

## HOOFSTUK 2

### 2. GESTALTSPELTERAPIE

#### 2.1 INLEIDING

Daar is verskeie benaderings waarvolgens speltherapie gedoen kan word. Die navorser het besluit om gestaltterapie as 'n benadering te benut omdat veral maatskaplike werkers dié terapie met gemak kan benut. Met gestaltterapie word daar gefokus op dit wat in die hier en nou gebeur en daar hoef dus nie op die onderbewuste gefokus te word nie.

Volgens Harman (1989:4) is die essensie van gestaltterapie die “ek-jy-verhouding in die hier en nou”. Die skrywer noem dat gestaltterapie in die eksistensiële humanistiese kamp gevestig is omdat die mens beskou word as 'n basies sterwende, groeisoekende, selfregulerende en selfbevestigende organisme.

Die woord “gestalt” verwys na 'n geheel. Volgens die gestaltbenadering is gedrag 'n dinamiese geheelpatroon. Die geheel is meer as die som van sy dele. Die mens is as 'n geheel betrokke by 'n situasie en die hele situasie beïnvloed die mens. Die menslike bestaan funksioneer dus as 'n geheel. (Vergelyk Aronstam, 1989:631; Van Rooyen & Combrink, 1990:49 en Brammer & Shostrom, 1968:57-59).

Die skrywer Corey (1995:293) konstateer dat die mens volgens die gestaltbenadering verantwoordelik is vir sy eie konflikte en die vermoë het om sy eie probleme op te los. Die gestaltbenadering is dus nie-interpreterend; die kliënt moet sy eie interpretasies en stellings maak. Daar word gefokus op dit wat die kliënt op daardie oomblik ervaar. Gestaltterapeute is aktief betrokke en hul gebruik 'n verskeidenheid tegnieke om die kliënt se gevoelens en ervarings te versterk. Volgens die navorser bring die terapeut die kliënt in kontak met dit wat hy emosioneel ervaar. Gevoelens wat moontlik vir baie jare onderdruk is.

## 2.2 DOELSTELLINGS VAN GESTALTTERAPIE

Volgens Perls in Thompson & Rudolph (1992:113) is die sentrale doel van gestaltterapie die verdieping van die kind se sin van bewustheid, sodat die kind hierdeur begelei kan word om sy lewe ten volle in die hier en nou te ervaar. Die maatstaf vir sukses tydens gestaltterapie is om waar te neem tot watter mate die kliënt gegroei het in sy bewustheid, die neem van verantwoordelikheid ten opsigte van sy dade en die skuif van omgewingsteun na selfsteun.

Terapeutiese doelstellings van gestaltterapie word volgens Corey (1990:319-320) soos volg weergegee:

- \* Integrasie van polariteite in die self.
- \* Om kontak met die self en ander te bewerkstelling.
- \* Selfstandigheid in plaas van afhanklikheid.
- \* Om die kliënt bewus te maak van wat hy in die hier-en-nou ervaar, beleef, fantaseer en voel.
- \* Om die kliënt te help om sy eie grense met helderheid te definieer.
- \* Om insig in aksie te omskep.
- \* Om dié selfinsig op te volg met kreatiewe eksperimentering.

## 2.3 BEGINSELS IN GESTALTTERAPIE

### 2.3.1 Holisme

Volgens Aronstam (1989:633) beskou Perls die mens as 'n geïntegreerde organisme wat altyd as 'n eenheid funksioneer, maar nie sonder sy omgewing kan bestaan nie. Soos wat die mens sy fisieke omgewing nodig het vir die verkryging van suurstof, water, voedsel en ander lewensmiddele, het hy ook sy sosiale omgewing nodig vir die vervulling van liefde, vriendskap en ander sosiale behoeftes. Fundamenteel is die mens 'n biologiese organisme en is hy onderworpe aan dieselfde prosesse wat alle lewende organismes reguleer.

### 2.3.2 Homeostase

Volgens Oaklander (1994:143) beskryf Perls homeostase soos volg: "All life and all behaviour are governed by the process which scientists call homeostasis, and which layman calls adaptation. The homeostatic process is the process by which the organism satisfies its needs."

### 2.3.3 Figuurvoorgond

Volgens Aronstam (1989:633) is 'n gesonde organisme altyd in staat om aandag te gee aan die mees dominante behoefte. Hierdie dominante behoefte is die voorgrondfiguur totdat dit bevredig is, daarna verskuif dit na die agtergrond. Sodra die proses voltooi is, kom die volgende behoefte weer na vore. Elke behoefte versteur die balans en daarom is die proses van homeostase 'n kontinue proses.

### 2.3.4 Bewustheid

Ervarings volgens Oaklander (1994:146) is die sleutel tot bewustheid. 'n Belangrike komponent van die terapeutiese proses is om aan die kind 'n verskeidenheid ervarings te verskaf.

Om effektief in sy omgewing te bly, moet die mens voldoende vlakke van bewustheid hê in areas van liggaamstruktuur, beweging, sintuie, gevoelens, denke en fantasie. Die mens vertrou op sy sintuie van sien, proe, hoor, tas en ruik om homself te oriënteer ten opsigte van sy omgewing. Om homself uit te druk in die omgewing en om sy behoeftes te bevredig, gebruik hy sy stem en bewegings. Die mens moet dus in kontak met die self en die omgewing in die hede wees (Passons, 1975:74).

### 2.3.5 Polariteit

Volgens Oaklander (1988:157) werk sy altyd in polariteite met die kind. Dit is veral die jong kind wat verward raak wanneer hy beseft dat hy kwaad is vir iemand vir wie hy eintlik lief is. Integrasie van 'n persoon se polêre kant, positief en negatief, is noodsaaklik vir 'n dinamiese en gesonde lewensproses.

Deur met kinders te gesels oor teenoorgesteldes in gevoelens soos liefde/haat, geluk/hartseer, goed/sleg raak die kind gewoond aan die konsep van polariteite as deel van sy persoonlikheid. (Vergelyk Oaklander, 1988:158 en Schoeman & Van der Merwe, 1996:168.)

### **2.3.6 Kontakgrens**

Die mens onderskei hom van sy omgewing deur sy egogrens - dit wat binne (deel van) en buite (nie deel van, vreemd vir) die organisme is. Deur hierdie grens ontwikkel die mens sy identiteit. Die grens moet egter deurdringbaar wees sodat daar toepaslike uitruiling tussen die organisme en sy omgewing kan wees. Twee belangrike komponente van die egogrens is identifikasie en vervreemding. Identifikasie is die proses waardeur die mens kan onderskei tussen wat sy eie is en vervreemding, dit wat nie deel van hom is nie. Wanneer die grens te rigied is, vind daar isolasie plaas en wanneer dit te vaag is, vind daar ineenvloeiing met die omgewing plaas (Aronstam, 1989:643).

### **2.3.7 Kontakgrensversteurings**

Volgens Oaklander (1994:144) inhibeer, blokkeer, onderdruk en beperk die kind sy sintuie, liggaam, emosies en intellek om te kan oorleef. Hierdie beperkinge word kontakgrensversteurings genoem. Die volgende kontakgrensversteurings word onderskei:

#### **2.3.7.1 Introjeksie**

Die kind het nie die volwassenheid om te diskrimineer met betrekking tot boodskappe wat hy oor homself hoor nie. Etikette soos "dom" en "lelik" word aanvaar en sy eie gemaak. Hierdie introjeksies vernietig sy gevoel van die self, selfbeeld en selfagting (Oaklander, 1994:145).

