

**'N GESTALTSPELTERAPEUTIESE PROSES OM  
SELFBEWUSSYN BY DIE VROEË ADOLESSENT  
AAN TE SPREEK**

deur

**MATHILDA SMIT**

voorgelê ter gedeeltelike vervulling van die vereistes vir die  
graad

**MAGISTER DIACONIOLOGIAE  
(SPELTERAPIE-RIGTING)**

aan die

**UNIVERSITEIT VAN SUID-AFRIKA**

**STUDIELEIER: Dr S.M. van Staden**

**NOVEMBER 2004**

## VERKLARING

Studentenommer: 3493-456-1

Ek verklaar hiermee dat 'n **Gestaltspelterapeutiese proses om selfbewussyn by die vroeë adolessent aan te spreek**, my eie werk is en dat ek alle bronne wat ek gebruik of aangehaal het deur middel van volledige verwysings aangedui en erken het.

.....  
(MEV M SMIT)

.....  
DATUM

## **BEDANKINGS**

My innige dank en waardering gaan aan die volgende persone:

- My studieleier, Dr. S.M. van Staden, wie se bekwame leiding en aanmoediging vir my besonder baie beteken het.
- My ma, Santie Smit, vir haar keurige tikwerk, en sonder wie se volgehoue ondersteuning dié studie nie moontlik sou wees nie.
- Nicky Steenstra, vir die deeglike taalversorging.
- Die skoolhoof, Mnr Brown en Mev Morris (adjunk-hoof) van Laerskool Hendrik Louw, vir hul ondersteuning.
- Die betrokke ouers en hul kinders, wie in die navorsingsproses betrek is.
- My man, Koos, vir sy geloof en vertrouwe in my.

## **OPSOMMING**

### **'N GESTALTSPELTERAPEUTIESE PROSES OM SELFBEWUSSYN BY DIE VROEË ADOLESENT AAN TE SPREEK**

Die vroeë adolessent ondergaan ingrypende en drastiese fisiese veranderinge en emosionele skommeling. Dit is ook in hierdie tydsgleuf dat hy van laer- na hoërskool vorder. Belangrike keuses moet gemaak word te midde van groter druk vanaf die portuurgroep en 'n strewe na outonomie en onafhanklikheid van ouers. Dit is 'n ontwikkelings stadium tussen kindwees en volwassenheid. Ten einde aan die eise te voldoen, is emosionele intelligensie van kardinale belang.

Emosionele intelligensie kan aangeleer en verbeter word en hou verband met die kind se aanwending van sy selfbewussyn om onder andere sy eie emosies korrek waar te neem, oor te dra en kennis oor persoonlike swak- en sterk punte te bekom.

Die studie is gerig deur die uitgangspunt dat selfbewussyn wat die heel basiese komponent van emosionele intelligensie is, nie voldoende by die vroeë adolessent aangespreek word om hom toe te rus vir die eise tydens die oorgangsfase vanaf laer- na hoërskool nie. Die benutting van 'n gestaltpeltherapeutiese proses om selfbewussyn by die vroeë adolessent aan te spreek is as die navorsingsprobleem geformuleer. Die doel van die studie was dus om die benuttingswaarde van 'n gestaltpeltherapeutiese proses om die selfbewussyn by die vroeë adolessent aan te spreek, te verken en te beskryf.

Ten einde in hierdie doel te kon slaag, is die navorsingsproses deur middel van kwalitatiewe navorsing gerig. Die volgende doelwitte is geformuleer, naamlik : Eerstens om 'n literatuurstudie te doen oor die vroeë adolessent, selfbewussyn as basiese komponent van emosionele intelligensie en die benuttingsmoontlikhede van die gestaltspelterapeutiese benadering om selfbewussyn by die vroeë adolessent aan te spreek.. Tweedens is semi-gestruktureerde onderhoude met die ouer(s) as respondente gevoer met behulp van 'n selfontwerpte vraelys. Dertens is vier gevallestudies waargeneem tydens agt onderhoudsituasies elk, om die selfbewussyn van die vroeë adolessent aan te spreek.

