspraak.

Verloop van sessie

Die gevoel wat ek met Skaduwee kry is dat sy op hierdie stadium onbewustelik manipulerend kan optree. Sy wil nie werk nie, wil in 'n gemaksone by huis wees want die lewe is net vir haar te veel. Indien ons haar nou los en haar nie bietjie druk nie gaan sy al hoe meer en meer depressief raak en al hoe minder wil lewe.

My refleksie

Ek was miskien te reguit gedurende terapie en moontlik glad nie reg nie, maar my instink sê vir my dat Skaduwee die maklike uitweg soek. Ek glo in haar paniekaanvalle maar ek glo ook dat sy dit kan beheer deur al die 'tools' te gebruik wat sy in terapie kry. Haar 'mindset' is egter negatief en dit blyk asof sy klaar besluit het dat hierdie werk nie vir haar is nie en dat sy nie 'n sukses daarvan gaan maak nie.

Skaduwee het geen passie nie, niks is vir haar lekker nie, alles is vir haar moeite en as ons dit nie regkry nie gaan ons nie wen nie. Ons moet 'n passie in haar lewe kry, iets wat vir haar belangrik is en waarmee sy sukses wil behaal.

Haar moeder stel voor dat sy 'n sekretariële kursus in regte doen, maar ek dink nie dis reg nie want dit is nie haar droom nie. Dit is tweede beste. Ek wil so graag dat sy groot begin droom want sy is 'n slim, talentvolle kind.

Skaduwee het vandag erken dat sy bang is haar ma gaan weer selfmoord pleeg en dat sy nie sonder haar kan wees nie. Elke keer wat sy nie by haar ma is nie raak sy bang en onseker. Ek weet al lankal dat dit is wat aangaan en is so bly dat sy uit haar eie uit tot hierdie besef gekom het.

Ons het nie vandag 'n sandtoneel gebou nie, want dit is nie wat nodig was vir Skaduwee nie. Ek moes werk aan die paniekaanvalle en binne 'n kort periode want sy moes 8 uur weer by die werk wees. Vir sandtonele het 'n mens tyd nodig en Skaduwee het nie vandag tyd gehad om kreatief te wees nie. Dit is jammer, ek dink nogal as ons 'n sandtoneel kon bou, sou dit haar nog rustiger gestem het. Sal in die volgende sessie baie daarop fokus.

Skaduwee was huilerig en emosioneel aan die begin van die sessie en redelik binne beheer na die sessie. Ek hoop dat sy hierdie gevoel kan saamneem regdeur die dag.

Me X skakel my 'n paar dae na die sessie. Ek kan hoor sy is diep ontsteld. Sy noem dat Skaduwee nie saam met hulle was toe hulle die naweek weg was Vrystaat toe nie. Haar vriend het daar by haar gekuier. Volgens me X het Skaduwee se vriend haar vanoggend gebel en gesê dat daar groot fout met Skaduwee is. Hy noem dat hy haar Sondag met die skêr in die hand gekry het waar sy besig was om haarself te sny en dat sy vir hom 'n brief geskryf het waarin sy dreig om selfmoord te pleeg. Me X het die vriend gevra om die brief vir my te epos. Ek het nog niks ontvang nie.

Ek vra dat ek Skaduwee so vinnig as moontlik wil sien maar me X noem dat sy nie by die werk sal kan afkry nie. Die vroegste wat ek haar kan sien is ...

Sessie 3: onderhoud 3, terapie 3

Doelwit(te) van sessie

Om vas te stel wat dit is wat Skaduwee so diep ongelukkig maak.

Verloop van die sessie

Skaduwee het haar refleksiejoernaal op datum gehou terwyl hulle weg was met vakansie. Dit kom voor asof sy baie tam is en geen energie het nie. Sy is smagtend daarna om te ontvlug van haar verlede of so sê sy. Sy noem dat die lewe vir haar swaar is op die oomblik. Sy het 'n outjie, Y, met wie sy nou net begin uitgaan het. Sy vertrou hom egter glad nie. Hy is 'n onderwyser en sy hou nie daarvan nie. Skaduwee kan nie vrede maak met haar siekte nie. Sy hou aan om vra te vra daaroor. Wat het sy gedoen om dit te verdien? Dit klink of sy al hoe meer en meer negatief raak. Sy voel dat sy nooit weer normaal sal kan voel nie aangesien daar 'n moontlikheid bestaan dat sy nie swanger kan raak nie.

Skaduwee maak haarself wys dat die verlede bepaal wie en wat sy vandag is en selfs haar toekoms negatief beïnvloed. Sy glo dat haar drome vir haarself nie gaan waar word nie. Sy

voel magteloos en asof sy moet moed opgee. Sy slaap haar dae om om van die realiteit te ontsnap.

Skaduwee dink ook nog baie aan haar moeder se selfmoord. Sy noem dat sy nie wil huis toe gaan nie omdat iets by die huis haar bang maak en sy koppel die gevoel aan hoe haar moeder gelyk het toe die ambulans haar kom haal het nadat sy pille gedrink het. Skaduwee spreek elke keer die wens uit dat sy net 'n normale lewe wil lei. Sy voel selfs dat haar ouer broer, wat na aan haar is, glad nie meer vir haar omgee nie. Sy skryf dat sy die gelukkigste is wanneer sy slaap.

Vir Skaduwee is depressie wanneer sy haarself in haar kamer toesluit en die hele dag daar bly sonder om honger te word of die behoefte te toon om met iemand te praat. Wanneer sy net wil vergeet en wil slaap en nie deel wil wees van die realiteit nie.

Ons doen Ericksoniaanse terapie: Die uitgooi van die klippe uit die ligbal; veilige plek; sandspelterapie; ontspanning.

Met haar sandspelterapie beeld sy haarself in 'n trourok uit, maar sy staan alleen. Sy maak 'n pad met vlinders op wat vir haar vryheid simboliseer en dan is daar 'n skat aan die einde. Die pad gaan aan en daar staan 'n bruidegom. Hy is hoër geplaas aangesien dit 'n stryd is om by hom uit te kom. Dan gaan die pad weer af na twee liefdesvoëltjies en die pad eindig met 'n glas wat 'n simbool is van 'n heildronk op 'n suksesvolle lewe. Dit versinnebeeld al die wense wat sy vir haarself het, maar wat sy glo sy nie kan bereik nie.

My refleksie

Ek voel so bekommerd oor Skaduwee. Sy sien geen positiewe aspek van haar lewe raak nie en fokus absoluut op die negatiewe. Sy is vasgevang in 'n depressiewe golf. Sy noem dat sy bang is vir die lewe en dat sy nie meer aan geluk glo nie. Skaduwee noem van verhoudingsprobleme tussen haar en Y en dat hy vir haar jok oor dinge. Sy spreek die wens uit dat die wilde diere haar net moet opvreet en verskeur.

Sy voel dat haar lewe verwoes is a.g.v die siekte. Sy noem dat sy minderwaardig voel en nie omgee wat met haar gebeur nie. Wanneer ek Skaduwee se woorde lees, voel ek haar moedeloosheid aan. Sy is in 'n diep put op die oomblik en weet nie hoe om daar uit te kom nie. My hart gaan uit na haar en ek hoop dat ons in terapie vir haar hoop kan gee.

Dit is asof Skaduwee, alhoewel sy so graag in 'n goeie verhouding wil wees, self die vehouding laat skipbreuk ly omdat sy so jaloers en besitlik en afhanklik is.

In Februarie verander die trant van haar skryfwerk bietjie en noem sy dat sy weet dat regte haar lewe is en dat sy daarop gaan konsentreer. Sy besef dat dit haar help wanneer sy haar gedagtes besig hou en gaan dit elke dag probeer doen.

Net die volgende dag is sy weer in 'n put en noem sy dat sy smag na liefde maar dat dit haar nie beskore is nie. Sy het met Y uitgemaak.

Deelnemer se refleksie

Tydens hul vakansie skryf Skaduwee dat sy wou gaan draf maar nie kon nie a.g.v haar siekte. Sy wens dat dit kan genees. Sy noem dat die lewe vir haar swaar is Sy skryf dat wanneer sy die son op haar lyf voel, sy nie die pyn voel nie en wanneer sy die water sien sy wens dat sy daarop kan wegdryf – weg van haar verlede en haar paniek-aanvalle. Sy skryf dat sy 'n groot behoefte het om eendag kinders van haar eie te hê.

Die res van die inskrywings is op dieselfde trant. Sy skryf hoe swak sy voel en dat haar verhouding met Y wipplank ry.

Sessie 4: onderhoud 4, terapie 4

Doelwit(te) van sessie

Volgens Skaduwee ervaar sy fisiese pyn a.g.v die endiometriose. Vandag wil ek fokus op metodes van pynbeheer vir haar.

Verloop van die sessie

Pynbeheer en daarna Sandspelterapie. Skaduwee is 'n komplekse mensie wat smag na geluk en liefde maar nie weet hoe om dit te kry nie. Miskien probeer sy te hard en wil sy dinge rypdruk wat nog bietjie tyd nodig het om ryp te word. Die feit dat sy so afhanklik van ander mense raak help ook nie haar verhoudings nie. Haar verhouding met Y is reeds op die afdraende pad. Ek kan nie sien dat dit gaan werk nie, daar is te veel negatiewe goed binne die verhouding besig om te gebeur. Skaduwee ervaar veral gevoelens van jaloesie en wantroue waar dit by haar liefdesverhouding kom. Hoe gaan sy daaroor kom?

My refleksie

Dit is goed dat sy wil verder studeer. Dit mag beteken dat haar aandag afgelei gaan word deur iets konstruktiefs. Dit is ook iets wat sy vir haarself kan doen. Sy het beheer oor die sukses wat sy kan bereik. Vir die eerste keer het Skaduwee in haar dagboek positiewe goed oor haarself geskryf. Sy noem dat sy nie sal toelaat dat enige iemand op haar trap nie en dat sy graag aan haar toekoms wil werk.

Skaduwee het daarin geslaag om in 'n situasie nie die negatiewe aspekte persoonlik op te neem nie, maar na die feite te kyk en die situasie meer positief te draai. Ek sou so graag wou dat sy hierdie eienskap moet raaksien en gebruik in ander fasette van haar lewe ook. Dit wil voorkom asof Skaduwee heelwat konflik in haar verhoudings met mense ervaar:vriendinne; mense by werk; Y; haar ouers. Dit is nogal 'n draadjie wat deur haar verhoudings loop.

Skaduwee het vir my beter gelyk vandag. Haar ogies was helder en sy het nou en dan iets positiefs ook gesê. Moontlik help die terapie tog.

Deelnemer se refleksie

Skaduwee skryf oor haar werk en dat sy dit soms geniet. Sy skryf dat sy nie met of sonder Y kan lewe nie en dat sy nie wil doodgaan aan 'n gebroke hart nie. Sy noem dat liefde nooit vir haar uitwerk nie en dat sy so graag wil dat dit uitwerk. Sy noem weer dat haar lewe swaar is en dat sy nie weer wil seerkry nie.

Sessie 5: onderhoud 5

Doelwit(te) van sessie

Hantering van verhoudingkonflik.

Verloop van die sessie

Sessie met Skaduwee en haar ouers. Skaduwee se moeder het gevra vir sessie.

Skaduwee vertel dat sy kwaad was vir haar ma en Eric en dat sy gaan draf het en by 'n vriend se huis op die trappie gaan sit het, maar so half en half haar bewussyn verloor het. Die vriend het haar daar gekry en haar huis toe geneem maar sy kon nie onthou wat gebeur het nie. Hierdie goed bekommer my want ek weet nie wat om daarvan te maak nie. Dit kan wees dat Skaduwee soms pille deurmekaar drink en dit is hoekom sy goed nie kan onthou nie; Dit kan wees dat sy aandag soek; Dit kan 'n mediese rede wees. Ek sal op 'n manier moet probeer agterkom wat aangaan, maar ek voel onseker. My gevoel sê vir my dat sy te maklik te vinnig te veel pilletjies sluk wanneer sy voel die lewe druk haar.

My refleksie

Ek beleef vandag 'n kant van Skaduwee wat ek nog die hele tyd vermoed het daar is, maar nie self beleef het nie. Wanneer sy iets in haar kop glo, is dit haar waarheid en sy sal daarby bly, maak nie saak wat nie. Sy is nie 'n mensie wat rede kan insien nie, sy wil nie na ander se opinies luister nie. Sy is soos 'n kleuter wat 'n tantrum gooi en almal moet spring want sy praat.

Soos wat Skaduwee se vader gesels besef ek al hoe meer hoe ernstig depressief hy is. Hy verstaan haar, so blyk dit, maar hy is 'n passiewe verstaner. Hy gaan nie iets doen om te wys hy verstaan nie. Hy onttrek en die lewe gaan by hom verby, dit is soos 'n film. Hy is in 'n teater en hy kyk na dit wat om hom gebeur, maar hy is nooit betrokke nie.

Skaduwee is omgekrap omdat sy glo haar moeder meng in haar verhouding in. Sy het haarself klaarblyklik probeer sny en daarom het Y met haar moeder kontak gemaak. Haar rede hiervoor is dat dit haar moeder se skuld is aangesien sy die hele tyd in haar verhouding

inmeng. Sy aanvaar geen verantwoordelikheid vir haar eie besluite nie. Ek praat vandag hard en reguit met Skaduwee omdat ek haar as onredelik beleef en selfsugtig. Sy wil al die aandag hê, en alles moet altyd om haar draai totdat dit haar op 'n dag skielik nie pas nie. Ek weet ook dat sou haar moeder haar onttrek uit haar privaatlewe sy dit weer gaan ervaar as dat niemand lief is vir haar nie.

Dit blyk uit hierdie gesprek asof Skaduwee se moeder die vermoë het om die verkeerde ding op die verkeerde tyd te sê. Skaduwee en haar vader neem alles wat die moeder sê ernstig op en die moeder probeer om die ligte kant van die saak raak te sien aangesien beide Skaduwee en haar pa depressie lyers is. Miskien tree die moeder so op omdat sy probeer selfmoord pleeg het en self so depressief was dat niks anders meer vir haar saakgemaak het nie, en nou probeer sy om die ligte kant van dinge in te sien en mis die emosie by die ander persoon heeltemal en veroorsaak dit dan kommunikasie- asook verhoudingsprobleme. Lyk my Skaduwee kan op hierdie stadium nie onderskei wanneer iemand ernstig is of wanneer iemand 'n grappie maak nie. Alles is vir haar donker en ernstig en haar moeder sal meer sensitief hiervoor moet wees.

Skaduwee se vader voel dat hy haar verhouding met mans kan beinvloed a.g.v die rol wat hy as vader speel. Hy is passief, neem nooit leiding, is nie die sterk een in huishouding na wie almal opkyk nie. Pa was onbetrokke terwyl kinders grootgeword het en ma wou oorkompenseer vir onbetrokke pa.

Skaduwee verkwalik haar moeder steeds oor haar selfmoordpoging en sy voel dat dit die rede is waarom sy paniekaanvalle kry en dat sy haar moeder nooit daarvoor sal vergewe nie. Ek kan sien dat Skaduwee baie emosioneel is wanneer sy oor haar moeder se selfmoordpoging praat. Sy is deur erge trauma daardie tyd en dit is asof sy dit nog nie verwerk het nie. Boonop voel sy dat sy geen beheer oor haar lewe en emosies het nie. Sy is kwaad vir die lewe en sy haal dit op hierdie stadium op die mense die naaste aan haar uit: haar moeder en Y.

Daar was nie tyd vir Sandspelterapie vandag nie.

Deelnemer se refleksie

Skaduwee skryf dat sy 'n klap in die gesig gekry het deur liefde en hoop wat nie meer bestaan nie. Sy skryf dat sy nie meer gaan robeer om liefde te vind nie want liefde is nie vir haar gemaak nie. Sy skryf dat sy dit so moet aanvaar want dit is die realiteit van haar lewe.

Sessie 6: onderhoud 6

Doel van terapie: Hantering van verhoudingkonflik

Verloop van die sessie

Skaduwee dring daarop aan dat ons 'n sessie doen saam met Y.

My refleksie

Y ervaar Skaduwee dat sy soms in ’n trans gaan. Ek het dit ook al gedink en voorheen moontlik geskryf. Hy kan egter nie verduidelik wat hy as trans sien nie. Hy noem dat wanneer hulle praat dit vir hom voel asof sy aan ander dinge dink.

Skaduwee sê dat hy haar nie kon of wou ondersteun met Rover en Nico se afsterwe nie en dat sy besluit het om hom nie te pla nie, maar alleen daardeur te gaan. Dis asof sy mense afsny wanneer hulle nie doen wat sy van hulle verwag nie en daardeur maak sy haarself net nog meer ongelukkig.

Dit wil voorkom asof die twee dit moeilik vind om konflik te hanteer. Die manier waarop hulle konflik hanteer werk nie op die oomblik nie en ons sal iets anders moet probeer. Skaduwee wantrou vir Y en dit maak eintlik nie saak wat hy doen of sê nie, sy glo hom nie. Sy glo dat hy haar gaan verkul met iemand anders. Dis asof sy hierdie negatiewe dinge oor hulle uitspreek. Omdat hulle nie met mekaar praat nie veroorsaak dit onsekerheid binne die verhouding wat aanleiding gee tot negatiewe gevoelens van beide kante af. Wanneer Skaduwee onsekerheid beleef sny sy haarself af en niks en niemand kan tot haar deurdring nie want sy glo wat dit ookal is wat sy op daardie stadium wil glo, of dit waar is of nie.

Op hierdie stadium was Skaduwee se paniekaanvalle onder beheer volgens haar en Y. Sy voel sy bou ’n muur om haar omdat sy bang is ander gaan haar seermaak deur hul woorde, deurdat hulle gaan inmeng, deurdat hulle haar gaan oordeel. Sy beskerm haarself dus en dit veroorsaak dat sy nie positief aan die verhouding werk nie, want in haar kop het die verhouding reeds misluk.

Ons kom weer terug by kommunikasie. Dit is asof hy nie weet wat presies sy van hom verwag nie en asof sy dink hy moet dit net weet sonder dat sy dit hoef te sê en dit veroorsaak verwagtinge wat skeefloop. Hy probeer oop met haar wees en sodra hy dit doen is dit asof sy dadelik die ergste in hom raaksien en verwag hy moes die situasie op ’n ander manier hanteer het, soos wat sy graag sou wou hê hy moet. Die manier hoe hy dinge hanteer is nooit goed of reg vir haar nie. Skaduwee moet leer dat almal anders en uniek is en nie dieselfde oor dinge dink of voel of reageer nie. Niemand dink presies soos wat sy dink nie. Die oomblik wat sy dit verstaan behoort sy makliker in ’n verhouding aan te pas.

Skaduwee het hierdie kop ding dat sy dink sy sien haar foute raak en sy werk daaraan maar dit bly by dink, dit kom nie by die doen uit nie. Skaduwee se manier van konflik hanteer is om haar telefoon af te sit sodat sy nie nodig het om met Y te praat nie. Daardeur kalmeer sy eers en praat dan later met hom.

Hulle het op mxit ontmoet en so begin bou aan ’n verhouding. Skaduwee wil nou nie meer hê dat Y moet mxit nie. Moontlik omdat sy bang is hy doen dieselfde met ’n ander meisie as met haar, en ontmoet so ander meisies op mxit.

Dit klink nogal asof Skaduwee goed aanvang (haarself sny) wat hom bekommerd maak. Sy vertel hom daarvan maar verwag hy moet vir niemand daarvan sê nie. Hy praat dan met haar ma daaroor en dit veroorsaak konflik. Ek wonder tog of Skaduwee nie hierdie tipe goed doen om meer aandag op haar te fokus en hom so te probeer behou as vriend nie. Hy praat asof dit vir hom 'lekker' is om haar die hele tyd te 'red'. Dit is 'n baie ongesonde ding wat hier aan die gang is en wat my bekommer. Is dit dat sy goed doen sodat hy bekommerd moet voel oor haar en haar dan red?

Dit klink nogal asof die verhoudingsprobleme wat Skaduwee ervaar wyd strek: Moeder, materne ouma, Y, vriende. Waarom sou dit wees? Haar houding wat dit veroorsaak?

Die sessie is te kort om werklik terapeuties te werk. Moontlik is dit beter om hulle vir nog 'n paar sessies in te kry sodat ons meer terapeuties kan werk.

Deelnemer se refleksie

Dit gaan beter met haar verhouding met Y maar sy noem dat dinge nie meer vir haar dieselfde voel nie. Sy glo nie dat Y meer lief is vir haar nie. Hier skryf sy dat sy nie langer gaan toelaat dat mense oop haar trap nie en dat sy vir haar toekoms sal veg.

Sessie 7: onderhoud 7, terapie 5

Doelwit(te) van sessie

Die keuses wat ons maak beïnvloed ons lewe positief of negatief.

Verloop van die sessie

Skaduwee begin positief vandag. Sy wy uit oor haar studies en dat sy hard daaraan werk en dit geniet. Volgens haar gaan dit ook goed by die werk en by die huis. Ek is aangenaam verras. Dit klink asof dit goed is vir Skaduwee om besig te wees met die opdragte wat sy moet inhandig want dit hou haar denke besig. Sy kry nie meer tyd om oor alles te wonder nie.

… en toe bars die bom. Sy en Y is uit. Sy het die afgelope naweek by sy ma-hulle gaan kuier en fotos van ander meisies op sy rekenaar gekry. Dit veroorsaak 'n paniekaanval. Agge nee, die paniekaanvalle was nou net mooi onder beheer.

Skaars gesê dis uit met Y toe praat sy van die ander outjie wat sy op mxit ontmoet het en wat sy nou in lewende lywe gaan ontmoet die naweek saam met haar ouers. Hoe is dit tog? Kan die kind net glad nie alleen wees nie? Wat is dit wat haar so jaag dat sy altyd iemand moet hê?

Ons gesels bietjie oor die paniekaanval. Sy reken sy kon dit nie beheer nie. Is dit haar manier om haar emosies te hanteer? Alles raak te veel vir haar en dan gaan dit oor in 'n paniekaanval?

Skaduwee noem dat sy die verlede aanvaar het en na die toekoms wil kyk? Dis wonderlik ons moet net bietjie praat oor die hede ook. Dis asof Skaduwee altyd iets kry om oor bekommerd te wees. Sy kan nou moontlik die verlede agter haar los, maar nou is haar siekte besig om haar onder te kry. Ons het so lanklaas daaroor gepraat, dit was vir lank glad nie 'n deel van haar gesprekke nie, en ewe skielik is dit weer terug. Skaduwee klink moedeloos en bekommerd en angstig wanneer sy van die endiometriose praat.

Ericksoniaanse benadering tot terapie: Haar veilige plekkies is altyd gekoppel aan 'n persoon. Eers was dit Y en vandag is dit die lughawe. Seker omdat die nuwe outjie daar werk. Sy is 'n baie afhanklike mensie. Doel: keuses wat ons maak.

Na Ericksoniaanse benadering tot terapie begin sy skielik uit die bloute te praat van die nagmerries wat sy kry en dat sy glo dit het iets te make met die feit dat daar 'n meisie in hul huis vermoor is. Dit was nogal vir my 'n teenstelling, maar soos Erickson skryf, is dit belangrik om by die kliënt te bly en dit is wat ek probeer doen het. Sy noem dat sy en haar boetie as kinders die meisie gesien het. Ek skrik my half oor 'n mik, wat is nou besig om te gebeur? Nou sien sy spoke en die spesifieke dogtertjie maak haar wakker in die aande.

Sandspel: Sy noem dit 'n nuwe begin. Die slang simboliseer die troeteldierslang wat sy gekoop het. Die parfuumbottel simboliseer bevryding omdat sy selfs haar parfuum verander het om 'n nuwe begin te maak. Die padtekens is 'n nuwe begin. Ambulans simboliseer haar siekte. Sy gaan meer uit: tafel met goedjies op simboliseer sosiaal wees met ander.

My refleksie

Wanneer Skaduwee oor die paniekaanvalle praat is dit asof sy die kopkennis het hoe sy dit moet hanteer, maar wanneer dit gebeur vergeet sy alles. Sy sê egter dat na die episode by Y se huis het sy nog nie weer 'n paniekaanval gekry nie. Dis asof sy aanvaarding begin leer vir hoe haar lewe was en asof sy daarna uitsien om aan die toekoms te bou. Ons moet regtig die hede iewers inwerk.

Skaduwee klink bietjie paniekerig wanneer sy praat oor haar siekte en dat sy bang is sy nie eendag kinders kan kry nie. Sy wil so graag trou. Ek dink partymaal dit gaan nie vir haar soveel oor die kêrel as wat dit gaan oor die idée van trou nie. Skaduwee erken vandag dat sy nie sosseer lief was vir Y nie, sy was verlief op die idée dat hy daar vir haar was. Gaan dit dan vir haar net oor haar eie behoeftes en om dit te bevredig, en glad nie oor die ander persoon nie? Indien wel kan so 'n verhouding nie werk nie.

Skaduwee noem nie dat die terapie enigsins vir haar werk nie. Volgens haar is sy beter omdat die studies haar aandag aflei.

Deelnemer se refleksie

"Ek was nog altyd 'n fighter en niks gaan dit van my af wegvat nie. Ek sal bly veg vir 'n lewe vol sukses. Gedurende die sessie ervaar ek kalmte wat onbeskryflik is. Dit voel asof ek sweef, soos 'n veer, 'n veer wat bo in die lewe wil kom. Soms sien ek myself toe ek klein was, sonder enige bekommernisse. Die sessies help baie vir my en my panic attacks het daardeur ook verminder. Dit voel soms asof ek op die wolke loop, als voel so lig. Op 'n skaal van 1 tot 10 met depressie dink ek, ek's 'n 9. Nooit het ek gedink ek sou daaraan ly nie. Wat vir my depressie veroorsaak is oormatige stres, my verlede en sake van my hart".

Telefoonoproep na terapie: Skaduwee skakel my. Sy noem dat sy 'n paniekaanval het en dat haar moeder weier om haar by te staan. Ek probeer haar kalmeer. Ek skakel 'n rukkie later terug. Haar moeder beantwoord die telefoon. Sy noem dat sy Skaduwee glad nie onder bedaring kan kry nie. Ek is op die oomblik nie op kantoor nie, maar in Rustenburg. Ek stel voor dat sy die Psigiater by N17 gaan sien wat haar medikasie voorgeskryf het.

SMS-boodksap: Skaduwee se moeder stuur 'n SMS aan my dat sy by die N17-hospitaal opgeneem is. Hulle het hul huisdokter gaan sien omdat sy aanhoudend maagpyn het en hy het besluit om haar te laat opneem. Die psigiater besoek haar en vermeerder haar medikasie.

Sessie 8: onderhoud 8

Doelwit(te) van die sessie

Noodsessie

Verloop van die sessie

Skaduwee skakel my van die werk af. Sy huil so dat ek haar skaars kan hoor. Sy sê dat sy 'n paniekaanval het, maar sê amper dadelik dat sy moet aflui aangesien daar mense is.

Kort daarna skakel haar moeder my en noem dat sy vir Skaduwee huis toe geneem het en of ek haar kan sien. Ek skuif ander afsprake om haar in te pas. Skaduwee se ouma laai haar af. Sy lyk heeltemal gedisoriënteerd en onvas op haar voete.

Sy noem dat sy duiselig voel en slaperig is. Ek doen terapie maar ek dink nie enige iets dring deur tot Skaduwee nie. Ek wonder of sy die medikasie reg gebruik en of die medikasie reg is vir haar?

My refleksie

Dit lyk asof Skaduwee nie verantwoordelikheid wil neem vir haar eie lewe nie. Die oomblik wat sy alleen voel, begin die paniekaanvalle. Die oomblik toe Y nie meer in haar lewe is nie, begin

die paniekaanvalle. Toe sy en Y saam was, het sy haar ma op 'n afstand gehou en werklik goor behandel en beslis vir haar gesê sy moet uit haar lewe uit bly. Noudat Y nie meer daar is nie, nou is haar ma weer goed genoeg en trek sy haar nader. Dit voel vir my asof sy mense manipuleer om haar jammer te kry sodat sy kan aandag kry. Hoe gaan ek tot haar deurdring?

Ek voel op die oomblik magteloos wat terapie aanbetref. Dit lyk nie asof die terapie enigsins 'n positiewe invloed het nie. Skaduwee reageer nie positief op die terapie nie en gebruik nie die vaardighede wat ek haar in terapie probeer leer nie. Sy bly 'stuck' daar waar sy is en beweeg nie 'n tree nie.

Ek gaan haar verwys na die Lynwood kliniek na 'n ander Psigiater, Dr. van der Westhuizen. Miskien kan hy na haar medikasie kyk. Ek voel redelik raadop. Skaduwee behoort more in die Lynnwoord opgeneem te word.

Sessie 9: onderhoud 9

Doelwit(te) van sessie

Verloop van sessie

Skaduwee is uit N17 hospitaal ontslaan. Psigiater daar het haar medikasie verander. Skaduwee kry weer aanhoudend paniekaanvalle. Dit was so goed onder beheer en ewe skielik is dit terug. Sy noem self dat sy die paniekaanvalle kry wanneer sy alleen is. Sy wil dat haar moeder die hele tyd by haar moet wees, anders kry sy 'n paniekaanval.

Ericksoniaanse terapie:ontspanning. Doen "Experience Induction" uit *Scripts and strategies* (Allen, 2004: p 25). Skaduwee is heeltemal te duiselig en gedisoriënteerd om sandspelterapie te doen.

My refleksie

Dit lyk vir my asof Skaduwee piekfyn is wanneer daar iemand is wat daar is vir haar en by haar is, maar sodra sy voel sy is alleen verloor sy beheer. Sy skryf dit toe aan haar ma se selfmoordpoging.

Ek is vandag redelik streng met Skaduwee. Dit is vir my asof sy wegkruip agter haar moeder se selfmoordpoging omdat sy nie met haarself en haar eie lewe en gedagtes kan deel nie.

Sy lyk baie sleg vandag. Sy is nie georiënteerd vir plek of tyd nie. Sy is maer, bleek en duiselig. Ek dink die medikasie werk nie met haar nie.

Aanvanklik sê Skaduwee sy is bang vir die lewe – vir alles in haar lewe. Met nadere ondersoek blyk dit dat sy bang is vir die dinge waaroor sy voel sy nie beheer het nie en dinge waaroor sy onseker voel, bv. haar studies, die toekoms, die hede, verhoudings. Probeer in terapie om die onbekende vir haar bekend te maak sodat sy nie nodig het om dit te vrees nie.

Ek raai Skaduwee se moeder aan om terug te gaan na die psigiater aangesien dit vir my voorkom asof haar medikasie haar gedisoriënteerd maak.