#### **2.3.7.2 Projeksie**

Kinders sal leuens vertel en dit dan ontken omdat hul egokragte te min is om verantwoordelikheid te aanvaar vir hul gedrag. Ander word geblameer vir eienskappe in die persoonlikheid. Kinders beleef dat dit te moeilik of gevaarlik is om hul

gevoelens te besit. Hulle sal byvoorbeeld sê "my pa is altyd kwaad vir my" in plaas van "ek is baie kwaad vir my pa" (Oaklander, 1994:145).

### **2.3.7.3 Retrofleksie**

Dit is kritiek teen die self. Isolاسie of onttrekking vind plaas en die gevolg is vrees om emosies na buite te rig. (Vergelyk Corey, 1990:326 en Thompson & Rudolph, 1992:111.)

### **2.3.7.4 Defleksie**

Wanneer 'n persoon nie aan 'n probleem of belewenis wil werk nie, deflekteer of kants hy die probleem weg. Probleme kan byvoorbeeld deur oordrewe humor, abstrakte veralgemenings en vrae in plaas van stellings ontken word. (Vergelyk Corey, 1990:326 en Thompson & Rudolph, 1992:112.)

### **2.3.7.5 Samevloeiing**

Dit is 'n proses waar die persoon se grense te vaag en deurdringbaar is. So 'n persoon stel ander tevrede ten koste van homself. Wanneer 'n kind byvoorbeeld herhaaldelik seksueel gemolesteer word, ontwikkel hy 'n apatiese houding en kan hy nie meer onderskei tussen pyn en plesier nie. Die kind laat hom misbruik en weet nie hoe om selfgeldend op te tree nie. Die teenpool van samevloeiing is rigiede rasionalisering en gebrek aan buigsaamheid. (Vergelyk Corey, 1990:327 en Thompson & Rudolph, 1992:112.)

## **2.4 WERKSWYSES IN GESTALTTERAPIE**

### **2.4.1 Semantiese opklarings**

Met semantiese opklarings word die kliënt bewus gemaak van sy spraakpatrone. "Dit-" en "jy-stellings" word vervang deur "ek-stellings". "Waarom" word vervang met "wat" en "hoe". Vrae word in stellings omskep en "kan nie" word vervang met "wil nie". Hierdeur aanvaar die kliënt verantwoordelikheid vir sy besluite en gedrag (Corey, 1995:307-308).

#### 2.4.2 Die stel van vrae

Volgens Aronstam (1989:641-642) word vrae gevra wat die kliënt help om op die bewuste te fokus. Daar is veral vyf tipe vrae wat gevra word: Wat is jy besig om te doen? Wat wil jy hê? Wat voel jy? Wat verwag jy? Wat vermy jy? Die terapeut moet dus aktief waarneem wat op die oppervlak van kontak plaasvind aangesien "everything the patient does, obvious or concealed, is an expression of the self".

#### 2.4.3 "Topdog/underdog"

Die "topdog" is regverdig, in beheer en hy weet die beste. Die "topdog" werk altyd met dit wat jy moet doen. Die "underdog" manipuleer deur verdedigend en apologeties te wees. Die "underdog" werk met dit wat jy wil doen, is slinks en is gebaseer op die plesierbeginsel (Thompson en Rudolph, 1992:115).

Twee leë stoele kan benut word waar die kind 'n dialoog voer. Die kind wissel persoonlik tussen die twee stoele en neem elke keer die "ek wil" en "ek moet" redenasie in, afhangende van die stoel waarop hy sit. Hierdeur vind integrasie plaas (Phares, 1984:421).

#### 2.4.4 Die leë-stoeltegniek

Tydens die tegniek plaas die kind enige persoon of onvoltooidheid van homself denkbeeldig in die leë stoel. Hierna tree die kind in gesprek met wie of wat hy in die leë stoel geplaas het. Wanneer die kind die gesprek voltooi en ontlai het, ruil hy rolle om deur op die ander stoel te gaan sit. Die kind neem dus nou die rol in met wie of wat hy konflik het. Konflik tussen hom en ander of innerlike konflik word hierdeur uitgesorteer. Onafgehandelde sake word na die hede gebring en die tegniek bewerkstellig groter bewustheid en integrasie. (Vergelyk Louw, 1990:642; Thompson & Rudolph, 1992:116; Oaklander, 1988:151 en Owen, 1978:68.)

Volgens die navorser sal die tegniek veral goed werk met groter kinders wat innerlike konflik beleef as gevolg van 'n swak selfbeeld. In die proses word die kind jammer vir die dele van homself wat hyself afbreek en dit bewerkstellig selfonderhouding.

#### 2.4.5 Drome

Die skrywer Oaklander (1988:145) is van mening dat drome 'n eksistensiële boodskap is van jouself aan jouself vir watter dele ook al luister. Deur drome druk kinders hul angs en bekommernisse uit. Dit kan ook dui op mense, behoeftes, fantasieë, vrae en houdinge.

Drome is 'n bruikbare tegniek in gestaltherapie, aangesien geen direkte manipulasie plaasvind nie. Die terapeut analiseer dus nie die droom nie, maar lei die kind tot integrasie van polariteite en 'n onvoltooide gestalt. Die hier en nou van die droom is belangrik asook die kind se neem van verantwoordelikheid vir die droom. (Vergelyk Louw, 1990:642; Owen, 1978:69; Thompson & Rudolph, 1992:118 en Phares, 1984:421.)

#### 2.4.6 Pendeltegniek

Die tegniek word benut om angstige kliënte te laat pendel tussen hul asemhaling en spiere, en tussen spiere en asemhaling. Die kliënt raak hierdeur bewus van die verhouding tussen die twee. Die gevolg is dat hy gemakliker asemhaal en meer ontspanne is. Bewustheid en integrasie is weer eens die hoofdoel van die pendeltegniek (Aronstam, 1989:643).

Volgens die navorser hoef die tegniek nie net by angstige persone benut te word nie, maar die kind kan ook na sy veilige plek pendel en selfkoesting beleef.

#### 2.4.7 Roosboomtegniek

Deur die roosboomtegniek te benut word die kind op 'n fantasie geneem. Die kind maak sy oë toe en verskeie vrae kan aan hom gestel word: Wat se soort roosboom is jy? Is jy groot of klein? Is jy lank of vet? Indien jy blomme het, is daar baie en wat is die kleur daarvan? Is jou blomme oop of toe? Hoe lyk jou blare, stam, takkies en wortels? Waar staan jou roosboom? Wat is rondom jou roosboom? Is daar ander bome, mense, diere of voëls? Hoe oorleef jy? Hoe lyk die weer op hierdie oomblik?

Die kind word hierna gevra om sy roosboom te beskryf in die teenwoordige tyd. Die kind word gevra of enige iets van die roosboom ooreenstem met sy lewe. (Vergelyk

Oaklander, 1988:32-33 en Rayn & Walker, 1993:52.)

