

OPSOMMING

Die benuttingswaarde van die paradoksale teorie van verandering in gestaltpelterapie met adolessente

Adolessente ondergaan ingrypende veranderinge op fisiese, emosionele en kognitiewe vlakke van hierdie ontwikkelingstadium. Hierdie veranderinge het 'n groot invloed op hul selfbegrip. Die meeste adolessente ondervind groot probleme met wie hulle is en wie hulle behoort te wees volgens die verwagtinge van ander. Dit veroorsaak 'n nimmereindige proses van pogings om te verander. Verandering kan net suksesvol plaasvind as die adolescent is wie hy is en nie wanneer hy probeer wees wie hy nie is nie. Die gevolg hiervan is dat verandering nie kan plaasvind by die adolescent nie, omdat hy eers bewus moet word van wie hy is. Die bewustheid van wie hy is lei tot verandering. Die paradoksale teorie van verandering handel huis daaroor om te wees wie jy is en nie om te probeer wees wie ander wil hê jy moet wees nie. Die adolescent behoort deur die benutting van die paradoksale teorie van verandering begelei word om bewus te word van wie hy is sodat hy kan groei en verander.

Die doel van hierdie studie was om die benuttingswaarde van die paradoksale teorie van verandering in gestaltpelterapie met adolescent te verken en beskryf. Ten einde in hierdie doel te kon slaag, is die navorsingsproses deur kwalitatiewe navorsing gerig en is triangulering as inligtinginsamelingstegniek benut. Vanuit die prosessering en integrering van bevindinge wat tydens die empiriese ondersoek verkry is, kon data bydrae tot verkenning en beskywing van die waardebepaling van die paradoksale teorie van verandering in gestaltpelterapie met adolessente. Daar is dus in die doel van die ondersoek geslaag, naamlik die verkenning en beskywing van **die benuttingswaarde van die paradoksale teorie van verandering in gestaltpelterapie met adolessente**.

SLEUTELTERME:

Gestaltherapie, Gestaltpsychoterapie, Hier-en-nou, Paradoksaal teorie van verandering, Adolescensie, Bewustheid, Introjeksie, Impasse, "Topdog", "Underdog".