E-pos: Skaduwee se moeder stuur 'n epos waarin sy meld dat sy in die mediese saal opgeneem is en dat die psigiater haar gesien het. Hy het klaarblyklik dadelik haar medikasie verander. Sy sal oor twee dae uitkom.

SMSe ONTVANG:

- 6 April: Skaduwee vind dit moeilik om kalm te bly en kry steeds paniekaanvalle
- 7 April: Skaduwee word in die N17-hospitaal opgeneem en moet die psigiater sien.
- 9 April: Psigiater het haar gesien en haar medikasie verander.
- 12 April: Sy word in psigiatriese saal in Lynmed opgeneem.
- 13 April: Sy word oorgeskuif na die mediese saal. Medikasie: Cylift (anti-depressant) 20 mg; Ivedan (slaap; stress; angs) 10 mg en Atival (angsaanvalle) 1 mg.
- 15 April: Ontslaan

Sessie 10: onderhoud 10

Doelwit(te) van die sessie

Afsluiting

Verloop van die sessie

Haar medikasie is deur die dokter by Lynmed verander. Cylift 20 mg; Ivedal 10 mg en Atival 1 mg. Hy het ook gevoel dat die aanvanklike medikasie nie die gewensde uitwerking het nie.

My refleksie

Skaduwee lyk beter. Dit klink asof die nuwe medikasie 'n positiewe effek op haar het en asof sy besig is om die tegnieke te bemeester wat ons in terapie geleer het. Skaduwee en haar ouers is positief vandag. Hulle klink baie verlig en hoopvol en asof hulle die lig aan die einde van die tonnel sien.

Skaduwee beleef nou weer onsekerheid m.b.t haar studies. Sy wil liewer kriminologie gaan doen. Dit is 'n moeilike, emosioneel uitputtende werk. Is sy reg vir so iets? Sy klink so opgewonde daaroor. Ek probeer die volle prentjie vir haar skets sodat sy 'n ingeligte besluit daaroor kan neem. Immers is sy positief en opgewonde en stel sy nuwe doelwitte. Ek weet net nie of dit realistiese doelwitte is nie. Dit wil so half voorkom asof sy nou weer in 'n ander rigting dwing. Hoekom? Sy spring baie rond wat haar toekoms aanbetref. Sy kan nie regtig 'commit'

en ’n besluit neem oor wat dit presies is wat sy wil doen nie. Die onsekerheid skemer tog nog deur.

Medikasie: Lilly-fluoxetine (Prozac – anti depressant) 20 mg; Loramed (slaap) 2 mg.

BYLAAG B

Terapeutiese stories

DEELNEMER A: Storieprinses

DEELNEMER A: Storieprinses

STORIE 1: Brownie Bat

Doel van storie: Slaaphindernis

'n Kind se slaaphindernisse is baie keer as gevolg van angs wat ervaar word. Die storie van Brownie Bat leer die kind progressiewe spierontspanning. Die suggestie 'om voor te gee en weer voor te gee dat jy slaap en om dan voor te gee dat jy nie voorgee nie' is 'n voorbeeld van 'trance logic'. Hierdie metafoor suggereer ook 'n tegniek om ontslae te raak van ongewensde of angstige gedagtes wat daartoe aanleiding gee dat die kind nie kan slaap nie.

Brownie Bat

This is the story about Brownie bat. Brownie was a brown bat who came to the Ashland Zoo from South Africa. Bats are the only mammals that fly. They are also one of the few mammals that truly hibernate during the winters. By hibernating they can go all winter without eating. They go into a deep sleep. Their heart rate slows and their body temperature goes down.

The expression: 'blind as a bat', isn't really accurate. Bats can see, and they have a good sense of smell, but instead of using their eyes to fly at night they use a system called eco-location. To do this, Brownie made rapid clicks in his throat. Those clicking sounds bounced off obstacles in his path and the echoes guided him so he could fly without bumping into things in the dark. It means that if he flies around he has a system that helps him to know: 'Oh there is the cupboard', so that he wouldn't fly into the cupboard, and 'there is the roof, I mustn't fly into the roof'. -It helps him to know where things are s that he don't bump into things.

Brown bats sleep hanging upside down in dark places during the day. At night they come out and look for insects to eat. Brownie could eat 600 mosquitoes in an hour. That's a lot of mosquitoes! His appetite for insects made him very popular at the zoo where nobody liked mosquitoes.

Every morning when the sun came up, Brownie and his cousins returned to their roost to rest. All of the bats quickly fell asleep except for Brownie, who just couldn't relax enough to even feel sleepy.

One day Brownie confided his problem to his friend, Harry the hippopotamus. Brownie went to Harry and he said to Harry: 'You know what Harry, all the bats are sleeping, but I can't sleep. I've got a problem!'. Harry said: 'I bet Dr. Dan could show you some ways to help yourself with your sleeping problem'. 'That would be great', Brownie replied. 'I'm so tired from not sleeping. I don't even feel like eating mosquitoes'.

When Harry heard that, he brought Dr. Dan over so see Brownie right away. Dr. Dan watched as Brownie hung upside down from his feet. 'You seem pretty relaxed', the veterinarian said to Brownie. 'I'd like to see you tighten the muscles in your right foot.'

Brownie squeezed his right foot into a tight little ball. Then the doctor said: 'now let the muscles in your foot relax'. Tighten the muscles and then relax. So Brownie slowly released his tight foot muscles. His right foot did feel more relaxed. 'now tighten your left foot', said Dr. Dan. 'Good. You are doing very well!'. Brownie squeezed his left foot into a tight little ball. 'now relax your left foot', said Dr. Dan.

Brownie relaxed the muscles in his left foot. 'next, I want you to tighten the muscles in your right leg. Tighten those muscles', said Dr. Dan. Brownie squeezed his leg muscles as tight as he could. 'now **relax'**, said Dr. Dan. 'notice how all the muscles in that leg feel **loose**, **limp** and **relaxed'** said Dr. Dan. Then Dr. Dan wanted Browinie Bat to tighten the muscles in his left leg. 'Hold it. Hold it and then **relax even more'**.

Brownie sighed as he felt the muscles in his left leg get loose, limp and relaxed. 'That **wave of relaxation'**, said Dr. Dan,'is taken you **down** even **deeper relaxed'**. Tighten all the muscles in your tummy and back while noticing how **relaxed** your legs and feet are - so **comfortable**, so **relaxed**, all those muscles loose, limp and **relaxed**. 'now your tummy and back are joining the comfort as **the wave of relaxation** continues taking you down **deeper,** and **deeper**.'

'Tighten one wing, and then **relax** even more all the way to the tips. Now the other wing, tighten and then twice as **relaxed**, going deeper and **deeper**.'

Brownie was already beginning to notice his neck, head and his face relaxing. Then, as he tightened those muscles and released the tension and tightness, he felt twice as relaxed as he had been before. Brownie could hear Dr. Dan saying softly, 'From the top of your head at the bottom, to the bottom of your feet at the top, relaxed from head to toe. Growing very sleepy. Perhaps you will pretend to pretend that you are sleeping, and then pretend that you are not pretending. You might wish to fly high in your imagination up into the clouds - white and fluffy, **drifting** and **floating**. If anything drifts into your thoughts that interfere with sleep, you can turn the stuff into fluff and floated off with the clouds. Stuff becoming fluff, and drifting **farther** and **farther** away, so **relaxing**, so **peaceful**.'

As Brownie hung upside down in his roost - so familiar, so save and comfortable - he imagined a gentle breeze rocking him gently to sleep. Soon he was sleeping. ZZZZzzzz. Fast asleep.

…The end… (Thomson, 2005:37)

DEELNEMER A: **Storieprinses**

STORIE 2: **Die ballerina storie**

Doel van storie: **Slaaphindernis**

Ballerina

Once upon a time there was a ballerina and she loved dancing. She loved to go on stage, and to perform before people. When she performed the audience just loved her, and they clapped their hands, and they whistled, and they sent her flowers, and she loved to dance on stage.

But, the ballerina had one little problem - she was beautiful - but she had a problem. When she went home, every night she got home, she just couldn't sleep. She would go to bed, but she just couldn't sleep. Then something strange happened, she started to eat at night, and she watched television, and she ordered everyone around in the house - and everybody just got more tired, and more tired ….

The ballerina just sat in her bed and she wanted macaroni and cheese, and fish and chips, and she ordered everybody around. Because everybody loved the ballerina, they felt sorry for her, so they brought her the food, and they sat with her in the television room - and they watched television with her.

Something was keeping the ballerina from sleeping. She had a problem. She was afraid of the dark. Nobody knew that the ballerina was afraid of the dark, and she didn't want to close her eyes, because she was so afraid - she was just very afraid. She was afraid that when she closed her eyes maybe she wouldn't wake up again. Or when she tried to sleep there would be a lot of spiders and they will eat her. Or when she close her eyes she will have a nightmare.

So it happened that the ballerina fell asleep and had a nightmare. She woke up screaming: 'Help, Help! The spiders are here!' When she opened her eyes there was nothing. And she felt so silly, but something terrible happened. Because the ballerina couldn't sleep, she got very tired and she couldn't dance anymore and dancing was her passion – her love - she loved dancing. And because she was so tired she couldn't dance anymore. The people at the theatre called her and they asked her, 'Why aren't you here to dance before the people? The people are shouting, they want you here, you must come and dance.'

The ballerina said tearfully, 'I can't dance anymore, I'm too tired.' The ballerina started crying. She said, 'I'm so sorry, I don't think I will ever, ever dance again.'

And then something very special happened. Something magical. A fairy godmother came to the ballerina's house, and she knocked on the door. The ballerina was so tired but she opened the door and she said, 'Who are you? I don't know you.' And the fairy godmother said, 'I'm your fairy godmother, and I am here to help you to sleep.' The ballerina was so happy, because she was so tired. The fairy godmother told her: Let's go into the house, to your

bedroom. I want you to lie on your bed.' She said, 'I will stay with you every night, and although you won't be able to see me all the time, I will be here. So you must listen carefully to my voice, even though you cannot see me all of the time.' The ballerina said, 'I know you are with me because you are my fairy godmother.'

The fairy godmother said, 'You must remember that you won't be able to see me sometimes, but I will still be here.' 'The ballerina said, 'yes I understand.' The fairy godmother told her, 'I know you love dancing'. 'Yes, the ballerina said' 'The fairy godmother said, 'If you keep on with what you are doing - not sleeping - you won't be able to dance ever again!' The ballerina replied, 'I want to sleep, I promise, I'm just very afraid of the dark.' The fairy godmother listened carefully to the ballerina and then said, 'Do you know what, dark is only a word - there is a word like light, and there is a word like dark, and there is nothing in the dark that can harm you.' The ballerina thought about it, and she said, 'You know what my fairy godmother, you are right - nothing in the dark will hurt me, because you are protecting me.'

For the first time in weeks, that night, the ballerina slept, and she didn't mind the dark, because she wasn't afraid anymore. The following morning the ballerina was rested and she could dance and dance and dance, and all her fans were happy. They said, 'yeah, our ballerina is back!' And they clapped their hands, and they applauded her, and they gave her flowers - and she loved every minute.

From that day on, when she got home she didn't have trouble sleeping, because she knew her fairy godmother will be there, even if she couldn't see her.

…The end… (Dirkie de Villiers, 2010)

DEELNEMER A: **Storieprinses**

STORIE 3: **Die Tigger storie**

Doel van storie: **Slaaphindernis**

Tigger

One day there was a baby Tigger and his mommy. They lived in a forest, in a very big tree. They loved climbing the tree, because Tiggers love climbing. And one day when the mommy Tigger woke up, the baby Tigger was gone. The mommy Tigger was very afraid. She looked everywhere for the baby Tigger, but she couldn't find the baby Tigger.

So, the mommy Tigger went to the lion and she said, 'Oh lion, did you see my baby Tigger?' The lion said, 'I think I did.' 'But where?' 'I can't remember.' And the mommy Tigger said, 'Please try to remember, I have to find my little Tigger.' The lion was deep in thought for a minute and then he said, 'Let's ask the monkey.'

The monkey said, 'Hi Mrs Tigger! Mrs Tigger said, 'Please monkey, please. Did you see my little Tigger?' 'Ah, yes I did.' The mommy Tigger said, 'Where is my little Tigger?' The monkey said, 'I think I saw him with the camel.' The mommy Tigger went to the camel, and she said,'Camel did you see my little Tigger?' The camel said, "Yes I believe I did. Your little Tigger is very, very naughty!" 'Ahw. Why do you say that about my dear little Tigger?' Camel said, 'Because when you are sleeping at night, do you know what your little Tigger is doing?' Mommy Tigger said, "My little Tigger is lying next to me on the branch every night. He's not doing anything wrong.' The camel said, 'That's what you think. Go and ask the elephant.'

The mommy Tigger went to the elephant, and she said, 'Elephant do you know were my baby Tigger is?' The elephant replied, 'Oh yes I do, but I'm not going to tell you.' 'Why not? Please tell me where my little Tigger is?' The elephant said, "Do you know that when we all want to sleep at night that your little baby Tigger is running around the forest, picking up food? We can't sleep because he is running around making a noise. He's here and there and then he asks, 'Do you have some food for me?'" The mommy Tigger said, 'That is not true! Not my little Tigger!' 'The elephant said, 'Oh go and ask the zebra if you don't believe me.'

So the mommy Tigger went to zebra, and she said, 'Zebra do you know anything about my little Tigger?' 'Zebra said, 'Oh Mrs Tigger, that little one of yours is making a little bit of trouble in the forest.' 'What do you mean?' Asked Mrs Tigger. The zebra said, 'Oh Mrs Tigger, at night when I want to sleep peacefully - because you know I am tired after a day's hard work - your little Tigger will come up to me and say, 'Zebra, do you have some food for me?.' 'no', said the mommy Tigger. 'Oh yes', said the zebra, 'and I am getting really, really, really tired, because now I can't sleep at night - I have to sleep during the day - and you know that is not a good thing!' The mommy Tigger said, 'I saw something strange was going on in the forest - all the

animals were sleeping during the day.' 'Yes', said the zebra, 'and now you know why, because your little Tigger is keeping everyone awake at night.'

Zebra said to Mrs Tigger, 'Mrs Tigger, we have to do something about this, because you know what is going to happen?' Mrs Tigger said, 'no. what will happen?' Zebra said, 'If the elephant can't sleep at night he is very tired during the day, and so he cannot look after his family during the day and they have to go and look for food during the day, not at night. They cannot look for food at night, but now they are very tired during the day and they have to sleep, they cannot look for food. They are all going to die eventually, because they don't eat any more.' Mrs Tigger was heartbroken. He said, 'We zebras have to go into the fields and we have to look for grass, and we have to eat our grass during the day so that we can survive, but we are to tired during the day to look for grass to eat.'

There were a lot of trouble in the forest. All the animals couldn't eat during the day, because they wanted to sleep, because they were tired, because the little Tigger kept them awake at night.

The zebra then said to Mrs Tigger, 'Mrs Tigger if the little zebra doesn't sleep at night all the animals will die, because we cannot eat anymore, we are too tired. We cannot hunt at night, because we just can't - the other animals will catch us, and eat us at night. If the little Tigger doesn't sleep at night, Mrs Tigger, we all will die.'

Mrs Tigger then went looking for little Tigger. And she searched under the bushes, over the branches and everywhere. Mrs Tigger couldn't find Tigger. As she walked home she heard some faint snoring and there on the soft leaves of a fallover tree she found him fast asleep.

Mrs Tigger said, 'Come little one, you must wake up now.' 'Little Tigger said, 'I want to sleep.' Mrs Tigger said, 'no, no, no, it's daytime now, you cannot sleep, you have to go to school, you have to learn new things, you have to play with your buddies!' The Tigger said, 'no, no, no mommy, I'm tired, I want to sleep.'

Mrs Tigger said, 'My dearest, dearest, dearest little Tigger, we have a real problem!' And little Tigger said, 'not now mommy, really, really I am tired, I want to sleep.' Eventually the Tigger woke up, and his mommy said, 'We must talk little one.' He said, 'no mommy, no talking, no talking.' And she said, 'really, really we have to talk. Do you walk around at night not sleeping?' 'Yes.' 'And do you go to all the animals and ask them for food?' 'Yes mommy.' 'Do you know what's happening to the animals my dear little one?' 'no mommy.' 'All the animals will die, because they can't rest at night, and they can't eat their food during the day, because they are too tired, because you wake them up every night - and keep them awake my dear little one.' 'Oh mommy, I am so sorry.' 'But why don't you sleep at night my dear little Tigger?' 'Because I don't like to slaap at night' 'Why not my angel? Why don't you want to sleep?' 'Because I'm afraid of the dark!' 'Why are you afraid of the dark my little one?' 'Bad animals can come out and eat me'. 'But my angel, that doesn't make sense, because when you are with mommy and

we are up in the branch, then you are safe, and animals cannot find you there, but when you walk around in the forest eating all the time then they can find you and eat you. You are not safe there, but you are safe with mommy. So what is going on? Tell mommy, really.'

'Creatures or creepy crawlies can crawl up the branch and pull me off.' 'What kind of creepy crawlies? What are you talking about?' 'Spiders.' 'Oh, spiders? So let mommy tell you something, did you know, spiders do not like to bite Tigger's?. Spiders wants flies and little things like mosquitoes, you know the things that bug us - we don't like flies do we?' 'no mommy.' 'Do we like mosquitoes?' 'Oh no mommy.' 'And that is what the spiders are eating - not Tigger's or animals or humans, they eat flies - they don't want us my angel.'

'The mommy said, 'my little one, how long have we been staying at that branch - how old are you now?' Tigger said, 'I'm 6 years old mommy, and never ever ever did any creepy crawlies bug us at night - I'm so silly!' The mommy said, 'you are not silly, you are my little Tigger, and it is okay to be afraid - but creepy crawlies will never ever come to our branch, because they like to live on the ground. The creepy crawlies like to live outside, under the leaves and in the ground, because that is where they are happy - they are not happy at our branch my little one - they are happy in the ground, and under the leaves.'

The little Tigger said, 'mommy I am afraid of monsters as well!' So the mommy said, 'You know my little one, the biggest monster here is you! You are my little monster! There is no monsters in the forest.' Tigger laughed and said, 'the biggest monster for real is a elephant!' 'Yes, and elephants are our friends – they are not monsters. All the animals in the jungle are our friends, and we are safe here, and nothing can happen to us here, and I love you very very much.'

And from that day on, the Tigger wasn't afraid of the dark anymore. He wasn't afraid of spiders anymore. And he wasn't afraid of creepy crawlies anymore. And he slept at night.

…The end… (Dirkie de Villiers, 2010)

DEELNEMER A: **Storieprinses**

STORIE 4: **The tunnel in the Woods**

Doel van storie

Hartseer en trauma mag veroorsaak dat die kind haar gevoelens afsluit ondat dit te seer is om te voel. Hierdie storie kan die kindjie help om weer haar sin van persoonlike mag en gevoel terug te kry.

The tunnel in the woods

Once upon a time there was a happy little girl who lived with her family. This girl was so happy that very little ever made her feel sad or upset, so she never really was upset. Her life was very good, and she expected it always to be like that. Then things began to happen that the girl did not understand, and could not control. All of a sudden it seemed as though the little girl's world was turned upside down.

People in her life began to disappear. Things really began to get worse, when a strange spell came upon her. Her friends no longer played with her. She got in lots of trouble with her family and her grades in school started to drop. The little girl began to feel unloved and sad.

She said to herself, ‘Oh if I could just get away from this place I would probably feel better.’ So the little girl set out walking. She walked and she walked, until she came to some woods. Then she walked into the woods, until she came to a huge dark and lonely tunnel. ‘Oh, I'll just sit on the edge of this tunnel and rest a while’, she whispered to herself.

As she sat at the opening of the tunnel she began to think about all of her problems. And as she thought of her problems something strange began to happen. Without the little girl even being aware that it was happening, she began drifting into the tunnel.

The more she thought about her problems, the deeper she drifted, until she looked around her and realised that she was lost, deep in the darkness of the tunnel. ‘What am I going to do’, the little girl cried? ‘I have drifted deep into this tunnel and I haven't a clue as to where I am or how to get out!’

Back at home the girls family noticed that she was gone, and began to alert their neighbours and friends. ‘Our little girl is lost’, they said to the people who came to help. ‘Ooh! Will you please help us to find her?’ The whole community loved the little girl, and were willing to do all they could to help find her. They followed her trail until they came to the big tunnel.

‘I bet she's in that tunnel’, said one of the towns people! They began calling her name, but the girl had drifted so far into the tunnel that she was afraid to try to find a way out.

One of her closest friends, Nicky, stepped from the crowd and said, ‘I have an idea. I will ask the town wizard, and he will know what to do.’ So Nicky ran as fast as she could and told the wizard all about her lost friend.

So the wizard was a very wise and caring person, and he told Nicky that her friend had gotten lost in the tunnel because the light within her had almost disappeared. ‘She thinks her light has gone out, and because of this she can't find her way out of the tunnel’, he told Nicky.

‘So how can we help her’, Nicky asked? The wizard gave Nicky a golden glowing ball of light, and told her to take the ball to the opening of the tunnel. ‘Call her name, and the light will help her to find her way out of the tunnel’, he told her. This sounded a little strange to Nicky, but she realised that wizards sometimes understand things in a way that other people can't.

So she held the golden ball of light in her hand and ran as quickly as she could, back into the woods, to help her friend. She asked all of the people to stand with her at the edge of the dark tunnel and to call the name of the little girl. Deep in the tunnel, the little girl began to see the light. She moved towards it, hoping to find a way out of the tunnel - and as she did this the light became more and more into focus. Soon she was near the entrance of the tunnel, where her friend was holding the light.

Then a very strange thing happened! The light drifted out of Nicky's hands and into the heart of the little girl. When this happened the little girl felt her own light rekindle, and this helped to guide her the rest of the way out of the darkness.

So the little girl was so happy to be out of the tunnel that she hugged all of her friends. She saved her most special hugs for her family. Thank you for realising I was lost in the tunnel and that I needed help to find my way out, she said to them. The little girl then gave Nicky the biggest hug of all. Nicky told her about the wizard.

So the little girl wanted to thank him for his help. She picked up a special bouquet of wild flowers to take to him. When the wizard saw the little girl walking up his sidewalk with a bouquet of flowers, he smiled, because he understood that the light within the little girl was once again glowing to light the way.

And that is the end of the story.

…Die einde… (Davis, 2000:385)

DEELNEMER A: **Storieprinses**

STORIE 5: **The chipmunk and the earthquake**

Doel van storie

Die probleem wat deur middel van hierdie storie aangespreek word is die afsterwe van 'n geliefde, veral wanneer hierdie afsterwe as gevolg van 'n ramp was.

The Chipmunk and the Earthquake

Not long ago, on a California shore - now California is overseas, and that is the place where all the earthquakes happe. A Chipmunk played in the sun. He gathered nuts and enjoyed running from rock to rock through the tall green grass.

This Chipmunk didn't know much about the world, but lived from moment to moment, enjoying her life. She had been born in a special place, filled with sunlight and plentiful food. However, one dark day an earthquake suddenly shook the dirt beneath the Chipmunk, and without warning the Chipmunk fell into a deep hole. She laid covered with rocks and dirt, and was shut out from the sun.

The Chipmunk was so stunned by the suddenness of the earthquake that she hardly reacted at all, but lay covered in the dark and gloomy hole. For days the Chipmunk barely moved. Sometimes a tear would run from her eye. The hole was so dark, and the earthquake so sudden, that the Chipmunk almost forgot about the sunshine, the green grass and the nuts that she loved so much.

She forgot about the other chipmunks in her life, and even the birds that had flown over her head. The blackness of the hole was so great that the Chipmunk decided to give up - to remain in the darkness of the hole - forever. 'no one will notice or care', the Chipmunk thought to herself. 'I can't bear to exist anymore! This darkness is so overwhelming, it feels as if I am a part of it.' And the spirit of the Chipmunk almost gave up.

The Chipmunk hadn't counted on the strength of the spirit within her that refused to hear these words, and began to demand that the Chipmunk free herself. 'Find a way out of the hole into the sunlight again', demanded the spirit. 'Evaluate what you really want!'

At first the Chipmunk ignored this tiny voice of rebellion within her, but the voice became louder and louder until the Chipmunk couldn't ignore it anymore. This voice re-awakened the need deep within the Chipmunk to see the sunlight again and to run in the grass. So, the Chipmunk began to dig. Slowly at first and then more quickly, until she had found a way to dig herself out of the darkness of the hole and back into the light. The eyes of the Chipmunk took a little while to become used to the light again, and as her eyes began to focus she could see the effects of the earthquake, but gradually the sun warmed her body, and the smells in the air

awakened her spirit even more and the Chipmunk found a way to run again, to see again and to find the joy in her life.

Of course she never forgot about the earthquake - for earthquakes have their own special memory - but the Chipmunk tucked that memory into a special place in her heart and spent much time listening and learning from the spirit within her that had demanded she dig her way out of the dark hole and into the light.

…Die einde… (Davies, 2000:395)

DEELNEMER A: **Storieprinses**

STORIE 6: **The burned tree**

Doel van storie

Die storie wys aan die kindjie deur middel van die metafoor uit dat sy steeds 'n eie lewe het om te lei, selfs al het daar 'n traumatiese gebeure in haar lewe plaasgevind.

The burned tree

THERAPIST: For you to be comfortable I'm going to push the chair back – okay? And put your feet up there, yes. Isn't that comfortable?

CLIENT: What's the dot?

THERAPIST: It's my watch – it's my watch and the light reflection. I'm going to take you to a safe place today.

CLIENT: Where, where, where?

THERAPIST: Where do you like it very much? Do you like a garden? Do you like the sea?

CLIENT: I like the sea.

THERAPIST: Okay, then I will take you there.

CLIENT: Where?

THERAPIST: To the sea.

CLIENT: When?

THERAPIST: Now. I want you to use your imagination to go to the see, even if we are not really at the sea. I want you, when you are ready, to take 3 deep breaths - in and out and in and out and again in and out. And now I want you to close your eyes if you are comfortable with closing your eyes, and listen to the water that is running, and remember that you will always be save here. And today, I want you to listen to my voice. You must try to keep your eyes closed. I want to see if you can do it. And I want you to relax - to really, really, really relax. Great, great. I want you to feel the relaxation in your feet - it's like a warm glow in your feet, and the warm glow goes up into your legs, through your knees, through your stomach and into your chest. And the nice relaxation goes through your arms, into your hands and your fingers, and up again - through your neck, and your face, and the nice relaxation - and the hot feeling goes through your head and your hair and back down your head, back down your spine, back down your legs and into your feet, and your whole body feel absolutely relaxed.

And now, I want you to use your imagination.

CLIENT: I know imaginations.

THERAPIST: So close your eyes and only listen to my voice. I want you to imagine that a cloud comes nearer and nearer towards you. A lovely white fluffy cloud - down, and down. And watch your little cloud coming nearer - down, and down - until you are surrounded by your little cloud - and inside your white, fluffy, comfortable cloud.

CLIENT: Inside the cloud

THERAPIST: And you are safe and warm and comfortable inside your cloud.

CLIENT: I can see the cloud - I can feel the cloud.

THERAPIST: Wonderful, wonderful. Close your eyes.

CLIENT: Okay

THERAPIST: Close your eyes and listen to the story. Your cloud is going to do magical things today.

CLIENT: What magic things?

THERAPIST: Your cloud is going to take you up into the sky.

CLIENT: What?! I can't go up into the sky, I will fall!

THERAPIST: And the cloud won't ever let you fall, because the cloud has got magic.

CLIENT: Yeah, magic.

THERAPIST: And you are inside this magic cloud.

CLIENT: Inside.

THERAPIST: And you must watch and listen. Your cloud is going to take you to a safe place …(interjection).

CLIENT: Heaven?

THERAPIST: To the sea - you are going to the sea.

CLIENT: Yeah! But what if the sharks get me?

THERAPIST: No, no, no the cloud will always be there to look after you and to protect you, and nothing bad can ever happen to you inside of this cloud, nothing.

CLIENT: What if something comes and grabs the cloud and I can fall out of the cloud into the sea. The sharks can bite me.

THERAPIST: That cannot happen, because your cloud has magic.

CLIENT: Magic.

THERAPIST: And so you are flying, flying over the earth. And you are looking down, and you can see the cars and you can see houses and you can see all the things down there, but you are inside the cloud, and you are flying, flying to the sea. Imagine how your cloud is protecting you from any danger - nothing can hurt you inside of this cloud. And look, there is the sea!

CLIENT: I can see it!

THERAPIST: And look at the dolphins playing.

CLIENT: Dolphins, dolphins - I like dolphins!

THERAPIST: And your cloud will take you to the shore to a safe place at shore.

CLIENT: A beach house - a beach house!

THERAPIST: Yes, can you see your beach house?

CLIENT: Yes, it's kind of yellow and pink and green.

THERAPIST: Wonderful. Now, your beach house has a porch. Can you see the porch?

CLIENT: What is a porch?

THERAPIST: A stoep.

CLIENT: Oh, a porch - I can see it - I want to step on it.

THERAPIST: And your cloud will go down, down, down, down - until he puts you softly down on the porch. And now you are in your beach house on the porch looking at the sea. Can you see the waves?

CLIENT: Yes I can.

THERAPIST: Can you smell the saltiness on the air?

CLIENT: I can smell it.

THERAPIST: And you are safe here in your beach house by the sea. And I want you to look around and …. there is a chair on your porch - a rocking chair.

CLIENT: A rocking chair?

THERAPIST: On the porch.

CLIENT: On the porch?

THERAPIST: Look if you can see it.

CLIENT: I can see it in my brain.

THERAPIST: Okay, close your eyes again and go and sit in your rocking chair and listen to the sound of the waves. And now something very interesting will happen.

CLIENT: What is it?

THERAPIST: I am going to tell you a wonderful story, and you must listen carefully to the story.

CLIENT: Okay.

THERAPIST: Once upon a time there was a tree in the forest that didn't look green and alive like the other trees. It looked as if it had been struck by lightning, and had stopped growing - like someone had come and cut its branches back to stubs.

CLIENT: Shame.

THERAPIST: Most of the trees in that part of the forest thought that it was dead, because some trees are able to stand long after the life has gone out of them, but they were wrong, because deep down inside this tree was alive.

CLIENT: He was alive.

THERAPIST: He just didn't know how to grow and develop into a beautiful tree with leaves, as the other trees had done.

CLIENT: Cherries!

THERAPIST: Because it had been hit by lightning and badly burnt. Sometimes after being burnt a tree goes into shock and gives up the will to grow and to live and to be like other trees.