Wanneer die roosboom benut word, kry die terapeut 'n goeie idee van hoe die kind oor homself voel. 'n Klein trietsige boompie toon gewoonlik min innerlike krag. Onvoltooidhede word ook na die voorgrond gebring, aldus die navorser.

#### 2.4.8 Die monsterbenutting

Volgens Schoeman in Schoeman en Van der Merwe (1996:68) word onvoltooidhede "monsters" in kinders se lewens. Kinders word gevra om monsters in hul lewens te identifiseer. 'n Paar getekende monsters met hul beskrywings word soms aan die kind voorgehou om hom 'n idee te gee van hoe 'n monster kan lyk.

Die navorser stem met bogenoemde saam, maar nie met die idee dat die beskrywings van die monsters soms gegee word nie. Dit is die navorser se ondervinding dat kinders een van die beskrywings van die monsters kies om weer te gee. Dit is dus nie noodwendig dat 'n onvoltooidheid op die kind se figuurvoorgrond nie.

Die volgende stappe word gevolg wanneer die monster benut word (Schoeman & van der Merwe, 1996:69):

- \* Die kind moet 'n monster skep wat in sy lewe teenwoordig is.
- \* 'n Gesprek word met die kind begin en die volgende vrae word gevra:
  - Hoe lank bestaan die monster al?
  - Is daar ander mense wat weet van die bestaan van die monster?
  - Is daar iets van die monster wat jou bang maak?
  - Is die kind bereid om die monster in sy lewe te hê en daarmee saam te lewe?
  - Het die monster 'n naam?
  - Hoe oud was die kind toe hy die monster gekry het?
  - Is dit moontlik om die gevoelens in verband met die monster te teken of te maak met klei?
  - Vra die kind om met die monster te praat. Die leë stoeltegniek kan dan hierby aansluit.



#### **2.4.9 Hantering van aggressie**

'n Model om aggressie te hanteer is ontwikkel deur Schoeman in Schoeman en Van der Merwe (1996:175-180):

##### **2.4.9.1 Bewustheid**

- \* Maak die kind sensories bewus van sy liggaam sodat hy bewus kan word van onderliggende gevoelens.
- \* Moedig die kind aan om daarvoor te praat - gee 'n naam vir die aggressie.
- \* Indien die kind nie kan praat nie, benut spelaktiwiteite.
- \* Vra aan die kind waar in sy liggaam ervaar hy die aggressie ervaar. Byvoorbeeld: Kan jy dit 'n naam gee? Waar kom dit vandaan? Wat voel jy op die oomblik? Hoe voel dit in jou liggaam? Hoe wil jy uitdrukking daaraan gee?

##### **2.4.9.2 Luister**

- \* Luister aandagtig na die kind en gee geleentheid om al sy gevoelens te ontlaai.
- \* Let op na verbale en nie-verbale boodskappe.
- \* Bepaal die rede vir aggressie.

##### **2.4.9.3 Uitdrukking en behoud van negatiewe energie**

- \* Ondersteun die kind om sy negatiewe gevoelens te ontlaai.
- \* Die kind moet gevoel besit. Semantiese opklaring: "Ek voel woedend".
- \* Gee geleentheid om dit positief te kanaliseer.

##### **2.4.9.4 Erkenning van gevoelens**

- \* Som op wat die kind gesê het en reflekteer dit.
- \* Wys dat jy verstaan.

##### **2.4.9.5 Vra verskoning**

- \* Terapeut vra opreg verskoning vir die ongerief en hartseer wat die kind ervaar as gevolg van die aggressie. Volgens die navorser noem kinders soms aan die terapeut dat hy nie bekommerd hoef te wees nie, aangesien dit nie sy skuld is

nie. Die kind kry egter hierdeur 'n gevoel dat die terapeut begrip het vir hom.

#### 2.4.9.6 Gee toestemming aan die kind om te kritiseer

- \* Gee toestemming aan die kind om alle negatiewe gevoelens uit te spreek.
- \* Die kind leer hierdeur dat aggressie en woede normaal is en dat hy nie daarvoor skuldig hoef te voel nie.
- \* Werk altyd in polariteite.

#### 2.4.9.7 Uitdrukking van gevoelens

Gee aan die kind 'n keuse om sy gevoelens uit te druk, byvoorbeeld met sand of klei. Die kind leer hierdeur gesonde alternatiewe wyses aan. Met die leë-stoeltegniek word polariteite effektief hanteer. Twee konfliktsituasies word na die oppervlak gebring en konfronteer mekaar. Die "hot chair" is waarin die kind sit. Die "empty chair" word 'n entjie van die kind geplaas. Die terapeut hoef nie 'n doel te hê nie. Gee die kind die geleentheid om te ontlaai. In hierdie stadium moet die kind sy aggressie besit.

Die volgende drie stadiums word onderskei met die leë-stoeltegniek:

- \* **Eerste stadium**  
Daar moet by beide partye konflik aanwesig wees. Dit moet iemand se skuld wees.
  - Onvoltooidhede word opgeklaar.
  - Polariteite word na die oppervlak gebring.
  - Maak die kind bewus van waar hy is (bewustheidskontinuum).
  - Die kind besit sy gevoel en beskryf dit in intensiteit en begin verantwoordelikheid ervaar vir beide partye.
  
- \* **Tweede stadium**  
Drie stappe is hier teenwoordig naamlik absolute verskil, dialoog, oplossing.
  - Die "topdog" begin luister na die "underdog".
  - Konflik moet nie onderdruk word nie.
  - Ruil rolle om.
  - Die kind praat met sy projeksie. Die projeksie begin terug praat en die kind sien ook die ander kant en hy ontwikkel insig.

Volgens die navorser gebeur dit dat die kind sy projeksie soms die "duiwel" noem en dan kan die kind in hierdie geval geen positiewe aspek insien van sy projeksie nie, omdat die duiwel net sleg is. In só 'n geval moet daar gepoog word om 'n ander of soortgelyke naam vir die projeksie te kry.

\* **Derde stadium**

In hierdie stadium moet selfvertroeteling en onderhouding plaasvind/gevestig word.

- Help die kind om die probleem te hanteer.
- Die kind kan 'n teddiebeer of kussing vashou.
- Hoe gaan jy dit verder hanteer, byvoorbeeld deur 'n briefie te skryf.
- Beweeg terug na polariteite. Wat is vir jou positief binne dit wat vir jou konflik gee?

**2.4.9.8 Bemagtig die kind**

- \* Bemagtig die kind om in beheer van sy gevoelens te wees.
- \* Gee aan hom keuses sodat hy verantwoordelikheid kan aanvaar.

**2.4.9.9 Selfvertroeteling**

- \* Die kind moet geleer word om homself te vertroetel sodat hy sy nuutgevonde mag en beheer kan behou.
- \* Hy moet homself vergewe.
- \* Hy moet sekere negatiewe aspekte van homself erken en aanvaar.

Volgens die navorser kan die leë-stoeltegniek effektief benut word by adolessente, mits hul verby die konkreet operasionele fase van kognitiewe ontwikkeling is. In laasgenoemde fase is die kind te konkreet en is dit vir hom moeilik om iets of iemand denkbeeldig te plaas in die leë stoel.

