

HOOFSTUK 3

GESTALTBENADERING EN GESTALTSPELTHERAPIE

3.1 INLEIDING

Die jong leerder se psigiese- en persoonlikheidsontwikkeling is kompleks van aard. Sy denke en kommunikasievermoë is nog nie volkome ontwikkel nie wat dit dikwels onmoontlik maak om slegs deur gesprekvoering terapie te vorder. Die terapeut en leerder het 'n middel nodig waardeur kommunikasie kan geskied, 'n middel wat vir die leerder verstaanbaar is en waarmee hy gemaklik voel. Hierdie middel is spel. Deur met 'n medium te speel, kry die leerder die geleentheid om sy ervarings en gevoelens op die medium te projekteer. Die terapeut en leerder kan dan saam eksploreer wat in sy ervaringsveld gebeur. Deur speltherapie kan die terapeut beweeg tot op die leerder se vlak.

Vir die terapeut om suksesvol met die leerder in 'n terapeutiese opset te werk, is dit noodsaaklik dat daar vanuit 'n leerdervriendelike benadering gewerk word. Kissel (1990:6) is van mening dat 'n teoretiese oriëntasie betekenisvol is om die leerder te verstaan en te behandel. Die jong leerder en sy ervarings kan selde geskei word van ander individue. As afhanklike is die leerder voortdurend in kontak met ander. Daarom is dit noodsaaklik dat die terapeut die leerder vanuit hierdie perspektief benader. Yontef en Jacobs (in Blom, 2004:2) beskryf *Gestalt*terapie as "A radical ecological theory that maintains there is no meaningful way to consider any living organism apart from interactions with its environment." Die *Gestalt*speltherapeut werk dus met die leerder se totale omgewing.

In hierdie hoofstuk gaan ondersoek ingestel word na die *Gestalt*benadering en *Gestalt*speltherapie met verwysing na die tegnieke en prosesse wat van toepassing is op terapie met die leergestremde leerder.

3.2 GESTALTBENADERING

Die *Gestalt*benadering het ontstaan vanuit verskeie benaderings en filosofieë. Dit is ontwikkel deur Frederick S. Perls (Fritz) wat, nadat hy as dokter gekwalifiseer het, verdere opleiding ontvang het in Freudiaanse psigo-analise. Hy is later blootgestel aan *Gestalt*sielkunde en was getroud met 'n *Gestalt*sielkundige, Laura, wat 'n groot bydrae gelewer het tot sy ontwikkeling van die *Gestalt*benadering (Sills, Fish & Lapworth, 1995:4). Idees en konsepte van beide Freudiaanse psigo-analise en *Gestalt*sielkunde kan in Perls se teorie gevind word. Sills *et al.* (1995:4) verduidelik dat verskeie psigo-analitiese konsepte die basis van die *Gestalt*benadering vorm:

“These include that our childhood experiences affect our adult lives; that ‘pathological’ behaviour has a meaning that may be unconscious but that can be brought into awareness; that humans have natural drives; and that people have an innate tendency towards homeostasis or equilibrium.”

Perls se idees rakende *persepsie* kom weer vanuit *Gestalt*sielkunde, nl. dat die mens fokus op sekere stimulu wat op daardie stadium relevant is en die geheel voltooi op grond van sy behoeftes (Sills *et al.*, 1995:4).

Fritz Perls het ook vir 'n tydperk van sy lewe in Suid-Afrika gewoon waar hy aanklank gevind het by die idee van holisme van Jan Smuts (eertydse goewerneur-generaal). Holisme verwys na die verbintenis tussen alle elemente. Aronstam (in Blom, 2004:10) verduidelik dit as: “...although one can distinguish between the components, these can never be separated.” Die omgewingsteorie ondersteun dieselfde siening, nl. dat alles deel vorm van 'n konteks en dat niks afsonderlik van hierdie konteks verstaan kan word nie. Die omgewings-teorie vorm dan ook die basis van die *Gestalt*benadering.

Alhoewel die *Gestalt*benadering beïnvloed is deur verskeie ander filosofieë en benaderings, vorm dit 'n unieke terapeutiese model. Perls het die basiese idees onderliggend aan wat hy later *Gestalt*terapie genoem het, gedurende die 12 jaar wat hy in Suid-Afrika deurgebring het, ontwikkel (Thompson & Rudolph, 2000:163). Verskeie beginsels is belangrik in die teorie en elkeen

kan afsonderlik beskou word, maar soos die benadering beklemtoon, vorm elkeen deel van die groter *Gestalt*benadering.

3.2.1 Beginsels onderliggend aan die *Gestalt*benadering

Die *Gestalt*benadering bestaan uit belangrike beginsels wat ontleen is aan verskeie filosofieë. Alhoewel elke beginsel afsonderlik van die ander gesien en verduidelik kan word, vorm hierdie beginsels in totaliteit die *Gestalt*benadering. Die Duitse term “*Gestalt*” kan dan ook as sulks verduidelik word. Dié term wat nie direk in Afrikaans vertaal nie, kan omskryf word as: “a form, a configuration or a totality that has, as a unified whole, properties which cannot be derived by summation from the parts and their relationships” (Thompson & Rudolph, 2000:163). Sills *et al.* (1995:3) verduidelik in opsomming dat die kernboodskap van “*Gestalt*” is dat die geheel meer is as die som van die dele. Daarmee bedoel die skrywers dat die *Gestalt*benadering in geheel belangriker is as die onderliggende grondbeginsels op hulle eie. ‘n Terapeut werk dus nie vanuit ‘n *Gestalt*benadering as hy slegs een of twee van die beginsels in terapie gebruik nie. Eers wanneer al hierdie beginsels die basis van sy terapie vorm en dit sy uitkyk op sy kliënt en die lewe beïnvloed, kan hy homself ‘n *Gestalt*-terapeut noem.