CLIENT: Yes.

THERAPIST: And sometimes the shock of the lightning and the storms makes a tree believe that it can't grow, and that it has to stay the same - looking burnt and ugly and dead. But one day a beaver came along, and thinking that this tree was dead began to chew on it. 'Hey, ouch,' yelled the tree! Startled the beaver looked around and yelled, 'who's there? Who's talking to me?' 'It's me,' said the tree, 'you are hurting me, quit biting me like that.' 'I can't believe it,' said the beaver, 'you didn't look alive, you looked deader than a doornail. You looked burnt and pitiful, your branches are broken and you don't even have any leaves. Now I'm a pretty responsible beaver, and I don't cut down live trees, because I would feel bad about that. I just figured you were dead.' 'I am not dead, said the tree! I'm not even sick!' 'Mm-mm,' the beaver gave him a puzzled look. 'Well if you are not dead, and you are not sick, why do you look so awful?' Sadly the little tree replied, 'I don't know how to grow, I don't know how to get leaves, I don't know how to look alive again, because the lightning hit me so many times and there have been many storms in my life that I lost the knowledge of how to grow.' So the

beaver, who had much experience with trees decided to help, and he explained that he must first remove the burnt ends of the limbs. Don't you think that is wonderful?

CLIENT: Ja.

THERAPIST: Climbing in and out of the branches - he chewed away at the burnt ends until all the dead parts were gone, and new life could start growing. Wow! The tree was surprised that it hardly hurt at all. Next the beaver found some special fertiliser for trees and put it all around the trunk. He made sure that the tree got all the sunshine and water it needed. In a very short time the little tree discovered that he did know how to grow!

CLIENT: Yeah! Listen, listen, listen!

THERAPIST: And he did know how to develop.

CLIENT: Yeah! Listen, listen, listen!

THERAPIST: And it did know how to look beautiful.

CLIENT: Listen!!!

THERAPIST: And full of green leaves.

CLIENT: Listen!!!

THERAPIST: Just like the other trees.

CLIENT: Listen!

THERAPIST: It began to sprout new leaves and to grow and to develop, and before long there was no sign that it had ever been hit by lightning or burnt.

CLIENT: Yeah, yeah, yeah!

THERAPIST: And the tree and the beaver became very close friends after that.

CLIENT: Yes.

THERAPIST: Because of the beaver's help, the tree grew to be so beautiful and healthy that the tree decided to do something special for the beaver. It asked the beaver to carve a sign about their friendship. The sign was placed in front of the tree, so that everyone who passed would realise just how much difference a trusted friend can make in the way your life goes.

CLIENT: And what then?

THERAPIST: That's the end of my story.

CLIENT: Oh, that was a happy story, but it was bad in the beginning.

THERAPIST: But it turned out to be a nice story.

CLIENT: Yeah, nice story.

…Die einde… (Davis, 2000:65)

DEELNEMER A: **Storieprinses**

STORIE 7: **Die deelnemer se belewing van haar veilige plek.**

Doel van storie

In die veilige plek kan die deelnemer haar gevoelens deel met enige iemand in haar veilige plek by wie sy gemaklik voel. Die doel hiervan is dat die deelnemer nie nodig het om hardop oor haar gevoelens te praat nie.

Die belewing van die veilige plek

THERAPIST: Okay, today I want you to focus on one of the animals there - any one of them.

CLIENT: Uhm, - how did you get the animals up there?

THERAPIST: My husband did it.

CLIENT: Oh.

THERAPIST: So which one are you going to focus on?

CLIENT: Uhm, the parrot

THERAPIST: Okay, so look at the parrot and try not to look anywhere else, but at the parrot. And the moment that your eyes get tired you can close them softly. And I want you to relax and listen to my voice. And I want you to use your imagination today, and I want you to see a little cloud high up in the sky.

CLIENT: (Whispering) a cloud.

THERAPIST: And the cloud are coming down, and it's floating down …(interjection).

CLIENT: I know that story!

THERAPIST: And he is floating down.

CLIENT: Down, down, down - and there was a little girl who climbed on the cloud.

THERAPIST: And the cloud came down - and it floated down. And before you can even imagine it, you were inside the cloud, and it felt so lovely and safe and comfortable. And the cloud massages your body, and it felt comfortable …(interjection).

CLIENT: And let's say the cloud breaks?

THERAPIST: And relaxed – and the cloud cannot break, because it is a magical cloud. And the cloud are going to do something very special today.

CLIENT: Mm-mm, take her up, up?

THERAPIST: Yes, you are going to float with the cloud up in the sky, and the cloud will take you to a very special place …(interjection).

CLIENT: The seaside?

THERAPIST: Do you want to go to the seaside?

CLIENT: Uhm, no.

THERAPIST: Or do you want to go to a special garden?

CLIENT: Special garden.

THERAPIST: And the cloud will take you to a very, very special garden. And it goes down into your special garden, and down - and it takes you down into your special garden. And before you can imagine it, your cloud leaves you in a very special place. And if you look around you, you can see different kinds of things, and you can hear different sounds. Maybe there are lovely trees, and beautiful coloured flowers, and maybe you can see some butterflies flying around. Tell me how do your garden look? What can you see in your garden?

CLIENT: I can see rabbits.

THERAPIST: Yes.

CLIENT: A puppy.

THERAPIST: Yes.

CLIENT: And a cute horse.

THERAPIST: And are there any people in your special garden?

CLIENT: Kind of, but no.

THERAPIST: Not really? Only animals?

CLIENT: ..., but the animals can talk.

THERAPIST: Yes, the animals can talk. I want you to pick out one special animal, and go and talk to him.

CLIENT: Listen ….

THERAPIST: What animal did you pick out?

CLIENT: I picked the rabbit.

THERAPIST: Now take the rabbit and go and sit underneath a tree, in the shade, and I want you to tell the rabbit everything and anything you want to. Maybe there are stuff you don't want to talk about - you know, to humans …(interjection).

CLIENT: I don't want to talk about my feelings.

THERAPIST: You don't have to - you can talk to the rabbit about anything you want to talk about.

CLIENT: I want to have a mermaid for a pet – then I want to swim and swim and swim. Then I want to breathe underwater, and I want to have a mermaid tail. That's all.

THERAPIST: I want you to talk to the rabbit in your imagination. I don't even want to hear it. And I want you to know that this rabbit - close your eyes - this rabbit is so special he can talk back to you. And I want you to listen carefully, what does the rabbit tell you?

CLIENT: The rabbit says we must be careful for the wicked, wicked witch...

THERAPIST: No!

CLIENT: ...who likes to eat children.

THERAPIST: But in your special garden you are safe. There is no wicked witch.

CLIENT: Oh, he said we must be careful for the bees that can sting children.

THERAPIST: Yes, you must be careful of the bees.

CLIENT: Mm-mm.

THERAPIST: And I want you to focus and look deep into the rabbit's eyes. What do you see? Do you see kindness and love and special friendship?

CLIENT: Yes I do!

THERAPIST: And do you know that this rabbit will be your special friend forever?

CLIENT: Yes, of course I do.

THERAPIST: And if you want to talk to someone, and it is not a person, you can always talk to the rabbit.

CLIENT: Ja, that's possible.

THERAPIST: That is possible, and the rabbit will always talk back to you.

CLIENT: Always.

THERAPIST: In your special garden even the trees can talk.

CLIENT: What? Trees can't talk!

THERAPIST: They can - in your special garden they can.

CLIENT: But in – not real life!

THERAPIST: But we are in your special place.

CLIENT: Oh, special.

THERAPIST: So I want you to walk around with your little rabbit.

CLIENT: I'm walking.

THERAPIST: And look around and see who else is in your garden.

CLIENT: There's a horse.

THERAPIST: A horse, and what else?

CLIENT: A tree.

THERAPIST: And a tree.

CLIENT: A river.

THERAPIST: A river?

CLIENT: And there is a lovely, lovely, lovely butterfly.

THERAPIST: Yes, they are lovely.

CLIENT: And there's a busy bee.

THERAPIST: And there are bees – you have to be careful!

CLIENT: I know, the rabbit told me that. And there's a lovely, lovely, lovely caterpillar.

THERAPIST: Oh wonderful! And I want you now to drink in everything about your garden, because you can go back to this garden anytime - on your own. You don't need me to go back to your garden with your special friend …(interjection).

CLIENT: Why do I need the cloud?

THERAPIST: But you must wait, I'm still getting there. And now the little cloud will come back down, and the little cloud will pick you up and bring you back to this room. And if you open your eyes you will be back here.

CLIENT: I'm back! I'm back!

…Die einde…

DEELNEMER B: Denker

DEELNEMER B: **Denker**

STORIE 1: **Die storie van die ligbal**

Doel van storie

Die metafoor van die storie help die kind om die probleme wat hy in sy lewe ervaar uit te wys.

Die storie van die ligbal

TERAPEUT: So ek wil hê nou net soos jy daar sit, moet jy probeer rustig wees en vir my drie keer lekker diep asemhaal. In en uit, in en uit. In en uit. Daarsy. Nou wil ek hê jy moet vir my jou ogies rustig toemaak. En terwyl ek met jou praat, gaan jy al die geluide nog steeds hoor. Miskien die motors wat voor in die pad verby ry, of die voëltjies wat so kekkel met mekaar.

KLIËNT: Ek praat van mense wat nie praat nie.

TERAPEUT: Okay tannie verstaan dat jy praat van stilte. Al wat jy moet doen, is jy moet net vir my stem luister okay, en rustig raak, want ek wil hê jy moet lekker ontspan. En miskien kom daar gedagtes in jou kop nou, en dit is okay, dit maak nie saak nie. En soos wat jy nou na my stem luister, kan jy miskien bewus raak van jou asemhaling, in en uit, rustig. En ek wil hê jy moet jouself nou net waardeer. Hier waar niemand anders jou pla nie, waar dit net ek en jy is. En ek kan sien jy sit lekker rustig. En soos wat jy gemaklik en rustig sit en in en uit asem, kan jy voel hoe jy al hoe rustiger raak. En ek wil hê ek en jy moet op 'n ondekkingsreis gaan. 'n Ontdekkingsreis is iets lekkers, waar jy nuwe en vreemde dinge ontdek. En ek gaan jou nou vra Denker, om jou te verbeel dat jy bo-aan 'n stel trappe staan. 'n Pragtige en veilige stel trappe. Ek weet nie watter tipe trappe jy sien nie, miskien is dit outydse trappe, of miskien 'n moderne stel trappe. En wanneer jy hierdie stel trappe sien in jou innerlike gedagtes, kan jy dit op jou eie unieke manier beleef. Knik net jou kop as jy hierdie trappe sien. Sien jy dit nie?

KLIËNT: Ek sien dit.

TERAPEUT: Pragtig. En nou gaan ek vir jou vra om met jou trappe af te loop soos wat ek tel. Wanneer jy reg is gaan ek jou vra om daardie eerste tree te neem. Af met die tweede, soos wat jy af gaan met die derde trappie, die vierde, af met die vyfde, af met die sesde trappie, mag jy miskien 'n soliede reëling aan een of albei kante van jou trappe sien waaraan jy kan vashou, ek weet nie, net jy sal weet. En dan af met die sewende trappie, en jy ontspan al hoe meer en meer, af met die agste trappie, al hoe meer ontspanne, af met nommer nege. En af met nommer tien. En dan wil ek dat jy nou voor jou 'n deur sien. Stap na die deur toe en maak hom oop, en wanneer jy deurstap gaan jy in 'n pragtige tuin wees. 'n Tuin waar niemand jou kan pla nie, waar dit rustig en veilig is. En voor jou sien jy pragtige blombeddings met die

pragtigste helderste blomme. En hier en daar sien jy 'n bytjie vlieg of 'n vlinder. En al die insekte in jou tuin is gelukkig, want niemand pla hulle nie. En in jou tuin is daar pragtige bome wat koelte gee, en in jou tuin is daar ook 'n fonteintjie waar die water rustig kabbel. En ek wil hê jy moet rondkyk in jou tuin, wat jy alles daar sien. Beleef jou tuintjie, ruik hoe ruik dit in jou tuin. Voel hoe dit vir jou voel hier binne in jou tuin waar die son lieflik helder skyn, maar waar daar ook genoeg skaduwee vir jou is om jou te beskerm teen die strale van die son. En ek wil hê, jy moet vir jou 'n plekkie gaan soek om te gaan sit. En wanneer jy hierdie plekkie gekry het, moet jy net jou kop vir my knik. Baie pragtig.

Miskien kan jy nou rustig na my stem luister. Hier waar jy veilig by jou eie innerlike plek is, veilig en rustig. En terwyl ek praat, kan jy miskien, ek weet nie, hierdie verhaal jou eie maak.

Elke kind op aarde word met 'n perfekte ligbal gebore. Met hierdie ligbal kan jy wonderlike toweragtige dinge doen, jy kan saam met die visse gaan swem, op dolfyne se rûe ry, saam met die voëltjies hoog in die lug op vlieg en vry voel om te wees wie jy is, en om te doen wat jy graag wil doen. Maar elke nou en dan, soos wat jy groter word, gebeur daar dinge met en om jou wat jou ongelukkig maak. Dit kan dinge wees wat jou laat seerkry, nie noodwendig fisies aan jou lyfie nie, maar miskien emosioneel. En hierdie ongelukkigheid, word dan soos klippe wat in hierdie ligbal van jou inval. En dit kan gebeur dat jou ligbal soveel klippe inkry, dat 'n mens glad nie meer die lig kan sien nie. En kort voor lank word jy soos een van hierdie klippe, en kan jy nie meer verder groei nie. Maar wat wonderlik is, is dat jy net moet leer hoe om hierdie ligbal van jou om te keer en die klippe uit te gooi. Want die klippe kan die lig nooit doodmaak nie. Die lig is altyd daar! En terwyl jy nou veilig en rustig by jou eie unieke innerlike plek is, kan jy miskien jou eie ligbal sien. Miskien is hy helder, of dof, of dalk heeltemal donker, omdat daar soveel klippe in is. Laat jouself toe om vir 'n oomblik jou ligbal nou te sien. En wanneer jy alles gesien het wat in jou ligbal is, kan jy net jou kop vir my knik. Mooi, baie mooi.

En ek wil hê jy moet jou ligbal nou laat gaan. En net rustig in jou tuin sit, rustig jy alleen. 'n Plek waar niemand jou pla nie, 'n plek waar jy net Denker kan wees. 'n Plek waar jy veilig is en kan dink en doen wat jy graag wil. 'n Plek waar niemand jou kan seermaak nie. En wanneer ek weer met jou praat gaan ek jou help om terug te keer na die hier en die nou. Maar ek wil hê jy moet vir nou eers hierdie plek van jou geniet.

Stilte

Baie mooi! Ek wil hê jy moet nou rustig en gemaklik en op jou eie manier, terugbeweeg na die trappe, en teen jou eie tempo opklim tot jy bo is. En wanneer jy bo is kan jy jou oë gemaklik oopmaak. Georiënteerd voel, verfris en heeltemal wakker. Dit is reg, laat jouself toe om op jou eie manier hier en nou bo te kom. Dit is mooi.

...Die einde... (Mills & Crowley, 2001:6)

DEELNEMER B: **Denker**

STORIE 2: **Die uitgooi van die klippe**

Doel van storie

Om die deelnemer die geleentheid te gee om te voel hoe dit voel sou hy van die probleme in sy lewe kan laat gaan.

Die uitgooi van die klippe

TERAPEUT: tannie wil hê jy moet drie keer diep asemhaal. Kyk vir tannie na Tigger.

KLIËNT: (Lag)...

TERAPEUT: In en uit. In en uit en weer in en uit. Fokus vir tannie net op een van die diere op die dak. Besluit watter een. Okay, is jy rustig? Voel jy rustig? Goed so. Ek wil hê jy moet net na tannie se stem luister, en van alles daar buite probeer vergeet.

Jy gaan nog steeds bewus wees van alle geluide, soos die karre wat verby ry, of miskien as die telefoon lui, gaan jy dit hoor, maar dit gaan nie saak maak vir jou nie. So fokus vir tannie al jou gedagtes na binne, dink net aan jouself, en hoe jy voel. En terwyl ek met jou praat, wil ek hê jy moet probeer om jou lyfie te ontspan, begin by jou voetjies, ontspan jou tone en jou voete. En op na jou beentjies, jou knieë, ontspan jou bo-bene. Laat die ontspanning deurvloei na jou magie, dat dit deur jou skouertjies gaan en voel hoe swaar word jou skouertjies, deur jou arms na jou vingers toe, ontspan jou vingers ook nou Denker. Hierdie ontspanning moet deur jou nek gaan, deur jou nek, deur jou gesiggie en jou kop, en voel hoe alles van jou nou rustig raak.

En soos wat ek praat gaan jy al hoe meer en meer ontspan. En ek wil hê dat jy moet onthou dat ons met jou verbeelding besig is. Ek wil hê dat jy moet nou in jou gedagtes ’n wolkie sien, ’n vriendelike wolkie, ’n sagte warm wolkie. Kyk hoe kom hierdie wolkie al hoe nader en nader na jou toe, al hoe nader en nader. Hy sak af, al hoe affer, al hoe affer, al hoe nader na jou toe, totdat jy in die wolkie is. En hierdie wolkie gaan jou warm hou, dit gaan jou beskerm, en jy is veilig daar binne. Hier binne kan jy enigiets doen wat jy graag wil.

Hierdie wolkie gaan jou nou vat na jou veilige plek toe, en julle gaan opsweef totdat die wolkie jou veilig af en af en nog affer vat en veilig in jou tuin gaan neersit. En wanneer die wolkie jou veilig in jou tuin neergesit het, kan jy net jou kop vir my knik. Mooi, pragtig! En die wolkie gaan nou weer terug waar hy vandaan kom.

Kyk rond in jou tuin, lyk jou tuin dieselfde, is die blommetjies nog daar met die vlinders en die bytjies? En al die watertjies wat so kabbel, en die bome wat so lieflik groei. Ek wil hê jy moet rustig rondbeweeg in jou tuin, dit is net jou plek waar niemand jou kan pla nie. Soek ’n plekkie waar jy rustig kan gaan sit. Pragtig. En terwyl jy hier sit, gaan ons weer op ’n ontdekkingsreis

vandag. En ek wil hê jy moet kyk na jou ligbal wat jy laas keer ook gesien het. En hierdie keer wil ek hê jy moet spesifiek kyk hoeveel probleme daar in jou lewe is, want daardie probleme is ook in jou ligbal. Sê nou maar partykeer voel jy nie lus om skool toe te gaan nie, dan is dit 'n probleem wat in jou ligbal is. Sê nou maar partykeer voel jy so sleg oor die lewe dat jy voel jy kan nie meer aangaan nie, dan is dit 'n probleem wat in jou ligbal is. Sê nou maar partykeer maak jou maatjies jou vreeslik kwaad by die skool, dan is dit 'n probleem wat in jou ligbal is. En soos wat die probleme al hoe meer en meer in jou ligbal is, raak jou liggie mos al hoe dowwer. Ons wil nie hê jy moet 'n dowwe liggie hê nie, ons wil hê jou liggie moet helder skyn. Ek gaan jou 'n minuut lank kans gee om mooi te kyk, watter goed maak jou liggie dof, konsentreer net op jou ligbal nou. Kyk wat maak jou liggie dof. En wanneer ek weer praat, kan jy vir my vertel wat in jou liggie is. Kyk mooi na jou liggie.

Stilte

TERAPEUT: Baie mooi. En terwyl jy rustig hier sit, en nog steeds hier in jou tuin sit, wil ek hê jy moet vir my vertel wat jy binne in jou liggie gesien het.

KLIËNT: Twintig klippe.

TERAPEUT: Kan jy vir die klippe name gee?

KLIËNT: Nee. Nog vyftien klippe.

TERAPEUT: En vertel vir tannie van jou klippe?

KLIËNT: Die een klip is dat ek nie altyd maats het nie.

TERAPEUT: En die ander?

KLIËNT: Die ander een is sommer omdat ek partykeer sukkel om skool toe te gaan. Dit is twee.

TERAPEUT: Mm-mm.

KLIËNT: Dan die ander een is ook dat ek ook baie hartseer is partykeer, en as ek seerkry. En partykeer voel ek dat ek net nie kan aangaan nie, en dan partykeer dan omdat ek so moeg is. Dan kan ek nie opstaan nie. En wanneer ek mos sleg voel, soos naar, en eenkeer dat ek so naar was tannie, ek kon nie eers vet van vleis geëet het nie, dan word ek al naar dan voel ek daarvan naar. Die ander ene is, uhm, is dat ek nie lus het om met my boetie te speel nie – al speel hy met my – maar ek is - hy is lief vir speletjies – dan word ek baie kwaad. En dan .... daar is tien, dit is al.

TERAPEUT: Okay. Baie mooi. Lê vir my nog steeds, lekker, haal diep asem en nou, gaan ons die verbeelding speletjie speel. Ek wil hê jy moet kies, wat jy met jou ligbal gaan doen, jy moet hom nou saam met jou vat op 'n ontdekkingsreis. Jy kan kies om of saam met die dolfyne te gaan speel in die see, of jy kan kies om op 'n groot arend se rug te vlieg.

KLIËNT: Ek gaan 'n arend kies.

TERAPEUT: Okay, baie mooi. Soos wat jy nou in jou tuin sit, gaan daar 'n vriendelike arend afvlieg en by jou kom sit. En jy gaan nou op sy rug klim met jou ligbal. En jy is veilig by hierdie ou grote, hy sal jou nooit laat val nie, jy hoef nie eers vas te hou nie, jy kan nie val nie.

KLIËNT: (Lag)...

TERAPEUT: Hou jy net jou ligbal vas.

KLIËNT: Ek het vir hom gevra of hy my tussen sy skerp punte so kan vasdruk.

TERAPEUT: Okay, watter sterk punte?

KLIËNT: Want 'n arend se – daai bek van hom.

TERAPEUT: Ja.

KLIËNT: Druk hy mos so plat wanneer hy eet, druk hy mos dit so uit – soos tweezers.

TERAPEUT: So hou hy jou ligbal vas?

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: Cool. Nou gaan jy en hierdie arend hoog vlieg, jy en jou vriend. Hy gaan jou ver wegvat, en dit is 'n heerlike vry gevoel, met die wind liggies deur jou hare, veilig op die rug van jou arend. En jou arend gaan oor 'n plek vlieg waar jy jou ligbal kan vat en kan omkeer sodat al die klippe uitval. Kyk nou na jou ligbal, julle is nou oor 'n plek waar jy jou klippe gaan laat uitval. Draai jou ligbal om sodat al hierdie lelike klippe wat jou liggie dof maak, kan uitval. Jou boetie wat jou so verpes. Jy wat moeg voel in die oggend en dan nie wil skool toe gaan nie. Jy wat partykeer voel jy kan nie meer aangaan nie. Jy ken die name van al die klippe. Vat hulle een vir een en laat hulle uit jou ligbal uitval. En wanneer jy dit klaar gedoen het, kan jy net jou kop vir my knik.

Stilte.

Baie mooi. En jou arend gaan jou nou terugvat na jou tuin toe met jou ligbal. Hy gaan jou veilig laat land in jou tuin en jy gaan van sy rug afklim. Die ligbal saam met jou vat. En wanneer jy nou na jou ligbal kyk Denker, wat sien jy?

KLIËNT: Dit is helderder.

TERAPEUT: Pragtig. En hoe laat dit jou voel?

KLIËNT: Beter.

TERAPEUT: En van nou af gaan dit nie meer vir jou 'n probleem wees om skool toe te gaan nie. Die skool is een plek waar jy nuwe kennis opdoen, waar jy dinge leer van jouself en van ander mense, en van die wêreld. En ek wil hê jy moet rustig teruggaan, gaan sit op die plekkie

waar jy netnou gesit het toe jou wolkie jou afgelaai het. En jou wolkie gaan jou nou weer kom haal. Kyk vir jou wolkie. Wanneer jy veilig in hom sit, moet jy onthou dat hierdie wolkie soos 'n skulp is om jou. Die wolkie gaan help dat ander mense jou nie kan seermaak nie, hy gaan jou beskerm, veilig hou en warm hou. En wanneer jy reg is gaan ek tel van een tot vyf, en as ek by vyf kom kan jy jou ogies oopmaak, en jy gaan verfris voel, ontspanne en veilig. Een, al hoe meer ontspanne en verfris, twee, jy kom terug na die hier en nou, drie, raak bewus van alles om jou, vier, en jy kan jou ogies nou oopmaak, vyf.

...Die einde..(Mills & Crowley, 2001: 65)

DEELNEMER B: **Denker**

STORIE 3: **Marlene die vlakvarkie**

Doel van storie

Die storiemetafoor wys aan die kind hoe hy te werk kan gaan om sy bekommernisse ligter te maak

Marlene die vlakvarkie

TERAPEUT: Tannie gaan vir jou 'n storie vertel van 'n dieretuin vandag.

KLIËNT: Vandag.

TERAPEUT: En dit gaan oor 'n vlakvarkie. Weet jy hoe lyk 'n vlakvarkie?

KLIËNT: Nee.

TERAPEUT: Nee. Kom ons soek gou 'n prentjie, dat ek jou kan wys. Dit is hoe sy lyk.

KLIËNT: Oh, huh huh.

TERAPEUT: Okay, hulle het sulke lekker tande, sulke groot tandjies.

KLIËNT: Daardie ene het ek al gesien.

TERAPEUT: Het jy hulle al gesien, okay.

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: So haar naam is Marlene, en sy is 'n vlakvarkie. Nou vlakvarkies is nie eintlik baie quite nie nè.

KLIËNT: Ja, maar hulle is ook nie baie lelik nie.

TERAPEUT: Nee hulle is nie, maar 'n mens wil hulle ook nie baie graag vasdruk en ...(tussenkoms).

KLIËNT: Vashou nie.

TERAPEUT: Nee, nee jy wil nie.

KLIËNT: Kyk party kere stamp hulle jou hoor.

TERAPEUT: Ja, hulle kan as hulle kwaad word, as hulle bang is miskien. Maar sy was wonderlik. Sy kon in 'n plek bly, sê nou maar in 'n woestyn waar daar nie baie water is nie, vir baie maande, want sy het nie nodig om water te drink nie nè. En dit is vir haar lekker om in die sand te bad. En as haar lyfie juk, dan het sy dit so teen die bome gekrap.

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: Teen daardie groot miershope, dan gaan staan sy dan krap sy haar lyfie daarteen.

KLIËNT: Oh.

TERAPEUT: En sy kon baie vinnig hardloop. Sy kon selfs agteruit hardloop.

KLIËNT: Hoe agteruit?

TERAPEUT: Soos wat 'n mens sal agteruit hardloop, maar net op vier pote. Maar sy kon nie baie goed sien nie, maar sy kon baie goed ruik, en sy kon baie goed hoor. As sy sien daar is gevaar nè, dan sal sy sommer so agteruit in 'n gat ingaan, sommer so en daar gaan wegkruip, en dan kan sy mooi sien wat gaan aan.

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: So sy is nogal baie slim. En toe het sy by die dieretuin gaan bly toe sy 'n babatjie was. En sy het mos nou nie 'n mamma en 'n pappa gehad nie, shame. En daar was baie diere by die dieretuin, sy was eers 'n bietjie skaam vir hulle. En wat dink jy noem 'n mens hierdie dier?

KLIËNT: Wat se diertjie? Oh dit, ek kan nie onthou wat sy naam is nie, maar ek weet wat se dier dit is.

TERAPEUT: Dit is 'n seekoei nè.

KLIËNT: Oh ja.

TERAPEUT: Nou daar was 'n seekoei ook by die dieretuin en sy naam was Harry.

KLIËNT: Harry?

TERAPEUT: En Harry het vir Marlene gesê, sy is die een wat altyd worry oor alles, toe noem hulle haar die worry vlakvarkie.

KLIËNT: Worry vlakvarkie.

TERAPEUT: Vlakvarkie wat oor alles worry. As sy in die oggend opstaan, dan begin sy – dan worry sy. Jy weet mos wat beteken dit as 'n mens worry?

KLIËNT: Ek weet.

TERAPEUT: Jy bekommer jou oor alles nè. As sy opstaan dan sê sy vir haarself, uhm, 'sê nou maar die son gaan vandag nie skyn nie. Sê nou maar die mense wat hier in die dieretuin kom kuier, dink ek is lelik. Sê nou maar die olifant word deur die son so gebrand, dat sy lyfie seer word.'

KLIËNT: Maar 'n olifant kan nie brand nie, sy vel is heeltemal oortrek.

TERAPEUT: Maar dit is soos sy is, sy het net oor alles geworry. Sê nou maar, sê nou maar. Sê nou maar dit, sê nou maar dat, sê nou maar so. Ag jitte dit het haar mal gemaak in haar kop, want sy was oor alles bekommerd.

Toe sien Harry eendag, nou Harry is mos nou die seekoei nè, dat Marlene so besig is met 'sê nou maar dit, of sê nou maar dat', dat sy heeltemal vergeet het om gelukkig te wees en hoe om 'n bietjie pret te hê saam met almal. En toe sê hy, ou Harry een dag vir haar: "weet jy wat, ek wat ou Harry is het ook altyd so geworry oor alles, ek was altyd bekommerd oor alles, 'n klomp dinge." En Marlene sê vir hom: "wat se goed, soos wat?" En hy sê: "ag, sommer goeters, oor allerhande goed was ek bekommerd. As ek gehoor het die dieretuin,(want hulle dieretuin het geskuif op 'n stadium) toe ek gehoor het die dieretuin gaan skuif na 'n nuwe plek toe, was ek baie bekommerd en ek was baie senuweeagtig, want ek het mos nou nie geweet hoe gaan hierdie nuwe plek lyk nie." En sy sê vir hom: "maar jy lyk nie of jy nou baie bekommerd is nie". Hy sê: "want ek het iets geleer. Ek het geleer om te ontspan!" En Marlene sê: "uhm, wat beteken dit om te ontspan?" Toe sê hy vir haar: "dis 'n manier wat jy in jou verbeelding gebruik om jouself te help, so, dit leer jou amper om jou verbeelding te gebruik."

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: En Marlene snork so, org. (Lag). Dit is hoe 'n vlakvarkie maak. En sy sê: "ek kan al klaar my verbeelding gebruik, ek verbeel my niemand hou van my nie. Ek verbeel my dat ons gaan piekniek hou en dan gaan dit reën, en dan gaan dit glad nie lekker wees nie. Ek verbeel my dat 'n klip op my toon gaan val, en dat dit seer gaan wees."

KLIËNT: (Lag)...

TERAPEUT: Nou sien jy hoe gebruik sy haar verbeelding?

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: Om aan al die slegte goed te dink.