#### 2.4.10 Selfkoestering

Selfaanvaarding van al jou dele, selfs die mees haatlike, is belangrik vir gesonder ontwikkeling. Die eerste stap in die proses is wanneer die kind die dele waarvan hy nie hou nie uithaal. Dit is gewoonlik introjeksies wat fragmentasie veroorsaak. Hierna kan die kind die dele onder andere teken of met klei maak. Die kind beskryf, oordryf selfs, die haatlike dele waardeur aggressie na buite gerig word. Wanneer die kind ontlai het, bewerkstellig die terapeut selfkoestering deur projektiewe tegnieke te benut om die haatlike deel te koester en te aanvaar. Wanneer die kind beseft dat hierdie deel eintlik 'n oorblyfsel is van 'n jonger stadium, help dit die kind om 'n koesterende houding ten opsigte van die self te ontwikkel (Oaklander, 1994:153).

Volgens die navorser kan die monster goed benut word om selfkoestering te bewerkstellig. Die haatlike deel kan as 'n monster beskryf word.

#### 2.4.11 Projeksies

Volgens Schoeman in Schoeman en Van der Merwe (1996:64-65) kan verskeie mediums benut word as projeksies byvoorbeeld sand, klei, water, verf en potloodsketse. Die skrywer noem die volgende voordele van projeksies:

- \* Dit word benut as 'n primitiewe verdedigingsmeganisme wanneer die individu beleef sy gevoelens is onaanvaarbaar.
- \* Dit bied 'n geleentheid om die verwagtinge van ander te verwerk.
- \* Onverwerkte aangeleenthede word daarmee uitgebeeld.
- \* Dit bied 'n manier om selfrespek te behou.
- \* Dit beskerm die kind teen kritiek en verwerping.
- \* Die kind kommunikeer sy behoeftes op iets anders.

Volgens die navorser kan speltherapie nie gedoen word sonder projeksies nie. Die kind is emosioneel, fisies en kognitief betrokke by sy projeksie en dit help hom om in kontak te kom met dit wat hy op daardie oomblik beleef.

## 2.5 TERAPEUTIESE VERHOUDING

Die terapeutiese verhouding wat gebaseer is op 'n gestaltbenadering is 'n belangrike instrument om die kind se diepste gevoelens, vrese en frustrasies weer te gee. Die kind kry die geleentheid om te kan ondervind en uit te druk wat hy op die oomblik voel. (Vergelyk Schoeman en Van der Merwe, 1996:4; Oaklander, 1993:281 en Landreth, 1991:153.)

Volgens Schoeman in Schoeman en Van der Merwe (1996:3) moet die terapeut ten volle emosioneel betrokke wees by die kind. Die terapeut moet dus ten volle beskikbaar wees en volgens Oaklander (1988:123) moet die terapeut bewus wees van sy eie gevoelens en belewenisse.

Die bogenoemde inligting dui daarop dat die terapeut in kontak met homself moet wees. Onvoltooidhede in die terapeut se eie lewe moet uitgesorteer wees om effektiewe samevloeiing met die kind se proses te bewerkstellig, aldus die navorser.

Volgens Schoeman in Schoeman en Van der Merwe (1996:29-30) is die hoofdoelstellings, in die opbou van 'n terapeutiese verhouding, die volgende:

- \* Dit is noodsaaklik om te weet wat die oorsaak van die probleem was; wat die ouers genoodsaak het om die kind vir terapie te bring.
- \* Dit is noodsaaklik om die kind in kontak met sy sensoriese, emosionele en kognitiewe behoeftes te bring.
- \* Die kind moet gehelp word, om deur middel van speltherapie, in sy eie behoeftes te vervul. Die kind moet ook weet of hy realisties in sy verwagtings is.
- \* Die kind moet gehelp word om te beseft dat daar situasies gaan wees, wat pynlik mag wees, maar dat dit noodsaaklik is vir sy herstel.
- \* Die kind moet ook weet dat hy self keuses moet maak en dat hy verantwoordelikheid vir sy eie lewe moet aanvaar.
- \* Die terapeut moet 'n studie van die kind se proses maak.
- \* Die terapeut moet die kind bemagtig ten einde verantwoordelikheid vir sy eie lewe te aanvaar.

Volgens die navorser is dit belangrik dat die terapeutiese verhouding van so 'n aard moet wees dat die terapeut nie deel van die gesin se sisteem sal word nie. Indien dit

sou gebeur sal dit die afsluiting van die terapie bemoeilik. Die volgende aspekte is belangrik in die terapeutiese verhouding en word vervolgens bespreek.

### 2.5.1 Verantwoordelikheid

Verantwoordelikheid word volgens Korb, Gorrell & Van de Riet (1989:49) soos volg omskryf: "...being able to respond to one's own expectations, desires, fantasies, and actions, and those of others. It also means shedding responsibility for the behaviours, attitudes and feelings of others and for their expectations, but this restriction of responsibility in no way implies a lack of caring about the needs of other people nor does it imply an inability to respond to their needs".

Verantwoordelikheid moet aangeleer word soos deur self besluite te neem. Die terapeut neem die verantwoordelikheid weg van die kind deur die volgende te doen: antwoorde te gee; keuses vir die kind te maak; die kind te help wanneer hy nie hulp nodig het nie en die kind te lei, alhoewel die kind veronderstel is om te lei (Landreth, 1991:195).

Wanneer die kind verantwoordelikheid neem, is hy meer betrokke by die terapie en kan groei vinniger plaasvind, omdat hyself betrokke is by sy eie proses, aldus die navorser.

### 2.5.2 Keuses

Bewustheid, simbolisering en keuses is volgens Korb, *et al.* (1989:19) die sentrale aspek waaruit die gestaltbenadering bestaan. Die mens kom voortdurend in sy lewe voor keuses te staan, hetsy ten opsigte van gedrag, gevoelens, ervarings of houdings.

Die skrywer Schoeman in Schoeman en Van der Merwe (1996:54) noem dat keuses 'n diep emosionele betekenis het. Die kind voel dat hyself betrokke is in die bevrediging van sy behoeftes en hy begin verantwoordelikheid aanvaar vir sy eie lewe.

Die speelkamer en die materiale tot die kind se beskikking kan die kind help om keuses te maak. Die kind kan byvoorbeeld kies of hy wil teken of met klei wil werk (Axline, 1989:133).

Volgens die navorser word beheer aan die kind teruggegee wanneer hy in staat is om keuses te kan maak.

### 2.5.3 Beheer

Volgens Louw (1989:640) word beheer in gestaltterapie aan die kind teruggegee deur hom in kontak met homself te bring. Weens 'n verlies aan bewustheid verloor die kind kontak met homself, sy gevoelens en behoeftes.

Die skrywer Passons (1975:430) noem dat die kernoorzaak van mense se probleme is dat hul juis nie beheer in hul lewe ervaar nie. Die terapeut moet dus doelbewus poog om 'n gevoel van beheer aan die kind terug te gee.