Vervolgens gaan die onderskeie beginsels waarop die *Gestalt*begrip van die mens gebaseer is, uiteen gesit word.

3.2.1.1 Selfbewustheid.

Vir die leerder om verandering in sy lewe teweeg te bring, moet hy bewus wees van sy gedrag en die wyse waarop dit ander en homself direk en indirek beïnvloed. Dan eers kan hy poog om sy gedrag te verander of te aanvaar. Bewustheid opsigself kan spontane verandering tot gevolg hê volgens Sills *et al.* (1995:8). Perls (in Thompson & Rudolph, 2000:164) het ook geglo dat bewustheid alleen helend kan wees en sy bekende gesegde lui dat: “People would be better off loosing their minds and coming to their senses.” Hiermee

bedoel hy dat die mens se liggaam en gevoelens 'n beter aanduiding gee van die waarheid as sy woorde self. Wanneer 'n leerder byvoorbeeld sê dat sekere gedrag nie vir hom 'n probleem is nie, maar hy kry senuwee-spiertrekkings in sy nek terwyl hy daarvoor praat, kan aanvaar word dat sy liggaam eerder die waarheid onthul as sy woorde. Die terapeut het dan nodig om hom daarop te wys en so sy selfbewustheid te verhoog. Eers dan kan gepoog word om verandering teweeg te bring.

Bo-en-behalwe om sy gedrag te reguleer of te verander, het die mens sekere behoeftes wat bevredig moet word. Hier is selfbewustheid weer nodig om te bepaal wat sy behoeftes is. Thompson en Rudolph (2000:165) meen dat die leerder met hoë vlakke van bewustheid van sy behoeftes en sy omgewing weet watter probleme en konflikte oplosbaar is en watter nie. Sy hoë selfbewustheid bevorder dus sy reguleringsvermoë. Die *Gestalt*terapeut fokus dan daarop om die leerder se selfbewustheid te verhoog. Slegs dan kan hy optimale self-regulering beoefen.

3.2.1.2 Self-regulering.

Die mens as organisme het 'n natuurlike drang om 'n staat van balans of ewilibrum te handhaaf. Hierdie proses word self-regulering genoem. Blom (2004:11) verduidelik dat self-regulering 'n manier is waarop die individu sy behoeftes bevredig: "The environment continuously creates new needs. New needs gives rise to discomfort, until people find a way to satisfy them so that they can grow." Soos reeds genoem, moet die individu bewus wees van hierdie behoeftes en van sy omgewing om sy behoeftes te kan bevredig en so balans te bereik. Dit word verkry deur kontak te maak met sy omgewing deur sy sintuie of kontakfunksies. Selfbewustheid en self-regulering is twee beginsels wat nie in afsondering bestaan nie, maar mekaar versterk.

Self-regulering is 'n funksie wat in die teenwoordige tyd plaasvind. Hierdie tydstaat is dan die volgende *Gestalt* beginsel waaraan aandag geskenk word.

3.2.1.3 Die hier en nou.

Vir die *Gestalt*terapeut is die belangrikste area van ondersoek die denke en gevoelens wat die leerder op die oomblik ervaar. Die terapeut poog om die leerder se bewustheid van die hier en nou te verhoog. Blom (2004:58) se standpunt hieromtrent is dat invloede van gebeure vanuit die verlede en verwagtinge vir die toekoms nie ontken word nie, maar dat groei nie kan plaasvind deur die verlede te herskep of die toekoms te voorspel nie. Sy meen dat die enigste realiteit waarmee die terapeut kan werk die hier en nou is omdat die individu slegs die hede kan ervaar. Sills *et al.* (1995:9) sluit hierby aan deur te verduidelik dat: "People can experience the past through remembering in the here and now, and imagine the future through anticipating in the here and now. We can only be in the present."

Die terapeut werk aan die leerder se bewustheid van die hier en nou, van wat hier en nou vir die leerder belangrik of problematies is en van dit wat hier en nou op die leerder se voorgrond is.

3.2.1.4 Figuur-Grond.

Die leerder het 'n verskeidenheid behoeftes waarvan hy bewus moet word en wat bevredig moet word (sien Hoofstuk 2). Hierdie prosesse kan egter nie almal gelyktydig geskied nie. Thompson en Rudolph (2000:165) voer aan dat die gesonde persoon skerp fokus op een behoefte (die *figuur*) op 'n tyd en die ander minder belangrike behoeftes na die *agtergrond* reguleer. Wanneer hierdie behoefte of *figuur* dan bevredig is, kan dit na die *agtergrond* beweeg (die *Gestalt* is voltooi) en kan die volgende figuur na die *voorgond* geskuif word en aandag geniet.

Vir 'n terapeut wat in die hier en nou werk, moet die figuur op die leerder se voorgrond gehanteer word. 'n Leerder wat byvoorbeeld woede oor sy ouers se egskeiding ervaar, moet eers die geleentheid gegee word om sy woede te onlaai sodat dit na die *agtergrond* kan skuif voordat aandag geskenk kan word aan aanvaarding en hantering van die egskeiding.

Die figuur kan nie na die agtergrond skuif sonder dat dit hanteer is m.a.w. voltooi is nie. Andersins word dit onmoontlik vir die individu om 'n staat van ewilibrum te handhaaf.