KLIËNT: Ja, ek weet, maar sy moet aan beter goeters dink.

TERAPEUT: Maar sy weet nie hoe nie, sy moet nou leer hoe om dit te doen. Toe sê Harry vir haar: "om jou verbeelding te gebruik is soos om in 'n hysbak te ry. Weet jy wat beteken – wat is 'n hysbak?

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: Wat?

KLIËNT: Dis mos daardie tipe van huisies wat jy so op – 'elavator'.

TERAPEUT: Ja, 'elavator'. Dit kan jou af vat na plekke waar jy nie wil wees nie, en 'n plek waar jy die hele tyd bekommerd is oor alles, en waar jy bang is.

KLIËNT: Ja, en jy kan ook – jy is ook heeltyd bekommerd daarbinne omdat jy partykeer bang is jy sit vas!

TERAPEUT: Ja, maar onthou nou, ons praat nou nie hier van 'n regte hysbak nie, ons gebruik dit net as 'n manier om te dink.

KLIËNT: 'n Voorbeeld.

TERAPEUT: 'n Voorbeeld van 'n hysbak. 'n Hysbak kan mos afgaan?

KLIËNT: En op.

TERAPEUT: En op.

KLIËNT: Partykeer dan – per ongeluk druk jy verkeerde knoppies, dan vat hy jou na die verkeerde – waar jy nie wil wees nie en dan – so, dit is wat hy doen.

TERAPEUT: Ja, en so is jou verbeelding ook, jou verbeelding kan jou af vat na hierdie donker plekke waar jy nie wil wees nie, waar jy oor alles worry, en waar jy hartseer is.

KLIËNT: En – ja, en hy kan jou ook opvat na die son toe.

TERAPEUT: Ja, presies.

KLIËNT: Jy het mos partykeer plek op die dak van die gebou.

TERAPEUT: Dit is presies dit. Ja, so hy kan jou opvat na die son toe waar dit lekker warm is en waar jy oor goeie goed dink.

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: En waar jy in jou tuin kan rondloop en al hierdie mooi dinge in jou tuin kan sien.

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: So met jou verbeelding, kan jy opgaan en wonderlike goed gaan beleef, of jy kan afgaan en hartseer wees en worry en wat ook al, want dit is jou besluit. Toe sê Harry vir haar: "jy het klaar 'n goeie verbeelding. So jy kan jou verbeel dat al hierdie slegte goed gaan gebeur, of jy kan jou verbeel dat goeie goed gaan gebeur. So jy kan jou verbeelding gebruik om jou te help om nie meer so sleg te voel oor alles nie."

Mm-mm, toe dink sy nogal wat Harry sê, en sy sê: "weet jy wat Harry, partykeer is vriende soos hysbakke. Hulle kan jou ondersteun, dan help hulle jou om op te gaan, dit is lekker as mens 'n goeie vriend het, en jy voel goed saam met jou vriend nè! Dan is jy sommer daar bo in jou hysbakkie. Of hulle kan jou laat sleg voel oor jouself. Hulle kan vir jou sê jy is 'n 'nurde' of jy is 'n dit of jy is 'n dat of jy is stupid.

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: En dan vat hulle jou hysbakkie af ondertoe, want dan voel jy sleg.

KLIËNT: Tannie weet nè, partykeer is daar goed wat jy nog nooit in jou hele lewe gedoen het nie.

TERAPEUT: Ja?

KLIËNT: Maar, slegte goed soos, jy het – of partykeer sê hulle mos vir die juffrouens, ek – juffrou hy/sy het dit gedoen, en dan is dit nie daardie ou nie.

TERAPEUT: Ja, en dan is dit nie eers jy of hy of sy of wie ook al nie nè!

KLIËNT: Mm-mm, maar dit is nie lekker nie.

TERAPEUT: Maar wat gebeur dan met jou hysbakkie? Gaan hy dan tot heel onder, dan voel jy sleg nè?

KLIËNT: Partykeer gaan dit net tot by die helfte. Nou as jy net so alleen is by 'n plekkie, waar jy dink en jy is vol lewe, dan is hy net in die middel.

TERAPEUT: Mm-mm. Dit kan ook gebeur. So nadat Harry en Marlene toe nou gepraat het, besluit Marlene dat sy gaan haar verbeelding gebruik om haarself liewer te help. Sy wil opgaan met haar hysbak, en nie af nie. En sy wil 'n vriend wees wat iemand anders laat goed voel, wat die ander persoon se hysbakkie laat opgaan en nie af nie. En toe besluit sy goed, sy gaan nou haar eie hysbak vir haarself maak. En toe sy in haar hysbakkie inklim, weet jy wat gebeur toe?

KLIËNT: Wat?

TERAPEUT: In pleks van opgaan, toe gaan sy af.

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: Want sy het vergeet om al hierdie bekommernisse te laat gaan, sy het al hierdie bekommernisse en 'sê nou maar dit, en sê nou maar dat', het sy saam met haar in die hysbak ingevat. Sy het vergeet om dit weg te gooi.

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: Toe dink sy hoe-hoe-hoe, sy sal gou van hierdie 'what if's', hierdie 'sê nou maars' ontslae moet raak, anders gaan haar hysbakkie die hele tyd afgaan.

KLIËNT: Sommer in die drein weggooi.

TERAPEUT: Toe maak sy ...(tussenkoms).

KLIËNT: Die drein se asblik.

TERAPEUT: Ja, omdat sy so 'n goeie verbeelding het, toe maak sy vir haar 'n asblik, en sy sit die asblik daar neer en sy sê: "goed, ek worry oor dit, ek gaan dit in die asblik gooi. Ek worrie oor dit, ek gaan dit in die asblik gooi."

KLIËNT: (Lag).

TERAPEUT: Wat se goed sal jy in die asblik gooi?

KLIËNT: (Lag)... Alles wat my sleg laat voel.

TERAPEUT: Soos wat?

KLIËNT: Uhm, I've got nothing now. (Lag)...

TERAPEUT: Okay, maar as daar iets is, dan kan jy dit in die asblik gooi nè, okay. Want dit is wat sy gedoen het, sy het al hierdie goed in die asblik gegooi. En weet jy wat gebeur toe?

KLIËNT: Wat?

TERAPEUT: Toe begin haar hysbak opgaan! Want al die 'sê-nou-maar's' is toe nou in die asblik en nie meer in haar kop nie, en haar hysbak begin toe opgaan en opgaan na die son toe, vir die eerste keer in hoe lank! Weet jy en sy was so bly daaroor. En dit was soos 'magic' vir haar toe sy sien dat alles wat in haar kop is, kan sy wegvat as sy wil, sy moet net wil.

KLIËNT: (Lag)... Ja, of sy wil dit net hê. Of sy moet dit net nie wil hê nie.

TERAPEUT: Ja. En toe besef sy ook dat soos wat ander mense haar kan laat sleg voel, en haar hysbakkie afvat onder toe, so kan sy met ander mense ook wees. So sê nou maar sy is goor met iemand, dan laat sy daai persoon se hysbakkie afgaan. Maar sê nou maar sy is vriendelik met iemand, dan laat sy daai persoon se hysbakkie na die son toe gaan. Toe besluit sy van daai dag af, gaan sy nooit weer iemand se hysbakkie laat afgaan nie, maar sy gaan altyd probeer om hulle hysbakkies te laat opgaan. Fluit-fluit, die storie is uit!

...Die einde... (Thomson, 2005:39)

DEELNEMER B: **Denker**

STORIE 4: **Die kokketiel-storie**

Doel van storie

Om Denker te leer hoe om sy angstigheid te hanteer deur middel van die regte asemhalingstegnieke en visualisering.

Die kokketiel storie

TERAPEUT: So vandag gaan ons 'n storie doen van die kokketiel – weet jy wat's 'n kokketiel?

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: Dis 'n voëltjie nè?

KLIËNT: Daai voëltjies met daai kuif – daai goeters.

TERAPEUT: Kuifies, ja. Okay, hulle sê, een sonnige oggend in Desember was daar 'n groot klomp mense by die dieretuin. Pappas en mammas, ooms en tannies, oupas en oumas, en baie baie baie kinders. En almal van hulle wou die voëlskou gaan sien – so die voëls het 'n vertoning gehou nè. En raai na wie wou hulle gaan kyk?

KLIËNT: Die kokketiel.

TERAPEUT: Ja, na die kokketiel! En hy was baie mooi – hy het sulke pragtige wit vere gehad, en so 'n pragtige goue kuif. En hierdie spesifieke kokketiel kom van Australië af – en dis waar hy gebly het voordat hy dieretuin toe is. Maar die boere in Australië het gedink daai tipe voëls is net moeilikheid – hulle maak net moeilikheid sover hulle gaan want hulle raas en hulle eet die boere se sade en neute en vrugte – en die boere het net gesê: "nee, nee, nee, ons soek nie hierdie voëls hier by ons nie". En dis hoe dit gebeur het dat die kokketiel nou in die dieretuin beland het. Maar sy naam was – wat dink jy was sy naam? As jy vir hom 'n naam moet gee, wat sal jy sy naam gee?

KLIËNT: Uhm, Raasbekkie.

TERAPEUT: Raasbekkie?

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: Okay. Nou Raasbekkie was 'n regte ster. Hy het geleer om 'n fiets te ry – en as hy op sy fietsie in die vertoning inry dan het al die kinders begin handeklap en geskree en gesê: "wow hier kom Raasbekkie" – en hulle was mal oor hom. En nadat hy vir 'n rukkie rondgery het dan sal hy van die fiets af hop en dan klim hy oor op hierdie ding – kom ek wys vir jou hoe lyk dit – hierdie swaai. In Engels noem 'n mens dit 'n 'trapeze'.

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: Daai ding. Dan gaan hy soontoe, en dan hou hy vas met sy voetjies en hy swaai heen en weer – hoër en hoër op hierdie 'trapeze'. En dan as hy ophou daarmee, dan spring hy so rond op die – daai balk dingetjie van die swaai.

KLIËNT: Maar kan hy ten minste vlieg?

TERAPEUT: Ek weet nie, kom ons kyk. So dan na 'n rukkie sal die kinders vir hom begin skree: "jy moet sing – sing vir ons 'n liedjie! Kom Raasbekkie, sing vir ons ietsie", want dit was die deel van die vertoning waarvan hulle die heel meeste gehou het – as hy sing. Dan sing hy gewoonlik daai liedjie van 'My Bonnie lies over the ocean' – ken jy daai liedjie?

KLIËNT: Oh.

TERAPEUT: 'My Bonnie lies over the ocean' – daai ene. 'My Bonnie lies over the sea'.

KLIËNT: Ja, ek weet, uhm, daarso op Barney sing hulle dit.

TERAPEUT: Ja, ja. Maar Raasbekkie het niks daarvan gehou om te sing nie. As hy moet sing dan het hy so gespanne geraak – dan het sy hele lyfie so styf geword. En hy het altyd vir homself gesê: "my stem klink so krapperig – dit klink nie mooi nie. Dit klink rêrig nie mooi as ek sing nie" – dit klink eintlik vir hom lelik, maar die mense het daarvan gehou. En toe het Raasbekkie bekommerd begin raak. Soos wat die dae aangegaan het het hy al hoe meer en meer bekommerd geraak, en dit was vir hom al hoe moeiliker en moeiliker om te sing. En partykeer kon hy ook nie eers meer konsentreer nie. Hy sou van die woorde vergeet van die liedjies.

En toe eendag op 'n baie sonnige dag in Desember – toe die kinders skree: "sing Raasbekkie, sing", toe vries hy soos 'n ysblokkie. En toe hy sy mondjie oopmaak om te begin sing – pleks van hierdie klankie wat uitkom van die woordjies toe kom daar net so 'n squeak geluid uit. Dit was nie 'n liedjie nie – dit was net so 'n hees krapperige squeak? En toe het Raasbekkie elke woord wat hy moet sing net vergeet – hy kon nie een woordjie onthou van dit wat hy moes sing nie. Die kinders het hande geklap om hom aan te moedig, en hulle het gesê: "kom Raasbekkie, kom", maar hy kon net nie – en hy was so bang.

Hy het van daai swaaibalkie afgehop en op sy fietsie geklim, en sy ou veertjies was sommer so onder hom ingevou – en sy koppie het so gehang. En terwyl hy uitry het die fietsie so gebewe – en tog het die kinders aangehou en aangehou met handeklap want hulle was baie lief vir ou Raasbekkie. En vir die volgende paar dae het hy geweier om uit sy hokkie uit te kom. En – jy weet mos, in die dieretuin is daar iemand wat na al die diere kyk?

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: Nou daai man wat net na die voëls gekyk het – hy was baie bekommerd, en hy bel toe vir die dokter – dit is nou die veearts wat na al die diere kyk ...(tussenkoms).

KLIËNT: Toe het hy die veearts geroep.

TERAPEUT: Ja. Hy sê: "dokter daar's fout met Raasbekkie, hy wil nie uit sy hokkie uitklim nie – asseblief kom kyk wat gaan aan." En Raasbekkie het net in sy hokkie gesit, hy het nie geëet nie – sy koppie het hy so onder sy vlerk so ingesit dat hy niemand kon sien nie. En sy lyfie het vir die dokter okay gelyk – daar was niks fout met sy lyfie nie – hy't gesond gelyk, maar hy het so hartseer gelyk. En toe vra die dokter hom – die veearts – wat gaan aan? Hoekom lyk jy so hartseer? En toe sê hy in so 'n snaakse stemmetjie: "want ek kannie meer sing nie." En toe sê die veearts vir hom: "oh tog, dit lyk vir my jy is so bekommerd dat jy al jou spiertjies begin styftrek het – ook die spiertjies in jou nek – en as dit gebeur dan word 'n mens se nek so styf – hierso "...(tussenkoms).

KLIËNT: Nou weet ek.

TERAPEUT: ....dat daar nie meer klanke kan uitkom nie." Sê vir tannie wat weet jy?

KLIËNT: Huh? Ek weet as jy jou nek so styf druk dan kan jy dit nie beweeg nie.

TERAPEUT: En jy kan nie meer lekker praat nie – daar kom nie klank uit nie.

KLIËNT: Soos – hallo – hallo. (Lag)...

TERAPEUT: Ja, dit voel nie lekker nie.

KLIËNT: Jy moet die hele tyd so met jou neusgate maak.

TERAPEUT: Ja. En toe sê die dokter vir hom: "en as jy so gespanne voel dat jou lyfie so trek, dan kan jy dinge begin vergeet – belangrike dinge, soos die woorde van liedjies." En toe sê hy vir hom: "maar ek kan jou help om beter te voel." En Raasbekkie het sy koppie so uit sy vlerkie uitgetrek en hom so reguit gemaak – en die veearts sê vir hom: "ek gaan jou leer hoe moet jy met jou maag asemhaal. Dis 'n wonderlike manier om van daai styfheid ontslae te raak – dat dit kan weggaan – dat jy kan beter voel." En Raasbekkie lyk sommer gelukkig, en hy sê: "dit klink goed – wys my hoe om dit te doen." Okay, nou ek en jy moet dit nou saam doen – saam met Raasbekkie, okay?

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: Hy sê: "vat 'n stadige diep asemteug in – in jou maag in so" – nie hier nie, in jou maag. Sit jou hand op jou maag. Jou maag moet so groot word.

KLIËNT: Hy is.

TERAPEUT: Okay, maak weer so – en uit. Okay, dis wat hy moes doen. En die dokter sê: "elke asemteug wat jy neem moet jou maag so vol word met die lug". Nie jou bors nie. Jou bors word vol. Jy haal hier asem. Dis reg, jou maag. Voel jy, daar's 'n verskil? Okay. Voel jou magie wat op en af gaan, en nie jou bors nie – dis belangrik, jy moet leer dat jou maag vol lug word en nie jou bors nie. Kom ek en jy probeer dit weer. En nog een. Nou kry jy dit mooi reg.

Stadig en diep. En kyk hoe laat dit jou al hoe meer en meer ontspan as jy op so 'n manier asemhaal.

Laat dit jou ook ontspanne voel as jy dit doen?

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: Dit doen dit vir my.

KLIËNT: Ja, as 'n mens slaap dan doen mens dit dalk partykeer – en dan val 'n mens partykeer aan die slaap omdat 'n mens so diep asemhaal.

TERAPEUT: Ja, want jy voel so lekker ontspanne en jou lyfie voel so lekker. En soos wat klein Raasbekkie toe so diep in en uit asemhaal, en kyk hoe sy magie opgaan en dan weer terug – amper soos die branders van die see nè – uit en dan weer terug.

KLIËNT: Oh, daai vissie wat so spring?

TERAPEUT: Ja. Het hy begin voel dat sy spiertjies begin ontspan – sy keel voel nie meer so styf nie. Sy skouertjies en sy vlerke begin ontspan, en sy voetjies – dis eintlik 'n wonderwerk nè? Soos magic amper?

Nou toe sê die veearts vir hom: "kry vir jou 'n plekkie waarop jy kan fokus terwyl jy diep in en uit asemhaal." Nou kom jy doen dit ook sommer. Kyk daar vir Tigger terwyl jy diep asemhaal. Daar's hy – mooi.

Terwyl klein Raasbekkie heen en weer begin swaai op sy swaaitjie en – fokus jy daarop terwyl ek praat – en met sy magie asemhaal – in en uit – en hy op een plek fokus – net op een plek fokus – en hy hou aan om net vir een plek te kyk – en hy fokus al sy aandag daarop – net soos jy nou doen. Hy kyk na sy asemhaling – diep in en uit. Jy moet ook op jou asemhaling fokus. Diep in en diep uit. Mooi. GToe sê die veearts vir hom: "kyk daar, fokus daar".

KLIËNT: Nog steeds?

TERAPEUT: Met die volgende diep asemteug moet jy aanhou fokus op daai spesifieke plekkie en dan moet jy met jou voetjies afdruk op jou swaai, en al die spiere in jou lyfie daar styf maak. Ons maak al die spiertjies styf. En klein Raasbekkie het al die spiertjies in sy voete en sy bene en tot by sy maag het hy so styf as moontlik gemaak.

Doen jy dit ook nou. Maak alles styf, maar bly fokus op jou plekkie, bly konsentreer. Fokus selfs meer op daai plekkie waar jou ogies nou is terwyl jy in en uit asem. En ontspan nou daai spiertjies wat jy so styf gemaak het, ontspan hulle. En weet jy wat het hy toe agter gekom? As hy dit doen dan is sy verstand so skerp en gefokus en hy kan alles onthou, maar sy lyfie is gemaklik en ontspanne. En hy het aangehou oefen om dit te doen.

Elke keer wat hy dit gedoen het was dit vir hom makliker en makliker om te fokus, maar hy het nog steeds ontspanne gevoel. En hy het toe begin onthou van die goeie tye wat hy vir die

mense gesing het en wat hy goedjies vir hulle gedoen het en hy het gevoel hoe gelukkig word hy weer, want dit was vir hom lekker as die mense vir hom handeklap en hy dinge goed gedoen het.

Toe sê die veearts vir hom: “jy het gedink jy kan hierdie goeters nie doen nie en miskien moet jy dit nie meer doen nie, maar nou mag jy besef dis iets wat jy wel kan doen”. En volgende toe sê die veearts: “gaan jy miskien sien en voel en hoor hoe jy sing vir die mense, sommer so in jou koppie gaan jy dit beleef en dit sien en dit voel. Net soos wat jy wil hê dit moet gebeur.” Jy moet jou nou verbeel, en jy moet dit nou ook doen in jou koppie – maak nou of jy die voëltjie is. Verbeel jou daar’s ’n groot ‘big screen’ TV, en jy het die ‘remote’ in jou hand – julle het mos ook ’n TV by die huis met ’n ‘remote’ nè? En jy kan die ‘remote’ beheer – jy kan besluit wat wil jy kyk op die TV en wat nie. So jy kan nou op die TV sien hoe sing jy voor die mense, en jy kan besluit, wil jy dit vinniger laat gaan of wil jy dit stadiger laat gaan – dis jou besluit want jy sit met die ‘remote’. Of jy kan besluit om dit terug te draai – en as jy dalk ’n foutjie gemaak het om die foutjie reg te maak en dit dan weer vorentoe te speel soos wat jy graag wil hê dit moet wees.

“Weet jy” sê klein Raasbekkie toe, “ek sing baie mooi as ek net oefen – dis as ek voor al hierdie mense is wat dit vir my moeilik raak, want ek raak so gespanne, maar as ek alleen is en ek oefen net, man dan sing ek darem vir jou mooi”. “Ja” sê die veearts, “dit gebeur met baie mense. Hoekom dink jy nie net as jy daar voor die mense staan en jy moet nou vir hulle sing – hoekom dink jy nie net in jou kop dat jy besig is om te oefen nie?” “Mm-mm, dit kan werk” dink klein Raasbekkie toe. En toe sê die dokter vir hom: “onhou nou ’n tyd wat jy baie goed gevoel het oor jouself” – nou probeer jy dit nou ook doen – dink aan ’n tyd wat jy baie goed gevoel het oor jouself. En in jou verbeelding dryf nou terug deur tyd totdat jy daarby uitkom – totdat jy in daai tyd is wat jy goed gevoel het oor jouself – dink nou aan daai tyd. En voel nou oor en oor hoe trots was jy op jouself, en hoe seker was jy dat jy sukses gaan bereik – dat jy dinge goed gaan doen. En laat jouself nou oor en oor voel hoe dit voel as jy weet jy kan iets doen – as jy weet jy gaan dit goed doen. En laat daai sterkte en daai trots nou deur jou lyfie vloei, van jou kop tot jou tone. Voel hoe goed dit voel as jy iets reg kan doen. En soos wat jy nou jou regtervoetjie styf maak – so styf soos wat jy kan – ja, doen jy dit ook – voel daai selfvertroue en daai trots wat sterker en sterker word.

En onthou nou ander tye wat jy ook so gevoel het – so seker van jouself. En elke keer wat klein Raasbekkie hierdie gevoel gehad het van, ‘ja ek onthou daai en daai tyd het ek so seker gevoel van myself’, dan het hy sy regtervoetjie so styf getrek en dan het die gevoel al sterker en sterker en sterker geword. En van daai dag af het hy nooit meer gesukkel as hy moet sing nie.

Maar toe sê die veearts vir hom: “dit sal baie interessant wees om te sien in die toekoms, wanneer jy jou regtervoetjie so saamtrek gaan jy dadelik ’n gevoel kry van trots, en jou selfvertroue gaan al hoe meer en meer word”. En die veearts sê vir hom: “gaan nou terug in jou verbeelding na ’n ander tyd toe jy gespanne en bekommerd gevoel het” – jy moet dit nou

ook doen – “en soos wat jy hierdie tyd onthou, en daai negatiewe gevoelens, laat hulle by jou linkervoet afvloei en laat hulle in jou linkervoet saamkom – nie jou regtervoet nie – jou linkervoet. En as jy seker is al die slegte gevoelens is daar in jou linkervoet – almal is daar saam – maak jou voet oop en laat dit ontspan, en wikkel jou tone, en laat al daai gevoelens weggaan deur jou tone – laat hulle sommer net so wegvloei deur jou linkertone.”

En die veearts het toe gewag terwyl klein Raasbekkie al hierdie dinge gedoen het. En toe sê hy: “soos wat jy jou regtervoetjie saamtrek – doen jy dit – voel die selfvertroue en voel die trots wat deur jou vloei – dit gaan so deur jou hele lyfie – trots en selfvertroue.” En soos wat hy dit toe doen – die voëltjie – toe voel hy die selfvertroue en die trots wat deur hom vloei, en die veearts sê vir hom,: “van nou af elke keer wat jy jou regtervoetjie so styf maak gaan jy dieselfde voel – vol selfvertrou en trots”. En klein Raasbekkie sê: “ek kan dit voel, ek kan voel hoe word ek vol selfvertroue – en ek kan voel as ek bekommerd is en ek laat alles afsak na my linkervoet toe en ek wikkel my tone, hoe gaan dit weg.” En hy sê: “van nou af is dit wat ek gaan doen as ek moet sukkel.”

Fluit fluit, die storie is uit.

...Die einde... (Thomson, 2005:67)

DEELNEMER B: **Denker**

STORIE 5: **Denker se eie storie**

Doel van storie

Om vas te stel wat Denker se waarheid is en om sy waarheid positief te verander.

Denker se eie storie

TERAPEUT: Vandag gaan jy vir my 'n storie vertel.

KLIËNT: Moet ek dit lees?

TERAPEUT: Nee, jy moet dit uitdink.

KLIËNT: Uitdink? Uhm, kan ek nie eerder lees nie?

TERAPEUT: Nee, ek het nie 'n storie wat jy kan lees nie. Begin met eendag lank lank gelede.

KLIËNT: Ek sukkel om ene hier te kry. Ek kry nog steeds nie 'n storie nie. Uhm, eendag lank lank gelede was daar 'n haai – hy het soos hierdie ene gelyk – hierdie nè. Die haai het alleen in die see gebly – daar was geen ander visse nie – geen, geen. Hy het niks visse geëet nie, hy het gewoonlik uit die see uitgespring en jy weet mos partykeer is daar bome se takke wat so hang nè, hy het hierdie een plekkie gehad waar hy so 'n plekkie kry. En hy vlieg so op en hy gryp vir hom 'n paar – maar hy het geen vleis geëet nie - hy het net blare geëet. Dan gaan hy na sy huisie toe – maar dit is ook daar êrens – maar daar is 'n gaatjie daar onder – maar hy het dit nooit raakgesien nie, want hy was heeltemal te vinnig weg. En toe eendag toe word hy ge-worried omdat hy alleen bly. Toe kon hy nie 'n maat kry êrens nie, maar hoe? Maar hy was nou by sy plek daar, want hy dink partykeer en hy sien daai gat en hy wonder, 'wat's hierdie plek?' Hy gaan so in daai plek in en hy sien in daai plek is sulke asblik – en hy sê, wat's die asblik. Toe ewe skielik sien hy hierdie SMS hier teen die dak – 'n plek om al jou slegte drome te laat weggaan. En hy dink so 'n bietjie – maar hy kan net nie onthou wat wou hy hier doen nie. En toe gaan hy weg en toe kry hy vir hom 'n speelmaat – soos in sy droom, maar ewe skielik word hy weer wakker. Hoe lank moet die storie wees?

TERAPEUT: Net so lank soos jy wil.

KLIËNT: En hy gaan en hy gaan soek vir hom 'n maat nou, en hy gaan soek en hy soek en hy soek – ewe skielik kry hy 'n baie goeie plan. Hy gaan soveel blare as moontlik kry en dit soos 'n – soos 'n bak maak, en dan gaan hy dit in 'n sleepwa – dan gaan hy water insit – op sulke sleepwaentjies sit.

En dan gaan hy 'n maat maak, en dan gaan hy op die – in daai blarebakkie gaan en hy gaan kyk vir hom vir 'n maat. En hy ry en hy ry en hy ry, en ewe skielik sien hy 'n maat – en hy briek.

Toe vra hy vir hom: “sal jy my maat wees?” Maar dit was nou ’n krokodil – want hulle is mos soos reptiele. Toe sê die krokodil: “ja ek sal”, maar hy was ’n babatjie – ’n babatjie – ja, so – soos ’n kokketiel.

TERAPEUT: Ja. (Lag)...

KLIËNT: Want hulle gaan mos so – squeak. Wat? (Maak voël geluide)... Ek sukkel om dit te doen.

TERAPEUT: So iets, ja.

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: En toe wat gebeur toe?

KLIËNT: En hy klim saam met hom in hierdie ding en hy gaan vorentoe – want hy het hom so rond gemaak dat hy so in die see ingaan nè? Maar hy het nou dit gestel dat hy agter toe gaan – want hy het daai – hy het ’n ding gemaak wat heeltemal – oralster loop. Né, dan gaan hy agtertoe. Toe stel hy hom dat hy agtertoe gaan. En toe gaan hy nou agtertoe – terug in die see in. Né?

TERAPEUT: Ja.

KLIËNT: En toe slaap – en toe eendag is hy weg. En hy soek hard vir hom oralster en oralster – en hy soek, en hy soek – hy soek hoog onder in – en toe dog hy dalk het hy in die lug gegaan en toe maak hy vir hom sulke spring ding wat hy soos gaan spring mee. En toe vlieg hy – maar nêrens op die eilande is hy nie. En hy val weer terug. En toe gaan hy by sy plek waar hy dink mos – en toe sien hy weer daai gat en hy gaan weer in. En toe sien hy sy vriend is daar. En toe sien hy sy vriend het in die gat geval – asblikkie – en hy haal hom uit, want dis nie ’n diep asblik nie – hy vat net drome onder in die grond in. Hy vat nie krokodille nie.

Hy haal hom uit en hy gooi sy drome weg. Ag man hy het mos vergeet daarvan – en hy dink so en hy dink so en hy dink so – ‘was ek nie laas keer hier om my slegte droom weg te gooi nie?’ En hy dink so en hy ... toe gaan hy maar uit en toe droom hy weer so ’n slegte droom ... ag sy slegte gedagte.

TERAPEUT: Nou wat was dit?

KLIËNT: Dat hy mos nooit ’n vriend sal kry kan kry nie.

TERAPEUT: Oh, ja.

KLIËNT: En toe word hy wakker en toe was hy so bang dat hy ewe skielik onthou dat hy kan dit weggooi in daai asblik. En hy gaan gooi dit so in daai asblik, en hy sê: “ek dink die – wag, ek dink nie – ja, wat was dit” – maar daar is sulke goeters daar. En die oupa sê: “ek dink nie jy sal so naby wil staan nie” want partykeer trek hy goed saam met hom. En nou gooi hy

dit weg – wag, nee hy gooi dit nog nie weg nie – die oupa kies weer vir hom – 'hierdie is 'n plek vir slegte goed' sê die oupa – maar hy is soos 'n wizard. En hy sê: "soek jy dit soos 'n waterfontein? Wil jy dit hê soos 'n bal wat weg – vêr uit die aarde uitgaan of wil jy hê dit moet 'n berg wees met 'n gat in?" En hy sê: "'n bal wat vêr uit hierdie aarde uitgaan." En hy sit sy slegte gedagte daarin. En toe sien hy al daai klippies sien hy – en toe sê die oupa – wat is daai ander bal wat tannie Dirkie vir my gesê het?

TERAPEUT: Daai ligbal?

KLIËNT: Ja. 'Oh, hierdie is jou ligbal.' Nou, ek gaan nou 'n ander bal kry en dan gaan – maar 'n gewone bal – en ek gaan hom oop toor en dan gaan ek hom insit en dan gaan ek 'n bal wat pap is so om hom toor en dan gaan ek hom oppomp. En hy doen dit. En hy sit – en toe gee hy sy ligbal vir hom, en toe sien hy dat die bal met die slegte gedagtes gaan vêr uit – dan sê oupa, 'sien jy wat gebeur as jy 'n slegte gedagte het – daar's klippe in jou ligbal wat maak dat hy nie so helder skyn nie.' En die shark sê, 'dankie oupa.' Fluit fluit, my storie is uit.