Verskeie gestaltspelterapeutiese vorme-, tegnieke en –aktiwiteite is vir die proses benut. Vanuit die prosessering en integrering van die bevindinge wat tydens die empiriese ondersoek verkry is, kon die data vir praktiese doeleindes toegepas word en is die benutting van 'n gestaltspelterapeutiese proses om die vroeë adolessent se selfbewussyn aan te spreek, verken en beskryf. Daar is dus in die doel van die ondersoek geslaag, naamlik die verkenning en beskrywing van die benuttingswaarde van 'n gestaltspelterapeutiese proses ten einde selfbewussyn by die vroeë adolessent aan te spreek.

## **SLEUTELTERME**

**Gestaltterapie:** 'n Benadering met die klem op bewussyn in die hede en onmiddellike ervaring.

**Gestaltspelterapie:** 'n Psigoterapeutiese tegniek wat die beginsels en tegnieke van gestaltterapie gebruik tydens spel met die kind. Verskeie vorme van spel asook tegnieke en aktiwiteite word benut om onvoltooidhede in die kind aan te spreek binne 'n gestaltspelterapeutiese proses.

**Emosionele intelligensie:** Die vermoë om bewus te wees van emosies, dit konstruktief aan te wend en te bestuur wat kan lei tot emosionele en intellektuele groei.

**Emosionele bevoegdheid:** Dit verwys na die individuele vermoë om kennis en vaardighede ten opsigte van die emosionele bevoegdheidskomponente in sy alledaagse lewe te benut, ten einde doeltreffend binne bepaalde situasies te kan funksioneer.

**Selfbewussyn:** 'n Volgehoue bewussyn van dit wat elke oomblik ervaar word. 'n Bewussyn van eie emosies aan die hand van denke, gevoelservaringe, liggaamlike en sintuiglike ervaringe asook bewussyn van sterktes, swak punte, behoeftes en dryfkragte.

**Emosionele bewussyn:** Gerig op die herkenning van eie emosies, die redes en effek hiervan, asook die bewussyn van ander se emosies en die moontlike effek van eie emosies op ander.

**Vroeë adolessensie:** 'n Ontwikkelings stadium tussen 12 en 14 jaar wat gekenmerk word deur intense fisiese veranderinge, identiteitsontwikkeling en die ontwikkeling van formeel operasionele denke.

## **SUMMARY**

### **A GESTALT PLAY THERAPEUTIC PROCESS TO ADDRESS SELF-AWARENESS IN THE PRE-ADOLESCENT**

During pre-adolescence, whilst the transition from primary to high school normally takes place, the child faces drastic physical and emotional changes.

Emotional intelligence is important in order to answer to demands in this stage and can be addressed and enhanced.

Self-awareness (ability to identify own emotions, relate to others, being aware of personal strengths and weaknesses) is not addressed sufficiently. The research problem has been the use of a gestalt therapeutic process to address self-awareness during this stage, and the goal of the study, to explore the value of such a process.

Qualitative research directed the process, which included literature studies, interviews with parents of respondents and eight gestalt therapeutic sessions with four pre-adolescents.

Various gestalt play therapeutic techniques and –activities have been utilized. The processing and integration of the results of the empirical study, made it possible to explore and note what the value of a gestalt therapeutic process is on self-awareness in the pre-adolescent. Therefore the goal of the study has been successfully reached.

## KEY TERMS

**Gestalt therapy:** An approach with the emphasis on awareness in the here and now and immediate experience.

**Gestalt play therapy:** A psychotherapeutic technique that uses the principles and techniques of gestalt therapy during play therapy with the child. Various forms and play techniques and activities of play are used during the different stages of a gestalt therapeutic process.

**Emotional intelligence:** The capacity for recognizing our own feelings and those of others, for motivating ourselves, and for managing emotions well in ourselves and in our relationships.

**Emotional competency:** The knowledge and abilities of an individual to attain knowledge and abilities, regarding emotional competency in order to function effectively in certain situations.