Deur aan die kind grense te bied, kan die terapeut beheer bewerkstellig by die kind. Die kind ervaar dat hy binne sekere grense nuwe gedrag kan eksploreer. Die kind ondervind ook 'n gevoel van veiligheid en sekuriteit (Oaklander, 1988:26).

Wanneer die kind binne veilige grense kan eksperimenteer, kan hy sukses beleef en verhoog dit sodoende sy beheer, aldus die navorser.

### 2.5.4 Grense

Grense is een van die belangrikste aspekte van spelterapie omdat dit struktuur aan die terapeutiese verhouding gee. (Vergelyk Landreth, 1991:209 en West, 1992:136.) Volgens Moustakas (1959:15) vind daar geen terapie plaas wanneer daar nie grense is nie.

Volgens Schoeman in Schoeman en Van der Merwe (1996:16-17) word die volgende tipe grense onderskei:

#### \* Grense ten opsigte van tyd

Die aandagspan van kinders is beperk en daarom is dit wenslik om sessies nie langer as 45 minute te hou nie. Wanneer die kind laat kom, moet die sessie nie aangeskuif word nie. Volgens die navorser leer dit die kind verantwoordelikheid.

- \* **Grense met die gebruik van materiaal**  
Grense moet gestel word ten opsigte van die breek van speelgoed. Gewoonlik word die kind nie toegelaat om speelgoed huis toe te neem en te breek nie.
- \* **Grense ten opsigte van aggressiewe gedrag**  
Die terapeut en die kind se klere mag nie beskadig word nie. Enige fisiese aanval op die terapeut moet onmiddellik gestaak word.
- \* **Grense ten opsigte van beweging**  
Wanneer die kind die speelkamer verlaat, met die uitsondering van sommige gevalle, moet die terapie gestaak word. Toiletbesoeke kan 'n vorm van vermyding wees.
- \* **Beperkinge ten opsigte van persone teenwoordig**  
Sommige terapeute wil hê dat ouers 'n aktiewe rol en ander 'n passiewe rol speel in terapie, maar gewoonlik is net die terapeut en die kind teenwoordig tydens terapie.
- \* **Gesondheid- en veiligheidsinstruksies**  
Dit beskerm die terapeut en die kind. Die kind sal byvoorbeeld nie toegelaat word om deur die venster te klim nie.
- \* **Grense ten opsigte van toenadering**  
Om op 'n sosiale basis met die kind te verkeer tussen sessies, sal die terapie benadeel. Die kind kan die terapeut plaas in die rol van byvoorbeeld sy ouers of spesiale versoeke hê vir onder andere, geskenke. Dit moet egter terapeuties benader word.
- \* **Morele grense**  
Die kind kan byvoorbeeld net sy skoene en baadjie uittrek. Om te vloek is toelaatbaar tydens terapie, maar hy mag nie persone wat verby die venster loop, vloek nie.

Sommige beperkinge of grense kan aan die begin van die sessie neergelê word soos byvoorbeeld die tydsduur van die sessie. Ander grense kan daargestel word soos wat die behoefte hom voordoet.



Voordele van die daarstelling van grense. (Vergelyk Landreth, 1991:281; Schoeman, 1991:15 en Oaklander, 1988:134.)

- \* Grense help die kind en terapeut om in kontak te bly met die realiteit.
- \* Strukture word geskep.
- \* Die kind word bewus gemaak van sy verantwoordelikheid teenoor die terapeut, speelkamer en homself.
- \* Grense beskerm die speelkamer en -materiaal.
- \* Grense bied fisiese en emosionele sekuriteit aan die kind.
- \* Grense verseker dat die kind in staat is om veilig en vrylik te speel.
- \* Grense bied 'n profesionele, etiese en sosiaal aanvaarbare verhouding - die kind mag slegs toegelaat word om sy skoene en kouse uit te trek en seksuele toenadering tussen die terapeut en kind moet verbied word.
- \* Dit help die terapeut om die kind te aanvaar en bied ook fisiese sekuriteit aan die terapeut.

Volgens die navorser bied grense vir die kind en die terapeut veiligheid in die terapeutiese verhouding.

### 2.5.5 Weerstand

Die skrywer Oaklander (1988:198) noem dat kinders weerstand gebruik om te kan oorleef en om hulself te beskerm teen emosionele pyn. Wanneer die terapeut weerstand by die kind opmerk, vind daar elke keer vordering plaas.

Die kind vorder deur vyf lae tydens terapie. In Thompson en Rudolph (1992:112) word die vyf lae soos volg bespreek:

- \* **Die valse laag (*phony layer*)**  
Die laag word gekenmerk deur onopgeloste konflikte omdat die kliënt probeer voorgee wat hy nie regtig is nie.
- \* **Die fobiese laag (*phobic layer*)**  
Die kliënt raak bewus daarvan dat hy probeer voorgee. Hy raak ook bewus van sy vrese. Dit is dikwels 'n vreesaanjaende ervaring.

\* **Die weerstandsplek (*impasse layer*)**

Die kliënt laat vaar sy valse voorwendsels en omgewingsteun, maar beseft dat hy ook geen ander metode het waarop hy kan steun nie. Stagnasie vind dikwels in die fase plaas en kliënte is nie bereid om voort te gaan nie.

Volgens die navorser is die terapeut in hierdie stadium 'n nederige toeskouer van die emosionele pyn wat die kliënt ervaar. Die kliënt voel verlate en eensaam.

\* **Die implosiewe laag (*implosive layer*)**

Die kliënt raak bewus in hoe 'n mate sy ou strategieë hom beperk het en hy begin met nuwe gedrag eksperimenteer.

\* **Ontploffbare laag (*explosive layer*)**

Indien die eksperimentering met nuwe gedrag suksesvol is, vind die kliënt nuwe energie wat voorheen gebind was om die valse laag voor te hou.

Hierdie weerstand kan as 'n groei-area beskou word, aangesien Oaklander (1988:198) die volgende sê: "In every wall of resistance there is a new door that opens into new areas of growth." Hierdie groei kan vir die kind angsvol wees omdat dit onbekend is en hy dus alles in sy vermoë doen om homself te beskerm.

Hierdie groei-area van Oaklander kom in baie opsigte ooreen met die "impasse" (weerstandsplek) van Perls in Oaklander (1988:198). Wanneer die kind deur die "impasse" beweeg, is dit die proses waar die kind verouderde strategieë aflê, omdat daar nie meer 'n steunstelsel daarvoor bestaan nie.

Volgens Oaklander (1988:198) moet die terapeut hierdie weerstandsplek herken en beseft dat die kind op pad is na 'n nuwe ontdekking. Die terapeut moet dus nie probeer om die weerstand te vermy nie, maar dit eerder te aanvaar en te respekteer. Hierdeur word die kind aangemoedig om deur die nuutgeopende deur te beweeg.

Volgens die navorser moet weerstand vir die kind geskep word, indien geen weerstand waargeneem word nie. Die doel van terapie is juis groei en daarvoor is weerstand noodsaaklik.