TERAPEUT: Okay, so sê vir my watse slegte gedagtes het jy partykeer wat jy wil vêr vêr laat weggaan?

KLIËNT: Ek het nie meer so slegte gedagtes nie. Ek wil nie meer daaroor dink nie. So erg is dit weg!

TERAPEUT: Okay, so sit jy nou nog steeds rustig.

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: Want ek gaan nou ook vir jou 'n storie vertel.

KLIËNT: Okay.

TERAPEUT: Eendag, lank lank gelede was daar 'n haai. Hy was oranje en swart.

KLIËNT: Ek sien so – hy lyk net soos hierdie een soos myne.

TERAPEUT: Maar hy was baie spesiaal, hy was nie soos 'n gewone haai nie. Hy kon allerhande goed doen wat gewone haaie nie kan doen nie. Hy kon byvoorbeeld buite die water wees en asemhaal. En hy het nie nodig gehad om vleis te eet om te lewe nie – hy was baie spesiaal. Maar waar hy gebly het was hy allenig – en hy het baie allenig gevoel ook, want daar was niks ander visse waar hy gebly het nie.

Op 'n dag toe besluit hy 'jinne, dis nie lekker om alleen te wees nie, miskien moet ek 'n plan maak om 'n maatjie te kry.' Maar hy het nie geweet waarheen moet hy gaan en waar moet hy 'n maatjie kry nie, want daar was niemand naby hom nie, of so het hy gedink.

In die grot waar hy gebly het in die aande was daar 'n klein gaatjie waardeur 'n haai kon swem, maar hy het nog nooit daardeur geswem nie, want hy het nog nooit gedink dit is nodig nie. En eendag toe hy so in sy grot inswem, toe dink hy: "ek wonder as ek deur daardie gaatjie swem,

wat is aan die ander kant?" Maar hy's bietjie bang om te gaan want hy weet nie wat is aan die ander kant nie. En hy gaan so versigtig nader – hy steek net sy groot neus so in totdat hy kan sien wat aangaan – en hy sien, "oh, nee dit lyk okay hier binne – dit lyk nie of daar monsters en goeters is nie." En hy swem verder in.

Eweskielik sien hy 'n groot asblik – en hy swem nader en hy sê" "ek het al iewers hierdie asblik gesien – waar was dit? Het ek gedroom?" Hy kannie onthou nie. En hy dink: "maar ek weet wat moet ek doen in hierdie asblik – ek moet alles wat my pla hier ingooi sodat dit kan weggaan". En hy dink: "wel daar is op hierdie stadium net rêrig een ding wat my pla en dit is dat ek nie 'n maatjie het nie" en hy sê: "nou goed – ek gaan dit daar ingooi – en dink so – hierdie gedagte van 'n maatjie gaan ek daar ingooi. Doink!" En hy gooi die gedagte in die asblik in.

KLIËNT: Eina!

TERAPEUT: En terwyl hy so sit toe dink hy: "maar jinne, wat doen ek nou eintlik? Ek moet 'n maatjie gaan soek." En toe hy dit dink toe kom daar soos 'n towenaar ingeswem...

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: ...en hy sê, 'hallo haai!' En die haai skrik eers en hy sê: "jitte wie's jy – ek het jou nog nooit gesien nie?" Hy sê: "ek is die towenaar van die see, en ek het gehoor jy gooi 'n slegte gedagte in 'n asblik, want ek weet alles". 'Ja' sê die haai, 'dis waar, maar ek moet nou 'n vriend kry. Ek moet 'n plan maak om 'n vriend te kry – regtig.' 'Het jy miskien raad vir my?" En die towenaar kyk so diep in sy oë, en hy sê vir hom: "ek kan nie vir jou sê wat jy moet doen nie, maar ek kan jou bietjie help miskien. As jy reguit aanswem hier, so vir omtrent 2 kilometer, gaan jy iets sien wat baie interessant is vir jou". En die haai sê: "nee dit kan ek doen – ek kan dit doen".

KLIËNT: (Lag)...

TERAPEUT: En die towenaar sê: "maar voor jy gaan is daar 'n paar goed wat jy moet onthou" en die haai sê: "ja?" En die towenaar kyk so vir hom en hy sê vir hom: "jy is 'n baie spesiale haai – jy's soos geen ander haai nog ooit was nie, want jy kan in die see lewe, en op aarde lewe, en jou hart is goed- jy't 'n baie goeie hart". En die haai sê: "nee goed, ek sal dit onthou" en die towenaar sê: "maar dis nie al nie. Jy moet onthou alles wat jy doen teenoor ander haaie of ander seediere kan hulle aan jou terugdoen ...(tussenkoms).

KLIËNT: Ek weet dis ...(tussenkoms).

TERAPEUT: So as jy gaaf en vriendelik is met ander seediere gaan hulle gaaf en vriendelik met jou terug wees. Maar as jy net op jou eie wil wees en nie met hulle maatjies wil wees nie gaan hulle jou uitlos, want dan gaan hulle dink jy wil nie hulle maatjie wees nie. So jy gaan van jou kant af moet probeer om uit te reik na die ander seediere – bietjie met hulle te praat, bietjie

vir hulle te vra waarvan hou hulle – bietjie te kyk waarvan hou hulle, en deel te word daarvan en nie lyk asof jy altyd alleen wil wees nie."

KLIËNT: Ja, ek weet . Hulle doen dit meer in hoërskool as wat hulle dit doen in laerskool.

TERAPEUT: Ja, maar hierdie haai was nou nog in die laerskool. En whoep, daar verdwyn die towenaar – en die haai dink: "okay hy het nou gesê ek moet nou 2 kilometer aanswem en dan gaan iets gebeur." En hy swem en hy swem en hy swem. Hy sien niks of niemand nie, niks of niemand nie, niks of niemand nie.

KLIËNT: 1 kilometer.

TERAPEUT: En elke keer dan dink hy hy sien ogies of beweging of iets, en dan as hy gaan stilstaan in die water en kyk dan is daar niks. En toe hy by 2 kilometer kom toe is daar nog steeds niks. En hy sê: "ag die towenaar was nie reg nie. Hier gebeur niks nie ...(tussenkoms).

KLIËNT: Nou gaan daar ietsie seker gebeur.

TERAPEUT: Uit die hoek van sy ogie uit sien hy so halwe beweging en toe hy kyk toe is daar weer niks. En dan in die hoekie dan sien hy weer 'n beweging, dan kyk hy, dan is daar niks. En hy dink: "nou wat is besig om aan te gaan – wat gaan hier aan?" En die haai is nou mos lank alleen, so hy is gewoond om alleen te wees – en hy dink toe: 'ag weet jy wat, ek het nie rêrig vriende nodig nie – ek gaan teruggaan." En toe hy so omdraai om terug te gaan toe dink hy: "maar wat het die towenaar gesê? As ek nie probeer nie, gaan al die ander diere my uitlos want hulle dink ek wil alleen wees. Kom ek gaan kyk, kom ek gaan stel ondersoek in." En daar is sulke rotse met sulke mooi waterplante so aan die eenkant en hy swem stadig soontoe. En toe hy so oor die rots loer, wat sien hy? 'n Klein krokodil!

KLIËNT: Ag jinne! Dis al die goeters van my storie omtrent.

TERAPEUT: En hy sê: "jitte klein krokodil, ek het nie geweet jy's hierso nie". En die klein krokodil is half skamerig en hy sê: "ja dis waar ekke bly." En die haai sê: 'wil jy nie my maatjie wees nie?" En die krokodil sê: "soek jy maatjies?" "Ja", sê die haai "al lankal". En die krokodil sê: "die vet weet, ons het altyd gedink jy wil alleen wees, dis hoekom ons jou uitlos en nie naby jou kom nie." "Regtig", sê die haai? "Ja", sê die krokodil – "ons het maar net gedink jy moet maar net op jou eie aangaan want jy soek ons nie naby jou nie."

En terwyl hulle praat kom daar allerhande seediertjies aangeswem. 'n Seeperdjie en ander klein haaie, en hulle almal maak so 'n sirkel om hierdie oranje haai. En hy sê vir hulle: "het julle nog altyd almal hier gebly?" "Ja", sê hulle, "ons bly nog altyd hier". Hy sê: "sowaar, ek het gedink ek is al een wat hier bly, ek is allenig." Toe sê hulle: "nee jy is nie alleen nie. En van vandag af gaan ons almal saam speel, want jy't eerste na ons toe gekom en ons wil jou maatjie wees."

(Denker, 2010 & De Villiers, 2010)

DEELNEMER B: **Denker**

STORIE 6: Belewing van veilige plek

Doel van storie

Om Denker sy eie veilige plek te laat beleef. Binne sy veilige plek kan hy sy hart oopmaak sonder dat dit nodig is om met enige-iemand te praat.

Belewing van veilige plek

TERAPEUT: Ja, sit jou kop op die kussing. Okay, lê lekker rustig. Kyk vir die dak, lekker rustig en gemaklik en fokus op jou asemhaling – die in en die uit, in en uit. Luister net na my stem. Ek wil hê jy moet jou spesiale wolkie sien, en kyk hoe kom hierdie wolkie na jou toe aangesweef – al hoe nader en affer en affer. Al hoe nader aan jou. Nog affer – totdat jy binne in jou wolkie is. En jou wolkie masseer jou lyf en dis lekker hier binne in jou wolkie, en jy voel veilig. Dis lekker warm – nie te warm nie – net lekker.

En laat jou wolkie jou nou na jou spesiale plekkie toe vat. Jou spesiale tuin. En wanneer jou wolkie jou by jou tuin afgelaai het, knik net jou kop vir my. Okay en die wolkie gaan weer opbeweeg terwyl jy veilig in jou tuin is. En kyk vir my 'n bietjie rond in die tuin. Onthou dis jou spesiale plek – jou plekkie waar jy veilig is. Jou plekkie waar niemand jou pla nie. En vertel bietjie vir my hoe lyk dit in jou tuin.

KLIËNT: Een boom is nou afgekap soos 'n stoel.

TERAPEUT: En wat sien jy nog in jou tuin?

KLIËNT: Meerkatte, en 'n paar leeus – met daai maanhare.

TERAPEUT: Ja?

KLIËNT: En 'n paar wit tiere en bruin tiere, en baie ander tipe leeus met maanhare ook.

TERAPEUT: So daar is baie leeus in jou tuin?

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: Voel jy veilig tussen die leeus.

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: Kan hulle praat.

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: Verstaan jy hulle as hulle praat?

KLIËNT: Mm-mm.

TERAPEUT: Ek wil hê jy moet een spesiale leeu uitsoek – of tier – een spesiale een en hom na jou toe roep. Kom hy na jou toe as jy hom roep? Is hy nou by jou?

KLIËNT: (Knik kop).

TERAPEUT: Ek wil hê jy moet vir – is dit 'n leeu of 'n tier.

KLIËNT: Tier – 'n wit tier.

TERAPEUT: Ek wil hê jy moet vir hierdie wit tier 'n naam gee.

KLIËNT: Plein wit tier – wag, wag – uhm, Raining Flame.

TERAPEUT: Dis 'n pragtige naam – ek wil hê jy moet nou na al die ander leeus kyk en vir hulle vra dat hulle lekker in die woud gaan speel. Hardloop hulle weg woud toe?

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: Maar die Raining Flame bly by jou nè?

KLIËNT: Ja.

TERAPEUT: Vat vir Raining Flame en vra vir hom om saam met jou te stap na daai plekkie waar jy altyd gaan sit wanneer ek en jy gesels. Gaan julle twee daarnatoe.

KLIËNT: Waar – daarso binne?

TERAPEUT: Waar jy altyd gaan sit. Kan jy en Raining Flame gaan sit ...(tussenkoms)

KLIËNT: Nee, maar daar is twee bome wat afgekap is – so hy sit op die een en ek sit op die ander een.

TERAPEUT: Okay, sit julle rustig? Ek wil hê jy moet diep in Raining Flame se oë kyk. Sien jy dat hy jou vriend is? Sien jy dat sy oë sag en vol liefde is? Watter kleur is sy oë?

KLIËNT: So grys, wit en blou.

TERAPEUT: Grys, wit en blou?

KLIËNT: Ja, maar dis so met mekaar gemeng.

TERAPEUT: Okay, so hy het baie mooi oë. Ek wil hê jy moet nou met Raining Flame praat oor dit wat in jou aangaan. En jy hoef nie hard te praat nie – net jy en hy is nou daar – julle twee. En hy is al een wat jou verstaan. Sê vir hom wat gaan aan. En wanneer julle twee klaar gepraat het dan kan jy net jou kop vir my knik. Jy en Raining Flame.

Denker huil. Hy maak geen geluid nie, maar die trane stroom by sy wange af.

(Lang stilte)...

En nou wil ek hê jy moet onthou dat Raining Flame is jou beste maatjie, en luister gou vir my wat sê hy nou vir jou terug – want hy kan mos praat. En wanneer hy klaar met jou gepraat het kan jy net weer jou kop vir my knik.

(Lang stilte)...

En ek wil hê jy moet weet dat jy enige tyd, enige plek – maak nie saak waar jy is nie, na hierdie veilige plek van jou toe kan gaan en dat jou vriend Raining Flame altyd daar vir jou sal wag en dat hy jou altyd sal kan help met die antwoorde wanneer jy nie self antwoorde het nie. En jy sal altyd met hom kan praat – maak nie saak oor wat nie. Ek wil hê jy moet nou vir hom totsiens sê tot volgende keer. Okay, daar gaan hy na sy vriende toe.

KLIËNT: Ja, maar ek wil eers vir hulle ietsie gee. Bietjie kossies en hulle surprise.

TERAPEUT: Dis reg. En ek wil hê jy moet sien hoe jou wolkie nou afsak na jou toe.

KLIËNT: Ek het twee wolke.

TERAPEUT: Dis reg. Nou laat hy jou terug bring hier na my toe. En wanneer jy veilig terug is hier by my kan jy jou ogies rustig oopmaak.

...Die einde...

DEELNEMER C: Skulpie

DEELNEMER C: **Skulpie**

STORIE 1: **Die storie van die ligbal**

Doel van storie

Identifisering van probleme

Die storie van die ligbal

Miskien kan jy nou lekker diep asemhaal. Uit en in en weer uit en weer in en uit en in en uit. Baie mooi. En terwyl jy daar sit kan ek sien jy lyk lekker ontspanne en jou handjies is op jou magie gevou. En ek wil hê jy moet net so ontspanne bly, en al lui die telefoon, die deurklokkie, of jy hoor 'n geraas iewers moet jy jou glad nie daaraan steur nie. Probeer om jou gedagtes na binne te keer en te konsentreer op jouself vir nou.

Miskien raak jy nou bewus van gedagtes wat in jou kop is, enige-iets wat in jou bewuste opkom, en soos wat jy hiervan bewus word, gaan jy hierdie gedagtes toelaat om in jou binneste in te kom, maak nie saak wat dit is nie. En soos wat jy na my stem luister, mag jy miskien bewus word van jou asemhaling, in en uit, baie mooi. Dan keer jy net rustig in jouself en waardeer jouself in die hier en in die nou.

En ek wil hê dat ons vandag op 'n ontdekkingsreis gaan. En 'n ontdekkingsreis is mos iets lekkers, dit is soos 'n fantasie, dit is so speel-speel. Die plek waar jy nuwe en vreemde dinge ontdek en ek gaan jou nou vra dat jy jou verbeel dat jy bo-aan 'n stel trappe staan. 'n Pragtige en veilige stel trappe. Ek weet nie watter tipe trappe jy sien nie, miskien is dit 'n outydse stel trappe, of miskien trappe van glas, moderne trappe, net jy weet hoe dit lyk. En wanneer jy hierdie stel trappe in jou innerlike gedagtes sien, kan jy dit op jou eie unieke manier beleef. Knik vir my met jou kop as jy hierdie trappe kan sien, baie mooi. Goed.

En nou wil ek vir jou vra om met jou trappe af te loop soos wat ek tel. En wanneer jy reg is, gaan ek vir jou vra om daardie eerste tree te neem, af met die tweede, en soos wat jy afgaan na die derde trappie, al hoe meer ontspanne, vier, af met vyf, af met ses en rustig, af met sewe. Miskien ek weet nie, mag jy 'n soliede reëling aan een of albei kante van jou trappe sien waaraan jy kan vashou. Af met agt, af met nege en af met tien, jy is nou halfpad. En elke tree wat jy nou neem kan jy – kan jy jouself regtig toelaat om met elke tree te ontspan, meer en meer te ontspan. Af met elf, af met twaalf, af met dertien af tot by veertien, vyftien, af met sestien al hoe meer ontspanne, af met sewentien, af met agttien, veilig en ontspanne, af met negentien en af met twintig. En soos wat jy die laaste trappie van jou eie innerlike trappe gegee het, gaan ek vir jou vra om na jou innerlike self te keer, na 'n plek te gaan wat jy as die kern van jou eie menswees sien.

Miskien ’n plek waar dit rustig is, stil en veilig vir jou is, rustig stil en veilig net vir jou. En ek het nie ’n vae idee waar hierdie plek is nie. Miskien is dit êrens by die see of by die berge, miskien is dit by jou huis iewers, miskien in ’n pragtige tuin. Laat jouself nou toe om daar te wees nou en dit op jou eie manier te ervaar, gemaklik, so gemaklik. So aangenaam, dit is baie goed.

As jy hierdie veilige plek gekry het, kan jy net jou kop vir my knik. Baie mooi. Nou wil ek hê jy moet rustig luister na my stem hier waar jy veilig by jou eie innerlike plek is. Veilig en rustig. En terwyl ek praat kan jy miskien, ek weet nie, hierdie verhaal jou eie maak.

Elke kind op aarde word met ’n perfekte ligbal gebore. En met hierdie ligbal kan jy wonderlike toweragtige dinge doen. Jy kan saam met die visse gaan swem, op dolfyne se rûe ry. En saam met die voëltjies hoog in die lug opvlieg, en vry voel om te wees en te doen wat jy graag wil doen. Maar elke nou en dan soos wat jy groter word, gebeur daar dinge met jou en om jou wat jou ongelukkig kan maak. Dit kan dinge wees wat jou kan laat seerkry. Nie noodwendig fisies nie, maar miskien emosioneel. En miskien kan dit wees dat jy nie altyd gemotiveerd is om jou beste te doen nie. Of dit kan miskien wees dat jy kwaad word vir mense, of jy hou nie van mense nie, miskien maak dit jou siek van woede. En al hierdie dinge is dan soos klippe wat in jou ligbal inval. Dit kan gebeur dat hierdie ligbal soveel klippe inkry, dat ’n mens glad nie meer die lig kan sien nie. En kort voor lank word jy soos een van hierdie klippe en kan jy nie meer verder groei nie. Maar wat wonderlik is, is dat jy net moet leer hoe om hierdie ligbal van jou om te keer en die klippe uit te gooi. Want die klippe kan die lig nooit doodmaak nie, die lig is altyd daar.

En terwyl jy nou veilig en rustig by jou unieke en innerlike plek is, kan jy miskien jou ligbal sien, miskien is jou ligbal ’n harde klip wat heeltemal donker is omdat daar soveel klippe in is. Kyk hoe lyk jou ligbal, wat sien jy alles in jou ligbal, en gee vir elke klip wat jy kan sien ’n naam. Ek wil hê jy moet nou jou ligbal so voor jou sit en daarna kyk en vir jouself sê dat daar maniere is om al die klippe uit te haal, sodat jou lig weer helder kan skyn. En verbeel jouself hoe gaan jou ligbal lyk as daar niks meer klippe in is nie.

Ek gaan jou vra om hierdie gevoel wat jy miskien nou gevoel het saam met jou te bring en dan gemaklik en rustig op jou eie manier terug te beweeg na die trappe, en teen jou eie tempo op te klim tot jy bo is. En dan wanneer jy bo is kan jy jou ogies gemaklik oopmaak, rustig, georiënteerd en verfris en heeltemal wakker. Dit is reg. Okay baie mooi.

...Die einde... (Mills & Crowley, 2001: 65)

DEELNEMER C: **Skulpie**

STORIE 2: **Uitgooi van die klippe**

Doel van storie

Om aan die deelnemer die geleentheid te gee om te ervaar hoe dit voel wanneer hy nie meer probleme in sy lewe het nie.

Uitgooi van die klippe

Jy kan na enige kol hierso kyk, sê nou maar daardie donker stukkie. Dan kyk jy net die hele tyd daarna toe, moet glad nie na my toe kyk nie okay. Kyk die hele tyd na daardie kol op die muur.

Wanneer jy voel jou ogies raak moeg om na die kol te kyk, dan kan jy ogies op jou eie tyd net toemaak. Jy gaan voel jou ogies begin moeg raak om net so te staar vir een plek. En dan op jou eie tyd dan gaan jou ogies toe. Baie mooi. En jy het mos onthou van jou ligbal wat vol klippe was of is, en dat hierdie klippe jou nogal bietjie kwaad kan maak en partykeer maak dit jou ongelukkig. Partykeer maak 'n mens se klippe vir jou half senuweeagtig of bangerig.

Soos in die verhaal van jou ligbal, wil ek hê jy moet saam met die voëls kan vlieg, en saam met die visse kan swem. En as jy gereed is, kan jy nou jou ligbal vol met klippe vat en kies saam met wie jy wil gaan. Wil jy saam met die voëls gaan vlieg, of wil jy saam met die visse diep onder die see gaan swem. Net jy weet saam met wie jy op hierdie avontuur gaan.

Miskien vlieg jy op 'n arend se rug, of dalk is jy op die rug van 'n dolfyn, miskien vlieg jy nou hoog in die lug ver in die stad oor die bome en die berge, daar waar geen mense is nie. Miskien is jy diep in die see, en kan jy op 'n dolfyn se rug staan en jou ligbal hoog bo jou kop hou. Die ligbal met al die klippe in wat jou liggie nie toelaat om helder te skyn nie.

Maar jy weet al wat jy hoef te doen, is om die ligbal om te keer, en al die klippe uit te gooi sodat sy liggie wat altyd daar is, weer helder kan skyn. Vat nou die klippies een vir een, noem hulle op hulle name en gooi hulle uit jou ligbal uit. Kyk hoe dit verdwyn voor jou oë. Jy weet wat jou klippe genoem word.

Ek gaan jou nou 'n rukkie kans gee om elke klip 'n naam te gee en uit jou ligbal uit te gooi, en wanneer ek weer praat, gaan al jou klippe uit jou ligbal uit wees.

Mm-mm, is al jou klippies uit jou ligbal uit nou? Miskien kan jy nou na 'n veilige plek toe gaan, 'n plek waar jy rustig en kalm kan wees, 'n plek waar jy jouself kan wees en waar jy jouself kan bederf. En wanneer jy so 'n veilige plek gekry het, knik net jou kop vir tannie. Mooi! En bederf jouself nou hier by jou veilige plek, doen wat jy graag wil doen, wees net jouself. Jy het 'n groot las van jou skouers afgegooi. Terwyl jy ontspanne en rustig is, kan jy terugkeer na die hier en die nou sodat jy jou verbeeldingsreis vir my in die sand kan uitbeeld. Ek gaan tel van vyf tot by

een, en wanneer ek by een kom sal jy terug wees by die hier en die nou. Vyf, vier, drie, twee en een. Jy kan maar vir tannie jou ogies oop maak.

...Die einde... (Mills & Crowley, 2001:65)

DEELNEMER C: **Skulpie**

STORIE 3: **My familie is belangrik**

Doel van storie

Die meeste kinders word nie meer grootgemaak deur albei hulle biologiese ouers nie, as gevolg van onder andere egskeiding. Die diversiteit van wat 'n familie is, is die onderwerp van hierdie metafoor.

Ons is nie almal dieselfde nie

Eendag het al die diere, wat in die Dieretuin gebly het, begin praat oor hulle families. En die Aramadello het gesê, 'ek het drie boeties wat net soos ek lyk.' Want diere kry mos baie babatjies, nie net een of twee nie nè. En toe sê hy, 'eintlik het ek nie net drie nie, daar is vier wat presies net soos ek lyk, ons is vier en ons almal lyk presies dieselfde, identies.' Jy weet mos wat beteken identies nè? 'n Mens kry mense ook wat 'n tweeling is wat identies is, dan lyk hulle presies dieselfde. En hy sê, 'ons is almal op dieselfde dag gebore. En ons almal lyk presies dieselfde.' En toe sê hy, 'mamma van Aramadello's, kry gewoonlik vier babas, en al die babas lyk dieselfde.' So dit klink vir my nogal, as 'n mamma dan nou geboorte gee, dan kry sy altyd vier babatjies, wat presies dieselfde lyk. Of vier seuntjies, of vier dogtertjies.

Toe sê Allen die seekoei, 'Ek sal nogal nie daarvan hou om drie boeties te hê wat soos ek lyk nie. Ek wil 'n nuwe familie hê. Boeties is okay, maar ek wil ook sussies hê.' In sy familie gaan daar boeties en sussies wees. En almal gaan verskillend lyk, nie dieselfde nie. En niemand gaan dieselfde ouderdom wees nie. So hy soek 'n familie waar daar baie boeties en sussies is van verskillende ouderdomme.

Toe sê Amanda, sy is 'n voëltjie, ek wens ek het soos my boeties en sussies gelyk. Amanda se mamma het nie geweet hoe moet sy na 'n babatjie kyk nie. Shame! Sy wil baie graag gehad het Amanda moet in 'n liefdevolle huis grootgemaak word, maar sy kon nie self na Amanda kyk nie. Want sy het nie geweet hoe nie. Toe doen sy ietsie snaaks. Toe vat sy die eiertjie en sy gaan sit dit in 'n ander mamma se nes. En toe het die ander mamma, Amanda uitgebroei, en nie haar eie mamma nie. En toe Amanda toe nou uitbroei, was haar nuwe mamma baie lief vir haar, sy het nie omgegee dat dit nie haar eiertjie was nie, sy was baie lief vir haar en sy het haar aangeneem en sy het haar opgepas net soos sy haar eie babatjies opgepas het. Al het sy nie soos hulle gelyk nie. So dit is tien teen een hoekom Amanda sê, sy wens sy het soos haar boeties en sussies gelyk. Want eintlik is sy nie soos haar boeties en sussies nie nè, want sy is nou van 'n ander voël van 'n ander mamma.

Toe sê die Volstruis, 'toe my ma haar eiertjies gelê het, was dit my pa wat na ons eiertjies gekyk het, nie my ma nie. Nadat ons uitgebroei het, het my pa ons grootgemaak. Ek weet nie waar was my ma wat het met haar gebeur nie.'

En toe sê die Pikkewyn, 'toe ek 'n eiertjie was, het my pa en ma na ons gekyk. Hulle het sulke beurte geneem, as my pa moeg is dan kyk my ma na ons, en as my ma moeg is dan kyk my pa na ons.'

Toe sê een van die ander diere, die 'Beever'. Hy sê toe, 'my ouers het ook altwee na ons gekyk, tot ons oud genoeg was om uit te gaan en na onsself te kyk. Hulle was die hele tyd daar vir ons.'

Die Valk sê toe, 'ja-nee, altwee my ouers het ook na my gekyk, my ma en my pa.' En toe sê die klein Sjimpansee, 'haai dit klink so lekker, ek weet wie my pa was, maar hy het nooit eintlik aandag aan my gegee nie. My ma het my allenig grootgemaak, net sy. En alhoewel ek geweet het my pa is daar, het ons nooit rêrig 'n goeie verhouding gehad nie.'

'En die Apie sê, 'my pa het my op sy rug rondgedra die hele dag lank. En al wanneer hy my teruggegee het vir my ma, is as sy my moes kos gee.' En toe sê die Jaguar, 'jitte, ek het my pa geken, maar net van dit wat my ma van hom vertel het. Want hy is weg voordat my ma – voordat ek eintlik gebore was, my ma was nog swanger met my toe het my pa al geloop. So ek het hom nie geken nie, maar my ma het my baie van hom vertel.' En toe sê die Hasie, 'my ma wil graag trou, en sy hou daarvan om baie kere te trou, so eintlik het ek 'n pappa elke jaar – elke jaar het ek 'n nuwe pappa. Want my Hasie mamma hou daarvan om baie kere te trou met baie verskillende Hasie pappas.' En die ander voëltjies, dit is so 'n klein bruin voëltjie, hy bly by die see. Hy sê toe, 'ons tipe voëltjies, trou net eenkeer in ons lewens, en dan bly ons bymekaar vir altyd en altyd en altyd. So ek het my ma en my pa geken en hulle is nog steeds saam. En as 'n trougeskenk het my pa vir my ma, 'n vis gebring. En dit was my pa se manier om vir my ma te sê, dat hy altyd goed na haar sal kyk. So hy gaan vir haar sorg nè, en hy bring vir haar kossies, hy gaan altyd vir haar sorg.'

En Papegaai, het in 'n tropiese woud gebly. En hy sê: 'my ma het 'n boom gekry waar daar so 'n groot gat in was, waar sy haar eiertjies kon lê. En om die eiertjies veilig te hou, het my pa die gat toegemaak sodat niemand kon sien daar is 'n gat nie. Nadat ons uitgebroei het, het my pa gaan kyk vir kos vir ons. En hy het wurmpies gebring, en allerhande insekte om ons te voer, sodat ons lekker kon groot word. En toe ons groter word, toe ons reg was om uit die nes uit te gaan, het my pa die gat weer heeltemal oopgemaak, en toe kon ons uitvlieg.'

'My ma en pa was baie lief vir my,' het die Meerkat gesê. 'En hulle het baie belangrike werke, hulle het heeldag baie hard gewerk en ek het hulle amper nooit gesien nie. Maar dit het nie saak gemaak nie, 'n baba oppasser het by ons gebly. En hulle het goed na ons gekyk, geen probleem nie. En hulle was ook lief vir my.'

Toe sê die Olifant, 'Olifant mammas is baie liefdevol, en hulle – wat gebeur is, Olifant mammas kry amper almal op dieselfde tyd babatjies. Dan vat hulle beurte om na die babatjies te kyk. So een Olifant mamma sal al die kleintjies vat en na hulle kyk, en dan more is dit dan

weer die ander Olifant mamma se beurt.' En dit was vir die Olifante lekker, dit was nie vir hulle 'n probleem nie, want hulle het heeltyd maatjies gehad waarmee hulle kon speel.