**Self-awareness:** It involves full continuous consciousness of what is experienced every moment, a knowledge of own strengths, needs and weaknesses.

**Emotional awareness:** Focused on the recognition of own emotions, the reasons and effect thereof as well as the awareness of the emotions of others and the effect of personal emotions on others.

**Pre-adolescence:** A developmental stage between 12 and 14 years of age and marked by intense physical changes, forming of an identity and the development of formal operational thoughts.



## HOOFSTUK 1

### ALGEMENE INLEIDING EN UITEENSETTING VAN DIE STUDIE

	<u>Bladsy</u>
1.1	INLEIDING 1
1.2	MOTIVERING VIR KEUSE VAN ONDERWERP 3
1.3	PROBLEEMFORMULERING 6
1.4	DOELSTELLING EN DOELWITTE VAN DIE STUDIE 7
1.4.1	Doelstelling 7
1.4.2	Doelwitte van die studie 7
1.5	NAVORSINGSAANNAME 7
1.6	NAVORSINGSMETODOLOGIE 8
1.6.1	Soort Navorsing 8
1.6.2	Navorsingsbenadering 9
1.7	NAVORSINGSPROSEDURE EN WERKWYSE 11
1.8.	UITVOERBAARHEID VAN DIE ONDERSOEK 12
1.8.1	Literatuurstudie 12
1.8.2	Konsultasie met kundiges 13
1.8.3	Voorondersoek 13
1.8.4	Omskrywing van universum, afbakening van steekproef en wyse van steekproefneming 14
1.9	ETIESE ASPEKTE 15
1.10	DEFINISIES VAN HOOFKONSEPTE 17
1.10.1	Selfbewussyn 17
1.10.2	Emosionele intelligensie 18
1.10.3	Emosionele bevoegdheid 19
1.10.4	Emosionele bewussyn 20
1.10.5	Die vroeë adolessent 20

1.10.6	Gestaltterapie	22
1.10.7	Gestaltspelterapie	22
1.11	INDELING VAN DIE NAVORSINGSVERSLAG	23

## HOOFSTUK 2

### SELFBEWUSSYN AS 'N KOMPONENT VAN EMOSIONELE INTELLIGENSIE EN DIE VROEË ADOLESSENT

		<u>Bladsy</u>
2.1	INLEIDING	24
2.2	EMOSIONELE INTELLIGENSIE	24
2.3	EMOSIONELE BEVOEGDHEID	28
2.4	SELFBEWUSSYN AS PERSOONLIKE EMOSIONELE BEVOEGDHEIDSKOMPONENT	30
2.4.1	Emosionele bewussyn	34
2.4.2	Akkurate selfassessering	38
2.4.3	Selfvertroue en selfkonsep	39
2.5	FAKTORE WAT SELFBEWUSSYN KAN BEÏNVLOED	41
2.5.1	Ouerskapstyle	41
2.5.2	Omgewingsinvloede	43
2.5.3	Temperament	44
2.6	ADOLESENSIE AS ONTWIKKELINGSTADIUM	46
2.6.1	Ontwikkelyngsmylpale	49
2.6.1.1.	Fisiese ontwikkeling	49
2.6.1.2	Kognitiewe ontwikkeling	50
2.6.1.3	Affektiewe ontwikkeling	51
2.6.1.4	Sosiale ontwikkeling	53
2.6.1.5	Godsdienstige- en morele ontwikkeling	54

2.6.1.6	Konatiwe Ontwikkeling	54
2.7	SAMEVATTING	55

## HOOFSTUK 3

### 'N TEORETIESE PERSPEKTIEF OP GESTALTSPELTERAPIE

		<u>Bladsy</u>
3.1	INLEIDING	56
3.2	OMSKRYWING VAN BEGRIPPE	56
3.2.1	Gestalt	57
3.2.2	Gestaltterapie	57
3.2.3	Gestaltspeltherapie	58
3.3	SLEUTELBEGRIPPE IN DIE GESTALTTEORIE	59
3.3.1	Holisme	60
3.3.2	Homeostase of organismiese selfregulering	60
3.3.3	Kontak	61
3.3.4	Kontakgrensversteurings	62
3.3.4.1	Introjeksie	63
3.3.4.2	Projeksie	64
3.3.4.3	Samevloeiing	65
3.3.4.4	Retrofleksie	65
3.3.4.5	Defleksie	66
3.3.4.6	Desensitasie	67
3.3.4.7	Egotisme	68
3.3.5	Polariteite	69
3.3.6	Struktuur van die persoonlikheid	71