3.2.1.5 Onvoltooidheid.

'n Onvoltooidheid is behoeftes, aksies, denke of gevoelens, m.a.w. 'n figuur, wat nie bevredig of afgehandel is nie. So 'n onvoltooide ondervinding of *Gestalt* sal die leerder preokkupeer en verhoed om ten volle in die hede te funksioneer (Sills *et al.*, 1995:10). Volgens Blom (2004:58) is die terapeut geïnteresseerd in hoe 'n onvoltooidheid die leerder in die hier en nou beïnvloed. Deur hiervan bewus te word, kan die leerder daaraan werk om hierdie onvoltooide *Gestalt* in die hier en nou aan te spreek en so af te handel. 'n Voorbeeld van 'n onvoltooidheid wat die leerder kan beïnvloed is 'n afgestorwene vir wie hy nooit iets belangriks gesê het nie. Dit kan afgehandel word deur dit byvoorbeeld in 'n brief te skryf of dit vir die persoon in die leë stoel te sê.

Die *Gestalt*siening van die menslike aard is dus positief, nl. dat die leerder deur bewustheid beheer kan neem en deur middel van self-regulering 'n balans in sy lewe kan handhaaf. Perls (in Thompson & Rudolph, 2000:167) beaam die doel van die *Gestalt*terapeut as: "...to help people help themselves to grow up – to mature, to take charge of their lives, and become responsible for themselves." Dit word vermag deur bewustheid te bevorder in die hier en nou asook om verantwoordelikheid te neem vir self-regulering.

Hierdie doelwitte kan alleenlik vermag word in terapie wanneer daar 'n vertrouensverhouding tussen terapeut en leerder bestaan. Die ideale terapeutiese verhouding is Buber se "I-Thou" verhouding wat Blom (2004:54) verduidelik as 'n verhouding waar beide terapeut en leerder gelykes is, onafhanklik van aspekte soos ouderdom en opvoeding. Sills *et al.* (1995:15) sluit hierby aan deur te sê dat die belangrikste ding wat 'n terapeut vir die leerder kan bied die gewilligheid is om hom te sien, hoor en aanvaar soos hy

is, sonder vooropgestelde idees, verwagtinge of om hom te veroordeel. Deur die “I-Thou” verhouding word die leerder die geleentheid gebied om bewus te word van homself in ‘n veilige, aanvaarbare atmosfeer.

Bo en behalwe vir die onderskeie *Gestalt*beginsels wat die *Gestalt*benadering vorm, is daar onderskeie *Gestalt*tegnieke wat verder tot die doel van *Gestalt*-terapie bydra.

3.2.2 *Gestalt*tegnieke

Om die leerder se bewustheid in die hier en nou te verhoog, is daar verskeie taaltegnieke of semantiese opklarings wat gebruik kan word. Perls (in Blom, 2004:122) benadruk dit dat die gebruik van semantiese opklarings bydra daartoe dat die leerder meer verantwoordelikheid vir sy gedrag aanvaar.

Blom (2004:123-124) en Thompson en Rudolph (2000:168-169) beskryf die volgende *Gestalt*tegnieke:

3.2.2.1 “Ek”-taal

Wanneer die leerder van ‘n veralgemening gebruik maak, bv. “jy” of “hulle” word hy aangemoedig om dit te vervang met “ek”. Op hierdie manier word die leerder gehelp om verantwoordelikheid te neem vir sy gevoelens, denke en gedrag. ‘n Voorbeeld hiervan is wanneer die leerder sê: “Jy voel nie lekker as jy sleg doen in ‘n toets nie.” Die leerder moet probeer om die sin dan te herformuleer: “Ek voel nie lekker as ek sleg doen in ‘n toets nie.”

3.2.2.2 Vervang “kan nie” met “wil nie”

Nog ‘n manier wat die leerder help om verantwoordelikheid vir sy denke en emosies te neem, is om die uitdrukking “ek kan nie” met “ek wil nie” te vervang. In plaas van om te sê: “ek kan nie lees nie”, moet die leerder aangemoedig word om te sê: “ek wil nie lees nie.” Die terapeut moet egter hierdie tegniek versigtig gebruik. Leerders wat leergestremd is, sukkel

dikwels werklik met skoolwerk en hulle het nie beheer daarvoor nie. Om hulle verantwoordelik daarvoor te laat voel, gaan eerder kwaad as goed doen.

3.2.2.3 Nie skinder nie.

Wanneer die leerder van iemand praat wat nie in die vertrek is nie, word hy aangemoedig om in die hier en nou met die persoon te praat deur hom bv. in die leë stoel te plaas. So kan hy sy gevoelens uitdruk en ook ondersoek sonder om die ander persoon te betrek. So kry die leerder die geleentheid om sy bewustheid aangaande die situasie te verbeter. 'n Voorbeeld hiervan is wanneer die leerder sê: “ek dink my juffrou behandel my onregverdig.” Hy moet dit nou eerder vir “haar” in die leë stoel sê: “juffrou, ek voel juffrou behandel my onregverdig.” Hy moet dan op sy stelling reageer as die juffrou. Die leerder kan in hierdie gesprekvoering vir die onderwyser sê hoe hy voel, waar hy moontlik nie in die werklike lewe die vrymoedigheid sal hê nie.

3.2.2.4 Verandering van vrae na standpunte

Hier word die leerder verder aangemoedig om verantwoordelikheid vir sy gedrag te neem. Hierdie metode help die leerder om sy emosies en denke meer direk uit te spreek. Wanneer die leerder vir die terapeut vra: “dink jy ek moenie meer met hulle speel nie?”, moet hy aangemoedig word om dit te verander na: “ek dink ek moenie meer met hulle speel nie” of “ ek dink jy wil nie hê ek moet meer met hulle speel nie.” Deur self standpunte te maak, word die leerder se sin van self versterk.

Hierdie *Gestalt* tegnieke word gedurig in gesprekvoering gebruik. So word die leerder se bewustheid tydens spel terapie verhoog.