En Dokter Dan, hy is nou die Veearts, hy het geluister hoe praat hierdie diere die hele tyd met mekaar. En hy sê toe na die tyd vir hulle, 'weet julle, julle almal se families is baie anders. Nie een sin is dieselfde nie. Maar een ding kon ek ook baie goed hoor, en dit is liefde. Elkeen van julle was spesiaal vir julle ma's of julle pa's of julle tannies wat julle grootgemaak het of wie ook al. So een ding wat vir julle almal dieselfde is, is dat daar iemand is wat baie lief is vir julle.'

...Die einde... Thomson, 2005:157)

DEELNEMER C: **Skulpie**

STORIE 4: **Die storie van die feetjies**

Doel van storie

Skulpie vertel haar eie storie en die terapeut vertel die storie aan haar terug. Die doel van die storie was om aan te toon dat almal talente en sterkpunte het, selfs al dink jy nie so nie.

Die storie van die feetjies

TERAPEUT: Tannie wil hê jy moet nou na enige een van die diere hier teen die dak kyk. Een wat jy gemaklik mee voel. Nou wil ek hê, jy moet drie keer lekker diep asemhaal. In en uit. In en uit. In en uit. As jy rustig voel dan wil ek hê jy moet jou ogies toemaak as jy so voel. En dan moet jy probeer om jou hele lyfie te ontspan, jou voete, lekker ontspan, jou bene, jou knieë, jou bo-beentjies, ontspan tot bo in jou bors.

Fokus net op jou asemhaling, dink net aan jou asemhaling, mooi. Nou gaan die ontspanning deur na jou skouers, voel hoe swaar raak jou skouers skielik. Deur na jou arms, en jou hande, en weer op na jou nek toe, jou gesig, jou wange, jou neus, jou oë, jou voorkop, jou kop, jou hele lyf, al hoe meer ontspanne.

En terwyl jy hier al hoe meer ontspanne raak, wil ek hê jy moet onthou dat dit belangrik is om na my stem te luister. En jy sal nog steeds bewus wees van alle geluide aan die buitekant. Maar ek wil hê jy moet jou aandag na binne fokus. Jou eie gevoelens, jou eie gedagtes. En miskien, ek weet nie, kan jy nou trappe voor jou sien en begin afbeweeg teen jou trappe, en jy weet jy is veilig, jou trappe is stewig. Af met een, rustig af met twee, af met drie, fokus op jou asemhaling, af met vier, en af met vyf en soos wat jy af beweeg met jou trappe raak jy al hoe rustiger, en al hoe meer ontspanne, af met ses, af met sewe, af met agt, rustiger en ontspanne, af met nege, meer en meer ontspanne, af met tien. Jy gaan miskien nou ’n groot houtdeur voor jou sien. En ek wil hê jy moet na die deur toe stap en dit oopmaak en deurloop.

Wanneer jy deurgeloop het, gaan jy in ’n wonderlike pragtige tuin wees. Jy gaan die sagte gras onder jou voete voel. En so ver soos wat jy kyk gaan jy die pragtige gras sien. Die blombeddings vol pragtige kleure blomme. En in jou blombeddings gaan jy miskien vlindertjies sien vlieg, en bytjies, en almal is gelukkig in hierdie tuin van jou. En jy gaan misien, ek weet nie, bewus raak van allerhande bome, party groot, party kleiner. En iewers gaan jy hoor dat daar ’n waterval kibbel.

Miskien kan jy nou bewus raak van jou tuin, om jou kyk en oplet hoe lyk dit in hierdie tuin van jou. Wat sien jy alles? Hoe voel dit vir jou in jou tuin? Wat hoor jy in jou tuin? En terwyl jy bekend raak met jou pragtige tuin, waar jy veilig voel en waar jy beskermd is, wil ek hê jy moet ’n plekkie soek waar jy kan gaan sit en ontspan. Miskien gaan dit op ’n bankie onder een van jou groot bome wees. Miskien gaan jy na die kabbelende water toe stap en daar sit en met jou

hand in die water speel. Miskien gaan jy 'n koelte plekkie met pragtige blommetjies raaksien. Net jy weet waar hierdie plekkie gaan wees. En wanneer jy rustig sit in jou plekkie, dan wil ek hê jy moet net jou kop vir my knik. Baie mooi. Vandag, gaan jy iets baie spesiaals doen.

Vandag gaan jy meer leer oor jou vermoëns, en ons almal het vermoëns, party van ons talente ken ons en ander moet ons nog leer ken. Soos wat jy hierso sit, wil ek hê jy moet diep binne-in jouself ingaan, en gaan kyk binne-in jouself waar lê jou sterkpunte, dinge wat jy goed kan doen, dinge wat jou uniek maak. En wanneer jy bewus is van hierdie sterkpunte en goed voel oor jouself wil ek dat jy daaroor dink nou. Dink daaroor sodat jy dit nooit sal vergeet nie.

Ek gaan jou vra om nou iets te doen wat ons nog nie voorheen gedoen het nie. Terwyl jy rustig hier sit, en jou ogies toe is, en jy baie ontspanne is, wil ek hê jy moet vandag vir my 'n storie vertel. En dit kan enige storie wees, dit kan so kort of so lank wees soos wat jy wil hê hy moet wees. Solank dit net jou eie storie is, en nie iets wat jy al gehoor het by iemand anders nie. En wanneer jy reg is, wil ek hê jy moet hierdie storie vir ons vertel. Jou ogies toemaak, rustig wees, nog steeds ontspanne, soos wat jy ontspanne is kan jy jou storie vertel.

KLIËNT: Lank lank gelede, was daar drie meisies, hulle was beste, beste vriende. Hulle het eendag na die koning toe gegaan om te gaan sê dat die soldate het die verkeerde blomme geplant. Hulle gaan toe na die koning toe, en hulle sê vir die koning dat hulle nou die verkeerde blomme geplant het. Die koning word woedend. Hy storm buite toe en raas met die soldate. Die drie meisies sê vir die koning, hy moet net kalmeer, dit is nou nie – dit is net blomme. En hulle stap verder.

Hulle kom by hulle huisies aan, hulle sê vir mekaar baai en gaan in hulle huisies. Die eerste feetjie, maak haar deurtjie oop, sy sien haar klein baba katjie op die vloer lê en wag. Die tweede feetjie, maak haar deurtjie oop, en sien haar woefie wat op die tafel sit en wag. Die derde feetjie, maak haar deurtjie oop en stap dadelik na haar kamer.

Die volgende oggend word hulle wakker, hulle gaan na mekaar se huisies toe, en maak een vir een wakker. Die eerste feetjie storm na die derde feetjie toe. Die eerste en die derde feetjie storm na die tweede feetjie se huisie toe. Hulle maak die tuintjies reg, toe besluit hulle om 'n lekker piekniek te gaan hou. Hulle gaan hou toe 'n piekniek. Hulle het broodjies ingepak, koekies en koeldrank. Toe gebeur daar 'n verskriklike ding. Dit begin te reën! Hulle storm huis toe, hulle kan nie na hulle huisies toe gaan nie, hulle sit net in een huisie vas.

Toe besluit hulle om wegkruipertjie te speel. Hulle speel toe wegkruipertjie, toe hou dit op reën. Hulle gaan huisies toe en toe soek die koning al die feetjies in die land. Al die feetjies moet nou na die koning se paleis toe gaan.

Die koning sê, niemand mag na die tuin van my kasteel toe gaan nie. Hulle wys dit toe vir hom en gaan weer terug huis toe. Toe mag hulle nie meer piekniek hou nie, toe moet hulle in hulle tuine dit hou. Toe hou hulle verder hulle piekniek, toe begin dit weer te reën.

Toe besluit hulle hulle gaan in die huise piekniek hou. Toe val die katjie van die tafel af, toe hardloop die katjie na die kamer en gaan lê in sy bed. Die woefie ook. Hulle hardloop saam met die katjie en hulle lê in die katjie se bed. Die eerste feetjie sê, dit is tyd om huis toe te gaan, dit word laat, 'baai julle', sê sy. Die ander twee sê 'goodbye.' Fluit, fluit, my storie is uit!

TERAPEUT: Baie mooi, tannie wil hê jy moet weer jou ogies toemaak. En na jou tuintjie toe teruggaan en op jou bankie gaan sit of waar jy ook al gesit het voorheen, gaan sit weer daar. En ek wil hê, jy moet na hierdie storie luister.

Eendag lank lank gelede, was daar drie feetjies, en hulle was goeie maaitjies. En hulle het in 'n groot koninkryk gebly waar daar baie ander mense gebly het. Daar was 'n koning, 'n koningin, en daar was soldate, en daar was ook mense en ander feetjies en kaboutertjies.

Een oggend terwyl hulle so stap, in die koninkryk, sien hulle dat die soldate per ongeluk verkeerde blomme geplant het. En hulle weet dat in sekere tye van die jaar moet 'n mens sekere blomme plant. En hulle het bietjie geskrik, want hulle het gedink die koning sal baie kwaad wees as hy hoor dat die soldate die verkeerde blomme geplant het. En hulle moes toe 'n besluit neem, hulle moes besluit hulle gaan of vir die koning vertel dat die soldate die verkeerde blomme geplant het, of hulle moet die soldate vinnig help om die regte blomme te plant, sodat die koning nie weet hulle het 'n fout gemaak nie.

Hulle besluit toe dat hulle liewer die soldate gaan help om vinnig die regte blomme te plant, voordat enige iemand uitvind hulle het die verkeerde blomme geplant. Die drie feetjies stap toe na die wag soldaat toe en hulle sê vir hom, 'ons weet nie of jy weet nie, maar hierdie is nie die regte blomme om te plant vir hierdie tyd van die jaar nie. Julle moes eintlik die pienk en die geel blommetjies geplant het.' Die hoof van die soldate skrik hom boeglam, en hy sê, 'ha, julle is heeltemal reg, griet hoe kon ons so 'n fout gemaak het.' En die feetjies sê, 'moenie bekommerd wees nie, kom ons gaan haal net die regte blommetjies, dan help ons julle vinnig om die regte blommetjies te plant.' Terwyl van die soldate die ander blommetjies uithaal en hulle mooi bêre in hulle boksies, het die feetjies en die hoof van die soldate en 'n klomp ander soldate die regte blommetjies gaan haal, en gou die regte blommetjies geplant.

Voordat enige iemand geweet het wat aangaan, was al die regte blommetjies geplant en almal was gelukkig.

Die hoof van die soldate het vir die drie feetjies gesê, 'ek is so bly julle het my kom sê en my gehelp, want ek wil nie die verkeerde blommetjies plant nie, miskien sou ek in die moeilikheid gewees het.' En die feetjies sê toe 'nee, moenie bekommerd wees nie, alles is mos nou reg.' So het die feetjies aangestap deur die tuine van die groot paleis, want hulle kon daar rondbeweeg.

Terwyl hulle in die tuin stap, sien hulle die koning staan. Dit was 'n baie vriendelike koning. Hulle het na die koning toe gestap en bietjie met hom gaan gesels. Die koning sê toe vir hulle, 'weet julle wat, ek het vanoggend gesien wat julle gedoen het. Ek het gesien hoe help julle die

soldate om die regte blommetjies te plant. En ek wil vir julle sê dankie. Want julle kon net sowel die soldate in die moeilikheid probeer bring het, deur na my toe te kom.'

Die feetjies het eintlik nie geweet wat om te sê nie, hulle het eintlik bietjie skaam gekry. En die koning sê, 'omdat julle so gaaf was, gaan ek sorg dat daar in elkeen van julle se tuine ook hierdie blommetjies geplant word.' Hulle was baie bly en het gesê 'baie dankie koning.' Die koning het gesê dat hy vir hulle ook iets wil vertel. Hy het vir hulle gesê dat toe hy jonger was, kon hy baie kwaad word oor goeters. As dinge nie reg gaan nie, dan het hy sommer kwaad geword en sy humeur verloor en geskree. Maar toe sê hy vir hulle, soos wat hy ouer geword het, het hy geleer dat dit nie help om oor goed te skree nie, want dit maak dit nie beter nie. Hy het geleer, 'n mens moet kalm bly. Jy moet kyk hoekom het die dinge verkeerd gegaan, en hoe kan 'n mens dit weer reg doen. En die feetjies het saamgestem.

Die koning het saam met hulle uitgestap, en hulle het besluit dat hulle 'n piekniek gaan hou. Terwyl hulle piekniek hou, begin dit toe reën. Maar hulle het nie omgegee nie, want hulle was lief vir die reën, want hulle het geweet die reën gee lewe. As daar nie water is nie, kan daar nie lewe wees nie. En as dit reën, dan kry die blommetjies water, en hulle kan groei, en die damme word vol water sodat hulle drinkwater kan hê en badwater. En die reën was vir hulle 'n groot seën.

Al laggende het hulle terug gehardloop na hulle huisies toe, besluit hulle gaan sommer binne nou piekniek hou. En hierdie drie feetjies, het baie naby aan mekaar gebly. In die een se huisie was daar 'n kat, en in die ander se huisie was daar 'n hondjie. En snaaks genoeg, in die gewone lewe sal katte en honde nie eintlik oor die weg kom nie, maar daar by die feetjies, was die katjie en die hondjie net sulke groot vriende soos die feetjies. En hulle het elke dag saam gespeel. Al het hulle nie altyd van dieselfde goed gehou nie, het hulle mekaar aanvaar vir wie hulle is.

Met hulle slegte punte en met hulle goeie punte. Die katjie en die hondjie het vir mekaar gesê, 'ons is vriende en ons is lief vir mekaar, maak nie saak hoe verskillend ons is nie.' En so het die drie feetjies oor die weg gekom, al was hulle nie dieselfde nie. Die een kon byvoorbeeld baie vinnig hardloop, en die ander ene se tuintjie was altyd die mooiste, want sy het groen vingertjies gehad en sy kon enige plantjie aan die lewe hou. En die ander ene het altyd gedink sy het niks talente nie, maar sy was verkeerd, want sy was die een wat gesorg het dat dinge tussen die vriende altyd goed gaan, as daar 'n probleem is dan kon sy dit uitsorteer. Sy het die mooi dinge raakgesien, en sy kon almal komplimenteer, en die mooiste goed in die mense na vore bring.

Alhoewel die drie glad nie dieselfde was nie, was hulle lief vir mekaar, en nie jaloers op mekaar nie. Hulle was bly as die een iets goed kon doen en die ander het haar gehelp om nog beter te doen in dit wat sy goed kon doen. Dit was 'n rare vriendskap om dit te doen, dat dit vir hulle lekker was as die ander een goed doen met iets.

So het hulle in die koninkryk gebly waar mense vir mekaar omgegee het. En die koning het nie omgegee dat mense in sy tuin rondloop nie, want hy het geweet hulle is lief vir sy blommetjies, en hulle kyk mooi daarna, want dit is vir hulle lekker in sy tuin. En die koning het probeer om die mense te help om net die beste te doen wat hulle kan doen. As iemand miskien 'n foutjie gemaak het, het hy nie geskree nie, hy het na hulle toe gegaan en hulle gehelp om hulle foutjie reg te maak.

Dit was 'n goeie koninkryk, met goeie feetjies en goeie kaboutertjies en goeie soldate. Want hulle het mekaar gehelp en hulle was lief vir mekaar.

En ek wil hê terwyl jy rustig hier in jou tuintjie sit, gaan ek tel van een tot vyf, en wanneer ek by vyf kom gaan jy jou ogies oopmaak. Een en jy gaan ontspanne voel, twee, tevrede met jouself, drie, en vier, ontspanne en tevrede en vyf in die hier en die nou.

...Die einde... (Skulpie, 2010 & de Villiers, 2010)

DEELNEMER C: **Skulpie**

STORIE 5: Deelnemer se belewing van haar veilige plek

Doel van storie

Bekendmaak van onderdrukte gevoelens.

Belewing van veilige plek

TERAPEUT: Ek wil hê jy moet op jou asemhaling fokus vir my en wanneer jy reg is jou ogies toemaak. Goed. Ek wil hê jy moet in jou verbeelding miskien nou 'n wolkie sien bo jou. Kyk hoe kom hierdie wolkie al hoe nader na jou toe afgesweef. Affer, affer, al hoe nader, diep af, en voor jy jouself kon kry, is jy binne-in hierdie wolkie. Jy voel baie veilig en baie ontspanne en rustig. Dit is asof die wolkie jou hele lyfie masseer, al die spanning uithaal en dit wegvat.

Miskien kan hierdie wolkie jou nou na jou veilige plekkie toe vat, na jou tuin toe waar jy altyd veilig en rustig kan wees. Sweef nou saam met jou wolkie tot jy in jou tuin is, en wanneer jy veilig in jou tuin is, dan kan jy net jou kop vir my knik. Baie mooi. Kyk nou hoe gaan die wolkie weer op in die lug terwyl jy veilig in jou tuin agterbly.

Miskien kan jy bietjie rondkyk in jou tuin en vir my vertel wat sien jy en wat hoor jy. En wat is alles in jou tuin? Vertel vir tannie wat sien jy in jou tuin?

KLIËNT: Ek sien blomme, ek sien mooi groen gras, ek sien skoenlappers, ek hoor voëltjies, en ek sien baie groot mooi blommetjies.

TERAPEUT: En wie is almal saam met jou hier in die tuin?

KLIËNT: Net ek.

TERAPEUT: Ek wil hê jy moet jou verbeel dat daar iemand by jou is in jou tuin. Dit kan miskien 'n diertjie wees wat kan praat, of 'n voëltjie, of dit kan 'n mens wees, dit maak nie saak nie, dalk 'n vriendjie. En wanneer jy iemand sien, wil ek hê jy moet net jou kop vir my knik. Baie mooi. En sê vir my wat is dit of wie is dit wat hier saam met jou is?

KLIËNT: Dit is 'n diertjie.

TERAPEUT: En wat se diertjie is dit?

KLIËNT: 'n Voëltjie.

TERAPEUT: Ek wil hê jy moet nou weet dat hierdie voëltjie kan praat. En hierdie voëltjie kan baie mooi hoor wat jy sê. Ek wil hê jy moet nou hierdie voëltjie nooi om saam met jou iewers rustig te gaan sit. Miskien as dit 'n klein voëltjie is, dan kan hy op jou hand sit, of jou skouer, maar as hy groterig is dan kan hy langs jou sit. Net jy weet hoe lyk hierdie voëltjie. En wanneer julle rustig iewers sit, kan jy net jou kop vir my knik. Mooi.

Vertel nou vir hierdie voëltjie alles wat in jou lewe aangaan, wat jy nie vir ander mense kan vertel nie. En wanneer jy hom alles vertel het, kan jy net jou kop vir my knik. Maar jy moet jou tyd vat en rêrig dink oor wat jy wil sê. Want hierdie ervaring is 'n belangrike ervaring. En een wat miskien altyd by jou gaan bly. Want as daar goed is wat jy nie vir mense kan sê nie, is dit nou die tyd om dit vir jou voëltjie te sê, en miskien is dit ook 'n goeie tyd om hom te vra wat sy naam is, want 'n mens kry nie 'n voëltjie sonder 'n naam nie. En wanneer jy reg is, en jy alles gesê het wat jy wil sê, kan jy net jou kop vir my knik.

Ek hoop jy het baie mooi gedink wat jy gaan sê. Binne drie sekondes is dit baie moeilik om vir iemand te sê wat in jou lewe aangaan. So ek wil hê jy moet tyd vat Skulpie. Vat tyd, gaan in jouself in, en gaan dink wie en wat jy is. En gaan dink 'n bietjie wat in jou lewe aangaan. Moenie goed afjaag net om dit klaar te kry nie, want dan dien dit geen doel nie. Dit het nou tyd geword dat jy ernstig raak oor hierdie proses waarmee jy besig is. 'n Proses kan 'n mens nie afjaag nie, 'n proses het diepte, baie diepte, en baie emosie, en daar is geen manier hoe dit in drie sekondes afgehandel kan wees nie. Vat jou tyd en dink wat jy doen. En wanneer jy klaar is, knik jou kop.

KLIËNT: Knik met kop

TERAPEUT: En nou wil ek hê jy moet luister wat hierdie voëltjie vriend van jou, vir jou terug sê. En luister baie mooi, want hy gaan baie waarhede praat. En wanneer hy klaar met jou gepraat het, gaan jy jou kop weer vir my knik.

KLIËNT: Knik met kop.

TERAPEUT: Miskien kan jy nou rustig hier in jou tuin rondbeweeg. Die een plek waar niemand jou pla nie, waar niemand iets van jou wil hê nie. Dit is 'n plek waar jy op jou eie kan wees en kan dink wat jy wil, kan doen wat jy wil, en wees wie jy wil. 'n Plek waar rêrig geen eise aan jou gestel word nie. Waar jy net kan ontspan, vars lug kan inasem, net rêrig geniet wat om jou aangaan.

Kyk mooi hoe hierdie veilige plek van jou lyk, en weet dat jy enige tyd hierna toe kan terugkom. Maak nie saak waar jy is en met wie jy praat nie. As jy 'n veilige plek nodig het, kan jy enige tyd hierna toe kom.

Ek gaan nou tel van een tot vyf, en wanneer ek by vyf kom, kan jy jou ogies oopmaak. Een, rustig en ontspanne, twee, baie ontspanne, drie, bring al die positiewe gevoelens saam met jou. Vier en vyf in die hier en die nou.

...Die einde...

DEELNEMER D: Verlore

DEELNEMER D: **Verlore**

STORIE 1: **Die storie van die ligbal**[5]

Doel van storie

Deur die storie kan die deelnemer bewus raak van die probleme wat hy in sy lewe ervaar.

DEELNEMER D: **Verlore**

STORIE 2: Die uitgooi van die klippe[6]

Doel van storie

Deur die storie kan die deelnemer bewus raak van die probleme wat hy in sy lewe ervaar, erkenning daaraan gee en daarvan ontslae begin raak.

DEELNEMER D: **Verlore**

STORIE 3: Die blom op die sypaadjie

Doel van storie

Hierdie metafoor is spesifiek bedoel vir kinders wat mishandel is en voel asof hulle geen eie hulpbronne het nie. Dit gebeur soms dat hierdie kinders hulself nie verstaan nie en nie kan sien hoe hulle positief kan groei nie. Hierdie metafoor plant die saadjie dat die kind kan herstel van die mishandeling w thy ervaar het.

Die blom op die sypaadjie

TERAPEUT: Maak miskien nou jou ogies toe en haal diep asem. En nog een keer? En nog een keer. Tannie wil hê jy moet net na my stem luister vanoggend. En al is jy bewus van die geluide om jou, kan jy miskien veral op jouself fokus en op alles wat in jou aangaan. Probeer om nie te dink aan die dinge wat hier om jou gebeur nie, maar net aan die dinge wat binne in jou gebeur.

Ek wil hê jy moet rustig raak elke keer wat jy in en uit asem, al hoe rustiger. Ek wil hê jy moet kyk en misien sien jy bo jou is daar 'n wolkie, 'n wit wolkie, 'n sagte wit wolkie. Hou hom vir my dop want hy gaan al hoe nader en nader en nader aan jou kom. Al hoe nader, af en af en af – hy kom al hoe nader aan jou. Totdat jy binne in hierdie wolkie is, en dis vir jou 'n wonderlike

[5] Sien Deelnemer C, Storie 1.

[6] Sien Deelnemer C, Storie 2.

ervaring, want hierdie wolkie beskerm jou. En hierdie wolkie hou jou warm. En binne in hierdie wolkie is daar niks wat jou kan pla nie. En ek wil hê jy moet miskien nou in hierdie wolkie wegsweef na jou veilige plek toe. En die wolkie beskerm jou en jy is veilig in die wolkie. En die oomblik wat jy by jou veilige plek kom kan jy net jou kop vir my knik. Baie mooi.

Miskien kan die wolkie nou weer opgaan en kan jy in hierdie veilige plek van jou gaan sit. Kyk om jou rond. Wat sien jy? Wat hoor jy hier in hierdie plek van jou? Waar niemand jou kan pla nie. Hier waar jy rustig kan wees en kalm. Hier waar jy jouself kan wees. Gaan soek vir jou 'n plekkie waar jy nou kan ontspan en na hierdie storie kan luister wat ek vir jou wil vertel. En wanneer jy rustig is en 'n plekkie gekry het kan jy net jou kop vir my knik. Baie mooi.

Eendag, lank, lank gelede het 'n blomsaadjie in die wind gewaai. En soos wat dinge nou maar gebeur, het hierdie saadjie op die sypaadjie geland en die wind het al hoe sterker en sterker gewaai en die ou saadjie het tussen twee sement blokke in die sypaadjie geval. En soos wat die wind al hoe erger begin waai het, het dit begin reën. Soos wat hierdie saadjie water gekry het, het hy begin groei, en hy het baie mooi gegroei totdat die bopunt van die ou saadjie wat nou 'n plantjie geword het, net so by die sypaadjie begin uitsteek het.

Elke keer as hierdie ou blommetjie probeer het om groter te groei, het iemand op hom getrap. Elke keer wat dit gebeur het, het die blommetjie afgebreek, of die boonste gedeelte is sommer net so vertrap. Die plantjie het probeer en probeer om te groei. Hy het probeer om sy blaartjies te laat groei en 'n mooi blommetjie te word, maar elke keer net wanneer hy begin groei, dan trap iemand op hom of 'n fiets ry oor hom, of op een of ander manier, word hy vertrap.

Op 'n dag toe besluit die plantjie net om moed op te gee, hy gaan nie meer groei nie, hy gaan net konsentreer daarop om te oorleef en om dieselfde te bly. Dit was vir hom moeilik, want daar was baie min sonlig en baie min kos. Op 'n dag toe kom daar 'n tuinier verby en hy kyk en hy sien hierdie klein plantjie, en hy sê vir hom, 'hoekom is jy nie in die regte plek nie? Jy moet op 'n plek wees waar jy kan groei en lewe!'

Die tuinier gaan huis toe en hy kom weer terug met 'n grafie. Hy haal die plantjie baie versigtig uit, maak seker dat hy al die ou worteltjies mooi bykom en hom mooi uittrek. Hy besluit hy gaan hierdie plantjie in sy eie tuin plant, buitekant in die ryk grond. Hy het baie versigtig die plantjie water gegee en voedingstowwe al rondom sy worteltjies. Hy het gesê, 'nou is jy in die regte plek klein plantjie. Hier is jy vry om te groei en te ontwikkel soos wat die natuur wil hê jy moet doen, soos waarvoor jy gebore is om te doen. Omdat jy so moeilik grootgeword het, gaan jy as die mooiste blom in my hele tuin ontwikkel, ek kan dit sommer sien.'

Maar die plantjie was nogal bang. Hy was op dieselfde plek daar op die sypaadjie vir so lank, dat hy bang was om 'n kans te vat om bietjie anders te wees. Die tuinier het gesien die plantjie is bietjie bang, en hy het aanhou om met die plantjie te praat. Hy het vir hom gesê, 'mens moet jou vrees kan erken, maar jy moet nie ingee daarvoor nie, want as jy ingee vir jou vrees, sal jy nie kan groei nie. Jy moet alles wees wat jy kan wees en jy moet die sterkte in jouself

vind om jouself oop te maak vir die son, want net dan gaan jy jouself en jou ware kleure kan sien.'

Die plantjie was nog steeds bietjie bang, maar hy het besluit om 'n kans te vat. Hy het die krag gekry diep binne-in hom om homself oop te maak vir die sonlig. Kort voor lank, toe kom daar 'n pragtige helder groen blaar uit, en 'n blommetjie, en nog 'n blommetjie, en nog een. Soos wat dit besig was om te gebeur het die plantjie gevoel dat hy sterker en brawer word. Die plantjie was sommer vinnig vol groot pragtige blomme.

Die tuinier het al sy vriende van hierdie nuwe ongelooflike plantjie in sy tuin vertel. Baie mense het gekom om die tuinier se tuin te bewonder, maar veral die blomme op hierdie baie spesiale plant. Soos wat hierdie plantjie elke besoeker se kommentaar gehoor het oor hoe pragtig hy is, het hy besef hoeveel hy gegroei het. Hy het begin verstaan dat 'n mens moet groei om jou volle potensiaal te bereik. Dat 'n mens moet vertrou en jouself moet oopmaak vir die son. En die plantjie was gelukkig in die tuin. Elke jaar het hy die mooiste blomme in die tuinier se tuin vertoon.

Miskien kan jy nou net 'n rukkie hier in jou veilige plekkie sit en dink oor hierdie storie, en die sonskyn op jou eie vel geniet. Ek gaan jou nou 'n minuut tyd gee op die horlosie, om net by jouself te wees.

(Lang stilte)... Baie mooi. Ek wil hê dat jy moet terugkeer na die hier en die nou. Ek gaan tel van 1 tot 5, en wanneer ek by 5 kom dan kan jy jou ogies rustig oopmaak en steeds rustig en ontspanne voel.

...Die einde... (Davis, 2000:53)

DEELNEMER D: **Verlore**

STORIE 4: **Die gebrande boom**

Doel van storie

Die metafoor help die kind om te sien dat dit moontlik is om te groei selfs al het mishandeling en traumatiese gebeure plaasgevind.

Die gebrande boom

TERAPEUT: Kyk vir Tigger, en dan haal jy 3 keer lekker diep asem. Miskien, as jy reg is, kan jy jou ogies toemaak. Tannie wil hê jy moet nou vergeet van al die dinge wat jou pla – probeer. Al waaraan jy nou moet dink is aan jouself. Vir hierdie oomblik kan jy miskien rustig raak. Ontspan jou voete, ontspan jou bene. Laat die ontspanning deurgaan deur jou maag en jou arms, jou bors, jou skouers, deur jou gesig.

Ek wil hê jy moet jou verbeel dat jy miskien nou 'n wolkie sien. En hierdie wolkie kom al hoe affer en affer en affer - al hoe nader aan jou - 'n sagte wolkie, al hoe affer, totdat jy binne in hierdie wolkie is. Wanneer jy binne in hierdie wolkie is, voel hoe veilig dit is want hierdie wolkie beskerm jou. Niemand kan jou kwaad aandoen as jy hier binne is nie. Ek wil hê jy moet nou miskien, as jy wil, saam met hierdie wolkie sweef na jou veilige plek. Wanneer die wolkie jou veilig hier by jou veilige plek neergesit het, kan jy net jou kop vir my knik. Daar's hy, baie mooi.

Jou wolkie gaan nou vir 'n rukkie alleen weer wees en jy gaan op jou eie deur jou veilige plekkie stap. En dit is mos 'n tuin? Binne in die tuin is daar miskien groot bome wat skadu gee. Miskien is daar blommetjies met helder kleure, net jy sal weet. Vlinders en bytjies, en moontlik selfs 'n stroompie water wat kalm loop. En ek wil hê jy moet 'n plekkie gaan kry waar jy rustig kan sit hier in jou tuin. 'n Plekkie waar jy kan ontspan en net aan jouself kan aandag gee. Daar's hy, dit is mooi.