3.5.5	Fase 5: Hantering van volhardende onvanpaste proses	92
3.5.6	Fase 6: Terminering	93
3.6	SAMEVATTING	93

## HOOFSTUK 4

### NAVORSINGSMETODOLOGIE: 'N EMPIRIESE PERSPEKTIEF EN INTEGRERING VAN BEVINDINGE

		<u>Bladsy</u>
4.1	INLEIDING	95
4.2	NAVORSINGSPROSES MET BETREKKING TOT DIE EMPIRIESE STUDIE	96
4.2.1	Probleemformulering en beplanning van die navorsing	96
4.2.2	Die insameling van inligting	98
4.2.3	Prosessering van data en navorsingsbevindings	102
4.3	EMPIRIESE BEVINDINGE SOOS VERKRY VANUIT VIER GEVALLE STUDIES	104
4.3.1	Gevallestudie: Respondent No. 1	104
4.3.1.1	Agtergrondgegevens	104
4.3.1.2	Doel van fase 1: Bou van die terapeutiese verhouding en assessering	105
4.3.1.3	Onderhoud met ouers na die eerste fase	107
4.3.1.4	Doel van fase 2: Kontakmaking en bou van selfondersteuning	108
4.3.1.5	Doel van fase 3: Emosionele uitdrukking	109
4.3.1.6	Doel van fase 4: Selfvertroeteling	111

4.3.1.7	Doel van fase 5: Terminering	112
4.3.1.8	Onderhoud met ouers	112
4.3.1.9	Evaluasie	113
4.3.2	Gevallestudie: Respondent No.2	114
4.3.2.1	Agtergrondgegewens	114
4.3.2.2	Doel van fase 1: Bou van die terapeutiese verhouding en assessering	115
4.3.2.3	Onderhoud met ouer na eerste fase	117
4.3.2.4	Doel van fase 2: Kontakmaking en bou van self-ondersteuning	117
4.3.2.5	Doel van fase 3: Emosionele uitdrukking	118
4.3.2.6	Doel van fase 4: Selfvertroeteling	119
4.3.2.7	Doel van fase 5: Hantering van volhardende ontoepaslike proses	119
4.3.2.8	Onderhoud met paterne grootmoeder	120
4.3.2.9	Evaluasie	121
4.3.3	Gevallestudie: Respondent No. 3	122
4.3.3.1	Agtergrondgegewens	122
4.3.3.2	Doel van fase 1: Bou van die terapeutiese verhouding en assessering	122
4.3.3.3	Onderhoud met moeder na eerste fase	124
4.3.3.4	Doel van fase 2: Kontakmaking en bou van selfondersteuning	125
4.3.3.5	Doel van fase 3: Emosionele uitdrukking	126
4.3.3.6	Doel van fase 4: Selfvertroeteling	126
4.3.3.7	Doel van fase 5: Terminering	126
4.3.3.8	Onderhoud met ouer	127
4.3.3.9	Evaluasie	127
4.3.4	Gevallestudie: Respondent No. 4	128

4.3.4.1	Agtergrondgegewens	128
4.3.4.2	Doel van fase 1: Bou van die terapeutiese verhouding	128
4.3.4.3	Doel van fase 2: Kontakmaking en bou van selfondersteuning	129
4.3.4.4	Onderhoud met ouer na eerste fase	131
4.3.4.5	Doel van fase 3: Emosionele uitdrukking	131
4.3.4.6	Doel van fase 4: Selfvertroeteling	132
4.3.4.7	Doel van fase 5: Terminering	133
4.3.4.8	Onderhoud met ouer	133
4.3.4.9	Evaluasie	133
4.4	INTEGRERING VAN NAVORSINGSBEVINDINGE	134
4.4.1	Voorgestelde fases, doelstellings, speltherapietegnieke en –aktiwiteite en effek daarvan op selfbewussyn	134
4.5	SAMEVATTING	136