3.3 GESTALTSPELTERAPIE

Al hoe meer leerders ervaar problematiese grootwordjare en het ingryping nodig. Akademiese probleme, gedragsprobleme en 'n onvermoë om te bind

met, of aanklank te vind by, outoriteitsfigure is met tye die resultaat van emosionele probleme en met ander tye die oorsaak daarvan (Kissel, 1990:vii). Kissel (1990:vii) meen verder dat wat ook al die oorsaak van die probleem mag wees: "...they leave scars that impact a child's self-esteem."

Die jong leerder se kognitiewe en ander ontwikkelingsvlakke verskil van die adolessent en volwassene. Daarom is die terapeut genoodsaak om op 'n ander, eenvoudiger vlak met die jong leerder te werk. Spel is 'n natuurlike medium van kommunikasie vir die jong leerder. Dit plaas geen druk op hom nie en is iets wat die meeste leerders kan doen en kan geniet. Verder gee spel aan die leerder die geleentheid om uitdrukking te gee aan sy denke en gevoelens, asook om te eksperimenteer met nuwe gedrag. Axline (1976:9) beskryf dit as 'n geleentheid vir die leerder om sy gevoelens en probleme *uit te speel*, net soos in sekere vorme van volwasse terapie waar die individu sy probleme *uit praat*. Kissel (1990:19) meen dat spel verskeie doelwitte vir die leerders het: "...it gives them an opportunity to master actively that which may have been experienced passively. Play can also be thought of as preparation for the future and serve as a bridge between conscious thought and feelings and unconscious experiences." Soos die leerder deur middel van spel sy gevoelens, vrese en ervarings wat op sy voorgrond is na vore bring, poog die terapeut om sy bewustheid te verhoog. Die leerder word bewus gemaak van sy gevoelens asook van moontlike self-ondersteuning of ondersteuning vanuit die omgewing wat toegepas kan word. Blom (2004:51) meen dat die terapeut die probleemoplossing fasiliteer by wyse van self-regulering en selfondersteuning. Axline (1976:20) beskryf die proses as: "Feeling their way, testing themselves, unfolding their personalities, taking responsibility for themselves – that is what happens during therapy."

Blom (2004:50-53) verduidelik dat die oorhoofse doel van *Gestalt*spel terapie is om die leerder se bewustheid te verhoog. Sy meen verder dat die ander doelwitte is om hulle te lei tot selfondersteuning deur verantwoordelikheid vir hulself te neem; om hulle bewus te maak van hulle eie prosesse, nl. wat hulle doen en hoekom hulle dit doen; en laastens om integrasie van kognisie, emosies, liggaam en sintuie tot 'n holistiese eenheid te verhoog. Wanneer die

leerder se bewustheid van homself in die speelkamer verhoog, verhoog dit ook sy bewustheid in sy daaglikse lewe. Bewuswording van homself as mens, sy gevoelens, behoeftes en ondersteuningsmiddels beïnvloed sy selfregulering en daaglikse probleemoplossingsvaardighede. Hy word bewus gemaak van die positiewe aspekte binne homself en aangemoedig om dit te gebruik en terselfertyd word daar ge-eksperimenteer met alternatiewe vir negatiewe gedrag.

3.3.1 Die proses van terapie

Die basis van *Gestalt*speltherapie is om by die leerder te bly in die hier en nou. Dit impliseer om te werk met wat op daardie stadium op die leerder se voorgrond is. Daarom is daar nie 'n vasgestelde terapeutiese plan nie. Die leerder sal met dit wat op sy voorgrond is, bepaal wat aandag sal geniet en op watter manier. Tog is daar 'n basiese proses wat die terapie rig en lei. Oaklander (1994:147) meen dat daar 'n spesifieke proses is vir *Gestalt*speltherapie, gebaseer op die teoretiese aannames van die *Gestalt*benadering. Die proses lyk soos volg:

- ontwikkeling van die verhouding,
- evaluering en die maak van kontak,
- versterking van die leerder se sin van self en self-ondersteuning,
- aanmoediging van emosionele uitdrukking,
- hulp aan die leerder om te leer om homself te vertroetel,
- fokus op die leerder se proses – spesifiek aspekte van sy manier van wees wat ontoepaslik is, en
- finalisering van terapie (terminering).

Die Schoeman-model sluit nou hierby aan en lyk soos volg (Schoeman, 2005:118-180):

- bou van verhouding,
- sensoriese bewustheid,
- projeksie,
- alternatiewe, en
- selfvertroeteling.

Binne hierdie twee modelle van die *Gestalt*speltherapeutiese proses is daar sekere ooreenkomende beginsels. Die eerste van hierdie beginsels handel oor die verhouding tussen terapeut en leerder.

3.3.1.1 Die terapeutiese verhouding

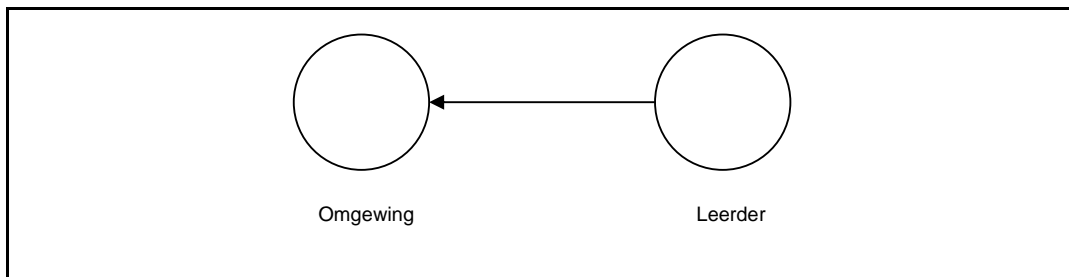
Oaklander (1994:147) meen dat die verhouding tussen terapeut en leerder die basis van die terapeutiese proses is en verder dat die verhouding opsigself helend kan wees. Wanneer 'n verhouding gebaseer is op vertroue en respek vir mekaar, kan die leerder vry voel om homself uit te druk en om met nuwe gedrag te eksperimenteer. Axline (1976:17) benadruk dat: "...the presence of an accepting, understanding, friendly therapist in the playroom gives him [the learner] a sense of security." Die bou van die verhouding begin vanaf die eerste ontmoeting tussen terapeut en leerder. Deel van hierdie proses behels om mekaar te leer ken, nie net terapeut vir leerder nie, maar ook die leerder vir die terapeut. Om te gesels oor waarvan elkeen hou/nie hou nie, is 'n goeie manier om te begin bou aan die verhouding.