Terwyl jy hier sit kan jy, ek weet nie, luister na my stem. Eendag lank lank gelede, was daar 'n boom in 'n woud wat nie groen gelyk het nie, dit het nie eers gelyk asof hy lewe nie. Dit het gelyk asof die weerlig hom raak geslaan het en asof hy net gestop het om te groei, asof iemand gekom het en sy takke afgesny het.

Die meeste van die bome in daardie deel van die woud het gedink die boom is dood, maar hulle was verkeerd, want diep binnekant was hierdie boom lewendig. Die boom het net nie geweet hoe om te groei en te ontwikkel in 'n pragtige boom met lieflike blare soos wat die ander bome gedoen het nie, omdat hierdie boom deur die weerlig raakgeslaan is en die weerlig hom gebrand het.

Partykeer nadat 'n boom gebrand het, dan gaan hy in 'n skok toestand en wil hy nie meer groei en lewe en soos ander bome wees nie. Partykeer is die skok van die weerlig en al die storms wat die boom deurgemaak het so erg dat die boom glo dat hy nie meer kan groei nie

en dat hy dieselfde moet bly. Dat hy so lelik en dood moet lyk. Eendag toe kom daar ’n bewer en hy het gedink hierdie boom is dood en hy het begin om aan die bas van die boom te kou. Van nêrens af nie kom daar ’n geskree, ‘hey eina!’ Die bewer kyk rond en hy sê, ‘wie is daar, wie praat met my?’ ‘Dit is ek,’ sê die boom. ‘Jy maak my seer, hou op aan my te kou man!’ ‘Huh, ek kan dit nie glo nie’, sê die bewer, ‘dit het gelyk of jy dood is. Jy het dooier gelyk as enige dooie ding wat ek nog ooit gesien het. Gebrand, asof daar niks aangaan binne in jou nie. Liewe land, jou takke is gebreek, jy het nie eers enige blare nie! En ek is ’n baie verantwoordelike dier, ek byt nie aan lewendige bome nie. Ek sal te sleg voel as ek dit doen. Ek het rêrig gedink jy is morsdood.’ ‘Maar ek is nie dood nie,’ sê die boom, ‘ek is nie eers siek nie.’ En die diertjie kyk hom so, en hy sê, ‘maar as jy nie dood is nie, en jy is nie siek nie, hoekom lyk jy dan of jy dood en siek is?’ Baie hartseer sê die boom, ‘maar ek weet nie hoe om te groei nie. Ek weet nie hoe om blare te kry nie. Ek weet nie hoe om lewendig te lyk nie. Die weerlig het my so baie kere raakgeslaan en daar was so baie storms in my lewe, dat ek vergeet het hoe om te groei.’

Die die bewer wat nie eintlik baie ondervinding met bome het nie, het besluit dat hy gaan help. Hy het verduidelik dat ’n mens miskien eerste al die dooie takke en die goed moet afhaal. En toe wat die bewer doen, is hy het in die boom ingeklim, en al die dooie takke weggekou, en al die dooie punte, totdat al die dooie dele by die boom weg was, sodat nuwe lewe weer kon begin groei.

Die boom was baie verbaas dat dit nie eintlik seergemaak het nie. Daarna het die bewer kunsmis gekry, spesiale kunsmis vir bome en hy het dit reg rondom die boom gesit. Hy het seker gemaak dat die boom al die sonskyn en die water kry wat hy nodig gehad het. In ’n baie kort tydjie het die boom ontdek dat hy rêrig geweet het hoe om te groei en hy het geweet hoe om te ontwikkel en hy het geweet hoe dit is om mooi te lyk, vol groen blare net soos die ander bome.

Kort voor lank het nuwe blare begin groei en het die boom weer begin groei en ontwikkel en voordat ’n mens kon sê mes, kon jy nie eers sien dat hierdie boom deur die weerlig raakgeslaan is of dat hy gebrand het nie.

Die boom en die bewer het baie goeie vriende geword na dit. Omdat die bewer die boom gehelp het om te groei en om so pragtig en gesond te word, het die boom besluit om iets baie spesiaal vir die bewer te doen. Die boom het die bewer gevra om iets uit te kerf oor hulle vriendskap. Hierdie uitgekerfde bord het die bewer voor die boom geplant sodat almal wat verby geloop het kon sien hoe groot verskil ’n vriend in iemand se lewe kan maak.

Terwyl jy hier by jou veilige plek sit, wil ek hê jy moet bietjie dink oor hierdie storie. Ek gaan jou ’n minuut lank tyd gee om bietjie te dink en net by jouself te wees en hierdie tydjie te geniet. (Lang stilte)... Baie mooi!

Miskien kan jy onthou dat die wolkie wat jy om jou gevoel het enige tyd terug kan kom en jou kan beskerm, sodat ander mense jou nie kan seermaak nie. Dat jy enige tyd na hierdie veilige plek toe van jou kan kom. Ek gaan nou tel van 1 tot 5, en wanneer ek by 5 kom gaan jy in die hier en die nou wees, rustig, ontspanne, vol energie.

...Die einde... (Davis, 2000:63)

DEELNEMER D: **Verlore**

STORIE 5: **Belewing van veilig plek**

Doel van storie: Dat Verlore bewus kan raak van sy emosies.

Belewing van veilige plek

TERAPEUT: Verduidelik vir my waar jy is.

KLIËNT: Ek is by my boompie waar die bankie is en die tuine en ander bome en daar is twee mense daarso en daar's perde.

TERAPEUT: En wie is die mense wat daar is?

KLIËNT: Dit is 'n oom en 'n tannie.

TERAPEUT: Ken jy hulle?

KLIËNT: (Lag)... Nee.

TERAPEUT: En wat doen hulle hier in jou veilige plek?

KLIËNT: Hulle kyk maar net na die blomme.

TERAPEUT: En die perde?

KLIËNT: Hulle eet gras. Twee van hulle eet gras en die ander loop net rond daar.

TERAPEUT: Okay, ek wil net hê jy moet weet dat hier in jou veilige plek kan die diere ook praat, want enige iets is moontlik hier. En die mense wat daar is, is mense wat jy kies om daar te wees. Miskien kan jy iemand kies, of een van die perde of een van die mense om saam met jou by jou boom te gaan sit. En wanneer jy dit gedoen het kan jy net jou kop vir my knik. Mooi.

Wie het jy gekies om saam met jou te kom sit?

KLIËNT: 'n Perd.

TERAPEUT: Ek wil hê jy moet vir hierdie perd 'n naam gee.

KLIËNT: Spirit.

TERAPEUT: Miskien kan jy nou diep in Spirit se oë kyk, en kyk dit is net liefde en aanvaarding wat jy daar sien. En ek wil hê jy moet alles wat jy moontlik kan, wat jy vir geen mens nog ooit vertel het nie, vir Spirit vertel. Ek gaan jou tyd gee en as jy klaar is dan kan jy net weer vir my jou kop knik en sê jy het vir hom alles vertel wat jy vir hom wil vertel.

(Lang stilte)...

TERAPEUT: Nou kan jy miskien na Spirit luister, want hy kan praat en hy gaan nou vir jou iets terug vertel. Luister mooi wat hy vir jou sê, en as hy klaar is kan jy net jou kop vir my knik.

(Lang stilte) ...

TERAPEUT: Geniet nou hierdie veilige plek van jou, hier waar niemand jou pla nie. En laat die perde toe om weer op hulle eie gras te eet. Ek gaan van 1 tot by 5 tel, en wanneer ek by 5 kom gaan jy terug wees in die hier en die nou. En ek wil hê jy moet al die rustigheid saam met jou bring.

...Die einde...

DEELNEMER E: Hoopvol

DEELNEMER E: **Hoopvol**

STORIE 1: **Die storie van die ligbal**[7]

Doel van storie

Deur die storie kan die deelnemer bewus raak van die probleme wat sy in haar lewe ervaar.

DEELNEMER E: Hoopvol

STORIE 2: Die uitgooi van die klippe[8]

Doel van storie

Deur die storie kan die deelnemer bewus raak van die probleme wat sy in haar lewe ervaar, erkenning gee daaraan en daarvan ontslae begin raak.

DEELNEMER E: Hoopvol

STORIE 3: Die radiokommentator

Doel van storie

Die metafoor kan die deelnemer daarvan bewus maak dat negatiewe selfspraak nie goed vir haar is nie. Sy kan deur haar selfspraak te verander, beter oor haarself voel.

Die radiokommentator

Kom ons doen bietjie ontspanning. Fokus op jou asemhaling en haal diep in- en uit asem. Wanneer jy gemaklik voel en jy reg is, kan jy, ek weet nie net jou oë toemaak en ontspan terwyl jy na my stem luister. Vandag kan begin onthou van die ander ondervindinge wat jy al hier gehad het. Hoe dit voel om na my stem te luister as ek met jou praat. Hoe jy voel as jy nou begin afbeweeg. Die sensasies in jou hande en jou bene en jou arms en jou voete. Die gevoel van ontspanning. Die sensasies en beelde en die verandering in jou bewuswording soos wat jou bewuste meer en meer gemaklik word, en jou onbewuste meer en meer verantwoordelikheid begin neem om jou denke in 'n sekere rigting te stuur.

Onthou hoe jy gevoel het en wat jy gedoen het – en selfs nou terwyl jy hieraan dink en terwyl jy hierdie gevoelens toelaat om weer bekend te raak vir jou - sal dit miskien goed wees as jy die geleentheid gebruik, ek weet nie, om dit te geniet om hierdie gevoel van onspanning te

[7] Sien Deelnemer C, Storie 1.

[8] Sien Deelnemer C, Storie 2.

ervaar, terwyl jy dieper en dieper afdryf en terwyl my stem saam met jou afdryf en dit deel word van jou ervaring.

En soos wat jy diep ontspanne raak en al hoe meer gemaklik terwyl ek met jou praat, kan jy nou na jou veilige plek toe gaan – en net jy weet waar hierdie veilige plek is – dis die plek waar niemand jou kan pla nie – die plek waar jy alleen kan wees en kan dink en doen net wat jy wil – waar jy veilig kan wees. En miskien is dit 'n bekende plek, miskien is dit in jou kamer. Of miskien is dit heeltemal 'n onbekende plek, 'n pragtige tuin, of 'n plekkie by die see. Net jy weet waar hierdie veilige plek is. En wanneer jy by hierdie veilige plek is kan jy net jou kop vir my knik.

Terwyl jy daar ontspan, mag jy nou bewus word daarvan dat ons almal 'n stem in ons binneste het, dis amper soos 'n radiokommentator. Hierdie stem is altyd daar en beleef allerhande emosies. Partykeer beleef dit woede, ander kere hartseer of soms kan hierdie stem selfs kritiek lewer, veral teenoor jouself. Partykeer sal hierdie stem vir jou sê dat alles wat jy doen en wie jy is, verkeerd is, en dat niks in jou lewe reg loop nie. Dis nooit lekker om na hierdie stem te luister nie.

En dit herhinner my aan 'n baie belangrike storie. Die storie van die stiefma van ou Cinderella wat so mislik was en haar vertel het dat sy sleg is en dat sy nooit iets sal word nie en dat sy niks verdien nie. Al wat sy moes doen, was om skoon te maak en om te doen wat vir haar gesê was om te doen. Terwyl, soos wat ons almal weet, sy iets van haarself gemaak het en gelukkig was en in die goeie bly glo het. Baie ander mense was lief vir Cinderella en op die ou einde het almal geweet dat sy die mooiste was – ook mooier as haar twee stiefsusters.

En so is dit dan maklik vir my om myself te verbeel en te dink dat goeie dinge met ons almal kan gebeur, ook met jou. Wense kan waar word. Ek weet dis nie altyd maklik om dit te glo nie, maar partykeer is dit nodig dat ons die stem in ons kop vervang met 'n ander stem. Dat ons die radio verander na 'n ander stasie. Dat ons na 'n ander verhaal begin luister, na 'n stem wat vir ons vertel dat ons ook goeie dinge doen en dat daar ook goeie dinge in ons lewens is.

Dink bietjie watter woorde sal jy wil hoor as jy kon kies. Wat sal jy graag wil dink in jou gedagtes? Die interressante ding is .... jy kan hierdie stem verander en hom laat sê wat jy graag wil hê hy moet sê. En is dit nie hoog tyd dat jy jou eie verhaal begin skryf soos wat jy graag wil hê dit moet wees nie? Is dit nie tyd dat jy die negatiewe goed in jou kop verander nie? Jy kan dit doen net deur daaraan te dink. Jy kan besluit wat jy wil hoor, waarna jy wil luister, wat jy vir jouself sê oor jouself, wat jy wil doen met jou lewe. En jy kan jou denke verander.

Terwyl jou onderbewuste nou agter my aansê, 'Ek hier in my plek van ontspanne bewustheid, hoor die nuwe stem wat vir my sê dat dit wat ek doen en die manier waarop ek dink op hierdie stadium goed is vir my.'

So jy kan nou ontspan en voel hoe dit voel om dit te hoor. Dat jy okay is. Dat jy goed doen en dat jy besig is om jouself te help. En dit is tyd om dit dan ook te glo. En net soos wat die storie van Cinderella 'n goeie einde gehad het net so het jou storie ook 'n goeie einde. En so verander die stem na 'n liefdevolle een, een wat jou bewonder, met jou praat met respek, wat weet dat jy kan doen wat jy moet doen om na jouself te kyk. Dat jy die vermoë het om die regte dinge te doen, die dinge wat vir jou positief gaan wees – die dinge wat jou nie seer gaan maak nie – die dinge wat gaan toelaat dat jy die doelwitte wat jy vir jouself stel gaan bereik. En dit alles het jy beheer oor. Niemand anders nie. En neem nou daardie beheer, of neem die besluit dat jy jou skoolwerk gaan doen na die beste van jou vermoë, want aan die einde van die dag gaan jy die beloning daarvoor ontvang.

Dat die besluite wat jy gaan neem oor jou lewe die beste besluite gaan wees vir jou, want aan die einde van die dag gaan jy die beloning ontvang. En dat jy nie ander sal toelaat om jou sleg te laat voel oor jouself nie. Ander het nie beheer oor jou denke en jou gevoelens nie – net jy alleen. En dit maak nie saak wat ander mense sê nie, as hulle jou dalk afkraak is dit jou keuse of jy dit gaan glo of nie. So jy bly in beheer - altyd. En dis belangrik dat jy onthou dat die beste vir jou nog nie gekom het nie, maar dat die beste nog gaan gebeur.

Ek wil hê jy moet net 'n rukkie hier ontspan hier in jou veilige plek. Jou onbewuste toelaat om hierdie boodskap sy eie te maak sodat wanneer jy netnou in die hier en die nou is dat jy hierdie boodskap saam met jou kan dra vir die res van jou lewe.

…Die einde… (Allen, 2004:127)

DEELNEMER E: **Hoopvol**

STORIE 4: **Hoopvol se eie storie**

Doel van storie: Wanneer ek iemand in my lewe het, skuif ek ander uit. Vir die wat wag gebeur daar spesiale dinge.

Hoopvol se eie storie

KLIËNT: Sjoe! Okay, dis hierdie – soos 'n woud, maar dis nie 'n donker en koue woud nie, dis 'n vreugdevolle en warm woud. Daar's nie so iets soos nag nie, daar's net dag. En dan is daar die een huisie wat net uit blommetjies gemaak is, want binne die huisie bly daar 'n meisie. En – wat nog – daar's baie diere en die son kan praat, en die bome kan beweeg – so alles het lewe. En daar's 'n prins, maar sy weet nie wie's die prins nie – sy moet die prins nog ontdek. En eendag toe loop sy in die woud en toe loop sy die prins raak en hulle begin toe gesels en koffie te gaan drink by haar blommetjie-huisie en – hy was nie 'n ruiter op die wit perd nie – hy was 'n ruiter in 'n kar.

En toe het hulle koffie begin drink en gesels en hy het een aand haar nou uitgevra na 'n piekniek. En hulle gaan toe na die piekniek toe en hulle is toe nou vas – hulle het nou vas uitgegaan, en na so 'n paar maande toe vra hy haar nou om te trou, en sy sê toe 'nee' want sy was nie reg vir trou nie.

Hulle was nog steeds saam, hy het haar nie gelos daaroor nie. En hy het vir hom 'n huisie gebou uit stompies net langsaan. En hulle het langs mekaar gebly so hulle was permanent bymekaar. En sy het nooit sy ouers ontmoet nie en hy het nooit haar ouers ontmoet nie – hulle was soos in hulle eie wêreld gewees. En na 'n jaar toe vra hy haar weer om te trou en sy sê toe weer nee – maar hulle was nog steeds weer saam.

En hulle het aangegaan – hulle was heel gelukkig, en hulle was so twee jaar saam en hy vra haar toe weer om te trou, en sy sê toe 'nee'. En hy sê toe, 'nee elke keer'. Sy sê elke keer nee en hulle is nou al twee jaar saam, hoekom wil sy nie met hom trou nie? Sy sê toe want sy's nie reg daarvoor nie. Maar hy sê toe maar hulle is dan so perfect, hulle is dan twee jaar saam, hulle is dan gelukkig.

En toe beëindig die verhouding – en toe was sy in 'n baie groot state daaroor gewees en toe het haar maatjies maar weer bymekaar gekom – haar diere – en hulle het haar weer gekalmeer en sy was weer gelukkig.

Toe ontmoet sy weer 'n prins, en die prins, sy en die prins het koffie gaan drink en hy het ook net langs haar weer kom bly,en hulle was 'n jaar saam en hy vra haar toe om te trou en sy sê toe nee. So elke keer as iemand haar vra om te trou dan sê sy nee. En toe beëindig daai verhouding en toe was sy in 'n state daaroor gewees. En sy het weer haar maatjies bymekaar gekry en sy was weer gelukkig daaroor, en toe ontmoet sy weer 'n prins.

Maar sy ontmoet elke keer iemand nuuts maar sy hou nie vas aan hulle nie. En toe eendag toe sê sy – uiteindelik toe sê ja vir die een prins dat hulle nou trou – toe het sy die regte een ontmoet – sy moes net gewag het

So dis die einde tannie.

TERAPEUT: Okay. As jy dink aan jou lewe, dink jy die storie het enige-iets te doen met jou lewe?

KLIËNT: Nee, want sy kry gelukkige eindes.

TERAPEUT: Okay, kom ek sê vir jou wat hoor ek uit die storie. Ek hoor dat daar 'n woud is wat vol fantasie is waar die diere kan praat en die son kan praat en waar sy alleen aan die begin is. Daar's geen invloede van buite af wat haar kan ongelukkig maak nie, dis net sy daar en sy's gelukkig.

En toe kom daar 'n prins in hierdie storie in waarmee sy gelukkig is maar dis nie wat sy wil hê nie. Sy's die heeltyd soekende na iets en sy kry dit nie. Daar het hoeveel prinse gekom en sy't dit nooit gekry nie. Dit was vir haar l ekker as hy daar is, maar hy moet net nie te veel druk op haar plaas nie dan slaan sy toe, dan sê sy, 'nee dankie'.

En so was dit net elke keer die twee van hulle, daar was niemand anders nie. Geen ander mense nie. Die diere was daar, maar het net nader gekom as die prins nie meer daar was nie.

Toe ontmoet sy eendag die perfekte ene – en volgens jou is die uiteinde van die storie - as jy lank genoeg wag, sal die perfekte een wel opdaag. Wat vir my sê dat, vir jou gaan die perfekte een ook opdaag as jy lank genoeg wag.

KLIËNT: Ja. Moenie net inspring in 'n ding en trou en klaarkry nie.

TERAPEUT: Ja, jy moenie vir die eerste en die beste een sê, 'ja okay, ek is nou al lank sonder 'n kêrel, jy sal nou maar doen nie'. As ek moet kyk na jou lewe in die storie wil jy ook graag alleen wees. Dis nie vir jou altyd lekker as mense inmeng en mense sê vir jou wat om te doen en so aan nie.

KLIËNT: Ek wil my eie besluite neem.

TERAPEUT: Ja, en dis nou moeilik omdat jy nog nie op 'n ouderdom is waar jou ouers jou kan toelaat om altyd jou eie besluite te neem nie, so dit raak bietjie frustrerend vir jou, maar dis maar net hoe dit is. Jou storie het beslis 'n korrelasie met jou lewe. Die tweede ding is dat jy graag iemand wil ontmoet vir wie jy kan lief wees en wat lief is vir jou, maar dis nooit die regte een nie. Daar kom seunsvriende op jou pad en dan voel jy nogal aangetrokke tot hulle, maar dis nooit die regte een nie. En dan wonder 'n ou partykeer gaan die regte een ooit kom? Die antwoord is: hy gaan.

Soos jy self gesê het, as jy net geduldig is, gaan hy. Die dag wat jy dit die minste verwag, gaan dit gebeur. En elke keer as jy iemand in jou lewe het kan dit dalk gebeur dat jy die mense wat baie belangrik voor dit vir jou was, bietjie 'on hold' sit. Jy sê, 'hoor hier, staan julle nou bietjie terug, ek is nou eers kom'. Dan sê jy: 'kom nader, kom help – ek het julle nodig.'

Eintlik is dit nie nodig om dit te doen nie. Daai persoon, die spesiale persoon wat in jou lewe inkom, moet deel word van die groot prentjie van wie jy is en julle moenie julself afsonder nie, want jy's mos meer as net 'n meisie vir hom of hy 'n ou vir jou, omdat jou wêreld uit soveel meer bestaan as net julle twee. Dit bestaan uit jou ouers en vriende en kennisse en 'n gemeenskap en so aan. Jy moet nooit ander mense 'on hold' sit as daar iets nuuts of iets ouliks gebeur nie.

So is daar 'n gelukkige einde in sprokies en daar sal ook een vir jou wees, al dink jy nie nou so nie.

...Die einde...

DEELNEMER F: Skaduwee

DEELNEMER F: **Skaduwee**

STORIE 1: **Die storie van die ligbal**[9]

Doel van storie: Deur die storie kan die deelnemer bewus raak van die probleme wat sy in haar lewe ervaar.

DEELNEMER F: **Skaduwee**

STORIE 2: **Die uitgooi van die klippe**[10]

Doel van storie: Deur die storie kan die deelnemer bewus raak van die probleme wat sy in haar lewe ervaar, erkenning gee daaraan en daarvan ontslae begin raak.

DEELNEMER F: **Skaduwee**

STORIE 3: **Die hantering van pyn**

Doel van storie: Verligting van fisiese pyn

Die hantering van pyn

Konsentreer op jou asemhaling en haal diep in en uit asem. Diep in en uit. Dis reg. Fokus op jou asemhaling en luister na die klank van my stem.

Die eerste ding wat jy nou kan doen, voordat jy aanhou om te ontspan, is om jou vingerpunte liggies op jou bobene te sit. Hou jou arms in die lug en raak met jou vingerpunte net-net aan jou bobene. Arms in die lug en elmboë weg van jou lyf af – amper soos 'n voëltjie. So asof jou arms en hande net sweef. Jou vingers moet skaars aan jou vel raak. Jy moet jou vel net-net voel.

Ja, net so, dis reg. Jou vingers raak skaars aan jou bo bene en jy fokus jou volle aandag op daardie sensasie in die punte van jou vingers, waar hulle skaars raak en waar die sweefgevoel aanhou.

En soos wat ek met jou praat en jy aanhou om te onspan en stip aandag gee aan daardie sensasies, wil ek hê jy moet nou 'n plekkie teen die muur kry met jou oë. Met jou oë enige plek en begin nou om vir daardie spesifieke plek te staar terwyl ek met jou praat. Werklik bewus van daardie plek teen die muur.

---

[9] Sien Deelnemer C, Storie 1.

[10] Sien Deelnemer C, Storie 2.

En hoe iets interessants nou begin gebeur met een van jou arms wat daar sweef. Net bo jou bene, terwyl jy probeer konsentreer om vir daardie spesifieke plek te kyk, want almal weet hoe maklik dit is om iets te leer wanneer jy gemaklik is. En kort voor lank het almal die ervaring om iets nuuts te leer wanneer hulle ontspanne is. So laat daardie gemaklike ontspanne gevoel toe om aan te hou.

En is dit nie interessant dat jy na ’n ruk kan oplet dat jou oë begin moeg raak om na daardie spesifieke plek te staar nie. En dat dit moeilik raak om jou oë daar vasgenael te hou – of selfs net om hulle oop te hou. En dat dit regtig makliker en gemakliker sou wees as jy hulle sou toemaak. En jy mag dit doen eerder as om vir die plek teen die muur te staar. Dis asof dit net te veel moeite is. En soos wat jy hulle toelaat om stadig toe te gaan kan jy miskien oplet, soos wat jou oë toegaan, dat daar ’n ligte swewende gevoel in een hand of die ander een of beide is.

En soos wat jou ooglede baie swaar voel en jy aanhou om hulle te laat sak, sweef ’n arm effens op, en dan selfs meer – weg van jou been af. En soos wat hy ligter voel kan jou oë swaarder voel. Maar soos jou swaar oë besig is om toe te gaan beweeg jou lig swewende arms op – soos dit selfs ligter as tevore voel. En jy kan voel hoe jou arm opgaan, opsweef, amper self met tye – meer en meer. Soos wat jy aanhou stukkie vir stukkie om daardie swaar oë toe te maak, en jou ligte opwaartse arm op sweef terwyl jy afdryf met jou oë.

Arm lig op te alle tye, en dan terug af miskien – en dan weer op. ’n Outomatiese beweging opwaarts. Soos wat jy onbewustelik die hand oplig, die arm oplig, op en selfs ’n bietjie meer, asof jy opgetrek word met ’n sagte tou.

Dit mag moeilik wees om agter te kom hoeveel jou arm en hand opsweef, om presies te sê in watter posisie hulle is. En dit mag moeilik wees om te vertel wanneer daardie stadige, moeitelose beweging vinniger en vinniger gebeur, soos dit opsweef, ligter en ligter, hoër en hoër. Dis reg. Dis reg. En daardie arm en hand kan aanhou om hoër te sweef en ligter en ligter te word. Maar na ’n rukkie mag jy nou agterkom, soos wat jy jou oë toelaat om gemaklik toe te gaan en jou verstand om te ontspan, versprei daardie ontspanne gewig en daardie arm begin ook om swaarder te voel, soos wat dit begin om af te sak. En as jy oplet mag jy bewus daarvan raak hoe dit nou voel. Hoe moeg en swaar dit is.

Soos jou onbewuste jou verstand herinner om meer en meer aandag te gee aan hoe goed dit voel om terug af te beweeg. En daardie arm beweeg nou af soos wat die gewig meer word, want dit sal so gemaklik wees om net toe te laat dat die swaar arm ondertoe sweef. En soos wat jy afsweef na gemaklik, ontspanne, oë toe, arms ontspanne – dis reg. En sweef af, af en ’n diep-diep ontspanning soos jou arms ontspan en jou verstand ontspan, en jy dieper en dieper afsweef en ek aanhou met praat. Oë nou toe en arms en hande so gemaklik. Jou hele liggaam ontspanne, gemaklik, ontspanne – en laat sak jou arms nou heeltemal. Dis reg.

En raak heeltemal ontspanne. En met jou oë toe, soos wat jy al hoe meer en meer ontspan let jy moontlik op dat die eerste ding wat jy oplet is hoe moeilik dit is om nie bewus te wees van die pyn en die ongemak nie en dis heeltemal te verstane. En dis nie nodig dat jy teen jou verstand hoef te baklei nie. Jou verstand, wat altyd bewus is van die sensasies wat daar is in jou liggaam vir jou. Want soos wat jy ontspan kan jy miskien begin ontdek dat elke keer wanneer jy ontspan die spiere in jou arms, jou bene, jou gesig, jou voete of selfs 'n vinger – dat jy kan wegdryf. Dieper en dieper as tevore. Dat daardie sensasie sorg vir meer en meer ontspanning en daar is werklik geen rede om 'n poging aan te wend om te probeer wegbly van daardie gevoel af nie, of om te probeer stry teen die gevoel wat amper blyk om jou bewuswording te lei en rigting te gee nie – juis af daarheen – nader en nader.

En soos wat jy nou daarheen afdryf, na die kern van daardie gevoel, af na die kleinste middelpunt van daardie gevoel, die kleinste middelpunt, die bron van alle seer. Na daardie plek wat nie bedoel om gemeen te wees teenoor jou of om jou seer te maak nie. 'n Plek wat nie 'n boosaardige monster is wat jou probeer doodmaak nie. En so is hierdie plek ook nie iets vir jou waarmee jy hoef te baklei nie, of wat jy moet vernietig of haat of vrees nie, want hierdie plek sal jou nie vernietig nie. Hierdie plek waar die pyn die hele tyd klop, wil jou iets vertel wat jy alreeds weet, dat iets verkeerd is daar.

So ontspan nou in daardie plek in. Laat jouself na daardie kern van die seer gaan. Laat jouself toe om die kern te soek van die seer en daarheen te gaan. Omhels dit en laat dit weet dat jy die hulp waardeer en bedank hierdie plek nou dat dit bekommerd genoeg oor jou is om jou te waarsku, maar dat daar niks meer is om daar te doen nie – omdat jy nou alles weet wat jy moet weet. En dat hierdie gevoel nou kan ontspan en kan laat gaan. Kan stil word.

En so kan jy ook nou ontspan, meer en meer ontspan, soos wat jy miskien begin ontdek dat jy kan laat gaan. Om die pyn toe te laat om sy eie rigting in te gaan terwyl jy in 'n ander rigting gaan en los dit nou alleen sodat dit sy eie ding kan doen terwyl jy jou eie ding doen. En laat jouself toe om meer en meer te ontspan. Elke deel van jou liggaam. En sweef nou af deur daardie kern, af deur daardie plek na 'n plek onder daardie plek, 'n wonderlike plek van stilte en kalme bewuswording. Af deur daardie gevoel en uit aan die anderkant.

En sweef nou na 'n ruimte van ontspanning, van gemaklike ontspanning, waar die verstand kan sweef soos wat golwe sweef van een plek na 'n ander. Soos wat jou liggaam ontspan en jou verstand al kalmer en kalmer word. In staat om gebeure te absorbeer, selfs daardie gebeure gemaklik en maklik, word jy geabsorbeer in gedagtes en beelde soos wat jou verstand duidelik 'n wonder van 'n kind reflekteer – 'n jong kind wat na 'n klompie ganse staar soos wat hulle wegvlieg deur die lug. Wegvlieg in die wolke in. Die ritme van hul vlerke word sagter en sagter, so sag soos die vere in 'n kussing na 'n plek waar jy kan rus en ontspan. 'n Heerlike lieflike gerieflike plek vir 'n kind om te ontspan en weg te sweef in drome. Deur gedagtes, veilig en beskermd. Waar jy laat gaan – toelaat vir vloei en 'n sagte opwaartse swewing. Waar die gedagtes vry kan sweef van alles daar vêr, vêr onder.