## 2.6 TERAPEUTIESE PROSES

Volgens die navorser ontwikkel gestaltterapie volgens 'n bepaalde proses. Wanneer die terapeut op enige stadium gestop word, moet hy kan sê waar in die terapeutiese proses hy is. Die proses word soos volg bespreek:

### 2.6.1 Kontakfunksies

Volgens die studiehandleiding oor speltherapie deur Schoeman (1996:32) maak die kind van sig, tas, smaak, reuk, kommunikasie, liggaamsbeweging en gevoelens as kontakmodaliteite gebruik. Hierdie kontakfunksies is volgens Passons (1975:46) 'n aanduiding wat 'n persoon voel, wat hy doen, wat hy ervaar en wat hy onderdruk.

Asemhaling en liggaamshouding illustreer volgens Schoeman in Schoeman en Van der Merwe (1996:52) die kind se gevoelens. Deur gebruik te maak van 'n bewustheidskontinuum kan die kind bewus gemaak word van sy liggaamshouding, gesigsuitdrukking en belangstelling. Die terapeut en die kind maak beurte om te sê wat hul innerlik en uiterlik beleef.

Volgens die navorser is dit uiters belangrik om die kind eers sensories in kontak te bring alvorens daar met enige terapeutiese insette begin word.

### 2.6.2 Bou van die sin vir die self

Deur selfgerigte stellings word die kind se bewustheid in die hier en nou verhoog. Semantiese opklarings soos bespreek onder 2.4.1 is hier van toepassing.

Volgens die navorser moet die kind se innerlike krag bemagtig word in hierdie stadium bemagtig word sodat hy emosioneel sterk kan wees wanneer hy deur 'n "impasse" moet beweeg.

Volgens Schoeman in Schoeman en Van der Merwe (1996:180) is daar basiese riglyne waarvolgens die kind se innerlike krag uitgebou kan word:

- \* Luister na, gee erkenning en respekteer die kind se gevoelens.
- \* Behandel hom met respek.

- \* Aanvaar die kind se gevoelens.
- \* Gee hom spesifieke erkenning.
- \* Wees eerlik met hom.
- \* Gebruik "ek-boodskappe" eerder as "jy-boodskappe".
- \* Wees spesifiek in kritiek.
- \* Wees konsekwent met reëls en beheer, dog gee die kind ruimte om sy eie dinge te organiseer.
- \* Gee hom verantwoordelikhede.
- \* Gee hom onafhanklikheid.
- \* Gee hom vryheid om keuses te maak.
- \* Betrek hom in besluitneming en probleemoplossing.
- \* Respekteer sy gevoelens, behoeftes, begeertes, suggesties en wysheid.
- \* Neem die kind ernstig op.
- \* Laat hom toe om te eksperimenteer.
- \* Onthou die beginsel dat elke kind uniek is.
- \* Wees as terapeut 'n goeie rolmodel.
- \* Moenie 'n veroordelende houding inneem nie.

Wanneer die kind se innerlike krag uitgebou word bemagtig die terapeut die kind om keuses te kan maak, verantwoordelikheid te aanvaar en in beheer te kan wees, aldus die navorser.

### 2.6.3 Emosionele uitdrukking

Volgens die gestaltbenadering, meld Thompson & Rudolph (1992:110) dat die belangrikste area waarop gekonsentreer moet word, die gedagtes en gevoelens is wat mense op daardie oomblik beleef.

Volgens Oaklander (1988:122) moet kinders weet dat hulle kan kies op watter manier hulle hul gevoelens wil uitdruk. Axline (1989:15) meen dat spel 'n natuurlike medium is waardeur kinders hulself kan uitdruk.

Verskeie kunsaktiwiteite kan benut word om kinders te help om hul gevoelens te verbaliseer soos teken, verf en kleiwerk. Kinders kan daarna gelei word om te praat oor hul gevoelens nadat die skepping klaar is (Thompson & Rudolph, 1992:121).

Gevoelens word hanteer deur dit te beleef en te ervaar. Kinders moet gelei word om pynlike gevoelens in totaliteit te ervaar. Die terapeut moet in hierdie stadium weerstand verwag (Corey, 1991:252).

Volgens die navorser moet daar altyd in polariteit gewerk word wanneer gevoelens geprojekteer word, sodat integrasie kan plaasvind.

#### 2.6.4 Selfonderhouding en - vertroeteling

Nadat die kind soveel van sy diepste emosies na die oppervlak laat kom het, het hy nodig om weer veilig en geborge te voel. Volgens Schoeman in Schoeman en Van der Merwe (1995:67) kan die kind geborgenheid ervaar deur byvoorbeeld 'n teddiebeer vas te hou totdat 'n gevoel van veiligheid ervaar word. Die navorser sal aan 'n adolessente seun 'n groot kussing of 'n opgerolde trui gee om vas te hou, omdat 'n teddiebeer vir hom moontlik 'n verleentheid kan wees.

Die skrywer Schoeman in Schoeman en Van der Merwe (1996:181) is van mening dat die kind moet leer om homself te vertroetel om op so 'n wyse sy beheer te behou. Die kind moet homself kan vergeef vir wat hy gedoen het en moet self in staat wees om homself te bederf.

Volgens Oaklander (1994:153) ontwikkel die kind hierdeur 'n koesterende houding teenoor 'n jonger stadium van die self soos bespreek in 2.4.8.

'n Gevallestudie om self vertroeteling te illustreer word deur Oaklander in Kottman & Schaefer (1994:295) geïllustreer:

"I guided Susan to use herself as a resource. As we played with clay, I formed a figure of 'n little girl. "Who is that?" Susan asked. "This is you when you were a little girl and your stepfather used to hurt you." She looked at the figure for a while. "Let's imagine that you can go back in a time machine and talk to her. What would you say?" With encouragement, Susan finally said to the little girl, "I like you". I asked Susan to choose something at home - one of her stuffed animals - to be the little girl Susan, and that every night before going to sleep, to hug her and tell her it wasn't her fault and that she loved her." Die navorser meen dat die kind in hierdie proses leer om homself te onderhou.

## **2.7 VORME VAN SPEL**

Daar is verskeie vorme van spel wat aangewend kan word in gestaltspelterapie. Die navorser gaan egter net op die vorme uitbrei wat sy in haar navorsing gaan gebruik.

Volgens Schoeman (1995:89-91) kan spel met die kind in kategorieë verdeel word van gedramatiseerde spel, skeppende spel en bibliospel.

### **2.7.1 Gedramatiseerde spel**

Volgens Porter in Schoeman (1995:89) is daar sprake van gedramatiseerde spel wanneer die kind die geleentheid kry om 'n situasie uit te speel of te dramatiseer.

Mediums wat benut kan word is:

- \* rollespel
- \* handpoppe
- \* dans en beweging
- \* poppekas

### **2.7.2 Skeppende spel**

Die volgende mediums kan benut word in skeppende spel:

#### **2.7.2.1 Kleiwerk**

Die terapeut kan verskeie doelwitte hê waarom hy die kind aan klei blootstel, naamlik by die benutting van die monster of self net om die kind sensories in kontak te bring, aldus die navorser.

Die volgende stappe kan deurgevoer word wanneer klei as 'n projektiewe tegniek benut word:

- \* Laat die kind die klei druk, voel en ruik.
- \* Die kind kan daarna met sy oë toe enige model van sy keuse uit die klei maak.
- \* Eienskappe van die model word deur die kind geïdentifiseer naamlik gee die model 'n naam, hoe lyk dit, wat maak dit, wat is sy kenmerke, wat is sy

gevoelens.