3.3.1.2 Kontak

In albei modelle word daar verder gefokus op die maak van kontak. Kontak verwys daarna om die omgewing te gebruik om behoeftes te bevredig. Sodra die leerder vanuit homself uitreik na sy omgewing, maak hy kontak. Kontak word gemaak deur kontakfunksies (die sintuie). Die leerder voel, ruik, hoor, sien en proe sy omgewing en maak kontak met sy liggaam. Die terapeut het nodig om te bepaal hoe goed die leerder met sy omgewing kontak maak. Kontak met die omgewing sal sy selfreguleringsvaardighede beïnvloed. 'n Leerder wat swak kontak met sy omgewing maak, kan beswaarlik al sy behoeftes bevredig. Dan ontstaan die volgende kontakgrensversteurings: projeksie, introjeksie, samevloeiing, retrofleksie en defleksie (Blom, 2004:21-30). Hierdie versteurings word kortliks hierna beskryf.

3.3.1.2.a Projeksie

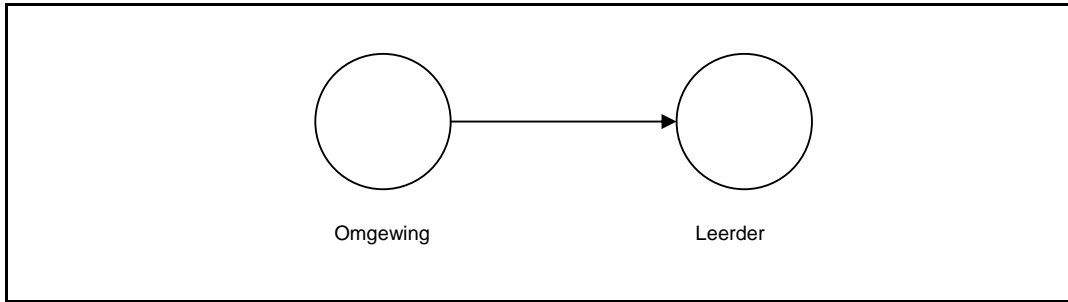
Projeksie kan beskou word as die geneigdheid om die omgewing te blameer vir wat met die leerder gebeur. Op hierdie manier ontken die leerder sy eie persoonlike ondervinding. Hy blameer ander vir die onaangename gebeure in sy lewe. Wanneer die leerder projekteer, neem hy nie verantwoordelikheid vir sy eie emosies of gedrag nie maar hou ander verantwoordelik daarvoor. 'n Voorbeeld hiervan is wanneer die leerder sy swak prestasie blameer op sy opvoeder deur te sê dat sy nie 'n goeie opvoeder is nie. Projeksie word in Figuur 5 geïllustreer.



Figuur 5: Illustrasie van projeksie (Blom, 2004:25).

3.3.1.2.b Introjeksie

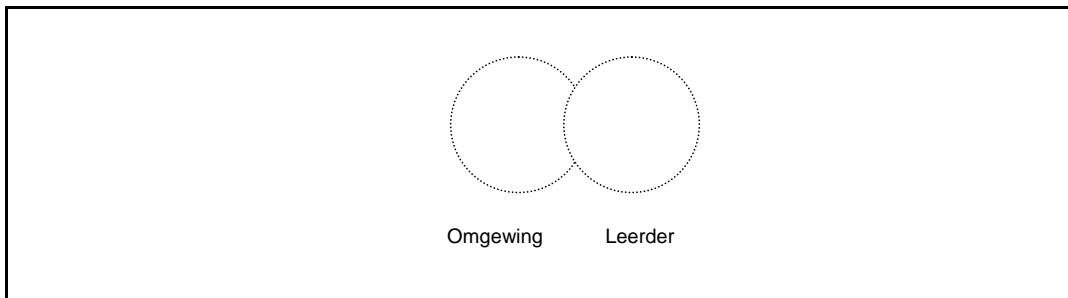
Introjeksie is amper die teenoorgestelde van projeksie. Met hierdie kontakgrensversteuring neem die leerder inhoud in vanuit die omgewing sonder om dit te kritiseer of om daarvan bewus te wees. Die leerder gee sy eie opinies op en aanvaar ander se standpunte en sieninge sonder om dit te bevraagteken. Wanneer die leerder idees, houdinge of gedrag deel van homself maak sonder om die positiewe en negatiewe aspekte te oorweeg, beïnvloed dit sy funksionering. Introjeksie kan die leerder se selfbewustheid negatief beïnvloed, omdat hy bv. leer dat sekere emosies nie uitgedruk of ervaar mag word nie. 'n Voorbeeld hiervan is wanneer seuns aangesê word dat hulle nie mag huil nie, omdat dit nie manlik is nie. Figuur 6 is 'n illustrasie van introjeksie.



Figuur 6: Illustrasie van introjeksie (Blom, 2004:24).