## HOOFSTUK 5

### SAMEVATTING, GEVOLGTREKKINGS EN AANBEVELINGS

		<u>Bladsy</u>
5.1	INLEIDING	138
5.2	DIE NAVORSINGSVRAAG EN –PROBLEEM, ASOOK DIE DOELSTELLING EN DOELWITTE VAN DIE NAVORSING	138
5.3	GEVOLGTREKKINGS MET BETREKING TOT DIE INTEGRERING VAN DIE LITERATUURSTUDIE EN DIE EMPIRIESE ONDERSOEK	140

5.3.1	Die vroeë adolessent	140
5.3.2	Selfbewussyn as basiese emosionele bevoegdheidskomponent van emosionele intelligensie	140
5.3.3	Faktore wat selfbewussyn kan beïnvloed	141
5.3.4	Benutting van gestaltspelterapietegnieke en –aktiwiteite	141
5.3.5	Tegnieke vir selfvertroeteling	142
5.3.6	‘n Gestaltspelterapeutiese proses	142
5.3.7	Kontakgrensversteurings	143
5.3.8	Emosionele bewussynsvlakke	144
5.3.9	Benutting van ‘n gestaltspelterapeutiese proses	144
5.4	AANBEVELINGS	145
5.4.1	Opleiding aan ouers	145
5.4.2	Opleiding aan onderwysers	146
5.4.3	Opleiding aan Maatskaplike Werkers	146
5.4.4	Navorsing	146
5.5	MOONTLIKE LEEMTES	146
5.6	SLOTOPMERKING	147

**Bladsy**

<b>LITERATUUROORSIG</b>	<b>148</b>
-------------------------	------------

**BYLAES**

Bylaag 1	:	Semi-gestruktureerde onderhoud met ouer(s) van respondente	i
Bylaag 2	:	Onvoltooide sinne-vraelys	ii
Bylaag 3	:	Gevoelskaart	iv
Bylaag 4	:	Roosboomfantasie. Gevallestudie: Respondent No.1	v



Bylaag 5	:	Roosboomfantasie: Gevallestudie: Respondent No.2	vi
Bylaag 6	:	Monstertegniek: Gevallestudie: Respondent No. 2	vii
Bylaag 7	:	Dit is hoe ek voel: Gevallestudie: Respondent No.4	viii
Bylaag 8	:	Teken my kwaad: Gevallestudie: Respondent No.4	ix
Bylaag 9	:	Roosboomfantasie: Gevallestudie: Respondent No.4	x

## LYS VAN TABELLE

Tabel 1 :	Emosionele bewussynsvlakke	36
Tabel 2 :	Gevallestudie : Respondent No.1 - Fase 1	106
Tabel 3 :	- Fase 2	109
Tabel 4 :	- Fase 3	110
Tabel 5 :	- Fase 4	111
Tabel 6 :	- Fase 5	112
Tabel 7 :	Gevallestudie : Respondent No.2 - Fase 1	115
Tabel 8 :	- Fase 2	118
Tabel 9 :	- Fase 3	118
Tabel 10 :	- Fase 4	119
Tabel 11 :	- Fase 5	120
Tabel 12 :	Gevallestudie: Respondent No.3 - Fase 1	122
Tabel 13 :	- Fase 2	125
Tabel 14 :	- Fase 3	126
Tabel 15 :	- Fase 4	126
Tabel 16 :	Gevallestudie: Respondent No.4 - Fase 1	128
Tabel 17 :	- Fase 2	129
Tabel 18 :	- Fase 3	132
Tabel 19 :	Voorgestelde fases, doelstellings, spelterapietegnieke en die effek daarvan op selfbewussyn	135