- \* Verpersoonlik die eienskappe in die kind se lewe.
- \* Verkry balans. Hoe gaan die kind dit verander, aanpas of regstel?
- \* Selfonderhouding deur selfvertroeteling of 'n veilige plek te kry (Schoeman, 1995).

Die waarde van kleiwerk word deur van der Merwe in Schoeman & Van der Merwe (1996:147) soos volg bespreek:

- \* Die kind kan sy situasie vorm en maak soos wat hy wil.
- \* Wanneer die kind menslike figure maak herleef hy sy gevoelens wat hy ten opsigte van die mense het en kry hy geleentheid vir ontlasting.
- \* Terwyl die kind aan die klei druk en vat help dit om hom te laat ontspan.
- \* Dit stimuleer 'n kind wat swak verbale vermoëns het.
- \* Die kind kan sy gevoelens van aggressie daardeur ontlaai.

Volgens die navorser is klei 'n uitstekende medium om beheer te gee aan die kind. Projeksies kan geskep word en vernietig word deur dit byvoorbeeld stukkend te slaan of teen 'n muur te gooi.

#### 2.7.2.2 Tekeninge

Volgens Jennings (1993:175) kan vetkryt, 'n stuk steenkool, olie-kryt, vingerverf, borsels, verfkwaste en 'n verskeidenheid van papier as tekenmateriaal benut word. Volgens die navorser kan die kind alreeds hier begin om keuses te maak deur te kies met watter medium hy wil teken.

Die skrywer Oaklander (1988:53) het die volgende model ontwikkel om die kind daartoe te lei om self sy tekening te interpreteer:

- \* Motiveer die kind om sy ervaringe ten opsigte van die teken van sy prent met jou te deel. Bepaal watter gevoelens betrokke was en hoe hy die taak benader en dit voltooi het. Volgens die navorser deel die kind sy eie proses.
- \* Laat die kind sy tekening met jou deel. Vra die kind om die tekening in sy eie woorde te beskryf. Dit is dus 'n verdere wyse van hoe die kind van homself met

die terapeut deel.

- \* Motiveer die kind om op 'n dieper vlak om op die verskillende dele van die tekening uit te brei. Sekere dele mag moontlik 'n verduideliking verg. Vorme, kleure, voorstellings, objekte en mense moet aandag geniet en ook verduidelik word.
- \* Daar kan nou aan die kind gevra word om sy tekening te beskryf asof hy die tekening is. Die woorde "ek is die prentjie" kan benut word. Byvoorbeeld: "Ek is die rooi blommetjie met die geel kolletjie in die middel."
- \* Kies nou spesifieke dele in die prent vir die kind om mee te identifiseer. Die kind kan byvoorbeeld gevra word om die rooi blommetjie te wees en homself te beskryf.
- \* Vrae kan aan die kind gevra word om die proses aan te help, byvoorbeeld: Wat maak jy? Wie gebruik jou? Aan wie is jy die naaste? Die terapeut kry dus die geleentheid om "in die tekening" in te beweeg. 'n Geleentheid vir betrokkenheid word dus geskep.
- \* 'n Sekere deel kan uitgelig en oorbeklemtoon word, om sodoende die kind se aandag te fokusseer. Die kind moet aangemoedig word om so ver as moontlik met hierdie deel te gaan. Vrae wat gevra kan word is byvoorbeeld: Wat dink die blommetjie nou? of Wat gaan hy nou doen? Die terapeut moet nie moed opgee indien die kind sê dat hy nie weet nie. Daar moet dan oorgegaan word na 'n volgende deel van die prentjie. Die terapeut kan ook vir die kind sy eie antwoorde gee en vir die kind vra of dit reg is.
- \* Die kind moet so ver gekry word om 'n gesprek te voer tussen twee dele van die prent, byvoorbeeld die blommetjie en die son of die gelukkige kant en die ongelukkige kant van die prentjie. Vir die navorser is dit duidelik dat hier van polariteite gebruik gemaak word.
- \* Moedig die kind aan om aandag te skenk aan kleure wat gebruik is. Vra vir die kind wat die betekenis van sekere kleure vir hom is. Moedig dus uitdrukking aan deur die gebruik van kleure.



- \* Let op na leidrade in die kind se stem, liggaamshouding, gesigsuitdrukking, asemhaling en stiltes. Volgens die referent word die kind se proses hierdeur uitgebeeld. Stiltes kan byvoorbeeld beteken dat die kind besig is om iets uit te sorteer, dat hy dink, angs en spanning ervaar of sommer net bewus is van iets.
- \* Help die kind om sy tekening te besit. Die kind moet dus met die tekening kan identifiseer. Die kind kan byvoorbeeld gevra word of hy dikwels so voel en of dit in sy lewe inpas.
- \* Bring die tekening in verband met die kind se eie belewenis. Is daar dus 'n ooreenkoms tussen die kind se lewe en sy tekening?
- \* Soek die ontbrekende dele in die prent en skenk aandag daaraan. Volgens die referent moet daar aan die kind die geleentheid geskep word om sy prent aan te vul, indien hy dit sou verlang.
- \* Die terapeut moet nou op die kind se voorgrond fokus. Polariteite kan benut word, indien dit nodig geag word.

Die waarde van teken as kreatiewe medium:

- \* Tekeninge is 'n permanente rekord, wat later in terapie of as getuienis benut kan word.
- \* Latere tekeninge kan met vroeëre tekeninge vergelyk word gedurende terapie.
- \* Tekeninge kan op verskeie geleenthede volledig bespreek word.
- \* 'n Tekening is meer wêreld as baie woorde.
- \* Tekeninge reflekteer dikwels 'n kind se gevoelens teenoor homself, ander en sy omgewing.
- \* In trauma-gevalle, druk die kind dikwels sy trauma op papier uit (Miller, Veltkamp en Janson, 1987:49).

Die kind se proses word gewoonlik gou deur middel van teken weergegee. Onduidelike klein sketsies kan dui op 'n swak selfbeeld. Die kind se benadering tot die skets gee ook 'n idee aan die terapeut of die kind onseker of vol selfvertroue is, aldus die navorser.

### 2.7.2.3 Sand

Sandspel is 'n nie-verbale, nie-rasionele beskermende vorm van terapie wat 'n diep voor-mondelingse vlak van die psige bereik. Die kliënt skep driedimensionele tonele, prent is abstrakte ontwerpe in 'n bak met 'n spesifieke grootte, waar sand (droog of nat), water en groot hoeveelheid realistiese miniatuurfigure gebruik word. (Vergelyk Weinrib, 1983:1 en Miller & Boe, 1990:249.)

'n Groot verskeidenheid fantasieë kan gedemonstreer word deur sand en water, byvoorbeeld deur die maak van tunnels, begrawe of wegsteek, verdrinking of land- en seetonele. Wanneer die sand nat is kan dit gegietvorm word en wanneer dit droog is, is dit aangenaam om daaraan te vat. 'n Verskeidenheid eksperimente wat betrekking het op sensoriese gevoel kan gedoen word deur ekstra water by te voeg. Nat sand kan droog word en weer natgemaak word. Deur ekstra water by te voeg verander dit in modder. Die droë landskap kan heeltemal verdwyn deur nog meer water by te voeg (Oaklander, 1988:166).