En waar dit blyk of jy in 'n lig rondsweef wat so helder soos glas is en so kalm en glad soos 'n stil rivierstroom, sodat dit wegraak wanneer jy daarna kyk, en wat in die plek daarvan verskyn is die diep blou skyning van die warm sagte son en die stilste lig. 'n Ster ver weg wat uitreik en 'n warm sagte lig gee – soos wat jy afsweef en die gemak voel van 'n diep sagte slaap wat jou onbewuste aan jou kan voorsien wanneer jy ook al ontspan, en in 'n ontspanne toestand soos die een insweef. Want jou onbewuste kan jou aflei na daardie gevoel – na die gesond word. Na daardie ruimte, daardie ontspanne gemaklike plek.

En soos wat jy ontspan en dit toelaat om so te gebeur net vir jou. Daardie verligting en absolute ontspanning, die afsweef wat na jou toe kom wanneer jy dit toelaat, net soos die opsweef ook gebeur... terugsweef na die oppervlakte van bewuswording ... soos jou onbewuste jou herinner om op te sweef in 'n ontspanne gemaklike manier. Nou terug na die oppervlakte nou. En jy bring saam met jou daardie gemaklike ontspanning, daardie gemaklike verandering in sensasie. Selfs as jou gedagtes opsweef en die ontspanning aanhou. Soos jou verstand bewus raak en jou oë oopgaan maar jou liggaam bly waar hy is, ontspanne. Dis reg, jou oë oop. Maar voordat jy heeltemal terugkeer kan jy jou oë weer toemaak en daardie ontspanne gevoel weer voel, en erken die vermoë, daardie vermoë om te kan ontspan, om jou onbewuste toe te laat om maniere te vind om jou te voorsien van meer en meer gemak. En meer en meer ontspanning. Volg die pad terug – laat gaan en sweef af. Dis reg. Wees bewus daarvan dat jy dit kan doen, enige tyd, enige plek waar jy die behoefte het om dit te doen. Jy kan enige tyd terugkeer na hierdie plek. So dit is wat jy doen later vandag, môre, volgende week en vir die res van jou lewe wanneer jy wil of moet, kan jy net jou oë toemaak, vir net 'n oomblik miskien, en voel daardie gemaklike gevoel. Die verandering in sensasie, die verandering en bewuswording keer terug na jou, soos jy wegsweef in 'n ligte ontspanne toestand – of 'n diep ontspanne toestand, waar die onbewuste na jou kan kyk. Maak dinge gemaklik vir jou.

Waar jy kan ophou baklei en ophou reageer en voel hoe gemak en ontspanning terugkeer en dan kan jy terugkeer na die oppervlakte van wakker- en bewuswording. Dis nie nodig om 'n poging aan te wend om vas te stel of die gevoel daar is of nie. Net soos jy nou terugkeer, terug na die oppervlakte, gemaklik, uitgerus en verfris, steeds ontspanne. Self terwyl jou oë oopgaan en wakker bewuswording terugkeer. Dis reg. Heeltemal wakker.

...Die einde... (Allen, 2004:141)

DEELNEMER F: **Skaduwee**

STORIE 4: **Jou innerlike stem**

Doel van storie: Die keuses wat ons maak bepaal ons emosies

Jou innerlike stem

Wanneer jy reg is kan jy enige tyd net rustig asemhaal – lekker in en uit, en jou oë toemaak wanneer jy so voel. Fokus op jou asemhaling. En miskien kan jy nou, ek weet nie, 'n stel trappe in jou verbeelding sien. Miskien is dit dieselfde stel trappe wat jy voorheen al gesien het, ek weet nie. En moontlik kan jy nou nader beweeg na die trappe en begin afbeweeg met jou trappe. En weet dat jy veilig is en dat jy met elke tree wat jy gee kan ontspan, meer en meer ontspan.

Af met 1 en af met 2, af met 3. Ontspanne af met 4. Meer en meer ontspanne af met 5. Af met 6. Al hoe meer en meer ontspanne af met 7. Af met 8 en af met 9. Baie mooi, af met 10. En jy is nou aan die einde van jou stel trappe, en ek wil hê in jou verbeelding moet jy nou 'n groot deur voor jou sien. En aan die deur is daar 'n handvatsel. Wanneer jy deur hierdie deur stap gaan jy by jou veilige plek wees en net jy alleen weet hoe dit lyk by jou veilige plek.

Wanneer jy reg is, kan jy miskien hierdie deur oopmaak en deurstap na jou veilige plek toe. En wanneer jy dit gedoen het, kan jy net jou kop vir my knik. Baie mooi. En ek wil hê jy moet vir my verduidelik waar jy nou is? Waar is jou veilige plek op die oomblik?

Dis reg. Nou hier moet jy 'n plekkie vir jouself gaan soek waar jy kan gaan sit en ontspan. 'n plekkie waar niemand anders jou kan pla nie. En terwyl jy hier sit op hierdie stil plekkie, net by jouself , waar niemand jou kan pla nie, wil ek hê dat jy net na my stem moet luister.

En soos wat jy weet, hang die manier hoe jy oor iets voel van jouself af. Niemand kan vir jou besluit hoe jy oor goed moet voel nie, net jy alleen kan besluit hoe jy voel. Dis soos die man waarvan ek gehoor het wat vir homself 'n nuwe motor gekoop het. 'n Uitspattige sportmotor wat hy omtrent elke dag skoongemaak het; elke hoekie en kantjie van die motor. En hy was so trots op hierdie motor, totdat eendag iemand per ongeluk in die motor vasgery het – groot gemors. En die motor is gekrap aan die kant en hierdie man was so omgekrap hieroor dat hy verskriklik kwaad geword het en besluit het dat hy hierdie motor net nie weer gaan bestuur nie.

Vir 'n week lank het hy glad nie naby die motor gekom nie. En toe hy uiteindelik besluit dat hy weer met die motor gaan ry het hy vinnig gery, en haastig, en hard. Hy het geweier om die motor ooit weer te was. Elke keer wat hy hierdie krapmerke aan die motor gesien het, het hy baie hartseer en baie kwaad geword en selfs partykeer gehuil, want hierdie motor was vir hom alles in sy lewe. Hy het so hard gespaar om hierdie motor te kry. Hierdie ongeluk wat hy met die motor gemaak het, het sy hele lewe verander – niks het hom meer gelukkig gemaak nie. Niks het meer na pret gelyk nie. Hy het aangehou kyk na die krapmerke. Elke keer wat hy

daarna gekyk het, het hy sleg gevoel, want dit het hom herinner hoe sleg hy voel en hoe kwaad en hoe omgekrap hy was.

Elke keer wanneer hy daarna gekyk het, het hy gesê, 'hoekom moes dit met my gebeur. Niks gaan ooit reg in my lewe nie.' Naderhand het hierdie krapmerke begin roes. Naderhand het dit 'n gat gemaak en elke dag het hy daarna gekyk en elke dag het hy hartseer gevoel en kwaad. Oor en oor het hy hierdie gevoelens gehad. Na 'n ruk wou hy nêrens meer gaan nie, hy wou niks meer doen nie, want elke keer wat hy uitgegaan het, het hy die gat in die motor gesien en het hy weer van voor af sleg gevoel.

Hy wou net in sy huis bly en wegkruip. Dit was asof hy sleg wou voel, asof hy die reg gehad het om sleg te voel. Eintlik kon hy iets gedoen het aan die motor, want hy het versekering gehad, maar hy het gekies om dit nie reg te maak nie. Hy was nie soos die mense wat langs riviere bly waar daar vloede is en hulle huise en alles wat hulle besit partykeer wegwaai en verspoel nie. Daardie mense het nie beheer oor dit wat met hulle gebeur nie, want dis die natuur. Maar tog gebeur dit dat daardie mense, nadat die rivier alles wegvat wat hulle sin is, dat hulle teruggaan na dieselfde plek en weer van vooraf begin. Baie van die oorlewendes daar sal vir verslaggewers sê hulle is net baie bly dat hulle lewe. Hulle gaan leen geld by banke om hulle lewens weer te herbou en baie keer gebeur dit dat hulle op dieselfde plek weer hulle huise bou. Dis miskien maar seker moeilik om vir 'n rivier kwaad te wees of om 'n vloed persoonlik te vat, want dis 'n natuurramp, dit kom van God af.

Hierdie mense hou aan om kerk toe te gaan waar hulle bid dat die ramp asseblief nie weer moet gebeur nie, maar tog weet hulle dit gaan moontlik weer gebeur want daai spesifieke rivier is geneig om sy banke te oorspoel. Niemand dink 'n rivier moet anders wees nie, want dis hoe hy gemaak is, so niemand word kwaad of voel seergemaak as die rivier dit doen nie. Niemand is kwaad en dink, 'maar dis my skuld dat dit gereën het nie.' Hulle begin net weer met hulle lewens en hulle gaan swem weer en hulle ry weer op die bote en hulle is bly die son skyn weer. Hulle is bly hulle kan hulle lewens hervat. Of ons nou daarvan hou of nie hang dit van onsself af hoe ons voel. Dit hang van onsself af wat ons gaan doen oor hoe ons voel.

Dis in elke geval wat Martin Ericson, 'n baie bekende terapeut, vir sy kliënte vertel het. Hy het vir hulle gesê, 'dink oor hoe julle voel en wat julle doen. Dis om soos jou verstand as 'n televisie te sien. En soos wat die televisie verskillende kanale het waarnatoe jy kan oorskakel, kan jy dit met jou verstand ook doen. As jy sleg voel kan jy die knoppie druk en na 'n ander kanaal toe gaan sodat jy beter kan voel. Maar jy kan kies om na dinge te kyk wat jou hartseer maak en jou sleg laat voel, of jy kan kies om na dinge te kyk wat jou goed laat voel. En Ericson sou vir sy kliënte sê, 'dit hang van jou af, jy kan jou verstand op 'n kanaal sit waar jy hartseer voel en oor hartseer dinge dink, en jy kan hierdie slegte gevoelens onthou, of jy kan jou verstand instel op dinge waarvan jy hou en wat jy geniet, want jy bepaal die ruimte waarin jy lewe. Jy het die vermoë om jou denke in 'n sekere rigting te stuur. Jy kan verander wat jy doen en jy kan dinge doen wat vir jou lekker is.

So vanaand of môre of hierdie week, wat ek wil hê jy moet doen is dit. Elke aand wanneer jy eet moet jou onbewuste jou outomaties herinner, miskien met 'n spesifieke klank of 'n spesifieke gedagte, miskien 'n alarm, dat dit die tyd is vir jou om te besluit wat jy daai aand gaan doen. Jy kan besluit om oor iets interessants te dink, iets lekkers vir 'n verandering. Dit hang absoluut van jou af of jy dit gaan geniet om iets anders te doen, iets interessants, of gaan jy aanhou om daaraan te dink dat jy sleg voel.

So wat sin maak is dat jy moet kies. Gaan jy die dinge kies wat jou sleg laat voel of gaan jy iets anders kies, iets wat jou laat goed voel. Die belangrike ding wat jy miskien kan onthou vanaand en die res van die tyd is dat die beste nog nie met jou gebeur het nie, maar dat die beste nog met jou moet gebeur. En ek wil hê jy moet nou, hier waar jy rustig in jou veilige plek sit, miskien onthou dat elke keuse jou eie keuse is en dat jy moet kies in jou lewe en dat dit goed is om te kies. En dat jy van nou af die toekoms kan kies, 'n blink nuwe mooi toekoms wat vir jou lê en wag. Wanneer jy reg is kan jy terugbeweeg na die trappe. En wanneer jy bo kom kan jy rustig jou oë oopmaak en jy sal hierdie keuses kan onthou.

...Die einde... Allen, 2004:101)

DEELNEMER F: **Skaduwee**

STORIE 5: **'n Nuwe dag**

Doel van storie: Daar is altyd hoop.

'n Nuwe dag

En terwyl jy so sit kan jy maar net na my stem luister. Jy is nou gemaklik terwyl jy na my stem luister, oë toe en gemaklik. Kan jy bewus wees van jou oë en hoe jy in beheer daarvan is om jou oë of toe of oop te hou. Jy kan hulle enige tyd oopmaak, en dis reg, want ek wil rêrig nie hê dat jy nie in hipnose moet gaan te vinnig nie.

Ek wil hê jy moet ontdek hoeveel makliker dit is om gebeure net op hulle eie tyd te laat gebeur, op hulle eie manier. En soos jy die gevoel toelaat in 'n skouer, 'n been, 'n hand, terwyl jy aanhou luister na die klank van my stem en die klanke al om jou. Die water wat kabbel. Die musiek. Miskien die verkeer. Gee aandag nou aan daardie gevoelens, daardie veranderings soos wat dit gebeur.

Soos jy wegdryf , al hoe meer gemaklik, en jou bewuste al reeds begin het om weg te dryf na 'n ander plek, laat jou liggaam toe om te ontspan. Laat jou verstand toe om te ontspan, sonder dat jy weet hoe meer gemaklik en ontspanne jy kan raak. En ek wonder of jy kan onthou hoe dit voel om weg te dryf terwyl jy gemaklik sit en TV kyk, so opgeneem in die storielyn.

Luister na die stemme terwyl jy jou oë toemaak, om te rus in 'n oomblik in tyd. Hoor die musiek, die woorde wat gepraat word op 'n stil ontspanne manier. Wanneer 'n sekere geluid 'n spesifieke gedagte by jou laat opkom. Konsentreer dan weer op die woorde, totdat die woorde en die musiek net 'n murmeling word, 'n ontspanne geluid. Hoor dit in die agtergrond van die verstand, stil, gemaklike tyd, en die onderbewuste onthou net wat vir jou belangrik is, terwyl die bewuste wegdryf na 'n ander plek. Terwyl hy nie eers oplet dat daar geen behoefte by jou is om 'n poging aan te wend om te probeer nie, of om alles te verstaan wat hier gesê of nie gesê word nie, terwyl jy so rustig daar lê.

Jy weet hoeveel makliker dit is om te leer wanneer jy ontspanne is - alhoewel ek nie wil hê jy moet te vinnig ontspan nie. Ontdek nou hoe maklik dit is om klein veranderinge te sien en waar te neem. Veranderinge in jou asemhaling, in jou polsslag. Hoe stil en gemaklik dit nou vir jou is en hoe hierdie gevoel van veiligheid jou selfs dieper as tevore laat ontspan. En jou onderbewuste mag kies om een van jou vingers te laat ontspan, miskien een van jou duime, of miskien sal jou onderbewuste besluit dat jou gewrig gemakliker is om te ontspan. Die bewuste deel van jou verstand kan dit geniet om nuuskierig te wees oor presies waar hierdie gevoelens gaan begin.

En nou, Skaduwee, oorweeg dit om te sien hoe 'n klip oor kalm water gegooi word en hoe hy oor die water skiet – eers een keer dan twee maal, drie keer – elke keer is dit korter, soos wat die klip momentum verloor en stadiger gaan – af meer en meer, soos wat dit die water raak en

soos wat die stilte van die water verander. Die water word perfekte kringe, sirkels, totdat die klip nie meer kan spring nie en stil afsak onder die water in. Verby al die diere wat daar onder lewe – af, stadig, stil, verby die waterplante, en niks verander soos wat dit finaal 'n rusplek onder die water kry nie. Stil op die onderste deel. En uiteindelik is die water weer stil bo-op die oppervlakte ook.

Jy kan nou die geleentheid neem om te reflekteer oor daardie probleme. Terwyl jy ontspan, laat gaan van alle spanning, angs, paniek, raak bewus van jou vermoë om dinge op 'n ander manier te sien, en aanvaar daardie dinge wat soos een ding lyk en dan uiteindelik iets heeltemal iets anders word. Weet dat jy die verskil kan agterkom. Dat jou geloofsisteme kan verander. Dat jy nuwe vermoëns kan raaksien. Dat jy nuwe maniere kan leer om dinge te doen.

Ek wonder of jy hierdie gevoelens kan toelaat om aan te hou, om dieper te word soos wat jy probeer om alles te onthou wat ek hier sê. Oor die waterpoel en die televisie, die steen, die klippie wat afdryf. Soos wat jy nou met jou gedagtes dryf, afdryf, en bewus raak van jou bene en arms wat al hoe swaarder raak, en dat elke woord wat ek vir jou sê jou al hoe dieper laat ontspan.

Ek wil met jou 'n tegniek deel wat jou kan help om uit hierdie angsgevoelens te kom. Nommer een is jy moet waarneem. Nommer twee, jy moet vertrou. Nommer drie, jy moet beweeg. Wanneer die gevoel kom wat jou angstig laat voel neem hom dadelik waar en gee aan hom 'n naam. Sê, 'o, daar is daardie vrees weer', uhm, verbeel jou dit. Moenie emosioneel reageer op hierdie gedagtes nie. Vertrou dat waaroor jy jou ook al bekommer gaan 10 teen 1 nooit waar word nie. Byna al die angstige gevoelens wat ons het is 'n absolute vermorsing van ons energie. Vertrou dat dinge gaan reg uitwerk. Joseph het eenkeer gesê, "If you want to test your memory, try to recall what you were worrying about one year ago today".

As jy glo aan 'n groter mag, gee al hierdie angsgevoelens oor aan hierdie groter magtiger wese. Vertrou dat daar niks is om voor bang te wees nie, en dat iemand anders na jou kyk. Vertrou en laat die gevoel gaan. "Every evening I turn my worries over to God, He's going to be up all night anyway". Laastens, stuur jou aandag in 'n ander rigting. Fokus op iets positiefs, wat jou verstand wegvat van die angstigheid. Vervang die angstige denke met 'n positiewe gedagte.

Die 3 stappe wat jy moet volg is, neem die gevoel waar, vertrou dat jy dit kan oorgee aan iemand anders en dat dit nie gaan waar word nie, en beweeg jou gedagtes na 'n positiewe een. En jy kan dit doen.

Terwyl jy rustig hier sit, wil ek hê dit is waaraan jy moet dink van nou af. Ek gaan tel van 1 tot by 3 en dan kan jy jou oë oopmaak.

...Die einde... (Allen, 2004:103)

BYLAAG C

Etiese klaringsertifikaat

BYLAAG D

SKRIFTELIKE TOESTEMMING VAN DEELNEMERS EN HUL OUERS

BRIEF VAN INGELIGTE TOESTEMMING

'n Navorsingsprojek deur die Universiteit van Pretoria

Titel: Die toepassing van Ericksoniaanse Sandspelterapie met kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.

Geagte Mnr en Me _____

RE: DEELNAME AAN NAVORSINGSPROJEK

U word vriendelik uitgenooi om u kind te laat deelneem aan my studie rakende die toepassing van Ericksoniaanse terapie in kombinasie met sandspelterapie met depressiewe kinders en adolessente.

Die doel van my studie is om die moontlike waarde van die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie vir adolessente en kinders wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar, te ondersoek. In terapie gaan ek onder andere vir u kind stories vertel wat spesiaal vir hom/haar aangepas gaan word, waarna ek hom/haar gaan vra om hierdie ervaring in ’n sandbak met verskillende figure wat tot sy/haar beskikking gaan wees, uit te beeld.

Daar gaan ses deelnemers tussen die ouderdom van 7 en 18 jaar aan die studie deelneem. Die deelnemer se moedertaal moet Afrikaans of Engels wees en die deelnemers kan manlik of vroulik wees.

Indien u kind gekies word, gaan hy/sy individuele terapie ontvang, wat gaan insluit: Ericksoniaanse hipnoterapie gekombineer met sandspelterapie. Na die aanvangsonderhoud gaan ek ’n unieke hipnoterapeutiese sessie vir hom/haar uitwerk wat gevolg gaan word deur sandspelterapie. Daar gaan ongeveer ses terapeutiese sessies met elke individu wees. Video-opnames gaan van elke terapiesessie gemaak word. Daar gaan verder van hom/haar verwag word om ’n refleksiejoernaal te hou. Hierdie dagboek kan enige vorm aanneem (skryf, teken, plak ens). Die refleksiejoernaal is daarop gerig om die deelnemer in staat te stel om sy/haar gedagtes te rig.

Ek hoop dat hierdie studie vir u kind gaan ondersteun om weer goed oor homself/haarself te voel en om meer oor homself/haarself te leer. Die deelnemer kan enige tyd enige vrae vra. Indien hy/sy later vrae het wat hy/sy nie nou aan kan dink nie, kan hy/sy my enige tyd skakel of dit neerskryf sodat hy/sy dit vir my kan vra die volgende keer wat ons mekaar sien.

Die deelnemer kan die navorsing enige tyd met u bespreek voordat hy/sy besluit of hy/sy aan die navorsing wil deelneem al dan nie.

U kind hoef nie aan hierdie navorsing deel te neem nie. Niemand sal vir hom/haar kwaad wees indien hy/sy besluit om dit nie te doen nie.

Daar sal nie inbreuk gemaak word op sy/haar akademiese tyd nie, aangesien alles wat ons gaan doen, na skool sal plaasvind.

Die volgende etiese oorwegings sal streng eerbiedig word:

Die deelnemer se identiteit en die van enige betrokke of vermelde persone sal anoniem gehou word.

Geen verwysing sal gemaak word na inligting wat persoonlike of identifiseerbare besonderhede verstrek nie.

Name van plekke en mense sal verander word, ten einde anonimiteit te verseker.

Die deelnemer behou die reg om enige tyd toegang te verkry tot inligting wat gedurende die navorsinsproses ingesamel gaan word.

Die deelnemer behou die reg om enige inligting of data te onttrek wat hy/sy nie vir publikasie beskikbaar wil stel nie.

Indien die deelnemer hierdie brief van ingeligte toestemming onderteken, stem hy/sy in dat die volgende inligting beskikbaar gestel word:

Die verbatim transkripsies van die inhoud van die 6 terapiesessies en die individuele onderhoude wat gevoer gaan word.

Die analise, interpretasie en rapportering van die inhoud van die 6 terapiesessies en die individuele onderhoude wat gevoer gaan word.

Informele besprekings tussen die deelnemer en die navorser wat met die navorsing verband hou.

Die deelnemer se persoonlike geskrewe refleksies in sy/haar refleksiejoernaal van die terapiesessies en individuele onderhoude.

Notas en refleksies wat die navorser gedurende die navorsingsproses gaan maak.

Indien u enige verdere navrae het, is u welkom om my (083 232 9595) of my studieleiers Prof Maree (012 420 2130) of Prof Ebersöhn (012 420 2337) te kontak. Indien u verdere vrae het, kan u die Universiteit van Pretoria, Fakulteit van Opvoedkunde – Etiese Komitee skakel by 012 420 3751.

Wanneer u u naam op hierdie bladsy skryf, beteken dit dat u toestemming gee dat u kind aan hierdie navorsing mag geelneem en dat u weet wat met hom/haar gaan gebeur tydens die navorsing. Indien die kind op enige stadium besluit om nie meer aan die navorsing deel te neem nie kan hy/sy net vir my of vir u sê.

OUER/VOOG DATUM

NAVORSER DATUM

UNIVERSITEIT VAN PRETORIA
UNIVERSITY OF PRETORIA
YUNIBESITHI YA PRETORIA

BRIEF VAN INGELIGTE TOESTEMMING

'n Navorsingsprojek deur die Universiteit van Pretoria

Titel: Die toepassing van Ericksoniaanse Sandspelterapie met kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar.

Beste deelnemer

Wanneer ons soms meer inligting oor iets nodig het of iets wil uitvind, vra ons mense om by ’n projek saam met ons betrokke te raak. Tydens hierdie projek gaan ek jou vrae vra oor jouself en gaan ek jou vra om deel te neem aan aktiwiteite wat gefokus is op jou eie ontwikkeling en leer. Voordat ek jou gaan vra om deel te wees van hierdie studie is dit nodig dat ek jou meer inligting daaroor moet gee sodat jy kan besluit of jy daaraan wil deelneem. Jy moet bewus wees daarvan dat deelname vrywillig is en dat jy op enige stadium aan die navorsing kan onttrek. Indien jy van die navorsing onttrek kan jy steeds met die terapie voortgaan.

Ek is tans besig met PhD (Opvoedkundige Sielkunde) aan die universiteit van Pretoria en my studieleiers is Prof. Kobus Maree en Prof Liesel Ebersöhn. Die doel van my studie is om die moontlike waarde van die Ericksoniaanse benadering in kombinasie met sandspelterapie vir kinders en adolessente wat depressie as ontwikkelingsteurnis ervaar, te ondersoek. In terapie gaan ek onder andere vir jou stories vertel wat spesiaal vir jou aangepas gaan word, waarna ek jou gaan vra om hierdie ervaring in ’n sandbak met allerhande figure wat tot jou beskikking gaan wees, uit te beeld.

Daar gaan ses deelnemers tussen die ouderdom van 7 en 18 jaar aan die studie deelneem. Jou moedertaal moet Afrikaans of Engels wees en die deelnemers kan manlik of vroulik wees.

Indien jy gekies word, gaan jy individuele terapie ontvang, wat gaan insluit: Ericksoniaanse hipnoterapie gekombineer met sandspelterapie. Na die aanvangsonderhoud gaan ek ’n unieke hipnoterapeutiese sessie vir jou uitwerk wat gevolg gaan word deur sandspelterapie. Daar gaan ongeveer ses terapeutiese sessies met elke indivdu wees. Video-opnames gaan van elke terapiesessie gemaak word. Daar gaan verder van jou verwag word om ’n

refleksiejoernaal te hou. Hierdie dagboek kan enige vorm aanneem (skryf, teken, plak ens.). Die refleksiejoernaal is daarop gerig om jou in staat te stel om jou gedagtes te rig.

Ek hoop dat hierdie studie jou gaan ondersteun om weer goed oor jouself te voel en om meer oor jouself te leer. Jy kan enige tyd enige vrae vra. Indien jy later vrae het wat jy nie nou aan kan dink nie, kan jy my enige tyd skakel of dit neerskryf sodat jy dit vir my kan vra die volgende keer wat ons mekaar sien.

Jou ouers/voogde is bewus van hierdie navorsing en hulle het self ook toestemming gegee dat jy hieraan mag deelneem indien jy wil. Jy kan dit enige tyd met hulle bespreek voordat jy besluit of jy aan die navorsing wil deelneem al dan nie.

Jy hoef nie aan hierdie navorsing deel te neem nie. Niemand sal vir jou kwaad wees indien jy besluit om dit nie te doen nie.

Daar sal nie inbreuk gemaak word op jou akademiese tyd nie, aangesien alles wat ons gaan doen, na skool sal plaasvind.

Die volgende etiese oorwegings sal streng eerbiedig word:

Jou identiteit en die van enige betrokke of vermelde persone sal anoniem gehou word.

Geen verwysing sal gemaak word na inligting wat persoonlike of identifiseerbare besonderhede verstrek nie.

Name van plekke en mense sal verander word, ten einde anonimitietit te verseker.

Jy behou die reg om enige tyd toegang te verkry tot inligting wat gedurende die navorsinsproses ingesamel gaan word.

Jy behou die reg om enige inligting of data te onttrek wat jy nie vir publikasie beskikbaar wil stel nie.

Indien jy hierdie brief van ingeligte toestemming onderteken, stem jy in dat die volgende inligting beskikbaar gestel word *(dui asb. aan waarvoor jy toestemming gee deur 'n regmerkie in die blokkie te maak).*:

☐ Die verbatim transkripsies van die inhoud van die 6 terapiesessies en die individuele onderhoude wat gevoer gaan word.

☐ Die analise, interpretasie en rapportering van die inhoud van die 6 terapiesessies en die individuele onderhoude wat gevoer gaan word.

☐ Informele besprekings tussen jou en die navorser wat met die navorsing verband hou.

- ☐ Jou persoonlike geskrewe refleksies in jou refleksiejoernaal van die terapiesessies en individuele onderhoude.
- ☐ Notas en refleksies wat die navorser gedurende die navorsingsproses gaan maak.

Indien jy enige verdere navrae het, is jy welkom om my (083 232 9595) of my studieleiers Prof Maree (012 420 2130) of Prof Ebersöhn (012 420 2337) te kontak. Indien jy verdere vrae het, kan jy die Universiteit van Pretoria, Fakulteit van Opvoedkunde – Etiese Komitee skakel by 012 420 3751.

Wanneer jy jou naam op hierdie bladsy skryf, beteken dit dat jy toestemming gee om aan hierdie navorsing deel te neem en dat jy weet wat met jou gaan gebeur tydens die navorsing. Indien jy op enige stadium besluit om nie meer aan die navorsing deel te neem nie kan jy net vir my sê.

LEERDER DATUM

NAVORSER DATUM

Deur jou naam hieronder te skryf beteken dat jy toestemming gee dat ek fotos kan neem van jou sandbaktonele en dat ek ons sessies met die videoband mag opneem. Ek mag dan ook hierdie materiaal gebruik in besprekings asook verslae wat ek gaan skryf met betrekking tot die navorsing. Ek sal nooit jou regte naam gebruik nie. Indien jy besluit dat ons eerder nie fotos moet neem of van die videoband gebruik moet maak nie, kan jy net vir my sê.

LEERDER DATUM

NAVORSER DATUM

UNIVERSITEIT VAN PRETORIA
UNIVERSITY OF PRETORIA
YUNIBESITHI YA PRETORIA

VERKLARING

Hiermee bevestig ek, _____ (volle naam en van), dat:

Ek begryp wat die doel van die studie is.

Ek verstaan wat die terapiesessies gaan behels waarby ek betrokke gaan wees.

Ek verstaan dat deelname vrywillig is en dat ek op enige stadium aan die navorsing kan onttrek, alhoewel ek met terapie kan voortgaan.

ek verstaan dat alle inligting vertroulik hanteer sal word en dat my identiteit anoniem sal bly.

Ek voldoende ingelig is oor die verskillende bronne van data wat gepubliseer of bekend gemaak kan word.

Ek voldoende ingelig is oor die etiese riglyne wat gevolg gaan word en ek weet wat my regte is.

Ek verstaan dat alle terapiesessies deur middel van video opgeneem gaan word.

Ek verstaan dat daar foto's geneem gaan word van my sandspel.

Indien jy toestemming tot bogenoemde gee, teken asseblief hierdie brief as 'n verklaring van jou toestemming.

DEELNEMER Datum

OUER Datum

NAVORSER Datum