3.3.1.2.c Samevloeiing

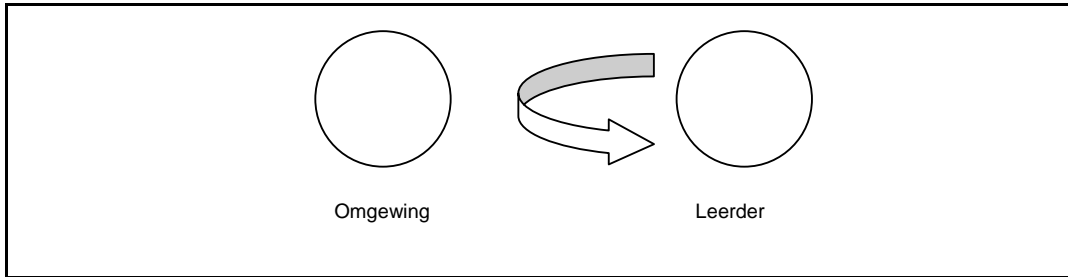
Met hierdie kontakgrensversteuring is daar geen grense tussen die leerder en sy omgewing nie. Die leerder se eie identiteit en sin van self raak verlore en hy kan homself nie van sy omgewing onderskei nie. Die leerder wat in samevloeiing is, vind dit moeilik om self besluite te neem en verwag van ander om dit vir hom te doen. Hierdie leerder hou daarvan om ander te plesier en sal enige iets doen wat van hom verwag word. Die kontakgrensversteuring samevloeiing, word in Figuur 7 geïllustreer.



Figuur 7: Illustrasie van samevloeiing (Blom, 2004:27).

3.3.1.2.d Retrofleksie

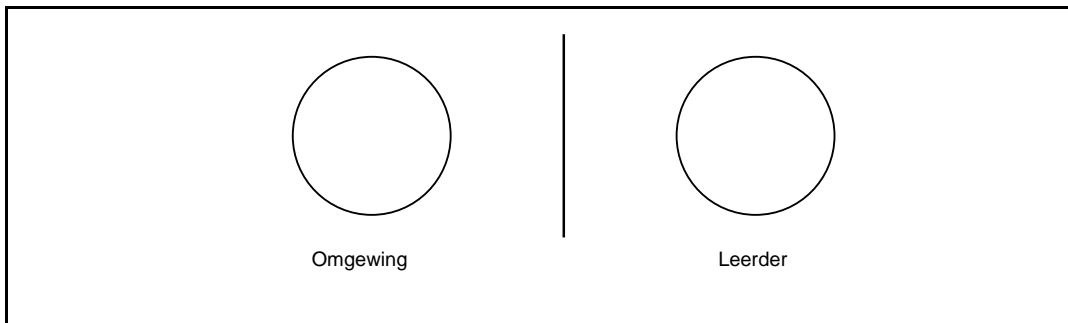
Met retrofleksie behandel die leerder homself soos wat hy eintlik ander persone wil behandel. Yontef en Simkin (1981) meen dat met retrofleksie is daar 'n skeiding binne die self, waar die self as plaasvervanger vir die omgewing dien. 'n Voorbeeld hiervan is wanneer 'n leerder geleer is dat die uitbeelding van aggressiewe gedrag verkeerd is en hy dit dan na homself keer d.m.v. psigosomatiese simptome soos hoofpyn en maagpyn. Figuur 8 bied 'n illustrasie van retrofleksie.



Figuur 8: Illustrasie van retrofleksie (Blom, 2004:28).

3.3.1.2.e Defleksie

Defleksie verwys na die vermyding van direkte kontak met ander persone. Defleksie is die vermindering van bewustheid van die omgewing. Die leerder maak dikwels van defleksie gebruik om ongemaklike of pynvolle herinneringe of situasies te vermy. Om oogkontak te vermy of om die onderwerp te verander, is voorbeelde van defleksie. Deur só kontak te verbreek, beskerm die leerder homself teen emosionele pyn. Defleksie word in Figuur 9 geïllustreer.



Figuur 9: Illustrasie van defleksie (uit Blom, 2004:29).

Defleksie moet van weerstand onderskei word. Weerstand is nie 'n kontakgrensversteuring nie, maar kan gesien word as 'n verlies aan kontak van die leerder. Oaklander (1994:146) verduidelik dat elke keer wat die leerder voor iets vreesvol te staan kom, hy weerstand sal bied. Sy maan dat hierdie tipe weerstand gerespekteer moet word. Die leerder sal dit aanpak wanneer hy gereed is. Weerstand dien dikwels as 'n gesonde beskermingsmeganisme.

3.3.1.3 Bemagtiging

Volgens Oaklander (1994:149) behels bemagtiging: "Helping the child develop a strong sense of self [which] gives him or her a sense of well-being and a positive feeling of self, as well as the inner strength to express those buried emotions." Bemagtiging is letterlik om vir die leerder die mag te gee, om vir die leerder die geleentheid te gee om te eksploreer hoe hy voel en ook om aan moontlike oplossings vir 'n probleem te dink. So laat jy hom ervaar dat hy beheer oor sy lewe het. Soms is hierdie die eerste geleentheid waar 'n volwassene sy mening vra en nie namens hom besluit nie. Bemagtiging is 'n belangrike aspek in die leerder se self-regulering.

3.3.1.4 Selfvertroeteling

Nog 'n belangrike aspek in suksesvolle self-regulering is selfvertroeteling. Oaklander (1994:152) meen dat selfvertroeteling die leerder vaardighede leer om homself goed te behandel. Blom (2004:174) verduidelik ook dat selfvertroeteling die leerder help om polariteite binne homself te aanvaar en te integreer. Sy meen dat kinders hulself dikwels blameer vir probleme of traumatiese gebeure en dat hulle hulself moet kan vergewe en vertroetel. Hierdie proses vind plaas aan die hand van 'n projeksie waar die leerder geleentheid kry om sy gevoelens te projekteer op 'n medium. Die terapeut lei die leerder om daardie gevoelens te eien en te aanvaar. Daarna kan die leerder gehelp word om aspekte binne homself te vind om homself mee te vertroetel.