Soos wat Oaklander (1988:169-170) met drome en tekeninge werk, werk sy ook met die sandbak. Die kind beskryf die toneel deur byvoorbeeld 'n storie te vertel, of te vertel wat tans gebeur of wat nog gaan gebeur. Sy vra die kind om met items te identifiseer of om 'n dialoog te hê tussen twee items. Dieselfde stappe wat gebruik word om tekeninge te interpreteer (sien 2.7.2.2) word ook by die sandbak benut.

Voordele van sand as 'n kreatiewe medium word deur Carey (1990:198) soos volg uiteengesit:

- \* Sand is 'n tekstiel, maar verskaf 'n bewegingsverskynsel. Dit lei daartoe dat daar gekonsentreer word op 'n spesifieke punt en die moontlikheid bestaan dat die innerlike, beskermende self na vore tree.
- \* Grense word gestel deur die grootte van die sandbak. Dit dra daartoe by dat die kliënt insig ontwikkel in sy eie grense.
- \* Deur sandspel het die kind beheer oor sy aksies. Soms kan die kind ook die geleentheid daarstel om met sy eie mag te eksperimenteer.
- \* Sandspel moedig kommunikasie aan waar die kind oor swak verbale vaardighede beskik. Dit word ook nie-verbaal benut waar die kind oordrewe verbaliteit gebruik as 'n verdediging.

- \* Verplaasde faktore kan met sandspel verdiep of verlig word. Die sandbak word soms self die kanaal waardeur verplasing geskied en nie soseer die terapeut nie. Dit gebeur dan dat neutrale negatiewe verplasing na vore tree.
- \* Met sand word 'n dieper vlak van die psige gouer bereik omdat sand 'n natuurlike en konkrete medium is.

Sand kan vir die kind goeie beheer gee. Hy kan situasies plooi volgens sy voorkeur in die sand, maar negatiewe projeksies kan vernietig word deur dit byvoorbeeld diep te begrawe, aldus die navorser.

#### **2.7.2.4 Briewe**

Briewe kan benut word om gevoelens van die kind deur te werk (Schoeman en Van der Merwe, 1996:124). Volgens die navorser kan die adolessent gevoelens en insidente in 'n brief skryf, wat hy nie op 'n ander wyse sou deurgee nie.

Volgens Porter in Schoeman en Van der Merwe (1996:124) is die waarde van briewe die volgende:

- \* Briewe is veral geskik vir kinders in die ouderdomsgroep drie tot nege. Die navorser verskil hiervan omdat sy briewe veral by adolessente effektief benut.
- \* Die kind kry die geleentheid om deur traumatiese gebeure te werk.
- \* Inligting word verkry wat later terapeuties deurgewerk kan word.
- \* Dit is 'n maklike metode van kommunikasie vir die kind.

#### **2.7.3 Bibliospel**

Bibliospel beteken dat die geskrewe woord kreatief gebruik word. Dit kan gerig wees op die verlede, toekoms, of huidige situasies of 'n fantasie wat geskep word deur middel van die pen (Schoeman, 1995:91). Bibliospel kan op die volgende wyses aangewend word:

### 2.7.3.1 Briewe

### 2.7.3.2 Padkaart

Die padkaart word veral effektief benut by adolessente. Die kind kan die padkaart begin teken by enige plek in sy lewe. Daarna kan die kind dit voltooi tot waar hy tans is, met verskeie padtekens op die padkaart. Traumatiesse gebeurtenisse en positiewe dele word hierdeur uitgewys (Schoeman, 1995).

### 2.7.3.3 Gedigte

Gedigte kan metafores benut word om die kind meer insig te gee in sy situasie (Schoeman en Van der Merwe, 1996:122). Adolessente romatiseer, idealiseer en dagdroom dikwels en die terapeut kan hierdie gevoelens, gedagtes, drome en ideale by wyse van gedigte op skrif stel (Smith, 1981:117).

Volgens die navorser kan gedigte benut word by adolessente om hul te help om deur die impasse laag te beweeg. Die terapeut neem 'n bepaalde weerstandplek waar en hy kan hy 'n gedig oor die spesifieke weerstandplek skryf en dit vir die adolessent voorlees, waarna die adolessent sy gevoelens met 'n skeppende medium uitbeeld.

## 2.8 SAMEVATTING EN GEVOLGTREKKING

Gestaltherapie blyk in kontras te wees met die meeste ander benaderings. Ander teorieë het gewoonlik ten doel om waar te neem watter emosionele en gedragsprobleme by die kind voorkom, sodat 'n hulpverleningsprogram opgestel kan word. Gestaltherapie fokus op die hier en nou. Dit wat die kind op daardie oomblik beleef en ervaar, sodat daar 'n groter selfbewustheid kan ontwikkel. Die gestaltherapeut kan dus nie 'n rigiede doelwit vir elke sessie hê nie, omdat dit moontlik nie op die kind se figuurvoorgrond is nie.

Persoonlike groei is die gevolg van 'n beter selfbewustheid. Die kind ervaar dat hy beheer het in sy lewe deurdat sy innerlike krag versterk is. Keuses word met groter selfvertroue gedoen en die kind aanvaar ook groter verantwoordelikheid. Omgewingsteun verskuif na selfonderhouding.

Die kind kan ook verskeie kontakgrensversteurings hê soos introjeksie, projeksie, retrofleksie, defleksie en samevloeiing. Deur hierdie kontakgrensversteurings bied die kind weerstand omdat hy vrees kan ervaar om met nuwe gedrag te eksperimenteer. Weerstand is egter noodsaaklik en dit moet vir die kind geskep word wanneer hy nie weerstand het nie. Om deur elke weerstandsplek of "impasse" deur te breek vind groei plaas. Om in polariteite te werk word integrasie verkry wat noodsaaklik is vir 'n gesonde lewensproses.

Verskeie tegnieke kan in gestaltterapie toegepas word, waarvan drome een van die bruikbaarste is. Deur hierdie tegnieke te benut kan kinders se fantasieë, behoeftes, vrese en wense uitgedruk word.

Deur die monster te benut kan baie onvoltooidhede van die kind na vore kom. Deur die monster word aggressie na buite gerig. Ontlading van negatiewe gevoelens vind plaas, waarna die kind gelei word om homself te vertroetel en te onderhou.

Verskeie vorme van spel kan benut word in gestaltpeltherapie soos gedramatiseerde spel, skeppende spel en bibliospel. Deur mediums soos sand, klei, water, verf en potloodsketse te benut as projeksies, word onverwerkte aangeleenthede uitgebeeld. Die kind kommunikeer ook makliker sy behoeftes daardeur.

Gestaltterapeute beskou dus hul werkswyse as eksistensiële eksperimenteel van aard. Elke ontmoeting met die kind is uniek en die fokus is op die ontdekking van onvoltooidhede in die kind se lewe.

Die unieke proses en onvoltooidhede van die adolessent wat verlies ervaar na 'n egskeiding, word in die volgende hoofstuk bespreek.