3.3.2 Speltherapie-mediums

Albei die bogenoemde modelle van *Gestalt*speltherapie maak verder gebruik van spesifieke mediums en projeksie-tegnieke. *Gestalt*speltherapie-mediums word hierna beskryf.

Spel kan gesien word as 'n taal wat die leerder praat. Hy kan dit wat hy voel, ervaar en oor wonder, deur spel uitdruk: "Children experience much that they

cannot as yet express in language, and so they use play to formulate and assimilate what they experience” (Oaklander in Schoeman, 2001:3). Speelgoed dien as die medium waardeur die leerder praat. Die speelgoed of mediums kan ingedeel word onder die verskillende vorme van spel.

3.3.2.1 Kreatiewe of Skeppende spel

Kreatiewe spel behels om iets te maak of te skep: “n Kreatiewe skepping bied die geleentheid om die ys te breek ten opsigte van inligting wat vir die kind moeilik of pynlik is om oor te praat” (Schoeman, 2001:109). Die leerder vertel m.a.w. vir die terapeut iets deur sy skepping. Tog is dit nie die terapeut se werk om die skepping te interpreteer nie. Die terapeut moet eerder saam met die leerder die skepping eksploreer, asook die emosies wat die leerder ervaar. Schoeman (2001:110) meen dat kreatiewe spel voordelig is vir die leerder omdat dit hom die geleentheid bied om sy gevoelens te ontlaai terwyl hy in beheer is. Die leerder kan inligting op sy vlak met die terapeut deel.

Die volgende mediums word gebruik in kreatiewe spel:

- kleiwerk,
- sandbak met verskeie mens- en dierefigure, en
- tekeninge, en
- verfwerk.

3.3.2.2 Gedramatiseerde spel

Tydens gedramatiseerde spel kry die leerder die geleentheid om bedreigende situasies in ‘n veilige atmosfeer uit te speel of te dramatiseer. Volgens Schoeman (2001:109) raak die leerder van intense gevoelens ontslae en herleef hy die omstandighede terwyl hy in beheer is. Sy meen ook dat die leerder deur gedramatiseerde spel nuwe rolle kan aanleer en verder dat gedragsverandering plaasvind.

Die volgende mediums maak deel uit van gedramatiseerde spel:

- handpoppe,
- maskers,

- kostuums, en
- rollespel.

3.3.2.3 Biblio-spel

Met biblio-spel word geskrewe materiaal gebruik om terapeuties te werk. Blom (2004:229) meen dat biblio-spel oneindige geleenthede bied wat kreatief deur die terapeut en leerder gebruik kan word. Die medium kan 'n bestaande skryfstuk wees, dit kan spesiaal deur die terapeut vir die leerder geskep word of dit kan deur die leerder self geskep word.

Die volgende is voorbeelde van Biblio-spel mediums:

- stories,
- lewensboeke,
- joernale,
- gedigte, en
- liedjies.

Die terapeut of leerder kan kies met watter medium daar gewerk gaan word. Die terapeut moet aan die leerder die geleentheid gee om sy emosies rakende sy projeksie te eksploreer. Deur eksplorerende vrae lei die terapeut die leerder deur hierdie proses. Sekere speltherapie-tegnieke kan gebruik word om die leerder te lei om sy emosies te eksploreer.

3.3.3 Speltherapie-tegnieke

Sekere tegnieke kan tydens speltherapie gebruik word om die leerder te lei in die eksplorering van sy emosies. Blom (2004:138) verduidelik dat: "Children do not necessarily move automatically from conversation on emotions to expression of their own emotions." Vervolgens word die belangrikste speltherapie-tegnieke gelys en kortliks beskryf.

3.3.3.1 Leë stoeltegniek

Soos reeds genoem, kan die leë stoeltegniek gebruik word om 'n onvoltooidheid in die leerder se lewe op te los deur met die betrokke persoon in die leë stoel te praat. Die tegniek word ook gebruik om konflik op te los. Blom (2004:166) meen dat die leerder deur middel van die leë stoeltegniek bewus word van sy gedrag in 'n spesifieke situasie, dat hy verantwoordelikheid neem vir sy gedrag en dat hy moontlike oplossings vir die probleem kan vind. Die leerder praat met die persoon in die leë stoel en antwoord namens die persoon deur van stoel te verander. Die terapeut lei die leerder deur hierdie proses deur voorstelle te maak bv. "vertel vir jou juffrou hoe jy voel" of "wat maak dat jou juffrou so optree, laat sy jou vertel." Hierdie tegniek verhoog die leerder se selfbewustheid en insig in die situasie.

3.3.3.2 Roosboomtegniek

Die roosboomtegniek is 'n projektiewe tegniek waar die leerder kenmerke van homself as 'n roosboom projekteer. Die leerder word gevra om sy oë toe te maak en homself te verbeel dat hy 'n roosboom is. Die terapeut lei die proses deur sekere vrae aan die leerder te vra bv. is hy sterk of swak, hoe lyk sy wortelsisteem, is hy alleen of is daar ander bome ook, het hy dorings, blomme en blare. Die leerder word dan gevra om sy roosboom in 'n medium uit te beeld, waarna die terapeut en leerder saam die projeksie eksploreer (Blom, 2004:77-78).

3.3.3.3 Monstertegniek

Hierdie tegniek word gebruik wanneer daar iets in die leerder se lewe is wat hy as problematies ervaar of wanneer hy 'n vrees vir iets het, m.a.w. 'n monster in sy lewe het. Vrae oor die monster word aan die leerder gevra bv. vir hoe lank bestaan die monster, wat maak hom bang vir die monster, is hy bereid om saam met die monster te lewe, hoe oud was hy toe die monster in sy lewe gekom het, ens. (Schoeman, 1996:69). Die leerder word dan gevra om aan die monster 'n naam te gee en dit uit te beeld in 'n medium. Daarna

kan gesprekvoering tussen die monster en die leerder plaasvind d.m.v. die leë stoel tegniek.

3.3.3.4 Droomwerk

In droomwerk word daar met die leerder se werklike drome of nagmerries gewerk. Hierdie tegniek word veral gebruik as die leerder gereeld dieselfde droom beleef. Volgens Thompson en Rudolph (2000:172) is drome die beskermer van die leerder se bestaan omdat die inhoud van sy drome altyd verband hou met sy oorlewing, gesondheid en groei. Hier word daar van die leerder verwag om sy droom te herskep. Die terapeut lei die leerder om die emosies rondom sy droom te ondersoek. Die leerder word ook gevra of hy dink dat die droom 'n spesifieke betekenis het wat dan ook verder geëksploreer word. Wat hierdie so 'n helende proses maak, is dat die leerder die geleentheid kry om 'n einde vir sy droom uit te dink. So kan hierdie onvoltooidheid afgehandel word.

3.4 *GESTALTSPELTERAPIE EN DIE LEERGESTREMDE LEERDER*

Die leergestremde leerder is net soos enige ander kind behalwe dat hy skolastiese probleme ervaar. Hy ondervind probleme met gesyferdheid en geletterdheid wat veroorsaak dat hy nie akademies vorder soos ander leerders van sy kronologiese ouderdom nie. Die leergestremde leerder het ekstra hulp nodig om hierdie probleme te verbeter en dit is wat hom onderskei van ander leerders. Andersins ervaar hy dieselfde behoeftes as ander leerders, gee hy uiting aan sy gevoelens soos ander leerders en kommunikeer en leer hy deur spel soos ander leerders.

Die effek wat leergestremdheid op die leerder het, is wat dikwels problematies is. Wanneer die leerder homself as anders as sy maats ervaar, kan dit vir hom 'n negatiewe ervaring word. Die leerder word uitgesonder wanneer hy ekstra hulp nodig het. Hy ervaar ook dikwels mislukkinge wat sy sin van self verder negatief kan beïnvloed. Daarom dat die leergestremde leerder dikwels

‘n swak selfbeeld ontwikkel, in welke geval dit vir die spelterapeut nodig is om in te gryp.

*Gestalt*speltherapie is ‘n nie-bedreigende terapeutiese manier om met die leergestremde leerder te werk. Hy kan met die terapeut kommunikeer deur mediums wat nie vir hom problematies is nie. Die terapeut veroordeel hom ook nie wanneer hy wel foute maak of sukkel nie, aangesien dit nie die doel van die terapie is nie. Cattanach (2004:131) verduidelik dat: “Children and adolescents with learning difficulties can find it very difficult to make sense of their experience or to talk about what happened. So play is a powerful medium for healing and understanding.” Die leerder kan homself dus uitleef deur ‘n toneel in die sandbak te maak, te verf, klei te vervorm of met handpoppe te speel. Hy kan m.a.w. wegbreek van skoolverwante aktiwiteite en in ‘n nie-kritiese omgewing sy vrese, pyn en emosies uitleef en met nuwe gedrag eksperimenteer. James (1997:17) verduidelik die leergestremde leerder se ervaring:

“Within an atmosphere of acceptance and broad limits, children are allowed to use their most natural medium of communication, play. This allows them to express their feelings, both positive and negative, and explore new ways of reacting to themselves, to others, and to the environment. Children learn to be responsible for their feelings and their actions at home, in the playroom, and at school.”

*Gestalt*speltherapie bied die leergestremde leerder die geleentheid om sy sin van self te versterk en sy selfbewustheid te verhoog. Hy word die geleentheid gebied om sy selfbeeld te versterk en homself te aanvaar.

3.5 SAMEVATTING

Terapie met die jong leerder geskied deur ‘n medium wat vir hom bekend, verstaanbaar en nie-bedreigend is. Hierdie medium is spel. Die leerder en terapeut eksploreer sy ervaringsveld deur van spel met spesifieke mediums

en tegnieke gebruik te maak. Tydens eksplorاسie word daar ook met nuwe gedrag ge-eksperimenteer en word daar aandag gegee aan die leerder se bewustheid van sy omgewing en terugvoer wat hy ontvang vanuit hierdie omgewing.

In hierdie hoofstuk is 'n leerdervriendelike terapeutiese benadering ondersoek nl. die *Gestalt*benadering. Die ontstaan van die benadering as terapeutiese metode is beskryf, asook die beginsels en taaltegnieke onderliggend daaraan. Dit het duidelik geword dat die *Gestalt*benadering daarop fokus om die leerder se bewustheid in die hier en nou te verhoog, asook om verantwoordelikheid vir gedrag en emosies te bevorder.

Verder is speltherapie in diepte ondersoek as terapeutiese metode met die jong leerder. Die speltherapieproses, -mediums en -tegnieke is uiteengesit. Daar is gefokus op spel as kommunikasiemiddel tussen die leerder en terapeut. Die leergestremde leerder vind veral baat by speltherapie aangesien dit nie bedreigend vir hom is nie omdat dit nie fokus op die areas waar hy probleme ervaar nie, nl. lees- en skryfvermoë. Speltherapie is 'n genotvolle benadering wat die leerder se aandag vir 'n lang tydperk behou.

Die empiriese deel van die navorsing word vervolgens in hoofstuk 4 in besonderhede beskryf.